

体力向上プラン 2013

学校名		小学校			校長名					
本校の児童・生徒の体力の現状		本校児童の体力の現状（長野県平均値との比較）								
			握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
		小1男子	◎							◎
		小1女子								○
		小3男子	◎		◎	◎		◎	◎	◎
		小3女子	◎		◎	○		○	◎	
		小4男子	◎						◎	◎
		小4女子	○		◎			○		
		小5男子	◎							
		小5女子	○							◎
<p>※◎は長野県平均を上回った種目。○はほぼ同じ種目。印がないものは下回った種目。</p> <p>2012年6月30日現在、上記の学年でスポーツテスト実施。</p> <p><良い面>全体的に握力・投力は良い傾向にある。3年は男女とも平均を上回る種目が多い。</p> <p><課題>上体起こしなど柔軟性と、持久走が平均を下回っている。学年による力の差もみられる。</p>										
昨年度の成果と課題		<p>全校運動で様々な動きを紹介。毎週15分間の全校運動を週日課に位置づけ、コーディネーション運動やペアになっての様々な運動を楽しく行うことができた。全児童が全校運動を楽しみにしていた。11月のマラソン旬間では、自分のペースで10分間の持久走を行った。各学年、自分は何周するか目標をもって走ることで、一周でも多く走ろうとする姿が1昨年より増えていった。</p>								
今年度の具体目標		<p>① 原小児童の実態に合った「体ほぐし」を中心に体育科授業研究と実践を進め、「目標・課題の果たせ方」「場の設定の工夫」「運動量の確保」「友とのより良い関わり」を観点として教師側の意識向上を図り、児童の「運動好き」を増やす。</p> <p>② 季節や行事や児童の意識を考慮した全校運動の内容を工夫する。年間計画の作成。</p> <p>③ 全校児童が使える学習カードを作成し、振り返りの場を大切にしていく。</p>								
具体的な取組計画	1校1運動	<p>【内容】</p> <p>体ほぐしカード・水泳カード・縄跳びカード・マラソンカード・スケートカード</p> <p>を作成し、年間を通して色々な運動に取り組むようにしていく。</p> <p>【実施回数、時間】</p>								
	教科体育	<p>・体育係から授業提案をする。研究授業以外にも年間を通して授業を見合う。職員実技研修も行う。</p> <p>・体育館壁面に運動例を單元ごとに掲示し、児童に様々な動きを知らせ手本・目標とする。</p>								
	特別活動 その他	<p>・エースドッジボールの大会に出場を考えている学級がある。休み時間などで練習に取り組んでいる。</p>								
	運動部活動	<p>※課外活動として、陸上、スケートにも取り組んでいる。勝利至上ではなく、個々の体力、技術アップ、生涯スポーツにつながる適正な運営を行っている。</p>								
評価方法 (体力テスト以外)		児童の学習カード記入結果を全担任が丁寧に評価する。								
25年度の新体力テスト実施予定		5月実施	1年	2年	3年	4年	5年	6年	実施予定学年に○	
小学校「運動遊び」「体づくり運動」DVDの活用状況又は中学校「コアトレーニング」DVD（4月配布）の確認					活用（確認）した					
					記載者職・氏名					