

令和7年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

海田町立海田西小学校

達成目標

- 全校児童で運動やスポーツが「好き」「やや好き」と答える児童の割合を 90%にする。
- 「長座体前屈」, 「ボール投げ」を男女とも県平均以上にする。

学 校 の 状 況

- ・海田町西部にある小規模校である。
- ・学区は、遠い所でも徒歩 15 分圏内である。

児童生徒の運動・生活習慣の実態

- ・運動やスポーツが「好き」と答える児童は学年が上がるにつれて減少傾向にある。
- ・外遊びを積極的に行う児童が少ない。

広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から

＜5年生＞

- ・男子において、「上体起こし」, 「長座体前屈」は、2年続けて県平均値・全国平均値よりも低い数値である。
- ・女子において、「ボール投げ」は、2年続けて県平均値・全国平均値よりも低い数値である。
- ・運動やスポーツが「好き」「やや好き」と答える児童の割合が 87.3%。前年度よりも下がっている。

実態把握

児童生徒の実態や体力・運動能力調査等から明らかになった課題

- ・ボール投げについて、投げる運動に親しんでおらず、投動作が習得できていないため、楽しく投げる運動に取り組める場を設ける必要がある。
- ・外遊びに出ている児童が少なく、遊びのレパートリーが少ない。
- ・運動やスポーツに楽しさを見出しにくい児童がいる。

取組事項

- ①体育科での取組
 - 柔軟性の向上
 - ・体育整備委員が柔軟性を高める運動として作成した, 「海田西体操第一」の実施を全校に呼びかけ, 体育科の授業の最初に準備体操の一部として実施する。
 - 投力の向上
 - ・楽しく運動に取り組むことができるよう, 「体づくり運動」等を中心に, 多様な動きにつながる運動や遊びについて研修を行い, 授業で実施する。
- ②西っ子外遊びタイム, 外遊びの取組
 - ・月 1 回, 「西っ子外遊びタイム」を実施する。体育整備委員会を中心に全校遊び等を企画し, 学校全体で体を動かす取組を進める。また, 教員も一緒になって遊ぶことで, 外で遊ぶ楽しさを味わわせるとともに, 遊びのレパートリーを増やす。
 - ・体育整備委員会を中心に外遊びを紹介し, 遊びを通じて多様な運動を行う。
 - ・外遊びの道具を整理し, 外遊びを奨励する。
- ③教科外での取組
 - ・「体力アップ貯金カード」を長期休業中の宿題とし, 児童が継続して運動に親しむことができるようにする。
 - ・休憩時間等を活用して児童が進んで投げる機会を設け, 投げる動作を高める場を保障する。

期待される効果

- ①柔軟性, 投力が向上する。
- ②外遊びが盛んになり, 休憩時間や放課後に進んで体を動かして遊ぶ児童が増える。
- ③運動する機会が増え, 運動することが日常的になる。

体 制

- ・保健安全部で「体力向上推進チーム」を構成し, 随時会議をもって推進する。

推進組織

令和7年度体力づくり推進計画

＜年間指導計画＞

海田町立 海田西小学校

達成目標	○ 全校児童で運動やスポーツが「好き」「やや好き」と答える児童の割合を90%にする。 ○ 「長座体前屈」、「ボール投げ」を男女とも県平均以上にする。
------	---

～3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
Plan	Do		Check	Action	Plan	Do		Check	Action	
結果分析・計画立案	計画に基づき実施		新体力テストの実施 結果分析	見直しと改善計画の立案 計画に基づき実施				評価 見直し・次年度の計画		
【体育科・保健体育科】	体づくり運動領域		水泳運動領域	陸上運動領域		陸上運動領域		体づくり運動領域		
	陸上運動領域			全学年、ハードル走系を実施し、走力を高める。		奇数学年は幅跳び系、偶数学年は高跳び系を実施し、跳躍力を高める。				
	競走を楽しみながら走力を高める。		ボール運動領域							
			ボールゲームなどの実施。投力を高める。							
	体育科の授業改善 準備運動で柔軟性や投力を高めるための運動遊び（体づくり運動領域を中心に）									
			運動会					持久走記録会		
【教科外】	遊具の整備					陸上運動環境の整備		遊具の整備		
	ボールやドッジビーなどの学級遊び用具を整備する。				体育研修	競技力向上事業①（町陸）	競技力向上事業②（郡陸）	体育研修		
【日常生活等】			新体力テスト				町陸	郡陸		
				西っ子外遊びタイムの設定						
【家庭・地域との連携】			新体力テスト結果を配付 保護者に通知	夏休み 体育の宿題 （体力アップ貯金カード）			冬休み 体育の宿題 （体力アップ貯金カード）	持久走記録会の 記録証を配付 保護者に通知		