

平成 29 年度「厚岸町立 高知小学校体力向上計画」

1 児童の実態 (平成 28 年度の実態)

【実技】			
	全国平均以上の種目	全国平均をやや下回っている種目	全国平均を大きく下回っている種目
第1学年	上体起こし	握力, 反復横跳び, 50m走	長座体前屈, シャトルラン, 立ち幅跳び, ソフトボール投げ
第2学年	握力		上体起こし, 長座体前屈, 反復横跳び, シャトルラン, 立ち幅跳び, 50m走, ソフトボール投げ
第3学年	握力, 上体起こし, ソフトボール投げ, 立ち幅跳び	反復横跳び, 50m走	長座体前屈, シャトルラン
第4学年	握力, 反復横跳び, 上体起こし, 長座体前屈, ソフトボール投げ	50m走	立ち幅跳び, シャトルラン
第5学年	握力, 長座体前屈, 反復横跳び, ソフトボール投げ	シャトルラン, 50m走, 立ち幅跳び	上体起こし

○よい点 握力とボール投げについては全国平均を上回った。
学年が上がるにつれて全国平均を下回る種目が減ってきている。

▲課題 20mシャトルランや50m走が全国平均を下回っている。
長座体前屈も全国平均を下回っている学年が多い。

【運動に対する意識や運動習慣】

○よい点 何事にも積極的に楽しく行っている。

▲課題 競い合う児童が少ない。集団スポーツを行うにも種目が限られている。

2 目標 ※数値目標を記載。運動に対する意識や運動習慣に係る内容の数値目標は、検証可能な第5学年の数値を記載

【実技】	
○	全学年で20m シャトルラン・50m 走の記録を全国平均並にする。
○	全学年で長座体前屈の記録を全国平均を上回るようにする。

【運動に対する意識や運動習慣】

○休み時間や放課後を有効に活用し、運動の楽しさを実感できるようにするとともに、持久力を中心とした体力をつけていく。

3 改善方策

【体育科の授業】	
○	縄跳びや区間ダッシュなどの全身持久力や走る能力を高める種目を行っていく。
○	柔軟運動をなども取り入れていく。

【授業以外の取組】

○集団遊びの中に全身持久力（大縄跳びなど）や走る能力（しっぽとりなど）を高める遊びを取り入れていく。

【連携（中学校、家庭、地域）】

○連合大運動会の中で、集団遊びで行った内容を組み込んだ種目を入れていく。

4 実施計画

時期	体育科の授業	授業以外の取組	連携(中学校、家庭、地域など)	その他
4月	体づくり運動 陸上運動(短距離走・リレー)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		
5月	体づくり運動 陸上運動(短距離走・リレー) 表現運動 新体カテスト	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		
6月	陸上運動(短距離走・リレー) 表現運動 新体カテスト 水泳	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び	連合大運動会	・新体カテストの全学年実施
7月	水泳 機械運動(マット)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		・新体カテストの結果の分析
8月	陸上運動(走り幅跳び) 体づくり運動(持久走)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		・学校体力向上計画の見直し
9月	陸上運動(走り高跳び・ハードル走) 水泳 新体カテスト 体づくり運動(持久走)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び	厚岸町小学生体力測定競技会	
10月	ボール運動(ミニバレー・サッカー)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び	厚岸町町民ファミリーマラソン大会への参加	
11月	陸上運動(走り高跳び) ボール運動(サッカー)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		
12月	ボール運動(Tボール) 器械運動(跳び箱)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		
1月	スケート	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		・平成30年度学校体力向上計画の作成
2月	スケート 器械運動(鉄棒)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		
3月	ボール運動(バスケット)	・児童会主催で行う集団遊び ・休み時間や放課後に行う集団遊び		

5 評価方法

- 年2回の新体カテストの実施(6月・9月)
- 児童アンケート
- 保護者アンケート