

# 令和8年度体力づくり推進計画 ＜全体計画＞

## 学校の状況

- ・住宅団地にある中規模校
- ・原則全児童が徒歩により登下校しているが保護者の送迎がある児童も数人存在する。
- ・外遊びをしている児童は多いが、遊びが固定化（サッカー、ドッジ、けいどろ、バスケットボール等）している。

## 児童生徒の運動・生活習慣の実態（第5学年）

- ・運動週間に関するアンケートをみると、1週間の総運動時間が、男子644.0分、女子188.1分で、男女差が大きかった。
- ・ゲームやテレビの視聴時間が5時間を越えている児童が男子で29.2%、女子が20.0%と、全国平均値と県平均値を超えている。

## 広島県体力・運動能力、運動習慣等調査結果との比較から（第5学年）

- ・男子は全ての項目で全国平均値を上回っていたが、「立ち幅とび」において県平均値を下回った。
- ・女子は「握力」、「長座体前屈」、「20mシャトルラン」、「立ち幅とび」において、県平均値かつ全国平均値を下回った。
- ・男女とも昨年度課題としていた「立ち幅とび」に課題が見られた。

# 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

- ・体力・運動能力調査のアンケートにおいて、「運動やスポーツをすることは好きですか」の質問に肯定的に回答した児童の割合が、男子が100%、女子が86.7%であり男女差が大きかった。また、運動の二極化が女子において顕著であった。
- ・1週間の総運動時間では、男子は県平均値かつ全国平均値を上回っていたが、女子はどちらも大きく下回っていた。運動をしていない理由として全員が「運動が好きではない」と回答していた。
- ・体力テストでは、男女とも昨年度課題としていた「立ち幅とび」に課題が見られた。

## 達成目標

- 「運動が好き」肯定的評価 90%以上
- 新体力テストの総合評価（A-B-D-E）率10%以上にする。

## 取組事項

- ① 体育科での取組（体育主任・担任の連携を中心に）
  - ・「くまエクササイズ」「ACP」を授業の導入に行うことで、体を動かすことを楽しみ、主体的に運動に取り組めるようにする。
  - ・「ACP（アクティブ・チャイルド・プログラム）」では、本時の主運動につながる運動遊びを領域ごとに紹介し、実態に合わせて選択できるようにする。
- ② 遊ぶ場と時間の設定
  - ・ロング昼休憩（月2回）、体育館遊び（週1回）を設定する。
  - ・3月に校内球技大会（ドッジボール）を開催する。
- ③ 児童会主催（運動委員会・たて割り班活動）の取組
  - ・保体部主体のロング昼休憩では、運動委員会を中心に全校で参加する遊びを提案する。（年2回程度）
  - ・運動委員会を中心に、遊びの提案や、ポスター作製など、外遊びを呼びかける活動に取り組む。
- ④ 体育朝会（保健主事・体育主任を中心に）
  - ・保健主事や体育主任による、全校運動（体づくり運動、なわとび、体操など）を行い、健やかな体づくりを行う。

## 期待される効果

- ・楽しんで体を動かすことで、運動好きな児童が増える。
- ・休憩時間など、外で遊ぶ児童が増え、児童の体力が向上する。
- ・新体力テストの合計点が昨年度より向上する。

## 体制

- ・職員会議や企画委員会で取組内容を紹介し、全校で組織的に運営していく。
- 保健主事・体育主任が企画運営、校長、・教頭・教務主任が指導助言。

# 推進組織

# 令和8年度体力づくり推進計画 <年間指導計画> 熊野町立 熊野第三小学校

**達成目標**

- 「運動が好き」肯定的評価 90%以上
- 新体力テストの総合評価（A-B-D-E）率 10%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・3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】	ボール運動系 ① 体づくり運動	走・跳の運動	表現運動 体力テスト	水泳運動		校内や町内や郡の陸上記録会に向けて、走・跳・投をバランスよく配置するようにする。	走・跳の運動 高原ブロック陸上記録会 安芸郡小学校陸上記録会		ボール運動系 体づくり運動 校内球技大会		
		準備の運動では、くま三エクササイズ、ACPを取り入れ、楽しみながら体を動かし、主運動につながる運動を取り入れる。							校内球技大会にむけて、各学級で計画的に練習に取り組む。		
【教科外】	②③④ 体育朝会 ロング昼休憩 運動委員会の取組 たて割り班活動										
				【ロング昼休憩】 クラス遊びや縦割り班遊びの時間を作り、運動の時間を確保する。			【運動委員会の取組・たて割り班活動】 児童会を中心に遊びを提案し、外遊びの楽しさを味わえるようにする。				
【家庭・地域との連携】				学校通信・HP							
											新体力テストの結果を保護者や地域に伝える。