

令和5年度 児童生徒体力づくり推進計画書（中学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 あわら市芦原中学校

生徒一人ひとりが主体的に運動に取り組み、運動の楽しさや喜びを味わうことができる体育学習や、健康の大切さを理解し実践力を育てる保健学習の充実を図る。

<保健体育の授業について>

- ・生徒一人一人が目標を持ち、記録が伸びる楽しさや喜び、目標をもった取組の大切さを味わわせたい。各単元の始めに単元目標を設定し、生徒が学習のめあてをもって取り組めるようにする。また、授業や単元の終わりには振り返りを行い、達成感や自分の成長を感じることができるようにする。基礎体力の向上のため、年間を通してストレッチと補強運動、コーディネーショントレーニングを行う。
- ・学年ごとに外部講師を招き、保健学習を充実させる。2年生では「応急手当の意義と基本」として心肺蘇生法の実技講習、さらに全学年対象に「薬物乱用と健康」に関する教室や交通安全教室を行う予定である。
- ・保健の授業では、食事・運動・休養のバランスのとれた生活を送ることの大切さを系統的に指導していきたい。
- ・ICT機器を利用し、体育の授業で自分の技を客観的に見たり、保健の授業で具体的な資料を提示したりするなど、ICTを効果的に活用した授業を行う。

<特別活動について>

- ・体育祭や球技大会の学校行事を通して、仲間と共に創り上げる感動体験を味わわせ、集団での連帯感や愛校心を育てたい。

<運動部活動について>

- ・部活動では、顧問・副顧問が協力して指導にあたり、生徒が意欲的に部活動に参加できるように、基礎・基本の習得を図りながら、丁寧な指導を心がけていきたい。
- ・礼儀、挨拶、マナー等の向上に努め、学校生活に生かす指導を心がけていきたい。

<その他（家庭や地域、外部団体等との連携、コロナ禍での工夫や取組み等）>

- ・2018年に開催された福井国体を機に、3年生の選択授業では特色ある単元として、スナッグゴルフを行っている。
- ・コロナ感染予防の対策として、密を避けるため運動中の隊形を広く取り、授業後の手洗い・消毒を徹底していきたい。マスク着用生徒が依然として多いため、熱中症にも注意しながら授業中の水分補給も適宜行い、体調不良にならないように配慮していく。

令和5年度 児童生徒体力づくり推進計画書（中学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 金津中学校

主体的に自ら意欲的に取り組む体力づくり

<保健体育の授業について>

各単元の指導目標や内容を明確にした指導計画を策定する。（継続）
毎時間の授業の導入として、補強運動（トレーニング）を取り入れる。

- ・ランニング（グラウンド2周、体育館5周）
- ・準備体操
- ・腕立て伏せ・腹筋・背筋（各20回）
- ・変則ダッシュ（10本）
- ・3km走を定期的に行う。
- ・縄跳びの10分間跳びを行う。

以上を10分程度で全員が行う。

- ・保健や健康に関する取り組みについては視聴覚教材を使用し、動画や画像を多く活用して生徒の関心を高め、理解を深める。

<特別活動について>

体育祭の学年種目は体育委員会で考え、体育委員を中心に準備・運営・後始末等を行う。

<運動部活動について>

本校は運動部の数が多く、活動も盛んである。生徒同士、互いに刺激し合いながら活動している。それぞれの部活動が上位大会に出場できるよう毎日の練習や練習試合などに意欲的に取り組むよう支援する。

活動については基礎体力の向上、基本的技術の向上はもちろんのこと、専門的技術や戦術の向上に積極的に取り組む。また、外部指導者や講師を積極的に採用し、生徒だけでなく指導者も研修に励む。

<その他（家庭や地域との連携・コロナ渦での工夫）>

一部の部活動では、金津高校との活動交流を行うことにより、技能や意欲を高めていく。文化部の生徒の体力向上に関しては、文化部顧問と連携を取り、定期的なトレーニングを行う。

コロナ渦での工夫として、更衣は広いスペースを使っている。活動も密にならないように、できる限り広いスペースを使って活動している。体育の授業では、クラス単位で行い、活動場所の確保のため、保健の授業を計画的に並行して行っている。