

# 令和5年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

## ～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 おおい町立本郷小学校

### 日頃から運動に慣れ親しみ、 目標の達成のためにチャレンジし続ける児童の育成

#### <体育の授業について>

- ・体育の授業では、児童一人一人の運動能力に応じた場の設定を適切に行い、運動の得意な児童も苦手な児童も達成感を味わえるような環境を整備する。
- ・毎時間の目標設定と振り返りのための学習カードを活用し、児童に学習の見通しをもたせると共に、授業ごとのステップアップを図りながら様々な運動に取り組みさせる。なわとびや水泳学習、器械運動については、専用の技能検定表を用意し、様々な技に率先してチャレンジさせる。
- ・授業と体育的行事を積極的にタイアップさせ、様々な運動を学級対抗で競い合わせることで、児童だけでなく、教員の意欲向上を図る。
- ・保健の授業では、自分の生活を見つめ直す機会となるように振り返りを大切にする。また、月に一度の体重測定の際に、養護教諭が生活指導をする。

#### <特別活動について ※「アクティブワン（業間運動）」を含む>

- ・1学期と2学期に朝マラソンを実施する（全校を2グループに分けて実施）。1学期は5月開催の体育大会に向けての体力向上を、2学期は11月開催のマラソン大会に向けての持久力向上をめあてに、各自で目標をもたせて取り組みさせる。また、個人だけでなく、学級の目標も設定することで、学級全体で声を掛け合いながら目標を達成しようとする意欲を高める。
- ・3学期の校内なわとび大会に向けて、大縄跳びの練習を業間に行う。ペア学年で教え合うことで技術の向上を図る。
- ・体育委員会主催の体育的企画を学期に1回行い、異学年交流の活性化を図る。
- ・月に1度、外遊びを中心とした縦割り班遊びを行い、体を動かすことに慣れ親しませることで、休み時間に率先して運動する児童の増加を目指す。また、「外遊びチャレンジ」と題して、肌寒くなる秋季にグラウンドにある登り棒や鉄棒などの遊具、一輪車や竹馬に挑戦させる期間を設ける。

#### <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）>

- ・体育大会やマラソン大会などの体育的行事を多くの保護者に参観・応援してもらえるように、各学級・学年のお便りや学校だより、学校ブログで練習中の様子から積極的に紹介する。大会の運営（特に安全面）においては、保護者に協力も要請する。

# 令和5年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 おおい町立佐分利小学校

互いに競い合い、教え合い、たくましい心と体をもった児童の育成

## <体育の授業について>

### ○普段の授業の中で

授業始めのランニング、準備運動や補強運動などを取り入れ基礎的な体力を養う。また、単元を組み合わせる工夫を行い、基礎感覚や技能の向上を図る。競い合ったり教え合ったりするための場や学習カードなどの工夫を行う。

### ○体育的行事に向けた重点指導

校内マラソン大会やなわとび大会に向けて、目標カードや掲示物を作成し、児童の意欲づけを行う。また、なわとび大会に向けて、ペア学年で教え合いの場面を設定し技能の向上を図る。

### ○保健や健康に関する指導

水泳の学習では、消防署の方をゲストティーチャーとして招き、安全確保につながる運動として、着衣泳の授業を行う。保健の授業では、養護教諭とT・Tを組んだり、資料や教材を共有したりして、養護教諭と連携しながら授業を進める。

## <特別活動について ※「アクティブワン（業間運動）」を含む>

### ○業間運動の充実

1・2学期は一輪車やフルマラソンリレー、マラソン、3学期はなわとびを行い、児童の基礎体力の向上を目指す。一輪車検定カードやマラソン、なわとびの目標カードを活用したり、掲示物を工夫したりして、児童の意欲づけを行う。月曜日の業間運動では、異学年交流を深めるために、ペア学年で遊びを通してつながりを深める。

### ○スポーツクラブの充実

前期には、一輪車や陸上クラブを設け、運動に親しみながら体力の向上が図れるようにする。体育大会や陸上大会など、発表の場を設定し、児童に目標を持たせ、意欲的に取り組めるようにする。後期には、運動クラブを設け、複数の運動を選択できる工夫を行い、多様な運動に親しめるようにする。

### ○運動遊びの充実

学級でのみんな遊びや縦割り班のなかよし班遊び、委員会主催の縦割り班対抗リレーなどを通して、週に1回以上、体を進んで動かす機会を設定する。

## <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）>

ファミリーウォーク、健康マラソン、夏季休業中のラジオ体操、公民館活動など、地域行事への児童や保護者の参加を呼び掛け、積極的な健康の増進・体力の向上を図る。異学年交流や外部との活動については、コロナの感染症状況を踏まえ、臨機応変に対応する。

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

学 校 名 おおい町立大島小学校

体育と遊びを中心に、児童の体力向上と健康増進を図る。

<体育の授業について>

- 児童一人一人が自分の健康や体力について考え、進んで取り組めるように課題をもたせ、学習カードなどを利用しながら指導していく。また、児童同士がお互いに励まし合い、協力し合い、教え合う機会を作ることで、運動しようとする意欲を高める。
- 各運動領域において、低学年から高学年へ向けて段階を踏んで技能を身につけることができるよう、系統的な指導を行う。また、教員が新型コロナウイルスの感染防止に留意し、密を避けて運動ができるよう、授業を工夫する。
- 保健の未習単元がないよう、体育主任が声をかけ、実施状況を確認する。

<特別活動について ※「アクティブワン（業間運動）」を含む>

- 校内外の体育的行事(校内体育大会、郡連合体育大会、校内マラソン大会、校内なわとび大会など)の練習過程を大切にし、運動の特性に応じた能力・技能の向上だけでなく、主体的に活動できるように、課題をもたせ指導していく。特に校内体育大会では、柔軟性や力強さ・リズム感を養える種目を取り入れる。
- 「アクティブワン」では、年間を通して業間マラソンやなわとびなどに組みこませる。業間マラソンと縄跳び練習では、記録カードを使用し、児童の頑張りが記録に残るようにする。また、郡連合体育大会前や校内マラソン大会前、校内なわとび大会前にも、練習の時間を確保し、体力や技術の向上の取組を行う。

<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）>

- 休み時間には、職員も児童と一緒に体育館やグラウンドで遊ぶようにする。
- 月に1回以上、業間に縦割班活動や集団遊びを取り入れ、運動することが好きな児童を育成していく。
- 一輪車、鉄棒等を安全に留意して自由に使えるように常設しておく。
- 地域での各種大会や行事（丸木舟・伝馬船通し合いなど）、体育教室（卓球教室・バドミントン教室・ダンス教室など）への積極的参加を促し、いろいろな運動経験をさせる。
- アンケートで「運動や体を動かすことが好き」と答える児童90%以上を目指す。

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

学 校 名 名田庄小学校

心も体もたくましく、ねばり強く挑戦する子の育成。

<体育の授業について>

- ・教科体育の時間における運動量を増やすとともに、系統的な指導を重視する。
- ・年間計画の実施時期に基づき、各種運動の「がんばり月間」を設定する。  
（5月：鉄棒、6～7月：水泳 9～10月：マラソン、1～2月：なわとび）
- ・必要に応じて「体育カード」を活用して、児童がめあてをもって取り組めるようにする。また、記録会や級別認定会を実施し、児童が取組の成果や達成感を味わえるような支援や評価を行う。
- ・健康教育や性教育を、担任と養護教諭が協力し、TTで行う。
- ・「病気の予防」の学習内容を活用し、感染症を防ぐためには、「病原体をなくすこと」「病原体のうつる道筋を断ち切ること」「体の抵抗力を高めておくこと」が大切であるということ、各学年の実態に応じて指導する。

<特別活動について ※「アクティブワン（業間運動）」を含む>

- ・本校では、体育大会を「たてわりまつり」と称して、異年齢集団活動を中心に据えている。種目の内容は実行委員会の児童が中心となって考える。また、学年の体力に応じたものを設定して、どの児童も元気に楽しく参加できる大会にする。
- ・児童が、楽しく体を動かして遊べるように、様々な遊びや運動の紹介をする。
- ・「体育委員会」を中心に、全校で取り組める活動(大なわ大会等)を実施する。
- ・6年生が企画・運営する「たてわり遊び」で全学年が遊ぶ機会を設ける。
- ・毎週火曜日は「にこにこタイム」を設定して、外遊びを推進する。
- ・2学期から業間(中休み)の時間に、「業間マラソン」「業間なわとび」等の日を設ける。
- ・体育館使用の仕方を工夫して、全学年が運動できるようにする。

<その他（家庭や地域、外部団体等との連携、コロナ禍での取組や工夫等）>

- ・新型コロナウイルスをはじめ感染防止のためにも、手洗い・うがいや必要に応じて消毒を徹底させる。
- ・毎日、健康観察個人カードを家庭で記入することを通して、自己の健康を管理する意識を高めさせる。（起床時刻、就寝時刻、朝の体温、朝食、体の健康状態、接触者・主な外出先を記入）また、家庭と連携して規則正しい生活ができるように指導していく。
- ・自己の生活習慣（早寝・早起き・朝ごはん・メディアの時間）を見直したり、健康な体づくりについて考えたりする授業を養護教諭や栄養教諭と連携して行うことを通して、強い体づくりを目指す。
- ・身体計測の記録を児童一人一人がグラフにまとめ、自分の成長の様子を知る。
- ・年間を通して、ビジョントレーニングを実施する。