

令和6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 越前町立朝日中学校

自己評価・他者評価を活用した協働的な学びを通して、学習意欲の高まりと、体力、技能の向上を図る取組み

<本校の体力向上の取組みについて>

- 本校の昨年度の体力テストの結果で、次の種目が課題として挙げられる。  
男子：50m走、立ち幅跳び  
女子：反復横跳び、50m走、立ち幅跳び、ボール投げ  
そこで、瞬発力や敏捷性を高めるために、ジャンプ系や足をすばやく動かす運動を準備運動の後の補強運動として取り入れていく。
- 持久力の向上を目的として、5月上旬に校内マラソン大会を実施する。大会に向けて、体づくり運動や陸上競技の授業を通して持久力を高めていく学習を行う。
- 器械運動の授業では、補強運動として器械運動の器具や縄跳び等も用いて、サーキットトレーニングを実施する。敏捷性、筋力、持久力の向上を目的とする。
- 委員会活動で本校と県との体力の比較を広報し、体力向上の啓発を行う。
- 長期休業中の体力づくりについて、委員会活動を通して呼びかける。
- 体力テストの結果を運動部顧問に提供し、各部のトレーニングに生かす。

<児童の運動習慣の育成について>

- 学習カードを用いて、自己評価や他者評価を行いながら授業の振り返りをする。また、次の授業のめあてをもたせる。
- 单元ごとに、ペアやグループ活動を取り入れ、生徒同士の話し合いや学び合いの機会を設ける。
- ICTを活用し、分かりやすい授業の展開に心掛け、正しいフォームなどを客観的に見て確認し合う活動を取り入れる。
- 陸上競技の单元等で、目標突破者や記録上位者の記録を掲示し、意欲を高める。

<その他>

- 社会体育活動や総合型スポーツクラブ（えちぜんスポーツクラブ）への参加を積極的に呼びかける。
- 各部活動ごとに、目標を立て、校内に掲示することで、部活動に対する競争意識と意欲を高め、競技力の向上を図る。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書  
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前町立宮崎中学校

自ら学び、共に高め合い、生涯にわたって  
健康的なライフスタイルを築こうとする生徒の育成

＜本校の体力向上の取り組みについて＞

- ・本校の教育目標「主体性・協働性・創造性の育成」を踏まえ、生徒自らが目標（めあて）をもち、主体的に課題と向き合う授業づくりに努める。
- ・主体的な学びを促すため、単元はじめのオリエンテーションを重視し、生徒が単元全体の見通しをもって学習に取り組めるようにする。
- ・主体的な学びにつなげるため、単元の中で、タブレット等で自分や友達の動きを映像で再現・確認する場を設定する。
- ・対話的な学びを促すため、授業の中で、学習したことを表現し合う時間を設定する。
- ・学びの成果を実感し、学んだことを次時への意欲や新たな課題につなげるため、「振り返り」の時間を設定する。
- ・保健学習では学校生活や社会生活と関連性のある学習課題を設定し、健康で安全なライフスタイルを築くことに関心を向け、自分の健康は自分でつくるという意識を高める。

＜児童の運動習慣の育成について＞

- ・薬物乱用教室やひまわり教室、中体連大会等とのカリキュラムマネジメントを意識した保健の授業を立案計画する。（学校行事等と保健学習の関連）
- ・体育祭、校内スポーツ大会など、体育委員会を中心とした生徒主体の体育的行事の計画立案・準備・運営などを通じて、支えるスポーツ活動の充実を図る。
- ・国、県、町のガイドラインや方針を踏まえて、部活動全体計画を作成し、適切な運動部活動の運営に努める。
- ・部活動懇談会を開催し、活動の意義や指導方針を伝えたり、保護者の思いを聞いたりすることで、家庭との連携をより深める。
- ・部長と顧問が相談して練習メニューを作成し、自主的な活動を支援する。
- ・文化部も含めたキャプテン・部長会議を設け、活動時の課題や体力の向上について話し合い、実践に結びつけていく。

＜その他＞

- ・地域のスポーツイベントへの積極的な参加を促し、地域の方との交流を深める。

令和6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 越前町立越前中学校

自ら求め、磨き、高め合う生徒の育成

・自分の健康、体力に興味、関心を持たせ、主体的に体力向上に取り組ませる。

<本校の体力向上の取組みについて>

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
1年	25.27	24.09	38.64	49.09	6' 55	8.54	186.36	18.36
2年	33.00	26.00	55.11	53.56	6' 13	7.73	205.67	23.89

○柔軟性や筋持久力、瞬発力を高める運動を取り入れる。

女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
1年	22.36	15.45	39.45	44.27	5' 27	9.33	155.82	12.27
2年	25.83	21.11	49.56	49.17	4' 31	8.59	170.11	14.61

○1年女子（現2年女子）は、全体的に県平均を下回っているので、運動機会を設け、全体的な体力向上を目指す。

○時間走や補強運動を継続的に行い、体力の向上に努める。

○体力テストの結果をふまえ、生徒一人ひとりが自己の体力を振り返り、更なる体力向上を目指す。※体力テストの結果のファイリング、結果の考察を行う。

○1年～3年まで各種目の学習カードをファイリングし、記録の伸びをみる。

○4月にマラソンを取り入れ、基礎体力づくりを行う。

○各部活動ごとの体力テストの結果を配付し、今後のトレーニングに生かす。

○全ての運動部が集まって、合同トレーニングを実施する。（冬季 週1回程度）

<児童の運動習慣の育成について>

○生徒一人一人に細かく目標（課題）設定させる。

○目標（課題）を共有し、ペアやグループで課題解決に取り組ませる。

○体育授業の学びを試す場として、球技の試合やダンスの発表会等を行う。

○保健の学習を通して、健康・安全に関する理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を養う。

○各種目の記録上位者を掲示し、生徒の意欲付けにつなげる。

<その他>

○生徒数減少を見据え、近くの中学校と協力して部活動を行う。

○部活動の大会結果や活動状況を掲示物やお便りにて積極的に知らせる。

○各部活動顧問の共通理解のもと部活動の活性化と体力向上を目指す。

○学校外のクラブで活動する生徒の活動状況を把握し、大会結果などを他の部活動と同じように掲示する。

○地区や小学校の体育的行事への参加を積極的に呼びかけ、地域との連携を深める。

○学校栄養教諭と連携し、全学年において食に関する指導を行う。

令和6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 越前町立織田中学校

- ・教科体育での運動量の充実
- ・生徒が主体的に取り組む体育的活動

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・全ての単元において、運動量の充実を図る。
- ・年間を通して準備運動にストレッチや補強運動を取り入れ、基礎体力の向上に努める。
- ・令和5年度体力テストの握力・上体起こしが本校の2，3年生は全国平均（令和3年度）より低かった傾向にあった。（握力：3年男子△1.71 2年女子△1.53 上体起こし：2年男子△2.98 3年男子△3.52 2年女子△6.57 3年女子△2.8）結果を生徒と共有し、後期より握力・上体起こしの補強運動を行っている。今年度も結果をもとに別の補強運動を取り入れ、体力向上に努める。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・記録を計測できる種目に関しては、学年ごとの目標記録を示し、目標記録突破者や記録上位者のランキングを提示し、生徒の意欲の向上に努める。
- ・ICTを有効に活用し、記録のグラフ化や動画撮影による動作の確認を行うことで生徒の「わかる」「できる」が実感できるように取り組む。
- ・保健や体育理論において、運動（スポーツ）が心身や社会性に及ぼす効果について伝え、日常生活や生涯にわたって運動を取り入れたりスポーツを行ったりすることの大切さを理解させる。

<その他>

- ・町や地区が企画するスポーツイベントについて情報を発信し参加を促す。
- ・校下の小学校の教員やスポーツ少年団の指導者等と情報交換を行う。
- ・事故防止に努め、熱中症対策として、暑さ指数（WBGT）が31以上の場合には体育授業を室内で行うようにする。部活動においては、活動時間の短縮やエアコンが効いている休憩エリアを確保する。