

平成31年度 苫小牧市立北光小学校体力向上プラン

学校教育目標	体力向上に向けた目標	30年度児童の体力の状況
<p>『21世紀を力強くともに生きぬく児童の育成』</p> <ul style="list-style-type: none"> ○かしこく（確かな学力）～よく考え、根気強く学ぶ子 ○ただしく（豊かな心）～思いやりの心を持ち、命やものを大切にする子 ○たくましく（健康な心身）～強い意志と健康な心身を持ち、最後までやりとげる子 	<ul style="list-style-type: none"> ○第1回体力テストの結果を中心に児童の実態を把握・分析し、第2回体力テストに向けて改善が必要な種目に関する運動能力の向上を図る。 ○家庭と連携を図り、児童の基本的な生活習慣の確立を目指す。 ○保護者や地域、中学校等と連携し、校外で運動する機会や場を充実させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○全国平均を上回ったのは、6年生男子で4種目、6年生女子で1種目であった。 ○全国平均と同程度であったのは、2・3・4年生と5年生男子で1種目、5年生女子で2種目であった。 ○全体的に、課題が異なり総合的な体力の向上が必要である。

目指す児童の姿
<ul style="list-style-type: none"> ○新体力テストにおいて、全学年全種目の結果を全道平均以上とする。 ○がんばり週間（年3回）において、朝食、睡眠時間、テレビ視聴時間を改善方向へそれぞれ2%上げる。 ○新体力テストの質問項目において、1日の運動時間をどの子も5分以上多くする。

具体的な取組
<ul style="list-style-type: none"> ○新体力テストの結果を踏まえた指導の充実 <ul style="list-style-type: none"> ・「どさん子元気アップチャレンジ」に参加し、児童の運動に対する意欲の向上を図る。 ・体育の時間における導入で体づくり運動を継続的に行うとともに、「学び合う体育」の授業改善を行う。 ・体育館、教室、グラウンド等に日頃から自主的に体力向上に取り組める運動コーナーを設置し、体力づくりの日常化を図る。特に投げる力の向上に向け、「ストラックアウト」の活用を奨励する。 ○生活習慣の確立 <ul style="list-style-type: none"> ・「新がんばり週間」結果を活用し、児童や保護者に対して生活・運動習慣の定着に向けた啓発を行う。 ○地域や中学校と連携した取組 <ul style="list-style-type: none"> ・体育的行事の運営を、保護者や地域の方々に協力していただくとともに、児童が地域の行事に積極的に参加するよう促す。 ・小、中学校が連携した体力向上を推進するため、新体力テストの実施に関する協力や共同の結果分析、結果の引き継ぎ等を行う。

学期	月	学校行事等	教科(体育等)	家庭・地域との連携	その他
一学期	4月		・体づくり運動 ・ボール運動	・学校だよりでの啓発	・体力向上プラン作成
	5月		・器械運動 ・陸上運動		・ストラックアウトの設置（通年）
	6月	・運動会	・表現運動 ・体づくり運動	・運動会への協力、依頼 ・がんばり週間①	・元気アップチャレンジ
	7月	・遠足 ・水泳教室	・水泳		・新体力テスト①（全）
二学期	8月	・水泳教室 ・中休みマラソン	・水泳 ・表現運動		・体力づくりマラソン
	9月	・中休みマラソン ・マラソン記録会	・陸上運動 ・体づくり運動		・体力づくりマラソン
	10月	・中休みなわとび	・ボール運動 ・陸上運動	・がんばり週間②	・体力つくりなわとび
	11月	・中休みなわとび	・陸上運動 ・ボール運動		・体力つくりなわとび
	12月	・中休みなわとび ・スケート教室	・器械運動	・新体力テスト結果公表	・体力つくりなわとび
三学期	1月	・中休みなわとび	・スケート	・がんばり週間③	・体力つくりなわとび ・元気アップチャレンジ
	2月	・中休みなわとび	・器械運動		・体力つくりなわとび ・新体力テスト②（全）
	3月	・中休みなわとび	・ボール運動		・体力向上プランの検証