

# 東小田小 「体力向上プラン」(1学期～)

学校名 【東小田小学校】

## 《中期目標》

運動の楽しさを味わい、主体的に運動に取り組む子どもの育成

## 《短期目標・指標》 仲間と関わり合い、運動の楽しさを味わう子どもの育成

(1) 体育、運動、外遊び好きの子どもの増加	(2) 基本的生活習慣の定着	(3) 1週間の外遊び習慣の定着	(4) 体力向上プランの教職員の共通理解
○「体育、運動、外遊び好き」の児童 90%以上	○早ね・早起き ・朝ごはんの習慣化 前年度より 2%up	○1週間の外遊び 3日以上	○4段階の自己評価 肯定的評価 70%以上

＜合言葉＞



で Enjoy !

なかよく のびのび みんなで

体 育 科 学 習

「1校1取組」運動

### 授業づくり

- 【準備】ペアでのストレッチを行う。  
・柔軟体操 ・体ほぐしの運動 等
- 【導入】めあてをつかむ。  
・目標となる動きの提示 等
- 【展開】めあてに対しての自分の動きをペアやグループでアドバイスし合い、相互評価をする。  
・友達への肯定的な声かけの奨励
- 【終末】ふり返り活動を行う。  
・児童による実演  
・体育ノートを使った自己評価 等
- ※指導例を通信等で紹介していく。

### なのみスポーツWeek

#### 【1学期】体力テストチャレンジWeek

- ・体力テストに向けて、各種目の練習場所の設定（休み時間等）

#### 【2学期】体力アップWeek

- ・全校児童集会またはプロジェクトを体育委員会が企画（外遊び、なわとび、オリンピックについて等）

#### 持久走Week

- ・持久走大会に向けて、全校でのランニングの実施

### 【体力の課題】

- ・柔軟に関する項目（長座体前屈）が全学年、県平均を大きく下回っている。
- ・児童生活アンケート「外遊び、運動が楽しい」肯定的評価 83.1%、運動習慣等調査「体育の授業が楽しい」の項目等も、肯定的な評価をした児童が県平均より下回っている。

### 【評価】

- 運動に関する意識調査の実施（年3回①7月②12月③3月）（児童生活アンケート活用）
- 生活チェックシート（年3回）※PTA学級委員会のアンケートを活用
- 1週間の運動時間についてのアンケート実施（年3回①7月②12月③3月）（児童生活アンケート活用）
- 教職員の意識調査（年3回①7月②12月③3月）（アンケートを実施）