

小樽市立銭函中学校 体力向上改善プラン

1 実施期間

令和3年4月1日～令和4年3月31日

2 生徒の実態

- ・年度前半の休校の影響もあり、全種目の実施ができなかった。また、同期間、運動をほとんどしていなかった生徒も多く、その前の水準に戻すことに時間がかかってしまった。次年度に向けて、今年度実施した種目の内、特に弱い点を洗い出し、向上させる授業構築を行っていく必要がある。
- ・「生徒アンケート等において、「平日のゲームをする時間」「携帯電話やスマートフォンの使用時間」が2時間以下の生徒を50%以上にする」の問いに対して、1年72.9%、2年84.7%、3年73.4%と、いずれの学年も高い数値となっている。今年度前半の休校期間で、かなりの生徒がゲーム、スマートフォンの使用時間が大幅に伸びてしまったこと、それが習慣化してしまっている恐れがある。学習習慣の向上と共に、運動をする時間を確保していく指導が必要である。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	・新体力テスト8種目のうち、1種目で全国平均と同等の結果を出す。
2年	・新体力テスト8種目のうち、1種目で全国平均と同等の結果を出す。
3年	・新体力テスト8種目のうち、1種目で全国平均と同等の結果を出す。

<運動・生活習慣>

学年	目 標
全学年	・生徒アンケート等において、「平日のゲームをする時間」「携帯電話やスマートフォンの使用時間」が3時間以下の生徒を20%以上にする。

4 目標を達成するための具体的な方策

1校1実践

「授業における継続的な補強運動による体力の増進」

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ① 自己の改題を意識した補強運動の充実を図る。
- ② 明確な目標をもたせながら、生徒が話し合う活動を充実させる。
- ③ 保健の授業を通し、「食」「健康」「睡眠」に関する生徒の意識を高め、生活習慣の改善を図る。

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ① 日常的に生活習慣の改善に向けた取組の充実を図る。
- ② 昼休みの体育館・グラウンドの活用を奨励する。
- ③ 体育系部活動の活動の充実を図る。

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ① PTAによる保護者への啓蒙を進める。
- ② 保護者アンケートの実施及び結果の公表を行う。
- ③ 学校便り等により啓蒙を図る。
- ④ イベント等への参加促進

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R3年	・「体づくり運動」の充実
4月	・部活動（運動部）の実施
5月	○新体力テスト実施 ○全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施
6月	・体育の授業における「陸上競技」の実施
7月	・中体連各種大会 ・体育祭に向けての各学級の練習の実施 ・体育祭の実施
9月	○新体力テスト結果分析 ○体力向上改善プランの評価・改善
12月	・保護者アンケート・生徒アンケート・職員自己評価の実施
R4年	・保護者アンケート・生徒アンケート・職員自己評価の分析結果を職員に公表
1月	・保護者アンケート・生徒アンケートの分析結果を学校だよりにて公表
2月	○保護者への調査結果の説明 ○体力向上改善プランの評価・改善
3月	・スキー授業の実施 ○新体力向上改善プランの作成

6 評価方法

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ① 生徒アンケート、職員自己評価の実施

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ① 生徒アンケート・職員自己評価の実施

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ① 保護者アンケートの実施
- ② PTA役員との情報交流