

# 令和4年度「1校1取組」運動を位置付けた体力向上プラン【計画書】

学校名〔 福津市立福間中学校 〕

## 視点2 目標と成果指標

### 《目標》年間を通して補強運動を行い、新体力テストの記録向上につなげる

#### 令和5年度の体力・運動能力調査の全ての記録を向上させる

|      | 「運動に対する意識」に関する成果指標                      | 「運動習慣」に関する成果指標                          |
|------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|
| 評価方法 | 学年末の授業アンケート                             | 学年末の授業アンケート                             |
| 成果指標 | 体力に自信が「ある」「ふつう」を合わせた割合 85%以上            | 運動やスポーツを「しない」の生徒の割合 5%未満                |
| 評価   | 1回目・8月 ( )<br>2回目・12月 ( )<br>3回目・2月 ( ) | 1回目・8月 ( )<br>2回目・12月 ( )<br>3回目・2月 ( ) |

7

## 視点4 「1校1取組」運動名

運動名：補強運動（腹筋・背筋・腕立て・スクワット・バーピージャンプ）

## 視点3 今年度の重点的取組と指標

| 体育・保健体育科授業における取組                                                                                                            | 取組指標  | 体育・保健体育科授業以外の取組                | 取組指標    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------|---------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・1年間を通して「補強運動」を行う。</li> <li>・新体力テストの各項目を「4月」と「12月」に実施することで、体力向上の変化を実感させる。</li> </ul> | 全単元実施 | ・委員会活動と連携し、体力向上の取り組みを行う。       | 学期1回    |
|                                                                                                                             |       | ・昼休み、学年割当をして、体育館を開放する。         | 月2回     |
|                                                                                                                             |       | ・体力アップシートを活用し、個人の目標達成に向けて取り組む。 | 活用率100% |

## 視点1 子供の実態分析

### 体力・運動能力に関する課題

新体力テストの記録が全体的に落ちている近年、第一学年を対象とし、年間を通して補強運動を授業内に必ず取り入れることでどのように変化するかを分析する。

| 「運動に対する意識」に関する課題                                                                                                        | 「運動習慣」に関する課題                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 「体力は必要だと思いますか」という問いに対して、「とても思う」75%、「やや思う」25%であり、生活する上での体力の必要性を感じている生徒は多い。しかし、「体力に自信がある」と答えたのは、20%、「ふつう」50%、「ない」30%であった。 | 運動やスポーツを週3回以上する生徒と、全くしない生徒の二極化。<br>運動やスポーツを「週3回以上する」75%、「週1～2日」5%、「月1～3回」9%、「しない」11%であった。 |

### 《要因》（体育・保健体育科の授業や授業以外の取組から）

- ・保健体育科の授業において、特に運動の苦手な生徒が、自分自身の上達や成果を実感し、運動の楽しさを味わうことのできる工夫が不十分である。