

体力向上プランについて

1 体力向上プラン2009

(1) 目的

県下児童生徒の体力・運動能力は、横ばい若しくは低下傾向を示している。ここ9年間においては、低下のスピードが緩やかになる、あるいは、低下の傾向を示さない項目がある。また、学習指導要領総則第1の3には、学校教育全体で体力向上について取り組むように示されている。そこで、県下の小・中・高等学校が自校の児童生徒の体力・運動能力の実態を把握し、今後の具体的な体育指導に生かすための目安としたり、実践・評価へと結びつける基礎資料としたりするために、体力向上プランを作成し体力づくりに取り組む。

さらに、本年度は、昨年度(または過去の)の取り組みの成果と課題の上に立って、より各学校の児童生徒の実態に沿ったプランを作成し継続的な取り組みを進めていく。

(2) 対象校

県下の小・中・公立高等学校全校

(3) 実施内容*平成20年度学校体育研究協議会「体力向上のための指導の工夫」演習を参考に、

各学校が、昨年度(または過去の)の実践の成果と課題を基に、全教職員の共通理解を得て「体力向上プラン2009」推進計画書を作成する。

昨年度までの取り組みの評価を記す。

またどのような課題、実施する上での困難点等があるかも記す。

特色ある「体力向上プラン2009」については、長野県スポーツ情報ネットワークを通じ、県下に紹介していく。

http://www.pref.nagano.jp/kyouiku/taiiku/sportsnw/physical_test/physical_test19.htm

「体力向上プラン2009」推進計画書に基づいて実践し、その結果について評価する。

評価については、次年度の計画に反映されるよう、次年度計画書の中に位置づける。

(4) 推進計画書の概要(1番に自校の生徒の体力の現状、実態等をまとめる。例を参照)

(A4用紙1枚)

「体力向上プラン2009」								
学校番号 _____	立 学校 _____	校長名: _____	記載責任者名: _____					
〒 住所 _____		電話 _____	FAX _____	E-mail _____				
1 本校の生徒の体力の現状(記載例)								
(1) 分析 (全国平均値との比較)								
全国平均値より上回っている種目数 37種目で全体の38.5%である。								
上回っている種目: 握力と50m走								
下回っている種目: 上体起こし、反復横とび、立ち幅とび								
学年別・男女別に見ると、1年生では、8種目のうち4種目で上回る結果となった。逆に5年生では、6種目で下回る結果であった。								
	新体力テスト実施項目							
項 学年	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投
小1男子								
小1女子								
小2男子								
小2女子								
小3男子								
小3女子								
小4男子								
小4女子								
小5男子								
小5女子								
小6男子								
小6女子								
上回った種目数	12	2	4	2	4	7	2	4
2 昨年度までの取り組みの概要と評価(成果と課題)								
(書き方例: 表にして、成果と課題が対応して見られるようにするとまとめやすい。)								
評価(具体的な数値やデータを指標にして): 昨年度の数値目標の評価をする。								
(例: ボール投げの数値が一昨年の新体力テスト結果よりも平均2m向上した。体育館使用率は、...								
(例: 新体力テストで総合評価C段階以上の割合が70%から75%になった。縄跳びカードが...								
3 今年度の取り組み								
(1) 具体目標(数値やデータを指標として)								
(例) ・朝マラソンへの自主的参加率をさらに10%向上させる。 ・休み時間(昼休み)の運動遊びの人数を30%向上させる。 ・新体力テストの総合評価でC段階以上の割合を80%に向上させる。								
(2) 内容と方法(具体的な取り組み、課題を解決できるような内容を盛り込む)								
4 評価計画(実施後の評価方法)								