

様式2例

※すでに市町村等の様式があれば、その様式でよい。

※すべての項目について記入する必要はない。また、必要に応じて項目を追加してもよい。

※

※この欄は記入しない

平成31年度 体力向上プラン報告書

学校名	館林市立第二中学校	校長名	竹内 昭典 印												
テーマ	自分の体力を理解し、楽しみながらその向上に努め、生涯運動に親しんでいくことのできる生徒の育成														
目標指標・数値	①新体力テストの総合評価A・Bの生徒55%以上、D・Eの生徒15%以下を目指す。 ②新体力テストにおいて落ち込みの見られた種目（立ち幅跳び・ボール投げ）の向上を目指す。 ③「進んで体力の向上に取り組んだ」という生徒の割合80%以上を目指す。 ④「部活動に積極的に取り組み、技術・体力を向上させることができた」という生徒の割合80%を目指す。														
具体的な取組内容	年間を通した重点項目	「朝のランニングタイム」「教科体育」「部活動」を3本柱とし、それぞれの場面で基礎体力の向上への取組を計画的に実践し、全校態勢でその向上を目指す。													
	体育・保健体育の授業	◎準備運動・補強運動の質の向上 写真・解説入りの準備運動マニュアルを配布し、ラジオ体操第Ⅱや筋力トレーニングのやり方を細かく確認して実施する。また、運動の基礎となるランニングフォームに着目し、よりよいフォームを意識してその改善を目指す。 ○運動種目の特性に応じた準備運動の工夫 種目によって、その運動特性に合わせた補強運動をプラスし、体力と技能の向上を目指す。 ○達成感や充実感の味をえる授業づくり 動きのポイントを具体的に示して「何をどのようにしたらよいか」を明確にすることにより、生徒が達成感を確認しやすくする。また、生徒が考え、教え合いながら向上できる学習環境づくりを目指す。													
	学校としての取組 (体育授業以外)	◎学校行事への取り組みの活性化 J0（ジュニアオリンピック）や持久走の練習等で、運動に主体的に取り組む機会を増やし、体力向上を目指す。 ○部活対抗駅伝に向けて 朝、ランニングタイムを設定し、部単位で主体的に取り組むとともに、学校の駅伝チームへの積極的参加とレベルアップを目指す。 ○ボール貸し出しや体育委員の呼びかけにより、昼休みに身体を動かすことを推奨していく。													
	家庭・地域との連携	◎運動に親しむ機会の確保 地域の体育的行事（地区別運動会や市主催のマラソン大会・駅伝大会等）に積極的に参加する。 ○保護者への協力要請 本校の生徒の体力の現状や課題、健康を維持・増進するために運動がもたらす効果などについて、学校からの通信や保護者会等を活用し、家庭・地域に発信する。													
	運動部活動	◎資質向上研修 「指導者の役割」や「指導法」についての研修を行い、教員の指導者としての資質向上を目指す。 ○自チームの体力レベルの把握 新体力テストの結果（部活別）を顧問に配布し、部ごとに課題を設定して、その改善に向けてトレーニングを計画・実施する。 ○基礎体力の向上 朝のランニングタイムを設定し、合同で基礎体力づくりに取り組む。 ○体力強化期間の設定 新チームの立ち上げの時期（7月下旬から8月）と新人戦後（11月から1月）を体力強化期間とし、学校全体で基礎体力の強化に取り組む。													
平成30年度 平成31年度 新体力テスト 結果 (2年間の比較)	総合評価 (%)	年	A	B	C	D	E	※総合評価は全学年における割合を、体力合計点は各学年における合計点平均を記入する。 ※いずれも小数第1位まで記入する。							
		30	23.5	31.2	26.7	14.6	4								
		31	18.4	33.7	30	14.7	3.2								
	体力合計点平均 (点)	年	1男	1女	2男	2女	3男	3女	4男	4女	5男	5女	6男	6女	平均
		30	35.2	51.1	42.7	53.8	44	54.6							47
		31	32.2	46	44.5	51.8	51.4	54.3							46.5
評価方法	1月の校内保健体育部会における分析 ①今年度の新体力テスト結果と昨年度結果との比較 ②学校評価及び保健体育学習におけるアンケート														
目標の達成状況及び今後の課題	【達成状況・成果】 ①「新体力テストの総合評価A・Bの生徒を55%以上を目指す。」については、2.9ポイント及ばなかったが、ほぼ目標を達成することができた。「新体力テストの総合評価D・Eの生徒を15%以下を目指す。」については、プラス2.9ポイントで僅かながら目標を達成することができなかったが、昨年度比は0.7ポイント減少した。 ②「新体力テストにおいて落ち込みの見られた種目（立ち幅跳び・ボール投げ）の向上」については、2年男子の立ち幅跳び以外は全て向上がみられた。 ③学校評価の『健康・体力』の項目「『進んで体力の向上をさせようとしている』という生徒の割合80%以上を目指す。」については、82%で達成することができた。 ④「『部活動に積極的に取り組み、技術・体力を向上させることができた』という生徒の割合80%以上を目指す。」については、アンケートの結果96%で達成することができた。 【課題】 ●毎年課題とする「落ち込み種目の改善」について、女子の向上が少ない。学年を追って見てみると男子は大幅に記録の向上が見られるが、女子のそれは少ないものである。成長期が終わり、女性の身体つきとなり、記録が向上しない生徒が多いと考えられるが、諦めることなく手立てを工夫して向上を目指していきたい。 ●「『進んで体力を向上させている』という生徒80%以上を目指す。」は、高い数値で達成できたが、「おおいにできた。」は7割に留まっている。また、「与えられたことを頑張っている」ことで満足し、「自ら工夫をして取り組んでいる」生徒は少ない。具体的に「～に自ら進んで取り組んだ。」と答えられるように、個人の努力を評価して自信をもたせ、自己有用感の味をえる体力づくりへの取り組みにしていきたい。														
記載者職（校務分掌）・氏名	職	教諭	氏名	吉田 久志											