

令和7年度 村椿小学校アクションプラン —3—

重点項目	健康づくり
重点課題	体力の向上【健康 つばきッズ】
現 状	<ul style="list-style-type: none"> ・保健指導や健康観察時の生活習慣チェックの取組により、早寝早起きやメディアコントロール等、望ましい生活習慣についての意識を高めてきた。 ・近年の児童を取り巻く環境の変化により、体を動かす機会が減少している。本校でも習い事で運動をしている児童と運動不足の児童の二極化が激しい。休み時間には、いつも決まった児童がグラウンドや体育館で体を動かして遊ぶ様子が見られる。 ・昨年度の体力テストの結果では、男女共に握力と上体起こしに課題が見られた。
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・日頃から体力の向上に取り組み、学期ごとに行う体力テスト（重点項目：握力、上体起こし）において記録が伸びた児童の割合が80%以上になることを目指す。
方 策	<ul style="list-style-type: none"> ・週2回の業間運動「GO!GO!つばきッズ」の時間には、全校で3分間走やサーキット運動に取り組み、基本的な体力の向上に取り組み。 ・体育や「GO!GO!つばきッズ」の準備運動にグーパー運動を取り入れ、握力を高めるようにする。 ・体育委員会が企画する縦割り班での活動、縄跳び等を全校で実施し、様々な学年が交流しながら楽しく体を動かす機会を設ける。 ・体育の授業や体育的行事の内容の充実に努め、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。
外部評価者	学校運営協議会委員
公開の方法	学校便り、ホームページによる公開
具体的な取組状況	<ul style="list-style-type: none"> ・週2回の業間運動「GO!GO!つばきッズ」に継続して取り組んだ。晴れた日には、全校で3分間走を行った。これまでは雨天時に業間運動をしていなかったが、体育館でサーキット運動に取り組んだ。また、2学期後半からは、なわとび運動にも取り組んだ。 ・体育や「GO!GO!つばきッズ」の準備運動として、握力を強化するためのグーパー運動や上体起こしの運動を取り入れた。 ・学校保健委員会では、黒部市体育協会より講師を招き、体力向上について講演を行っていただいた。心と体を整えるストレッチ方法について実践を交えながら学ぶことができた。 ・体育委員会が企画した「なわ跳び集会」を実施し、代表児童たちの演技披露を通して運動意欲の向上を図った。
達成度	<ul style="list-style-type: none"> ・「できるようになったかな」チェック週間（7月と11月に実施）において、今年度から「体力づくり」の項目を設け、体育の学習を除き、1日30分以上体を動かしたかどうかを調査した。7月は84%、11月は89%と、概ね30分以上の運動習慣があることがわかった。2学期は暑さが落ち着き、歩いて登下校したり、休み時間に運動をしたりする児童が増えたことが原因と考えられる。 ・1学期の体力テストから記録が伸びた児童は、握力67%、上体起こし76%であった。達成目標の80%には届かなかった。
評 価	C
外部評価者の意見	握力や上体起こしのような個人差が大きい項目については、なかなか一律に伸びが見られないので、達成目標が高すぎたことが考えられる。また、運動は子供にとって得意、不得意があるので、一つの基準だけでなく、その子なりの目標を設定してもよかったのではないかと。
次年度へ向けての課題	<ul style="list-style-type: none"> ・6～9月は熱中症警戒指数が高く、業間運動を行うことができない日が続いた。天候や気温に左右されずにできる運動を検討し、日常的に実践していくことで、体力向上に繋げていく必要がある。今後も、直近の体力テストの結果等を参考に、課題となる項目の記録向上に繋がる運動を意図的に実施させたい。 ・児童が運動したくなる働きかけや環境の準備に力を入れたい。本校には、グラウンドに鉄棒や登り棒があるが利用している児童はあまり見かけない。体育科の授業の中で遊び方を教えるなどして、児童の意欲を高めていく必要がある。また、室内に肋木や鉄棒を設置することも運動機会を増やすことに有効ではないかと考える。 ・運動習慣の意識向上には、家庭との連携が必須である。学校保健委員会への保護者の参加率を上げるために、日程や周知方法を検討していく必要がある。

(評価基準 A：達成した B：ほぼ達成した C：あまり達成できなかった D：達成できなかった)