

令和3年度 高松市立庵治中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】 < 自啓・誠実・協同 >

～高い志を抱き、努力を惜しまず、責任と協力を重んじ、
創造的な知性と豊かな感性を備えた生徒を育成する～

【本校の現状と課題】

- ① 「新体力テスト」の結果より
 - 全校生の新体力テストの総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値はプラス値ではあるが、1年生の値は2・3年と比べると大きく下回っている。
 - 全体的に20mシャトルランとハンドボール投げの数値が下がっている。昨年度より、体育活動に制限があるため全身持久力や投力の強化を課題とする。
- ② 「運動に関する意識・運動習慣」についての分析より
 - 保健体育の授業が好きと答えた生徒の割合が、全校生で80%と高評価である。しかし、女子の運動部所属率の低下とともに全体的に運動部所属率がかなり低下してきている。〔男子運動部所属率80%・女子68%、3年運動部所属率91%・1年41%〕
 - 運動部に所属していない生徒への運動参加や長期休業中の生活において、生徒が運動の必要性を認識し、積極的に自ら運動に取り組んでいく姿勢の習慣化には課題があり、学校全体として家庭とも連携を図りながら運動習慣確立の手立てを行っていく必要がある。

「保健体育の授業での取組」

- ・毎授業の中に、高松市の体力状況で課題となっている体力（筋力・全身持久力・柔軟性）の強化を目的とした補強運動を取り入れる。
- ・新体力テストの結果を分析することにより、自分の体力の課題と向き合い、自ら運動に意識的に取り組むことができるようにする。
- ・自分で調べた体力づくりを、授業の中で実際に取り組むことにより、体を動かすことの心地よさを味わい、目的に適した運動に取り組むことができるようにする。

「運動部活動や家庭・小学校との連携」

- ・部活動における補強運動や休養日の課題として体力づくりに取り組ませる。また、懇談会でも保護者に周知し、理解と協力を依頼する。小学生の庵治中体験では部活動の体験を行い、中学校の部活動に向けて夢や目標を持てるよう小中連携を図る。



【 目 標 】

- ① 「新体力テスト」の数値における目標
 - 総合得点を一人平均5点上げる。また、総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値を上げる。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」における目標
 - 保健体育の授業が好きと答える生徒の割合を、90%以上にする。
 - 長期休業中の生活において、生徒自ら運動に取り組む時間の確保に努める。