

# 記入例

(様式1:計画) 令和6年度 健康・体力づくり一校一実践運動 実施計画書(小学校)

学校名	山梨県立保健体育スポーツ小 学校	校長名	山梨 太郎					
実践プログラム	学校みんなで元気アップ!!					小学校のみ記入。登下校を含まない 週3日以上運動習慣がある児童 数と在籍児童数を入力する。		
R5新体力 テストの結果等か ら得られた 課題	「ほとんど毎日運動する」割合が山梨県平均を ① 下回っている。 R5 5年男子：55% 5年女子：45% ボール投げの記録が全国平均に比べて低い。 ② R5 5年男子：23.72m(全国)20.73m(本校) 5年女子：14.74m(全国)13.72m(本校) 朝食を「毎日食べる」割合が県平均を下回って いる。 ③ R5 6年男子：83% 6年女子：87%		4年		5年		6年	
			男	女	男	女	男	女
		週3日以上 運動する 児童数	29	20	28	19	33	24
	在籍児童数	46	44	41	42	47	46	
重点項目	① 運動頻度を高める。 ② 投げる運動の経験を増やす。 ③ 朝食摂取率を向上させる。							
目標指標 目標数値	① 「ほとんど毎日運動する」の割合を、男子80%、女子75%以上にする。(県平均値を上回る) ② 全ての学級において、授業等でボールを投げる運動(遊び)に毎月一定期間取り組む。 ③ 朝食を「毎日食べる」割合を95%以上にする。							
実施 時間帯	① 毎週火曜日の「やまなしタイム」(休み時間)の活用。 ② 体育の授業の5分間継続して実施する。休み時間に「てるボール」で遊ぶ。 ③ 学期に一度の健康チェックを行う。							
<b>具体的な取組内容</b>								
①個人で楽しめる運動遊びを推奨し、運動機会を確保する。 ・「なわとびカード」を配付し、児童が自分のペースでなわとびに取り組む。 ・「みんなで元気アップ!!」の個人で楽しめる運動のページを拡大印刷し、児童玄関に掲示する。 ・多様な運動遊びを経験することができるように「みんなで元気アップ!!」で遊んだ種目にシールを貼っていく。 ②投げる運動経験を増やすための取組 ○体育の授業の5分間を利用した投げる運動の実施 ・県教委の資料を参考に、タオルを使ったストレッチ運動や投げる動きの学習を継続して行う。 ・一人1つの「てるボール」を用意し、授業の中で使い回すことなく投げる運動遊びを行う。(何回の投球で目標にゴールできるか競争) ・休み時間にも投げる運動遊びが波及するよう、楽しい運動遊びを児童とともに考えるようにしていく。 ③朝食摂取率を高めるための取組 ○健康習慣調べ ・学期に一度1週間、「食事」「睡眠」等の健康チェックを行う。 ・家庭と連携しながら児童のよい習慣が身に付くようにする。(おたよりによる依頼) ・保健委員会がクラスを回り、朝食を「毎日食べる人」が何人いるか調査・集計する。								
評価方法	① 2月に運動頻度のアンケートの実施する。 ② ①とともに「投げる遊びを楽しんでいるか」調査する。可能ならば、2月にボール投げの記録測定を行う。(中・高学年のみ、全国平均早見表を使用する) ③ 健康チェックカード集計結果を基に評価する。							

( 記載責任者名 **山梨二郎** 校務分掌等 **体育主任** )