

(別紙様式2)

令和4年度 児童生徒体力づくり推進計画書(中学校用)
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 南越前中学校

- ・体力や運動能力の向上を目指す。
- ・感染症予防を徹底した安全・健康意識の向上に努める。

<保健体育の授業について>

- ・準備体操・準備運動として、ラジオ体操や補強運動を取り入れる。例年の体力テストの結果から、瞬発力・全身持久力強化を目的とした運動を多く取り入れる。投力・握力向上のために、陸上競技で投擲種目を取り入れる。(安全確保に留意する。)
- ・各自が陸上記録更新を目指す場として、陸上記録会を保健体育科の授業で行う。
- ・ICT機器を活用したり、目標設定を工夫したりして、「分かる体育」や「できる体育」を心がける。
- ・新型コロナウイルス感染症をはじめとした感染症予防に関する学習を行い、自分を含めて身近な人の命や健康を守るための考え方や行動ができるようにさせる。

<特別活動について>

- ・地区陸上大会や地区駅伝大会への積極的な参加を促す。選手以外でも希望の生徒には練習への参加を認め、意欲ある生徒が力をつける機会を設ける。
- ・体育祭や球技大会(2回:バレーボール, バスケットボール)等の行事を授業でつけた力の発表の場とする。
- ・救急救命士を招き、2年生を対象に救急法講習会を実施する。万が一の時に行動できる能力や安全への意識を養うとともに、学校のリーダーとしての意識を高める。

<運動部活動について>

- ・感染症予防を徹底しつつ、生徒が主体となるような部活動を推進する。各部活動で技術的練習だけではなく、基礎体力づくりやランニングなどのトレーニングを積極的に取り入れる。合同トレーニングの機会を設け、体力づくりへの意識を高める。

<その他(家庭や地域、外部団体等との連携、コロナ禍での工夫や取組み等)>

- ・地域での体育的な行事に積極的に参加するように促す。
- ・地域での早朝ラジオ体操への積極的な参加を促し、体育祭の準備体操(ラジオ体操)を発表の場とする。
- ・教科体育、特別活動、部活動等の様々な場面で、熱中症予防をはじめとした体調管理への意識を高め、実践させる。