

令和5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 大野市開成中学校

「主体的に運動に取り組む姿勢を身に付ける。」  
「仲間との交流を通して運動する楽しさを味わい、生涯にわたり運動に親しむ資質や能力を身に付ける。」

<保健体育の授業について>

- (1) 1年間を通じて、メタモジクラスルームを利用した授業を展開し、個に応じた目標設定と授業の振り返りを定着させ、達成感のある授業づくりを目指す。
- (2) 授業の始めには必ず授業内容の確認、ねらいの説明、学びのキーワードを提示する。体育の授業展開のパターンを確立することで、見通しや目標をもって学習に取り組めるようにする。
- (3) 意欲をもって運動させるために、個々の能力や学級全体の現状にあった目標を設定する。個々や集団の「伸び」を認め、達成感や充実感を感じられるようにする。
- (4) 昨年度体力テストの結果から、本校の生徒は瞬発力や敏捷性に課題が見られた。これらの体力を高める補強運動を体育授業で取り入れる。
- (5) ペアやグループで話し合う活動を設定し、対話的な活動を通して課題を解決する力を高めさせる。
- (6) 運動量の確保に努めるとともに、単元に応じたスキルドリルを継続して行う。
- (7) 栄養教諭や養護教諭と連携して、生徒の実態に応じた保健の授業を行い、私生活と関連して考えさせる。
- (8) 感染症対策に十分配慮するとともに、必要に応じて年間カリキュラムを柔軟に組み替える。水泳の学習では、実技と安全に関する学習を組み合わせる。

<特別活動について>

- (1) 本校で行われる体育的行事  
① 全員競走大会 ② 体育祭 ③ 球技大会
- (2) 全員競走大会では、生徒が走る距離を選択できるようにし、主体的に長距離走に関われるようにする。
- (3) 体育祭では、生徒のアイディアによる種目を取り入れ、協働的・主体的に運動に関わろうとする態度を養う。

<運動部活動について>

- (1) 休日の活動については参加を希望制とする。
- (2) 部活動合同トレーニングを実施する。顧問の負担が減るように、講師を呼び講習会形式などで実施する機会を増やす。

<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）>

- (1) 市や地区の体育的行事や夏季休業中に行っているラジオ体操に積極的に参加するように勧める。
- (2) 部活動では、専門性の高い外部指導者と連携した運営を進める。

令和5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 大野市陽明中学校

今年度の元気パワーアップ作戦重点内容

◎『主体的に取り組み、学び合う生徒の育成』

- ①一人一人が自分の目標や課題を把握できるような学習資料の工夫と振り返りの時間の充実
- ②仲間と学び合える学習形態の工夫
- ③課題解決のための場の工夫

<保健体育の授業について>

<体育の授業>

運動領域や種目の特性に応じた学習資料(ICT機器や学習カード)を準備し、一人一人が自分の能力に合った課題や目標を設定できるようにする。自分の課題に合った解決方法を選択できるような場の工夫を行う。グループ学習やペア学習を取り入れることで、互いの動きを見合い、技術的なポイントをアドバイスし合ったり、励まし合ったりするような学び合いの場を設定し、活動への意欲が高まるようにする。活動を振り返ったり、課題解決や技能の向上に向けて考察したりすることで、自己の体力や健康について関心を持たせ、豊かなスポーツライフを実現させる資質・能力の向上を目指す。運動領域や種目の特性に応じた動きを準備運動の中に取り入れ、バランスのとれた体力の向上を目指す。

<保健の授業>

日常生活と関連させた学習課題を取り上げ、自己や他者の健康に関心を持たせるとともに、生涯を通じて明るく豊かな生活を営む態度を養う。

<特別活動について>

授業で学習したバトンパスなどの技術を体育祭のリレー競技に生かす。

<運動部活動について>

それぞれの運動種目特有のトレーニングだけではなく、バランスのとれた全体的な体力の向上が図ることができるような運動内容やトレーニングを工夫して取り入れる。体力テストの結果を各顧問に配布し、部活動の練習に生かす。

<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）>

「食に関する指導」や「薬物乱用防止についての指導」などを各学年の発達段階に応じて年間数回ずつ行い、生涯を通じて健康で安全な生活を送りたいという意識を高める。

<コロナ禍における工夫等>

体育館等、活動場所の出入り口に消毒液を設置し、いつでも手指消毒ができるようにしたり、常に換気を行ったりしている。

令和5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 大野市上庄中学校

元気パワーアップ作戦

主体的に運動や体力づくりに取り組み  
生涯にわたって運動に親しむことができる生徒の育成

<保健体育の授業について>

- ・学習の際にタブレット端末を利用し、動きの手本となる動画や画像を見ることができるようにワークシートの工夫をする。また、自分の動きや仲間の動きを動画で録画し、振り返ることができるように工夫する。
- ・グループ学習やペア学習を取り入れ、仲間とアドバイスし合う活動を経て運動技能の向上につなげる。自分や仲間のことについて関心を持ち、積極的に話し合うことで、運動の楽しさを味わう。
- ・授業開始時の目標設定、目標に対しての振り返りをする時間を作り、目標を意識して運動に取り組む習慣をつける。
- ・体力テストの結果から、各学年に応じた補強運動を取り入れ、体力の向上を図る。
- ・運動嫌いの生徒が体育授業を楽しめるように、教材や授業展開の工夫をする。
- ・保健の学習では、学習单元に関する新聞記事を取り入れ、学習していることと現代の生活との関連性を理解する。

<特別活動について>

- ・生徒会が主体となり、全校体育的な行事を行う。
- ・体育的行事として、年に1回野外活動（スキー教室など）を実施する。
- ・健康教育の一環として、養護教諭と連携し、性教育や喫煙の害などの学習をする。
- ・2年生を対象に講師を招き、救急法（AEDの使い方を含む）を受講する。

<運動部活動について>

- ・主運動に繋がる準備運動を各部で考え、競技力の向上に努める。
- ・体力テストの結果からわかった本校の生徒の実態を顧問に伝え、その実態に応じた体力向上の取り組みを各部活動で実践する。

<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り組み等）>

- ・マスクを外して活動しても良いことは伝えるが、個人の判断に任せる。
- ・体育授業、部活動終了後に、手洗いを励行する。

令和5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 大野市尚徳中学校

主体的に運動に取り組み  
生涯にわたって運動やスポーツに親しむ生徒の育成

<保健体育の授業について>

- ・タブレットを活用し動きの撮影をして比較したり、映像資料を見せたり、記録の共有をしたりして技能習得の支援や意欲の向上を促す
- ・準備体操の他に競技の主運動に繋がる補強運動を行い体力の向上と技術の向上に努める。
- ・授業の始めに本時の目標を設定し、振り返りを行うことで、目標を意識した活動の習慣づけをする。
- ・ペア、グループ学習を取り入れ、仲間との協力やアドバイスをを行う活動を経て課題解決する力を向上させる。
- ・昨年度の体力テストの結果から、本校の生徒に応じた補強運動を取り入れ、体力の向上を図る。
- ・運動好きな生徒はより得意に、苦手な生徒でも体育は好きと思えるように、授業展開を工夫する。
- ・保健の学習では、ICT機器を活用し、身近な生活にも触れながら、資料の提示を工夫し、関心意欲を高める。これからの社会の担い手としての自覚も育成していく。

<特別活動について>

本校で行われる体育的行事

(1) マラソン大会〔5月〕 (2) 体育祭〔9月〕 (3) 球技大会〔12月〕

- ・体育の授業で培った力と技を発揮する場として捉え、目標を持って取り組ませる。
- ・地元の消防士を講師として招き、救急法等より専門的な講習や実習を企画する。
- ・感染症対策に努めながら行事を運営する。

<運動部活動について>

- ・地域性を生かして、冬季にはスキー部を特設し、各種大会へ参加する。
- ・学校外のクラブチームを部活動として認め、個性・可能性を伸長する。
- ・他校との合同練習、陸上競技場を使用した練習を積極的に行う。

<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）>

- ・マスクの有無については教員からは指示をせず、個人の判断に任せる。
- ・地域のマラソン大会や駅伝大会への参加を積極的に呼びかける。

令和5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 大野市和泉中学校

目標に向かって積極的にいろいろな運動に自分から取り組む。

<保健体育の授業について>

- ・よりよい体の使い方を知り、身につけられるよう意識して行い、効果等を実感させる。
- ・継続的な補強運動で、体力の向上を実感させる。
- ・学習活動の目標設定・振り返りを行い、次時以降の学習や日常生活に生かせるようにさせる。（相互評価を積極的に取り入れる）
- ・ICT機器を活用し、課題発見・課題解決できる環境を整える。
- ・養護教諭、学校栄養職員補助、生徒指導主事等と連携し、健全で健康的な生活指導の充実を図る。（思春期の心身・健康増進・成長期の栄養・望ましい食事・薬物乱用防止・ゲームやネット利用について等）
- ・（体力・運動能力調査の結果より）

運動量の減少からか、男子は「持久走」と「立幅跳」を除いた種目が県平均を下回る結果であった。部活動時、昼休み、家庭などでも「目的意識」「向上意欲」をもって運動やコンディショニングトレーニングに取り組めるよう、学習させたい。女子は全種目において県平均を上回る良好な結果であったが、更に向上するよう男子と共に意欲的に運動に取り組ませたい。男女とも全種目県平均を上回ることを目標とする。

<生徒会活動>

- ・委員会活動で生徒が企画運営する『KT（健康タイム）』で、楽しみながら体力の向上を図る。教職員も参加し活動を盛り上げる。
- ・昼休みに全校でスポーツするよう呼びかけ、運動習慣を身につける。

<運動部活動について>

- ・生徒それぞれが自らの目標をもち積極的に運動に親しむ態度を育てる。
- ・日頃から継続的に体力向上につながる種目を取り入れ、基礎体力の向上を目指す。
- ・中体連行事である「奥越駅伝大会」に全校で参加する。
- ・冬季は生徒の希望でスキー部（アルペン・クロスカントリー）に所属し、体力の向上に努める。

<その他（家庭や地域、外部団体等との連携、感染症防止のための工夫や取組み等）>

- 学校の学習で学んだことや関心をもった運動や生活習慣について、家庭でも積極的に実践させ、望ましい「健康増進」「体力向上」への意欲を高めさせる。
- 市主催のスポーツ行事などには積極的に参加するように声かけをする。
- 夏季休業中は地区子ども会として、地区ごとに毎朝ラジオ体操をおこなう。
- 保健体育関係、スポーツに関する掲示物を充実させ、それらの関心を高めさせる。
- 気軽にいろいろな運動に取り組めるよう、用具の貸し出しや環境の整備を図る。ボールやラケット、ストップウォッチ、ホワイトボードなどは年間を通じ貸し出し管理させることで共用を避ける。
- 和泉合同体育大会（地区体育大会）
  - ・競技的な種目では、保健体育（陸上競技領域）の発表の場とし、意欲的に取り組ませる。
  - ・中学校全員のマスゲームは保健体育（ダンス領域）の発表の場とする。
- 部活動（剣道・スキー）では、地域クラブや連盟と連携し、競技力向上や豊かな人間性や社会性の育成を図る。