

令和7年度 児童生徒体力づくり推進計画書(中学校・高等学校用)

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 南越前町立南越前中学校

体力向上!!昨年度の体力テストを超える結果を残す。

<本校の体力向上の取組みについて>

○保健体育科の授業について

- ・昨年度の体力テストでは、1年生男子の体力テストの結果が8項目全てで全国平均以下となった。このため、毎授業の導入時間にA(スタンダードアップ)、B(持久力アップ)、C(瞬発力アップ)、D(投力アップ)の4つのウォーミングアップを各領域、各単元において適切に取り入れ、体力向上の一助になるように授業を行う。また、毎授業の展開の時間や終末の時間には筋力トレーニングやダッシュを適宜、取り入れる。

○特別活動等について

- ・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。

<生徒の運動習慣の育成について>

○保健体育科の授業について

- ・ICT機器を活用したり、目標設定の工夫と振り返り活動の充実を図ったりして、「分かる体育」や「できる体育」を心がける。
- ・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。

○部活動について

- ・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>

- ・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。
- ・熱中症予防と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。