

【別紙様式2】 【体力向上推進校実施報告書】

研究テーマ

心身ともに健康でたくましい“さつまっ子”の育成  
～学校・家庭・地域の連携を通して～

さつま町立薩摩中学校

〒895-2201  
さつま町求名 12761-1  
TEL(0996)57-0101  
FAX(0996)57-1476

## 1 実施内容（計画，活動，対象，主な内容等）

- (1) 教科体育を中心とした教育活動全体を通じた取組
  - ア 生徒の体力向上に対する意欲付け
    - ・生徒による体力テストの自己分析
  - イ 体力づくり推進計画の作成
    - ・教育課程，年間指導計画の見直し
  - ウ 教科体育における体力づくり
    - ・導入におけるサーキットトレーニングの工夫
    - ・地域人材を生かした教科体育の実施
    - ・年間指導計画の見直し，改善
    - ・休み時間との連動
  - エ 学校行事を通じた体力づくり
    - ・校内長距離走大会
    - ・クラスマッチ
    - ・体育祭での全校生徒による組体操
    - ・保健指導（虫歯予防・性に関する指導・感染症予防）
- (2) 生徒会活動を主体とした体力づくり
  - ア 朝ランニング
  - イ グループエンカウンター・ストレスマネジメント
- (3) 家庭及び関係機関と連携した体力づくり
  - ア 「親子で体話（たいわ）」ふれあいストレッチ
  - イ 地域行事への参加促進
  - ウ 自力登下校の推奨
  - エ 「3つの時間・我が家の家訓」の設定
  - オ 「食育」の取組

## 2 実施上で工夫したこと

- (1) 職員を3グループ（教科体育・学校行事班，生徒会班，地域・家庭連携班）に分け，それぞれでテーマを持って取り組んだ。
- (2) 「体力」を「行動体力」と「防衛体力」に分けて考えることにより，多面的・総合的な「体力向上」を目指した取組ができた。

