

イ 期 間

年間を通して、月曜日を除き毎日実施する。

雨天の日は、教室や体育館で柔軟体操やがんばり進級カードを実施する。

<中学校の部>

A 三春町立三春中学校

① 研究主題

「地域の実態に即し生活を通して意欲的に体力づくりを進める習慣形成」

② 期 日 昭和57年10月19日

③ 講 師

福島県教育庁保健体育課主幹 陸 勤先生

④ 指導助言者

福島県教育庁保健体育課指導主事

浜須 義昌先生

福島県教育庁県中教育事務所指導主事

高橋 道保先生

⑤ 日 程

8 20	8 30	9 05	9 30	9 55	10 05	10 55	11 10	12 00	13 00	14 30	15 20	15 30
打 合 せ	清 掃 ・ 学 活	普 通 授 業	受 付	移 動	公 開 授 業 ・保健体育 ・学級指導	移 動	体 力 つ く り 全 校 体 育 コ ー ス 別 ト レ ー ニ ン ク	昼 食	全 体 会 開 会 式 指 導 研 究 協 議		閉 会 式	

⑥ 授業公開

学年・組	教科等	題 材 名	場 所	授 業 者
2の1・ 3 男子	保健体育	障 害 走	校 庭	藤田 昭憲
3の1・ 2 女子	保健体育	器 械 運 動(跳び箱)	体育館	高橋 弘英
1 の 5	学級指導	運 動 の 大 切 さ	1の5 教 室	大越 修
2 の 2	学級指導	体 力 と 栄 養	2の2 教 室	佐久間 ヨシエ
3 の 5	学級指導	安 全 と 健 康 な 生 活	3の5 教 室	佐藤 鎖雄

⑦ 全校体力づくり(学年別・コース別)

ア ね ら い

- (1) 体力づくりの必要性を理解し、すすんで参加し、くふうしながら体力を高める。
- (2) 全校体育の実践をとおして、心身ともに健康な生活を営む態度を養う。

イ 実施方法

- (1) 毎日5校時終了後(火曜日・木曜日)ただちに体力づくりの時間を設定して実施する。
- (2) Aコース(校庭)、Bコース(体育館)、Cコース(廊下)の3つに分け、各学年ごとのローテーションとする。校庭の場合は各学級男女別2班の編成とする。
- (3) 各種目の実施回数は指示するが、能力によって個人別に目標をたてさせる。
- (4) 校庭で実施できない場合には、廊下での体力づくりを実施する。
- (5) 実施にあつては1種目を2分とし、種目ごとにレコードの曲目を変える。
自分の目標回数が早く終わった場合は、次の曲目に変更するまで待っている。