

1 児童の体力・運動能力等に係る現状

2.本校と全国平均値との比較

※◎～全国平均値以上○～全国平均と同等▲～全国平均値以下

項 目	男 子	女 子
握力	◎	◎
上体起こし	◎	◎
長座体前屈	◎	◎
反復横とび	◎	○
20mシャトルラン	○	▲
50m走	▲	▲
立ち幅とび	○	◎
ソフトボール投げ	▲	◎
体力合計点	○	○
総合評価	○	○

3.1 週間の総運動時間（％）

項 目	男 子	女 子
0分	0. 0	6. 5
1 時間未満	12. 2	2. 1
1 時間以上～7 時間未満	29. 3	45. 7
7 時間以上	58. 5	45. 7

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- 体育授業の指導法工夫改善を一層進め、めあてを持たせて運動させること、日常的に運動に親しむ姿勢をもつことで、運動能力が高まっていくと考える。また、全校として「縄跳び」「サーキット運動」を取り入れ、体力向上に向けた取り組みを進めていく。
- 自主的な「縄跳びカード」の取り組みを推奨して、友だち間や学級等で、切磋琢磨の関係を築いていけるようにする。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる
2 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる
3 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる
4 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる
5 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる
6 年	・20mシャトルランで全国平均を上まわる

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動
2 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動
3 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動
4 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動
5 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動
6 年	・週に1回以上のサーキット運動や縄跳び運動

4 児童の体力・運動能力等に応じた具体的な取組

(1) 体育・保健体育授業内での取組

- ①全学年で「走（瞬発力・跳躍力・持久力）」に特化した授業の導入と単位時間内での運動量の確保
- ②ホワイトボードを活用するなど、めあてを明確にし、振り返りで自分の成長を実感させる
- ③新体力テストの種目と関連づけた指導

(2) 体育・保健体育授業以外の年間を通じた取組

- ①縄跳び運動を通してを体力を高め、筋力と体のバランスを高める。
- ②環境を整備し、新体力テストを身近に感じさせる。
- ③毎時間、導入において「縄跳び運動」や「サーキット運動」などを学年に応じて実施し、運動量の確保、体幹、瞬発力・跳躍力・持久力を高める。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①スクリーンタイム削減の取り組み
- ②長期休業中における運動習慣の確立
- ③早寝・早起き・朝ごはんの徹底

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R 6 年	全員遊び
4 月	・新体力テスト環境整備 なわとび運動 サーキット運動
5 月	・身体測定・諸検査 ・「スキップ運動」交流
6 月	・遠足 ・運動会 ○新体力テスト実施 ○R 6 全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施
7 月	・新体力テスト個人カード配布 ・長期休業中のめあて決定 リズムチェックシート（運動編）の活用
8 月	・長期休業の振り返り ○新体力テスト結果分析 ○体力向上改善プランの評価・改善
9 月	・「なわとび運動」の実施方法の確認・修正
10 月	・地域マラソン大会への参加奨励
11 月	・保護者アンケート実施 ・児童アンケート実施 ・小樽スキー学校への参加奨励
12 月	・長期休業中のめあて決定 リズムチェックシート（運動編）の活用
R 7 年	・長期休業の振り返り
1 月	○保護者への調査結果の説明 ○体力向上改善プランの評価・改善
2 月	○新体力向上改善プランの作成
3 月	・「縄跳び運動」と持久力との関係分析・考察 ・工夫改善

6 評価方法

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ①校内研修や運動会を通して、児童の変容を共有
- ②校内研修（実技研修）
- ③校内研修・教育課程委員会における情報共有

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ①校内研修や運動会を通して、児童の変容を共有
- ②R 6 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

(3) 望ましい運動習慣・生活習慣を形成する取組

- ①保護者アンケート・児童アンケート
- ②長期休業中の生活カード
- ③長期休業中のリズムチェックシート（運動編）

(4) その他

- ①地域子ども教室担当者との打ち合わせ