

令和8年度 小樽市立花園小学校 体力向上改善プラン

1 児童の体力・運動能力等に係る現状

令和7年度の新体力テストの結果では、全学年女子の結果が全国平均よりも低下した結果となった。50m走において2～5年生で全国平均比+0.5未満を達成することができたが、1、6年生も僅かながら達成に届かなかった。ソフトボール投げにおいては、全学年で全国平均値を下回り、課題が残る結果となった。

また、児童アンケートにおいて「運動が好き」「体育の授業は楽しい」と肯定的に回答した割合は、91.8%、86.5%となり、高い数値となった。

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

本校においては、ソフトボール投げに課題が見られることから「巧緻性・投球能力」について補強運動を行う必要がある。

また、アンケートの結果から「運動が好きで授業が楽しい」と感じる児童が多く、達成感を得ながら記録を伸ばすために、スモールステップで目標を設定し、記録を意識させて取り組ませるよう授業改善を図る。体育専科教諭を中心に適度な運動量を確保する等の授業完全を図る。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。
2年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。
3年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。
4年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。
5年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。
6年	ソフトボール投げにおいて、全国平均比+0.5未満にする。

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。
2年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。
3年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。
4年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。
5年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。
6年	アンケート「運動が好き」「授業が楽しい」で肯定的な回答を90%以上とする。

4 児童の体力・運動能力等に応じた具体的な取組

(1) 体育授業内での取組

- ① 全学級で準備運動に花小サーキットを実施
- ② 体育の授業での運動時間（量）の確保
- ③ 体育の授業における課題の工夫と振り返りの設定

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ① 意欲的に体力向上をめざすことができる場の工夫
- ② 学校や家庭で運動量を確保するための啓発活動
- ③ 主体的にチャレンジできる運動コーナーを設置

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ① 児童の望ましい運動習慣・生活習慣の啓発活動
- ② 「生活リズムチェックシート」を活用した生活習慣の改善
- ③ 地域のスポーツ大会への参加の奨励

1校1実践 花小サーキット

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R8年	
4月	・新体力向上プランの周知、実践 ・体育専門委員会との連携（反復横跳びライン等の設置、体力向上に向けての取組検討）
5月	・各種スポーツイベントへの参加呼びかけ（通年） ・体育（花小トレーニング）における取組の研修 ・新体力テスト実施の実施方法提案、研修
6月	・望ましい運動習慣・生活習慣確立に向けた啓発活動 ・運動会 ○新体力テスト実施
7月	○全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施 ・児童アンケートの実施、分析 ・どさんこ元気アップチャレンジ等の取組
8月	○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	・「生活リズムチェックシート」による生活習慣の改善 ・新体力テスト結果の共有及び授業改善等の取組検討 ・体育専門委員会との連携
10月	・中学校との連携による体力向上に係る活動 ・どさんこ元気アップチャレンジ等の取組
11月	・保護者評価の実施 ・児童アンケートの実施
12月	・冬休み中の運動時間確保に向けた啓発活動
R8年	
1月	・「生活リズムチェックシート」による生活習慣の改善 ○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	・学校運営協議会の開催と意見交流 ・学校評価結果の公表 ・児童アンケートの実施、分析
3月	○新体力向上改善プランの作成 ・新年度の学校経営方針の提示

6 評価方法

(1) 体育授業内での取組

- ① 管理職による授業参観
- ② 全国体力・運動能力、運動習慣等調査による評価
- ③ 学校評価・児童アンケートによる評価

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ① 全国体力・運動能力、運動習慣等調査による評価
- ② 児童・保護者アンケートによる評価
- ③ 学校評価による評価

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ① 全国体力・運動能力、運動習慣等調査による評価
- ② 「生活リズムチェックシート」の結果による評価
- ③ 学校運営協議会、小中連携協議会等による評価