

1 児童の体力・運動能力等に係る現状

昨年度の新体力テストでは、1年男子、2年女子、3年男子、5年男子、6年男子が、全種目中の7割において全国平均を超えている。一方、1年女子、3年女子、5年女子は、ほとんどの種目で全国平均を下回っている。また、一昨年度から引き続き、各学年において、握力、立ち幅跳び、ボール投げが低調である。

児童アンケートの運動習慣に関する調査では、学校外で30分以上運動している児童は68.2%であり、学校目標の8割を下回っている現状である。

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

新体力テストの結果から、本校の結果を全国平均と比較すると、**握力(筋力)立ち幅跳び(瞬発力)ソフトボール投げ(巧緻性・投力)**に課題が見られる。また、特定の学年・性別(特に女子)において、運動に対する意欲や機会に差が出ている可能性がある。

校外での運動習慣については、休み時間や体育の授業以外で、体を動かす遊びやスポーツをしていない層が約3割存在する。今後は、体育の準備運動(稲穂エクササイズ)に『跳ぶ・投げる』の要素を取り入れるなど改善を図るとともに、中休み等の外遊びを推奨し、多様な動きを経験させる環境づくりに努める必要がある。

3 学年ごとの目標(数値目標)

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	○新体力テスト種目別平均点で、政府統計体力運動能力調査の全国平均と比較し、全学年で8種目中の5種目以上で上回る。
2年	
3年	
4年	
5年	
6年	

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	児童アンケートにおいて、 ○「一週間でどのくらい運動やスポーツをしていますか」の肯定評価8割を上回る
2年	
3年	
4年	
5年	
6年	

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稲穂エクササイズによる基本的な体力の向上
- ②中学校教員による出前授業
- ③年2回の新体力テストの実施による運動意欲の向上

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①「なわとびチャレンジ週間」等、運動機会の創出
- ②校内で運動に親しむ環境づくり
- ③「ALPHA」の継続活用

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①保護者による新体力テストのサポート体制の充実
- ②生活リズムチェックによる基本的な生活習慣の定着と家庭への周知

1校1実践 新体力テストの2回実施

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R 8年 4月	・新体力テストに向けた課題の明確化と目標の設定
5月	・出前授業
6月	・運動会 ○新体力テスト実施 ○全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施 ○新体力テスト結果分析
7月	・校内体力ランキングの公表 ・生活リズムチェックシート(1回目)実施 ・実施結果の周知と改善にむけての対策
8月	○体力向上改善プランの評価・改善
9月	・稲穂エクササイズの見直し ・出前授業 ○新体力テスト実施(2回目)
10月	・校内体力ランキングの公表 ○新体力テスト結果分析 ○体力向上改善プランの評価・改善
11月	・生活リズムチェックシート(2回目)実施 ・実施結果の周知と改善に向けての対策
12月	
R 9年 1月	・稲穂エクササイズの見直し ○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	
3月	○新体力向上改善プランの作成

稲穂エクササイズ、チャレンジ企画による運動機会の創出、運動に親しむ環境づくり

6 評価方法

(1) 体カテストの結果の分析と授業改善

- ①体カテストの結果を分析し、成果と課題から次の目標を設定して授業へと反映する。
- ②体カテストの結果を受け、稲穂エクササイズの見直しによる課題解決に向けて取り組む。

(2) 児童アンケートによる評価

- ①生活習慣・運動習慣について児童アンケートを行い、課題の把握と改善に向けて取り組む。

(3) 実施結果の周知と保護者による評価

- ①体カテストの結果や生活リズムチェックの結果について保護者に周知し、児童の体力や生活習慣について理解を得る。
- ②体力向上に関する取組や生活習慣・運動習慣に関する取組について保護者アンケートを行い、課題の把握と改善に向けて取り組む。