

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「50m走」の結果は、R5年度のデータとの比較において全国平均を上回ったのは、男子が5年生、6年生の2学年、女子が4年生の1学年であった。R7年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から、5年生のみの比較となるが、男女ともに「上体起こし」「ソフトボール投げ」に課題が見られた。女子は、「握力」にも課題が見られ、全国と比較すると上回っている種目は多いが、全道と比較すると下回っている種目が多かった。

令和7年度における6月の生活リズムチェックシートの結果では「1日当たりの平均運動時間が1時間以上」の児童の割合は73%という結果であり、70%以上の学年は4学年であった。8月の生活リズムチェックシートの結果では71.6%であり、70%以上の学年は4学年であった。11月の生活リズムチェックシートの結果では37.1%であり、70%以上の学年はなかった。2月の生活リズムチェックシートの結果では52%であり、70%以上の学年はなかった。年4回の実施で、1年間一度も70%をこえなかった学年はなかった。また「毎朝朝食を食べて登校する」児童の割合は、児童アンケートの結果では、81.9%であった。

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、全校的に「走力」に課題が見られる。素早さ系の運動を苦手とする児童が、主体的に学習に取り組めるように、授業改善や個に応じた目標設定などの工夫を続けていくことが必要である。また、日々の授業における授業態度の見直しを行うことで、さらなる向上につなげられると考える。体育の授業や休み時間などの日常的な動きづくりに工夫を取り入れる必要がある。
- 寒い季節になり、外での運動が限られると、運動習慣の差が顕著に現れる。日常の運動習慣の確立については、家庭と連携しながら目標達成を目指す必要がある。また、体育の授業から運動習慣への意識付けを行っていく必要がある。
- 夏休みや冬休みの運動習慣を促す資料は、次年度も引き続き活用を促す取組が必要である。
- 毎朝朝食を食べて登校する児童の割合が100%に達しておらず、家庭と連携した生活習慣の確立に課題が残っている。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	・「50m走」の平均記録を各学年、男女共に全国平均以上にする。
2年	
3年	
4年	
5年	
6年	

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標	
1年	・「1日当たりの平均運動時間が1時間以上」の児童の割合を70%以上にする。	
2年		
3年		・「毎朝朝食を食べて登校する」児童の割合を100%にする。
4年		
5年		・「スクリーンタイムが4時間以上」の児童の割合を全国平均以下にする。
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「小樽授業づくりの5つのSTEP!!」を取り入れた体育授業の充実（見通しと振り返り、板書を活用した授業）
- ②新体力テストの課題を意識した準備運動等を取り入れる工夫
- ③体育授業における運動時間（運動量）の確保
- ④小樽市体力向上検討委員会の目標課題を取り入れた体育授業の充実（小樽市の課題：ソフトボール投げ）

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①体育館やグラウンド（屋外）での遊びの奨励
- ②児童自らが日常的に運動に親しむ環境の整備
- ③担任、栄養教諭、養護教諭と連携した運動と食事に関する指導の実施

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①学校外での運動習慣の定着に向けた啓発
- ②生活リズムチェックシートを活用した生活習慣の確立を図る取組
- ③「早寝、早起き、朝ご飯+運動」の定着に向けた双方向の取組

1校1実践 「体育授業における学習規律の工夫・改善や年間を通じた運動習慣の確立」

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R8年4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力向上改善プランの確認、全体共有</li> <li>・体育授業の流れの確認、共有と実践</li> <li>・PTA活動との年間を通じた連携の見直し</li> </ul>
5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様な動きを取り入れた準備運動の導入</li> <li>・休み時間等を活用した運動の場の工夫</li> </ul>
6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動会</li> <li>・新体力テストに向けた児童個人の目標設定</li> </ul>
	○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
7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳学習 ※PTA 校庭開放</li> <li>・生活リズムチェックシートの活用①</li> <li>・夏休み中の運動時間確保に向けた取組（資料活用等）</li> </ul>
8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・望ましい運動習慣・生活習慣を育成するための啓発</li> </ul>
	○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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体力テスト結果の共有と改善策の検討</li> <li>・生活リズムチェックシートの活用②</li> <li>・秋の遠足 ※PTA 校庭開放</li> </ul>
10月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マラソン記録会</li> <li>・新体力テスト抽出種目の2回目を実施</li> <li>・体育授業の見直し、改善</li> </ul>
11月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冬期間における校内での運動（遊び）機会の確保</li> <li>・生活リズムチェックシートの活用③ ※PTA 校庭開放</li> </ul>
12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冬休み中の運動時間確保に向けた取組（資料活用等）</li> </ul>
R9年1月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・望ましい運動習慣・生活習慣を育成するための啓発</li> </ul>
	○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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキー学習 ※PTA 校庭開放</li> <li>・生活リズムチェックシートの活用④</li> <li>・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果の分析と共有 ※PTA 校庭開放</li> </ul>
3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○新体力向上改善プランの作成</li> <li>・体育授業における成果と課題の職員間での共有</li> <li>・春休み中の運動時間確保に向けた取組（動画の配信等）</li> </ul>

6 評価方法

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ①学校評価及び児童アンケート結果、全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果、新体力テスト結果、新体力テスト結果の分析にもとづき、成果と課題を共有し、学校全体で授業改善を図る。

(2) 体育授業以外の取組

- ①全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果及び、学校評価・保護者・児童アンケートの分析結果にもとづき、成果と課題を共有し、学校全体で改善を図る。
- ③生活リズムチェックシートの集計結果にもとづき、生活習慣改善に関わる取組を定期的、継続的に行い、望ましい生活習慣の定着を図る。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①保護者・地域に対して、学校便りやHP等を通して情報発信、共有を図り、体力向上の取組に対する理解・協力を得る。