

1 児童の体力・運動能力等に係る現状

(1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から

【実技調査】

- ・第5学年男子の「長座体前屈」を除く全種目で、全国平均、全道平均を下回った。一方女子は、「長座体前屈」と「ソフトボール投げ」を除く種目で、全国平均、全道平均を下回った。
- ・第5学年の男女とも「握力」「上体起こし」「反復横とび」「立ち幅とび」に課題が見られる。

【質問紙調査】

- ・第5学年男子で「体育の授業は楽しい」と回答した児童は約91%、女子は100%であった。
- ・第5学年男子で、体育の授業でICTを使って学習することで「できたり、わかったり」することがあると回答した児童は約32%、女子で約47%であった。
- ・「朝食を毎日食べる」と回答した児童は、第5学年男子で約68%、女子で約48%であった。

(2) 新体力テスト分析ツールから

- ・「長座体前屈」のR5との比較で、男子は全学年が全国平均を上回った。また「ソフトボール投げ」のR5との比較で、女子は第4学年を除く全学年で全国平均を上回った。
- ・「立ち幅とび」のR5との比較で、男女とも全学年で、全国平均を下回った。
- ・「50m走」のR5との比較で、男女とも第2学年を除く全学年で、全国平均を下回った。

(3) 後期児童アンケートから

- ・「体育の勉強は好き」と回答した児童は、約91%であった。
- ・「体育の勉強以外でも、休み時間や放課後、休みの日に進んで運動している」と回答した児童は、約89%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

○ 体育授業の改善・充実に向けた課題

- ・「反復横とび」や「50m走」、「立ち幅とび」における「すばやさ」や「タイミングの良さ」に課題が見られる。
- ・「上体起こし」や「50m走」、「立ち幅とび」における「力強さ」に課題が見られる。
- ・「長座体前屈」における「体の柔らかさ」は、全学年で全国平均を上回っているが、「動きを持続する能力」も含め、バランスの取れた体力・運動能力の育成に向けた取組に課題が見られる。
- ・全学年で、サーキット運動やなわとびを準備運動に位置付けて運動量の確保に努めたが、前年度は3回のシャトルラン計測で、目標を達成した学年は少なく、マンネリ化せず取り組める工夫が必要である。
- ・基本運動や基本技能の確認や習得、自己変容の実感による自己肯定感や挑戦心の育成などに向けた、体育授業におけるICT機器の効果的な活用が不十分である。

○ 体育授業以外の体力向上に向けた取組に係る課題

- ・休み時間や放課後などの時間を活用して、課題が見られた運動に主体的に取り組むことができる場の設定が必要である。
- ・児童自身が課題意識や目標をもって運動に取り組めるような手立てが必要である。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	(共通目標) 20mシャトルラン、上体起こし、反復横とび等、自分の課題に目標を決めて年2回挑戦し、記録を伸ばす児童を70%以上とする。
2年	
3年	
4年	
5年	
6年	

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	(共通目標) ・「毎朝、朝食を食べる」児童が90%以上 ・「体育の勉強以外でも、休み時間や放課後、休みの日に進んで運動している」児童が90%以上
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校1実践 「日常的に運動できる場の工夫」

(1) 体育授業内での取組

- ①長中学区の小中連携の一環の取り組みとして、全学級でサーキットトレーニングを準備運動に取り入れたり、授業のねらいにせまる準備運動を工夫したりして、バランスの取れた体力・運動の能力を育成する。
- ②児童にチャレンジ目標を持たせ、3分間持久とび(なわとび)、シャトルラン等を体育の授業内に取り入れ、回数の増加や自己目標の達成状況に応じて児童を表彰することで、体力向上に向けた意欲の向上を図る。
- ③ICT 機器を効果的に活用し、基本運動の確認としてNHKforSchool等の映像教材を用いたり、基本技能の習得に向けて互いの動きを動画撮影して見合ったりする。また、見通しや振り返りの場でスプレッドシートやフォーム等を活用して自己変容を実感させたり、一単位時間や一単元の評価に活用したりする。

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①なわとび運動等、一人でもできる運動に組織的に取り組み、体力の向上を図る。
- ②休み時間等を活用して、握力を鍛えることができる器具(ハンドグリップ等)を設置したり、投擲力や持久力を向上させることができる場を設定したりし、新体力テストの結果をもとに見つけた自分の課題の改善に向けて、日常的に取り組ませる。
- ③休み時間や放課後の外遊びを奨励し、体力の向上や運動習慣の定着を図る。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①「早寝、早起き、朝ごはん運動」や「おたるスマート7」、「アウトメディア」等を保護者へ啓発するとともに、生活リズムチェックシートを活用し、課題を共有する。
- ②歩くことや全力で走ることなど、外での遊びを推奨する。

(4) その他

- ①全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の保護者への周知（学校だより、HP他）
- ②外部研修会へ教職員が積極的に参加し、研修成果を校内に環流する。
- ③「食育」に関する外部講師を積極的に活用し、望ましい生活習慣、食習慣等の改善につとめる。
- ④長期休業前に「誰でもできる簡単運動動画」を配信し、運動習慣の確立と体力向上を図る。

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R 7 年	
4 月	・体力向上プランの確認、全体共有 (サーキットトレーニングや3分間持久とびの継続的な実施、ICT 機器の効果的な活用等)
5 月	・休み時間等を活用した日常的に握力や投擲力等の向上を図ることができる場の設定 ・休み時間や放課後の外遊びの奨励
6 月	・運動会 ・新体力テストの個人目標の設定 ○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	・前期 シャトルラン表彰式 ※録画の配信 ・児童アンケート（1回目）の実施 ※端末の活用 ・誰でもできる簡単運動動画配信（夏休み）
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（1回目）の実施 ・新体力テストの結果を受けたシャトルラン等の個人目標の設定
10 月	
11 月	・児童アンケート（2回目）の実施 ※端末の活用 ・シャトルラン記録会（各学年：体育） ・後期 シャトルラン表彰式 ※録画の配信
12 月	・家でもできる簡単運動動画配信（冬休み）
R 8 年	
1 月	・なわとび検定による個人目標を設定する ○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	・自己記録チャレンジ（各学年：体育） ・生活リズムチェック（2回目）の実施 ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果の分析と共有 ○新体力向上改善プランの作成
3 月	・3学期 なわとび表彰式 ※録画の配信

6 評価方法

- (1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査、新体力テスト、全国学力・学習状況調査（質問紙）等の活用により課題と成果の検証を行う。
- (2) 子ども自身が設定した目標の達成度。
- (3) 教職員、保護者、地域住民、学校関係者評価委員等から広く意見を聴き、分析等を行う。
- (4) 学校評価（自己評価・児童アンケート・保護者アンケートなど）による経年比較。