

1 児童の体力・運動能力等に係る現状

- ① 前年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果、体力合計点で男女とも全国平均を下回った。種目別に見ると、「長座体前屈」は男子も女子も全国平均以上という結果だった。「上体おこし」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」が男女ともに全国平均を下回り、課題が見られた。
- ② 運動やスポーツを大切だと思っている児童が多く、比較的運動やスポーツに親しんでいる児童が多くいたが、テレビやDVD、ゲーム、スマホ等の画面を3時間以上見ている男子児童の割合が全国平均の約2倍と高かった。
- ③ 児童アンケートの結果、体育の授業が好きと答えている児童が学校全体で9割以上いるが、学年によって、あまり好きではないと答える児童も3割近く見られる。

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- ① 男女共通の課題として見られるのが、「50m走」「20mシャトルラン」等の走る運動に課題が見られる。授業の中で走る運動を十分に確保することや、持久力向上に繋がる継続的な取組が必要である。
- ② 体育が楽しいと感じる児童が多いので、より楽しみながら体力の向上に繋がるように授業改善が必要である。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。
2年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。
3年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。
4年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。
5年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。
6年	「20mシャトルラン」の全国平均値の80%を上回る。

<運動・生活習慣>

学年	目 標
1年	・体を動かすことは楽しいと回答する児童の割合 95%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) 体育授業内での取組

- ① 奥沢サーキット等、準備運動、補強運動の工夫改善
- ② 教材や運動の場、指導方法の工夫
- ③ 一単位時間の運動量の確保
- ④ 体力テスト時の具体的な目標設定

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ① 休み時間の外（体育館）遊びの推奨
- ② 縄跳び等を活用した持久力を高める取組
- ③ 休業中の「体力向上チャレンジタイム」の実施

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ① 体育の学習内容を家庭に周知し、家庭での取組も促す。
- ② 体力向上のための情報発信を進んで家庭に行う。

1校1実践 「奥沢サーキットを取り入れた体育の授業実践」

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R7年	・体力向上改善プランの作成
4月	・「新体力テスト」の実施方法提案
	・準備運動（奥沢サーキット）の確認
5月	・体育館やグラウンドでの遊びの奨励
	・運動会
6月	○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	・夏休み体力チャレンジタイムの実施
	・夏休み中の子どもたちの望ましい運動習慣・生活習慣を育成するための啓発活動（生活リズムチェックシートの活用）
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	・「新体力テスト」結果を全職員で共有
	・体育の授業改善への取組
10月	・個人記録結果カード配付
	・授業改善に係わる校内研修
11月	・秋の遠足
12月	・冬休み中の子どもたちの望ましい運動習慣・生活習慣を育成するための啓発活動
R8年	・生活リズムチェックシートの活用
1月	・冬休み体力チャレンジタイムの実施
	・体育館での遊びの奨励
2月	・スキー授業の指導の充実
3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
	○新体力向上改善プランの作成

6 評価方法

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ① 自己評価や児童アンケートによる評価
- ② 「新体力テスト」「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」による評価

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ① 自己評価による評価
- ② 記録シートによる個別評価
- ③ 「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」による評価

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ① 児童アンケート、保護者アンケート、自己評価による評価