

1 生徒の体力・運動能力等の現状

新体力テストの結果から見ると、1年生の平均は44点（昨年度37点）、2年生は41点（昨年度45点）、3年生は51点（昨年度43点）であり目標値を達成することができた。

運動部活動に所属する生徒は5名であり、週1回活動している。そのため、保健体育科授業や休み時間での取組が体力向上の鍵となる。

また、長期休業明けには生活リズムチェックシートの活用を図り、児童の日常生活における運動時間について把握している。学校評価生徒アンケートより「平日のゲーム時間やスマートフォンの利用が2時間未満」と回答した生徒は16%と低く、「早寝・早起き・朝ご飯」など規則正しい生活習慣の定着や適度な運動習慣の定着を促している。

2 生徒の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- ・新体力テスト分析ツールによると、特に女子の体力結果が多くの種目で全国平均を下回る結果となった。
- ・運動部活動に所属する生徒は羽球部5名であり、週に1回程度体育の授業以外で運動する機会を設定する必要がある。
- ・体育授業の中で通年体づくり運動を実施し、新体力テストの前年度の記録を上回ることができるよう取り組む。
- ・長期休業明けの生活リズムだけではなく、定期的に子どもの生活習慣を確認し、保護者と連携して望ましい生活習慣を確立していく取組を進めていく。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技において、競技の取組方法を理解させ、目標を持たせて取り組ませる。 ・体力テストの総合得点を前年比5ポイントアップする児童を70%以上にする。 ・新体力テストの合計点の平均を33点以上にする。
2年	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技において、競技の取組方法を理解させ、目標を持たせて取り組ませる。 ・体力テストの総合得点を前年比5ポイントアップする児童を70%以上にする。 ・新体力テストの合計点の平均を38点以上にする。
3年	<ul style="list-style-type: none"> ・体力を高める運動の継続実施。 ・体力テストの総合得点を前年比5ポイントアップする児童を70%以上にする。 ・新体力テストの合計点の平均を46点以上にする。

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	<ul style="list-style-type: none"> ・平日のゲーム時間やスマートフォンの利用が2時間未満の割合を50%以上にする。 ・定期的に体を動かす生徒を80%以上にする。
2年	
3年	

4 生徒の体力・運動能力等に応じた具体的な取組

(1) 保健体育授業内での取組

- ①十分な運動時間の確保と質の向上を図る。
- ②個に応じた課題設定により意欲の向上を図る。
- ③「見通し」「振り返り」の場面を設定し、学習内容の理解と指導の充実を図る。
- ④保健の授業を通し、「食」「健康」「睡眠」に関する子供たちの意識を高め、生活習慣の改善を図る。

(2) 保健体育授業以外の年間を通じた取組

- ①体育の授業以外の運動時間の確保

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①生活リズムチェックシートの定期的な実施
- ②ICTを活用した毎朝の健康観察
- ③「ほけんだより」等を通じて保護者や地域へ周知

1校1実践 「体づくり運動の継続実施」

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R8年	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動の実施（通年）
4月	<ul style="list-style-type: none"> ・ICTを活用した毎朝の健康観察（通年） ・小中合同新体力テストに向けた補強運動の実施および要領の習得
5月	<ul style="list-style-type: none"> ・「学習の手引き」による運動習慣の啓発 ・全校体育（陸上） ・小中合同運動会
6月	<ul style="list-style-type: none"> ○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"> ・自己分析に基づいた部活動の補強運動や柔軟運動などの実施。 ・体力向上週間・中体連 ・小中合同体育（バレーボール） ・学期末反省及び生徒アンケートによる実態の把握と2学期に向けた目標の再設定
8月	<ul style="list-style-type: none"> ○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"> ・生活リズムチェックシートの実施 ・保護者と調査結果の共有、生活改善
10月	<ul style="list-style-type: none"> ・小中合同体育（水泳）：高島プール ・小中合同体育（ソフトボール）
11月	<ul style="list-style-type: none"> ・実施検証と授業改善に向けての検討 ・小中合同体育（サッカー）
12月	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末反省及び生徒アンケートによる実態の把握と3学期に向けた目標の再設定
R9年	<ul style="list-style-type: none"> ・小中合同体育（バスケットボール）
1月	<ul style="list-style-type: none"> ○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"> ・生活リズムチェックシートの実施 ・保護者と調査結果の共有、生活改善
3月	<ul style="list-style-type: none"> ・スキー学習 ○新体力向上改善プランの作成

6 評価方法

(1) 保健体育授業内での取組

- ①1人1台端末を活用した振り返り
- ②全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の分析・比較
- ③授業後の生徒の自己評価や相互評価の分析

(2) 保健体育授業以外の年間を通じた取組

- ①児童アンケートなど、学校評価の活用
- ②個人の成績の記録化

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①生活リズムチェックシートや朝の健康観察の活用
- ②生徒・保護者アンケートなど、学校評価の活用