

令和5年度 小樽市立幸小学校 体力向上改善プラン

1 児童の体力・運動能力等の現状

新体力テストの結果では、複数学年が「反復横跳び」で全国平均を上回ったが、他の種目の多くは平均を下回った。

児童アンケートや児童質問紙の回答から、「運動やスポーツをすることが好き(92.4%)」「体育の授業は楽しい(94%)」のように、運動に対する高い興味関心が見られる。体育の準備運動で「幸サーキット」を継続して取り組むなどの成果が出ていると考えられる。

2 児童の体力・運動能力の現状から分析した課題

「20mシャトルラン」で1・2年生女子を除いて、全国平均を下回った結果から、本校の児童は持久力に課題があることがわかる。体育の授業で縄跳びを取り入れているので、継続して行い、体力を伸ばしていきたい。

生活面に関しては、「早寝、早起き、朝ご飯」の習慣がついている児童(67%)が多くないので、さらに家庭へ啓発していく必要がある。

3 学年ごとの目標(数値目標)

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年～6年 (全学年)	<ul style="list-style-type: none"> ・1年～全国平均を上回る。 ・2～6年 全種目、前年度の数値を上回る。

<運動・生活習慣>

学年	目 標
1年～6年 (全学年)	<ul style="list-style-type: none"> ・「運動やスポーツをすることが好き」を95%以上にする。 ・「早寝・早起き、朝ご飯がしっかりとできている」を80%以上にする。

4 目標を達成するための具体的な方策

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ① 短時間で効果のある準備運動(幸サーキット)を引き続き全校で取り組むとともに、単位時間において、児童が満足する運動量を確保する。
- ② 教材や場の設定、指導の工夫改善をすすめ、体育授業を充実させる
- ③ 運動に対する興味、関心を高めるための日常的な指導。

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ① 休み時間の外遊び(体育館遊び)の奨励。校舎前のスペースを利用した縄跳び遊びの奨励。

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ① 学校便りや保護者会等で、望ましい運動習慣や生活習慣を啓発していく。
- ② 新体力テストの個人の結果など、保護者への情報提供。
- ③ 地域のスポーツ行事等への積極的な参加促進。

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R5年 4月	<ul style="list-style-type: none"> ・体力向上改善プランの作成と、職員への周知 ・「新体力テスト」の実施方法提案 ・準備運動(幸サーキット)の確認 ・体育館やグラウンドでの遊びの奨励
5月	<ul style="list-style-type: none"> ・運動会に向けた体育の授業改善 ・春の遠足
6月	<ul style="list-style-type: none"> ・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
7月	<ul style="list-style-type: none"> ・長期休業中のめあて決定 ・リズムチェックシートの活用
8月	<ul style="list-style-type: none"> ・長期休業の振り返り ○新体力テスト結果分析 ○体力向上改善プランの評価・改善 ・新体力テスト結果を全職員で共有。
9月	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業改善への取組 ※ 準備運動の工夫や運動量確保の視点で
10月	<ul style="list-style-type: none"> ・授業改善に関わる校内研修
11月	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者アンケート実施 ・児童アンケート実施
12月	<ul style="list-style-type: none"> ・小樽スキー学校への参加奨励 ・長期休業中のめあて決定 ・リズムチェックシートの活用
R6年 1月	<ul style="list-style-type: none"> ・長期休業の振り返り ○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"> ・スキー授業の指導の充実 ○新体力向上改善プランの作成
3月	

6 評価方法

(1) 体育の授業改善を図る取組

- ① 定着確認測定を実施、評価、改善を図る。
- ② 全国体力・運動能力、運動習慣等調査による評価
- ③ 児童、保護者アンケート、自己評価による評価

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ① 調査結果の経年比較
- ② 記録シートによる個別評価
- ③ 全国体力・運動能力テスト質問紙による評価

(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

1校1実践 全校で取り組む準備運動「幸サーキットの実践」