

1 児童の体力・運動能力等の現状

- ①全国体力・運動能力・運動習慣等調査
 - ・男女ともに長座体前屈、立ち幅跳びは全国平均を上回った。女子は反復横跳びも上回っている。
- ②新体力テスト
 - ・1, 2年生は全国平均を上回っている種目が多い。
 - ・シャトルランの成績が昨年より良くなった。
 - ・50m走の結果が全国平均をかなり下回っている
 - ・中学年男子の結果が全国に比べ低い項目が多い。

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- ・なわとびの成果で昨年よりは良くなってきたが、シャトルラン(持久力)向上に取り組みたい。
- ・50m走の結果向上のため、授業で鬼ごっこを取り入れたり、サーキットトレーニングを取り入れていく。なわとびも短距離走に効果的なので、引き続き取り組んでいく。
- ・休み時間や放課後に体を動かして遊ぶことを推奨していく。

3 学年ごとの目標(数値目標)

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	20mシャトルラン男子19回、女子16回
2年	20mシャトルラン男子28回、女子23回
3年	20mシャトルラン男子36回、女子29回
4年	20mシャトルラン男子44回、女子35回
5年	20mシャトルラン男子52回、女子42回
6年	20mシャトルラン男子61回、女子47回

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1～4年	体育の授業や外遊びが好きな子どもの割合を95%以上にする。
5～6年	体育の授業や外遊びが好きな子どもの割合を90%以上にする。

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本時のめあてを把握させる工夫を取り入れ、一人一人が目標を持って取り組むことのできる体育の授業を進める。
- ②記録カード…なわとび検定&持久跳びカードを配布して活用してもらう。
- ③授業の導入に持久走やサーキットトレーニング、なわとびなどを取り入れ、体力、運動能力の向上を図る。

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①朝のなわとび活動を1年間通じて継続して行う。
- ②休み時間などの全員遊びを推奨し、運動する楽しさを体感させる。
- ③球技大会や学級対抗のゲーム的な運動を計画的に取り入れ、楽しく運動する環境を整える。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①1週間で運動する時間を持つように子どもたちや保護者に啓発する。
- ②「早寝・早起き・朝ご飯」の取組やテレビ等の視聴時間に関する家庭への啓発を随時行い、生活リズムチェックシートの活用を推進する。

1校1実践 朝のなわとび活動

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R5年	
4月	○年間を通して、体づくり運動の実施
5月	・運動会
6月	・遠足
7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 ・水泳学習 ・児童アンケート、保護者アンケート
8月	○新体力テスト結果分析
9月	○体力向上改善プランの評価・改善 ・新体力テストの結果を全職員で共有
10月	
11月	
12月	・児童アンケート、保護者アンケート、自己評価の実施
R6年	
1月	○経営交流の実施 ・スキー授業の指導の充実 ○保護者への調査結果の説明
2月	○体力向上改善プランの評価・改善 ・
3月	○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全国体力・運動能力、運動習慣調査、新体力テスト等
- ②授業交流、研修による交流等
- ③自己評価、児童アンケート、研修による交流等

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ①授業交流、研修等
- ②学級経営交流等

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ①保護者アンケート、児童アンケート等
- ②PTA 役員や地域子ども教室のスタッフとの意見交換等
- ③保護者アンケート、児童アンケート

(4) その他

- ①研修による交流等