

令和8年度 小樽市立潮見台小学校 体力向上改善プラン

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

- ・男子は6種目、女子は5種目で全国を上回り、体力合計点が男女共に全国を上回っている。
- ・男女とも「体育の授業は楽しい」と回答した児童の比率が全国を上回っており、9割を超えている。また、男女とも「朝食を毎日食べている」と回答した児童の比率が全国を上回っている。

②新体力テスト

- ・4・5年生は男女とも全国を上回っている。
- ・50m走は多くの学年で昨年度を下回り、全体的に全国をかなり下回っている。

2 児童の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- ・全国体力・運動能力・運動習慣等調査のクロス集計結果では、「体育授業で目標を意識することで『できる・わかる』」「体力・運動能力向上の目標を立てている」の質問に肯定的な回答をした児童は体力合計点で全国を上回っている児童が多かったことから、体育授業や体力向上の取組において、一人一人が目標を設定して取り組み、振り返る活動を繰り返す必要がある。
- ・保護者アンケートの結果では、体育授業以外に体を動かす機会が少ないと回答している比率が高いことから、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	50m走男子 11.70 秒、女子 12.00 秒
2年	50m走男子 10.70 秒、女子 11.10 秒
3年	50m走男子 10.40 秒、女子 10.50 秒
4年	50m走男子 10.30 秒、女子 10.40 秒
5年	50m走男子 9.70 秒、女子 9.80 秒
6年	50m走男子 9.50 秒、女子 9.60 秒

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	体育の授業や外遊びが好きな子どもの割合を 100%にする。
2年	
3年	
4年	
5年	体育の授業や外遊びが好きな子どもの割合を 93%以上にする。
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、一人一人が目標をもって取り組むことのできる体育の授業を進めるとともに、自己の成長を実感し、次時への意欲化を図る振り返りを行う。
- ②なわとび検定や持久跳びカードなどの記録カードを活用し、体力向上の意欲化を図る。
- ③授業の導入に持久走やサーキットトレーニング、スキップダッシュ、縄跳びなどを取り入れ、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朝の縄跳び活動を1年間通して継続して行う。
- ②休み時間などの全員遊びを推奨する。
- ③体育館内の体力向上に係る掲示物やコーナーを充実させ、意欲化を図る。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①家庭や地域で体を動かしたり外遊びをしたりする時間をもつように子どもたちや保護者に啓発するとともに、地域子ども教室との意見交換等を通して連携を図る。
- ②「早寝・早起き・朝ごはん」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、マイナスプラスチャレンジの活用を推進する。

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
R8年	
4月	・年間を通して、体づくり運動の実施
5月	・遠足・運動会、体育授業に係る研修の実施
6月	
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 ・水泳学習の指導の実施 ・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 ○体力向上改善プランの評価・改善
9月	・新体力テストの結果を全職員で共有
10月	・重点課題の改善（新体力テスト結果が低かった項目）
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
R9年	
1月	・学級経営交流の実施 ・スキー学習の指導の実施
2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
3月	○新体力向上改善プランの作成

6 評価方法

(1) 体育授業内での取組

- ①全国体力・運動能力、運動習慣等調査、新体力テスト、児童アンケート等
- ②授業交流、研修による交流等
- ③児童アンケート、保護者アンケート等

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①授業交流、研修等
- ②学級経営交流等

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①PTA 役員や地域子ども教室のスタッフとの意見交換等
- ②マイナスプラスチャレンジ等