

1 児童の体力・運動能力等の現状

昨年度の全国体力・運動能力、運動習慣調査の結果では、
1 週間の総運動時間
 男子は比較的多い時間を運動に費やしている。女子も若干多い傾向
 50分ごとに階級表示した度数分布表でみると男子は広がりがある
 が、女子は600分以内に収まり少ない階級の多い傾向
児童質問紙集計より
 運動は好きかの問いに、男子は80%、女子は60%と回答。どちらも、全
 国、全道平均よりは多い。「中学校で授業以外でも自主的に運動し
 たい」という問いに、「あまり思わない」または「思わない」と回答
 した児童が、「今後どのような事があれば運動したくなると思うか(複
 数回答可)」という追加質問に男女とも「うまくできるようになったら
 、自分に合ったスポーツが見つけれられたら、自分のペースで行うこ
 とができたら」という回答が多かった。特に女子は「自分のペースで
 行うことができたら」が100%回答で、「気軽に運動できる場所があれば」
 という回答も66.7%と極めて多かった。
実技集計
 総合評価はA,Bともに全国、北海道平均よりも多く、合わせて48%ほ
 どを占めていた。DやEも少なめである。実技度数分布表で見ると
 全国平均とあまり隔たりは見られなかったが、50m走は男女ともに若
 干低めに、シャトルラン、反復横跳び、握力、立ち幅跳び、ボール投
 げが高めに出ている。北海道の平均の傾向も似ていて、調査の実施時
 期や冬季の雪深さによる運動事情によるところかもしれないと考え
 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

調査結果を見るに、山手小学校の児童を集団で見たところ、運動
 能力は高め、疾走能力が若干劣っていると見える。雪国の事情もある
 が、この辺りの強化を考えるのが妥当であるとする。
 【学校】 疾走能力の向上（腿下げ運動、20m ダッシュなど）
 【学年】 学年ごとの体力アップメニュー（前年体力テスト参考に）
 【個人】 目標設定し、運動に取り組む（前年体力テストを参考に）

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 学年平均11.62秒 以上
2年	・50m走 学年平均10.77秒 以上
3年	・50m走 学年平均10.28秒 以上
4年	・50m走 学年平均9.85秒 以上
5年	・50m走 学年平均9.44秒 以上
6年	・50m走 学年平均9.10秒 以上

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上
2年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上
3年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上
4年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上
5年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上
6年	・毎日朝食95%以上, 運動が好き95%以上

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学年ごとの体力アップメニュー（20m ダッシュなど）
- ②どさんこ元気アップチャレンジに向けた取組（前跳び30秒70回程度）

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①体力づくりのコツを示す掲示物
- ②休み時間の運動遊びの推奨

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①お便りなどを使った食育や体力向上に関する呼びかけ
- ②栄養教諭や養護教諭と連携した食育に関する指導

1校1実践「学年ごとの体力アップメニュー」

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R6年	
4月	・体育授業内に、学年ごとの体力アップメニューを取り入れる
5月	・運動会
6月	・個人における新体力テストの目標設定 ○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	・プール学習
8月	・プール学習 ○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	・シャトルラン記録会 ・体育の時間で50m走の計測
10月	・シャトルラン記録会の記録揭示 ・新体力テストの結果を踏まえた学年ごとの体力アップメニューの見直し ・食育教室
11月	どさんこ元気アップチャレンジ記録検定 ・児童アンケート
12月	・保護者アンケート
R7年	
1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 ・どさんこ元気アップチャレンジ校内記録揭示 ・スキー学習
2月	○新体力向上改善プランの作成
3月	

6 評価方法

(1) 体育授業内での取組

- ①年度末の反省の中で行う
- ②2学期の50m走の計測やどさんこ元気アップチャレンジの結果から判断する

(2) 体育授業以外の年間を通じた取組

- ①体力テストの結果や年度末反省の中で行う
- ②児童アンケートの結果や年度末反省の中で行う

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①児童・保護者アンケートの結果から判断する
- ②年度末反省の中で行う