

1 生徒の体力・運動能力等の現状

令和4年度全国体力・運動能力等調査結果における本校の結果は以下の通りである。
 男子においては、「握力」において全道・全国平均を上回り、「上体起こし」、「50m走」では全道平均並の結果となった。
 一方で、「1500m走」や「20mシャトルラン」では全道平均を大きく下回り、本校の課題として捉えている。
 女子においても、「握力」で全道・全国平均を上回り、「反復横跳び」で全道平均並の結果となっている。男子同様、「シャトルラン」、「1500m走」に課題が見られる。
 生活習慣においては、スマートフォンの平日の使用時間が3時間を超える生徒が22.5%、家庭学習を全くしない生徒も18%存在(R5.2独自調査)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

男女共に全身持久力が課題である。
 健康で豊かな人生を歩むために、生活の中に運動を取り入れることや、タイムマネジメント能力の育成、「おたるスマート7」を活用した、地域・家庭との連携強化が必要である。

3 学年ごとの目標（数値目標）

<体力・運動能力>

学年	目 標
1年	・新体力テスト8種目のうち、2種目で全国平均と同等の結果を出す。 ・新体力テストの合計平均を39点以上とする。
2年	・新体力テスト8種目のうち、3種目で全国平均と同等の結果を出す。 ・新体力テストの合計平均を43点以上とする。
3年	・新体力テスト8種目のうち、3種目で全国平均と同等の結果を出す。 ・新体力テストの合計平均を44点以上とする。

<生活習慣・運動習慣>

学年	目 標
1・2年	・生徒アンケート等において、「平日のゲームをする時間」「携帯電話やスマートフォンの使用時間」が2時間以内の生徒を65%以上にする。
3年	・生徒アンケート等において、「平日のゲームをする時間」「携帯電話やスマートフォンの使用時間」が3時間以上の生徒を20%以下にする。

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自己の課題を意識した補強運動の充実を図る。
- ②明確な目標を持たせ、生徒が話し合う活動を充実させる。
- ③保健の授業を通し、「食事」「運動」「睡眠」に関する生徒の意識を高め、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日常的に生活習慣の改善に向けた取組の充実を図る。
- ②昼休みの体育館・グラウンドの活用を奨励する。
- ③体育系部活動の活動の充実を図る。

(3) 保護者や地域と連携した取組

- ①PTAによる保護者への啓蒙を進める。
- ②保護者アンケートの実施及び結果の公表を行う。
- ③学校便り等により啓蒙を図る。
- ④イベント等への参加を促進する。

1校1実践

「授業における継続的な補強運動による体力の増進」

5 実施計画

年月日	計 画 内 容
R5年	
4月	・「体づくり運動」の充実 ・部活動(運動部)の実施
5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
6月	・体育の授業における「陸上競技」の実施
7月	・中体連各種大会 ・体育祭に向けての各学級の練習の実施 ・体育祭の実施
9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
12月	・保護者アンケート・生徒アンケート・職員自己評価の実施
R6年	
1月	・保護者アンケート・生徒アンケート・職員自己評価の分析結果を職員に公表 ・保護者アンケート・生徒アンケートの分析結果を学校だよりにて公表
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 ・スキー授業の実施
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生徒アンケート、職員自己評価の実施

(2) 年間を通じた日常的な取組

- ①生徒・保護者アンケート、職員自己評価の実施
- ②全国体力運動能力調査結果の分析と活用

(3) 保護者や関係機関等と連携した取組

- ①保護者アンケートの実施
- ②PTA役員や学校運営協議会員との情報交流