

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立原井小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	190名
校 長 名	齋藤 祥文	体育主任名	小川 健太

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の県平均の結果と本校の結果を比べた。

県平均より上回っている (○)	県平均より下回っている(△)	アンケート結果
握力 男(学校:18.26 県:16.15) 女(学校:17.25 県:16.01)	長座体前屈 男(学校:32.89 県:33.30) 女(学校:35.88 県:37.23)	⑦平日に学習以外で、1日にどのくらいの時間、メディアの画面を見ていますか？ 5時間以上 男(学校:41.2% 県:14%) 女(学校:18.8% 県:8.4%)
上体起こし 男(学校:20.68 県:18.45) 女(学校:19.00 県:18.15)	20m シャトルラン 男(学校:47.95 県:52.01) 女(学校:33.31 県:38.15)	⑨放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動やスポーツをすることがありますか。 よくある 男(学校:22.2% 県:42.1%) 女(学校:12.5% 県:31.1%)
反復横跳び 男(学校:43.42 県:41.44) 女(学校:42.00 県:39.33)	50m 走 男(学校:9.25 県:9.39) 女(学校:9.71 県:9.60)	⑫体育の授業で、自分の動きの質が向上していることを実感することがありますか。 よく実感する 男(学校:11% 県:35.8%) 女(学校:0% 県:23%)
ソフトボール投げ 男(学校:24.74 県:22.28)	立ち幅跳び 男(学校:150.26 県:154.99) 女(学校:138.25 県:148.09)	

この結果から、本校では「走・跳の運動」が低いことが分かった。地域のスポーツクラブでは、野球やソフトボール、バスケットボールに参加している児童が多い。そのため、ボールを投げたり、上半身の筋力をつかったりする運動にふれる機会が多い。その反面、長い距離を走ったり、跳んだりする運動に触れる機会は、体育の授業の時間以外はない。そのため、体育の授業ではできるだけ長く走ることができるように、運動量の確保をすること。体育の授業以外の取り組みで、継続的に取り組める走・跳の運動。この2つを意識していきたい。

また、⑦⑨のアンケート結果から、本校の児童は、家での生活時間の中で、メディアに充てる時間がかなり多いことが分かった。そのため、放課後に運動をする割合も、県と比べると男子では約半数、女子では半数を下回っている。

さらに、⑫のアンケート結果からは、体育の授業の中で、「できた」「やった」と感じている児童が非常に少ないということが分かった。達成感を感じられる体育の授業づくりを心掛けなければいけない。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3. 8 月、鉄棒 R3. 9 月調査依頼）の結果		
	6 年生の水泳運動「25m完泳率」	4 年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0 %	51.5 %
自校		
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況		
・高学年はバスケットボールやソフトボール、野球などの球技の習い事をしている児童が多い。また、低学年や中学年はスイミングを習っている児童も複数名いる。		
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等	
	○「走・跳」の運動内容の数値を県平均まであげる。 ○メディアにふれる機会を現在の半分まで減らす。 ○達成感が感じられる体育の授業を行い、⑫の結果が県平均まで上がるようにする。	
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画	
	○使えそうな教具・教材、実践するのに参考になりそうな本や資料などを紹介して、情報交換をしあう。 ○小学校体育連盟の行事に向けて、練習計画や練習内容について話し合う。 ○体育科の公開授業	
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）	
4 ・ 今 年 度 の 取 組	○体育の授業ではできるだけ長く走ることができるように、運動量の確保をすること。 ○体育の授業の中でめあての確認とふり返しを行う。（授業の内容によっては目標を数値化させる。） ○友達の良さや、自分やチームができるようになったことを振り返る。 ○小学校体育連盟の行事をもとに、陸上運動や器械運動に力を入れて取り組む。	
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）	
	○児童会活動の活性化を図り、運動に親しむための活動を行う。 （例）○○教室 ○○大会	
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
	○メディアとのかかわり方について、お便りや懇談などで呼びかける。 ○外部講師にお願いして、器械運動の指導をしてもらう。	
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）		
○		
●		

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立雲雀丘小学校	児童数（R4.5.1現在）	50名
校 長 名	小寺 博喜	体育主任名	尾崎 祐二

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

学年男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県
1男	6.71	8.98	9.00	11.76	30.29	26.54	25.71	27.37	19.43	20.37	12.81	11.65	105.9	118.17	6.14	8.80
2男	10.60	10.82	8.20	14.19	27.80	27.34	30.20	31.05	18.00	30.15	11.20	10.59	119.40	129.37	6.60	12.76
3男	14.71	12.68	18.00	16.47	30.57	29.90	35.29	31.92	49.71	38.73	10.01	10.11	154.6	140.97	22.86	16.24
4男	15.33	14.32	18.67	17.47	32.00	31.60	42.17	38.48	46.33	46.46	9.62	9.69	153.2	146.48	16.83	20.58
5男	-	16.74	-	18.45	-	32.85	-	42.23	-	58.81	-	9.25	-	158.1	-	23.94
6男	22.88	20.18	15.13	21.12	33.25	35.30	44.38	45.71	41.00	63.50	9.15	8.86	157.63	168.08	25.13	27.77
1女	8.40	8.49	8.60	11.64	36.20	29.19	28.20	26.46	18.80	16.14	12.50	11.88	121.60	110.26	5.20	5.57
2女	9.80	10.38	9.80	14.06	27.20	31.32	27.60	30.48	32.40	23.99	10.70	10.82	119.20	124.55	7.20	7.92
3女	10.00	12.20	15.67	15.83	35.67	33.30	31.33	34.35	20.33	31.85	11.20	10.36	122.00	133.34	8.33	10.91
4女	14.43	14.27	13.86	17.02	34.29	35.54	37.57	37.08	37.50	37.88	9.96	9.90	137.43	141.3	12.29	13.31
5女	16.67	16.64	16.67	18.16	36.00	36.78	41.33	41.39	40.33	46.38	10.03	9.53	137.67	150.6	15.67	15.72
6女	17.80	19.52	9.20	19.07	36.80	39.23	41.20	42.98	42.80	50.73	9.58	9.23	144.40	158.13	14.40	17.93

○体力・運動能力調査等をふまえた児童生徒の体力

- ・各学年の人数が少ないため（5年男子は0人）一概には言えないが、男子に比べ女子の方が県平均を下回っている項目が多い。
- ・項目別では、ソフトボール投げ（巧緻性、瞬発力）、上体起こし（筋力、筋持久力）、20mシャトルラン（全身持久力）、立ち幅跳び（瞬発力）などで、県平均を下回っている学年が多い。

○運動習慣の現状

- ・休み時間には、鉄棒、サッカー、バトミントン、ドッチビー、ジャベリックボールなど、校庭に出て様々な遊びをする姿が多く見られる。
- ・業間休みを使って週2回長距離走をしている。
- ・なかよし班（異学年の縦割り班）での遊びで運動することも多い。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・陸上、水泳、空手、バスケットボールなどのスポーツクラブに加入している児童が数名いるが、全体の割合としては少ない。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす遊びが好きな児童が学校全体の8割をめざす。(意識調査) ・鉄棒の逆上がり達成率が学校全体の8割をめざす。 ・体力・運動能力調査における本校の弱みである巧緻性や筋力，持久力などの向上をめざし，授業の中でこれらをもつめる運動を意図的に取り入れる。
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小体連大会に向けた陸上練習や体操練習を全教員で行い，指導方法について共通理解する機会を設ける。 ・体力運動能力調査の結果を分析し，全教職員で課題を共有し，授業に生かして改善していく。 ・休み時間等における児童の運動遊び(ボール，鉄棒等)の様子を把握する。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善(年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・話し合いや振り返りの時間をとり，考える時間を設定する。 ・特に器械・器具を使つての運動(1，2年)，器械運動(3～6年)に重点を置き，巧緻性や筋力を高めさせる。 ・集合，整列の仕方，服装等，体育の学習において基盤となる指導を徹底する。
	<p>(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間を通じて業間体育(毎週火，木曜日)を行い，3分間走をする。 ・学期ごとにマラソン大会または，なわとび大会を行う。(学校で統一したマラソン，なわとびカードの活用) ・体育委員会主催で様々な運動要素を取り入れた集会を企画する。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家庭に記録の伸びや良かった点を伝え，児童が前向きに運動に取り組もうとする態度を育成する。(スポーツテスト結果表，マラソン記録表，水泳カード，なわとびカードの活用) ・学校保健委員会健康委員会を中心に健康・安全に関する発表や話し合いを行う。 ・生活習慣チェックシートを活用し，生活習慣について振り返る。 ・二中校区で行うアウトメディアチャレンジを活用し，メディアとの付き合い方を意識させる。
<p>5. 今年度の成果(○)と課題(●)及び来年度に向けての方針(年度末に記入)</p>	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立松原小学校	児童数（R4.5.1現在） 114名
校 長 名	岡田 憲明	体育主任名 竹内 満

1 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比較）

令和元年度の「しまねっ子！ 元気アップレポート」を参考に県平均と昨年度の5年生（今年度の6年生）の記録を比較すると、以下の表のようになった。（△は県平均との差が大きかったもの。○は県平均を上回ったもの。◎は、県平均を大きく上回ったもの）

	握力	上体起こし	長座	反復	シャトル	50m	立ち幅	ソフト
6年生男子	○	○	○	○	◎	△	△	—
6年生女子	◎	○	△	○	◎	△	—	△

男女共に50Mの記録が県平均を大きく下回っており、男子は立ち幅跳びが下回っていることから、児童の瞬発力に課題があると考えられる。

学年によって平均を上回っている種目や下回っている種目が多様である。この結果を担当に伝え、学年によって苦手な種目を重点的に体育の授業に取り入れる等の工夫をして、児童の運動能力向上に努めたい。次に個別の結果を割合別の表にすると以下のようになった。 単位（％）

	6年男子	6年女子
A	0	12.5
B	46.2	50.0
C	30.8	25.0
D	15.4	12.5
E	7.7	0

個別の結果の割合を見ると、正規分布に近い形で分布をしている。今後も様々な運動経験をさせて、D、Eの子どもたちが少しでも得点上がるように指導をしていきたい。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒はR3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域のスポーツクラブなどに加入している児童はいるが、児童数全体から見れば少数である。加入しているクラブの種類は、「サッカー」、「陸上」、「水泳」、「空手」などがある。

今 年 度 の 取 組	<p>（1）具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動をすることのよさを感じ、休み時間にも自主的に運動をしようと思えるような場面を設定する。 ・体育の授業や陸上大会練習、体操大会練習の中で、様々な動きを経験させたり、運動の楽しさを感じることのできる機会を増やしたりする。
	<p>（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・陸上や体操に関する指導のポイントに関する研修を行う。 ・体力テストでは、児童全員が正しい計測ができるように事前に種目毎の注意点をまとめたものを担任に配付し、児童に指導ができるようにする。
	<p>（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの結果をもとに各学級の実態を把握し、体力の向上に向けての取り組みを、年間通して行っていく。 ・年間計画を確認し、どの領域も経験できるようにする。 ・体育の時の授業のアイデアを担当会（担任が集まって情報交換する場）で共有し、積極的に取り組んでもらう。
	<p>（4）体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの結果を体育委員会の児童達に伝え、児童達の中から体力テストの改善に向けた活動を考える。 ・コロナウィルス感染症予防のために、集会活動を行うことが難しいため、集会以外の方法で全校が同じ目標に向かって取り組める活動を行う。 ・縄跳びカードや鉄棒カードを全校児童に配付し、自主的に取り組めるような活動を行う。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

・放課後遊び隊への積極的な参加の呼びかけを行う。(地域との連携)

5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立石見小学校	児童数（R4.5.1現在）	358名
校 長 名	佐々木 伸	体育主任名	松本 侑樹

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

新体力テストにおける本校5年生児童の記録を県平均・全国平均と比較すると、本校児童には次のような傾向がある。

- ①記録が全国・県平均値を下回る種目が男女とも多い
- ②握力と反復横跳びの記録が男女とも全国・県平均値との差が大きい
- ③運動やスポーツをすること、体育の授業が「楽しい」と答えた児童の割合が全国平均に比べて高い

本校の傾向を踏まえると、様々な運動にバランスよく取り組めるよう指導計画の見直しを図ることと、体育の授業改善を行うことに課題があると考えられる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

本校は、県立体育館・浜田市プール・県立武道館・陸上競技場などの運動施設が校区内にあり、スポーツクラブに参加しやすい環境にある。全校児童の約60%の児童が地域のスポーツクラブに参加している。多くの児童がスポーツクラブに参加し、定期的に体を動かしている傾向があるといえる。

4. 今年度の取組

(1) 具体目標・数値等

- 「進んで体を動かす子どもたちの育成と基礎的な体力の向上」
- ・体力テスト総合評価C段階以上の児童の割合を70%以上にする。
- ・1日1時間以上、運動をする児童の割合を50%以上にする。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・定期的に体育授業における資料等を各学年に周知し、授業改善の機会を設ける。

(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）

- ・体育科の授業としては、子どもたちに様々な技ができる喜びを味わわせることで、運動する喜びを実感し、進んで体を動かす子どもを育てる。
- ・より質の高い体育授業が各学年で行われるように、各学年部へ情報提供、共有を積極的にし、体育科における授業力向上を目指す。
- ・器械運動領域の授業改善を図るため、学習カードを活用するように呼び掛ける。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）

- ・体育科の年間指導計画が本校の実態に適したものとなるように再検討する。
- ・体育備品の整理整頓を行い、子どもたちが体を動かしやすく、教員が授業をしやすい環境を作る。
- ・児童会活動にて外遊びを奨励するキャンペーン活動や校内8の字跳び大会などを実施し、進んで体を動かすように、児童の意識を高める。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

4
.
今
年
度
の
取
組

- ・ 地域団体が主催する大会や催しへの積極的な参加を呼び掛ける。
- ・ 家庭でも取り組める運動として縄跳びを奨励し、児童の体力向上、維持への意識を高める。

5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	浜田市立美川小学校	児童数（R4.5.1現在）	75名
校長名	大達 高弘	体育主任名	山根 佑太

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

令和3年度の自校の学年別・男女別の平均と令和2年度の県平均を比較して現状を分析する。

	握力	上体	長座	反復	シャトル	50m	立ち幅	ソフト
1男	12	15.0	20.6	28.6	17.8	10.7	127.0	12.5
2男	13	15.7	21.2	30.0	19.2	10.6	135.4	14.8
3男	15	12.3	21.5	32.5	23.5	10.6	134.3	14.7
4男	17	16.5	26.2	35.7	45.2	9.8	140.7	20.4
5男	18	18.9	23.7	41.9	43.0	9.1	155.4	25.9
6男	24	24.3	24.7	43.0	73.3	9.0	177.3	35.0
1女	11	13.0	27.6	25.8	12.0	11.7	114.4	5.4
2女	12	7.0	22.0	28.7	11.7	11.0	114.0	7.0
3女	17	13.7	32.3	27.0	25.0	10.0	135.7	13.3
4女	17	15.4	27.7	35.1	36.0	9.7	139.6	13.4
5女	20	17.9	34.1	39.3	31.3	9.2	150.9	20.6
6女	26	20.8	29.2	43.0	59.0	8.8	162.6	21.6

（網掛けは県平均を下回った種目）

学年によって傾向が異なるが、全体を見ると、「長座体前屈」、「反復横跳び」、「シャトルラン」等が県平均を下回っている学年が多く、体力評価項目である筋持久力や柔軟性等が低い傾向がある。一方、「握力」と「ソフトボール投げ」は県平均を上回っている学年が多く、筋力が高い傾向にある。また、C・D判定の児童が多く、全体的に運動量や運動経験が少なかったり、運動技能が低かったりする傾向がある。学年や男女によって平均を上回っている種目や下回っている種目が多様である。この結果を担任に伝え、本校児童の弱みになっている能力向上につながる運動を体育の授業で取り入れる等の工夫をして、児童の運動能力向上に努めたい。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域のスポーツクラブに参加している児童は、中学年以上が多く、全体の約3割である。男子は野球、女子はバレーボールが最も多く、その他にも陸上等を習っている児童もいる。

4 (1) 具体目標・数値等

- ・新体力テストの総合評価で「C評価」以上の割合を80%以上に向上させる。
- ・課題のある種目において職員会等で共通理解を図り、関連する運動を体育の授業に取り入れられたりすることで、数値の向上を図る。
- ・学校評価（児童用）の「体育の授業が楽しいですか」という項目で、「楽しい」と感じる児童の割合を90%以上に向上させる。

今年度の取組

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <p>一昨年度の校内研究（体育科・体づくり）で学んだことや共通理解したことを生かした授業を行えるよう、校内研修を行ったり、引き続き体育館に体づくりの掲示をしたりする。また、新体力テストや児童の様子等をもとに、日頃の授業やサーキットトレーニング、陸上練習、体操練習等の体力向上への取組について全教員で振り返りをする。</p>
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上記で述べた本校の課題である、筋持久力や柔軟性等を高める運動を取り入れた授業を継続して行う。 ・「体づくり」に関する遊びを体育館に掲示し、児童が授業や休み時間にも友だちと協力して楽しみながら取り組めるようにする。 ・年間を通して、共通の課題や各学年の実態に応じたサーキットトレーニングを授業の始めに取り入れる。また、効果的で楽しく活動できるメニューにするために、体育主任を中心にサーキットトレーニングの内容等についての情報交換を行う。 ・授業では必ずめあてを提示し、本時の目標を明らかにするとともに、達成できたかどうかを振り返る場をもつことで、意欲的に授業に取り組むことができるようにする。また、話し合い活動を取り入れることで、互いに高め合い、成長し合うことのできる授業になるように工夫する。 ・ICT 機器を活用し、良い動きを動画等の記録に残したり、共有したりすることができるような授業になるように工夫する。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・委員会活動と連携を図り、体力向上を目指した全校遊びを計画的に実施する。 ・業間マラソン（1・2学期）や業間なわとび（3学期）を実施する。また、記録会やなわとび集会も開催し、努力の成果を表彰する場を設け、目標をもって活動できるようにする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域のスポーツ少年団（野球やバレーボール等）と課題を共有し、様々な動きを取り入れながら基礎体力の向上を図ることを目指す。 ・生活アンケートの結果をもとに、運動に親しむ時間を生活の中に組み入れていくことを保護者へ依頼し、協力をあおぐ。 ・隣接する中学校と課題を共有し、合同運動会やマラソン記録会等の際に様々な動きを取り入れながら基礎体力の向上を図ることを目指す。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立周布小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	275名
校 長 名	宇野 正一	体育主任名	長谷川 淳一
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)			
<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの結果を昨年度の状況から見ると、全体的に男子、女子ともに「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」の種目で、全国や島根県の平均より下回っている学年が多い。 ・体育の時間以外の運動頻度では、多数の児童が業間や昼の休憩時間に校庭や体育館で遊ぶ姿が見られる。 			
2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼) の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・全校の約30%の児童が、野球、サッカー、バスケットボール、バレーボール、陸上、水泳、体操などのスポーツクラブに所属している。 			
4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> 「柔軟性の向上と様々な運動の機会の設定」 ・長座体前屈の記録の平均値を、12月までに2cm以上伸ばす。 ・「25m完泳率」の割合を40%に伸ばす。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・職員会議において体力・運動能力等調査の実施について起案をする際に、本校における課題について体育主任が説明し、上記の目標を中心に児童の体力向上を目指した、授業づくりをしていくよう呼びかける。 		
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)		
<ul style="list-style-type: none"> ・授業の始めに「めあての提示」をし、授業の終わりに「振り返り」の時間を設けることを、各学年に応じて共通理解を図り実践する。 ・単元に応じて「学習カード」を活用して、運動に対する児童の理解や意欲を高めるようにする。 ・授業時間内の運動量確保を意識し体力の向上を図る。 ・10月の小体連体操大会に併せて、全校でマット、跳び箱、鉄棒の重点的な指導を実施する。 			
(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)			
<ul style="list-style-type: none"> ・校庭に「逆上がり練習器」や補助具を常備したり、体操大会シーズンに体育館の壁に「技の連続図」などを掲示したりして、児童の技に対する理解と意欲を高めるようにする。 ・学期毎に「マラソン記録会」を実施する。 ・児童会の体育委員会を中心に3学期のなわとび学習の頃に「なわとび集会」(長縄)を実施する。 ・島根県西部医療福祉センターの先生から指導を受けた正しい姿勢とストレッチ、体幹トレーニングについての指導内容を全校に広める。 ・朝の時間に「柔軟・体幹トレーニング」を取り入れることで、よりよい姿勢や柔軟性を身につけることができるようにする。 			
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等			
<ul style="list-style-type: none"> ・校内マラソン記録会の結果を記入した「マラソン記録カード」を保護者へ返却することで、保護者の意識を高め児童へ声をかけてもらうようにする。 ・浜田市陸上競技協会主催の陸上大会への参加を勧めることで、児童の陸上運動への関心と意欲を高めるようにする。 			

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立長浜小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	248名
校 長 名	細川 寿俊	体育主任名	小豆澤 穂

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

男子	握力 (kg)	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び (回)	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	
県	6	19.33	20.60	34.73	44.53	72.86	8.93	190.80	27.93
		20.18	21.12	35.30	45.71	63.50	8.86	168.08	27.77
県	5	14.82	17.32	32.89	44.07	53.70	9.66	152.11	21.32
		16.74	18.45	32.85	42.23	54.81	9.25	158.12	23.94
県	4	13.33	16.83	29.72	34.94	47.94	9.66	138.50	16.33
		14.32	18.45	31.60	38.48	46.46	9.69	146.48	20.58
県	3	11.89	17.11	34.05	36.42	35.26	9.57	127.63	16.05
		12.68	16.47	29.90	34.92	38.73	10.11	140.97	16.24
県	2	10.59	11.88	27.12	31.53	28.41	10.85	127.41	9.59
		10.82	14.19	27.34	31.05	30.15	10.59	129.37	12.76
県	1	9.05	10.60	24.76	25.19	21.67	11.37	128.14	7.68
		8.98	11.76	26.54	27.37	20.37	11.65	118.17	8.80
女子	握力 (kg)	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び (回)	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	
県	6	19.55	18.26	41.58	41.84	50.75	9.40	152.42	15.79
		19.52	19.07	39.23	42.98	50.73	9.23	158.13	17.93
県	5	14.21	18.95	36.32	39.63	47.79	9.82	142.42	12.95
		16.64	18.16	36.78	41.39	46.38	9.53	150.64	15.72
県	4	13.61	13.83	36.94	34.67	41.50	10.20	136.00	11.94
		14.27	17.02	35.54	37.08	37.88	9.90	141.33	13.31
県	3	10.86	16.38	37.48	34.76	32.59	10.00	123.34	9.55
		12.20	15.83	33.30	34.35	31.85	10.36	133.34	10.91
県	2	9.76	9.65	32.47	30.71	24.65	11.60	118.53	6.53
		10.38	14.06	31.32	30.48	23.99	10.82	124.55	7.92
県	1	9.70	12.22	31.95	24.61	17.35	11.57	121.30	4.96
		8.49	11.64	29.19	26.46	16.14	11.88	110.26	5.57

（上記の令和3年度運動能力調査の結果から）

- ・握力（筋力）、立ち幅跳び（跳躍力）、ソフトボール投げ（投力）に課題が見られる。
- ・本校児童の強みは、長座体前屈（柔軟性）、シャトルラン（持久力）であると考えられる。
- ・令和元年度と比較すると上体起こしやシャトルランが改善、向上が見られている。反面、握力やソフトボール投げはあまり改善傾向が見られないため、重点として取り組んでいく必要がある。
- ・休み時間に外で遊んだり、体を動かしたりして遊ぶ児童が多い。
- ・運動経験の幅が狭く、体の使い方が不器用な児童が多い。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

学年が上がるにつれてスポーツクラブへの加入の割合が高まっていく傾向が見られる。男女差はあまり見られない様子が見られ、学校外で活発に体を動かしている様子が見られる。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟性，持久力等の強みを伸ばす。 ・投力，筋力など，弱みの改善を目指す。特にソフトボール投げの記録で県平均を上回る学年を増やしていく。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・職員会で児童の体力の実態についての周知と取り組みの方針を共有する。 ・体育での学習で行える活動について職員会で共有し，年間を通じて児童の体力向上や運動技能の向上を目指す。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
4 今年度の取組	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動・投力にかかわる領域に重点を置き，取り組む。 (走・跳・投の運動遊び・ゲームの領域で投動作のある学習内容を取り入れる。) ・低学年を中心に補助運動で投動作のある活動や多様な感覚を養う運動遊びを取り入れる。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・タオルやジャベリックボールを活用し，投げる動作を経験させる。 ・児童会による体力向上の取り組みを行う。 委員会活動や縦割り班を活用した運動遊びに取り組む。 ・持久走大会を実施し，それに向けて体力づくりに取り組む。
4 今年度の取組	(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・学校だより等で児童の体育的活動について保護者へお知らせする。 ・体力テストの結果をまとめ，保護者に返却し，子どもの体力の現状を知らせる。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立国府小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	298名
校 長 名	伊津 洋士	体育主任名	森山 充

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

- ・昨年度の新体力テストのデータより、集まったデータによれば総合評価がB以上であった児童の割合は36%となった。なお一昨年度が37%であったことを踏まえて概観的に見ると、本校児童の体力に大きな変化はなかったと言える。
- ・昨年度は長座体前屈、シャトルランで複数の学年に弱みが見られたことから、柔軟性と持久力の向上を重点目標とした。
- ・下記の表は、今年度の2～6年生が昨年度取り組んだ新体力テストの平均値と県平均値（参考値）を比較した結果を掲載したものである。この結果によると、上体起こし（筋持久力）、反復横跳び（敏捷性）、20mシャトルラン（全身持久力）について弱みがあることが分かる。特にシャトルランについてはほぼ全ての学年において県平均を大きく下回っており、学校全体としての課題と捉えることができる。

	2年男子	2年女子	3年男子	3年女子	4年男子	4年女子	5年男子	5年女子	6年男子	6年女子
握力						◎			▲	
上体起こし	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
長座体前屈				▲	▲		▲		◎	
反復横跳び				▲	▲	▲	▲	▲	▲	
20mシャトルラン	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲
50m走										
立幅とび			◎	▲	◎	▲	◎	▲	▲	
ソフトボール投げ					▲					

※◎：県平均値より+2ポイント以上，▲：県平均値より-2ポイント以下，空白の欄は概ね県平均と同値（±2ポイント内）

- ・業間休みや昼休みには、多くの児童が校庭や体育館で体を動かして遊んでおり（本校で実施した意識調査によると298名約67%の児童が「休み時間に体育館や校庭で体を動かして遊んでいる」と回答）、校庭ではサッカーやバレーボールなどのボールあそび、鬼ごっこなどを行っている姿が多く見られる。一方で、学校や家庭で毎日概ね1時間以上運動をしている児童は、約30%となっている。同じ質問に対する昨年度の調査結果が約46%であったことを踏まえると、本校児童は運動するのが好きだが、日常的に十分な運動時間が確保されているとはいえず、コロナの状況もあって余計に運動時間が減少しているという様子が見られる。

2. 前年度の実技習得状況調査の結果（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・全校児童298名中175名（約58%）の児童が地域のスポーツクラブ等へ加入し、放課後や休日に運動に親しんでいる。主な内訳は水泳40名、サッカーが17名、野球が15名、テニスとバスケットボールがそれぞれ12名、バレーボールが10名などである。またその他にもダンスや陸上、体操や剣道などのスポーツクラブに加入している児童がおり、合計で175名である。なお、これらの人数は複数のスポーツクラブ等へ参加する児童の人数も含むものである。

(1) 具体目標・数値等

「20mシャトルラン（全身持久力）の向上」

- ・5月から11月にかけて、持久力の向上を目指す。【長距離走記録 → 持久走記録会】

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>以前の記録に比べて、記録が向上した児童70%以上を目指す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マラソンカードを活用し、努力が見える化して蓄積し、自主的に取り組む姿を目指す。 ・遊具や鉄棒を使った遊びに進んで取り組もうとする児童の姿を生み出す。【年度末意識調査】 ・「健康安全に気をつけ体力づくりができた」という児童の回答80%以上を目指す。【年度末学校評価】
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5月の職員会議で本校児童の体力の現状について体育主任が説明すると共に、本計画に沿って今年度の取組の方針を示し、教職員への共通理解・共通実践を働きかける。特に昨年度の新体力テストの結果の分析から明らかになった上体起こし(筋持久力)や20mシャトルラン(全身持久力)、反復横跳び(敏捷性)についての弱みがあることや、今年度は全身持久力の改善を目指すことを伝える。 ・体育授業の基本的な流れを記した「国府小学校 体育授業の進め方」を作成・配付し、体育時遊の進め方のスタンダードを明確にすることで教員の指導の困り感へ対処する。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善(年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)</p> <p>【授業の工夫・改善】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・引き続き「わたしたちの体育」を積極的に活用することで、児童が学習の流れを意識して運動への取り組み方を工夫し、主体的に学習に取り組めるようにする。また、「めあて」に沿ったふりかえりの記録の蓄積を通して、学びの連続性を感じながら学習できるようにする。 ・<u>県や市小体連の研究に倣い、運動の試行錯誤と対話の往還を大切に</u>した体育の授業づくりを通して、<u>児童が運動の楽しさやできるようになる喜びを仲間と共有し運動の醍醐味を味わえるようにする。</u> <p>【重点化する領域・指導内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小体連体操大会1か月前から体育の重点指導内容を器械運動とし、柔軟性を高める運動を積極的に取り入れる。 ・柔軟性を高められるよう、体育の時間の導入や休み時間に短時間でできるエクササイズや「体づくり運動」を紹介し、継続的に取り組めるようにする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育館で使うことのできる器具(フラフープや体育棒)の充実や、遊びを通した体力向上のための環境整備を推進する。 ・「しまねっ子元気アッププログラム」を参考にし、児童会体育委員会が遊びを通した体力向上のイベントや簡単な動画の作成・紹介を企画し運営する。 ・校内持久走記録会へ向けてマラソンカードを用いた自主練習に、継続的に取り組む。(全体で声かけをしたり、見える化での達成感をもたせたりする) ・体育授業で行う縄跳びの運動や、2月に行うなわとび集会へ向けた意欲づけを図るため、2学期から「なわとび検定カード」を配付し、達成感を感じながら運動に親しめるようにする。 ・各学年の実態に応じて、朝礼時などに簡単な体幹や姿勢づくりの運動に継続的に取り組む。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「早寝、早起き、朝ごはん」を呼びかける。 ・学校だよりや学年だよりで、本校児童の体力の実態や、今年度は「全身持久力」を重点課題として意識して取り組んでいることを伝え、地域や家庭での協力をよびかける。
	<p>5. 今年度の成果(○)と課題(●)及び来年度に向けての方針(年度末に記入)</p> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	浜田市立三階小学校	児童数（R4.5.1現在）	204名
校長名	小林 信	体育主任名	賀戸 幸久

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

下表は、本校の昨年度新体力テストの結果と県平均のデータ（「令和2年度しまねっ子！元気アップ・レポート」より）と比較したものである。

学年 種目	握力	上体起	長座体	反復横	シャト	50m走	立幅跳	ソフト	合計(○)
2男女	○○	▲▲	▲▲	○▲	▲▲	▲▲	○○	▲▲	5(/)
3男女	▲○	▲▲	▲○	▲○	▲○	▲▲	▲○	▲○	6(+4)
4男女	▲▲	▲▲	▲▲	▲○	▲▲	▲○	▲○	▲▲	3(-5)
5男女	○○	○▲	○▲	○▲	▲▲	○○	▲▲	▲▲	7(-1)
6男女	▲▲	○○	▲▲	○▲	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	3(-3)
合計(○)	5(-4)	3(-1)	2(+2)	5(0)	1(0)	3(-2)	4(+2)	1(-1)	24

※表の学年は、今年度の学年に置き換えて考えたもの

※○・▲は、それぞれ県平均を上回っている、下回っている

※（ ）の数字は一昨年度との比較

- ・学年男女別に見ると、2年生女子が8項目中6項目において、4年生男子が5項目において、県平均を上回ったが、その他は県平均を下回っている項目がほとんどである。
- ・全体的に見ると、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、シャトルラン(全身持久力)、ソフトボール投げ(巧緻性・筋パワー)の値が低い。また、シャトルランは、県平均との間に大きな差がある学年が多く見られた。
- ・一昨年度との比較で見ると、全体的に県平均を下回る項目が多くなっている。特に、シャトルラン、ソフトボール投げについては、2年続けて、県平均を下回る学年がほとんどであり、本校の課題であると考えられる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・サッカー、陸上、水泳、バレーボール等を習っている児童がいる。

4. (1) 具体目標・数値等

- ・体育の授業や児童会活動を通して、「運動が好き」と回答する児童85%以上を目指す。

今年度の取組 (2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・重要単元として、「陸上運動」、「器械運動」、「ボール運動」を位置付ける。
それぞれの単元を指導する際に以下のことを意識する。
陸上運動…単元の始めと終わりに記録を取り比べることによって、動きの高まりを感じる。
器械運動…系統性を理解し、スモールステップで指導を行う。
ボール運動…みんなが楽しめるように自分たちでルールを工夫する。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ なわとびカード，鉄棒カードを取り入れることで，楽しみながら運動できるようにする。 ・ ICT を活用し，自分や友達の体の使い方を理解しやすくする。 ・ 運動がしたくなる場や安全に運動に取り組むことができる場を設定する。 ・ 単元の終末で記録会や技の発表会等を行い，成果を認め合う場を設定する。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 基本的な生活習慣（早寝，早起き，朝ご飯）の定着に向け，ノーマディアチェックなどに取り組む。 ・ 全校遊びや，たてわり班遊び，なわとび集会などを行うことで，体を動かす機会を作り，集団遊びを啓発していく。 ・ 市の陸上大会，体操大会に向けて，放課後の練習に取り組む。
	<p>(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 児童に運動に関するアンケートを行う。 ・ なわとびカード，鉄棒カード，水泳カードをもとにして，運動の達成率を把握し，次年度の目標設定に生かす。 ・ 体育委員会実施の集会のふり返りを行い，「体を動かすことが楽しい」と感じた児童の感想を聞く。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立雲城小学校	児童数（R4.5.1現在） 131名									
校 長 名	上部 孝雄	体育主任名 塩田 俊也									
<p>1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の本校の新体力テストの結果と県・国の平均比等と比較すると、どの種目についても概ねどの学年も平均値と同等の値もしくは若干高い数値の種目があった。特に、柔軟性については県平均を上回る学年があった。昨年度に柔軟性を高める運動を体育の授業を中心に継続して行った成果が表れたと感じる。一方で、どの学年性別についても個人の数値についての差が大きく体力や運動習慣の二極化が伺える。 											
<p>2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;"></th> <th style="width: 40%;">6年生の水泳運動「25m完泳率」</th> <th style="width: 45%;">4年生の器械運動「逆上がり達成率」</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>県平均</td> <td style="text-align: center;">60.0%</td> <td style="text-align: center;">51.5%</td> </tr> <tr> <td>自校</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	県平均	60.0%	51.5%	自校		
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」									
県平均	60.0%	51.5%									
自校											
<p>3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本校の大きな特徴としては、女子児童の多くが地域のダンスクラブに加入している。 ・陸上や野球などの地域のスポーツクラブやスイミングなどの市内の習い事に加入している児童の割合が多い。 											
	<p>（1）具体目標・数値等</p> <p>「柔軟性、脚力の向上と、児童が体を動かして遊ぶことが好きになる」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力や運動能力向上のために、体幹を鍛え姿勢保持の筋力を高めるストレッチを全校で取り組む。 ・脚力の向上（立ち幅跳び、反復横跳びで2学年以上の男女が県平均を上回る）を目指す。 ・4年生の器械運動の逆上がりの達成率を50パーセント以上を目指す。 										
	<p>（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主に器械運動に関する指導力向上を目的とした研修を行う。 										
	<p>（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走・跳の運動遊び、走・跳の運動・陸上運動を中心に脚力の向上を目指す。 ・器械運動系、特に鉄棒運動を中心に技能の向上を目指す。 										
	<p>（4）体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎週月曜日の業間に外遊び活動を計画し、縦割り班で外遊びを行う。 ・主に低中学年に文科省推薦のカラチャレドリルに取り組み、体力の向上を目指す。 ・鉄棒カードを使用し、3～6年生の逆上がりの達成率を7割以上を目指す。 ・4、5、6年生の児童による陸上練習(4月、5月)と体操練習(9、10月)並びに記録会を実施し、筋力や柔軟性を高めたり、体幹を強化したりする。 ・ハッチョウトンボダンスを本校の表現運動活動の一つとして位置付け、全校でダンスに取り組み体を動かす楽しさを感じられるようにする。 										
	<p>（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの健康づくり事業「専門員による指導事業(メディア)」を活用し、PTA事業と関連して児童と保護者、教職員がメディアコントロールについて理解を深める機会を設ける。 ・テレビ視聴時間が3時間を超える児童は体力が低下し、睡眠時間が8時間以上の児童は体力が高くなる傾向を示す（子どもの体力向上のための取組ハンドブック：文科省）。浜田市金城中学校ブロック（金城中、今福小、波佐小、雲城小）生活習慣・体づくりに関する委員会が推進する児童の家庭で行うメディアコントロールに年2回、1週間にわたって取り組む。方法としては、家庭で実施するめあ 										

てカード「元気生活チャレンジ表」を活用し、児童が寝る30分前にメディアの接触を断ち、良質な睡眠をとることで健康にすごせることを目指している。早く寝ることでメディアに接する時間を減らし、朝早く起き、朝ごはんを食べる児童が増えることを期待している。

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立今福小学校	児童数（R4.5.1現在）	41名
校 長 名	石橋 邦彦	体育主任名	小川 豊

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

令和3年度の全国平均数値と自校の学年男女別平均数値を比較して現状を分析する。

種目	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅とび		ソフトボール投げ	
	全国	本校	全国	本校	全国	本校	全国	今小	全国	本校	全国	本校	全国	本校	全国	本校
1男(5)	9.7	11.2	12.3	10.0	27.3	30.6	28.8	22.4	19.4	20.2	11.3	12.7	116	116	8.8	8.4
1女(2)	9.2	11.0	12.5	16.5	28.8	27.5	27.3	28.0	17.1	21.0	11.7	12.3	108	131	5.8	5.0
2男(3)	11.1	14.7	14.2	13.3	28.9	29.0	32.5	29.0	29.9	33.3	10.7	10.2	129	140	11.8	16.3
2女(2)	10.5	11.0	13.7	7.0	31.4	34.0	30.5	25.5	22.9	20.5	11.1	12.4	122	134	7.7	5.0
3男(3)	13.1	16.0	16.2	19.7	30.0	29.3	36.1	34.0	37.0	45.7	10.0	10.0	139	146	15.8	23.7
3女(3)	12.4	17.3	15.6	14.5	34.0	40.5	34.9	35.0	31.0	49.5	10.3	9.8	130	134	9.8	12.5
4男(4)	14.9	14.5	18.3	20.0	32.3	29.8	39.8	38.3	45.4	45.8	9.6	9.8	149	153	19.8	18.3
4女(5)	14.5	14.3	18.0	16.4	36.1	35.0	38.4	30.8	36.6	51.0	9.9	9.7	144	153	12.4	13.8
5男(4)	17.5	21.0	20.8	20.0	34.1	39.3	44.4	36.5	53.6	41.8	9.2	9.2	157	166	23.1	25.5
5女(3)	17.4	18.7	19.2	17.3	39.9	40.7	42.8	35.7	41.9	52.7	9.5	9.0	149	171	14.2	13.7
6男(7)	20.4	22.1	21.4	22.1	36.0	35.7	45.9	36.3	56.5	65.4	8.9	8.9	167	169	26.6	28.1
6女(7)	19.9	21.4	19.7	19.7	40.6	42.4	44.1	39.4	46.5	55.4	9.2	8.9	158	173	16.6	16.4

※全国平均を上回る数値について、網掛け強調をしている。

- ・全国と比較すると、学校全体として、握力、シャトルラン、立幅跳びの数値が高く、本校の強みと言える。逆に弱みとなるのが、反復横跳びである。
- ・さらに、学年別に弱い種目を見ると、1年は50m走とソフトボール投げ、2年は上体起こし、4年は長座体前屈、5年は上体起こしなどがあげられる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

社会体育へ参加している児童は、全体の約40%である。

4 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走力、持久力の継続的な強化を図るために、業間マラソンを週2回、毎月の記録会、11月には公道を走るマラソン大会を実施する。自己記録の更新を目標とする。 ・10月に器械運動の集中強化月間を設け、マット・跳び箱・鉄棒技能のレベルアップを目指す。 ・ボール運動の基礎的な動きとして、反復横跳びを取り入れ、全国平均を超える数値を目標とする。
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年度はじめに、体力向上推進計画について体育主任が説明をし、全教職員の共通理解を図る。 ・小学校体育実技研修の参加者による校内報告を行う。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育科の授業の中で、運動量の確保を意識し、実態に応じた場づくりやルールの工夫を行う。 ・授業の導入時に、体幹を鍛える運動（サーキット等）、柔軟性を高めるストレッチを行う。 ・授業において、陸上運動と器械運動、水泳を重点領域とし、全校体制で取り組む。 ・児童が「目標」や「学習の成果」を知り、主体的に取り組めるような学習カードを必要に応じて作成し、活用する。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業間体育（5分間走・縦割り班での遊び・なわとび）を継続し、運動量を確保する。また、業間体育で取り組んだ成果を発表する場（マラソン記録会・マラソン大会・なわとび集会）を設け、児童の運動への意欲を高める。 ・業間や昼休みの外遊びを推進していく。 ・「しまねっ子元気アップカーニバル」の初開催を目指して、全校での体力向上に向けての機運を高める。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・専門的な指導者を招いての体育実技教室等を実施し、児童の技術力の向上を図るとともに、教師の授業力向上に資する。 ・休日や長期休業中において、まちづくりセンターの健康スポーツ的な活動や地域スポーツクラブの活動に参加することを推奨する。 ・学校栄養士と連携し、各学級で食育に関する指導を行う。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立波佐小学校	児童数（R4.5.1現在）	13名
校 長 名	池辺 恭一郎	体育主任名	藤井 偉史

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

- ・低学年児童は「50m走」、「上体おこし」の記録が低い児童がみられる。そのため、俊敏性を高めるような取組を行う必要がある。高学年児童では、「立ち幅跳び」の記録が低い児童がいるため、瞬発力や筋力を高める運動を取り入れる。
- ・児童の様子をみると、温かい時期は外遊びや体育館での遊びが多くみられるが、積雪期に入ると運動量が著しく減っている姿が見られた。積雪期の運動量の確保が課題である。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

バトミントンスポーツ少年団…5人 スイミングスクール…2人 サッカークラブ…1人
 スキー教室…2名 ダンス教室…1名 体操教室…1名

- 4
・
今
年
度
の
取
組
- (1) 具体目標・数値等
- ・教師が児童個々の実態を把握し、苦手な運動に関わる力の向上につながるよう、取組や授業を進める。
 - ・年間を通しての運動量の確保に努める。
- (2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
- ・小体連陸上大会に合わせ、走の運動（かけっこ）の研修会を4月中に行う。
 - ・小体連体操大会に合わせ、マット運動・跳び箱運動・鉄棒運動の研修会を9月に行う。
- (3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や**重点化する領域・指導内容等**）
- ・業間マラソンや業間なわとびを実施するなどし、運動量確保に努める。
 - ・体育授業等の取り組みを通して「スピード」「柔軟性」「筋力・筋持久力」を伸ばす運動を積極的に取り入れる。
 - ・ICTを活用し動きのコツがつかめるような授業展開を行う。
- (4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
- ・5月から3月まで業間体育を週1回実施。5～11月は業間マラソン（5分間走）、12月～3月は業間縄跳び（持久跳）を実施する。
 - ・5月と11月の年2回持久走大会を実施し、持久力の向上を図る。
 - ・小体連陸上大会、体操大会への練習は全校で行う。陸上では主に「スピード」、体操の練習・クラブ活動では「柔軟性」を高める取組を意識的に行っていく。

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立旭小学校	児童数（R4.5.1現在）	130名
校 長 名	岡本 真美	体育主任名	松原 裕
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・種目別に県平均と比較すると、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、50m走で、県平均を上回る学年が多くあった。 ・学校全体の課題としては、長座体前屈と立ち幅跳び、ソフトボール投げの結果が、県平均を下回る学年が多いことが挙げられる。 ・経年変化で見えていくと、過去3年間でソフトボール投げの記録については、少しずつ各学年の県平均の記録に近づいてきている。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・社会体育への参加状況は、全校児童の約3割が様々なスポーツクラブに所属している。地域には、器械体操の運動クラブがあり、約2割の児童が在籍している。近年は、旧浜田市内のスポーツクラブに所属する児童も増えている。 			
4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の新体力テストの記録（長座体前屈、ソフトボール投げ、立ち幅跳び）より伸ばすことができた児童の割合を80%以上にする。（1年生は総合評価D以上） ・柔軟性を向上させ、長座体前屈の記録を県平均と同程度にする。 ・投能力を向上させ、ソフトボール投げの記録を県平均と同程度にする。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業の内容を各学年の担当者と相談し、同じ目標を持った上で発達段階に応じて指導できるようにする。 ・体育部を中心に体育的行事を企画し、児童の体力向上を図る。 ・2、3学期体育の授業（器械運動・体づくり運動）を体育担当者で見合い、研修とする時間を設定し、授業力向上を図る。 ・体づくりの運動遊び、体づくり運動について体育授業担当者と相談し、授業内容を考える。 ・授業実践したことを振り返り、その情報を教職員間で共有し、改善策を講じる。 		
4 今 年	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）		
	<ul style="list-style-type: none"> ・各学期に重点的に取り組む運動領域を決め、授業改善や運動意欲、体力の向上を図る。 1学期・・・投の運動遊び（1・2年生）投運動（3～6年生）具体的な授業改善の方向の検討 2学期・・・器械・器具を使つての運動遊び（1・2年生）器械運動（3～6年生） 3学期・・・体づくりの運動遊び（1・2年生）体づくり運動（3～6年生） ・「体育の授業が楽しい」と感じられる授業をするために、「目標を示す活動」「振り返る活動」「助け合い、役割を果たす活動」「話し合う活動」の視点を意識した授業を計画し、実施する。 ・体育授業にジャベリックボール投げや壁当てなどの投運動を取り入れ、力強く、遠くに投げることを意識させることを通して投力の向上を図る。 ・日々の柔軟運動にブリッジやストレッチなどの柔軟運動を取り入れ、柔軟性の向上を図る。 		

度の取組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童会体育委員会が中心となって、業間運動（なわとび）に取り組む。 ・縦割り班での外遊びを年間を通して計画し、実施する。 ・小体連事業への参加（陸上大会、体操大会）について、教職員全体で共通理解を図り、児童の運動への意欲向上や体力向上に向けた取組を行う。 ・地域の特色でもある「雪合戦」をクラブ活動に取り入れ、投力の向上を図る。 ・的当てゲームができるような環境を整備し、投力を伸ばす環境づくりをする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保護者に対して、体力調査の結果を知らせ、家庭と協力して体力向上に取り組む。 ・生活習慣アンケート、旭っ子カードを活用し、「早寝・早起き・朝ごはん」「メディアコントロール」などについて実態を把握し、中学校と連携して取り組む。（小中連携教育） ・地域の指導者との連携を図り、器械体操（柔軟性、筋力）、相撲（筋力）、雪合戦（投力、巧緻性）については、「スポーツ教室」を開催しながら、児童の技能の習得や体力向上へとつなげる。 ・地域やPTA 事業でも取り組まれている「雪合戦」に関連した投運動の準備運動を取り入れ、課題である投力の改善を図る。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【弥栄小学校】

学 校 名	浜田市立弥栄小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	39名
校 長 名	佐藤 安治	体育主任名	堀内 一

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

R3	握 力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフト投げ	
	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均
1女	11.00	8.37	11.00	11.28	27.00	28.83	30.00	26.88	20.50	17.77	11.00	11.80	120.0	108.5	4.00	6.00
2女	12.40	10.32	13.40	13.64	27.00	30.68	34.00	31.67	39.00	23.47	10.72	10.98	135.2	122.9	5.40	8.30
3女	12.00	12.25	21.50	14.88	36.00	32.68	39.00	34.73	48.00	31.71	9.90	10.36	151.5	132.6	13.00	10.68
4女	12.67	14.06	20.67	17.50	28.00	34.79	40.00	39.01	46.67	40.97	10.17	9.79	138.3	140.9	14.33	13.18
5女	19.00	16.90	23.00	19.35	40.00	37.23	50.00	42.93	65.00	49.13	8.30	9.41	185.0	153.1	18.00	16.57
6女	21.75	19.21	22.00	19.73	40.00	39.20	47.00	44.46	44.75	55.25	8.55	9.07	179.2	157.6	26.00	18.27
1男	11.00	9.18	12.50	11.41	23.50	26.28	30.50	27.47	34.00	19.75	10.60	11.52	142.5	118.1	5.00	9.17
2男	11.20	10.67	11.20	14.62	20.00	28.72	34.80	32.67	46.80	31.93	10.56	10.53	127.6	131.6	8.40	13.52
3男	13.50	12.84	17.50	15.95	26.50	29.15	39.50	35.46	38.00	39.33	10.55	10.03	142.5	140.1	15.50	17.27
4男	15.00	15.05	21.50	18.59	25.50	31.53	41.00	40.28	51.50	50.39	9.62	9.54	159.0	149.9	24.50	22.51
5男	16.80	16.74	22.60	20.13	37.00	31.57	41.20	44.54	63.40	59.35	9.50	9.20	156.7	158.2	20.80	26.01
6男	26.50	19.80	22.50	21.85	32.75	34.69	44.75	46.94	63.75	68.53	8.70	8.82	179.7	169.4	33.00	29.15

- ・昨年度の新体力テストの結果を県平均と比較すると、全体的に平均よりやや高い値を示した。
- ・項目別では、「握力」「反復横とび」が良好で、「長座体前屈」に課題が見られた。
- ・総合評価では、女子は70%が「A」「B」判定であるのに対し、男子は57%に留まった。
- ・地域の実態として、全校児童の約4分の3がスクールバス登校をしていて、スポ少などの地域での活動などが少ないことから、日常的に運動をする機会や様々な運動に触れる機会が限られている。また、家庭での過ごし方（運動をする機会・食習慣・メディア接触等）にも差がある。これらのことから、運動に対する意欲や知識、技能の面で個人差が大きいといえる。

2. 前年度の実技習得状況調査の結果（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・昨年度、陸上教室や水泳やバレーボール等の活動に参加している児童の割合は、全体の約66%であった。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・年間を通して、児童が体を動かす機会をできるかぎり設けたり、運動に意欲的に取り組むことができるような環境を整えたりして、1日30分以上運動する児童が今年度も80%以上になるように目指す。(昨年度84%) ・新体力テストC～Eの児童を減らす。(昨年度：全体の36% → 今年度：25%)
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・年度始めに体育主任が本校の現状を説明し、課題や体力向上についての取組について全教職員で共通理解を図る。 ・校外での授業研究や実技研修、浜田市小体連での取り組み等で得たことを校内での研修の機会に伝達していく。

4 . 今 年 度 の 取 組	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育授業を中心として、年間を通じて児童が様々な運動に興味を持つために指導内容の工夫を行う。 ・ 授業の中に「走る」「跳ぶ」「投げる」等の体ほぐしの運動を取り入れ、児童が運動に親しみながら各種能力を高められるようにする。 ・ 全学年が取り組めるように指導方法についての校内研修を行う。 ・ タブレット端末を活用した指導方法についての校内研修を行う。 ・ 養護教諭、栄養教諭等と連携して、保健学習の指導の充実を図る。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動量確保のために、委員会活動を活用し、年間を通して週2日、業間運動（マラソン・なわとび等）を行う。 ・ 児童の実態に応じて、体力面の重点課題を設定し、学年ごとや学校全体で取り組めるような活動の計画実践の機会を設ける。 ・ 児童が目標をもって様々な運動に取り組めるように、月ごとの「弥栄っ子チャレンジランキング」を計画し実践する（委員会活動）。 ・ 持久走記録会（年2回）やなわとび集会を実施することにより、児童が目標をもって意欲的に運動に取り組むことができるようにする。 ・ 体育館（主に冬季）でいろいろな運動ができるような機会を設けたり、器具を用意したりする。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保護者と連携をして、生活習慣を見直していくために、年に5～7回、「チャレンジ健康ウィーク」の取り組みを行う。 ・ 新体力テスト、マラソンカード、縄跳び進級カード、水泳記録認定証等、家庭に児童の運動技能や体力の実態を伝え、家庭と連携して児童の体力向上への意識を高められるようにしていく。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-start;"> <div style="margin-bottom: 20px;">○</div> <div>●</div> </div>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立三隅小学校	児童数（R4.5.1現在） 184名
校 長 名	大石 学	体育主任名 藤原 友視
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）		
<p>令和3年度の体力・運動能力調査における全国の平均値と、本校の平均値を比較すると、50m走や立ち幅跳び、20mシャトルランといった、瞬発力や持久力に関する種目では、全国の平均値を上回っていた。一方、柔軟性を計る長座体前屈は全国の平均値を下回っていた。このことから、本校の児童の強みは、筋肉の瞬発力や持久力であり、弱みは柔軟性といえる。</p> <p>本校は、標高約50mの小高い山の上に校舎があり、多くの児童が徒歩で坂を上って登校している。瞬発力や持久力といった筋力の数値が高いのは、こういった背景が影響していると考えられる。一方、柔軟性や投げる力に関しては、地域のスポーツ少年団に参加している児童と参加していない児童で運動経験に大きな差があると考えられる。</p>		
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果		
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況		
<p>野球、サッカー、陸上、水泳、柔道など、様々なスポーツクラブに所属している。また、4年生から6年生は、5月の陸上大会と10月の体操大会に向けて、約1か月間合同体育として競技の練習を行っている。</p>		
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等	
	<p>長座体前屈の平均値を全国平均まで上げる。 6年生の水泳運動「25m完泳率」70% 4年生の器械運動「逆上がり達成率」70%</p>	
	（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画	
	<ul style="list-style-type: none"> ・児童が様々な動きを経験し、様々な運動の楽しさを味わうことができるように、職員に単元の資料等を配布する。本校の体力・運動能力の現状や体力向上計画について情報を共有することで、組織として具体目標に近づけるようにする。 	
	（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）	
	<ul style="list-style-type: none"> ・上記の通り、情報を共有することを基盤として、体育授業の向上を改善していく。 特に、本校課題である柔軟性が関係する単元（器械運動系）については、積極的に情報共有する。 ・浜田市は市単位の体育的行事（陸上大会・体操大会）がある。それらの行事に合わせて関連する領域を年間指導計画に位置付ける。また、体育主任を中心に練習に取り組み、全教員が指導法を学ぶ1つの機会とする。 ・また、浜田市小体連の研究で、鉄棒領域に取り組んでいる。具体的な目標は、「小学校卒業までに逆上がりができるようにする。」というものである。浜田市小体連では、スモールステップを掲載した鉄棒カードを作成している。その取組と連動し、鉄棒カードを活用した授業づくりの充実を目指す。 ・水泳指導では、浜田市小体連が作成した「水泳カード」を用いて、段階的にクロール泳法を習得できるよう指導する。 	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	浜田市立岡見小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	51名
校 長 名	福原 克巳	体育主任名	濱岡 舜
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p><児童の体力について></p> <p>強み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上体起こし、長座体前屈、反復横跳びではほとんどの学年が県平均を上回っていた。 ・50m走は、一昨年度の体力・運動能力調査の課題だったが、昨年度は県平均よりも多くの学年が上回っている。 <p>課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昨年度に引き続き、握力とソフトボール投げに課題がある。そのどちらの種目もほとんどの学年が県平均を下回っている。また、学年によっては県平均を大きく下回る結果となった。 <p>以上の結果から、本校児童の実態として、俊敏性、全身持久力、筋パワー、柔軟性の能力が高いことがわかる。それに対して、筋力、特に腕に関する筋力の数値が低いことがわかる。握力・ソフトボール投げのどちらとも投運動に関するものである。体育の授業では、陸上や器械運動、縄跳びなど俊敏性などを高める授業が多くある一方、何かを投げる授業が少ないことが原因の一つではないかと思われる。</p> <p><運動に対する意識></p> <ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の学校評価の児童アンケートによると、「運動のコツやポイントを見つけることが楽しい」と答える児童が、全体の89%と自分なりに思考しながら運動しようとする児童が多い。「すこやか^{※1}や休み時間、休日にはめあてに向かって体力づくりをしている」と回答した児童の割合が88%であり、体を動かすことが好きな児童が多い。※1…すこやかタイム；業間の体力づくりの時間 <p><運動習慣の現状></p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の実施頻度については、毎日運動している児童が8割以上である。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果			
6年生の水泳運動「25m完泳率」		4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・全校の半数以上の児童が、バスケットボール、サッカー、陸上、水泳、ダンスなどの運動部活動や地域のスポーツクラブに加入している。 ・児童によっては、2つの運動部を兼部している。 			
(1) 具体目標・数値等			
<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール投げ・握力が全学年で県平均を上回ること。 			

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> 職員会議で、今年度の体力向上に向けた取組を体育主任が説明し、共通理解する。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> 「めあて」を明確に示すとともに、「ふりかえり」を大切にし、児童がめあてを意識して運動に取り組めるようにする。 言語活動を大切にし、運動のコツやポイントをふりかえったり、共有したりできるようにする。 健康・安全に準じた指導形態を工夫するなど、十分な運動量の確保に努める。 鉄棒などの握力をつける運動やボール投げゲームなどの投力をつける運動に取り組んだり、体育の始めの帯活動として握力、投力、走力を上げる運動に取り組んだりする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> 新型コロナウイルスによる臨時休業などの影響による運動不足や体力低下を防ぐため、安全に体を動かしたり遊んだりできる運動方法に取り組む。 毎週火曜日に「すこやかタイム」を実施する。健康委員会が中心となって、体の柔軟性を高めたり姿勢の矯正を行ったりする「岡見っ子 しせいピーン 体操」を行う。低学年にもわかりやすいように体操の図説を各教室に掲示する。 朝の時間に学級で取り組める柔軟体操など継続して取り組める活動を取り入れる。 健康委員会を中心に体力向上に関する取組を行い全校で運動への意識を高める。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> 家庭でも運動を心がけるように運動カードを配布し、運動不足の解消を図る。 おかみっ子元気カードを活用し、体力向上を目指した生活習慣を確立する。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立大田小学校	児童数（R4.5.1現在）	461名
校 長 名	矢田 悦夫	体育主任名	林 知洋

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

R3年度の自校の数値と、R2年度の県の平均（コロナにより参考データ）を比較して現状を分析する。

学年 男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均	大田	県平均
1男	8.89	9.37	12.41	11.13	27.63	25.89	33.37	27.87	20.09	18.94	11.65	11.72	125.91	118.60	7.8	9.05
2男	10.03	10.75	15.03	14.31	27.39	27.64	27.7	32.48	26.91	30.60	10.82	10.73	140.03	128.51	10.44	12.97
3男	11.72	12.82	13.72	15.68	24.89	29.73	33.71	36.36	35.0	39.87	10.26	10.10	132.37	141.93	13.03	16.76
4男	14.0	14.66	19.08	17.57	32.65	30.98	38.89	39.06	48.97	45.26	9.48	9.74	151.19	149.16	20.57	21.06
5男	16.24	16.53	18.02	19.60	34.56	32.79	38.16	43.30	59.86	55.05	9.24	9.37	155.62	156.32	22.11	24.99
6男	18.94	19.69	19.06	20.84	34.48	34.51	39.84	45.96	55.81	57.67	9.34	8.90	157.31	167.28	26.81	28.44
1女	8.06	8.82	10.47	11.54	28.24	28.82	32.47	27.71	14.82	17.20	12.1	11.95	112.12	112.90	5.15	6.29
2女	9.67	10.22	12.83	13.90	29.42	31.10	27.88	31.41	24.79	24.65	11.01	11.03	128.19	121.96	6.88	8.25
3女	10.82	12.14	13.41	15.96	32.29	32.66	32.26	34.12	30.47	31.17	10.7	10.36	114.41	132.75	7.12	10.62
4女	13.52	14.04	16.76	17.86	36.86	35.16	35.68	38.47	31.72	38.31	10.03	9.96	138.57	142.24	10.66	13.77
5女	15.51	16.34	19.65	18.58	39.35	37.14	35.86	42.49	54.24	45.77	9.13	9.53	157.19	152.75	13.49	15.97
6女	19.05	19.39	19.11	19.34	42.24	39.07	39.66	44.96	54.66	48.88	9.22	9.23	150.24	157.91	13.76	18.38

- ・上記のデータの比較より、「シャトルラン」や「50m走」、「立ち幅跳び」、「長座体前屈」は島根県の平均を上回っている学年が多いことが分かった。一方で、「握力」や「ソフトボール投げ」は全学年で島根県の平均を下回っており、弱みが見られる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・本校には、陸上部、体操部、水泳部があり、それぞれに20名以上の児童が所属している。大会の時期に合わせて練習を行っている。
- ・地域のスポーツクラブは、陸上、野球、サッカー、バスケットボール、バレーボール、水泳、テニス、剣道などがあり、半数程度の児童がいずれかに所属している。

（1）具体目標・数値等

- ・「走力・持久力の維持向上と筋力の向上」
「シャトルラン」「50m走」は県平均を上回る学年が多かったが、全学年ではないため、維持向上を目標とする。「握力」「ソフトボール投げ」など、筋力の数値に課題が見られるため、筋力向上を重点目標とし、県平均値に近付けることを目指す。
- ・前年度の取り組みを踏まえて、大田っ子！元気アッププログラムの学期ごとの目標を設定する。
(例) 1学期 全学年…1人100ポイント

4
・
今
年

<p>年度の取組</p>	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 5月の職員会議で体力向上の取組について、体育主任が説明する。 ・ しまねっ子！元気アップ・カーニバルの開催。(9月実施予定)
<p>4・今年度の取組</p>	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善(年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本校は昨年度まで継続的にビートランニングに取り組んできた。加えて、昨年度からは筋力の向上を図るため、登り棒や鉄棒等の遊具を使用してぶら下がりに取り組んでいる。今年度もそれらの取り組みを継続し、具体的な目標を児童に示して、大田っ子！元気アッププログラム(大田小独自の取組)として行う。 ・ 学習のはじめに大田っ子！元気アッププログラムを行うよう、職員間で共通理解を図る。 ・ 大田っ子！元気アッププログラムで取り組んだことをポイント化し、児童が獲得したポイントを記録できるようにカードを配布する。ポイントを集計し、ランキングを掲示することで、意欲を高める。 ・ 朝の会までの時間に週1度、筋力の維持向上をねらい、しまねっ子！元気アップCDを活用した体幹トレーニングを実施する。 ・ 体育授業で使える運動教具リストを職員に配布することで、授業の工夫や児童の運動量確保のために役立てることができるようにする。 ・ 目標に関連する「20mシャトルラン」「50m走」「握力」「ソフトボール投げ」は1学期と2学期にそれぞれ計測する。年度内の数値比較・把握に役立てるとともに、1学期に加えて2学期にも測定を行うことを児童に伝え、意欲向上もねらう。
	<p>(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学級ごとに外遊びに使えるボールを用意し、遊びへの意欲を高める。加えて、ドッジボールコートやバドミントン用ネットを設置するなど、遊びの環境を整えることに取り組む。 ・ スポーツ委員会が中心となって、大田っ子！元気アッププログラムの意欲付けを図る。毎月集めた記録を集計し、ランキングを作成することで、児童の運動に対する意欲が継続するようにする。目標を達成した児童には賞状を配布する。年度末に成績優秀者を表彰し、全員に記録賞を配布する。 ・ スポーツ委員会が中心となり、運動の楽しさに触れるイベントを計画し、体を動かそうとする意欲を高める。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ HPや体育だより、学級だより等を通して、大田っ子！元気アッププログラムなどの児童の取組を紹介し、意欲的に体を動かす児童の姿を発信する。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 棟方拓也氏の考案したビートランニングを各学級体育の時間に実施する。リズムに乗って、決まった時間走ることにする。 ・ 「大田っ子！元気アッププログラム」として、走力・持久力の維持向上及び筋力の向上を目指すとともに、体育の時間だけでなく休み時間も外に出て運動を楽しむ児童の増加を目指す。
<p>5. 今年度の成果(○)と課題(●)及び来年度に向けての方針(年度末に記入)</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立長久小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	185名
校 長 名	笠井 修	体育主任名	原田 靖之

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

体力テストの結果から(令和3年度実施)

○男女ともに、長座体前屈・ソフトボール投げが県平均を上回っている。男子は、20mシャトルランの数値が高い。女子は、ほとんどの学年が上体起こし・50m走で県平均を上回っている。
 ○毎日3食しっかり食べると答えた児童が9割以上いる。睡眠時間も十分に確保できている児童が多い。
 ○7割近くの児童が、一日に1時間以上運動をしている。
 △男女ともに、握力・立ち幅跳びの県平均を下回り、数値が低い。とくに低学年の数値が県平均を大きく下回っている。男子は、全体的に上体起こしの数値も低く、女子は反復横跳びの数値が低い。
 △一日のゲーム時間が1時間以上の児童が9割以上いる。2時間以上は半数以上いる。

本校児童の学校での様子

- ・運動傾向については、男子は、ボール遊びやおにごっこをしている児童が多い。
- ・低学年の女子は、遊具を使った遊びやおにごっこなどをしている児童が多い。
- ・高学年の女子は、ボール遊びや遊具を使った遊びをしている児童も見られるが、読書や室内遊びをする児童が多い傾向にある。
- ・体を動かすことが好きな児童が多く、体育の授業にも意欲的に取り組む児童が多い。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

○全校児童の約60%がスポーツクラブに加入している。
 ○バスケットボール、バレーボール、サッカー、野球など球技系のスポーツクラブに加入している児童が多い傾向にある。
 ○低学年は、全体的な加入率は高学年ほど高くはない(約30%)。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	○握力、立ち幅跳びを県平均レベルにする。 ○運動・スポーツ実施状況について「週3日以上」と答える児童を半数以上にする。 ○運動好きの児童や休み時間に校庭や体育館で運動する児童を増やす。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	・年度始めの職員会議で「長久小 体力向上基本方針」という体力向上に向け、具体的な方向性を示したものを、全職員で共通理解をする。 ・体育部で体力向上に関する研修会を行い、学年部に伝達し、授業での実践につなげていく。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	・年間を通して授業の導入の運動として体力アップメニューを行う(5種目歩走、縄跳び、5分間走) →体力アップメニューについて、各学年の発達段階や主運動とのつながりなどを考慮しながら、各運動、各学年で工夫しながら行っていく。体力アップメニューの例については、参考資料を用意し、各学年の実践につながるようにする

4 . 今 年 度 の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>教員の授業力向上</u> <p>→各都道府県の取組の例をまとめた「授業アイデア集」を運動領域ごとに作り、教員の授業研究に役立てる。準備や整列の仕方、片付けや着替えについての基本的なルールをまとめた「長久小の体育授業」を年度初めに職員会議等で共通理解する。昨年度、大田市で取り組んだタブレット活用の実践を全体で共有する。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>授業の環境整備</u> <p>→器具庫の点検や整備、用具の補充を定期的に体育部が中心で行うことで、児童が安心して学べる環境づくりを行う。</p>
	<p>(4) <u>体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</u></p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>休み時間に体を動かすことへの意欲付け【チャレンジカード】</u> <p>→縄跳びカード、校庭マラソンカード、うんていカード、鉄棒カードなど、たくさんの種類の運動チャレンジカードを作成する。休み時間にチャレンジしたい子どもたちは自分でカードを選択し、挑戦していく。表彰を保体委員会が中心となって行う。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>子どもにとっての目標となる場の設定【イベント企画・運営】</u> <p>例 マラソン大会、校内器械運動発表会、腕相撲大会、紙飛行機飛ばし大会、大縄大会、ラジオ体操大会、健康・スポーツクイズ大会</p> <p>*コロナの感染状況を考えると、実施方法、場所、日程、人数などについては検討が必要。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>休み時間に安心して体を動かすことができる環境作り【ルールの徹底】</u> <p>→外遊び、一輪車遊び、ブランコ遊び、体育館遊びなど各遊びに関するルールを職員会議で共通理解する。また、必要があれば児童用の教室掲示も作成する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・<u>年間を通して学校全体で体幹トレーニングを行う。</u> <p>→毎日、朝活動の前に音楽に合わせて体幹トレーニングを行う時間を設ける。年度当初に、姿勢体操の正しい動きや体操をやる意義について、保体委員会と連携しながら全校で確認する。</p>
<p>(5) <u>家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</u></p> <p>○学期に1度の「いきいきカード」週間に合わせて、メディアとの接触や早寝早起き等の基本的な生活習慣の確立に向けて家庭と連携しながら取り組んでいく。</p> <p>○体力テストの結果を個人懇談時に返却し、運動能力や生活習慣、運動習慣について情報交換をする機会をつくる。</p>	
<p>(6) <u>大田市共通の取組への対応</u></p> <p>○5分間走や五種目走、鉄棒セットなどを単元に応じて体育の学習の中で積極的に取り入れ、基礎感覚づくり、基礎体力の向上を図る。</p> <p>○泳力検定表を用いて、学年に応じた到達目標を設定し、泳力の向上を図る。</p> <p>○授業のアップや縄跳びのときに音楽を流し、リズムに合わせて体を動かすことで効率的な動きをできるようにする。</p>	
<p>5. <u>今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</u></p> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	大田市立五十猛小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	65 名
校長名	下隅 義久	体育主任名	渡辺 晋平

1. 児童の体力・運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)

① 体力・運動能力調査の結果より (R1年度版からの分析)

(左:男子 右:女子 県平均と比較して優れている項目)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
握力				○		
上体起こし				○		
長座体前屈						
反復横跳び						
20mシャトルラン						
50m走						
立ち幅跳び				○		
ソフトボール投げ			○			

印のついていない項目では、県平均を若干下回る項目も見られる。

② 総合判定の結果より

(男子) A:17% B:23% C:52% D:8% E:0%

(女子) A:14% B:40% C:27% D:9% E:9%

③ 運動・スポーツの実施状況 (左:男子 右:女子)

	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
週3日以上	13%		11%		75%		75%		33%		100%	20%
週1~2日	38%		22%	33%			13%	100%	67%	100%		40%
月1~3日			22%		25%	75%	13%					20%
しない	50%	100%	44%	67%		25%						20%

2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼) の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況 (R3年度調査)

① 全校での加入状況

	全校	
所属している	男子:54%	女子:11%
所属なし	男子:46%	女子:89%

② 学年別加入状況 (左:男子 右:女子)

	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
所属している	5%		80%		75%		66%	16%	50%		100%	100%
所属なし	95%	100%	20%	100%	25%	100%	34%	84%	50%	100%		

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	① 総合判定C以上の児童85%以上、D以下の児童10%以下
	② 週に1～2日以上運動する児童の割合で全学年60%以上
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	○ 本計画を職員会議で説明し、本校の児童の実態と体力向上の取組の共通理解を図る。
	○ 陸上練習や器械運動発表会に向けた練習など、全教職員が子どもたちの運動にかかわる環境をつくり、指導方法の共有を図る。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	① 下の学年ほど運動しない児童が多く、スポーツ教室への参加率も低いという実態を体育の授業を行う職員で共通理解し、多様な動きを取り入れた授業づくりを心がける。
	② 水泳指導や陸上の課外練習などの場を利用して、専門的な知識をもつ教員の指導を他の教員に伝える。
	③ 体育のワークシートを活用し、学習の足跡を残したり、気づいたことや運動のコツやポイントを書いたりできる取組を行う。（中学年以上）
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）	
○ 毎週木曜日の業間にパワーアップタイム（5分間マラソン）を実施する。個別の記録表を活用し、自己目標を設定したり、たくさん走った児童を保健体育委員会で表彰したりして意欲付けを図る。冬季は縄跳びで同様の取組を行う。	
○ パワーアップタイムで付けた力を発揮する場として、年2回の校内駅伝大会を設定し、児童の意欲向上を図る。	
○ 休み時間には外遊びや体育館で体を動かす遊びを奨励する。 （委員会による全校遊びなど）	
○ 朝の会や歯磨きの時間などを活用して、体幹を鍛える取組を行う。	
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
新体力テストの結果をもとに、家庭でできる運動を紹介する。	
○ 毎週水曜日のアウトメディアデーを活用し、友だちと体を動かして遊ぶ機会を設ける。	
○ 体力向上をめざした生活習慣の確立を図るため、食育推進に取り組んだり、生活リズムチャレンジ週間を設け、生活習慣のチェックを行ったりし、家庭と連携して食生活や生活習慣の改善に努める。	
(6) 大田市共通の取組への対応	
(筋力の向上)	
今年度は体幹を鍛えることに主眼を置き、以下の2点を行う。	
① 体育の授業開始時の体操で、体幹を鍛えるエクササイズを取り入れる。	
② 朝の会や歯磨きの時間など、体育以外の学校生活の中で体幹を鍛える取組を行う。	
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立静間小学校	児童数（R4.5.1現在）	62名
校 長 名	横田 裕二	体育主任名	羽柴 拓真

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

- ・昨年度のスポーツテストの結果を種目別に見ると、長座体前屈と立ち幅跳びが低い数値であることが分かった。今年度も同様の傾向がみられる。
- ・目標にしていた長座体前屈と立ち幅跳びの記録については、学年によっては県平均に達しているが、全体として低い数値であった。瞬発力と柔軟性に課題が見られる。
- ・天気が良い日には外で体を動かす児童が多い。鬼遊び、校庭の遊具、一輪車、ドッジボール、サッカー、野球など、学年の枠を越えて遊ぶ姿も見られる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「2.5m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・運動部や地域スポーツの所属率は、全校児童の53%（男子65%、女子33%）であった。サッカー、野球、バスケットボール、バドミントン、陸上など様々なスポーツに取り組んでいる。

4. (1) 具体目標・数値等

- 今年度の取組
- 「柔軟性・瞬発力の向上と総合評価B以上の児童数増加」
 - ・昨年度の長座体前屈の結果を踏まえ、全校の平均記録を昨年度の結果より3cm伸ばす。
 - ・昨年度の立ち幅跳びの結果を踏まえ、全校の平均記録を昨年度の結果より5cm伸ばす。
 - ・勝ちにこだわるばかりでなく、みんなで運動を楽しんだり達成したりできることを喜びあえるような指導の工夫をする。
 - ・なわとび集会の開催、なわとびカードなどの学習カードの活用で、年間を通してねらいを意識させて運動に取り組む機会を設ける。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・授業で取り入れていきたい運動遊びや、サーキットトレーニングを職員会議で紹介する。
- ・本校体育の年間指導計画の見直しを図り、職員に周知する。

(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）

- ・「走・跳の運動」を重点化し、知識・技能を高められるようにする。
- ・「鬼遊び」や「5種目走」「しまねっこ！元気アップ・サーキット」「ビートランニング」など、比較的運動が苦手な子にも取り組みやすい運動を実施し、運動の特性や主運動のねらいを意識した導入になるように工夫する。
- ・発達段階に応じた目標を作り、運動が苦手な子も達成感や喜びを味わわせるようにする。
- ・計測可能な内容の場合、毎回の記録の移り変わりを表に表す等、可視化することで児童の意欲の向上につなげる。

4 今 年 度 の	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動習慣のない児童がゲームやテレビ視聴時間が多いという実態から、メディアとのかかわりなど生活習慣に視点をあて、PTAとも連携しながら取組を進めていく。 ・業間や昼休みの遊びや委員会活動、たてわり班活動などでも、みんなで運動を楽しめるような企画をするように働きかける。 ・晴れている日は、外遊びを勧め、出来るだけ多くの児童に外で遊ぶように促す。 ・12月～3月は「全校なわとび」の時間を設定し、たてわり班で短縄運動や長縄運動を行う。異学年間の交流を深めたり、上級生のお手本を見たりする場も設ける。
取 組	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・PTAと連携し、毎月20日を「メディアコントロールデー」とし、チェックカードを基に親子でテレビの視聴時間やゲームの実施時間の見直しをする日を設ける。 ・体操大会等に積極的に参加するよう促す。全職員が指導・支援を協力して行い、児童の体力向上に努める。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大田市共通の取組である「シャトルラン」は、昨年度、1学期の結果を基に個人で目標を設定した。今年度も目標の達成に向け、粘り強く取り組ませたい。 ・体育授業の体づくり・アップとして「しまねっこ！元気アップ・サーキット」や「ビートランニング」を年間通して取り組みたい。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立鳥井小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	45名
校 長 名	山中 容子	体育主任名	石飛 真梨子

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

令和3年度のスポーツテストの結果から、昨年度まで課題であった上体起こしは、全学年ともに全国平均を上回る結果となった。握力、20mシャトルランは多くの学年で全国平均を下回っており、課題であると考えます。

学校生活の児童の様子から、体育の時間を楽しみにしており、運動意欲は高いと感じている。休憩時には、多くの児童が校庭に出て、ボール遊び（ドッチボール・野球）や遊具（ジャングルジム）を使った遊びを行っている。しかし、遊ぶ児童や遊ぶ種目といった視点で見ると固定化しているように見られる。

毎週水曜日には全校児童で業間を使って体力作りをしている。海が近いこともあり、砂浜を走る本校の伝統行事「浜マラソン」を開催し、全校児童で体力づくりに取り組んでいる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- 少年野球のチームに所属している男子が8名（うち高学年3名、中学年5名）。
- ミニバスケットボールのチームに所属している女子が5名（うち高学年3名、中学年1名、低学年1名）。
- 水泳のチームに所属している男子が2名（低学年）、女子が2名（うち高学年1名、中学年1名）。
- フットサルのチームに所属している男子が2名（低学年）。
- ダンスのチームに所属している女子が2名（うち高学年1名、中学年1名）。
- その他に、テニス、太道、パドミントン、レスリング、陸上、剣道のチームに所属している児童が各1名。
- 全校児童の半数近くが何らかのスポーツクラブへ加入している。(22/45)

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>（1）具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ○新体力テストで「握力」、「20mシャトルラン」の力を、全学年ともに全国平均まで伸ばす。 ○休日も楽しんで体を動かそうとする意欲を高める。
	<p>（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ○市教研体育部研修会への参加と校内研修 ○島根県小学校体育研究大会への参加と校内研修
	<p>（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○校庭の遊具を使ったサーキット（授業始め） 鉄棒(懸垂、腕立て、逆上がり)→砂場(立ち幅跳び)→ジャングルジム(登り降り、移動)→雲梯(懸垂移行)→イチョウの木(ダッシュ)→タイヤ(跳ぶ、踏切、着地)など ○体育館でのサーキット（授業始め） 歩く(20秒)→後ろ歩き(20秒)→走る(20秒)→ワニ歩き(20秒)→クモ歩き(20秒)→クマ歩き(20秒)→手つきうさぎ(20秒)→カエル足打ち(20秒)→アヒル歩き(20秒)→走る(20秒) ○少人数での個々の運動能力や、複式学級での学年ごとの運動能力に差があることから、授業での手立てや支援方法を学級や児童に合ったものにするよう検討していく。また、ペアやグループなどによる学び合いの学習形態を取り入れるように工夫する。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p>
	<p>○ビートランニング(第2～4水曜日の業間)</p> <p>曲をかけて、ビートに合わせて校庭を走る。ウォーキングやジョギング、ランニングに合ったビート数の曲を選び、それに合わせて動けるようにする。走った距離は、江の川マラソンの用紙を使いながら記録をする。縦割り班で走った数の集計を出し、学期に1回班対抗の表彰をする。</p> <p>○浜マラソン（全校体育で年3回+町民運動会で1回の合計4回）</p> <p>全校児童で年間3回（1.2学期に実施）、小学校のすぐ近くにある鳥井海岸の砂浜でマラソンを行う。低学年は500m、中学年は800m、高学年は1000mを走って、タイムを計測する。</p> <p>○縄跳び（冬期 水曜日の業間）</p> <p>毎週水曜日の業間に縦割り班で長縄跳びの練習を行う。年に1回縄跳び集会で縦割り班対抗の表彰をする。</p>
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p>
<p>○PTA 保健体育部会と協力し、日常の生活習慣改善(メディア、食育)に関わる取り組みを推進していく。</p> <p>○二中校区で連携して、PTA と合同で行っている「やる気・元気はよい生活リズムから」の取り組みを継続する。</p>	
<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p>	
<p>○授業改善</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「できなかったことができるようになる経験」や「一緒にやって楽しかった経験」を増やす。 ・個に応じた指導をする。 ・運動のコツを共有できる話し合い活動を取り入れる。 <p>○業間体力づくり（マラソン、縄跳び）通して体力向上をはかる。</p>	
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	○
	●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	大田市立久手小学校	児童数（R4.5.1現在）	193名
校長名	石田 勇	体育主任名	星野 真幸

1. 児童の耐力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

【R3年度の自校の数値とR3年度の県の平均との比較】

※tスコアでみる全国・県平均と比較して特に優れている項目は○、劣っている項目は△で示している。

学年種目	握力	上体	長座	反復	シャット	50m走	立ち幅	ソフト
小1男女	△	○ ○	△		△			○
小2男女	○ ○	○				○	○	○
小3男女	○		○ ○					○ ○
小4男女	△ △	△	○ ○	○	○			
小5男女	○		○					○ ○
小6男女			△		△ △	○		○

- ・学校全体として、「ソフトボール投げ」が全国平均を上回る結果であった。「長座体前屈」の結果も比較的
- ・「シャトルラン」「握力」が全国・県平均を下回る学年があり、持久力や筋力に課題がある。
- ・昨年度は、体力テストの総合評価B段階以上が、50.5%であった。ただし、学年や男女によってば
- ・「週3日以上運動する」と回答した児童は、男子が56%、女子は46%であり、男女ともに半数は定期的に体を動かしている。しかし、「月に1～3日」「しない」と答えた児童は、17%であり、運動をあまりしない児童もいる。
- ・「体力に自信がある」というアンケート結果では、「ある」31%「ふつう」54%「ない」15%であった。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳R3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

学校全体の参加率は44%で、84人が加入している。野球18人、水泳15人、陸上9人、空手11人、

4 . 今 年	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・運動が好きな児童を80%以上にする。 ・新体力テストの総合評価B段階以上を55%以上にする。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・年度初めの職員会議で、体育主任が、本校児童の体力の現状と課題・授業の在り方、6年間の系統性 ・体育に関わる授業研修会等で学んだことを校内で共有できるように伝達する。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・県小体連事業の大田市担当領域や本校児童の課題の改善につながる「水泳」「器械運動」「作り運動」を重点領域に位置付け、身に付けたい力の系統性や運動の例、授業の展開例などについて、職員会議等で体育主任から情報を提供し、共有する時間を設ける。 ・五種目歩走や、持久跳びなど、筋力や敏捷性、持久力などを高めることにつながる運動を、領域に応じて体育授業の導入に取り入れる。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）

- ・児童会活動と連動して、毎週月曜日の朝自習「のびのびタイム」で、体幹や柔軟性、筋力等が向上で
- ・児童会活動と連動して、集会活動（なわとび集会など）を計画し、目標をもって運動できる機会を設
- ・連合運動会、体操大会などの課外活動の時期に合わせて、練習を充実させる。
- ・多様な運動道具（卓球、テニス、バドミントンなど）や、校庭や体育館・多目的室などの運動の場
の設定・整備を行う。
- ・時期に応じて掲示（縄跳び時期に技の紹介、こつの例示など）を工夫し、児童の運動への意欲を高める。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・各種課外大会（体操大会や卓球大会など）への参加を促し、児童が多様な運動機会を得る場を保障する。
- ・長期休業に合わせて、学校での取組や家庭でも取り組むことができるような運動例を紹介する。
- ・学童クラブや幼稚園、保育園に校庭を開放し、外遊びを勧める。また、スポーツ少年団等との情報交
換を行い、運動施設の開放し、運動の機会を増やす。
- ・養護教諭、特別活動担当と連携し、規則正しい生活習慣の確立のために以下の取組を行う。
①生活習慣に関するアンケートを実施し、定期的な実態把握を行う。
②学期に1回「ステップアップカード」を配布し、1週間単位で自分の生活を見つめる機会を設ける。
③長期休業前や学級活動等で、メディアへの接触について学ぶ機会を設ける。
④年に1度、各学級の学級活動で情報モラル教育を行う。

(6) 大田市共通の取組への対応

- ・五種目歩走や、持久跳びをはじめ、筋力や敏捷性、持久力を高める運動など、体つくりにつながる運
動を、領域に応じて体育授業の導入に取り入れる。
- ・児童会活動と連動して、毎週月曜日の朝自習「のびのびタイム」で、体幹や柔軟性、筋力等が向上で

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立朝波小学校	児童数（R4.5.1現在）	70名
校 長 名	小松原弘之	体育主任名	高野啓二

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

令和3年度の自校の数値と令和3年度の県の平均を比較した。

学年男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県
1男	10.71	9.18	14.00	11.41	18.14	26.28	30.86	27.47	26.86	19.75	10.94	11.52	130.71	118.10	13.43	9.17
2男	10.71	10.67	13.71	14.62	29.71	28.72	34.43	32.67	28.00	31.93	10.66	10.53	129.43	131.69	18.71	13.52
3男	15.33	12.84	20.00	15.95	33.00	29.15	42.17	35.46	53.00	39.33	9.42	10.03	153.00	140.13	17.83	17.27
4男	15.82	15.05	17.30	18.59	31.70	31.53	42.10	40.28	47.18	50.39	9.68	9.54	148.40	149.92	21.64	22.51
5男	18.11	16.74	20.56	20.13	31.78	31.57	46.11	44.54	60.78	59.35	9.10	9.20	154.33	158.27	27.22	26.01
6男	20.20	19.80	23.40	21.85	31.00	34.69	46.00	46.94	63.00	68.53	8.59	8.82	161.80	169.44	37.40	29.15
1女	7.67	8.37	10.00	11.28	17.33	28.83	25.33	26.88	20.33	17.77	12.10	11.80	112.33	108.52	4.00	6.00
2女	10.00	10.32	17.17	13.64	35.67	30.68	31.83	31.67	27.83	23.47	10.62	10.98	131.17	122.95	10.83	8.30
3女	15.00	12.25	15.14	14.88	39.71	32.68	37.14	34.73	35.43	31.71	10.13	10.36	131.57	132.62	9.57	10.68
4女	13.20	14.06	16.60	17.50	35.80	34.79	38.20	39.01	42.80	40.97	10.06	9.79	140.20	140.95	14.20	13.18
5女	20.25	16.90	19.75	19.35	36.75	37.23	50.00	42.93	67.00	49.13	8.74	9.41	160.00	153.18	19.75	16.57
6女	19.13	19.21	19.88	19.73	36.50	39.20	47.13	44.46	61.13	55.25	8.98	9.07	167.75	157.60	22.25	18.27

は、県平均を上回ったもの。

・男子の握力と女子のシャトルランにおいて、全学年が県平均を上回る結果となった。一方、男子の立ち幅跳びと女子の握力においては、県平均を上回る学年が少なかった。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R3.8月、鉄棒 R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

野球、バスケット、バレー、剣道、スイミング等、全体の約5割の児童が参加している。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>（1）具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストで県平均を下回った種目の内、男子の立ち幅跳びと女子の握力について、県平均を上回る学年が半数以上を目指す。 ・元気アッププログラムのドジョウすくい3種目柔軟運動を1学期と2学期に実施し、記録を更新する（得点を伸ばす、満点の場合は維持）児童が全校の60%以上を目指す。
	<p>（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2学期に県保健体育課の指導主事にも来ていただき、元気アップ・カーニバルを実施する予定。
	<p>（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今年度も体育の授業の中で、5分間程度、柔軟運動や体づくりにつながる運動（繰り返しの運動）等を継続して取り入れる。 ・学習カードや体育ノート等を活用し、学んだことを整理させ、メタ認知の向上につながるよう振り返りを充実する。 ・児童同士の話し合いの場を設定（可能な範囲で）したり、タブレット端末を活用したりして、自分の運動に対する気づきや思考が深まるようにする。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）

- ・ 毎週 1 回（2 学期から可能ならば 2 回）、業間マラソン・なわとび（短縄持久跳び）に取り組む。
- ・ のびのびタイム（掃除をなくし、昼休みの時間を長く確保）を設定し、外遊びを推奨する。
- ・ 児童会が中心となって体育的活動を実施する。（マラソン記録会、縦割り班活動など）
- ・ 2 学期に体育委員会の活動と連携させ、元気アップ・カーニバルを実施する。この活動に向けて（この活動を通して）、運動への意欲付けを図る。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・ 大田第二中学校区内の各学校と連携しながら、望ましい生活習慣が確立するように、アンケートや生活習慣チェック（元気貯金チャレンジカード）の取組を行う。

(6) 大田市共通の取組への対応

- ・ 竹馬や一輪車を使った運動に、児童が休み時間も進んで取り組めるように環境整備をする。
- ・ 体育学習の開始 5 分程度で、柔軟運動や体づくりに関する運動を継続して取り入れる。
- ・ 年 3 回校内マラソン記録会を実施する。また、業間マラソン（雨天時は縄跳びの持久跳び）を週 1 回、（可能ならば週 2 回）実施する。（新型コロナウイルス感染拡大の状況をみながら）

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立北三瓶小学校	児童数（R4.5.1現在）	11名
校 長 名	堀江 真佐邦	体育主任名	和田 栄一郎
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・本校は、全校児童11名の小規模校であり、その内4名が山村留学生である。 ・山村留学生は、毎日往復4km以上のアップダウンのある道のりを徒歩通学している。 ・長座体前屈などの柔軟性を測る種目で、県平均と比較して女子は全体的に数値が高く、男子は低い傾向にある。 ・握力とソフトボール投げの数値が全体的に低い傾向にある。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
体操…2名			
4 . 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・各学年のシャトルランの数値が県平均を上回るようにする。 ・県平均値を越える種目を増やす。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・低学年「表現リズム遊び」、中・高学年「体づくりの運動」の校内研究を行い、研修とする。 		
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）		
<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業で、「しまねっ子！元気アッププログラム」を活用した運動を行う。 ・体育の授業で柔軟体操やストレッチを取り入れ、柔軟性の向上を図る。 ・各学期に1回シャトルランを実施し、記録の向上を目指す。 ・低学年の領域Eゲームにおいて、ボールの簡単な操作について指導する。また、中・高学年のボール運動では、ボールの投げ方について、指導を行い、ソフトボール投げの数値が上がるようにする。 			
4 . 今 年	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）		
	<ul style="list-style-type: none"> ・ロング昼休みを設定し、体幹トレーニングやサーキットトレーニングを行う。 ・集会活動や学習中において、良い姿勢を保つことを全職員で繰り返し指導する。 		
今 年	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等		
<ul style="list-style-type: none"> ・個人懇談会で体力テストの結果を保護者に説明する。 			

度の取組	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <ul style="list-style-type: none">筋力の向上を目指して、簡単な筋トレの方法を指導し家庭でも実践できるようにする。シャトルランを毎学期行い、体力の向上を図る。
5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立志学小学校	児童数（R4.5.1現在） 20名
校 長 名	葛西 秀也	体育主任名 安田 真平

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

○昨年度の体力テストの結果より

昨年度の体力テストの結果を参考に、全国平均と比較した。学年別で見えていくと4・5・6年生で全国平均を上回る児童が多かった。種目別で見えていくと、シャトルランや立ち幅跳びなどで全国平均を上回る児童が多く、上体おこしや反復横跳びでは全国平均を下回る児童が多かった。総合評価がD段階以下の児童は全体の8%であった。

○昨年度の取組の成果と今年度に向けた課題

・ 業間運動について

年間を通して業間運動（マラソン、昔遊び、なわとび）に取り組んだ。なわとびでは跳んだ回数、種目などをカードに記録したり、なわとび発表会をすることで自らめあてをもち、自主的に業間運動に取り組んだりすることができていた。特に、業間運動のマラソン5分間走では、低学年は600m、3年生以上は毎回1km走っており、運動量の確保につながった。

今年度に向けた課題として、年間を通じた業間運動では個々の目標設定等を工夫し、より意欲的に取り組ませる必要がある。

・ 課外体育活動について

昨年度、コロナウィルスの関係で、陸上以外の課外体育活動ができなかった。また、体育の活動においても内容が制限された。今年度は、課外体育活動が行われる予定なので、参加を呼びかけ、技能や体力の向上ができるように努めていきたい。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・ 体操教室…5人
- ・ スキー …1人

4

（1）具体目標・数値等

体力テストで総合評価D・E段階以下の割合を20%以下にする。

- ・ 体育の授業の改善と充実を図る。
- ・ 様々な機会に個に応じた運動の楽しさを味わえるようにし、運動好きな児童を増やす。
- ・ 「運動」を生活リズムに組み入れた基本的な生活習慣の確立を図る。

今年度の取組

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・ 児童の体力の現状や体力向上における計画について、職員会議で体育主任が説明する機会をもつ。

（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）

- ・ 授業の中で、「めあて」のもとせ方と「まとめ」、「ふりかえり」の仕方について、よりよい方法を考え、取り組んでいく。
- ・ 毎時間、十分な運動量を確保することができるように、授業を構成する。

4 今年度の取組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業間に全校児童で、週1回の昔遊び（一輪車、竹馬、リム回し）と週2回の5分間走（1年…600m、3年以上…1km）を行う。冬季は、5分間走ではなく、縄跳びを行う。 <p style="text-align: right;">【5分間走は大田市共通の取組に基づく】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間を通した課外体育活動（陸上、水泳、体操）に取り組み、体力の向上を図るとともに、各種大会に参加する。 ・児童会の活動の中で、仲間との交流を通じて運動好きな子どもを増やす。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保護者と協力しながら、毎月1回、すこやかウィークを設け、睡眠、食事、運動、メディア接触等について、振り返る活動を行い、よりよい過ごし方を実践していく。 ・冬季のスキー教室では、保護者や地域の方に講師の依頼をして、指導にあたってもらう。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業において、遊具等を活用した運動・運動遊びを取り入れることで、筋力向上を図る。 ・業間運動（マラソン、昔遊び、なわとび）を継続して行い、運動の習慣が定着するようにする。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立池田小学校	児童数（R4.5.1現在） 17名
校 長 名	濱岡 宏行	体育主任名 野木 晴央

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

R3年度の自校の数値と県平均を比較して分析する

	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		20mシャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県	自校	R3県
1男		8.98		11.76		26.54		27.37		20.37		11.65		118.17		8.8
2男	10.0	10.82	14.0	14.19	40.0	27.34	27.0	31.05	19.0	30.15	11.9	10.59	128.0	129.37	13.0	12.76
3男	15.5	12.68	13.5	16.47	32.5	29.9	35.5	34.92	78.0	38.73	9.50	10.11	140.5	140.97	31.0	16.24
4男	15.29	14.32	17.86	17.47	32.57	31.6	38.86	38.48	67.0	46.46	9.46	9.69	130.14	146.48	24.29	20.58
5男		16.74		18.45		32.85		42.23		54.81		9.25		158.12		23.94
6男	18.67	20.18	16.0	21.12	40.33	35.3	44.67	45.71	61.67	63.5	9.03	8.86	147.0	168.08	32.33	27.77
1女		8.49		11.64		29.19		26.46		16.14		11.88		110.26		5.57
2女		10.38		14.06		31.32		30.48		23.99		10.82		124.55		7.92
3女	11.0	12.20	13.25	15.83	30.75	33.3	27.25	34.35	47.5	31.85	11.45	10.36	124.75	133.34	10.75	10.91
4女		14.27		17.02		35.54		37.08		37.88		9.9		141.33		13.31
5女	14.25	16.64	17.0	18.16	42.25	36.78	40.25	41.39	45.0	46.38	9.68	9.53	133.5	150.64	16.0	15.72
6女	17.5	19.52	19.5	19.07	43.0	39.23	48.5	42.98	57.0	50.73	9.65	9.23	143.0	158.13	14.0	17.93

○県平均との比較分析

- ・強み：シャトルラン，長座体前屈，ソフトボール投げ
- ・弱み：立ち幅跳び，上体起こし，握力，50m走
- ・総合評価B以上60%，総合評価C以上88%
- ・新体力テストの種目について，男子は体力の二極化傾向があり，女子は全体的に低い傾向にある。

○経年比較

- ・シャトルランは，例年高い。上体起こしと立ち幅跳びについては，R1年度と比較すると低下している学年が多い。

○運動習慣

- ・晴天時は業間マラソン（3分間），雨天時は業間なわとび（3分間）を毎日行っている。
- ・業間休みや昼休みに，校庭や体育館でボールや遊具を使った遊びをしたり，多目的スペースでなわとびをしたりしている児童が多くいる。
- ・4，5年生の男子はスポーツクラブに加入している児童が多く，週に2日以上は，学校外での運動時間も確保されている。一方で，テレビゲームや動画視聴等の時間が増えており，学校外での運動時間，外遊びの時間がほとんどない児童もいる。
- ・女子のスポーツクラブ加入率は0%である。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月，鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・バスケットボール・・・4名
- ・野球・・・2名
- ・卓球・・・1名

（1）具体目標・数値等

- ・新体力テストの総合評価C以上の割合80%以上を維持する。
- ・50m走の各学年の平均タイムを0.3秒以上縮める。
- ・反復横跳びの各学年の平均得点を前年度比+3点以上にする。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・市教研体育部会の研究主題をもとに授業実践を行い、実践したことをまとめる。 ・体力向上推進計画を職員間で周知し、体力向上の活動に取り組む。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	<ul style="list-style-type: none"> ・「水泳」を重点領域に位置づけ、どの児童も水の中で体を動かすことの心地よさを味わいながら夢中になって運動できるように授業を工夫・改善していく。 ・筋力・体幹の強化を図る運動を体育の授業の導入に取り入れる。 ・基礎感覚を身につける運動や瞬発的な動きを養う運動を積極的に取り入れる。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・児童が楽しみながら運動するために、健康委員会の企画で、全校で体を動かして遊ぶ活動を行う。 ・各種大会に向けた練習を行う。 ・児童が外遊び・運動に使える体育用具などを整備する。 ・朝の会で姿勢保持・体幹強化のための体操を行う。
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭生活における運動の日常化や運動量の確保を図るため「生活リズムチャレンジカード」を通して、家庭と連携して取り組む。 ・新体力テストの結果を返却し、運動能力や運動習慣について保護者と情報共有をする。 ・周辺校との合同学習では、多様な運動経験をもたせるために、大人数での運動を行う。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	<ul style="list-style-type: none"> ・筋力・体幹の強化を図る運動を体育の授業の導入に取り入れる。 ・基礎感覚を身につける運動や瞬発的な動きを養う運動を積極的に取り入れる。 ・なわとびカードを配付し、年間を通して目標をもって運動に取り組めるようにする。 ・業間休みにビートランニングを行う。（1曲分の時間）悪天時は、なわとびの持久跳びを行う。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立川合小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	58名
校 長 名	坂田 幸義	体育主任名	田邊 誠太
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)			
<ul style="list-style-type: none"> 令和3年度の結果と県平均を比較すると、種目別学年別男女別の計96項目の内、56項目で県平均を上回っている。 種目別に比較すると「上体起こし」「20mシャトルラン」に強みがあり、特に「20mシャトルラン」の数値がどの学年においても平均値以上、または平均並みとなっているため、全体として体力面はやや優れていると考えることができる。一方で、「握力」「ソフトボール投げ」など、上半身の動きに関わる運動について弱みがあることが分かる。 学年によっては、運動に対する意欲について差が生じているところもある。特に、高学年の女子は運動に対して消極的であるという傾向がある。 学年によってはごく少数での結果を学年の平均値としているため、個々人の現状を把握し学習を検討していくことが重要だと考える。 			
2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼) の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>全校58名のうち、名が運動系クラブに所属しており、内訳は以下の通りである。</p> <p>バスケットボール11人、水泳7人、陸上7人、野球2人、サッカー2人、体操2人、剣道2人、卓球2人 (内訳は延べ数)</p>			
4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> 児童が意欲的に運動に取り組む。(児童向け学校評価アンケートの「体育的行事や体育の授業などを一生懸命やり抜きましたか」という項目において、90%以上の児童が肯定的な回答をする。) 体育の授業や体育的行事等を通して、児童の筋力、筋持久力、柔軟性が向上する。 自分の体力や運動能力に対して自信があるという児童が増える。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
<ul style="list-style-type: none"> 昨年度の新体力調査の結果を基に、体育主任が本校の運動能力の現状を説明し、共通理解を図る。今年度の調査結果についても、実施後の分析の共有を行う。 業間や昼休みに、マラソンやなわとびなどの取り組みを定期的に行い、児童の意欲向上や指導の充実を図る。 			
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)			
<ul style="list-style-type: none"> 筋力、筋持久力、柔軟性の強化に向けて、握力や体幹の筋力を高めることを意識した動きや、柔軟性を高めることを意識したストレッチを各単元の準備運動等に取り入れる。 タブレット端末等を利用して、模範映像の視聴や運動の振り返りを行い、児童の意欲向上や指導の充実を図る。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 業間休みを有効活用して、ビートランニングを行う。 ・ 芝生を生かした外遊びの奨励とそのための環境整備に努める。 ・ マラソン大会、縄跳び大会を行い、児童の運動への意欲を高め、技術・体力の向上を図る。 ・ 外部で開かれる大会【陸上(春)水泳(夏)体操(秋)】を足がかりにして児童の運動への意欲を高め、技術、体力の向上を図る。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校保健委員会で児童の健康や生活習慣について、保護者と児童に理解を促す。 ・ 生活習慣調査（ジャンプアップアンケート）を実施し、児童の生活習慣についての把握に努める。 ・ よりよい生活習慣を定着させるため、定期的に生活習慣チャレンジ週間（ジャンプアップ週間）を設け、家庭と学校の双方で声かけをしていく。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 上記の通り、週2回のビートランニングを行い、腕の振り方やリズムに合わせた体の動かし方などの声掛けを継続して実施していく。 ・ 外遊びを推奨し、天気のよい日は外で遊ぶ状況をつくる。低学年は、体育の時間に遊具にたくさん触れ、休み時間の遊びにつながるように声かけをする。 ・ 体育の時間や学級において、体幹トレーニングを適宜取り入れていく。
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立久屋小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	50名
校 長 名	毛利 伸	体育主任名	柴田 敏明

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

○昨年度の体力テストの結果（Tスコアより、全国平均において高いもの○ 低いもの▼、顕著なものに下線）

学年種目	握力	上体	長座	反復	シャツ	50m走	立ち幅	ソフト	合計	
									○	▼
小2	▼	○	▼	○	○	○	○	▼	5	3
小3	▼	○	○	○	○	○	○	○	7	1
小4	▼	▼	○	▼	▼	▼	▼	▼	1	7
小5	▼	▼	○	▼	▼	▼	▼	○	2	6
小6	○	▼	▼	○	○	○	▼	○	5	3
合 計	○	1	2	3	3	3	2	3		
	▼	4	3	2	2	2	3	2		

学年別にみると、2年生は全国平均を上回る項目が多くあった。種目別にみると、50m走やソフトボール投げで全国平均を上回っている項目が多く、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳びは、全国平均を下回っている。特に、握力や上体起こし、長座体前屈の項目が低く、本校の課題と言える。

○昨年度の取組の成果と今年度に向けた課題

- ・毎週火曜日の業間マラソンや学期ごとの記録会など、日々の積み重ねが目に見える成果として実感できることで、運動に親しむ子が増えてきている。また、業間運動（マラソンやなわとび）の際に、音楽をかけることで、リズムに合わせて楽しみながら運動できるようにしていく。

- ・柔軟性が本校の課題と言える。体育の学習の中で、柔軟運動を取り入れていく。

- ・握力につながる項目が低い。本校の遊具は、使用不可のものが多く、遊具あそびの奨励が難しい。そこで、室内鉄棒を体操競技会に合わせて、体育館に常設し、授業時間に積極的に活用したり、休み時間にも活用したりできるようにしたい。また、掃除の時間の雑巾しぼりなど、普段の生活の中でも、握る力を高められる活動を意識して行えるようにする。

- ・今年度は課外のスポーツ大会が実施される見通しである。そこで、スポーツ大会の時期に合わせ、同単元を体育の学習で取り組むことで、各課外スポーツ大会への参加を呼び掛け、多くの子どもが参加できるようにしたい。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域のスポーツクラブに加入している児童はいるが、児童数全体から見れば少数である。（児童数の約4割）
加入しているクラブの種類…「野球」「バスケットボール」「柔道」「卓球」「バドミントン」「バレーボール」

4 今年度 (1) 具体目標・数値等

- 体力テストで総合評価D・E段階以下の割合を20%以下にする。
- 体育の授業の改善と充実を図り、運動好きな児童を増やす。
- 課外のスポーツ大会などの機会に、個に応じた指導を行い、運動の楽しさを味わえるようにする。
- 望ましい基本的な生活習慣の確立を図る。（早寝・早起き・朝ごはんといった規則正しい生活習慣など）

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・体育の研修会に積極的に参加し、復命報告を職員会議などに入れ、周知していく。
- ・体力テストの結果を集計・分析し、分析結果を周知することで、本校児童の強み・弱みを意識した授業改善に努める。（昨年度のデータや今年度のデータの比較・分析など）

の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストでは、事前に種目ごとの注意点を担当に配布し、児童全員が正しく計測ができるようにする。
組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p>
4	<ul style="list-style-type: none"> ○運動量の確保と系統性を考えた単元構想や新学習指導要領の趣旨に沿った学習過程の工夫を行う。 ○単元の中で基本となる動きを、授業の始めに帯単元として取り入れ、基本となる動きを確実に身につけることができるようにする。（瞬発力を高める運動や筋持久力を高める運動など、本校の課題を中心に） ○年度始めに、体育の年間指導計画を確認し、どの領域も経験することができるように留意する。 ○体育の研修会で学んだことを周知し、積極的に授業の中で取り入れていく。 ○水泳学習において、各学年の到達目標を設定し、検定会もかねて校内記録会を実施する。
・	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p>
今 年 度 の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ○業間運動について、がんばりカードや記録会、認定証や賞状など児童の励みとなるような意欲づけを行うことで、自分の記録に挑戦していくことができるようにする。 ○なわとび集会を2月に開催し、仲間との交流を通じて運動好きな児童を増やす。 ○運動用具を休み時間にも自由に使うことができるようにし、運動に親しむことができる場を作る。（室内鉄棒やジャンピングボードなど）
組	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ○学校外での運動の機会を大切にしよう働きかけるとともに、睡眠や食事など家庭と連携した生活習慣の指導の充実を図る。（1月の授業公開日に合わせ、学校保健委員会主催による保護者参加型の授業を行い、生活リズムの見直し・改善を図る。長期休業日に合わせて、「生活リズムがんばりカード」の取組を行う。） ○体力テストの結果をはじめ、運動に関わる様々な情報を保護者に提供し、家庭での関心が高まるように努める。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ○業間運動（マラソン、なわとび）を継続して行い、運動の習慣の定着を図る。 ○業間運動では記録カードを活用することで、児童がめあてをもって取り組むことができるようにする。記録カードの集計を定期的に行い、視覚化することで意欲の継続を図る。 ○業間マラソン・なわとびにおいて、音楽をかけて取り組む。（ビートランニング、変調も取り入れる。） ○体育の授業で鉄棒や使用可能な遊具などを活用することで、課題となった握力の向上を図る。また、休み時間にも積極的に活用を奨励する。（大田市の体操競技会に合わせて） ○五種目歩走跳や鉄棒セットなどを体育の学習の中で積極的に取り入れ、基礎体力の向上を図る。 ○泳力検定表をもとに、学年に応じた到達目標を設定し、泳力の向上を図る。
5.	<p>今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立大森小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	21名
校 長 名	出川 政司	体育主任名	上野山 亮

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

全体の傾向（新体力テスト結果分析）

○本校児童の傾向

強み：上体起こし、長座体前屈

弱み：握力、シャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げ

強みについて、上体起こしと長座体前屈ともに県平均と比べ数値が高く、経年集計からも県平均より高い数値が続いており、本校児童の強みと考える。

弱みについて、特に握力とソフトボール投げの項目は県平均と比較しても数値が低く、握力では最大4kg、ソフトボール投げでは最大8.5mの差がある。経年集計からも低い数値が続いているため、本校児童の弱みと考える。また立ち幅跳びについても数値が低い。

以上の弱みの部分から、上半身と下半身の力の連動性を高めることや体の使い方を身につけるために、基礎感覚や基礎技能を養うための体づくりや継続的な運動機会の確保が必要になると考える。

○運動習慣

本校児童は休み時間に体育館や校庭で遊ぶ児童が多く、体を動かすことが好きな児童が多い。意識調査の回答でも8割以上が1日の運動時間が30分以上2時間未満だった。

また全体の8割程度が柔道や空手などの教室に通っている。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・全児童の8割程度が柔道や空手の教室に入っている。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> 各運動領域の基礎感覚・基礎技能を養うための運動を取り入れる。 放課後運動の際に、持久力走や縄跳びをすることで全身持久力を高める。 屋外の遊具を使いサーキット運動を取り入れて、握力を使って体を支える運動の機会を作る。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> 「体力向上推進計画」を全職員で共有し、児童の現状を把握するとともに、学校全体で体力向上に取り組めるようにする。 研修等で学んだことを共有する。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> 各領域の基礎感覚・基礎技能を養うための体づくりのプログラムを作り、活用する。 年間を通じて、遊具を活用したサーキットトレーニングを実施し、さまざまな体の動きを経験させる。 個人やグループのめあてを設定したり、動きのポイントやコツを話し合ったりする活動を取り入れる。 手本になる動き等の映像を活用し、目指す動きを意識したり、自分の動きと比べたりすることができるようにする。(ICT活用)

4 . 今 年 度 の 取 組	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・放課後（火・木・金の15分間）に運動の機会を設け、5分間のビートランニングや遊具を使用したサーキットトレーニング、縄跳び等の運動を継続的に実施する。 ・縄跳びカードや一輪車検定表を常に見えるところに掲示し、児童が意欲的に取り組むことができるようにする。 ・校庭整備や遊具の点検をすることで、安全に運動ができる環境を整える。 ・課外体育活動（陸上・体操・卓球など）に計画的・継続的に取り組む。 ・体育館の壁面に的当ての場所を作るなど、児童がやってみたくなるような環境の工夫をする。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・便り等で児童の頑張る姿や活動内容を紹介する。 ・隣接する保育園に小学校の体育館や校庭を活用していただき、幼少期から運動に親しむ機会が増えるようにする。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	<ul style="list-style-type: none"> ・ビートランニングを5分間実施する。児童が意欲的に取り組むことができるように、走った距離を記録し、積む重ねた努力の跡がわかるようにする。 ・雨天時はビートランニングの代わりに持久力跳びや縄跳びカードの技に挑戦する。 ・校庭の遊具を活用し、サーキットトレーニングをする。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立高山小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	32名
校 長 名	周藤 義亮	体育主任名	渡邊 佑一
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)			
令和3年度 体力テスト結果から			
<ul style="list-style-type: none"> ・R1年度のデータと比べるとシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投で県平均を上回る数値が大幅に増えた。児童の意欲を引き出ししたり、測定方法を丁寧に指導したりすることで、児童の力を引き出すことができたと考える。また、これまでの業間マラソンの取組も記録の伸びに関係していると考ええる。 ・全校児童32名全員がスクールバスもしくは保護者送迎によって登下校している。 ・引き続き握力に課題が見られる。 			
2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼) の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・課外活動として陸上練習や体操練習など、放課後に計画している。 ・地域のスポーツクラブに所属している児童が40%程度いる。陸上、体操、水泳、武道等を習っている子がいる。スポーツクラブに所属しているほとんどの子が個人競技を行っている。 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	「走力・持久力の向上」「握力向上」		
	<ul style="list-style-type: none"> ・本校独自の体力アップメニュー、「たかやまっ子！やる気まんまん・プログラム」のポイントの全校平均300ポイントを目指す。(昨年度238.7ポイント) 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・本校の現状を共通理解し、課題と今年度の取組を体育担当者だけでなく、全職員に周知する。 ・体力向上学校訪問を研修の機会とする。 ・小学校体育実技研修会の研修報告会の実施。 		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)			
<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動系、陸上運動系を重点領域とする。 ・全学年で「わたしたちの体育」を副教材として使ったり、表現運動CDを活用したりする。 ・学習のはじめや始まる前にやる気まんまん・プログラムを行う。児童が運動したことを記録できるようにカードを作成する。裏面はプログラム内容を記載する。 ・1単位時間の中で児童の運動量を確保する。(集合3回、20分、2000歩) ・タブレットPCを活用することで、自分の動きや、友達の動きに関心を持ち、運動への意欲を高める。 			
(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)			
<ul style="list-style-type: none"> ・連合運動会や大田陸上、高山地区連合運動会に向けた放課後陸上練習を行う。 ・業間体育 (体幹トレーニング) を週に1回、継続的に実施する。 ・児童が意欲的に取り組めるように、運動したことを児童自身が記録するようにして、ポイントの集計や、表彰を行う。 ・児童が休み時間にさまざまな道具を使えるように貸し出したり、常設したりする。 ・しまねっ子！元気アップ・カーニバルを開催予定。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大森小学校との合同の運動会に向けて、一緒に競技の練習をしたり、職員間で情報共有を行ったりする。※6月実施予定 ・中学校区で同時期に生活習慣のチェックとそれをもとにした保護者への啓発を行う。 ※大田三中校区で「生活シャキット週間」を設けている。 ・学級通信などを活用し、家庭で簡単に行うことのできる運動遊びや体操を紹介する。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業間体育（やる気まんまんタイム）の実施。 ・本校独自の「たかやまっ子！やる気まんまん・プログラム」の実施。ポイントを貯めていき、300ポイント以上を目指す。 ・体育の学習の始まる前などにおける「やる気まんまん・プログラム」の実施 ・学年末に全員に記録証を渡す。目標達成者には賞状を授与する。
5.	<p>今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立温泉津小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	91名
校 長 名	高橋 雄司	体育主任名	竹下 祐太郎

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

本校の児童の約7割がスクールバスで通学している。そのため日頃から、「歩く」という運動機会の減少傾向が危惧されている。休み時間の遊び方を見ると、鬼ごっこやドッジボールといった特定の遊び方に偏っている様子が見られる。また、毎学期に行う生活習慣チェックや県学力調査の生活習慣調査の結果から、メディア接触時間が多く、様々な点から運動面に関わる課題が見られる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は未実施、鉄棒 R3.1 月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

学年	加入人数	割合	内容
1	2/7	28%	水泳、サーフィン
2	2/12	16%	サッカー、ダンス
3	10/17	58%	バレー、水泳、サッカー
4	8/17	47%	水泳、サッカー、バレー
5	11/18	57%	サッカー、バレー、ダンス、水泳
6	14/19	73%	バレー、ダンス、野球、サッカー、水泳
全	46/91	50.5%	

約半数の児童が、スポーツクラブへ加入している。加入している児童の1割は、水泳とバレーなど複数のクラブへ加入している。

(1) 具体目標・数値等

- ・2学期の校内持久走記録会で、7割以上の児童が1学期の記録を更新する。
- ・基本的な生活習慣への意識を高める。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・職員会議で、本校の体力向上推進計画について共有する。

(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）

取組	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業前、各学年の実態に応じて、体幹や柔軟性を高める準備運動を行う。 ・冬季の縄跳びを全校で行い、持久力・体幹・脚力の向上を図る。 ・ワークシートを活用し、めあて・思考・ふり返り等、児童自身が次につなげられるような工夫を行う。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業間の時間を利用して、マラソンや持久跳びを実施する。(ビートランニング) ・学期毎に持久走記録会を行い、タイムを記録していく。 ・学校保健委員会で、よりよい生活習慣作りや体作りなど児童の実態に基づいた内容を検討していく。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 個人懇談会の際、保護者に新体力テストの結果を渡して情報提供し、体力向上推進への理解を求める。
	<p>(6) 大田市共通の取組への対応</p> <p>大田市共通の取組「運動好きな子どもの育成」を受け、次のような取り組みを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・業間の時間を利用して、マラソン(ビートランニング)や持久跳びを実施する。
	4
	今年度の取組
5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	大田市立仁摩小学校	児童数（R4.5.1現在）	141名
校 長 名	舟木 志郎	体育主任名	田中 貴己

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

【R3年度本校の体力テストの結果と全国平均との比較より】

		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20Mシャトルラン	50M走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計
1年	男子	△	○	○	△	○	○	◎	○	○
	女子	△	○	○	△	△	○	△	○	△
2年	男子	△	○	○	△	△	△	◎	○	△
	女子	△	△	△	△	△	△	◎	○	△
3年	男子	△	○	△	△	△	△	○	△	△
	女子	△	△	△	△	△	○	○	○	△
4年	男子	○	△	○	△	○	○	△	○	△
	女子	○	○	○	△	○	△	△	○	○
5年	男子	△	△	△	△	△	△	△	○	△
	女子	○	△	△	△	△	○	△	△	△
6年	男子	○	△	○	△	△	△	○	○	○
	女子	○	△	○	○	△	△	◎	○	○

◎…全国平均値より5P以上優れている ○…全国平均値以上 △…全国平均値以下

- ・全校児童の約70%が総合評価の判定がC段階以上であった。
- ・種目別に見ると、特に反復横跳びや20Mシャトルラン、上体起こしに課題が見られる。
- ・前年度以前と比較して、ソフトボール投げは全国平均以上の判定となる学年が増えた。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・スポ少活動で野球やサッカー、バレーボールや、柔道、水泳などに取り組む児童がいる。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	・次年度の体力テストの総合判定C以上の児童の割合が75%となるようにする。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	・体力テスト等の結果から、本校の実態を職員間で共有する。 ・本校の課題である「筋力」や「筋持久力」、「全身持久力」等に焦点化して、校内研修会等で課題克服に向けた運動例を提案する。
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）	
・「できる」「できた」を実感できるスモールステップの取組と評価を行っていくことで、運動の楽しさや大切さを感じることができるようになる。 ・縄跳びを行ったり、鬼ごっこで相手を交わしたりするなど動きを取り入れ、「敏捷性」の向上を図る。 ・「全身持久力」の向上のために、サーキットトレーニングやビートランニングの運動を取り入れる。	

4 今年度の取組	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育の学習で「筋持久力」や「全身持久力」の向上につながる運動を取り入れる。 ・ 外での体育の学習の時に、肋木を使用して「筋力」の向上を図る。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<p>1. 元気アップタイム</p> <p>毎週火曜日の業間の時間に体育委員会が中心となって全校で一斉に運動する時間を設ける。運動の内容は以下の通り。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○長縄跳び…縦割り班で様々な技や時間内の連続跳びに挑戦する。 ○業間マラソン…音楽に合わせて校庭を走る。走った周数を集計してランキングにしたり、全校で走った総距離を地図に表したりして掲示する。 <p>2. 仁摩タイム</p> <p>毎週水曜日の昼休みに、たてわり班で遊ぶ時間を設定する。内容は6年生と相談し、決定する。</p> <p>3. にまっ子週間</p> <p>保健主事・養護教諭と連携し、学期に1度、生活習慣の振り返りを行い、生活習慣の定着と改善を図る。</p>
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校便りや学年便りを通して、体力調査の結果、体力向上の取組を家庭と地域に発信する。 ・ 西中校区の共通目標である「朝ごはん」「睡眠」「メディア」についての具体的な行動目標を示し、家庭との連携を図る。 ・ 生活習慣リーフレット「めざせ！西中校区元気な子」をもとに、生活習慣チェックの取組を行い、基本的な生活習慣の定着と改善を図る。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	<ul style="list-style-type: none"> ○「できる」「できた」を実感できるスモールステップの取組と評価を行っていくことで、運動の楽しさや大切さを感じることができるようにする。 ・ 個々の目標設定をし、継続して取り組み、達成の充実感が味わうことができるようにする。 (マラソンカードへの記入→達成→放送での表彰や賞状など) ・ たてわり班で教え合ったり、励まし合ったりする交流の場を設定する。 ・ サーキットトレーニングなどの時間を導入したり、元気アップタイムで業間マラソンや縄跳びを取り入れたりすることで持久力の向上を図る。 ・ 児童会が紹介している「姿勢体操」を毎日行っていくことで体感を鍛えることができるようにする。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	江津市立郷田小学校	児童数（R4.5.1現在）	90名
校長名	平田 裕	体育主任名	三浦 敏

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

（本校、R3年度の体力テストの結果より）

県平均を上回っているもの→○

	握力	上体	長座	反復	シャトル	50m走	立ち幅	ソフト
小1男子	○			○	○			○
小1女子						○		
小2男子				○				
小2女子								
小3男子	○			○				○
小3女子	○	○		○				○
小4男子	○			○		○		
小4女子						○		
小5男子								
小5女子		○						○
小6男子		○	○	○	○	○	○	○
小6女子			○	○		○		

本校児童は、反復横跳び（敏捷性）、50m走（走力）が県平均程度、もしくはやや高い数値であった。一方、長座体前屈（柔軟性）、20mシャトルラン（全身持久力）、立ち幅跳び（跳力）に課題が残っている。

本校児童は、休み時間に校庭や体育館で運動遊びをする子が多い。また、学年の枠をこえて意欲的に運動する習慣がある。一方で、同じ遊びばかりしている傾向が強く、休み時間にほとんど運動をしない子もいる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

	男子	女子
陸上	2人	2人
野球	6人	0人
サッカー	2人	0人
バレーボール	1人	5人
水泳	5人	8人
剣道	1人	2人
ダンス	0人	2人
ソフトテニス	0人	4人
ハンドボール	3人	0人
その他	1人	3人

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	「跳力・瞬発力の向上」 ・立ち幅跳びの記録を、1年間で過半数の学年で県平均を上回るようにする。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	・体育館での体育科の授業において、運動の確保を意識し、体力アップメニュー（片足ケンケン、両足とびなど）を行う。 ・体力テストの結果を考察し、年間の体力づくりの実践につとめる。その結果、課題について年度末に職員で話し合い、次年度の計画に活かす。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
4 ・ 今 年 度 の 取 組	・学習に向かう体づくりとして、体育の授業の準備運動の際に体力アップ運動を行う。運動量の確保や、体操後の運動の効果を高めるとともに、体幹を鍛え脚筋力を向上できるようにする。 ・特に、低・中学年において、固定遊具を使った運動遊び（登り棒、雲梯、ジャングルジム、タイヤ跳びなど）の仕方を体育の授業時に教え、感覚づくり、体力の向上を目指す。鈴を吊り下げたり、台を置いたりして、目標物を目指し児童が日常的に楽しんで運動できる環境をつくる。 ・3学期に縄跳び大会を企画し、児童が進んで運動を行う環境づくり、雰囲気づくりを行う。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	・体力アップ期間を、2学期と3学期に設ける。期間内は、週1回、業間休みに全校運動を行う。 ※3分間走となわとび練習を、交互に行う。 ・健康委員会主催の全校遊びでは、投げる動きを取り入れ、縦割り班で上級生に教わりながら上達していくようにする。 ・昇降口に移動式の鉄棒を設置し、日常的に運動することで、運動に必要な基礎感覚を身につけられるようにする。
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	・スポーツ少年団との連携を図り、適切な運動量の確保を図る。 ・江津中学校区における生活習慣にかかわる取り組みを、積極的に行う。 ・栄養教諭を中心とした、食に関する指導を積極的に取り入れる。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立渡津小学校	児童数（R4.5.1現在）	89名
校 長 名	樋野 淳巳	体育主任名	川上 清
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> 男子では6学年中4学年以上平均を上回ったのは、50m走、ソフトボール投げであった。また、下回ったのは、握力、反復横跳び、立ち幅跳びだった。 女子で6学年中4学年以上平均を上回ったのは、長座体前屈、シャトルラン、50m走であった。下回ったのは、握力、反復横跳び、立ち幅跳びであった。 全体的に見ると、本校の強みは「50m走」で、課題は「握力」、「反復横跳び」、「立ち幅跳び」であった。課題の握力については、昨年度に引き続き課題となった。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> 地域には様々なスポーツクラブがあり、6年生87%、5年生77%、4年生41%が加入している。男子は野球やサッカー、バスケットボール、女子はバレーボールや陸上に参加している児童が比較的多い。 			
4 . 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> 本校の課題である握力で、県平均を3学年以上が上回ることを目指す。 低学年の時期から鉄棒に触れる機会を増やし、4年生段階の逆上がり達成率60%以上を目指す。 各学年の体育の授業の充実とともに、児童会活動（全校リレーや縄跳び集会など）と連携して、学校全体で体を動かす楽しさを意識付ける。 これまでに作成した体育ファイルや各種カードの活用を図り、児童のやる気を引き出す授業に努める。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> 体育の研修会等の参加者による伝達講習を行う。 合同体育を随時行い、体力推進や体育科の授業に関する校内研修会、共通理解の場とする。 		
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）		
<ul style="list-style-type: none"> 体力向上推進計画を職員で共通理解し、ボール運動を重要単元として、他の鉄棒や縄跳び、マラソン等、課題改善に向けた運動を体育の学習に取り入れていく。 全校が体力テストの結果や学習カードなどをファイリングして、自分の課題を見つけながら体を鍛えていけるようにする。 			
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）			
<ul style="list-style-type: none"> 業間休みを利用して、マラソン、なわとび、外遊び等の集会活動等を行い、体を動かす楽しさを意識づける。 縄跳びや鉄棒など各学年で身に付けたい動きなどを中心としたカードを作成して取り組ませる。 運動の機会が少なくなっている現状から、養護助教諭と協力し、生活習慣や保健衛生に関することなどにも意識を高めさせる取組を行う。 			

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- 4 . 今年度の取組
- ・保護者や地域に対して、学校だよりや学級通信などで体育活動の取り組みの様子を伝えてもらう。
 - ・地域の人材（ハンドボール、ダンスなど）を活用する。
 - ・（ある程度の時期になれば）親子でスポーツレクを行う。
 - ・PTA と連携してお弁当の日を実施し、健康な体をつくることを意識させる。
 - ・テレビ視聴が3時間超える児童は体力が低いことから、小中連携によるノーメディアウィークを実施し、家庭教育支援の視点から日頃のメディアの使用に関する約束を家庭で考える機会とする。
 - ・「食育や生活習慣の確立」を生きる力をはぐくむキャリア教育の全体計画に位置づける。

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立江津東小学校	児童数（R4.5.1現在）	85名
校 長 名	小田 公弘	体育主任名	福間 雅基

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

（令和3年度 新体力テストより）

- ・学年間による運動調査の結果がまばらになってきている。
- ・どの学年も立ち幅跳びの数値は高い値を示している。
- ・どの学年も女子のほうが数値が高い結果となっている。
- ・柔長座体前屈に課題がある学年が比較的多かった。
- ・筋力・筋持久力…上体起こしに課題がある学年がたいへん多かった。

（過去3年状況から見てみると）

- ・学年間による運動調査の結果に差が出てきている。また、女子の方が数値が高い傾向にあるといえる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

バレー、水泳、タグラグビー、陸上、バスケット、野球 2割が所属

4
・
今
年
度
の
取
組

（1）具体目標・数値等

- ・新体力テストの総合評価でC段階以上の割合を70%とする。
- ・一日30分は体を動かす児童が70%を超えるよう、継続した指導を行っていく。

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・4月当初の職員会議で、本校の現状や今年度体育科で行う具体的な取り組みの共通理解を図る。
- ・縄とびや水泳の統一カードを作成し、技や指導方法などを校内で共有するよう研修を行う。
- ・学期ごとに本校の実態や課題を職員で共有し、情報交換しながら意識して取り組めるよう授業づくりに努める。

（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）

○基礎的な動きを大切にし、基礎筋力、基礎体力等をはぐくめるよう「体ほぐしの運動」や「体の動きを高める運動」を取り組む。

（1）体力づくりのために準備運動に以下の種目を年間通して取り入れる。

体育館

【全 校】 体育館5周

【低学年】 ブリッジ あし打ち 柔軟体操（股関節周り、前屈など） 上体起こし

【中・高学年】 ブリッジ 倒立（あし打ち・登り・かべ） 馬跳び 柔軟体操 上体起こし

校 庭

【全 校】 トラック3周（実態に応じて3分間走） 鉄棒 雲てい 柔軟運動

（2）学習カードの配布 ①水泳カード（6月配布） ②縄跳びカード（2学期後半に配布）

○授業の運動でどんな力をつける運動なのか授業者が意識して授業を行う。

○めあての提示、ふり返りの時間の確保、（関わり合いのある）授業づくりを行う。

○タブレット端末を活用し、自分の振り返り、理想としている動き方を確認してイメージ化を図る。

○ボール運動領域で、学年の系統化を図り、計画的に指導が行えるように共通理解を図る。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）

- ・児童会を中心にした、体力の向上やみんなで体を動かす楽しさを感じられる活動を計画する。
- ・遊びの内容や児童数を考慮し、体育館の使用を週1回とし、外遊びを促す。
- ・学校林でも遊べるように、環境整備したり、逆上がり練習器を設置したり、遊具の貸し出しをしたりするなどし、安全に自発的に運動ができるよう整備を進める。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・学期始めには、生活リズムを取り戻すために、児童の様子をよりみとりながら保護者と連携を図る。
- ・PTA と連携しアウトメディア活動に取り組み、家での活動を振り返る。

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立川波小学校	児童数（R4.5.1現在）	84名
校 長 名	田中 岳志	体育主任名	小中 薫
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識、及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 昨年の結果を見ると、「シャトルラン」「長坐体前屈」「立ち幅跳び」に、弱みが見られる。男女とも「全身持久力・筋パワー・柔軟性」の力が弱い。さらに男子は「敏捷性」に課題があることが本校の特徴としてあげられる。また、昨年の結果よりも低下傾向でもある。 ・ 本校高学年の約4割の児童が、野球とバレーボールの社会体育（スポーツ少年団）に所属していたり、スイミングなどの習い事をしていたりしている。何らかの運動をしている児童のほうが記録がよい。 ・ 昼休み、業間には、学年の枠を超えて外で遊んでいる児童がいる。運動の苦手な児童は、外で遊ぶことが少ない。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
6年生の水泳運動調査25m泳げる率		4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>全校84人、男子37人、女子47人中</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 全校の5%が地域のスポーツクラブ（野球）に所属している。（所属している児童が減ってきている。） ・ 全校の8%が地域のスポーツクラブ（バレーボール）に所属している。（女子だけでなく男子も入るようになった。） ・ 水泳を習っている児童は11%。 ・ その他は、サッカー、ハンドボール、バトミントン、テニス、ゴルフ、陸上、ダンス、柔道、剣道、体操を習っている。 			
4 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学年によって課題がちがうので、それぞれの学年の弱い種目の平均値が県平均に近づくようにする。 ・ 体育の学習の始めに、基本的な運動能力（体幹）を養う運動を行う。 		
	（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 年度当初に本校の実態、環境に合わせ全学年の年間指導を作成する。 ・ 体力向上推進計画の共通理解を図る。 		
	（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）		
<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業の初めに自重を支持する運動、上下左右様々な動きを取り入れた運動、様々な動きを組み合わせた運動を取り入れ、体幹を鍛えられるようにしていきたい。（体幹） ・ 器械運動における、けが防止のための指導法の研修や、身につけさせたい技能を各学年で明確にして、柔軟性を生かした指導を行っていきたい。（マット・跳び箱運動） ・ 種目に応じた学習カードを配布し、児童の体力向上への意識を高める。 			
（4）体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 外遊びの推進及び保健体育委員会によるスポーツ集会の計画を行う。 ・ メディアとの接触時間の減少や朝食の適切な摂取を目的とした取組を長期休業中に行う。 ・ メディアとの接触する際、家庭で約束をするように保護者や児童に呼びかける。 			
（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域や保護者にも児童の実態を知らせ、体力向上の意識を高める。 			
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）			

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立津宮小学校	児童数（R4.5.1現在）	319名
校 長 名	土井 伸一	体育主任名	正木 篤

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

- ・男女ともに、持久力や筋力、柔軟性、敏捷な身のこなしに課題がある。特に、長座体前屈、握力は県平均、全国平均を大きく下回っている。力強い大きな動きや多様な身のこなしを取り入れた運動経験を積極的にさせていきたい。
- ・社会体育等で定期的に体を動かす児童がいる一方で室内遊びを好み、進んで運動する習慣が身につけていない児童もいる。運動が好きな児童とそうでない児童の二極化を進めないため、教科体育において、できた喜びやよりよい仲間とのかかわりを味わい、運動の日常化に向けて運動意欲をより向上させる必要がある。
- ・敷地が狭く、校庭・体育館とも300人規模の学校には十分な広さがあるとは言えない。また、駐車場がないため、行事や来客等があると校庭が駐車場となり、児童の活動の場が制限されてしまうことも多い。そのため、計画的に体力づくりの機会を設けていく必要があると考えられる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・野球・サッカー・バレーボール等の団体が校地内で活動を行っている。また、水泳・陸上・ソフトテニスなど市内のスポーツ団体に所属している児童もいる。全校児童数の減少に伴い、所属している児童数も減少傾向にある。

（1）具体目標・数値等

- 運動への意識の向上・・・「運動が好き」だけでなく、運動時間が平均10分程度増加することを目指す。
- 柔軟性の向上・・・準備運動に体ほぐし運動やストレッチなどを取り入れ、県平均、全国平均に近づける。
- 握力の向上・・・鉄棒やうんてい、ジャングルジムなどの遊具遊びを推奨したり、グーパーなど簡単にできる運動を取り入れたりして、少しでも県平均、全国平均に近づける。

4
・
今
年
度
の
取
組

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- 各自が参加した実技研修の成果を職員間で共有する場を設ける。

（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）

- 3年生までは体育の授業を2学級合同で行い、T.Tの指導体制で、体育が苦手な児童へのきめ細やかな支援・指導ができるようにする。
- なわとびや陸上運動、器械運動等で学習カードを活用し、取り組みの様子や個々の現在の達成状況を見られるようする。
- 体育の時間の導入で体ほぐしやビートランニングを継続的に取り入れ、体力と走力の向上を目指す。

4
・
今

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立高角小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	207名
校 長 名	山崎 智則	体育主任名	久保 研二

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

昨年度の運動能力調査の結果から記述する。

男子は、立ち幅跳び（+2.1）とソフトボール投げ（+0.6）が全国平均を上回っており、握力、反復横とびが全国平均と同程度であった。上体起こし、長座体前屈、シャトルラン、50M走は全国平均より低く、特に上体起こし、長座体前屈は-5ポイント以上下回っていた。総合的に見ると、体力は全国に比べ、低いことが分かった。

女子は、反復横とび（+0.8）、シャトルラン（+1.2）が全国平均を上回っており、上体起こし、50m走が全国平均と同程度であった。握力、長座体前屈、立ち幅跳び、ソフトボール投げは全国平均をより低く、特に長座体前屈は-2ポイント、立ち幅跳びは-6ポイント下回っていた。総合的に見ると全校平均よりやや低いことが分かった。

意識調査からは、男女ともに運動に対する意欲や運動の大切さは感じており、進んで運動をしようという意欲が高いことがわかった。

業間や昼休みには外遊びをする様子がたくさんみられる。しかし、いつも外で遊ぶ児童とそうでない児童の運動習慣の二極化がみられる。また、日常生活における児童の様子として、よい姿勢の保持が出来ない、粘り強く課題に取り組めない、運動中のけがが多いという実態がある。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・ 体育的行事や季節に合わせ、放課後に、陸上競技とバスケットボールに取り組んでいる。
- ・ 本校児童のみで構成しているスポーツクラブとしてバレーボールクラブがある。年々、加入する児童が増えてきている。
- ・ 校区内に市の運動施設があり、スイミングスクールや陸上教室、野球クラブ、サッカークラブ、バスケットボールクラブ、ソフトテニスクラブ、ハンドボールクラブ、ダンス教室等、校区を越えた地域のスポーツクラブに参加している児童もいる。

（1）具体目標・数値等

今年度の目標：安全に気を配りながら元気に楽しく運動に取り組むことが出来る子どもの育成

- 【重点】
- ・ 筋力や持久力、柔軟性をはじめとする体力全般の向上
 - ・ 体幹の強化（全児童の姿勢の保持に向けて）
 - ・ 健康・安全に対する意識の向上

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・ 今年度の目標達成に向けた校内研修会の実施
- ・ 重点目標を確認したり、それに向けた取り組みを紹介したりする

4
.
今
年
度
の
取
組

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・つけない力を示し、めあてをもって授業に取り組めるようにする。 ・体育の授業前にランニングや体幹強化を目的とした「たかつの体操」に全校で継続して取り組む。 ・新体力テストの結果をもとに、特に評価の低い項目について、体育の学習時に関連する運動を取り入れる。 ・保健学習において、食事・運動・睡眠の大切さについて指導するとともに、手洗いや換気の励行等感染症予防および拡大防止についても指導する。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2学期に「高角っこ元気アッププログラム」の実施を予定している。児童会体育委員会が企画・運営し、全校で取り組む。「しまねっこ元気アッププログラム」を参考にし、運動の内容を考える。運動に取り組む期間を「元気アップウィーク（案）」と定め、運動により親しみながら取り組めるように計画する。 ・その他に、体育委員会を中心とした児童会の取り組みとして、3学期になわとび集会を実施する。 ・生活習慣チェックを行い、基本的な生活リズムを整えようとする意識を高める。 ・「たかつの体操」を全校で継続して行う。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本校校区にある中学校の定期試験の期間に合わせ、生活習慣チェックシートに取り組み、生活習慣の確立を目指す。また、その結果を保健便り等で家庭に伝え関心を高める。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	江津市立桜江小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	104名
校 長 名	南口 周哉	体育主任名	千代延 浩嗣

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

本校は、8割の児童がバス通学を行っている。スポ少等で定期的に体を動かす児童の中にも、家庭では、室内遊びを好み、進んで運動する習慣が身についていない子どもも多い。そこで毎週1回4分間の朝マラソン活動を行い、体を動かす時間を確保してきた。1～3年は150m、4～6年は200mトラックを利用しコースに変化をもたせている。昨年度は「がんばろう日本 走ろう桜江っ子 目指せ日本1周」を合言葉に全校児童の走った距離を合計し日本一周を目指した。本年度も継続予定である。12月には、マラソン記録会を実施し、それまでのがんばりを発揮する場を設定した。

冬季は、個人でのなわとび練習とともに、異学年で構成された班を使った大なわとびの機会を計画した。残念ながら、感染症拡大防止のため、なわとび集会は中止にしたが、できるようになる喜びを味わったり、運動への興味、関心を高めたりする取組を続けてきた。

また、学校保健委員会では体操を専門とする講師を招き、4・5年生を対象にリズムダンストレーニング、マット運動に取り組んだ。保護者とともに活動を行い、親子で運動や健康について考える機会となった。

【前年度の体力・運動能力調査等への取組から】

○持久力の向上が見られた。(男子7pt、女子2pt) これは、継続して実施してきた週1回の朝マラソン、マラソン記録会、朝なわとびの取組の成果と考えられる。

●柔軟性は一昨年度の記録より向上しているが、男女ともに全国平均を下回っている。

(男子3.3pt、女子0.8pt) これは、さくらえっこ体操の取組をはじめ、柔軟性の向上に向けて全校で取り組むことができなかったことが要因と考えられる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・高学年児童の80%がスポーツクラブ等に所属している。ドッジボール、野球、バレーボール、剣道、バドミントン、カヌーと桜江町で行われているスポーツクラブは多く、複数に属している児童もいる。

今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	○持久能力のさらなる向上（20mシャトルランの記録で県平均を上回ること） ○柔軟性のアップ（長座体前屈の記録…昨年度平均より向上すること）
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	・体育主任を中心に、体力向上・体育授業にかかわる研修会への参加を検討する。 ・桜江小学校体育科全体計画に基づき、授業研究や教材研究を計画する。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	・サーキットトレーニング・アスレチック走などを授業に取り入れる。 ⇒体力向上・多様な体の動きの取組 ・教科体育における児童の運動量を確保する。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）

- ・朝の会、授業導入時等を活用し、体幹トレーニング・柔軟性の向上をねらいとした「さくらえっこ体操」の実施
- ・朝マラソン、朝なわとびを行い、練習の成果の場として、マラソン記録会やなわとび集会を開く。
- ・体育委員が中心となって全校遊びを計画するなど、休み時間に積極的に運動を呼びかける。
- ・児童が主体的に運動に関ることのできる環境の整備（備品の購入等）や用具の貸し出しを行う。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・マラソン記録会を実施する。
- ・保護者に対して「学校だより」等で体力向上の取組について紹介する。

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	川本町立川本小学校	児童数（R4.5.1現在）	127名
校長名	星野 明洋	体育主任名	太田 政男

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

R3年度の自校の数値とR3年度の県の平均を比較して現状を分析する。

学年	男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
		本校	県	本校	県	本校	県	本校	県	本校	県	本校	県	本校	県	本校	県
1	男	9.85	8.98	11	11.76	25.25	26.54	25.17	27.37	13.08	20.37	11.42	11.65	108.50	118.17	8.69	8.80
2	男	10.33	10.82	11.67	14.19	20.00	27.34	34.33	31.05	33.33	30.15	10.68	10.59	133.17	129.37	13.17	12.76
3	男	13.4	12.68	14.33	16.47	24.90	29.90	37.00	34.92	40.78	38.73	9.56	10.11	130.89	140.97	18.78	16.24
4	男	15.18	14.32	15.36	17.47	28.00	31.60	38.55	38.48	39.82	46.46	9.70	9.69	136.82	146.48	25.09	20.58
5	男	17	16.74	16.86	18.45	29.71	32.85	44.57	42.23	45.29	54.81	9.61	9.25	145.71	158.12	26.14	23.94
6	男	21.33	20.18	22.78	21.12	30.78	35.30	47.56	45.71	64.56	63.50	8.56	8.86	165.22	168.08	35.56	27.77
1	女	7.78	8.49	8.9	11.64	24.80	29.19	25.00	26.46	12.40	16.14	12.06	11.88	99.10	110.26	5.10	5.57
2	女	10.31	10.38	12.13	14.06	24.31	31.32	30.88	30.48	26.25	23.99	11.16	10.82	117.75	124.55	7.81	7.92
3	女	12.67	12.2	16.11	15.83	29.67	33.30	36.56	34.35	33.11	31.85	10.40	10.36	126.56	133.34	10.67	10.91
4	女	13.5	14.27	12.8	17.02	26.50	35.54	39.10	37.08	34.40	37.88	10.19	9.90	130.00	141.33	13.40	13.31
5	女	15.6	16.64	15.6	18.16	28.80	36.78	44.00	41.39	51.10	46.38	9.83	9.53	143.40	150.64	16.90	15.72
6	女	16.5	19.52	15.75	19.07	31.50	39.23	43.75	42.98	51.25	50.73	9.28	9.23	148.50	158.13	19.25	17.93

- ① 反復横跳び、シャトルラン、ソフトボール投げは、全体的に県平均よりも良い傾向にある。
- ② 握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳びは、全体的に県平均を下回っている。
- ③ 女子に関しては50m走も県平均を下回っている。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

水泳、バレーボール、野球、バスケットボール、陸上、ダンスなど地域のスポーツクラブ等に加入している児童も多い。

4 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟性の向上 ・握力の向上 ・逆上がり達成率の向上
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・体力向上推進計画を全職員に提示し、本校の課題、目標、取組を共有する。その結果、課題について年度末に話し合い、次年度の計画に活かす。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・握力や柔軟性の向上には継続的な取組が必要である。柔軟運動を体育授業の中で年間を通して行えるように、ウォーミングアップに取り入れるなど、無理なく長期的に行う工夫をする。 ・柔軟運動→目標となる目安を提示し、自分自身の柔軟性が向上していくのを実感できるようにする。（年間） ・逆上がり→単元をうまく組み合わせて、鉄棒に触れる機会を増やす。

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	美郷町立邑智小学校	児童数（R4.5.1現在）	138名
校 長 名	生越 徹	体育主任名	藤澤 真行

1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識、及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

昨年度の体力テストの結果を県平均と比較してみると、上体起こしや反復横とびに課題が見られた。原因としては、いつも同じような遊びをする児童が多く、多様な運動経験を通じた体幹の強化ができていないことや、休み時間に体を動かして遊ぶ児童に対して、体を動かさずに過ごす児童が一定数いることが考えられる。

また、児童の生活習慣については、中山間地域のため、帰宅後に友達と外遊びをする機会が少なく、習い事がない日や習い事をしていない児童は、家で運動する習慣がない。生活習慣を見直し、運動する習慣をつけることが必要だと感じた。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R3.8月、鉄棒 R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

野球、サッカー、剣道、バレーボール、バスケットボール、テニスといったスポーツクラブに所属している児童が全校の半数程度いる。その他、少数ではあるがカヌー、陸上にも所属している児童がいる。練習は週に2、3日程度しているものがほとんどである。

4 今年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	・体育の授業が好きと答える児童90%以上。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	・職員会議等で、体育の授業改善に関わる校内研修を行う。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）
・体育の授業で困ったことはないか、他の教員に聞く。	
・授業中には鉄棒や登り棒を使ったサーキット運動を取り入れる。（多様な体の動き）	
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）	
・委員会活動を活かして、なわとび集会など運動が楽しくなるような活動を行う。	
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
・中学校との連携を取りながら、毎学期「生活チャレンジアンケート」を行い、生活習慣の改善・向上を図る。その取り組みを各家庭にも周知し、積極的に取り組めるような環境を作る。	
・アンケートの結果から、児童が自身の生活習慣を振り返るとともに、規則的な生活習慣について知ることができるようにする。	

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

--

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	美郷町立大和小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	58 名
校 長 名	上田 忠則	体育主任名	大羽 智之
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> 令和3年度「しまねっ子！元気アップ・レポート」を参考に県平均と比較すると、種目別に見て県平均を上回る学年が多いのは、反復横跳び、上体起こしが挙げられる。柔軟性（長座体前屈）や持久力・筋力（シャトルラン、握力、立ち幅跳び）を必要とする運動能力が県平均と比べて低いことが確認できた。 学年や性別間によって、運動能力に大きな差があることが確認できた。 昼休みや業間には、外で友だちと体を動かして遊んでいる姿がよく見られる。外ではおにごっこ、サッカーや野球などのボールを使った運動、一輪車や鉄棒を使った運動をしている児童が多くいる。一方で、外遊びをする児童としない児童が固定化している面も見られる。 全校児童のうち、半数以上がバスを利用して登下校を行っている。歩いて登校する児童の中には学校まで徒歩20～30分かかかる児童もあり、バス通学児童と徒歩通学児童とで毎日の運動量に差がみられる。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> 地域のスポーツクラブは、剣道、陸上、野球、テニス等がある。いずれかのスポーツクラブに参加している児童も多くいる。クラブによって異なるが、基本的に週2回程度の活動をいずれのクラブも行っている。 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> 持久力の向上を図るための取組を行い、シャトルランの記録を各学年の県平均まで上昇させたい。 柔軟性を高める運動を行い、長座体前屈の記録を各学年の県平均まで上昇させたい。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
<ul style="list-style-type: none"> 体育の授業や体力向上に関する研修に積極的に参加し、伝達講習という形で校内研修を企画する。 職員間で体育に関する教具・教材・実践等の共有を行い、全体的な体育授業の質の向上を図る。 			
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）			
<ul style="list-style-type: none"> 運動量を確保した体育授業を行う。 授業の準備運動や体づくり運動の際に、柔軟性を高めるための運動や、走・跳の動きを含んだ運動などを取り入れ、習慣化する。 タブレット端末の活用や学習カードの工夫等で、学習意欲を刺激し、運動へ意欲的に取り組めるように配慮する。 「鉄棒カード」「縄跳カード」等を作成し、児童が主体的かつ意欲的に鉄棒や縄跳などの運動に取り組めるようにする。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・児童会健康委員会が中心となって、異学年が交流して一緒に運動に取り組む活動を行い、児童が積極的に体力向上に取り組むきっかけづくりや体育授業で培った技術の披露、運動習慣づくりをする。 ・休み時間に、鉄棒の補助具や一輪車を自由に使用できる環境にしておき、児童の取り組みたいタイミングで取り組めるようにしておく。 ・元気生活チャレンジ週間を年に2回実施し、メディアとの接し方を意識して行動できるようにする。
組	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・保健便りを発行し、運動の大切さや必要性を保護者に伝え、学校だけでなく家庭でも運動に取り組めるよう働きかける。 ・放課後子ども教室と連携し、外遊びを取り入れる等意図的に学校外でも体力づくりに取り組めるようにする。 ・可能な範囲で大会等に参加し、他学年や自校以外の学校の運動の様子に触れる機会をすることで、他者との違いを認識し自らの運動と比較して体力向上について考えられるようにする。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立口羽小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	22 名
校 長 名	木村 真介	体育主任名	川神 文弥

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

学年	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅とび		ソフトボール投げ	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
1		○			○	○		○				○				
2		○			○	○		○	○			○		○	○	○
3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
4	○			○	○	○					○					○
5			○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○	○
6	○		○		○	○	○		○	○	○	○	○		○	

昨年度校内で実施した結果を、一昨年度の県基準値と比較。「○」は、上回っていた項目

- ・全学年の各項目（8種目×6学年×男女 の計96項目）の内、60項目が県平均を上回っており、全校の傾向としては、県平均よりもやや体力的に優れているといえる。
- ・現4年生はすべての項目で、現6年生では多くの種目で県平均を上回るものの、現2・5年生では、ほとんどの項目で県平均に届かないなど、学年によるばらつきが多い。また、小規模校であるため、全体の傾向のみならず児童1人1人の体力や運動状況を把握する必要がある。
- ・種目別にみると「長座体前屈」「50m走」「ソフトボール投げ」では県平均を上回る児童が多く、得意であるといえる。
- ・「シャトルラン」では県平均を上回るのは24人中10人であった。
- ・「反復横跳び」「立ち幅跳び」では半数の12人が県平均を超えたが、そのうち2人が令和3年度の卒業生であり、今年度在籍の児童には得意でない児童も見られる。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

6年生の水泳運動「25m完泳率」

4年生の器械運動「逆上がり達成率」

自校

自校

県平均 60.0%

県平均 51.5%

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・全校児童を男女別にみると、男子12人の内4人がソフトテニスクラブに、また2人が水泳クラブに所属している。女子では、10人の内、1人がソフトテニスクラブ、1人が水泳クラブに所属している。男女を合わせると、全校児童22人の内8人がいずれかのクラブに所属している。

(1) 具体目標・数値等

4
今
年
度
の
取
組

- ・業間等を利用し、5分間走などを行い、児童の走力や持久力の向上を図る。
- ・敏捷性や跳躍力を高める運動場面を設定することで「反復横跳び」「立ち幅跳び」で県平均を超える児童を増やす。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・体育科の授業で測った記録を分析し、職員間で協議する。
- ・体力向上の具体的な取組の内容や結果を教職員間で共通理解を図る。

(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）

- ・走・跳の運動領域の指導を意識して行い、児童の敏捷性や跳躍力を高める。
- ・準備体操等で体幹を鍛え、体力や体のバランスを身に付けさせる。

(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）

- ・年間を通して、週1回業間運動の時間を設け、児童の体力向上を図る。また業間運動に取り組んだ記録を残すことでチャレンジカードの利用を通して児童の意欲向上に努める。
- ・児童会活動での全校遊びや体育的な集会（縄跳び集会など）を実施する。
- ・給食や保健だよりを通して、栄養バランスや生活習慣について児童に指導したり、家庭での理解と協力を呼びかけたりする。

(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等

- ・学校だよりや学級だよりでの体力的な取組の情報発信し、協力を呼びかける。

5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立阿須那小学校	児童数（R4.5.1現在）	25名
校 長 名	中村 卓夫	体育主任名	上田 将大

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

昨年度の運動能力調査および、実施した過去3年間の自校の結果をみると、男女ともに握力（筋力）、反復横跳び（俊敏性）は県平均を上回る年度が多い。男女別でみると、男子は県平均並み以上の結果が4種目と増えている。女子は以前からの高水準を維持した結果となっている。一方、課題として、長座体前屈（柔軟性）は男女ともに県平均を下回っている。また、左右の握力差や得意不得意種目の差が著しい点など、個々の運動能力のバランスも課題として考えられる。さらに、児童数の関係で、いわゆる「平均」と実際の傾向にズレがみられる種目もある。

テニスクラブに所属している児童も多く、ほとんどの児童は運動することに関して意欲的である。また、小規模校で互いに知った仲で、異学年でも励まし合いながら運動に取り組む姿がよく見られる。しかしながら、運動に対して好き嫌いがあつたり、失敗や負けることを極端に嫌つたりする傾向がある。この点も、運動能力の偏りにつながっていると考える。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

テニスクラブが活発で、3年から6年まで、21名中13名が所属している。

4. 今年度の取り組み

(1) 具体目標・数値等

- ・柔軟性の伸長を目指す。授業内に定期的に記録をとり、「3cm以上」など個々の児童に目標を持たせたうえで取り組むようにする。
- ・異学年合同体育の強みを生かして、児童の繋がりを密にし、学びの共同体を構築する。特に、器械運動では、自分ができない技に積極的に取り組む意欲を育むように、学び合いの場を設定する。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- 企画・イベントの充実
 - ・個々の児童の生活習慣や身体面について、職員間で共通理解をする。また状況によっては支援策を検討するケース会議を開くことも検討し、誰もが健康で安全に過ごすことが出来るようにする。
 - ・「〇〇週間」「〇〇強化月間」など、用具を使った運動メニューや、教室でもできるアクティビティーを実施できるようにする。
- 体育用具の安全点検
 - ・定期的に校内で用具の点検を行う。
- 体育部通信の発行

(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取り組みや重点化する領域・指導内容等）

- ・本時に行う運動に応じた準備運動（補助運動）を行い、その意味を説明するようにする。特に、運動領域が変わった時は（特に）丁寧に行う。
- ・準備運動終わりに体づくり運動として、サーキットトレーニングで多様な動きをつくる運動を取り入れるようにする。

<p>4 . 今 年 度 の 取 組 み</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ドリル運動など、児童が主体となることができる運動を取り入れ、主体的に取り組む意識を育む。 ・異学年の合同授業の強みを生かして、見せ合う・聞き合う・伝え合う・励まし合う活動を多く取り入れ、教師もそれらを導き出す声掛けをする。そのために、ホワイトボードやカメラなど補助教材を活用する。 ・柔軟性を伸ばすことに課題をもって、準備体操や整理体操を行う。また、柔軟性の大切さを子どもたちにも理解できるようにする。 ・学習カードや記録会で、課題に向き合ったり、できたことを実感したりできるようにする。 <p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取り組みや全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝マラソン（週2回）や校内マラソン大会（年2回）の実施により、走力・持久力の向上を図る。 ・現在活発に行っている休み時間の外遊びを推奨する。 ・児童会活動の一環で、朝マラソンの取り組みを充実させる活動を企画、運営する。また、児童会が担うことで、全校での取り組みの意識を強く持たせる。 ・「なわとびカード」「鉄棒カード」など運動カードを作成。日常的に取り組む習慣づけを図る。 ・邑智郡陸上大会に向けて、3年以上の児童を練習に参加するようにし、体力づくりや集団規律の意識を持たせる。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「生活チャレンジ習慣」の取り組みで食育指導、早寝早起きなどの基本的な生活習慣について、子どもたちへ意識を高めることと、家庭への啓発を図る。これに加えて、メディアへのかかわり方についても振り返るようにする。 ・PTA活動で保護者と連携して、食育や健康、メディアに関する教室を開催する。 ・小体連ミニバスケットボール交流会に向けて、他校との練習試合を計画し、他校の児童と一緒に同じ目標に向けて練習する機会をもつ。 ・剣道寒稽古を地域の指導者を招いて行い、社会体育団体などと連携していく。 ・体育的行事について、家庭や地域に情報発信を行う。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立高原小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	39名
校 長 名	落合 克彦	体育主任名	島田 眞也
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストから、全体的に「反復横跳び」の得点が高いことが読み取れる。また、「シャトルラン」の数値も向上してきている。これは3年生以上で陸上、バスケットボールの練習を行っていたことや、全校を通して一輪車や運動に取り組んでいることが大きく関係していると考ええる。 ・県平均を6項目以上上回る児童が数名いる反面、上回る項目が1つ以下の児童も数名おり、個人差が大きいことが分かる。スポーツクラブに参加していない児童が多く、運動をする機会が少ないことも現状としてあると考える。 ・課題としてきた「シャトルラン」については引き続き課題とし、昨年度課題が見られた柔軟性においては若干改善方向にある。 ・男女、学年に関係なく仲がよく、業間や昼休みなどで、体育館や校庭で元気に遊び回ることができる。ただ、遊びが限定されている場面もある。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0 %	51.5 %	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・サッカーやバスケット、バレーや陸上といった幅広いジャンルのスポーツに所属している。 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ①様々な運動の経験を通して、楽しみながら運動し、仲間と協力することで達成できる機会を増やし、体力を向上させる。 ②特に持久力、柔軟性を高める運動を取り入れる。 <p>持久走：シャトルランの記録向上（1学期と2学期の比較） 邑南町マラソンの記録向上（2年生以上は前年度と比較）</p> <p>柔軟性・体幹：長座体前屈の記録向上 : 上体起こしの記録向上</p>		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
<ul style="list-style-type: none"> ・授業交流などを通してお互いの授業を見合い、お互いの授業の良さを伝えたり、アドバイスを送ったりし合うことで、よりよい体育の授業になるよう努める。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等)
	①運動タイムにおいて行われている様々な活動を持続的に取り組み、体力の向上を図る。 ・3分間走 ・なわとび ・バランス体操 ・一輪車 ・関所じゃんけん
	②運動カードを作成することで、運動への意欲向上につなげる。 ・マラソンカード ・縄跳びカード
	③年に数回、運動に関わる生活目標に取り組むことにより、運動への意欲を高める。
	(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)
①運動タイム (週1回) において様々な運動に組み込み、体力の向上を図る。 ・3分間走 ・一輪車 ・鬼ごっこ等	
②毎週1回のわくわくタイム (15分) を外遊びの日とし、教職員も一緒に遊ぶ。	
③シャトルラン記録会を年に2回 (1学期、2学期に1回ずつ) 実施する。	
④体育の集会活動を楽器に1回ずつ開催し、運動への意欲向上や取り組みの評価につなげる。 ・一輪車集会 ・元気アップカーニバル ・縄跳び集会	
⑤チャレンジ運動コーナーを設置する。(休憩時間等に自由に運動に取り組めるコーナー)	
⑥各種大会、活動に向けた練習を実施する。 ・陸上大会 ・ミニバスケット	
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
・新体力テスト等の結果を児童や保護者にも知らせる。 ・よりよい生活習慣につながる取り組みを家庭と協力しながら実施する。(家庭学習・生活頑張り週間) ・運動の習慣化に向け、休み中にできる運動カードを準備し、家庭と協力しながら進める。(縄跳びカードなど)	
5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立瑞穂小学校	児童数（R4.5.1現在）	134名
校 長 名	大屋 裕二	体育主任名	土佐 英明
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>ここ数年の体力テストの結果では県平均と比較して握力に課題が見られた。体育の授業で鉄棒やうんていを使った運動に取り組んでいるが、いまだ成果が出ていない。コロナ禍において児童の運動が制限されることがあることに加えて、校庭の遊具が使用禁止になっている物もあり、なかなか器具を使用した活動が難しいが、室内でできる活動や、校庭での体力づくりに取り組んでいきたい。</p> <p>今年度も昨年度と引き続き、新型コロナウイルス感染症対策を十分に考えながら、児童の体力を全体的に高めていけるよう取り組みを計画、実施していく。</p>			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>中学年以上では、ミニバスケットボール、少年野球、水泳、サッカー、陸上、剣道、ダンスなどの社会体育に約半数の児童が在籍している。学年が上がるにつれて参加率が高い傾向がある。</p>			
4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ① 年間を通しての計画的な体力向上の推進に努める。 ② 縦割り班や集団での運動、遊びを推進し、運動に取り組みやすい環境を作る。 ③ 家庭や養護教諭と連携しノーメディア週間などを活用しながら児童の生活習慣が整うようにする。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 元気アップタイムや縦割り遊びに全校で定期的に取り組むことにより、いろいろな運動を経験させる。 ○ 元気アップタイム（週1回、8:10～8:25。長縄跳びなどの運動の充実等）で仲間作りと運動する機会を設ける。 ○ 児童会の児童が主体となって全校児童が取り組める運動の実施。 		
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）		
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 養護教諭、家庭、保健体育の授業などで、生活習慣の確立、生活習慣にかかわるメディア教育の取組により健康的な生活の推進をし、体力を高めるための基礎となる力を身につけられるようにする。 ○ 体育科の授業でサーキット運動などを取り入れ、児童の体力の全体的な向上に取り組む。 ○ 定期的に職員や委員会で遊具や体育用品の点検を行い、いつでも安全に使用できるようにする。 		
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）			
<ul style="list-style-type: none"> ○ 児童会の委員会などで集団遊びや縦割り班遊びを積極的に取り入れ、運動に親しみやすい環境を作る。 ○ 郡陸上大会に向けた練習を通して、集団での行動や規律の意識を高める。 ○ 運動会の練習を通して全校での集団行動や、集合の仕方、待ち方などの指導を行う。 			

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- 授業や行事で運動している様子を、学級だより等で発信し、家庭や地域への情報発信をする。
- 水泳学習に向け、保護者や見守りをしてもらい地域住民を対象とした救急法講座を実施する。

5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立市木小学校	児童数（R4.5.1現在）	13名
校 長 名	松本 潔	体育主任名	南部 環
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・女子は小5のみ在籍、他の学年は男子のみの在籍である。 ・児童の日ごろの様子を見ると、運動をするのが好きな子が多いが、ボール運動を楽しむ子と、ボール運動以外の遊びをする子に分かれていることが多い。 ・低、中学年に運動面での配慮が必要な児童が何人かいる。 ・「50m走」「シャトルラン」に弱みが見られる。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>全校児童54%の児童が地域のスポーツクラブに加入している。ほとんどが5年生以上で、4年生以下はスポーツクラブの参加者は少ない。</p> <p>（内訳：水泳2名、バスケットボール3名、陸上2名、スキー1名）</p>			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・業間等を利用し、3分間走などを行い、走力や持久力の向上を図る。 ・朝の活動で、体幹を高める運動を行う。 ・体力づくりに関わる活動を児童会所属の児童と共に計画・実施・改善をして、全校児童が運動の楽しさを感じることができる機会をつくる。 ・授業で学習カード（ワークシート）を使用し、児童が学習の成果や課題、身体の使い方等、自身で振り返ることができるようにする。 ・年2回実施の全校ロードレース大会を目標にして、持久力を高める運動を体育科の授業に取り入れる。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科の授業での記録、分析を積み重ねていく。 ・体力向上の取組計画や結果を全教職員に周知し共通理解を図る。 		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・走・跳の運動領域の指導を意識して取り組む。 ・体育学習での学習カードを計画的に取り入れ、児童の運動への意識や興味・関心、身体の運動感覚について振り返りができるようにする。 ・「器械運動」や「体づくり」領域で、各種の運動の基礎となる動きを指導の中に取り入れることで、筋力・持久力・柔軟性の向上をめざす。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝の活動で姿勢や体幹を意識する「バランス体操」に取り組み、体を支える筋力の向上を図る。 ・春と秋に全校ロードレース大会を実施する。 ・児童会活動での全校遊びや体育的な集会を実施する。（ミニ運動会、なわとび集会など） ・陸上大会に向けた体力づくり（3年生以上）やバスケット交流会に向けた練習（5年生以上） <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・元気アップチャレンジ週間の中でも「姿勢体操」を取り入れ、授業公開日で紹介するなど、家庭でも実施するよう呼びかける。 ・保育園との合同運動会を実施する。 ・ロードレース大会のボランティアの呼びかけ。 ・学校便りや学級便りでの体育的な取組みの情報発信。
5.	<p>今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立矢上小学校	児童数（R4.5.1現在）	154名
校 長 名	佐々木 拳匡	体育主任名	森脇 翔平

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

記号はT得点による全国平均、県平均との比較

◎：3ポイント以上上回 ○：1ポイント以上上回 -：同等 ▽：1ポイント以上下回 ▼：3ポイント以上下回

		握力	上体	長座	反復	20m	50m	立幅	ソフト	体力合計点
小5男 (16名)	全国平均	◎	▼	◎	▽	◎	-	○	◎	◎
	県平均	◎	▼	◎	▽	◎	▽	○	◎	○
小5女 (13名)	全国平均	-	-	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎
	県平均	-	○	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎

本校の児童は休み時間には異学年で遊具を使って校庭や体育館で遊んだり、鉄棒や縄跳びを教え合う姿が見られたり、多くの児童が楽しく体を動かして過ごしている。

昨年度の体力テストの結果では、男女ともに県・全国の平均を上回る結果となった。しかし、種目別に見てみると上体起こし（筋力・筋持久力）、反復横跳び（敏捷性）、50メートル（走力）が課題であった。また、県・全国の平均が大きく落ちていることも関係して合計点が上回っていると考えられる。今年度も、昨年度に引き続き日頃の休み時間や体育、放課後陸上練習を見ても、特に走力（スピード）に課題を感じている。新型コロナウイルス感染防止のために、運動の機会が減り、運動習慣が不規則になっている児童の実態もあることから、今年度の取り組みを学校全体で共有し、徹底して取り組んでいくようにする。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

中学年以上では、ミニバスケットボール、少年野球、水泳、サッカー、バレー、剣道、ダンスなどの社会体育に約半数の児童が在籍している。学年が上がるにつれて参加率が高い傾向がある。

（1）具体目標・数値等

- 4
・
今
年
度
の
取
組
- 本校の課題である「スピード」「持久力」の向上
 - ・過去の県、全国平均と同等、またはそれ以上の数値を全学年で目指す。
 - 体力向上をめざした生活習慣の確立
 - ・テレビ視聴時間が3時間を超える児童は体力が低下し、睡眠時間が8時間以上の児童は体力が高くなる傾向を示す（子どもの体力向上ハンドブック：文科省）。このことから生活習慣について長期休業中に目標を立てて取り組む「生活習慣チェック」を全校児童に実施し、生活習慣の改善を目指す。（全校児童のうち80%の児童の8時間睡眠の確保を目指す）
- （評価）
- 体力・運動能力調査を年2回（6月・1月）実施して、児童の体力・運動能力が高まったかどうか、また県、全国平均の数値と比べてみてどうか。
 - 生活習慣チェックの取組における全校平均が75%以上になったか。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <p>○職員会にて児童の実態（今年度の本校の運動能力調査結果と過去の全国・県データとの比較）を把握する。</p> <p>○今年度の取組について周知し、学校全体で取り組んでいくことができるようにする。</p> <p>○児童の弱みを解消し、高めるための運動や遊びを情報提供する。</p> <p>○情報教育と連携し、体育の授業におけるタブレットの活用方法の提案をする。</p>
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <p>【重点化する領域：走】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3分間走（3分間縄跳び）、5種目歩跳走をローテーションで取り入れ、児童の運動量を確保する。 ・体幹トレーニングを紹介し、授業の導入で取り入れ、年間を通して全学年が体幹を鍛えることができるようにする。 ・ICT（タブレットやカメラ）を積極的に活用し、自分の動きを振り返り自信を高めたり、ボディイメージをつけたりすることができるようにする。 ・昨年度の遊具を使ったサーキットメニューを見直し、年間を通して実施することで、日頃から筋力、筋持久力、瞬発力、巧緻性などを高める、または維持することができるように指導する。 ・養護教諭と連携した保健学習の計画、実施を行う。様々な情報資料等を用いながら、児童が納得・理解できる授業づくりをする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <p>○生活習慣の改善を図るための生活習慣チェックを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭と連携しながら、児童一人ひとりの生活習慣や身体面について職員全体で共通理解や実態把握をする。またケースによっては支援策を検討し、誰もが健康で安全に過ごすことができるようにする。長期休業前には、検温カードをベースにした生活習慣チェックシートを配布する。 <p>○委員会が計画する全校遊びの取組を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童の興味・関心、学校行事、気候、新型コロナウイルス感染防止対策等に合わせて、様々な運動に取り組む。また、縦割り班活動や異学年交流の場にもしていく。 <p>○校庭遊具の点検・整備と活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童が積極的に外遊びを行うように、遊具（サッカーボール、バット、ゴムボール、ソフトバレーボール、フライングディスク等）を貸し出す。また、校庭遊具の点検や調整を行い、休み時間に安心、安全に外で遊べるようにする。授業の中で、遊具（雲梯・鉄棒・のぼり棒等）を活用した遊びなども積極的に紹介していく。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>○保護者への情報提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今年度の運動能力調査の結果を保護者の方にお知らせし、家庭でも生活習慣や日頃の遊び、運動について関心をもってもらえるようにする。 <p>○水泳大会・地域陸上大会への参加の呼びかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域で行われる体育大会への参加募集を積極的に行う。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立日貫小学校	児童数（R4.5.1現在）	11名
校 長 名	三浦 秀人	体育主任名	門脇 智哉

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

令和3年度実施新体力テストと令和元年度の県平均との比較(学年は新学年)

学年	性別	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
		—	9	—	13	△	37	▼	36	△	31	△	10.8	▼	100	—	9
2年	男	—	9	—	13	△	37	▼	36	△	31	△	10.8	▼	100	—	9
3年	男	—	10	△	20	△	29	▼	23	▼	25	—	10.4	▼	95	▼	6
5年	男	—	14	▼	14	▼	30	△	41	▼	33	▼	10.1	▼	105	▼	15
	女	△	18	—	16	▼	33	▼	35	▼	22	▼	11.9	▼	105	—	12
	女	—	14	—	16	—	36	△	43	△	43	▼	10.1	▼	120	▼	11
6年	女	▼	15	—	18	▼	31	—	42	▼	45	△	8.7	▼	145	▼	13
	女	▼	15	△	22	—	39	—	42	▼	43	▼	9.5	▼	125	▼	16

*県平均と比較して記録が △:高い、▼:低い、—:同じかほぼ同じ

(上記7名 他 1名入学、2名転入、1名測定不明 合計11名)

○中間休みや昼休みなどには体育館でボール遊びをしたり、校庭で遊具を使った遊びなどをしたりする姿がよく見られる。

○放課後、校庭で遊ぶ姿が見られる。

○持久力、瞬発力、投力についてポイントが低い傾向があり、特に瞬発力に課題を見る。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・女子1名、男子2名 陸上クラブに所属

4 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	【瞬発力の向上】 ・立ち幅跳びの記録を2学期に取り、それぞれの伸びを期待する。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画 ・新体力テストの結果をもとに、児童の強味・弱味を共有して、体育の時間等で、強みを伸ばし弱みを補うような運動を考えていく。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等） ・強みを伸ばし、弱みを補う運動を考え、指導していく。 ・体育の時間に体ほぐしの運動を十分に取り入れ、柔軟性を高め、運動機能を高める。 ・体育の時間のどの領域においても、瞬発力を補うことを念頭に置き指導していく。 ・ごっこ遊びやゲーム性のある運動においても、児童の負担にならない程度に瞬発性のある動きを取り入れながら、実施していく。

4 今年度の取組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・委員会主導による全校遊びを行う。 ・休み時間のマラソン週間や縄跳び集会などを委員会で企画し、実施する。 ・うがい手洗い、マスク、手指消毒、歯磨き運動など、年間を通しての取組を行う。 ・メディア習慣、家庭の日など、保護者や地域と連携しながら児童の生活習慣の確立を図る。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育所や地域と合同の運動会。（児童が競技を通して集合や行進、整列、応援などを一緒に学ぶ機会に位置づけている。）
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	邑南町立石見東小学校	児童数 (R4.5.1 現在) 70名
校 長 名	白井 朋己	体育主任名 竹下 浩

1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）

- 令和2年度はスポーツテストを実施していないため、令和元年度と昨年度（令和3年度）の結果で比較した。本校で全国平均や県平均よりも高い傾向にあるものは「反復横跳び(女)」と「立ち幅跳び(女)」「ソフトボール投げ(男女)」である。昨年度も全学年で県平均を上回っており、本校児童の特徴であると考えられる。逆に令和元年度に低い傾向にあった「長座体前屈(女)」と「握力(男女)」は依然として低い水準であるが、「反復横跳び(男)」「20mシャトルラン(男)」は大幅な改善が見られた。いずれも3, 4, 6年生男子が県平均を上回っており、陸上練習の成果が現れたものと考えている。平成3年度の特徴として、上体起こし(男女)、50M走(男女)、立ち幅跳び(男)でもほとんどの学年が県平均を超えている。コロナ禍にあっても全校で体を動かす機会をたくさん作ったり、3～6年生合同で陸上練習をしたりしたことが、本校児童の体力向上推進に寄与したと考えられる。
- 下記に示すとおり、放課後や休日に社会体育で多様な種類のスポーツに触れる機会がある一方、学校での休み時間や休日に外遊びをする児童が減ってきている。運動に積極的に取り組む児童と取り組みにくい児童に分かれる傾向にある（学年の傾向や男女の傾向から）。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」
県平均	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- 全校児童のおよそ56%の児童が何らかのスポーツクラブ（野球・ミニバスケットボール・バレー・水泳・剣道・卓球・陸上等）に所属している。これらの児童は学校外で運動に接する機会が多いといえるが、逆に44%の児童は学校以外で運動する機会がないことを示しており、2極化している様子がうかがえる。
- 部活動はないが、邑智郡小体連陸上大会に向けての練習を通して体力の向上や技術も身につけてきている。また、予定通り邑智郡小体連バスケット交流会や練習会が実施されれば、他校の児童とバスケットをする機会を得ることができる。

（1）具体目標・数値等

- 「多様な運動能力の向上を通して運動能力の偏りを解消する」
- ・ 本校児童の数値が低い握力と長座体前屈について改善につながる運動を職員同士で紹介し、実施する機会を設ける。→握力と長座体前屈については3学期に再度調査し、向上したかどうか検証する
 - ・ 3～6年生合同体育における陸上練習を10回以上実施する。5, 6年生が模範を示し、34年生は高学年をよき手本とすることで異学年合同学習の相乗効果を得る。
 - ・ 児童会活動で、全校児童が身体を動かすチャレンジ鬼ごっこや全校ダンス等を10回以上行う。
 - ・ 昨年度のように、教育技術を駆使して6年生の水泳運動「25m完泳率」と4年生の器械運動「逆上がり達成率」を県平均以上にする。

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・ 職員会議で本校の体力向上推進計画を体育主任が説明する。
- ・ 多様な運動能力の向上を通して運動能力の偏りを解消するための校内研修会を実施する。

4
・
今
年
度
の
取
組

