

令和5年度「釧路市立山花小学校体力向上計画」

1 令和4年度 体力・運動能力、運動習慣等の状況

①実技(体力・運動能力)調査 結果

※()は全国との比較。		小学校 第5学年											
		男子						女子					
体力合計点		63.0 (+9.39)						54.0 (+1.59)					
総合評価がC以上の児童の割合【%】		100 (+37)						100 (+28.9)					
全国平均以上の種目	1年男子	1年女子	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	
					○上体起こし ○長座体前屈 ○20mシャトルラン		○上体起こし ○長座体前屈 ○反復横とび ○20mシャトルラン ○50m走		○握力 ○上体起こし ○長座体前屈 ○反復横とび ○ソフトボール投げ ○50m走 ○立ち幅とび		○握力 ○上体起こし ○長座体前屈 ○反復横とび ○50m走 ○立ち幅とび		

※第5学年は全国調査対象

②児童質問紙調査 結果

※上段は今年度の結果。 下段()は全国との比較。		小学校 第5学年	
		男子	女子
運動に対する意識	「運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好き」と回答した児童	100 (+30.2)	100 (+45.1)
	「中学進学後、授業以外でも運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思う」と回答した児童	100 (+36.2)	100 (+45.2)
生活習慣の改善	「1週間における、授業以外での運動やスポーツの合計時間が1時間未満」と回答した児童	0 ()	0 ()
	「朝食は毎日食べる」と回答した児童	100 (+17.7)	100 (+18.9)
体育の授業	「体育の授業は楽しい」と回答した児童	100 (+26.6)	100 (+40.7)
	「体育の授業で進んで学習に参加している」と回答した児童	100 (+36.8)	100 (+44.8)
	「体育の授業での友達との助け合い、教え合いを行うことで『できたり、わかったり』することがある」と回答した児童	100 (+67.9)	100 (+73.9)

③分析(良い点と課題)

良い点	○全学年では、総合評価A1名、B3名、C6名、D2名で、全体的には全国と比較して平均的な結果である。朝の「いきいきタイム」での縄跳びや持久走、鉄棒などの取り組みの継続が、運動意欲や体力の向上につながった。 ○
課題	▲児童一人ひとりに個別の課題が見られるため、個人に応じた目標設定をする必要がある。 ▲全体としては、特に50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げの3項目に課題が見られる。 ▲全校体育での、運動が苦手な児童に対する支援の工夫が必要である。 ▲

④改善方策

授業	○柔軟性を高める運動プログラムを実施する。 ○体幹トレーニングや投げる運動を取り入れる。 ○筋力パワーと持久力・スピード力の向上を取り入れたサーキットトレーニングを行う。 ○自分なりの目標を設定させ、持久走(校内マラソン記録会)の取り組みに意欲を持たせる。
授業以外の取組	○中休みのミニ集会や全校いきいきタイムを継続し、運動能力の向上を図る。 ○朝の「いきいきタイム」で取り組む縄跳びや持久走、鉄棒の目標設定を工夫する。 ○朝の「いきいきタイム」で、体幹を養うためのトレーニング等を取り入れていく。 ○昼の「全校いきいきタイム」では、児童生徒企画で様々な運動を設定し、運動に親しませる。
連携(家庭、地域等)	○新体力テストの結果を家庭に周知し、長期休業中に運動する機会の啓発や取り組みを推進する。 ○山花3S運動『しっかり食べて しっかり体を動かし しっかり眠る』を家庭と連携していく。 ○学校行事への積極的な参加の呼びかけを行い、親子で運動する機会を設定する。

2 令和5年度 実施計画

①目標(数値目標)

児童の体力向上、運動習慣の改善に向けた目標	小学校 第5学年	
	男子	女子
☆新体力テストの総合評価がC以上の児童	70.0%	80.0%
☆「1週間における体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間が1時間以上」と回答した児童	100.0%	100.0%
☆「運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好き」と回答した児童	100.0%	100.0%
「体育の授業で進んで学習に参加している」と回答した児童	70.0%	60.0%
「体育の授業での友達との助け合い、教え合いを行うことで『できたり、わかったり』することがある」と回答した児童	50.0%	50.0%

☆は釧路市教育推進基本計画(2023~2027)における達成目標

②年間計画

時期	体育の授業	授業以外の取組	連携(家庭・地域・中学校等)	検証改善その他
4月	毎時間の目標設定 体づくりの運動 体育授業開始のランニング、準備運動(ストレッチ)	朝のいきいきタイム(縄跳び)	遊具の整備	□実施計画の共通理解と推進(D)
5月	マット運動 運動会と関連を図った陸上(短距離走・リレー)	朝のいきいきタイム(ダッシュ)	環境整備 全校いきいきタイム ESD栽培学習	
6月	運動会と関連を図った陸上(短距離走・リレー)	朝のいきいきタイム(ボール運動)	運動会 ESD栽培学習	□新体力テストの全学年実施
7月	ボール運動	新体力テストと関連を図った朝のいきいきタイム(持久走など)	ESD栽培学習	
8月	持久走 走り幅跳び	朝のいきいきタイム(持久走)	ESD栽培学習	□新体力テストの結果分析(C) □計画の調整(A)
9月	サッカー 走り幅跳び	朝のいきいきタイム(持久走)	校内マラソン記録会 ESD栽培学習	
10月	キックベース 鉄棒	朝のいきいきタイム(鉄棒)	農園片付け	
11月	跳び箱運動	朝のいきいきタイム(縄跳び)		
12月	スケート授業の実施(2回) 走り高跳び	朝のいきいきタイム(ユニホック)		
1月	林間コースの歩くスキーの取組 表現運動(ダンス・よさこい)	朝のいきいきタイム(縄跳び)		□全国調査の結果分析(C) □計画の調整(A)
2月	林間コースの歩くスキーの取組 ボール運動	朝のいきいきタイム(縄跳び)		
3月	ボール運動 基本の運動 年間指導計画修正、加筆			□次年度の学校体力向上計画作成(P)

③評価

- (例) 新体力テスト実施結果の分析および課題の検証。
- (例) 全国調査の結果に基づき、実技と質問回答から児童の実態を捉え、実施計画の検証と改善を図る。
- (例) 保護者による学校評価アンケートに基づき、体力向上計画による取組の検証を行う。