

令和3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 (R3.5.1 現在)	205名
校 長 名	齋藤 祥文	体育主任名	小川 健太

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）

校内平均が、県平均より上回っている項目には○。県平均より大きく下回っている項目は▲。

	握力	上体起こし	長座な前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール
学年男女	R2	R2	R2	R2	R2	R2	R2	R2
1男		▲	▲	○	▲	○	▲	▲
2男	○	○	▲	○	▲			○
3男	○	○	▲				▲	
4男	○	▲			○			○
5男	○	▲	○	○	○	○	▲	
6男		▲	▲	▲		○	▲	▲
1女	○	▲	▲	○		○	▲	
2女	○	○	▲	○			▲	
3女	○	▲	▲	○	○		○	
4女		▲		○	○		▲	
5女	○	▲	▲	▲		○	▲	
6女		▲	▲	○	▲	▲	▲	

以上の結果から、本校児童は全体的に見て県平均を下回っている。特に「筋力・柔軟・跳躍」運動の結果は著しく県平均より下回っている。全体的に運動が好きな児童が多いが、友人関係によって遊びの内容が狭まってしまったり、オンラインゲームによって放課後はゲームをして過ごしたりして、多様な運動経験が減少していることが、保護者の話や子供同士の会話からうかがえる。

また、「体育科の授業は好き」という児童は多いが、何かの目標を見つけて、そこに向かって自分で一生懸命取り組んだり、仲間と協力しながら目標を達成しようとしたりする経験が少なく、できないことに対してはすぐにあきらめてしまう児童が多い。

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		52.4%
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
	・「跳」の運動（立ち幅跳び、反復横跳び）の記録を、半分は県平均まであげる。 →陸上大会に向けた放課後練習、体育科の授業の向上、縦割り班遊び →授業実践に使えるような資料や本などを職員間で共有したり、情報交換したりして体育授業の質の向上を目指す。 ・逆上がりの達成率を50%までにあげるために、鉄棒カードを利用する。
	(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
	・使えるような教具・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、情報交換をしよう。 ・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。

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）
	・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、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）〇〇教室 〇〇大会
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	・市の陸上大会参加の呼びかけ
	・外部講師にお願いして、器械運動の指導をしてもらう。
	・メディアとの付き合い方や、生活習慣の大切さについて研修やお便りを通じて発信していく。
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）	
○	
●	

令和3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 (R3. 5. 1 現在)	61名
校 長 名	松本 悦教	体育主任名	田村 啓二
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）			
○体力・運動能力調査等をふまえた児童生徒の体力 ・投力は多くの学年で県平均を上回る傾向がある。 ・上体起こし、長座体前屈、50m走を中心に、県平均を下回る傾向がある。 ○運動習慣の現状 ・鉄棒、サッカー、バドミントン、ドッチビー、ジャベリックボールなど、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（水泳未実施、鉄棒R3.1月調査依頼）の結果			
4年生の器械運動「逆上がり達成率」		県平均	52.4%
		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、陸上、水泳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	(1) 具体目標・数値等		
	・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) ・児童が主体的に運動に取り組めるような授業の工夫を行う。(場の工夫、ペア・グループの活用) ・県平均を下回っている上体起こし、長座体前屈、50m走を中心に、県平均まで記録を上げる。		
	(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		
	・小体連大会に向けた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、授業を生かして改善していく。		
	(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）		
	・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。 ・運動量を確保し、幅広い運動経験をさせ、あらゆる運動技能を身につけさせる。 ・集合、整列の仕方、服装等の指導を徹底する。		

4 年 度 の 取 組	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や校活動、環境の工夫等） ・年間を通じて業間体育（毎週火、木曜日）を行い、校庭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。（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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・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、縄跳びカードの活用） ・学校のホームページ等で体力づくりに関わる取組を紹介する。 ・学校保健委員会で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。
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3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 (R3.5.1 現在)	121 名
校 長 名	岡田 憲明	体育主任名	畑 祐介

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）

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3・5年生（今年度の4・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
4年生男子	—	—	○	△	○	—	—	△
4年生女子	—	○	—	△	△	—	△	△
6年生男子	○	○	◎	△	◎	—	○	△
6年生女子	○	○	◎	△	◎	—	○	△

4・6年生の男女共に反復横跳び、ソフトボール投げの記録が県平均を大きく下回っており、学校全体の課題であると言える。

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。この結果を担任に伝え、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（人）

	4年男子	4年女子	6年男子	6年女子	合計
A	2	0	2	2	6
B	5	2	3	2	12
C	4	5	4	2	15
D	2	2	1	0	5
E	1	1	1	1	4

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が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		52.4 %
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。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等
	- 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でできる機会を増やしたりする。
	（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
	- 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。
	（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）
	- 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。
	（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3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 (R3. 5. 1 現在)	373名
校 長 名	佐々木 伸	体育主任名	藤井 偉史
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） 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（※昨年度未実施のため令和元年度のもの参照）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		52.4%	
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、陸上競技場等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63%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 ・学期に1回校内研修会を行い（器械運動・ゴール型ゲーム等）、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（年間を通し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、各学年部へ情報の提供、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、校内研修会を実施したり、学習カードを活用したりする。		
	（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） ・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再検討する。 ・体育備品の整理を行い、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の字跳び大会を実施し、進んで体を動かすよう、児童の意識を高める。		
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
	・ 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かける。 ・ 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3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 (R3.5.1 現在)	77名
校 長 名	大達 高弘	体育主任名	山根 佑太

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）

令和2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			21.2	31.5	14.6	11.6	130.4	9.9
2 男			34.2	27.3	14.2	12.2		
3 男			32.4	36.9	49.8		155.5	
4 男								
5 男			24.7	42.7	51.7	9.7	156.7	26.7
6 男			34.3	41.0	64.5	8.8	168.3	28.3
1 女			17.3	30.3	12.7	12.4	100.0	3.0
2 女			38.0	32.7	21.0	11.6		
3 女			34.4	34.0	39.9		151.4	
4 女								
5 女			27.8	35.5	42.8	9.2	168.5	18.3
6 女			40.0	30.0	46.0	9.0	195.0	23.0

（網掛けは県平均を下回った種目、斜線は新型コロナウイルス感染予防対策のため未実施の種目）

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、「ソフトボール投げ」は県平均を上回っている学年が多く、筋力や巧緻性が高い傾向にある。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、学年によって苦手な種目を重点的に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		52.4 %
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、全体の約4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・ダンス等を習っている児童もいる。

4 ・ 今 年 度	(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学期末に定期テストを行ったり、関連する運動を体育の授業に取り入れれたりすることで、数値の向上を図る。一新体力テストや定期テストにおいて評価する。 ・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。
	(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

の
取
組

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、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。

（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）

・昨年度同様、重点化する領域を「体づくり運動」とし、本校の課題である、筋持久力や柔軟性等を高められる授業を行う。

・「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。

・自らの成長を実感し、意欲的に体力向上を目指していくことができるように、定期テストを行い、成長や課題を確認できるようにする。

・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。

（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。

（５）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

・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の時等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。

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3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 (R3.5.1 現在) 277名
校 長 名	石橋 邦彦	体育主任名 長谷川 淳一

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）

- ・昨年度はコロナの影響で新体力テストの項目すべてを実施できなかったため、長座体前屈のみ実施した。「長座体前屈」の結果を昨年度の状況から見ると、全体的に男子、女子ともに全国や島根県の平均より下回っている学年が多い。特に高学年で全国や県の平均と差がある。
- ・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		52.4%
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

「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。
- ・「逆上がり達成率」の割合を3%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

- ・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）

- ・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、各学年に応じた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）

- ・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。
- ・毎週水曜日に業間体育（マラソン・縄跳び）を実施し、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業間マラソンを盛り上げる。また、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。
- ・昨年度、島根県西部医療福祉センターの先生から、4年生が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

- ・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3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 (R3.5.1 現在)	244名
校 長 名	細川 寿俊	体育主任名	赤木 信介

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	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
県 6	17.71	22.45	33.24	47.52	58.15	9.36	166.33	26.05
	19.70	21.92	34.07	47.44	66.70	8.79	170.89	29.65
県 5	15.29	18.59	36.24	41.53	52.94	9.45	154.53	21.00
	16.52	19.35	31.92	43.41	56.63	9.29	157.19	24.18
県 4	15.07	17.20	33.40	40.27	39.53	9.58	161.00	22.00
	14.52	18.34	31.47	40.37	48.64	9.55	150.65	20.93
県 3	11.82	10.75	27.79	33.75	26.76	9.95	129.90	13.45
	12.89	16.46	28.39	35.34	40.15	9.95	142.31	17.01
県 2	7.59	13.12	28.24	31.88	30.18	10.53	128.88	9.82
	11.19	14.86	28.10	32.57	32.28	10.54	131.80	14.06
県 1	8.45	11.25	35.95	30.50	42.40	11.44	115.35	8.65
	9.26	11.50	26.43	27.39	19.09	11.43	119.07	9.58
女子	握力(kg)	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	ボール投げ
県 6	17.40	16.47	34.21	39.42	42.11	10.02	133.68	12.79
	19.13	19.66	38.25	43.62	54.20	9.07	158.05	17.61
県 5	14.76	17.81	36.90	39.24	40.76	9.46	155.38	14.05
	16.63	18.54	36.37	41.75	47.30	9.60	149.09	15.52
県 4	14.00	15.32	38.95	38.32	28.84	10.10	152.79	12.26
	14.08	17.66	35.88	38.86	40.35	9.78	144.10	13.19
県 3	9.68	10.94	33.12	30.16	19.84	10.33	118.53	8.56
	11.81	15.97	32.90	34.09	30.62	10.44	132.31	10.29
県 2	7.89	9.56	30.50	29.39	24.22	10.89	119.83	6.39
	10.67	13.72	31.23	31.09	25.17	10.89	123.10	8.29
県 1	8.07	8.86	37.97	29.59	36.41	11.91	109.31	6.00
	8.93	11.33	29.56	26.59	17.62	11.92	109.66	6.03

（上記の令和元年度運動能力調査の結果から）

- ・上体起こし、握力（筋力）、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）、50m走（走力）、立ち幅跳び（跳躍力）であると考えられる。
- ・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		52.4%
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

6年生男子の60%、女子の30%が地域の運動クラブ等に所属している。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等 ・柔軟性、走力等の強みを伸ばす。 ・投力、筋力など、弱みを伸ばす。平均値を向上。
	(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 ・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。
	(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） ・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。）
	(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） ・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。 体育委員会による元気アップタイムの設定をし、意欲の向上と経験の増加をめざす。 縦割り班を活用した異学年での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 ・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3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 (R3.5.1 現在)	300名
校 長 名	三浦 秀人	体育主任名	向原 将平

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）

- ・昨年度は新体力テストの完全実施ができておらず全学年のデータが十分に揃っているとは言い難いが、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37%となった。なお一昨年度が36%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。
- ・一昨年度は握力や反復横とびで特に弱みが見られたことから、筋力と敏捷性の向上を重点目標とした。また昨年度は全校的に握力（筋力）や20mシャトルラン（全身持久力）についての弱みが目立ち、重点目標を握力（筋力）の向上とした。
- ・下記の表は、令和2年度版の「しまねっ子！元気アップレポート」をもとに、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（ただし2年生と6年生については抽出児童男女各5名のデータの平均）。この結果によると、近年の本校の体力課題であった長座体前屈（柔軟性）や20mシャトルラン（全身持久力）についてやはり明らかな弱みがあることが分かる。

	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	▲	▲	◎		▲	▲	▲	▲		
反復横とび									◎	◎
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等値（±2ポイント内）
※2年生と6年生については抽出児童男女各5名の記録の平均値との比較である。

- ・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（本校で独自に実施した意識調査によると203名約68%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46%（本校で独自に実施した意識調査結果）にとどまっている。同じ質問に対する昨年度の調査結果が約36%であったことを踏まえると、本校児童は毎日継続してまとまった時間運動に親しむ傾向が大きいとは言えないものの、全体として1日あたりの運動に親しむ時間が昨年度より伸びていると言えそうである。

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		52.4%
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300名中169名（約56%）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。この内訳としては水泳が46名、サッカーが29名、野球が18名、ダンスと剣道がそれぞれ5名、柔道と陸上競技がそれぞれ4名である。またその他にもバレーやバスケットボール、テニスなどのスポーツクラブに加入している児童が61名におよぶ。ただし、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。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	「長座体前屈（柔軟性）の向上」 ・5月から2月にかけて、長座体前屈の平均値の1ポイント増を目指す。【年度末の抽出調査】 ・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】
	(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 ・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長座体前屈（筋力）や20mシャトルラン（全身持久力）についての弱みがあることや、今年度は長座体前屈（柔軟性）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、体育授業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。
	(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） 【授業の工夫・改善】 ・「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。 ・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した体育の授業づくりを通して、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。 【重点化する領域・指導内容】 ・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、体育の時間の導入などに短時間でできる柔軟性向上につながるエクササイズや「体づくり運動」に継続的に取り組めるようにする。
	(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） ・体育館で使うことのできる器具（フラフープや体育棒）の充実や投擲練習の場を設置し、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を企画し運営する。 ・校内持久走記録会へ向けて約1ヶ月前から週2回程度、業間マラソンに継続的に取り組む。 ・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」を配布し、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取り組む。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・「早寝、早起き、朝ごはん」を呼びかけると共に、中学校と連携して「ノーメディア」の取組を学期に1回ずつ実施する。 ・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「柔軟性の向上」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。
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3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 (R3.5.1 現在)	189 名
校 長 名	松本 潔	体育主任名	佐々木 健

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）

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	○○	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	2
3 男女	○○	▲○	▲▲	▲○	▲▲	○○	○▲	▲○	8
4 男女	○○	○▲	▲▲	○○	▲▲	○○	▲○	▲▲	8
5 男女	○○	○▲	▲▲	○▲	○▲	○▲	▲▲	▲▲	6
6 男女	▲○	▲○	▲▲	▲○	▲▲	▲▲	▲▲	▲○	4
合計(○)	9	4	0	5	1	5	2	2	28

※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

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)、立幅跳び(筋パワー)、ソフトボール投げ(巧緻性・筋パワー)の値が低い。特に、長座体前屈は、全ての学年男女において県平均を下回っている。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。昨年度、一昨年度までと比較しても、この2つの種目は、同様の結果が見られる。

これに対して、50m走は、中学年を中心に県平均を上回っていた。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R2.8 月、鉄棒 R2.1 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		52.4 %
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、野球、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
今年度の取組	・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。 (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	(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） ・ 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。
	(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） ・ 基本的な生活習慣（早寝、早起き、朝ご飯）の定着に向け、ノーメ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。 ・ 体操大会に向けて、放課後の練習に取り組む。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・ 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しを行い、「体を動かすことが楽しい」と感じた児童の感想を聞く。
	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3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（R3. 5. 10 現在）	1 3 7 名
校 長 名	上部 孝雄	体育主任名	塩田 俊也
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）			
・昨年度は新体力テストを実施しなかった。過去4年間の状況から見ると、握力が非常に高い水準で推移している。その反面、柔軟性、ソフトボール投げ、立ち幅とび、反復横跳びは県平均以下になる学年が増えている。跳ぶ体験やボールを投げる機会が少ないことが原因の一つと考えられる。			
・昨年度、感染症対策として全校が一斉に介して行う体育的活動を見直したため、児童が学校で運動をする機会が減った。また、学校外でも外に出て遊んだり運動したりする機会が以前よりも減ったと考えられ、児童の体力低下を感じる。			
2. 前年度の実技習得状況調査（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		5 0 . 9 %	
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ことがあげられる。			
・一昨年度から野球が地域のスポーツクラブとして新設し、高学年の男児児童を中心にチームに加入している児童がいる。また陸上やバレー、サッカーなど他のスポーツクラブや教室に通う児童がいる。			
（1）具体目標・数値等			
「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」			
・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。			
・80%以上の児童が業間体育や外遊びが好きと答えるようになる。			
（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			
・夏休みに校内研修会を実施し、体育主任が本校の現状と体力向上に向けた取り組みについて説明する。			
合わせて、児童の柔軟性を高めるために器械運動の授業力向上を目的とした研修を行う。			
（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・跳の運動遊び、走・跳の運動・陸上運動を中心に脚力の向上を目指す。			
・削減した体育的活動を精査し、他の教育活動との関連を踏まえて今年度の取り組みができるようにする。			
（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）			
・全校が外で体を動かす活動を学期に1回ずつ計画し、実施する。1学期は毎週木曜日の業間にハッチョウトンボダンス、2学期は業間マラソン、3学期は縄跳びを行う。			
・体育授業の前に体幹を鍛えるストレッチを行う。筋力や柔軟性を高めることを目的とする。			
・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）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、全校でダンスに取組み体を動かす楽しさを感じられるようにする。			
（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等			

- ・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3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（R3. 5. 1 現在）	47名
校 長 名	小林 信	体育主任名	寺本 典則
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）			
・本校は全校児童47名の学校である。児童の家が点在しており、スクールバスで通学したり、休日に友達の家に遊び行く際に送り迎えをしてもらったりする児童が多い。			
・新体力テストの結果を全国平均と比較すると、全体として筋力・持久力の高さが表れており、逆に柔軟性に課題が見られる。学年別・男女別で見ると、全体的に女子が高いレベルにある。			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R1[R2 は実施無し]、8 月、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」	
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
浜田市小体連の大会（5 月陸上大会・10 月体操大会）前の練習には、3 年生以上全員が参加している。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	（1）具体目標・数値等		
	・児童の体力及び技能向上の中心は体育の学習からという視点を持ち、教師の指導力の向上、授業の充実を図る。また、体幹を鍛える運動を授業で積極的に取り入れていく。		
	・評価の工夫をし、児童のがんばりを認め、意欲を高めていくようにする。		
	・運動の機会や運動量を確保し、児童が主体的に運動に取り組めるようにする。		
	（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		
	・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。		
	（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）		
	・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」を重要単元として位置づけ、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する。また、教え合ったり、成果を発表したり、互いのよさを認め合う場を作る等、意識的に言語活動を取り入れる。			
・運動技能についての実態調査をしたり、新体力テストの結果を参考にしたりし、個に応じた指導を行う。			
（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）			
・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。			
（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等			
・体操などの体育的な活動に地域の方に講師として専門的な指導をしていただく機会を設け、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役立てる。			
・学校栄養士と連携し、毎年 1・3・5 年学級で食育に関する指導を行う。			
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）			

【様式】

R 3 年 度 体 力 向 上 推 進 計 画

学 校 名	浜田市立波佐小学校	児童生徒数 (R3. 5. 1 現在)	1 3 名
校 長 名	加藤 道夫	体育主任名	中川 貴如
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童生徒の体力や運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等） ・昨年度は、本校の課題であった「上体起こし」と「ソフトボール投げ」については改善されつつあるが、依然として課題である。また、昨年度の50m走の記録が低かったため、今年度は、「スピード」を高める取り組みを、体育活動等を通して取り組んでいく必要がある。 ・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. 運動部活動（中学校）や地域のスポーツクラブ等（小学校）への加入状況 波佐バトミントンスポーツ少年団へ4名の児童が入団。その他金城陸上教室へ1名、市内のサッカークラブへ1名、スキー教室に3名が加入している。（2年生以上の状況）			
3 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等 ・「50m走」「上体起こし」「ソフトボール投げ」で4割以上の児童が県平均を超えられるようにする。 ・年間を通しての運動量の確保に努める。		
	（2）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） ・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。		
	（3）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。持久走大会前2週間は業間マラソンを週2回に増やす。 ・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」、放課後練習やクラブ活動では「柔軟性」などの取組を意識的に行っていく。		
	（4）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携 ・保護者に対して、学級通信等で体力テストの結果や陸上大会、体操大会の取り組みの様子や体育の授業の様子を伝える。 ・クラブ活動では、地域ボランティアの協力を得て、体操に関する運動を年間を通して行う。 ・養護教諭や家庭と連携し、長期休業中や元気生活チャレンジ中の体力づくりを進める。		
	（5）評価方法と改善のための方策 ・新体力テストの結果を教職員で共有し、体力向上や体育授業等の改善に努める。		
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3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（R3.5.10 現在）	129 名
校 長 名	岡本 真美	体育主任名	信高 康汰
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）			
・一昨年度の目標である「体力テストの総合評価を基に昨年度の記録より伸ばすことができた児童の割合」を80%以上にする。			
・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 R1.8 月、鉄棒 R2.1 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		52.4 %	
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。			
今年度の取組	（1）具体目標・数値等		
	・一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。		
	・跳躍力を向上させ、立ち幅跳び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		
	・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。			
（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）			
・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・・・走・跳の運動遊び（1・2年生） 走・跳の運動（3・4年生）。 陸上運動（5・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。
- ・走り幅跳びの授業で、力強く踏み切ったり、体全体を使って跳んだりすることを重点的に指導し、跳躍力の向上を図る。

(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）

- ・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。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・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。

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3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（R3.5.1 現在）	37名
校 長 名	樋野 不二子	体育主任名	遠藤 公史

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結果を、県平均と比較してみると、全体的に平均より少し高い値を示した。
- ・項目別に見ると、「握力」「シャトルラン」が良好であった。
- ・「A」「B」判定の割合で見ると、女子は90%が「A」「B」を占めているのに対して、男子は43%に留まった。
- ・地域の実態として、全校の半数以上の児童がスクールバス登校をし、スポ少などの地域での活動などが少ないことから、普段定期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（水泳未実施、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		52.4%
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、全校児童数の約51%であった。

（1）具体目標・数値等

- ・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83%）
- ・新体力テストC～Eの児童を減らす。（昨年度：全体の35% → 今年度：25%）

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

- ・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）
	・ 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）
	・ 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
	・ 保護者と連携をして、生活習慣を見直すために、年に5～7回、「チャレンジ健康ウィーク」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）	

令和3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 (R3. 5. 1 現在)	178名
校 長 名	樋野 淳己	体育主任名	藤原 友視

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）

令和元年度の島根県の体力・運動能力調査の平均値と、本校の平均値を比べると、50m走や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、多くの学年で県の平均値を上回っていた。一方、長座体前屈やソフトボール投げといった、柔軟性や投げる力に関する種目では、多くの学年が県の平均値を下回っていた。このことから、本校の強みは、瞬発力や持久力であり、課題は、柔軟性や投げる力であるといえる。

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。

本校の児童は、運動に対して非常に肯定的な意識を持っている。4月に運動に関するアンケートを行ったところ、9割以上の児童が体育の学習が好きで、かつ休み時間も校庭や体育館で体を動かして遊んでいる。しかし、学校外で体を動かしている児童の割合は5割に程度に低下する。地域のスポーツ少年団に所属している児童も5割程度であるので、学校外での運動頻度は、スポーツ少年団への参加の有無も反映されていると思われる。

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		52.4%
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 11 名、サッカー 8 名、陸上 16 名、水泳 35 名、柔道 9 名など、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。

4 ・ 今 年 度	(1) 具体目標・数値等
	長座体前屈とソフトボール投げの平均値を県の平均値に近づける。
	(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
	・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。

の取組 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） ・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と投げる力が関係する単元（器械運動系・ボール運動系）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、体育主任を中心に全体練習に取り組み、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。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。 (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） ・体を動かす機会を増やすとともに、目標をもって運動できるようにするために、全校で運動をする機会を設ける。2学期末に校内持久走大会を、3学期にはなわとび集会を実施する予定だが、それらに合わせて業間マラソンや業間なわとびの時間を設定していく。 ・鉄棒カード同様、水泳カードや縄跳びカードなど、6年間継続して使用するワークシートなどを効果的に活用し、児童一人一人が実態に応じた目標設定とふり返りができるようにする。また、それらを6年間継続して使用する「みすみっ子体力アップファイル」に蓄積しておき、自己の成長をふりかえ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 ・三隅中ブロックの小中連携教育の取組として、メディアコントロールの取組を行う。メディア接触をゼロにすることを目指すのではなく、メディアと上手に付き合って、接触時間を1時間30分以内に抑えられるように生活習慣を考える。その際に、保護者も巻き込んでメディアとの付き合い方を考えられるよう、メディアに関する学習を学習公開日に行う。
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3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（R3.5.1 現在）	45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）

<児童の体力について>

強み

・反復横跳び…男子は3学年で、女子は3学年で県平均と同じか、上回っている。

・20mシャトルラン…男子では、3学年で県平均を上回っている。

・立ち幅跳び…男子では4学年が県平均を上回っている。

課題

・握力…男女ともに4学年で県平均を下回っている。

・50m走…男子は4学年、女子は3学年が県平均を下回っている。

・ソフトボール投げ…男女ともに4学年で県平均と同じか下回っている。

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、筋パワーの能力が高いことがわかる。対して、筋力、スピード、の能力が低いことがわかる。ソフトボール投げは、同じ筋パワーの能力が求められる立ち幅跳びの結果からみても体の使い方を理解すれば数値が向上するのではないかと考えられる。

<運動に対する意識>

・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94％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※」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80％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

<運動習慣の現状>

・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、鉄棒 R2.1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」

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つや3つの運動部を兼部している。

(1) 具体目標・数値等
「走と投の運動能力の向上」
・50m走の記録が12月までに向上すること。 ・ソフトボール投げが全学年で県平均を上回ること。
(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

4 今年度の取り組み	・職員会議で、今年度の体力向上に向けた取り組みを体育主任が説明し、共通理解する。 ・運動に関する指導法やポイントなどについてミニ研修を実施する。
	(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） ・「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。
	(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） ・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、5分間のマラソンを行う「すこやかタイム」を週2回実施し、持久力の向上を図る。また、実施にあたっては、走った周の回数を記録するマラソンカードを活用し、子どもたちが目標を設定して取り組めるようにする。 ・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。 ・掲示物や道具の整理など、運動に興味を持てるような環境整備を心がける。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・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。 ・保護者へ児童の体力・運動能力調査結果を知らせ、家庭での遊び方や運動量について関心をもってもらう。
	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） ○ ●

※新体力テストの県全体を通しての実施はありません。しかし、岡見小学校は経年比較ができるデータもあり、可能な限り新体力テストを実施し集計を行ってほしいと考えています。体育担当の先生方を中心によりしくお願いします。

令和3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 (R3.5.1 現在) 4 5 1 名
校 長 名	矢田 悦夫	体育主任名 幸増 悠佑

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）

R 1 年度の自校の数値 (R 2 年度はコロナによりデータ無しのため) と、R 2 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。

	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	
学年 男女	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県	R 1	R 2 県
1 男	8.05	9.37	10.05	11.13	25.32	25.89	25.14	27.87	25.22	18.94	11.45	11.72	120.79	118.00	8.66	9.05
2 男	10.68	10.75	15.36	14.31	33.11	27.64	30.22	32.48	32.46	30.60	10.32	10.71	121.17	128.51	13.33	12.97
3 男	12.22	12.82	17.22	15.68	35.14	29.73	33.98	36.36	36.43	39.87	10.46	10.10	139.05	141.83	17.00	16.70
4 男	12.78	14.69	17.00	17.57	30.22	30.98	37.19	39.06	50.16	45.26	9.92	9.74	154.31	140.16	21.03	21.06
5 男	10.71	10.53	19.05	19.00	36.76	32.79	38.15	43.30	57.07	55.05	9.27	9.37	165.91	156.42	24.05	24.90
6 男	18.74	19.69	22.51	20.84	34.74	34.51	43.00	45.96	72.73	57.67	8.59	8.90	170.86	167.28	31.31	28.14
1 女	8.56	8.82	9.37	11.54	27.68	28.82	23.68	27.71	21.94	17.20	11.75	11.95	109.62	112.90	6.41	6.29
2 女	9.47	10.22	13.50	13.90	32.50	31.10	28.50	31.41	26.21	24.65	10.70	11.03	125.87	121.00	7.67	8.25
3 女	11.31	12.14	17.33	15.96	37.32	32.66	31.94	34.12	32.13	31.17	10.42	10.36	130.28	132.75	9.50	10.62
4 女	12.32	14.04	16.53	17.86	36.58	35.16	33.78	38.47	45.60	38.31	9.96	9.96	141.43	142.24	11.50	13.77
5 女	15.67	16.34	18.47	18.58	40.02	37.14	36.54	42.49	48.70	45.77	9.62	9.53	156.98	152.75	15.40	15.97
6 女	18.27	19.39	18.51	19.34	38.54	39.07	39.41	44.96	52.70	48.88	9.43	9.23	154.43	157.91	17.86	18.38

- ・上記のデータの比較より、「シャトルラン」は、ほぼ全学年男女ともに島根県の平均を上回っていた。「長座体前屈」や「50m走」、「立ち幅跳び」は島根県の平均を上回っている、もしくは平均に近い結果であった。一方で、「握力」や「反復横跳び」は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		52.4 %
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、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。

今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	・「走力・持久力の維持向上と筋力の向上」
	・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 低学年…100 ポイント、中学年…150 ポイント、高学年…200 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
	・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。
	・6月に「子どもの体力向上支援事業」に係る学校訪問にあわせて、4年生の小型ハードル走で授業を行う。
	・しまねっ子！元気アップ・カーニバルの開催。

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）

- ・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、運動の意欲を高める。
- ・朝の会までの時間に週1度、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。

(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）

- ・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、ボールの空気入れをしたり、ドッジボールコートやバドミントン用ネットを設置したりするなど、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、外遊びを促すイベントを企画し、外に出て体を動かそうとする意欲を高める。
- ・昼休みの時刻に合わせて、しまねっ子！元気アップソングを放送で流し、外遊びを促す。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・学級だよりを通して、大田っ子！元気アッププログラムの取組を紹介し、意欲的に体を動かす児童の姿を発信する。
- ・児童の取組を学校のHPや体育だよりで発信する。

(6) 大田市共通の取組への対応

- ・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して取り組んでいく。

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）

○

●

令和3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 (R3.5.1 現在) 182 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）

本校児童の体力の現状

- 令和元年度新体力テストの結果から学年・男女別で比較し、県平均を上回った種目を見ていくと、男女共に、反復横跳び、シャトルランの数値が高い傾向にある。一方で、立ち幅跳び、握力、50m走は、県平均を下回る学年が多い。
- 握力、長座体前屈は、過去4年間Tスコア50を下回る学年が多く、筋力及び柔軟性に課題がある。
- 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。

昨年度までの取り組みの成果と今年度に向けた課題（成果○ 課題△）

- 各学級にソフトバレーボールとサッカーボールを配付したことで、ボール遊びをしようと、外や体育館で遊ぶ児童が多かった。
- 縄跳びの跳び方を紹介する動画を撮って見られるようにした。児童の自信や意欲の向上につながった。
- △新型コロナウイルス感染症予防のため、異学年交流による運動の機会をとることができなかった。
- △縄跳びをするスペースを年間通して確保したが、なわとびを活発に行うのは冬期のみだった。（年間を通して体育の授業の導入で縄跳びを行った学年は、難しい跳び方もできるようになった。）

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 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		52.4 %
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

- 2～6年生児童の約50%がスポーツクラブに加入している。
- 男子の約65%、女子の40%がスポーツクラブに加入しており、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。
- 低学年では、全体的な加入率は高学年ほど高くはないものの、加入している児童の多くは球技系のスポーツクラブに加入している。

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。
	○「運動が好き、体育の授業が楽しい」と答える児童を増やす。
	○休み時間にさまざまな運動をする児童を増やす。
	(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。

4 今年度の取組	・ <u>教員の授業力向上</u> →各都道府県の取組をまとめた「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。
	・ <u>授業の環境整備</u> →「長久小の体育授業基本ルール」を示し、児童が安心して学習できる環境作りを行う。 また、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。
	(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）
	・ <u>休み時間に体を動かすことへの意欲付け</u>【チャレンジカード】 →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がまとめて置いてあるスペースを作る。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。
	・ <u>子どもにとっての目標となる場の設定</u>【イベント企画・運営】 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 * 現在の状況を見ると、実施方法、場所、日程、人数などについては検討が必要。
	・ <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</u>【ルールの徹底】 →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。 ・ <u>年間を通して学校全体で体幹トレーニングを行う。</u> →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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ○月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。 ○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。
	(6) 大田市共通の取組（本校の考え方） ○体育の授業の導入にビートランニングを取り入れ、持久力の向上を図る。 ○なわとびを年間を通して行う。校内でなわとびができるスペースを確保する。
	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3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 (R3. 5. 1 現在)	70 名
校 長 名	土井 伸一	体育主任名	堀江 徹

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）

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○：有意な差で高い △：有意な差で低い）

	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			○			

有意な差が見られる部分はすべて県平均よりも高い数値が出ている。○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が、有意と認められる差ではない。

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		52.4%
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%	

令和3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（R3. 5. 1 現在）	67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）				
・種目別に見ると、長座体前屈と立ち幅跳びが特に低い数値であることが分かった。瞬発力と柔軟性に課題が見られる。				
・昨年度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、2種目ともに県平均に達していなかった。				
・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			52.4%	
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41%（男子51%、女子26%）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、剣道、柔道など様々なスポーツに取り組んでいる。				
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等			
	「柔軟性・瞬発力の向上と総合評価B以上の児童数増加」			
	・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。			
	・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し、目に見える形で児童に見せることで意欲の向上につなげる。			

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） ・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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・PTAと連携し、毎月20日を「ノーメディア・ノーゲームデー」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。また、そのための放課後の練習では、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。
	(6) 大田市共通の取組への対応 ・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） ○ ●

令和3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 (R3.5.1 現在)	46名
校 長 名	須藤 健	体育主任名	石崎洋史

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）

令和元年度のスポーツテストの結果では、ほとんどの学年が全国平均とほぼ同じレベルであった。そのなかで、「反復横とび」については男女共に多くの学年で全国平均を上回る結果であった。特に男子は、「長座体前屈」と「ソフトボール投げ」が、全国平均を上回った学年がほとんどであった。反対に「握力」、「上体起こし」と、女子の「ソフトボール投げ」については全国平均を下回っている学年が多かった。中でも「握力」、「上体起こし」については、6年間全国平均を下回る学年が多くなっており、本校の児童の課題であるといえる。令和2年度は、スポーツテストを実施していないが、握力や体幹を鍛える取組を行っており、今年度のスポーツテストの結果を参考にして取組を改善したいと考えている。

学校生活の児童の様子から、体育の時間をいつも楽しみにしており、運動意欲は高いと感じている。休憩時間には、ボールや遊具、鉄棒を使って体を動かしながら遊んでいる様子が見られる。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もしている。海に近いこともあり、砂浜を走る本校の伝統行事「浜マラソン」を開催し、全校児童で取り組んでいる。

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		52.4%
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2名、中学年4名、低学年2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6名（うち高学年4名、中学年1名、低学年1名）。
- 卓球のチームに所属している高学年女子が2名。
- 太道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）。
- 水泳のチームに所属している低学年男子が1名、女子が2名（うち高学年1名、中学年1名）。
- その他に高学年男子1名がサッカー（フットサル）、高学年女子1名がカンフーのチームに所属している。
- 3年生を基準にスポーツクラブに加入する傾向にある（現在46分の23）。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	○新体力テストで「握力」、「上体起こし」の力を、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。
	(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
	○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
	(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）
	○校庭の遊具を使ったサーキット（授業始めと、第3水曜日の業間） 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

4 今年度の取組	取り入れるように工夫する。
	(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）
	○江の川マラソン 江の川の長さ（14.2km）を目指して、走った周数に○を付けていく。個人で「①→②→」とカードを進めていく。縦割り班では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。
	○ビートランニング(第2・4水曜日の業間) 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。
	○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） 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。
	○縄跳び（冬期 水曜日の業間） ○陸上や水泳など、各種大会への積極的な参加とそれに伴う計画的な練習
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
○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。 ○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。	
(6) 大田市共通の取組への対応	
大田市の課題「運動好きな子どもの育成」「力強く、たくましい体づくり」「筋力・持久力・体幹」 ○授業改善 ・「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。 ○業間体力づくり ・マラソン、遊具サーキット、縄跳び ○各種大会への参加と計画的な指導	
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3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 (R3.5.1 現在)	194名
校 長 名	石田 勇	体育主任名	小倉希一郎

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）

【R1 新体力テスト結果より】

- 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」の結果も良く、全体で体幹と柔軟性を高めるために取り組んだ「のびのび体操」の効果ができていると考え、今年度も柔軟性を高めるための取組を継続して行う。
- 「立ち幅跳び」「反復横跳び」が全国・県平均を下回る学年が多く、瞬発力や敏捷性に課題がある。
- 昨年度は、体力テストの総合評価B段階以上を男女とも55%以上と目標を立て、結果は男子が61.8%（一昨年は51.5%）女子が57.4%（一昨年53.8%）と増加傾向である。ただし、学年や男女によってはばらつきが見られ、各学年の実態に応じて重点課題を設定し指導にあたっていく必要がある。
- 「上体おこし」「長座体前屈」「反復横跳び」が全国・県平均を下回っている学年が多い。このことから、柔軟性、筋持久力、敏捷性が課題であると考え。

【意識調査から】

- 「週3日以上運動する」と回答した男子は46%、女子は32%であった。
- 「体力に自信がある」というアンケート結果では、「ある」30%「ふつう」50%「ない」20%であった。
- 1日の運動時間が30分未満の児童が29%と、約3人に1人が運動する機会や量が不足している。

【昨年度の本校の取組をふりかえって○…成果 ●…課題】

- 校内実技研修会や便りを発行したこと、各学年の年間計画をそろえたことで、日々の体育授業をより充実させることができた。また、体育主任が定期的に各学年の体育授業を参観し、授業について、助言したり話し合ったりした。体育授業の充実により、授業で行った運動を休み時間に取り組む様子も見られた。授業の充実が児童に運動の喜びや楽しさを味わわせること、多様な運動機会を保障すること、さらには、運動好きにつながっていると考え。
- 掲示や、教材教具の環境を整えたことで、児童がよく遊ぶようになってきている。鉄棒近くに技を紹介した掲示を行ったことで、その技一覧を見ながら技の練習をする姿もあった。また、サッカーゴールを増やしたことで、安全面も確保され、多くの児童がのびのびと校庭でサッカーをして遊ぶことができるようになった。今後も多様な運動機会の保障、運動好きの児童の育成を目指して環境を整えていく。
- 久手小学校オリジナルの体力アッププログラムを発行したが、2学期末の保護者向けの学校評価では体力向上へ向けた学校の取組にそれほど肯定的な評価を得られなかった。保護者の方へ体力向上に関心をもってもらうことができなかったととらえている。より良い方法を検討していく。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳未実施、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		52.4%
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45%だった。14種目のスポーツクラブにのべ91人が加入している。野球14人、水泳12人、陸上9人、空手8人、バレーボール7人、剣道8人、サッカー5人、体操4人、フットサル4人、バスケットボール5人、柔道5人、ダンス5人、テニス4人、卓球1人となっている。

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
人数	3人	12人	16人	14人	26人	20人
割合	10%	44%	42%	45%	70%	67%

4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	・運動が好きな児童を80%以上にする。 ・1日の運動時間が30分未満の児童を20%以下にする。
	(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
	・体育部会において協議・検討をし、本校児童の体力の現状と課題を職員会議で教職員に説明し、共通理解を図る。 ・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。 ・体育学習を充実させるために適宜、指導資料等を配布する。
	(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）
	・体育主任を中心に、全体計画・体育科年間指導計画を加筆、修正する。領域ごとに身に付けさせたい動きの系統表を作成し、意図的・計画的に指導にあたる。 ・筋力、並びに敏捷性の向上を図るために、五種目歩走やビートランニングを体育授業で取り入れる。五種目歩走やビートランニングの活用方法を例示し、各学年で実践しやすいようにする。 ・養護教諭と連携し、生活習慣確立へ以下の取組を行う。 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定期的な生活習慣確立の取組として「元気アップカード」を配布し、実施する。 ③テレビやゲーム、インターネット等のメディア接触についての呼びかけを行う。
	(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）
・児童会活動として全校外遊びや固定遊具を使った運動遊びやなわとび集会を計画し、運動の機会を増やす。 ・毎週火曜日、水曜日の朝の時間に2学年ずつ朝運動の時間を設定し、運動機会を保障する。 ・体幹と柔軟性を高めるための「久手っ子エクササイズ」を実施する。 ・島根っ子！元気アップカーニバルに取り組み、体力向上を図る。 ・多様な運動道具（卓球、テニス、バドミントンなど）と運動の場を設定する。 ・校庭整備、体育館整備をする。（芝生の管理、校庭の凸凹の補修、危険物の除去、砂場整備等） ・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	
・家庭でできる運動を例示した「体力アッププログラム」を作成・配布し、家庭での運動を啓発する。 ・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。 ・クラブ活動など、地域の方とふれあう機会を設け、運動への愛好的態度を育てる。 ・学童クラブや幼稚園、保育園に校庭を開放し外遊びを薦める。 ・スポーツ少年団等との情報交換と運動施設の開放。	
(6) 大田市共通の取組（本校の考え方）	
・学年の実態に応じて、体育の時間に、ビートランニングや五種目歩走を行う。 ・体幹と柔軟性を高めるための「久手っ子エクササイズ（音楽に合わせて、様々な運動を行う。スローモーション起立、つばめポーズ、ブリッジなど。児童の音声でCD音源を作成し、校内放送、朝の時間、体育の授業等で活用する。3分程度のオリジナル運動プログラム）」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3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（R3.5.1現在）	79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）			
・過去3年間の経年変化をみると、どの学年も種目記録の向上が見られる。 ・男子は上体起こし、長座体前屈、反復横跳びの記録向上の割合が女子よりも大きかった。特に反復横跳びは記録向上の割合が大きかった。一方、女子は男子に比べ、シャトルランと立ち幅跳びにおいて、男子より記録向上の割合が大きかった。特に立ち幅跳びにおいて記録向上の割合が大きかった。その他の種目においては、男女とも記録向上の割合は同じくらいだった。			
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		52.4%	
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5割以上の児童が参加している。			
今年度の取組	（1）具体目標・数値等		
	・新体力テストで県平均を下回った種目の内、20mシャトルランについて、昨年度の記録を更新する児童が全校の80%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）児童が全校の60%以上を目指す。		
	（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		
	・6月に4年生体育の体力向上の訪問指導を受ける予定。 ・12月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。		
	（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）		
	・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。 ・ワークシートや体育ノートを活用し、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（冬期は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を、児童が休み時間も進んで取り組める環境整備をする。 ・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9月までは週1回、10月からは週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3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（R3. 5. 1 現在）	1 2 名
校 長 名	掘江 真佐邦		体育主任名	大國 貴之
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）				
・本校は、全校児童12名の小規模校であり、その内3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、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			52.4 %	
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				
卓球…3名 体操…1名 野球…1名 水泳…1名				
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等			
	・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			
	・低学年「表現リズム遊び」、中・高学年「表現運動」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）			
	・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）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）				
・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。				
・連合運動会や大田市陸上競技会に向けて、短距離や長距離走の練習をする。				
（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等				
・個人懇談会で体力テストの結果を保護者に説明し、家庭での運動習慣の定着を図る。				
（6）大田市共通の取組への対応				

- | | |
|--|--|
| | <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3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 (R3.5.1 現在)	13名
校 長 名	原 義昭	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）

○一昨年度の体力テストの結果より

（Tスコアより、全国平均において高いもの○ 低いもの●）

種目 学年	握力		上体		長座		反復		シャット		50m走		立ち幅		ソフト		合計		総合評価 D以下
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	○	●	
小2	○	○	●	●	○	○	●	○	○	○	●	○	●	●	●	○	9	7	50%
小3	○	●	○	●	○	○	○	●	○	○	○	●	○	●	○	●	10	6	0%
小4	●	○	●	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	●	○	11	5	0%
小5		○		●		●		●		●		○		○		○	4	4	0%
小6	●		●		●		●		●		●		●		○		1	7	50%
合 計	○	5	2		5		3		6		5		4		5				16%
	●	3	6		3		5		2		3		4		3				

昨年度は、コロナウィルスの関係で全国平均と比較することができなかった。そのため、一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3・4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16%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、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		52.4%
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…3人
- ・スキー …1人

4. （1）具体目標・数値等

今年度の取組

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生活習慣の確立を図る。

（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

- ・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。

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） ・授業の中で、「めあて」のめたせ方と「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) 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） ・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・2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。 【5分間走は大田市共通の取組に基づく】 ・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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・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。
	(6) 大田市共通の取組への対応 ・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。 ・業間マラソン・なわとびにおいて、曲をかけて取り組む。（ビートランニング）
	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3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 (R3.5.1 現在)	23 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）
R元年度の自校の数値と県平均を比較して分析する（R2年度は未実施のため）。

	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャボン		50m走		立ち幅とび		1分間縄跳び	
	自校	県	自校	県	自校	県	自校	県	自校	県	自校	県	自校	県	自校	県
1男	9.33	9.25	13.33	11.50	30.33	26.43	28.00	27.39	38.33	19.09	11.17	11.43	125.33	119.07	17.67	9.35
2男	11.71	11.19	19.14	14.56	27.71	28.10	37.00	32.57	35.43	32.28	10.10	10.54	133.43	131.30	18.14	14.06
3男		12.89		16.46		25.39		33.34		40.13		9.95		142.31		17.01
4男	14.00	14.52	21.00	18.34	38.33	31.47	44.00	49.37	59.57	46.64	10.00	9.65	149.00	150.65	24.00	20.93
5男	21.50	16.52	15.50	19.35	37.00	31.92	44.00	45.41	38.50	56.63	10.15	9.29	150.00	157.19	29.50	24.18
6男	30.09	19.70	31.00	21.92	30.00	34.07	61.00	47.44	55.00	65.70	7.80	8.79	210.00	170.83	34.00	29.65
1女	7.75	8.93	10.75	11.33	28.50	29.56	27.00	26.59	15.75	17.62	12.88	11.92	99.50	109.66	5.25	6.03
2女		10.67		13.72		31.23		31.09		25.17		10.89		123.10		8.29
3女	10.76	11.81	16.75	15.97	38.50	32.90	33.75	34.09	30.75	30.02	10.43	10.44	135.25	132.31	10.50	10.29
4女	13.00	14.08	17.50	17.66	39.50	35.88	43.50	38.86	40.50	40.35	10.70	9.78	137.00	144.10	11.50	13.19
5女	17.00	16.93	13.00	18.54	45.00	36.37	34.00	41.75	25.00	47.39	10.20	9.60	126.00	149.09	11.00	15.52
6女	15.67	19.13	14.33	19.66	48.00	35.25	38.00	43.62	28.00	54.20	10.90	9.07	142.67	155.05	12.33	17.61

- ・本校は、極小規模校のため、各学年男女で1名しか在籍していないところもあり、個人の能力がそのまま反映されているところもある。
- ・新体力テストの結果から見ると、「50m走」「立ち幅跳び」の数値が県平均を下回る学年が多く、課題が見られる。
- ・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。一方で、運動が苦手でほとんど運動していないという児童もいる。運動傾向としては、する児童としない児童の二極化が見られる。

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		52.4 %
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

- ・地域のスポーツ少年団（野球、バスケットボール）に所属している児童が数名いる。（全員男子児童）
- ・校区内にはスポーツクラブがなく、別校区のクラブに所属している。

4. (1) 具体目標・数値等

- ・「50m走」「立ち幅とび」において、県平均を超える学年を50%以上に増やす。
- ・意識調査の「運動やスポーツが好き」と回答する児童の割合を70%以上にする。
- ・業間休みや昼休みに運動をして遊ぶ児童数を増やす。

(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

- ・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。

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）
	・「水泳」系の領域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。
	・児童の運動量を確保しつつ、児童たちがペアやグループなどで話し合いながら思考を深める場面を設定する。
	・基礎感覚を養う運動を体育の授業の導入で取り入れる。
	(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）
	・体力づくりのために、毎日、業間マラソン（雨天時はなわとびで持久跳び）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）	・児童の体幹を鍛えるために、毎週月曜日に全校で体幹トレーニングを行う。
	・なわとび集会を開催し、児童が目標をもってなわとびの練習に取り組めるようにする。
	・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。
	・各種大会に向けた放課後練習を開催し、全職員で指導する。
	・児童が外遊びに使える体育用具などを整備し、外遊びを推奨する。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	・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。
	・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（サッカーやハンドボールなど）を行う。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	・児童が楽しくリズムに乗って走れるように、業間マラソンでは、「ビートランニング」を行う。
	・「なわとびカード」を活用したり、「なわとび集会」を開催したりすることによって、児童が目標をもってなわとびの練習に取り組めるようにする。
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３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 (R3. 5. 1 現在)	55名
校 長 名	坂田 幸義	体育主任名	笠原 千智

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 種目	1 年		2 年		3 年		4 年		5 年		6 年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
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	○	○	○	○				○	○	○	○	○
立ち幅とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○
ソフトボール投げ						○	○		○	○		○

- ・令和２年度の結果（５，６年は令和元年度の結果）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、59 項目で県平均を上回っており、全体の傾向としては体力的にやや優れていると考えることができる。ただし、ある学年では女子２人など、ごく少人数での計測のため、全体の傾向よりも個々人の体力の現状を把握することが重要だといえる。
- ・項目別に見ると「反復横跳び」「立ち幅跳び」に強みがあり「握力」「長座体前屈」「ソフトボール投げ」に弱みがあることが分かる。
- ・１～３年は県平均に比べて結果が低く、体の基本的な動きが身に付いていないと考えられる。
- ・学年によっては、運動に対する意欲について男女差が生じているところもある。特に、高学年女子は運動に対して消極的であるという傾向がある。

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		52.4 %
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 55 名のうち、30 名が運動系のクラブに所属しており、内訳は以下のようになっている。

バスケットボール 12 人、水泳 7 人、陸上 5 人、野球 4 人、サッカー・卓球・体操各 3 人ずつ、剣道 2 人、ダンス 1 人（内訳は延べ数）

（１）具体目標・数値等

- ・「握力」「長座体前屈」「ソフトボール投げ」の種目について、全学年男女別合わせて 18 項目以上で県平均を上回る。
- ・体育の授業や体育的行事等を通して、児童の筋力、柔軟性をのばす。
- ・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。）

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
	・新体力調査の結果を基に、体育主任が本校の体力の現状を説明し、共通理解を図る。 ・保健体育課の訪問指導を受け(9月)、職員全員で共通理解を図る。 ・業間や昼休みに、マラソンやなわとびの取り組みを定期的に行い、体力向上を図る。
	(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)
	・筋力、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活用して、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) 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)
	・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(1・2学期)、縄跳び大会(3学期)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。また、体操に関しては外部講師を依頼し、より一層の指導の質向上を目指す。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	・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(ステッ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(ステップアップ週間)を設け、家庭と学校の双方で声かけをしていく。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	・持久力向上のための活動を充実させることを目指して、業間休みにビートランニング(雨天時は縄跳び)を取り入れる。昨年度と同様、週2回の実施とする。また、リズムに合わせて手足を動かす等の指導や声掛けを徹底することで、運動効果が高まるようにしていく。 ・外遊びを推奨し、天気の良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。
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3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 (R3.5.1 現在)	51名
校 長 名	毛利 伸	体育主任名	上野山 亮

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より (Tスコアより、全国平均において高いもの○ 低いもの▼)

学年種目	握力	上体	長座	反復	シャット	50m走	立ち幅	ソフト	合計	
									○	▼
小2男女	▼▼	○○	▼▼	○○	○○	○○	○○	○○	12	4
小3男女	▼▼	▼▼	▼▼	○▼	○▼	○▼	○▼	○○	6	10
小4男女	▼▼	▼▼	▼▼	▼○	▼▼	▼○	▼○	▼○	4	12
小5男女	▼○	▼▼	▼▼	○▼	○○	▼▼	▼▼	○○	6	10
小6男女	○▼	▼▼	▼▼	▼○	○▼	▼▼	○▼	▼○	5	11
合 計	○	2	2	0	6	6	4	5	8	
	▼	8	8	10	4	4	6	5	2	

昨年度の体力テストの結果を全国平均と比較した。学年別でみていくと、2年生は全国平均を上回る項目が多かった。種目別としてみていくと、反復横跳びや20mシャトルラン、ソフトボール投げで全国平均を上回っている。反対に、握力や上体起こし、長座体前屈では下回っている。特に、長座体前屈では、すべての学年で下回っており、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

- 柔軟性が本校児童の課題と言える。体育の学習の中で、柔軟運動を取り入れていくなどしていきたい。
- 握力につながる項目が低かった。本校の遊具は、使用不可のものが多く、遊具遊びの奨励が難しい。そこで、鉄棒を使った運動に力を入れ、“物をにぎる力”を培うことができるようにしたい。今年度も大田市の体操競技会の時期に合わせ、室内鉄棒を設置し、授業時間だけに限らず、休み時間も積極的に活用できるようにしていきたい。
- 年間を通じて、業間運動（マラソン・なわとび）に取り組んだ。マラソンカードやなわとびカードを作成し、自ら目標を立て、進んで業間運動に取り組むことができていた。今後も継続していきたい。また、業間運動の際に音楽をかけることで、リズムに乗って体を動かす楽しさを味わうことができるようにしたい。
- 昨年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、長距離、短距離の記録会を実施しなかった。今年度は、各学期に1回ずつ取り入れ、自分の成果を実感できる機会を設けるとともに、業間運動への意欲を高めた。
- 今年度は、課外のスポーツ大会（陸上・水泳・体操）が実施される見通し。各課外スポーツ大会への参加を呼びかけ、運動技能の向上を図りたい。課外スポーツに取り組む児童と、そうでない児童の間に体力的な開きがある。運動に対する興味・関心を育て、運動好きな児童を増やしていくことが今後の課題である。

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		52.4 %
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。（児童数の約3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」

（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。（生活の中に運動を取り入れる。）

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 ・ 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。 ・ 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。
	(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） ○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。 ○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もらう。
	(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） ○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子どもを増やす。 ○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、運動に親しむことを増やす。（室内鉄棒など） ○週に2回、全校で一斉に姿勢体操を行うことで、体幹を整え体づくりの意識を高める。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ○学校外での運動の機会を大切にする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） ○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。
	(6) 大田市共通の取組（本校の考え） ○業間運動（マラソン、なわとび）を継続して行い、運動の習慣が定着を図る。 ○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。 ○業間マラソン・なわとびにおいて、曲をかけて取り組む。（ビートランニング） ○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）
	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3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 (R3. 5. 1 現在)	14 名
校 長 名	出川 政司	体育主任名	河合 愛

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）

R2 年度の自校の数値と R2 年度の県の平均を比較して現状を分析する。

	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	
学年男女	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県	R2	R2 県
1 男	9	9. 57	16	11. 43	25	25. 89	28	27. 87	16	18. 94	10. 8	11. 72	135	118. 60	45	46. 03
2 男	10	10. 75	16	11. 34	25	27. 04	32	32. 18	16	30. 60	10. 6	10. 73	138	128. 54	46	42. 97
3 男	10	11. 66	16	15. 48	29	29. 72	35	39. 70	13	29. 87	10. 2	10. 40	150	141. 93	49	46. 76
4 男	13	13. 60	15	17. 57	30	30. 98	36	39. 06	31	45. 26	10. 8	9. 74	148	149. 46	20	24. 66
5 男		16. 59		19. 69		32. 79		43. 40		55. 05		9. 37		156. 32		24. 99
6 男	17. 5	19. 69	25. 5	20. 84	34	34. 94	48	45. 90	32	57. 07	9. 43	8. 90	171	167. 28	25	28. 44
1 女	8	8. 82	11	11. 51	30	28. 82	26	27. 71	16	17. 29	11. 3	11. 95	112	112. 90	6	6. 29
2 女		10. 22		13. 90		31. 49		34. 74		24. 65		11. 03		121. 96		8. 25
3 女	10	12. 11	17	15. 96	35	32. 66	35	34. 12	23	34. 47	12. 1	10. 36	124	132. 75	8	10. 62
4 女		13. 64		17. 86		35. 46		38. 47		38. 51		9. 96		142. 24		13. 77
5 女	11	16. 34	22	18. 50	30	37. 14	39	42. 49	20	45. 77	10. 3	9. 59	148	152. 75	9	13. 97
6 女		19. 29		19. 31		39. 07		44. 96		48. 88		9. 23		157. 94		18. 38

- ・県との比較から握力、シャトルラン、50m走、ソフトボール投げに課題がある。（前年度と同じ）
- ・ソフトボール投げは、全学年県平均を下回っている。
- ・上体起こしは、ほとんどの学年が平均より高い。筋持久力がある。
- ・児童の運動実施頻度は、ほとんど毎日する（週4～7日）が46%、時々する（週2～3日）が27%、ほとんどしない（週1日以下）が27%である。

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		52. 4 %
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8割が柔道や空手の教室に入っている。

4 ・ 今	（1）具体目標・数値等
	・屋外の遊具を使い、サーキット運動を取り入れて握力の平均値が上がるようにする。 ・放課後に持久走の時間を設け、全身持久力を高めるようにする。
	（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
	・「体力向上推進計画」を全職員で共有し、現在の児童の状況を共通理解するとともに、学校全体で児童の体力向上に取り組めるようにする。 ・「しまねっ子！元氣アップ・プログラム」を活用し、全職員で内容について検討する時間を設け、児童の体力が向上できるようにする。

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） ・年間を通して、サーキットトレーニングを取り入れて、いろいろな動きを経験させる。 ・自分のめあてを設定したり、運動のポイントを話し合ったりする学習の展開をしていく。 ・月1回、体育の時間に持久走を取り入れる。（全校で取り組む。）
	(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） ・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体幹を鍛える運動機会を確保する。 ・課外体育活動（体操、卓球など）に年間を通して計画的・継続的に取り組む。大会等に参加を希望しない児童も練習に参加し、全校で取り組む。 ・校庭整備をして、児童がいつでも運動をしやすい環境にする。 ・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、いつでも取り組めるようにする。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・学校便り等で活動を紹介する。 ・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 ・ビートランニングを5分間行い、自分の記録と向き合えるように走った距離の記録を継続して残しておき、児童が意欲を持って体力向上に取り組んでいけるようにする。 ・縄跳びについては、年間を通して取り組めるよう、雨天時はビートランニングの代わりに持久跳びや縄跳びカードへの挑戦をする。
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3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 (R3. 5. 1 現在)	33名
校 長 名	山中 容子	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） 令和元年度 体力テスト結果から ※色付きは県平均以下のもの

	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	
	高山	県	高山	県	高山	県	高山	県	高山	県	高山	県	高山	県	高山	県
1男	10.33	9.25	11.83	11.01	30.50	26.23	26.00	28.76	14.33	21.58	12.03	11.48	118.67	119.75	9.17	9.33
2男	10.50	11.15	15.00	14.41	26.50	27.06	37.50	33.61	42.50	31.58	10.40	10.42	135.00	132.57	14.00	13.90
3男	11.00	13.07	17.40	16.25	28.60	28.84	36.80	37.01	41.40	42.32	10.10	9.96	124.20	141.10	16.20	18.54
4男	13.00	14.67	19.00	18.78	36.00	30.52	35.00	41.30	33.00	51.31	9.80	9.56	146.00	150.95	19.00	22.28
5男	18.00	16.96	21.00	20.16	33.60	32.90	42.40	44.73	43.40	61.29	10.00	9.32	148.60	160.29	24.20	25.59
6男	18.67	20.01	24.67	21.86	39.33	34.78	51.00	47.58	61.67	71.53	9.49	8.79	169.00	174.16	25.00	29.73
1女																
2女	9.75	10.31	13.00	13.15	34.75	31.16	28.25	31.37	23.25	24.25	11.63	10.91	106.25	121.33	7.25	8.13
3女	7.50	11.87	13.00	15.04	24.00	31.97	26.50	35.18	24.00	33.28	11.95	10.39	110.00	132.45	7.50	10.31
4女	11.80	14.45	16.40	16.63	34.60	35.52	37.20	39.48	36.40	38.75	10.22	9.85	127.20	142.45	10.80	13.56
5女	13.50	16.33	8.00	18.58	41.50	36.29	33.50	42.66	16.50	51.66	16.89	9.42	76.50	156.92	11.50	15.97
6女	15.25	19.32	15.50	19.32	38.25	39.10	41.00	44.90	51.50	55.12	9.86	9.09	155.25	160.13	14.75	18.28

- ・これまでの推進計画やR1年度のデータをみると、子どもたちの体力が全体的に低下傾向にあることがわかる。筋力、握力、持久力等、全体的に県平均を下回っている。
- ・全校児童33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。

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		52.4%
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

- ・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」 ・短距離走の記録を、1学期から3学期にかけて90%以上の児童が伸びるようにする。 ・20mシャトルランの記録を、1学期から3学期にかけて90%以上の児童が伸びるようにする。
	(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 ・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。 ・1、2年生の「走・跳の運動遊び」、3、4年生の「走・跳の運動」、5、6年生の「陸上運動」の授業を重点領域とし、体育担当者を中心に教材研究をしたり、指導法の情報共有を行ったりする。
	(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） ・全学年で走力、持久力の向上に意識的に取り組めるように、「陸上運動」の領域を重点領域とする。 ・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)を活用したりして、年間指導計画を再編し系統的な指導ができるようにする。 ・学習のはじめや始まる前にビートランニングや遊具遊び（やる気まんまんタイム）を行う。児童が走った距離や運動したことを記録できるようにカードを作成する。 ・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 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）
	・連台運動会や高山地区連台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。月に1回体幹検定を行う。 ・児童が意欲的に取り組めるように、走った距離を児童自身が記録するようにして、児童会と連携し走った距離の集計や、表彰を行う。 ・児童が休み時間にさまざまな道具（バトン、各種ボールなど）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・カーニバル開催予定
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	・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「生活シャキッと週間」を設けている。 ・学校HP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。 ・体操（2学期）や卓球（3学期）などにおいて、地域講師を招き、専門的な技能の向上を図る。
	(6) 大田市共通の取組への対応
	・体育の学習の始まる前やはじめの時間におけるミニやる気まんまんタイムの実施。 （遊具を活用した運動、持久力向上） ・業間体育（やる気まんまんタイム）での体幹トレーニング、体幹検定の実施。 （体幹を鍛える取組）
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3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 (R3. 5. 1 現在)	93名
校 長 名	高橋 雄司	体育主任名	鳥居 壘

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）

本校の児童は、ほとんどがスクールバスで通学している。そのため、バス通学という実情から、「歩く」という運動機会の減少による体力低下を危惧している。また、昼休みの遊び方やスポ少への加入率から多くの児童は、運動経験に偏りがあり巧みに体を動かす力に課題があるように感じる。

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、課題がある。

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		52.4%
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	3/11	27%	サッカー、ダンス
2	5/16	33%	バレー、水泳、サッカー
3	8/16	47%	水泳、サッカー、野球、バレー
4	6/18	33%	サッカー、バレー、ダンス、水泳
5	14/19	70%	バレー、ダンス、野球、サッカー、水泳
6	8/13	62%	バレー、水泳、ダンス、サーフィン
全	46/93	47%	

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。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(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）	
・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。	
(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）	
・業間の時間を利用して、マラソンや持久跳びを実施する。	
・各学期に1回は持久走の記録会を行い、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。	

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 ・ 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。
	(6) 大田市共通の取組への対応 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。 ・ 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。
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3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 (R3.5.1 現在) 161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）

【R1年度の本校とR1年度県平均及び全国平均との比較より】

- ・全国との比較で、体力合計点で有意差が認められるほど下回った学年はなかったが、1～3年生の女子で有意差が認められるほど下回った種目があった。（上体起こし・握力・50m走・ソフトボール投げ）
- ・体力合計点で全国平均を上回った学年は、男子が2・3・5・6年、女子が4・5・6年であった。
- ・全校児童の約79%が総合評価C段階以上であったが、年々その割合が低下している。
- ・種目別に見ると、立ち幅跳びは、全ての学年で県平均以上であった。ソフトボール投げも、4年生以上が県平均を上回った。一方、上体起こしと50m走は、半数以上が県平均を下回った。
- ・学年別に見ると、低学年は県平均を下回る種目が多く、学年が上がるにつれて県平均を上回る種目が増えていった。

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		52.4%
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

- ・野球やサッカー、水泳などを習っている児童がいる。

4
・
今
年
度
の
取
組

（1）具体目標・数値等

- ・体育授業で、筋持久力、全身持久力の向上を目指した運動を取り入れる。
- ・次年度の体力テストの総合判定C以上の児童の割合が80%以上となるようにする。

（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し、その実態を意識した各学年の体育科の授業につなげることができるようにする。

（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）

- ・運動の楽しさや大切さを感じることができる授業展開や単元の構想に努める。
- ・全身持久力の向上のために、発達段階に応じて「鬼遊び」や「ビートランニング」「縄跳び」などを取り入れる。
- ・筋持久力の向上のために、「遊具遊び」や「サーキットトレーニング」などを取り入れる。

（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）

1. 元気アップタイム

毎週火・木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。

- 業間マラソン…音楽に合わせて、校庭を走る。走った周数をマラソンカードに記録する。
- 短縄跳び…個人で様々な技や時間内の連続跳びに挑戦する。

2. 仁摩タイム

毎週水曜日の昼休みは、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。

3. にまつ子週間

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。

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 ・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 ○運動の楽しさや気持ちを実感し、運動の日常化・習慣化を図る。 ・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。 ・体育科の授業の充実と改善を図る。 (時期や学年の段階に応じて、準備運動での体幹を鍛える運動や、サーキットトレーニングなどの時間を導入する。)
	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3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（R3. 4. 1 現在）91名	
校 長 名	佐藤 淳	体育主任名	三浦 敏

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、R1年度の体力テストの結果より） ※R2年度は、未実施

全国平均を上回っているもの→○：男子 ◎：女子

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

※体力テストは昨年度未実施のため、2年前のデータになるが、本校児童は、反復横跳び(敏捷性)、握力、20mシャトルラン(持久力)などの種目が全国平均と比べ高い数値であった。一方、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げ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。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R1. 8 月、鉄棒 R2. 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」

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	0人	3人
野球	8人	0人
サッカー	4人	0人
バレーボール	0人	10人
水泳	3人	3人
剣道	1人	2人
ダンス	0人	4人
ソフトテニス	0人	5人
その他	2人	6人

（1）具体目標・数値等

「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全国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。

4
・
今
年
度
の
取
組

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） ・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。
	4. 器械運動、水泳学習で各学年の到達目標を設定し、全学年で段階的に取り組む。また、記録会、発表の場を設けるなど、児童が意欲を高められるように工夫する。
	・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。 ・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。
	(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3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（R3. 5. 1 現在）	1 0 3 名
校 長 名	木村 孝	体育主任名	川上 清
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）			
○新体力テストの結果を過去の状況から見ると、「上体そらし」「長座体前屈」「シャトルラン」「ソフトボール投げ」等において改善傾向が見られ、県・国の平均を上回るようになってきた。「握力」は、県平均を下回っている児童が多く、継続して課題となっている。			
○体育館の改築工事の関係もあり、器械運動の機会が少なかったことから、逆上がりの達成率が低下している。			
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		5 2 . 4 %	
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			
○地域には、様々なスポーツクラブがあり、6 年生 5 6 %，5 年生 6 6 %，4 年生 5 4 %が加入している。男子は、野球，バスケットボールが多く，女子はバレーボールや陸上に加入している児童が多い。			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等		
	○本校の課題である握力で、県平均を半分の学級平均（男女）が上回ることをめざす。		
	○低学年の時期から鉄棒に触れる機会を増やし、低学年児童の逆上がり達成率 50%以上をめざす。		
	○各学年の体育の授業の充実とともに、児童会活動と連携して学校全体で体を動かす楽しさを意識づける。		
4 ・ 今 年 度	○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作りに努める。		
	（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		
	○体育の訪問指導を活用して、全職員が授業作りや事後指導に生かす。		
	○体育の研修会等の参加者による伝達講習を行う。		
4 ・ 今 年 度	○合同体育を随時行い、体力向上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）		
	○体力向上計画を職員で共通理解し、体づくり運動、器械運動を重要単元として鉄棒やなわとび、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。学年ごとに身に付けさせたい動きの系統表を作成し、取り組む。		
	○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、自分の課題を見付けながら体を鍛えていけるようにする。		
4 ・ 今 年 度	（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）		
	○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。		
	○鉄棒やうんてい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り組みを行う。		

の (5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

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3年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	島根県江津市立江津東小学校	児童数 (R3. 5. 1 現在)	92名
校 長 名	小田 公弘	体育主任名	福岡 雅基

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）

- ・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傾向にあるが、全体的に50m、シャトルランの点数が比較的に低い。
- ・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。

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		52.4%
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

- ・課外スポーツでは、野球、バレーを中心に水泳、スケート、タグラグビー、陸上、バスケットなどがある。児童の2割が所属し活動している。

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。
- ・一日一時間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

- ・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。
- ・本校の実態や課題を職員で共有し、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、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」に取り組む。
- ・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、計画通り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、体育館の使用日を1～3年と4～6年に分けて使用する。体育館の使用不可の日を週に2度設定することで、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3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 (R3.5.1 現在)	77名
校 長 名	小林 敏朗	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）

- ・ 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。さらに女子は「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。
- ・ 本校高学年の約半数の児童が、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（鉄棒 R3.1 月調査依頼）の結果

6年生の水泳運動調査なし 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

全校77人、男子37人、女子40人中

- ・ 男子の12%が地域のスポーツクラブ（野球）に所属している。
- ・ 女子の5%が地域のスポーツクラブ（バレーボール）に所属している。
- ・ 水泳を習っている児童は17%。
- ・ その他は、サッカー、ハンドボール、テニス、ゴルフ、陸上、ダンス、柔道、剣道を習っている。

4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	・ 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
	・ 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）
	・ 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）	
・ 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	
・ 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3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（R3.5.1 現在）	317 名
校 長 名	平田 裕		体育主任名	正木 篤
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。力強く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。				
・スポ少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い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 人規模の学校にして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			52.4 %	
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・バレーボール等が校地内で活動を行っている。また、ハンドボール・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。				
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(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。			
	○反復横跳び、立ち幅跳びの向上・・・準備運動に体ほぐし運動を取り入れるなどして、友だちとかかわりながら敏捷な動き、多様な身のこなしを経験する運動に継続的に取り組み、県平均、全国平均に近づける。			
	○持久力の向上・・・シャトルランの数値が全国平均を上回ることを目指す。			
	(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			
	○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、指導教員が 2 名以上いることで、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	(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）			
	○小体連行事を中心とした、課外活動への積極的に参加する。			
	○外遊びの奨励・・・サッカーだけでなく、遊具や一輪車、鬼ごっこなど校庭ですできるだけ児童が活動できるように遊び場の確保と、安全のための教員の配置を行う。			
	○津宮長縄ギネス大会の実施・・・R2 年度も行った津宮長縄ギネス大会に今年度も取り組む。			

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

○記録カードを家庭に持ち帰り、家庭でも取り組みの様子や、個々の達成状況を確認して頂き、評価や励ましを児童にあたえてもらう。

○学校での取り組み等を学校だよりや学級通信等に掲載し、家庭や地域にお知らせする。

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3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（R3.5.1 現在）	211名
校 長 名	山崎 智則		体育主任名	山根 一成

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）

一昨年度の運動能力調査の結果から記述する。

男子は、長座体前屈（＋10）とソフトボール投げ（＋4）が全国平均を上回っており、50m走が全国平均と同程度であった。握力、上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、立ち幅跳びは全国平均より－2ポイント程度低かった。総合的に見ると、体力は全国に比べ、やや低いことが分かった。

女子は、長座体前屈（＋12）が全国平均を上回っており、上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、50m、ソフトボール投げが全国平均と同程度であった。握力、立ち幅跳びは全国平均を－2ポイント下回っていた。総合的に見ると全校平均と同程度であった。

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		52.4%
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。
- ・ 本校の施設を利用しているスポーツクラブが2つ（野球、バレーボール）あるが、年々、加入する児童が減ってきている。
- ・ 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、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。

4. 今年度の取組

(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、俊敏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	
○「子どもの体力向上支援事業」に係る学校訪問指導	
	・ 12月1日（水） ・ 授業公開および協議
(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）	
	・ つけたい力を示し、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。

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） ・ 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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・ 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。
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3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 (R3.5.1 現在)	106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、9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、中学校との駅伝記録会を開き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に挑戦する機会も設け、できるようになる喜びを味わうことで運動への興味、関心を高める取組を続けている。

【前年度の体力・運動能力調査等への取組から】

新型コロナウイルス感染症の影響で、校内全体での体力テストの実施は行っていない。

参考

6年生：20mシャトルラン 学級平均 5月：50.6回⇒2月：59.4回（8.8ポイントアップ）

長座体前屈 5月：41cm ⇒2月：45センチ（4ポイントアップ）

このように、一部ではあるが体力や柔軟性の向上の成果が見られた。

昨年度は、1か月の臨時休校期間があり、休校明けの体育の様子を見てみると、やや体が動いていなかったり、体力が低下（20mシャトルランの結果から）していたりした。学校に来て、校庭や体育館で体を動かすことが、いかに体力の向上や健康的な身体の維持につながるのを感じた。

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		52.4%
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（年間を通し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、小中合同駅伝大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

- ・小中合同駅伝大会を実施する。
- ・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。
- ・学校保健委員会において、体育関係の取組を行う予定である。保護者と一緒になって運動したり、考えたりする機会を設けるなど、保護者との連携を図る。

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3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 (R3. 5. 1 現在)	1 2 1 名
校 長 名	大地本央仁	体育主任名	太田 政男

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）

(1) 2018年度の全国平均と比べ高い値の種目
①立ち幅跳び ②ソフトボール投げ

(2) 全国平均と比べ低い値の種目
①握力 ②上体起こし ③長座体前屈

(3) 傾向
男子も女子も傾向は似ており、ほぼどの学年でも得意な項目と苦手な項目が同じだった。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R2. 8 月、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		5 2. 4 %
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参加している児童も多い。

4. 今年度の取組

(1) 具体目標・数値等

- ・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

- ・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）

- ・握力や柔軟性の向上には継続的な取組が必要である。鉄棒運動や柔軟運動など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たり、他の単元と組み合わせて実施したりするなど、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を実感できるようにする。
- ・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。

(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）

4 今年度 の 取組	・ 2学期に校内マラソン、3学期になわとび集会を企画する。またマラソンカードやなわとびカードなども併せて活用することで、休み時間に多くの児童が運動を行う環境づくり、雰囲気づくりを行う。 ・ 週1回、全校で体幹トレーニング（朝の時間に実施）を行う。普段の生活の中で、よい姿勢を保てるように体幹を鍛えることをねらいとしている。 ・ 昼休み等に鉄棒教室を開催し、子どもたちが練習する機会を確保する。 ・ 学級単位で目標をつくることで、積極的に運動に取り組もうとするきっかけをつくる。（例：一輪車にみんなで挑戦しよう、クラスで協力して〇km走ろうなど） ・ 体育委員会を中心に、全校で体を動かす企画を考え、実施する。 （5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・ 家庭と連携し、基本的な生活習慣の定着を図る。（にこにこ元気チャレンジ週間を毎学期行う）
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3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（R3. 5. 1 現在）	65名
校 長 名	上田 忠則		体育主任名	大羽 智之
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）				
- 令和2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、握力が挙げられる。投力は比較的ついているが、柔軟性（上体起こし、長座体前屈）や持久力・脚力（50m走、シャトルラン、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。 - 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、約半数がスクール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			52.4%	
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は剣道や陸上、野球などがある。参加している児童も多くいるが、基本的に週1～2回の活動となっており、あまり長時間の活動ではない。				
4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等			
	- 持久力の向上を図るための取組を行い、シャトルラン各学年の平均を県平均の記録まで上昇させたい。 - 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			
	- 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。 2学期に「器械運動（跳び箱運動）」領域の学習を位置づけ、授業研究を行う。			
	(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）			
	- 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 今年度の取り組み	(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） ・児童会健康委員会が中心となって、健康に関するクイズ大会や縄跳び大会など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や運動習慣づくりをする。 ・元気生活チャレンジ週間を年に3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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・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3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（R3. 4. 9 現在）	147 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）				
昨年度は体力テストを行っていない。一昨年度の結果を県平均と比較してみると、柔軟性に課題が見られた。原因としては、いつも同じような遊びをする児童が多く、多様な体の使い方をしていないことが考えられる。休み時間の様子を見ると、ドッジボールやサッカーといったボール運動をする児童が多く見られ、遊びに偏りがあることがわかる。また、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も原因として考えられる。				
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（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			52.4%	
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2～4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			
	・ 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（年間を通し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			
	・ 中学校等との連携を取りながら、毎月「ノーメディアデー」を行い、生活習慣の改善・向上を図る。「ノーメディアデー」を各家庭にも周知し、家庭で取り組めるような環境を作る。			
	・ 生活習慣についてのアンケートを行い、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。			

令和3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 (R3.5.1 現在)	24 名
校 長 名	木村 真介	体育主任名	西田 雄典

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	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
1	1・2年生は、昨年度新体力テスト未実施															
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

- ・3年生以上の各項目（8種目×4学年×男女の計72項目）の内、40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言える。
- ・現5年生は多くの種目で県平均を上回るものの、4・6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大きい。また、小規模校であるため、全体の傾向のみならず児童一人一人の体力や運動状況を把握する必要がある。
- ・種目別に見ると、「握力」「上体起こし」「50m走」では県平均を上回る児童が多く、得意であると言える。
- ・「立ち幅跳び」で県平均を上回るのは20人中3人のみと、苦手としている児童が多い。
- ・ソフトボール投げでは半数の10人が県平均を超えたが、その内6人が令和2年度の卒業生であり、今年度在籍の児童には苦手としている者が多いことが予想される。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳未実施、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」

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・3年生以上の児童を男女別に見ると、男子9人の内、5人がソフトテニスクラブに所属している。女子では6人の内2人が水泳クラブに、また1人がソフトテニスクラブに所属している。男女を合わせると、3年生以上の児童15人の内、8人がいずれかの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
	・計画的に体育の授業の中で瞬発力を養うことや、投運動を行う場面を設定することに取り組み、立ち幅跳び、ソフトボール投げで県平均を超える児童を増やす。 ・年間を通して業間休みでの体力づくりに取り組み、児童の体力向上を図る。
	(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 ・体力向上に効果的な業間運動の取り組み方、児童の意欲向上に向けた手立てについて職員間で協議する。 ・体育科の授業における ICT 機器の活用方法について、情報を共有する機会を設ける。

(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） ・児童の瞬発力や運動の調整能力を高めるために、各運動領域に合わせた活動やサーキットトレーニングを計画的に取り入れる。 ・準備体操等で体幹を鍛え、体力や体のバランスを身につけさせる。	
(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） ・年間を通して週一回の業間運動の時間を設け、児童の体力向上の機会を増やす。また業間運動に取り組んだ記録を残すことや、チャレンジカードの活用を通して児童の意欲向上に努める。 ・2月に校内なわとび集会を企画し、縦割り班での8の字跳び練習の時間を設定するなどして、児童が目標をもち、継続して努力することができる環境づくりに努める。 ・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掛ける。	
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・体力作りの取り組みや、健康・体育的行事での児童の頑張り、健康的な生活習慣についてのお願など、各種通信で積極的に家庭へ情報を発信し、協力を呼び掛ける。	
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3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（R3.5.1 現在）	29 名
校 長 名	小寺 博喜	体育主任名	川越 弘喜

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）

昨年度は運動能力調査を行っていないが、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。

運動への関心・意欲について、テニスクラブに所属している児童やスイミングに通っている児童など体を動かす機会が多く、運動することが好きな児童が多い。また、小規模校で互いに知った仲で、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ったり、失敗や負けることを極端に嫌っ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		52.4%
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、17名中10名が所属している。

スイミングスクールに1名通っている。

今年度の取組	（1）具体目標・数値等 - 柔軟性の伸長。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ようとして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、遊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（年間を通した取組や重点化する領域・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。
	ドリル運動など、児童が主体となつてできる運動を取り入れ、主体的に取り組む意識を育む。

今年度の取組	・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） ・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。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・「生活チャレンジ習慣」の取組みで食育指導、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。
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3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 (R3. 5. 1 現在)	38名
校 長 名	落合 克彦	体育主任名	山田 優太

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）

- ・昨年度は調査していないが、一昨年の調査から、全体的に得点が高いのが「反復横跳び」であった。また低学年ではやや低いものの、高学年では「シャトルラン」「ソフトボール投げ」の平均値が上がっている。これは3年生以上で課外で陸上、バスケットボールの練習を行っていたことが大きいと考えられる。ただ去年は陸上、バスケットともに練習を行っていないので、今年の記録にどのように関係してくるかはわからない。
- ・県平均との差を比べると6項目以上上回る子が7名もいた一方で、上回る項目が1つ以下の子も11名おり、個人差が大きいことも現状である。平均を下回る子の多くはスポーツクラブに参加しておらず、運動をする機会が少ないことも原因の1つであると考えられる。
- ・課題としてきた「シャトルラン」については、学年によって違いはあるが、特に高学年で改善が見られた。一方、柔軟性においては、まだ課題が多い。
- ・男女、学年に関係なく仲が良く、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		52.4%
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

- ・サッカーやバスケット、バレーや野球、陸上といった幅広いジャンルのスポーツクラブに属している。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	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。 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） 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
	(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

- ・授業交流会などを通してお互いの授業を見あい、お互いの授業のよさを伝えたり、アドバイスを送ったりしあうことでよりよい体育の授業になるように努める。

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
	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 ・ なわとびカード
	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取り組み、体力の向上を図る。 ・ 3分間走 ・ 一輪車 ・ 鬼ごっこ等
	②毎週1回のパワーアップタイム（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2回（1学期、2学期に一回ずつ）実施する。
	④体育の集会活動を学期に1回ずつ開催し、運動への意欲向上や取組の評価につなげる。 ・ 一輪車集会 ・ 元気アップカーニバル ・ なわとび集会
	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組を家庭と協力しながら実施する。（家庭学習・生活がんばり週間）
	・ 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。（なわとびカードなど）
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3年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	呂南町立瑞穂小学校	児童数 (R3. 5. 1 現在)	1 3 7 名
校 長 名	大屋 裕二	体育主任名	山根 正裕

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）

一昨年度の体力テストの結果では、握力の項目に課題が見られた。そこで昨年度は体育の授業で、鉄棒運動やうんていを使った運動に意識して取り組んだ。また、コロナ禍において、児童の運動が限られる中ではあるが、児童の体力の全体的な向上を目指し、児童会の児童が主体となって室内で行える体幹運動を考え、週1回のペースで実施した。児童の体幹や柔軟性の様子を知ることができ、改善する手立てとすることができた。

今年度も昨年度と引き続き、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、実施してく。

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		5 2 . 4 %
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。

4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	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、運動の取り組みやすい環境を作る。
	③ 体育の授業を改善する。
	④ 家庭や養護教諭と連携し、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
○ 元気アッププログラム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）	
○ 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。	
(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。	
(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、家庭への情報発信をする。	

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3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（R3.5.1 現在）	18名
校 長 名	山本 薫	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）			
・小4女子のみ在籍、他の学年は男子のみの在籍。 ・R1年度の自校の数値と R1 年度の県の平均を比べると、男女共に、「上体おこし」「20mシャトルラン」「50m走」の種目に弱みが見られる。（令和2年度は体力テスト未実施） ・昨年度末、自校で新体力テスト校内運動調査アンケート項目と同様のアンケートを実施。ほとんど毎日（週4～7日）と回答した児童の割合は、80％、ときどきする（週2～3日）と回答した児童の割合は20％、ほとんどしない（週1日以下）と回答した児童の割合は0％であった。 ・児童の日ごろの様子から、運動をすることが好きな児童が多い。異学年間による縦割り班での遊び等を通して、運動をする機会がある。しかし、昨年度は新型コロナウイルス流行のため、全校での運動の機会が減っている。			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R2.8 月、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		52.4％	
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39％の児童が地域のスポーツクラブに加入している。 （内訳：ダンス2名、水泳3名、バスケットボール2名、陸上2名			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等		
	・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		
	・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	(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の実施。 ・清掃時間を利用した校庭整備。 ・児童会活動での全校遊び。 ・陸上大会に向けた体力づくり（4年生以上）やバスケット交流会に向けた練習（5年生以上）
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ・元気アップチャレンジ週間の中で、「親子ストレッチ」「体幹トレーニング」を取り入れ、家庭での運動機会の確保、運動習慣をつける取組をする。 ・校庭の除草作業（PTAによる環境整備）。 ・地域・保育園との合同運動会。 ・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情報発信。
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3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（R3.5.1現在）	140名
校 長 名	佐々木 匡孝	体育主任名	森脇 翔平

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）

一昨年度の体力テストの結果では、握力や上体起こしの結果が県平均を下回っている学年が全体的に多く、本校の児童にとって筋力や筋持久力が課題であった。そこで、昨年度は体育の準備運動に合わせて、遊具を用いたサーキットトレーニングに年間を通して取り組んだ。それによって、休み時間にうんていや登り棒、鉄棒を使って遊ぶ児童の姿が多く見られるようになってきた。昨年度は、6月と12月に握力と上体起こしについて全学年で測定を行ったが、12月にはいずれの学年も結果が良くなっており、筋力や筋持久力の向上が見られた。今年度は、日頃の休み時間や体育、放課後陸上練習を見ても、走力（スピード、持久力）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		52.4%
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・12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。

（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。
- 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。
- 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。
- 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。

（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	【重点化する領域：走】 ・3分間走（3分間縄跳び）、5種目歩跳走、ビートランニング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。
	（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） ○生活習慣の改善を図るための生活習慣チェックを行う。 ・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。 ○委員会が計画する全校遊びの取組を行う。 ・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。 ○校庭遊具の点検・整備と活用 ・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。
	（5）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等 ○保護者への情報提供 ・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。 ○水泳大会・地域陸上大会への参加の呼びかけ ・地域で行われる体育大会への参加募集を積極的に行う。
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3年度 体力向上推進計画

学校名	邑南町立日貫小学校	児童数（R3.4.30現在）9名
校長名	三島 伸仁	体育主任名 福田 隼人

1. 体力・運動能力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

令和2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	
2年	男	△	13	△	13	△	28	▼	21	▼	17	△	11	▼	93	▼	7
4年	女	△	17	△	18	▼	31	▼	33	△	42	△	9.7	▼	120	△	12
	男	▼	11	▼	14	▼	22	▼	31	▼	38	▼	10.4	▼	110	▼	14
5年	女	△	16	△	17	▼	32	▼	37	△	41	△	8.7	▼	128	△	13
	女	△	18	▼	15	▼	33	△	39	▼	35	▼	9.9	▼	115	▼	12
6年	男	△	18	▼	17	△	40	△	46	△	72	△	9	△	172	▼	19

*県平均と比較して記録が △:高い、▼:低い

○男女・学年に関係なく仲がよく、中間休みや昼休みなどには体育館や校庭で遊ぶことができる。

○低学年の時から一輪車に親しんでいる。

○令和元年度の県平均と比較すると長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳びの記録が低い。

○柔軟性、敏捷性、持久力について課題がある。

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		52.4%
自校		

3. 運動部活動（中学校）や地域のスポーツクラブ等（小学校）への加入状況

○男子5名中、3名が陸上クラブに所属。女子4名中、1名が陸上クラブに所属。

（1）具体目標・数値等

「柔軟性と持久力の向上」

○長座体前屈の記録を2学期末までに、全校平均の伸びを3cm増やす。

○2学期末にシャトルランを実施し、4月実施の記録を越える記録を目指す。

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修等の計画

○1学期新体力テストの結果をもとに強化を進める種目について、職員会議等で体育主任が説明する。

（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）

○県平均と比較して記録の低い種目（柔軟性、持久力）について授業で取り組み強化する。

- ・授業の始めに体ほぐしを取り入れ、柔軟性を高める運動に取り組む。
- ・「器械運動」系の領域を重点領域に位置づけ、低・中・高学年の学習のつながりを目指して指導者が意識しながら授業を展開する。
- ・授業にゲーム性のある鬼ごっこなどを取り入れ、楽しい活動の中で持久力や敏捷性を向上できるよう取り組む。ゲームは1年生から6年生までが楽しめるようにルールを工夫する。

(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）

- 毎週金曜日の昼休みに委員会による全校あそびを実施する。運動に親しみ、友だちと関わり、ふれあえる時間とする。
- 冬季には、委員会でスポーツ集会を計画して運動に親しむ機会を設ける。担当児童は、集会を行うための種目の選考、準備、進行、全校へのお知らせなど、自分たちの発想で自主的な活動を行う。
- 委員会と連携して、うがいや手洗いの励行、歯みがき運動の実施など、年間を通しての取り組みを行う。
- 保護者等と連携して生活習慣の確立を図る。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報等

- 保育所や地域と合同で運動会を行う予定。合同練習や当日の運動会で本校児童の徒競走、綱引き、一輪車、リレーなど集合や入退場、整列、競技、応援など一緒に学ぶ機会としている。

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3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 (R3. 5.1現在)	71名
校 長 名	宇 野 正 一	体育主任名	竹下 浩
1. 児童の体力や運動に対する意識および運動習慣の現状(経年経過や県・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、令和元年度の結果で比較した。学年によるばらつきはあるが、全体的に運動能力が低下傾向にある。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)」「立ち幅跳び(女)」「ソフトボール投げ(男女)」である。逆に低い傾向にあるものは「握力男女」「長座体前屈(女)」「反復横跳び(男)」「20mシャトルラン(男)」である。 ○ 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 実施せず、鉄棒R3.1月調査依頼)の結果 4年生の器械運動「逆上がり達成率」 (県52.4%)			
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60%以上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・卓球等)に所属している。この点からは、学校外で運動に接する機会が多いといえるが、逆に特定の運動に偏っているとみることもできる。(上記、新体力テストのデータから) ○ 部活動はないが、邑智郡小体連陸上大会に向けて練習の機会や、邑智郡小体連バスケット交流会で他校の児童とバスケットをする機会があり、体力の向上や技術も身につけてきている。			
4. 今年度の取組	(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」 ・ 体育の時間の本運動につながる準備運動や業間の体力向上の取り組みを通して、各学年で改善がとくに必要な項目について数値をあげる。→3学期に再度調査 ・ 逆上がりの達成率をどの学年も限りなく100%に近づける。		
	(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		
	・ 体力向上に関する公開授業や業間の活動と合わせて、校内研修会を実施する。		
	(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)		
	多様な運動に取り組めるようにするとともに器械運動(とくに鉄棒運動)について継続的な取組を工夫する。 ・ 低、中、高学年とシナプスつなぎ、リズム調整力、体力技術習得等の各発達段階に応じた運動を充実させる。 ・ 授業の準備体操段階や業間の活動を通して、継続して鉄棒運動に取り組めるようにする。 ・ 準備体操段階で動きづくりの基礎として、リズムトレーニングを取り入れる。		
	(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)		
	・ 水曜日ロング昼休みでは全校遊びや学級単位の集団遊びをより充実させる。 ・ SD(スポーツ大好き)委員会の取組の中で本校の課題に対応するような遊びや動きを取り入れる。また、運動の楽しさが味わえるような工夫をする。(ex. チャレンジランキング等) ・ 週1回程度の業間全校遊びを取り入れて、外遊びの励行と機会を増やすことをねらう。		

	・ 元気もりもりカードをもとに自分でめあてを立てて生活習慣の見直し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
	・ 保育園との情報交換を行い、入学前、低学年時から運動遊びに親しめるようにする。 ・ 郡小体連の取組と連携して、各大会を発展的な学習として、多様な動きや運動への興味関心をのばす。
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)	