

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田立益田小学校		児童数 (R4.5.1 現在)	302名
校 長 名	渋谷 秀文	体育主任名	勝部 翔太郎	
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）				
<ul style="list-style-type: none"> ・県の平均の数値と比較して、「上体起こし」では、多くの学年で県平均を上回っている。一方、他の種目では県平均より下回っているものが多い。具体的には、例えば「握力」は全体的に下回っている。「シャトルラン」では、県平均を上回る学年と下回る学年の差が激しく、二極化が見られる。 ・学校生活においては、休み時間には多くの児童が校庭や体育館などに出て、鬼ごっこや、サッカー、ドッジボール等のボール遊び、鉄棒や雲梯、上り棒等の遊具遊びをしている。その一方で、休み時間の多くを読書や教室内で過ごす児童もいる。 ・鉄棒や跳び箱などの器械運動を好む児童と著しく苦手とする児童と二極化している傾向にある。 				
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果				
	6年生の水泳運動「25m完泳率」		4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%		51.5%	
自校				
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況				
<ul style="list-style-type: none"> ・水泳、サッカー、野球、バスケットボール、空手、テニス等の地域のスポーツクラブで活動している。 ・スポーツクラブに所属しない児童の中には、運動する習慣があまりない児童もいる。 				
4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等			
	「柔軟性の向上」(R3より継続)、「握力の向上」 <ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈、握力の項目において、2～6年の記録で県平均以上を目指す。 			
	(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			
	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テスト等の結果を受けて、現状の報告と今後の取り組みについて説明し、児童の体力向上につなげる。 ・柔軟性の向上のための「ワンミニッツ・エクササイズ」の活用に関わる研修会をする。 ・教員の指導力向上のために、体育等の研修会への積極的な参加を呼びかける。(可能な範囲で) 			
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・高学年において、学年合同体育を解消し、学級体育とすることで、一人ひとりの運動量を確保する。低・中学年においても、単元や実態に応じて学年合同体育を解消し、児童一人ひとりの運動量の増加を図る。 ・「鉄棒運動」(「鉄棒を使った運動遊び」)を取り扱う際、「鉄棒+別の教材」という授業構成にすることで、より多くの練習回数を保障し、短時間で集中して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）				
<ul style="list-style-type: none"> ・年間を通じて、朝の会で「ワンミニッツ・エクササイズ」(R3より継続)に取り組む。 ・委員会で外遊びや体力向上のきっかけになる遊びを企画し、屋外や体育館、遊具で体を動かして遊ぶ児童の増加や異学年交流をめざす。 ・校庭のラインや用具室の整頓に気を配り、使いやすいようにしておく。 				
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等				
<ul style="list-style-type: none"> ・地域のスポーツクラブに校庭体育館の施設開放を行う。 				

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

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立高津小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	405名
校 長 名	中島 恵治	体育主任名	吉村 卓巳

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

R3年度において、自校と全国の平均を比較して分析をする。

	握力		上体おこし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン		50m走		立ち幅とび		ソフトボール投げ	
	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校	全国平均	R3学校
1男	9.12	9.8	11.64	3.2	26.54	25.2	27.26	25.2	18.73	15.6	11.45	13.1	114.7	114.00	8.28	8.66
2男	11	10.6	14.54	17.6	27.74	27.8	31.58	28	29.07	38	10.59	13.04	125.6	123.2	11.5	11
3男	12.69	12	16.72	19	29.73	25.4	35.38	27.8	38.41	42.8	10.02	11.8	136.8	124.2	15.7	16.8
4男	14.45	14.6	18.63	11	31.06	36.4	39.21	34.6	45.6	28.6	9.61	10.32	144.5	146	18.9	24
5男	16.49	11.75	20.79	21	33.49	35.83	43.61	28.9	54.83	31.25	9.22	9.6	155.4	160.2	22.9	24.2
6男	19.43	21.2	22.66	21.4	35.72	36.20	46.27	45.4	63.42	65	8.87	9.92	164.1	156.20	26.7	22.8
1女	8.57	9.2	11.39	6.6	28.57	21.8	26.52	24	15.96	16.2	11.82	12.68	106.9	110	5.6	5
2女	10.23	12.6	14.13	14.6	30.3	33.4	30.56	29	22.27	29.6	10.93	11.18	117.7	135.6	7.4	7.8
3女	11.84	12.2	15.85	13	32.08	25.2	33.58	28	29.16	20	10.4	12.92	128.1	93.6	9.4	7.6
4女	13.87	15.8	17.64	20	34.82	32.8	37.91	40	37.09	24.6	9.91	10.54	137.9	151	11.6	12.8
5女	15.91	15.6	19.19	18.8	37.4	35.6	41.51	43.4	44.14	63	9.52	10.3	147.4	157.8	13.6	11.8
6女	19.23	20.6	20.84	23	41.02	43.8	44.19	41.6	51.56	53.8	9.15	10.1	156	152.4	16.4	15.4

※全国平均は令和元年度版文部科学省による調査を参照にしています。
※色がついているところは全国平均より下回っているところです。

(○は強み、▲は弱み)

- 「握力」は昨年度に引き続き、全国平均を超える学年が多く、高津小学校の強みと考えられる。
- 「シャトルラン」は昨年度よりも全国平均を超える学年が増えている。
→日々の3分完走やマラソン記録会の成果であると考えられる。
- 昨年度の課題であった「ソフトボール投げ」は、かなり改善され、全国平均を上回る学年が増加している。
→昨年度、投運動に焦点をあてた取り組みをした成果もあるのではないか。
- ▲「50m」と「反復横跳び」の結果が全体的に低い。
特に「50m」は昨年度よりも全国平均を下回る率が増加しており、すべての学年において平均を下回っている。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・部活動として駅伝部があり、大会直前に部員を募り、練習をすることになっている。意欲のある児童が加入し、技能の向上を図っている。
- ・野球、バスケットボール、サッカー、バレーボール、空手、陸上教室、テニス等、たくさんのスポーツクラブが地域や地域外にあり、学年が上がるにつれて加入している児童が多くなり、およそ30%ほどの児童が活動している。

(1) 具体目標・数値等

- 昨年度の「体力推進向上計画」の課題と上記の現状を踏まえ、以下のように目標を設定した。
1. 持久力向上を図り、マラソン記録会の記録が向上した児童を全体の80%以上にする。
 2. 学校全体で鉄棒運動の強化を図り、4年生の「逆上がり達成率」を50%以上にする。
 3. 多様な運動の経験を通して、総合的に体力向上を図る。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 4月当初の職員会議で、本校の弱みと共に授業の中で取り入れて欲しい運動を体育主任が説明して共通理解をはかる。 ・ 鉄棒研修会 ・ 体育科におけるICT機器の導入
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	<ul style="list-style-type: none"> ・ ワークシートを活用した3分間走の実施により、持久力向上を図る。 ・ 特に鉄棒運動の強化を図る。鉄棒のワークシートを作成し、多くの技に挑戦したり、順序だてて技を習得したりできるようにする。 ・ 体育授業の準備運動で、主運動につながる多様な動きを取り入れた折り返しの運動を行う。 ・ 体力向上に対する児童の意識を向上させるために、体力テストの記録用紙に前年の記録を載せ、目標を持ったり、自分の記録を客観的に捉えたりす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）
4 ・ 今 年 度 の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ・ マラソン記録会実施 ・ 体力向上につながる遊び場の設営（校庭の整備、投運動ゲームの制作など） ・ 投運動の強化のための「的当てゲーム」の作成 ・ 学級会と関連付けた全員外遊び ・ 体育委員会による体力向上を目的とした運動遊びの実施 ・ 体育館に鉄棒を常時設置 ・ ICT機器を活用し、動画で体育情報の発信や技能の披露
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学年便りや学級便り、フェイスブック等で体力向上の取り組みなどを伝える。 ・ 地域の方に外部講師として、体育の授業、クラブ活動等に参加をしていただく。
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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立吉田小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	624 名
校 長 名	岡本 昌浩	体育主任名	藤江 悠太
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)			
<p>○新体力テストにおける本校5年生児童の記録と県平均・全国平均との比較</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほとんどの項目において平均並みである。 ・20mシャトルラン, 長座体前屈においては県平均を下回った。 <p>○運動習慣について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に外で遊んだり, 体を動かしたりする児童が多い。 			
2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼) の結果			
	6 年生の水泳運動「25m完泳率」	4 年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0 %	51.5 %	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・地域には, サッカーやミニバス, 野球, 体操, 水泳, ダンスなどのスポーツクラブがあり, 参加して運動する習慣がある児童がいる。 ・スポーツクラブに参加していない児童の中には, あまり運動する習慣がない児童もいる。 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<p>「持久力の向上」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・持久力の向上を図るために, 外体育の時間では「ロケットタイム (40秒間ダッシュ)」に取り組む。シャトルランにおいて, 4～6年の記録で県平均以上を目指す。 <p>「基本的な運動」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「がんばり体操 (5種目歩走)」に継続的に取り組み, 基本的な運動感覚を身に付けることを目指す。 		
	(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		
	<ul style="list-style-type: none"> ・年度当初の職員会において今年度重点的に取り組む内容について共通理解する。 		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)			
<ul style="list-style-type: none"> ・2年間実施できていない水泳学習に重点を置き, 取り組む。地域の水泳教室と連携し, 講師の先生による指導を取り入れる。 ・屋外体育の時間では「ロケットタイム (40秒間ダッシュ)」に取り組む。 ・屋内体育の時間では「がんばり体操 (5種目歩走)」に組み込み, 基本的な運動感覚を養う活動を取り入れる。 			

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動に向かうための生活習慣を確立するために、家庭と連携し「早寝・早起き・朝ご飯」「メディアコントロール」を呼びかける。 ・拡大保健委員会を実施して生活習慣や健康について児童会活動で発表を行う。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「水泳」「器械運動」「新体カテスト」についての実態調査, 「早寝・早起き・朝ご飯」「メディアコントロール」に関するアンケート, 体育学習や運動についての意識調査, 学校評価を実施する。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立吉田南小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	167名
校 長 名	森脇 達也	体育主任名	広中郁美
<p>1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識、及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）</p> <p>○令和3年度全国体力・運動能力調査における全国平均値と本校の平均値の比較について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力合計点 男子が約2点、女子が約8点、全国平均値を上回った。特に目立って上回った種目は、 《男子》反復横跳び（約5.5点）、20mシャトルラン（約20回） 《女子》長座体前屈（約4.5cm）、反復横跳び（約4.5点）、20mシャトルラン（約12回）、立ち幅跳び（約7cm）、ソフトボール投げ（約3.5m） ・その他の種目については、数値に大きな差異は見られなかった。わずかに下回ったのは、男子は3種目（握力、上体起こし、長座体前屈）、女子は1種目（50m走）であった。 <p>○全国平均値との比較及び意識調査結果から</p> <ul style="list-style-type: none"> ・意識調査において、「運動が好き」と回答する児童の割合が高かった。児童の実態として、休み時間に校庭に出てサッカーやバスケットボール、鬼ごっこ、一輪車、タイヤとびなどを楽しんでいる児童が、全学年にわたって非常に多い。これらの結果から、本校では、コロナ禍において運動不足を懸念していたが、運動の日常化が進んでいる様子が伺える。この傾向を今後も更に継続させていきたい。 <p>○課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現在新型コロナウイルス感染症対策の為、室内運動場の使用に大きな制限が課されている。男子の結果からは、筋力・柔軟性に課題が見られた。今後は、課題克服への対応を視野に入れながら、室内で行う運動領域について、代替または補充できる運動について検討していく必要がある。 			
<p>2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果</p> <p>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」 （鉄棒R4.1月）</p>			
<p>3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・男子の約60%、女子の約25%がスポーツクラブに所属している。（4年～6年） ・サッカー、バスケットボール、テニス、スイミング、ダンスなどに所属している。その中でもサッカーとバスケットボールクラブに所属する児童が多い。 			
4 今年 度の 取 組	<p>（1）具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全学年の体育学習に計画的に「体づくりの運動」を位置づけ、筋力・柔軟性はもとより、運動の基本となる体づくりに取り組みたい。 ・運動の系統性を重視した体育学習に取り組み、運動特性に親しむことで、更に運動好きの児童を育てたい。 ・体育学習における運動経験を、家庭や地域等で実践し、運動の日常化を図っていきたい。そのために、身軽にできて運動量の高い「なわとび」や「マラソン」に、引き続き年間を通して取り組みたい。そのための方策として、チャレンジマラソン（業間マラソン）やなわとび集会の充実を図ったり、体育学習でなわとびカードを使ったりして、児童の意欲を高める。具体的には、6月、3月の間で持久走の計測を行い、1回目と2回目の記録が上がった児童の割合をみるなど、個々に目標をもたせ、目標達成に向かって運動に取り組みさせていきたい。目標達成により、「うれしい！やった！」「〇〇ができるようになった！」と喜びや達成感が出るように仕掛けていきたい。また、2月には「全校なわとび集会」を行い、個人の成績だけでなく、学校全体の成長を確認したい。 		

4 . . 今 年 度 の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会活動（体育委員会の創意工夫活動）を通して、全校が初めての運動に挑戦できるようにしたり、体育委員が様々な運動を全校で紹介したりする。 ・年間指導計画の周知徹底を行い、様々な運動領域に児童が触れるように体育主任が担任へ呼びかける。指導法も併せて紹介していく。
	<p>（２）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今年度は初任者研修があることから、校内で体育授業の公開を行い、全教員で研修に取り組む機会を作る。
	<p>（３）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全校で取り組む「体づくり」を充実させるために、教科体育において低学年期から多様な動きづくりを取り入れるなど、学年に応じて児童の運動の質を保証する。具体的には、多種目歩走（片足ケンケン・クマ走り・うさぎ跳び・かえる跳び・くも走り）を行い、マット運動や跳び箱運動、走・跳につなげるなど体をコントロールする力や感覚が身に付く取り組みをする。 ・運動の特性に触れ、運動好きな児童を育てる取組みとして、年間指導計画を見直しながら児童が様々な運動に慣れ親しむことができるようにする。 ・体育ファイル（1年生～6年生までの記録のファイル化）を活用する。
	<p>（４）体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・期間を決めてのチャレンジマラソン（業間マラソン）に年間２回取組み、持久力を高める。 ・なわとび週間など、体力向上に関わる全校活動を行う。 ・委員会で定期的に運動や遊びを企画し、全校に参加を呼びかける。
	<p>（５）家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保護者と協力し、メディアコントロール週間（睡眠時間と質）を通して、生活リズムを整えることができる取組みを行う。（小・中連携）
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立安田小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	210名
校 長 名	田中 茂秋	体育主任名	小島 祐哉
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>昨年度の新体力テストの結果から、50m走は多くの学年で昨年度のTスコアを上回っており、素早く移動する力（スピード）は高い。また、女子児童を中心に柔軟性が高く、体がしなやかであると言える。</p> <p>本校は、体を動かすことが好きな児童が多い。休み時間には、校庭や体育館で遊ぶ児童が多く、特に男子は、サッカーを中心としたボール遊びを行っている。また、金曜日のノーボールデーの日には、鬼ごっこや遊具に親しむ児童も多い。縄跳びの時期になると、オープンスペースに設置したジャンピングボードを積極的に活用して技能を高めるために取り組む児童が多くいる。学習時期に合わせて環境や場を整え、児童が様々な運動に触れるようにしている。しかし、ノーボールデーの日以外は、ボール遊び中心となっているので、様々な運動に触れる機会を意図的に設定したり、本校の課題である投力や持久力、瞬発力を高める運動に取り組ませたりしていく必要があると考える。</p>			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>地域スポーツクラブには多くのスポーツクラブがある。種目別に見ると、スイミングクラブ、サッカークラブに加入している児童が多い。次いで、バスケットボール、バレーボールに加入している児童が多い。他には、ダンス、野球、柔道、テニスなどに加入している児童がいる。</p>			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ○体育の学習や体力作りに目標をもって取り組む児童の割合を80%以上にする。 ○鉄棒運動では、逆上がり達成率を各学年で設定し、学校全体で50%以上にする。 ○「朝ごはんを食べる」「早寝」「早起き」の目標達成率をそれぞれ75%以上にする。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
<ul style="list-style-type: none"> ○体育科経営案を作成し、4月当初に全職員で本校児童の実態や体育学習の共通理解を図って、授業に取り組む。 ○児童の鉄棒運動に関する実態調査を行い、各学年の分析をして授業改善につなげる。 ○体育実技研修等で研修したことを校内に広め、体育科授業の充実につなげる。 			
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）			
<ul style="list-style-type: none"> ○体づくり運動、鉄棒運動を重点単元とする。鉄棒運動については、準備運動として鉄棒セットを行う。また、帯単元として位置づけ、年間を通して、児童の技能を高められるように年間指導計画を工夫する。 ○領域に応じて、学年に応じた目標値を設定し、系統的に技能や体力が積み上がっていくようにする。 ○スモールステップの運動の中で、領域に応じた動きを生かして児童の持久力や俊敏性を高める運動を設定するようにする。 			

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <p>○校内マラソン大会を年間2回行い、チャレンジマラソンへの意欲を高めるとともに、自分の記録の伸びや達成感を味わうことができるようにする。</p> <p>○2月に校内縄跳び大会を行い、休み時間にも目標をもって取り組めるようにする。体づくり運動における縄跳びに合わせてオープンスペースにジャンピングボードを設置し、運動の日常化を図る。</p> <p>○ノーボールデーの日を設定し、ボール遊び以外の遊び（持久力、敏捷性を高める運動）にも触れる機会を増やす。</p> <p>○運動委員会を中心に、体力を高めるための取組みを企画する。</p>
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>○生活リズムを整えるために、「元気モリモリカード」を作成し、家庭と協力して取り組む。</p> <p>○東陽中学校校区の学校と連携し、年に2回生活リズムチェック強化週間を設けて取り組む。</p> <p>○市内の小学校と連携して、鉄棒（だるま回り、逆上がり）の実態調査を行い、授業改善を行う。</p> <p>○早寝をテーマに学校保健委員会を開催し、睡眠について児童・保護者とともに考える。</p>
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立鎌手小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	42 名
校 長 名	岩崎 伸史	体育主任名	福田 恭路
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・本校の R3 年度の新体力テストの結果と県平均を比較すると、反復横跳び、シャトルラン、長座体前屈では、県平均を上回る児童が多い。一方で、上体起こし、握力、50m 走、ソフトボール投げの記録は県平均より低い児童が多いことから、筋力の種目に課題がある児童が多い傾向にある。 ・中間休み、昼休みは割り振られた曜日・時間に体育館でドッジビーやボール遊びをする姿が見られる。一方で、学年によっては教室に残る児童が多く見られる。遊具が少ないためか、自分の体重を支えたり逆さまになったりする感覚を養う遊びはあまりしていない。 ・校区が広いため、一部の児童はバスで通学していることから、一日を通した歩行距離には差がある状況である。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果			
	6 年生の水泳運動「25m完泳率」	4 年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0 %	51.5 %	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
今年度は、全体で 5 割程度の児童が地域のスポーツクラブに参加している。男子は 6 割程度、女子は 5 割弱の割合である。主に野球、サッカー、水泳に参加している児童が多い。			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・2022年度新体力テストの総合評価が D・E の児童の割合を 20%以下に下げる。 ・意識調査で、「運動が好き」「健康的な生活が送れている（早寝、早起き、朝ご飯）」と答える児童それぞれ 80%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		
	<ul style="list-style-type: none"> ・体育主任は、受けた研修を生かして授業を行い、TTで行っている授業では教師が互いに学び合う姿勢で授業に臨む。また研修会に参加した職員が持ち帰った資料や、実践などを校内で共有する機会をもつ。 		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）			
○授業改善			
<ul style="list-style-type: none"> ・教師が本時の課題を明確にし、課題に合った振り返りをする。 ・授業者が運動の系統性を意識したスモールステップでの指導を行ったり、運動量を確保しながら場やルールの工夫を行い、仲間と共に「試す」・「気づく」活動を入れたりする。 ・学習カードを使い、児童が見通しをもったり自分に合っためあてや運動のコツを考え振り返りをしたりできるようにする。 ・筋力の向上のため、全学年統一した準備運動を行う。 			
○年間を通した取組			
<ul style="list-style-type: none"> ・毎週木曜日に朝マラソンを行い、児童の基礎的な体力の向上を図り、定期的に運動する機会をもつ。また記録会を行い、児童が自分の成長を実感できる機会を設ける。 ・冬季の休み時間に器械運動を重点的に練習できるよう体育館に練習場所を設ける。また教師もその場について指導を行う。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・校内マラソン記録会の実施 ・縄跳び集会の実施 ・毎週木曜日に朝マラソン、雨天の場合は持久跳びの実施。
5. 今 年 度 の 取 組	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭・地域との連携 ・食育やメディアコントロールなど、健康的な生活習慣について啓発活動を行う。（学校栄養士と連携した食の学習） ・運動会を児童の運動の成果発表の場とする。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立真砂小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	13名
校 長 名	品川 智成	体育主任名	三口 由香

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

・昨年度の結果を、令和3年度参考データ（県平均）と比較してみると、次のとおりである。○が平均よりよい人数

学年種目（男女人数）	握力	上体	反復	長座	シャト	50m走	立ち幅	ソフト
1年男女（1・2）	○○	○	○○		○○○	○○	○	○
2年男女（2・1）	○○	○○	○		○○	○○	○○	○○
3年男女（0・1）					○○			
4年男女（2・1）			○		○	○	○	○
5年男女（1・1）	○○	○○	○○		○○	○	○	○○
6年男女（0・1）		○	○		○	○	○	○
県平均を上回った児童の割合	46%	46%	53%	0%	84%	53%	46%	53%

小規模校のため、各学年の実態は、個人の結果に依存するところが大きいですが、種目ごとにみると、特に「長座」で大きく県平均より下回っている。

また、結果を昨年と比較すると、「シャトルラン」「50m走」では県平均より上回っている児童の割合を維持しているので、継続して取り組んでいることの成果も見られた。

体育の時間以外での運動習慣がほとんどない児童が半数程度いるので、これからも、運動の機会を確保していく必要があると言える。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・地域の野球クラブに所属している児童が2名（6年男子・3年男子）いる。
- ・地域の体操クラブに所属している児童が1名（6年男子）いる。
- ・地域のソフトテニスクラブに所属している児童が2名（5年女子・4年女子）いる。

4. 今年度の取組

(1) 具体目標・数値等

- ・元気アッププログラムの「マラソン」「二重跳び」「一輪車」を、継続して全校で取り組む。定期的に記録を計ったり、児童の伸びを可視化したりすることで全員が向上心をもって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

- ・校外での研修で得た内容を校内に周知するとともに、本校に則した指導に生かせるよう協議していく

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「体づくり運動」系の領域を重点領域に位置付け、校地内の固定遊具等を効果的に用いた運動を行うなどし、体全体の動きを高めていく。 ・豊富な運動経験を保障する。遊びの中から動きを発展させ、固定遊具・機械器具を用いた多様な運動を授業の中に意図的・計画的に位置づける。 ・児童の発達段階に応じ、個別の指導を充実させる。 ・全校体育の特色を生かし、児童同士が積極的にかかわることを通して技能の向上を図る。 ・運動の内容に応じ、学習カードを用い、一人一人の児童がめあてをもって運動に取り組めるようにする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水曜日の朝マラソン、金曜日の体力づくり（一輪車・縄跳び等）に引き続き全校で取り組む。 ・竹馬・一輪車・ホッピングなどを、児童が取り出しやすい場所に設置し、休み時間に取り組めるよう働きかける。 ・委員会や各学級の計画により、毎週木曜日の昼休みに全校遊びを実施し、楽しみながら運動する機会を設ける。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育園と合同で実施しているロードレース大会は、今年度も年3回実施する。 ・今年度も益田市内小規模校（6校）と計画して、サッカー交流会、バスケットボール交流会を実施する。 ・クラブ活動で、体育の授業等では行わない運動に取り組む機会を設ける。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>
	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市町立豊川小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	33名
校 長 名	小石 伸江	体育主任名	池森 幹夫
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>昨年度の体力・運動能力調査では、本校は各項目で県平均よりも低い状況である。しかし、体育の学習や休み時間等で地域と連携しながら計画的に体力づくりを実践したことで、年度当初と比較すると持久力が高まってきている。今年度も児童が自分で決めた目標に向かって意欲的に活動できるような取り組みを継続的に行っていきたいと考える。</p>			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0 %	51.5 %	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>地域にはサッカー、ミニバスケットボール、空手、水泳、テニスなどのスポーツクラブがあり、参加して積極的に体を動かしている児童がいる。しかし、スポーツクラブに参加していない児童の中には、あまり運動する習慣がない児童もいる。</p>			
4 . 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	① 3～5年児童の25m完泳率80%。		
	② マラソン記録会で自己記録を更新した児童の割合80%。		
	③ 柔軟性を高める。		
	(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		
	① 学校評価の中に体力向上に関する目標を設定し、達成のための具体的な方策、評価指標について全職員で共通理解を行う。		
	② 体育科の授業作りに活かせる情報提供や研修報告などを通して、体育の授業改善を図る。		
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）		
	① 体育館で体育を行う際は、「5種目歩走」でウォーミングアップをする。		
	② 体力づくりの時間を確保し、児童に適した指導を展開し、体力の向上を図る。（9・10月）		
(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 木曜日の中間休みに、全校で5分間走をし、1年間に3回マラソン記録会を行う。			
② 掃除終了後、柔軟性を高める運動を行う。			
③ 週に1回のロング昼休みで全校遊びや縦割り班遊びを設定し、体を動かす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			
① 「生活リズム・家庭学習アップ大作戦」を実施し、早寝早起き、メディアの項目を入れ、生活習慣の確立への意識を高める。（年4回）			
② 2月末に地域の方や高校生も交えて、校内駅伝大会を実施する。			
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）			
○			
●			

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立西益田小学校	児童数 (R2.5.1 現在)	165 名
校 長 名	有 福 保	体育主任名	鳥 居 壘

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 R3 年度 新体力テスト結果（県の平均と比較）

R3年度 新体力テスト（県平均）→「しまねっ子！元気アップ・レポート」より

学年男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県
1 男	8.75	8.98	8.429	11.76	23.13	26.54	26.43	27.37	16	20.37	11.85	11.65	117.9	118.17	7.75	8.8
2 男	10.57	10.82	13.07	14.19	26.21	27.34	27.93	31.05	26.25	30.15	9.864	10.59	127	129.37	12.36	12.76
3 男	10.77	12.68	9.2	16.47	32	29.9	27.5	34.92	19.64	38.73	10.74	10.11	112.2	140.97	10	16.24
4 男	14.53	14.32	19.6	17.47	34.67	31.6	40.07	38.48	47.29	46.46	9.507	9.69	149	146.48	16.62	20.58
5 男	16.44	16.74	20.5	18.45	26.69	32.85	39.88	42.23	62.31	54.81	9.3	9.25	153.2	158.12	22.69	23.94
6 男	18.0	20.18	22.1	21.12	30.9	35.3	46.3	45.71	66.1	63.5	8.8	8.86	163.3	168.08	28.3	27.77
1 女	8.286	8.49	11.17	11.64	26.5	29.19	25.17	26.46	13.07	16.14	12.33	11.88	107.8	110.26	5.214	5.57
2 女	10.25	10.38	15.92	14.06	34.08	31.32	28.67	30.48	19.92	23.99	10.11	10.82	123.7	124.55	8.417	7.92
3 女	11.13	12.2	13.2	15.83	32.5	33.3	27.19	34.54	22	31.85	11.23	10.36	113.1	133.34	8.375	10.91
4 女	14.94	14.27	18.83	17.02	35.11	35.54	40.06	37.08	42.39	37.88	9.417	9.9	146.6	141.33	12.22	13.31
5 女	17	16.64	18.45	18.16	33.75	36.78	36.25	41.39	45.4	46.38	9.505	9.53	149.8	150.64	15.45	15.72
6 女	16.7	19.52	17.1	19.07	38.8	39.23	40.6	42.98	35.6	50.73	9.8	9.23	147.2	158.13	14.7	17.93

※黄色は平均以下。

- ・新体力テストの結果を見ると、どの学年においても長座体前屈（柔軟性）、反復横とび（敏捷性）、ソフトボール投げ（投力）において課題が見られる。

② R3 年度 益田市「逆上がり」実態調査結果

	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
西益田 (%)	33%	28%	73%	51%	66%	81%
益田市 (%)	35%	42%	54%	54%	48%	59%

- ・益田市の逆上がり実態調査からは、学年により技能の定着に差があることが分かる。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・全校児童の男子の約 4 割が地元の野球やサッカー、水泳などのクラブに、女子の約 3 割が地元のバスケットボールやサッカー、ダンスなどのクラブに所属している。

(1) 具体目標・数値等

- ・各学年の中核技の達成率 75%
- (2月までに調査を行い評価する。)

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年度初めの職員会で、本校の現状や今年度の取り組みについて説明する。 ・年に一度、体育の授業を公開する。 ・体力向上や体育の授業について、「体育だより」を作成し、教職員に情報発信する。 																	
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <p>○重点単元，重点指導運動，各学年の中核技の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重点単元・・・器械運動系のマット運動 <ul style="list-style-type: none"> *6年間で、倒立前転ができる西益田っ子 ・重点指導運動 <ul style="list-style-type: none"> ①折り返しの運動 ②かべ倒立 ③ブリッジ ・各学年の中核技 																	
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 16.6%;">1年</th> <th style="width: 16.6%;">2年</th> <th style="width: 16.6%;">3年</th> <th style="width: 16.6%;">4年</th> <th style="width: 16.6%;">5年</th> <th style="width: 16.6%;">6年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>よじ登り逆立ち</td> <td>三点かべ逆立ち</td> <td>かべ逆立ち</td> <td>補助付き倒立 ブリッジ</td> <td>補助倒立前転</td> <td>倒立前転</td> </tr> </tbody> </table>						1年	2年	3年	4年	5年	6年	よじ登り逆立ち	三点かべ逆立ち	かべ逆立ち	補助付き倒立 ブリッジ	補助倒立前転	倒立前転
	1年	2年	3年	4年	5年	6年												
よじ登り逆立ち	三点かべ逆立ち	かべ逆立ち	補助付き倒立 ブリッジ	補助倒立前転	倒立前転													
<ul style="list-style-type: none"> ・体育ノートの活用（2～6年） <ul style="list-style-type: none"> *見通し，記録，できたこと，感想，課題，分かったこと等を記入 																		
4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）</p> <p>○「パワーアップタイム」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎週水曜日に全校で4分程度のランニングを行う。 <p>○高津川清流マラソン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高津川土手沿いを走るマラソン大会を行う。（全校児童参加） （低：800m，中：1000m，高：1500m） *大会前にマラソン週間を設けたりや表彰企画したりすることで，走ることへの意欲を高める。 <p>○運動しやすい環境整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育備品の購入 ・倉庫の整理・整頓，すぐに使えるように用具を出す。 ・運動場のポイント打ち ・投運動がしやすくなる環境を整える。 																	
	<p>(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等</p> <p>○地域スポーツクラブとの連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じてスポーツクラブの指導者と情報交換を行い，児童の様子や課題を共有し指導につなげる。 <p>○PTA 保体部を中心とした家庭との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・PTA 保体部と連携し，学校保健委員会を開催する等，よりよい生活習慣の確立を目指した取り組みを行う。 																	
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>																	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立桂平小学校	児童数（R4.5.1現在） 14名
校 長 名	大橋 大	体育主任名 篠田 隆信

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

・令和3年度の新体力テスト結果では、全校児童の得点分布が下の表のようになっている。

得点	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
1								
2			1					2
3	1				1	1		
4	5	2	1		1	2	3	1
5	2	1	2	2	2	5	1	4
6	3	4	3		2	3	6	4
7	3	1	2	4	5	3	4	3
8		4	4	5	3			
9		2	1	2				
10				1				

「反復横跳び」「長座体前屈」「上体起こし」の得点が高い。

「握力」「50m走」「ソフトボール投げ」の得点が「5」以下の児童が半数以上おり、「筋力」「短距離の走力」「投げる力」がやや弱い。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・水泳、サッカー、地域の卓球クラブに、令和4年度14名中、8名が加入している。

（1）具体目標・数値等

- ・マラソン会で自己目標を設定する。2回目のマラソン会で記録がのびる児童60%を目指す。
- ・環境整備に努め、教科体育で鉄棒に触れる機会を増やし、鉄棒の基礎感覚をつかむことを大切にした指導を行うことで、逆上がりができる全校児童の割合60%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

- ・必要に応じて長期休業を利用して校内研修を計画していく。

4 . 今 年 度 の 取 組	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎時間、めあての提示と振り返りの時間を設定する。 ・ 体育の最初の5～10分間、主運動の特性にあわせた下位運動を取り入れ、場の設定を児童が行って、楽しみながら行うことができるようにする。1つ1つの動きは、段階を追って指導し、運動技能の定着を図る。特に低・中学年では、腕で体重を支える経験と逆さ感覚、頭ごしの感覚を育てる。 ・ 鉄棒にいつでも触れることができるような環境を整備する。また、「鉄棒セット」で鉄棒の基本となる動きを指導するとともに、自分の技を高めようとする意識を高める指導方法の工夫をしている。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 月に2回、昼休みに縦割り班で外遊びを中心とする集団遊びをする機会をもち、いろいろな運動や遊びを経験することで身体を動かすことの楽しさを実感させる。 ・ 5月～12月までの間、週に1回のマラソンタイム（マラソンやなわとび）に取り組んで意欲を高め、持久力の向上を図る。1月以降はなわとびに取り組む。なわとび集会などを目標にさせ、意欲的・主体的な取組みとなるよう、しかけを行う。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や地域と連携しながら、アウトメディアウィークなどに取り組み、よりよい基本的な生活習慣の確立を図っていく。 ・ 公民館主催の「健康ウォーク」や「ニュースポーツの集い」などへの参加を呼びかける。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立戸田小学校	児童数（R4.5.1現在）54名	
校 長 名	村上 剛	体育主任名	濱屋 崇

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

- ・令和3年度の県平均と本校の新体力テストの平均値を比較した結果、全体的に県平均と同等かそれ以下という結果が多かった。その中で、県平均と比べて高い値が多かったのは、握力と立幅跳、50m走。低い値が多かったのは、シャトルランや反復横跳びであった。特にシャトルランはすべての学年で県平均を下回っていた。このことから、瞬発的な運動に関しては本校の児童は得意な傾向があるが、持久力が課題であることが分かる。
- ・休み時間には、大半の児童が校庭や体育館で体を動かしている。高学年はサッカーなどのボール運動、低学年は鬼ごっこが中心である。異学年でも関係なく一緒になって遊ぶ様子が多く見られる。冬季では、縄跳び遊びを全学年通して積極的に行っている様子が見られ、運動への意欲は低くないことが分かる。意識調査からも、運動が好きと選んだ児童が大半であった。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・全校54名のうち、21名の児童が運動部に加入している。前年度に比べて加入率は増加している。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・逆上がり達成率50%を目指す。 ・前期後期でマラソン記録会を行い、記録が伸びた児童の割合を80%とする。
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指導力向上のために、指導上参考となる資料を職員に配布する。 ・体育科の年間指導計画を基に、学年ごとの本校に対応した指導計画を作成する。同単元を同時期に行うようにし、指導者同士でのアドバイス等がしやすいようにする。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒運動の時間を授業の中で設定し、鉄棒の技術向上、走跳の基礎的技術の習得を目指し、継続的に行う。 ・児童が目的意識をもって活動に取り組めるよう、めあての設定やふり返りの時間を確保する。 ・児童同士がお互いの成長やがんばりを認め合うことができる場面を設定する。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マラソン記録会や新体力テストを行う際には前回の記録を伝え、目標と向上心をもって臨むことができるようにする。 ・持久力の向上を目指し、中間休みの時間をつかって定期的にマラソンを行う。 ・昼休み等での外遊びを推奨する。 ・体づくりの場の設定（鉄棒・マット・縄跳びの集中時間）
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マラソン記録会では、事前に学校から保護者にお知らせの文書を配布し、当日応援にお越しいただけるよう依頼する。終了後には、児童が記録カードを持ち帰り、家庭での話題にさせていただき次回への意欲喚起を図る。 ・学校だよりや学級通信にて、体育的行事や体育の様子、体力テストについて知らせる。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立中西小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	74名
校 長 名	野村 浩巳	体育主任名	金津 翼
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>○校区が広い、バス通学やタクシー通学の児童が多く、また徒歩であっても登校距離が1km以内の児童が多いため、登下校における運動量が少ない。</p> <p>○県の平均の数値と比較して「握力」では、多くの学年で県平均を上回っている。反対に、それ以外の種目では県平均より下回っているものが多い。また、学年差が激しく、新5年生の男子はほぼ全ての項目で県平均を上回っているのに対し、新2年生は、ほぼ全ての項目で県平均を下回っている。</p>			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>○校区内だけで行えるスポーツクラブには、週2回活動している空手教室があり、数名参加している。また、校区外ではあるが、サッカー、水泳、陸上、柔道、ダンスのクラブチームに所属している児童が全体の2割程度いる。</p>			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<p>○新体力テストの総合評価でC段階以上の割合が70%を上回るようにする。</p> <p>○縄跳びの記録の伸びがあった児童が三分の一以上を目指す。(12月と3月実施)</p>		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<p>○新体力テスト等の結果を受けて、現状の報告と今後の取り組みについて説明し、1年間の児童の体力向上につなげる。</p> <p>○教員の指導力向上のために、体育等の研修会への積極的な参加を呼びかける。(可能な範囲で)</p> <p>○体育に関する事柄の共通理解を図ったり、効果的な指導法を紹介したりする。</p>		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）			
<p>○体育ノートやワークシートの活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「めあて」と「ふりかえり」を行うことで、目的や目標をもって運動を行えるようにするとともに体育ノートやワークシートに記録をし、成長の伸びを実感できるようにすることで、運動への意欲を高める。 <p>○子どもが主体的になる授業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友だちと関わりながら、教え合いが行われていく授業作りをすることで、運動のポイントを言語化させ、技能の習得や向上に繋がるようにする。 <p>○なわとび</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体のリズム感を身につけたり、筋力・持久力を高めたりするのに効果的なため、校庭が使用できない時の体力づくりとして、また冬場の授業でのウォームアップ・アップとして活用を図りたい。 ・『なわとびカード』を作成して、全校に配付する。 ・「長縄とび」では、学年ごとにめあてを決めて、最高回数などを記録する。(子どもの意欲向上や集団づくりのきっかけに) 			

(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）

- 体づくり体操を毎日全学年で継続して行う。また、時期は未定だが委員会で全校遊びなどを企画して、屋外や体育館で体を動かして遊ぶ児童の増加や異学年交流をめざす。
- 前期末に『器械運動週間』を設け（鉄棒、マット、跳び箱）、日常的に取り組むことが難しい運動や指導の必要な内容については、担当者付きのもと、休み時間を中心に環境を整えて実施する。
- 後期に体育・保健委員会主催の『なわとび記録会』を行うことで、授業以外のなわとびへの取り組みに意欲をもたせるとともに、企画・運営を通して子どもの主体性を育成する。
- 校庭のラインや用具室の整頓に気を配り、使いやすいようにしておく。
- 体育の授業の充実が図られるよう、指導の要点や様々な運動の紹介を掲載している冊子・記事を配付する。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- 生活習慣チェック表(TNPシート)による生活習慣の確立と運動の推進を図る。
- 学研が出版する「親子のための運動・遊び情報誌『ソトイコ!』」を全家庭に配布し、家庭での運動や遊びに役立ててもらおう。

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

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	益田市立東仙道小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	16名
校長名	宮崎 晃	体育主任名	大畑 洋志

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3年度の本校の体力・運動調査の結果を県平均と比較してみたところ、次のような結果となった。

体力・運動調査（5年生）の結果から

①反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳びの種目で県平均を上回る結果となった。

意欲的に活動する姿は多く見られる一方で、自分の力をさらに高めるために運動に取り組む様子はあまり見られない。児童一人一人が基本的な体の動きを身に付け、自分が苦手な運動にも挑戦しながら体力向上への関心を高めることが大切だと感じている。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

なし。

4
・
今
年
度
の
取
組

(1) 具体目標・数値等

- ・年間3回のチャレンジマラソンで、タイムを縮めることができた児童の割合90%（15人）以上を目指し、基礎体力を高めることによって、「持久力」の向上を目指す。
- ・毎時間、準備運動の際に柔軟運動を取り入れる。
- ・5種目歩走で、下記の目標を全て達成した児童の割合70%（11人）以上を目指し、基本的な体の動きを身に付けることで、「持久力」を高めることを目指す。

- ①片足とび・・・どちらの足でも12m片足けんけんで進むことができる。
- ②両足とび・・・両足をそろえて、リズムよく跳びながら前に進むことができる。
- ③犬走り・・・12mを5秒程度で走りきることができる。
- ④うさぎ跳び・・・両手を前に向かって大きく伸ばし、リズムよく跳びながら前に進むことができる。

(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

- ・校外で行われる研修会に積極的に参加し、研修内容を校内に広めることによって、児童の体力向上につながる授業づくりを考えられるようにする。
- ・ボール運動や体づくり運動を中心に、体育の授業につながる実技研修を行う。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全校体育の中で3分間走に取り組んだり，遊具をつかった運動を積極的に取り入れたりしながら，全校で体力向上に努めていこうとする意識を高める。 ・体育館で授業する場合には，体づくりの運動として5種目歩走を取り入れ，伸び伸びと体を動かしながら，基本的な体の動きを身につけ，体力向上につなげる。 ・授業の中で ICT 機器（タブレット）を積極的に使い，児童が自分の体の動きを，動画で分析することができるようにする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全校で一輪車の練習に取り組む，異学年同士でペアを組んで練習をしたり，運動会で練習の成果を発表したりすることによって，バランス調整力，そして体力の向上を目指す。 ・全校で行うチャレンジマラソンに向けて，「四つ山マラソン週間」を設定し，150mトラックを1・2年生は200周，3～6年生は400周を目指す。 ・縦割班ごとに遊びを企画し，異年齢集団での体力づくりに取り組む。
	<p>(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チャレンジマラソンを学習公開日の日に設定したり，学級通信等で練習の様子を話題にしたりすることで，体力向上の取り組みを家庭に発信できるようにする。 ・小規模校との交流活動で，様々な運動に取り組みながら，大人数で運動をすることの楽しさを味わうことができるようにする。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立都茂小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	31名
校 長 名	小田川 治	体育主任名	岡崎 文祥
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の新体力テストの結果より、県平均を下回った割合が最も多い種目は「上体おこし」である。上体おこしは、男子で3つの学年、女子でも3つの学年が県平均を下回った。逆に県平均より2割以上高い学年があるなど、学年による差も大きい。少人数による学級集団なりの特徴が表れてしまう本校の弱みであると言える。それに対し、「20mシャトルラン」では、今年度も多くの学年で県平均並みか上回る学年がいくつもあった。中間休みのマラソンなど、日々の積み重ねで鍛えられていることや、その時間に全校児童がまじめに取り組める本校の強みであると言える。 ・外遊びに親しみ、体を動かすことが好きな児童が多い。休み時間には、遊具遊びやおにごっこ、一輪車、ボールを使った遊びなどを行っている児童が多い。 			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> ・野球3名、水泳5名、陸上2名、ダンス2名、サッカー1名 計13名で、全体の約42%の児童が所属している。 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・上体おこしの数値改善のために、体育館で行う学習では、3～5分程度体幹を鍛える動きを取り入れる。 ・児童アンケートで、児童が「体を動かしている」と肯定的に回答する割合が80%以上。 		
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
	<ul style="list-style-type: none"> ・4月当初の職員会議で、体育運動への取り組みについて共通理解を図る。 ・体力向上推進計画について ・体育に関する研修等に参加した際には、職員会等で伝達場を設ける。 		
	(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）		
<ul style="list-style-type: none"> ・外の体育では、鉄棒運動に取り組む機会を短時間でも取り入れ、発達段階に応じた動きができるよう指導していく。 ・体育科の授業においてタブレット端末を活用し、自分の運動する様子を視覚的にも意識させる。 ・準備運動において各学年の発達に応じたストレッチ運動（個人、ペア）に継続的に取り組んだり、遊具を活用して間接の可動域を広げる動きなどに取り組んだりして、柔軟性の向上を図る。 ・技の系統性が分かるなわとびカードを用い、意欲や見通しを持って取り組むことができるようにするとともに、自分に合った適切なめあてを設定するためのツールとする。また、次年度にもカードを持ち上がるようにし、できるようになった喜びと成長を感じさせるようにする。 			
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・毎週、火・木曜日の業間に、全校で3分間マラソンを実施する。雨天の場合は、体育館で「つもっこのびのび体操」を実施し、運動の機会をつくる。 ・昼休み等に、校庭等で縦割り班での運動遊びを行う。（学期に1回程度） 			

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 地区民連合運動会において、一輪車技能向上の成果の発表の場を設ける。 ・ 保護者や地域に、学期ごとに開催する校内ロードレース大会の案内をする。また、地域のスポーツイベント等の情報を積極的に保護者へ提供し、参加を促すとともに、体力作りに対する啓発を行う。 ・ 上記のロードレース大会では、近接の中学校との連携を検討する。
<p>5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)</p> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	益田市立匹見小学校	児童数 (R4.4.20 現在)	14 名
校 長 名	原屋 定道	体育主任名	溝田 里美

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3年度新体力テスト分析 (参考: 令和3年度しまねっ子! 元気アップ・レポート)

※校内Tスコアが県Tスコアを5ポイント以上上回るものに○、上回るものに↑、下回るものに↓、5ポイント以上下回るものに▲

児童数の減少により、集団の強み弱みというよりも、個人の強み弱みがデータとして表れている傾向が強い。(各学年男女多くて3名)

各項目で○になっているところは県平均を5ポイント以上超えている。(1年女、2年男、3年女、4年女、5年女、6年男はいずれも1名ずつの記録である。)

学校全体としての強みは、挙げるなら握力や上体起こしなど、筋力を必要とする力である。課題として挙げられるのは、長座体前屈や立ち幅跳びで、柔軟性や跳躍運動に力を入れていきたい。

校区が広く、バス通学の児童が全体の半分近くを占めている。また近所に友だちが住んでいないため、放課後に体を動かす遊びができないことなどから起こる運動不足が体力テストの結果に反映されていると考える。

低学年での強み弱みそのまま高学年になったときにも表れているため、低学年からの系統的な指導が必要である。また、前回の結果と今回の結果を比較したときに、伸びが見られる項目が多くあったため、昨年度の活動を引き続き実施したい。

学年/種目	握力	上体	長座	反復	シャット	50m	立幅	ソフト
小1	男	—	—	—	—	—	—	—
	女	○	○	○	↑	○	▲	↑
小2	男	○	○	↓	↓	○	○	▲
	女	○	○	▲	○	○	↓	↑
小3	男	—	—	—	—	—	—	—
	女	↑	↓	○	↓	○	○	▲
小4	男	○	↓	▲	↓	▲	○	▲
	女	↑	○	↑	↓	↓	○	○
小5	男	○	○	▲	○	○	▲	○
	女	▲	○	▲	○	↓	○	○

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

社会体育への参加状況は、14名中4名が校区外のスポーツクラブ(卓球、陸上、水泳)に加入している。全校児童の半分近く(6名)が、地域で活動する和太鼓グループの練習に参加している。

4 (1) 具体目標・数値等

- ・ 1日1時間以上体を動かす児童を40%以上にする。(昨年度27%)
- ・ 逆上がりの完全達成度を全校で60%以上にする。
- ・ チャレンジマラソンやチャレンジなわとびで持久力や跳躍力を高める。
- ・ 柔軟性 … 準備体操で意図的に組み込む。
- ・ 跳躍力 … ウォーミングアップの5種目歩走で両足ジャンプなどを取り入れる。 → 継続する。

今年度の取組

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小体連で行う研修を校内でも周知し、自分も参加していくようにする。 ・学校目標【尊重・創造・自律プロジェクト】のどの柱で活動を行うのか明確にしたうえで、目的を持って様々な活動や行事に取り組む。
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教科体育において、走・跳の運動（5種目歩走）・鉄棒運動を重点単元として位置づけ、必要に応じて帯単元を取り入れる。 ・年間を通して、重点的に行う運動をいくつか取り上げ、6年間を通して成長の跡を記録できるファイル（体育ファイル）を作成し、各学年で活用する。マラソン、なわとび等の各種カードを作成し、成長の記録をとることで、指導に系統性、継続性を持たせるようにする。 ・毎週水曜の中間休みにチャレンジマラソン・なわとび・鉄棒の取組みを行い、運動に取り組む時間を作るとともに、粘り強さ、目標に向かって達成していく力（チャレンジ力）を身につけるように計画的に取り組む。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「保小中合同運動会」「匹見町紅葉ロードレース」などの様々な年代の人と一緒に作り上げる活動において、一人ひとりがめあてを持ち、そのめあてを達成するために工夫をしながら取り組むことで、生涯にわたってスポーツに親しむ心情を育てる。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動会を保・小・中連合で行い、練習や競技を一緒に行う。 ・メディア接触時間や学習時間について親子で話し合い、めあてを持って、規則正しい生活の実現を目指す。 ・PTA活動で親子スポーツを、地域の方の指導でスポーツ教室を例年実施している。（年1回ずつ） ・小中連合マラソンを中学校と一緒に取り組み、小中の連携を図る。可能であれば地域の方の参加も募る。 ・今年度は、小中合同学校保健委員会で「感染症対策」をテーマとして扱い、小中で連携をして取り組んでいく。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	津和野町立津和野小学校	児童数（R4.5.1現在） 117名										
校 長 名	中尾 瑞紀	体育主任名	児玉 奈歩子									
<p>1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの結果を県平均と比較すると、長座体前屈、反復横跳びが県平均を下回った。一方、その他の種目は概ね県平均を上回っている。 ・以上の調査結果より、本校児童は「俊敏性」「柔軟性」に弱みが見られることが分かる。 ・令和元年からは中間休みに全校で3分間持久走に取り組んでいる。また、雨天の日には、全校でリズムダンスやラジオ体操を各教室で行い、継続して体力づくりに取り組む場を設定している。そして、1・2月には、中間休みに全校で3分間縄跳びをしている。このような取り組みを始めてから、学年を問わず、休み時間に校庭に出て遊ぶ児童が少しずつではあるが増えてきている。また、持久走の記録も向上してきている。また、シャトルランの記録も県平均を上回ってきている。 												
<p>2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;"></th> <th style="width: 40%;">6年生の水泳運動「25m完泳率」</th> <th style="width: 45%;">4年生の器械運動「逆上がり達成率」</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>県平均</td> <td style="text-align: center;">60.0%</td> <td style="text-align: center;">51.5%</td> </tr> <tr> <td>自校</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>					6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	県平均	60.0%	51.5%	自校		
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」										
県平均	60.0%	51.5%										
自校												
<p>3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全校の3～4割の児童が、野球、陸上、バスケ、サッカーなど地域のスポーツ少年団に所属している。 												
4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>（1）具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間を通して3分間持久走や雨天時のリズムダンス、縄跳びを継続し、更に体ほぐしの運動を行い児童の体力向上を図ると共に運動への興味や自信を高める。年間実施日数160日を目指す。 ・朝食摂取率100%を目指す。 											
	<p>（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・持久走、縄跳びへの取り組みについて、全校体制で行うための事前研修を行う。 ・持久走、縄跳びの取り組みの成果を確かめ、児童の自信と意欲を高めるために、校内マラソン大会、縄跳び集会を行う。 ・コロナウイルス感染防止に配慮した体育指導について共通理解を図る研修をする。 ・柔軟性を育てたり、体幹を鍛えたりするために体ほぐしの運動を行う。 											

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バス通学の児童が多く、増えてきたとはいえ、休み時間に校庭で遊ぶ児童も多くないため、児童の運動量は全体的に少ない。そのことが、「全身持久力」「柔軟性」における弱みの要因になっていると考える。そこで、運動量の確保を意識した授業づくりをしていく。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中間休みに全校で3分間走を毎日行う。→年に2回マラソン記録会を行う。 ・雨天時には、中間休みに全校でリズムダンスやラジオ体操を各教室で行う。 ・なわとびカードを活用して、なわとび運動に継続的に取り組む。 ・マラソンや縄跳びの取組みについて、自己・他者評価を行う時間を設定する。 ・委員会活動の機能を生かし、たてわり班活動で運動する機会を増やしたり、児童の頑張りを評価したりする。 ・朝の活動で体ほぐしの運動をし、柔軟性を育てたり、体幹を鍛えたりする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「早寝・早起き・朝ご飯」など健全な生活習慣を身に付けさせるために、保健だより等を定期的に発行し、児童・保護者の啓発に努める。 ・家庭と連携し、メディアコントロールの取組みを定期的実施することで、規則正しい生活リズムの定着を図る。 ・学校保健委員会を開催し、生活リズムの見直しについて保護者・児童の啓発を行う。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	津和野町立木部小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	25名
校 長 名	大島 義紹	体育主任名	岩田 浩
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>本校児童の令和3年度体力・運動能力調査と全国・全県の結果を比較した。</p> <p>「握力」は、全国・全県と比べ、やや低い。「上体おこし」は、男子においては、やや低いが、女子においては、上回っている。「長座体前屈」は、男子でやや上回っているが、女子は、全国・全県とほぼ同格である。「反復横とび」では、男子女子とも、全国・全県と比較し、大きな差はみられない。「20m シャトルラン」では、男子は下回っているが、女子において上回っている。「ソフトボール投げ」では、男子は上回っているが、女子では下回っている。「50m走」は、男子において、全国・全県に比べ下回っているが、女子においては上回っている。「立ち幅跳び」は、男子は下回っているが、女子は全国・全県とほぼ同格である。</p> <p>以上の結果から、全国・全県と比較し、全体的に体力・運動能力がやや低いといえる。</p> <p>日常生活において、本校児童は、とても意欲的である。運動においても同様である。個人差があり、時間的にも種目数としても多くの運動をしている児童は、運動能力が高いと言える。運動習慣が身につけていない児童が多い本校の実態から、運動習慣を身につけさせ、まず走ることを基本とし、運動能力全般を向上させることが今年度の課題である。</p>			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3.8月、鉄棒 R3.9月調査依頼）の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<p>全学年を通じて、町内や地域の団体で陸上やサイクリングなどを定期的に行っている児童がいる。</p>			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 中間休み開始の3分間で、「3分間走」を全校児童対象に実施する。 ・ 「1日1時間以上運動をする」児童を全校の80%にする。 ・ 「逆上がり」のできる児童を全校で5割以上にする。 ・ 「50m走」「20mシャトルラン」の結果を昨年度よりも高くする。 		
	（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画		
<ul style="list-style-type: none"> ・ 「体ほぐしの運動」「体ほぐしの運動遊び」を体育科での研究として深め、自ら取り組む運動意欲をさらに高め、体力の向上を図る。 ・ 体育科の授業の流れを教科担任間で共通理解をしておく。 ・ 必要に応じて、管理職が同席した教科担当者会を開催し、日ごろの実践や子どもたちの様子を交流し合う。 			
（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）			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 「体ほぐしの運動」「体ほぐしの運動遊び」を重点領域に位置づけ、全学級の体育の時間のはじめや終わりに、取り入れる。 ・ 少人数での学習を生かし、体育の授業の中で、できるだけ多くの運動量を確保することを意識する。 			

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 中間休み開始時の「3分間マラソン」を継続実施し、定着させる。 ・ 全校徒歩下校を定期的 to 実施し、定期的な運動の重要性を意識させる。 ・ 「なわとびカード」を校庭活用が困難な天候の日や冬季を中心に活用する。なわとびに対する児童の意識を高め、総合的な運動能力の向上を図る。 ・ 新体力テストのこれまでの記録を振り返らせ、運動能力を自分から進んで高めていこうとする意欲づけとする。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ページング放送などを活用し、定期的に行っている全校徒歩下校の日を地域に知らせ、地域の見守り隊や保護者の方と一緒に児童の徒歩での下校を行う。 ・ これまでの新体力テストの結果等を児童と保護者に提示する。その際、学校生活で取り組むことが可能な「苦手な項目を少なくする方法」も提案する。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	津和野町立日原小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	80名
校 長 名	松本 徹	体育主任名	橘 浩明

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

	握力	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	R3	R3	R3	R3	R3	R3	R3
1男	10.2	19.2	28.0	22.2	11.7	107.8	9.2
2男	10.8	26.4	28.4	29.8	11.8	113.6	12.7
3男	13.6	24.7	35.0	40.2	9.7	134.8	19.6
4男	14.5	27.4	40.4	44.9	9.4	137.7	21.1
5男	16.4	32.6	38.1	47.1	9.7	138.9	24.7
6男	20.1	34.8	44.8	57.7	9.0	152.3	28.1
1女	9.4	25.4	27.0	21.4	11.9	107.6	6.6
2女	11.4	31.3	27.7	33.0	10.4	112.0	9.9
3女	12.6	26.8	32.5	34.4	10.2	125.5	10.2
4女	13.8	36.3	35.4	32.6	9.6	131.9	11.5
5女	17.3	39.3	40.9	42.0	9.5	140.5	13.8
6女	20.5	38.2	43.1	51.4	9.1	155.4	15.4

（網掛けになっているところが全国平均を上回っているところ）

○シャトルラン、50m走、ソフトボール投げで全国平均を上回っている学年が多い。しかし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳びにおいて多くの学年で全国平均を下回っている。女子においてはすべての学年で反復横跳び、立ち幅跳びにおいて全国平均を下回っている。

○運動に対する意識は、休み時間や放課後の子どもたちの様子から高いと感じられる。学校評価アンケート（児童対象）において、「自分から進んでめあてをもって運動に取り組んだか」という質問項目に85%の肯定的な回答をしていた。このことから、児童は運動への親しみを持ったり、めあてを持って運動したりすることができているということがいえる。

○学校や家庭での運動を進んでやろうとする児童が多いものの、学校区が広く、半数近くの児童がバス等での登校下校をし、2/3の児童が放課後児童クラブに所属し、自家用車等での帰宅をするという現状があり、日常的に歩く距離は少なくなっている。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域の剣道クラブに6名、サッカークラブに16名、卓球クラブに4名、ダンス教室2名、スイミング教室に4名、柔道に2名、陸上に1名、バレエに3名、野球2名、バスケットボールに1名通っている。

4 (1) 具体目標・数値等

- 自分から進んでめあてをもって運動に取り組む意欲と態度を育てる。
※学校評価アンケートにおいて{・「体育の学習では、自分から進んでめあてをもって運動に取り組んだ。」(児童アンケート80%)・「体育の学習では、めあてを立て、振り返りを行ったり友だちと関わる活動を取り入れたりするなど、授業を工夫して取り組むことができた。」(職員アンケート80%)・「ロードレース記録会や縄跳び等に向けて休みの日にも運動をするなど体を動かしていた。」(保護者アンケート70%)}
- 俊敏性・瞬発力の向上に向けた取り組みを行う。(6月、1月に記録を取る)

組	<p>※反復横跳びの記録6月から1月にかけて、全校の平均の回数を5回伸ばす。</p> <p>※立ち幅跳びの記録6月から1月にかけて、全校の平均を10cmのばす。</p> <p>○自己の体と心に良い生活リズムに向け、自分の課題に向かって取り組もうとする力を育てる。</p> <p>※学校評価アンケートにおいて「生活リズムについて自分のめあてをもち、自分の課題に取り組もうとした。」(児童アンケート80%以上)</p>
4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 全国体力・運動能力・運動習慣調査の自校の実態や報告書をもとに、今年度の取組について共通理解をする。 ・ 長期休業中や合同体育、資料の提供を通して、体育授業の在り方についての校内研修会を行う。 <p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善(年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ めあてを立て、振り返りを行ったり、友だちと関わる活動を取り入れたりするなど、授業づくりを行う。 ・ 器械運動系の学習を重要単元とし、各学年の系統性を大切に授業を実施するために、同時期に同運動を実施し、各担当同士で情報交換を行い指導に役立てる。 <p>(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 業間マラソンや日小ピクス、授業での準備運動等の体力づくりを継続し、運動啓発に努めていく。特に日小ピクスを行う際、しっかりと体を伸ばす、跳ねるといった動きから「俊敏性」「瞬発力」を養う。 ・ 休み時間を使った遊びや運動の紹介や啓発を行う。縦割り班対抗や全校遊びを行う場を設ける。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 新体力テストやロードレース大会の結果等を知らせ、運動の日常化を啓発していく。 ・ 家庭できる運動の紹介や親子でできる運動を紹介し、家庭と連携して体力づくりを行う。 ・ 「早寝・早起き・朝ごはん・アウトメディア」の推進、食に対する関心を高めるために、保健、給食だよりや学校保健委員会等で情報発信していく。 ・ 「日小元気っ子チャレンジアップ」と称して、年に数回、生活習慣を確立するためのチャレンジ週間を実施し、結果や改善策について情報発信するとともに、実態に応じて個別指導を行う。
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)	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	津和野町立青原小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	29名
校 長 名	河野 直樹	体育主任名	柴田 洋二

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

○ 昨年度の体力テストの記録（数値）とR3年度の県の平均の数値を比較した。各学年の人数が少なく、男女で欠学年や個人差が大きい学年があるため、県平均と比較して数値が上回る学年数の多い種目を「強み」に、下回る学年数の多い種目を「課題」とした。結果より、「上体起こし」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」では、多くの学年で県平均を上回っている。反対に「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「ソフトボール投げ」では県平均より下回っている学年が多かった。昨年度、本校の課題として「握力」と「長座体前屈」が挙げられていた。昨年度より成果が表れてきているので今年度もこの2種目については、「遊具遊び」や「どじょうすくい3種目」を継続して取り組み、改善を図っていきたい。また「反復横とび」と「ソフトボール投げ」は、県平均を若干下回り、新たな課題のように感じる。

・昨年度の新体力テストの結果より（県平均と比較）

《県平均と比較して高かった学年》 ※（ ）は今年の中1の学年 ※男子は5年、女子は2年が欠学年

	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	立ち幅とび	ソフトボール投げ
男子	1, 2, 4	1, 2, 3, 4	3, 4	2, 4	2, 4	1, 2, 4	2, 4, (6)	2, 3
女子	3	1, 3, 4, 5	3, 5	3, 5, (6)	3, 4, 5, (6)	1, 3, 4, 5	3, 4, 5	3, 4, (6)

○運動の実施頻度のアンケートでは、少しの休み時間でも外に出て遊び、室内に設置してある鉄棒にさばったり、体を動かして楽しんだりすることが好きな児童が多く見られる。
○地域スポーツクラブ等での活動は、全校児童の約半数がさまざまなクラブに所属している。特に高学年なるにつれて所属率が高くなっている。しかし、活動場所が遠隔地のため保護者の送迎が必ず必要となり、家庭状況に左右され、加入率は減少傾向にある。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・野球、サッカー（フットサル）、バレーボール、ダンス、柔道、剣道に通っている児童がいる。通っている児童は、全校児童の約51.7%（15/29人）である。

4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等						
	・遊具遊び（雲梯・鉄棒・上り棒）を授業に取り入れることで、握力の数値を伸ばし、R3年度の県平均を目指す。						
	握力(島根R3年)	小1	小2	小3	小4	小5	小6
	男子	8.98	10.82	12.68	14.32	16.74	20.18
	女子	8.49	10.38	12.20	14.27	16.64	19.52
	・継続してどじょうすくい3種目を週2回の朝活動や体育科の授業で行い、R3年度の県平均を目指す。						
	長座(島根R3年)	小1	小2	小3	小4	小5	小6
	男子	26.54	27.34	29.90	31.60	32.85	35.30
	女子	29.19	31.32	33.30	35.54	36.78	39.23
	・体育の授業で体幹や瞬発力を高める運動を取り入れ、反復横とびのR3年度の県平均を目指す。						
	反復(島根R3年)	小1	小2	小3	小4	小5	小6
	男子	27.37	31.05	34.92	38.48	42.23	45.71
女子	26.46	30.48	34.35	37.08	41.39	42.98	
・体育の授業や委員会の計画した全校遊びで、ボールを使った運動（ドッジボール）を取り入れ、投げる経験を積み、R3年度の県平均を目指す。							
ソフト(島根R3年)	小1	小2	小3	小4	小5	小6	
男子	8.80	12.76	16.24	20.58	23.94	27.77	
女子	5.57	7.92	10.91	13.31	15.72	17.93	

4 今年度の取組	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> 本校の体力向上推進計画について、職員で共通理解を図る。 職員間で授業におけるタブレット端末の活用の仕方の情報交換を行う。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や 重点化する領域・指導内容等 ）
	<ul style="list-style-type: none"> タブレット端末の活用により、自分の体の動きについて視覚的にとらえられるよう支援する。 年3回の校内マラソン記録会に向けて、個人の目標タイムを決めさせ、児童には記録の成長を伝えて意欲の向上を図る（1回目より、2回目、3回目と年間を通じて記録が伸びるように）。 マラソン記録カード、なわとびカードは1年生から継続して使用し、個人の伸びを実感させる。 どじょうすくい3種目については、児童の個人カードを用意し、変化の過程が分かるようにする。 体力・運動能力等調査を全学年で実施する。 チャレンジカードの取り組みで年2回、児童のメディアコントロールや生活習慣の確立を図る。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
<ul style="list-style-type: none"> 3学期にはなわとび集会を開催する。 週2回、中間休みに約5分間のマラソンを行う。 週2回、朝活動に学校独自の創作体操「ジャリバンダンス」を行い、体幹を鍛えていく。 どじょうすくい3種目を朝活動のジャリバンダンスの後に1種目10秒ずつ実施し、柔軟性を高める。 縦割り班で遊具遊び（雲梯・鉄棒・上り棒）を行う。 児童がいつでもすぐに鉄棒に取り組めるよう、校舎内の各階フロアに三角鉄棒を設置する。 	
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等	
<ul style="list-style-type: none"> 年間3回の校内マラソン記録会やなわとび集会は、公民館と連携し、保護者・地域の方にも見て来ていただき、児童の意欲をより高めるよう配慮する。 チャレンジカードを使って家庭での生活習慣の確立を図る。 	
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	吉賀町立柿木小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	55名
校 長 名	北野 憲民	体育主任名	板倉 成志
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状 (経年変化や県・国との平均比等)			
<ul style="list-style-type: none"> 新体力テストの結果を過去3年間の状況からみると、全体的にゆるやかな上昇傾向にある。 「令和3年度しまねっ子！元気アップレポート」の県平均と本校児童のデータを比較すると、長座体前屈、反復横跳びは県平均を上回っている学年 (男女別) が多かった。一方で、握力、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げは、平均を下回っている学年 (男女別) が多かった。 休み時間には外に出て、ボール遊びや鬼ごっこなどいろいろな遊びをして元気よく遊んでいる児童がいるものの、体を動かしているのは決まった児童であることが多い。 本校の児童の約64%はバス通学であり、普段から歩く距離や時間が、他校と比較して少ない。 			
2. 前年度の実技習得状況調査 (水泳は R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼) の結果			
	6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60.0%	51.5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
<ul style="list-style-type: none"> 地域のスポーツクラブとして、バレーボールやサッカー、野球のクラブに所属して活動している児童がいる。女子…22.7% 男子…64.7% 			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> 20mシャトルランの記録が、半数以上の学年 (男女別) で県平均のデータを超越するようにする。 		
	(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		
	<ul style="list-style-type: none"> 体育で全学年共通して取り組む内容や、効果的な運動のアイデアを情報交換することで、指導力の向上を目指すとともに、子どもたちに効果的な指導をしていきたい。 		
(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や 重点化する領域・指導内容等)			
<ul style="list-style-type: none"> ○ しまねっ子！元気アップトレーニングを積極的に活用し、持久力を高める運動を授業に取り入れる。 ・ 集合や整列、座り方等の体育の授業での規律を全学年で指導する。 ・ 「知識及び技能」の習得をベースに、誰もが楽しんで体育授業に取り組めるように「思考力・判断力・表現力等」の伸びを重視した授業経営の工夫を図る。 ・ 全校ダンスに取り組むことで、全校で楽しみながら運動に親しめるようにする。 			

4 . 今 年 度 の 取 組	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 持久走大会や縄跳び記録会を開催し、目標をもって取り組ませることで意欲と持久力の向上を目指す。 ・ 外遊びを奨励し、多くの児童が運動する機会を増やせるよう呼びかける。 ・ 元気アップカーニバルに参加することで、意欲的に体力向上を図ったり、運動を通しての異学年の交流をしたりする。 ・ 委員会活動の取組として、全校で運動をするイベントを行い、運動に親しむことができるように支援していく。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 持久走記録会の開催を家庭に呼びかけ、児童の意欲向上を図るとともに学校体育の様子を知ってもらう機会とする。 ・ 柿木中学校の体育主任と連絡を密に取りながら、小中合同運動会の運営や体育授業におけるよりよい接続を目指すなど、小中の連携を図る。 ・ P T A保健体育部と連携しながら保健集会の運営を行い、よりよい生活習慣について、保護者や地域の方と考える機会とする。
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	吉賀町立七日市小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	38名
校 長 名	岡本 博	体育主任名	田中 崇志

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

昨年度の本校の体力・運動能力調査結果と、令和3年度の島根県の調査結果を比較し、本校児童の体力面に関する強みと弱みを種目別に分析した。

まず、強みが見られる種目は「握力」、「立ち幅跳び」、「シャトルラン」、「50m走」であり、ほとんどの学年で県平均を上回っていた。「握力」については、これまでの体育において「鉄棒」を多くの学年で取り扱い、運動を継続してきたことが要因の一つであると考えられる。また、「立ち幅跳び」については、朝運動などの取り組みにおいて、両足ジャンプなどの運動を取り入れてきたことが要因の一つであると考えられる。

一方で、「上体起こし」と「長座体前屈」については、県平均を下回っている学年が多く、筋持久力・筋力、柔軟性は課題が見られる。

運動実施頻度については、「ほとんど毎日する」と回答した児童が全校の50%であった。スポーツクラブへの所属率と合わせ、運動に取り組む層の二極化が見られるという現状がある。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域には野球、バレーボール、ソフトテニス、サッカー等の社会体育団体があり、約30%の児童が所属している状況である。

(1) 具体目標・数値等

- ・運動実施頻度調査において、運動を「ほとんど毎日する」という回答が70%以上になることを目指す。
- ・メディアコントロールの肯定的評価が80%以上、毎朝の食事を食べる児童の割合が95%以上になることを目指す。

(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

- ・指導力向上のために、指導上参考になる資料を職員に配付する。
- ・器械運動や体づくり運動に関する職員研修を行う。

(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）

- ・体づくり運動、鉄棒運動を重点単元とする。鉄棒運動については、準備運動として鉄棒セットを行う。また、帯単元として位置づけ、年間を通して、児童の技能を高められるように年間指導計画を工夫する。指導者用の資料を配付し、指導のポイントを明確化する。
- ・単元に応じた準備運動の工夫を行う。鬼遊びや折り返しの運動を取り入れ、児童の敏捷性をさらに高めるようにする。

4
・
今
年
度
の
取
組

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間を通して、縄跳びカード等を活用し、子ども達が目標をもって取り組めるようにする。 ・各種の運動では、取り組んだものについて記録を残しておくことで、体力の向上などが分かるようにし、児童の意欲の向上を図る。 ・保健生活委員会が中心となって全校での体育遊びを企画したり、1年間の縄跳びの成果を披露する場を設けたりする。 ・鉄棒運動の補助具をはじめとした体育器具を整備し、自由に使えるようにすることで、児童が休み時間等も主体的に運動に取り組めるようにする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力向上に関わる行事の際には、保護者にも案内を出し、学校での児童の取組の様子を見たり、共に参加したりしていただく機会を設定する。 ・保護者に家庭でも取り組める運動を紹介し、家庭と連携をして体力向上に努める。 ・郡小体連と連携し、授業改善に努める。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学校名	吉賀町立朝倉小学校	児童数（R4.5.1現在）	19名
校長名	杉原 貴宏	体育主任名	森元 則之

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）

R3年度の自校の数値と県の平均

学年男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	R3	県	R3	県	R3	県	R3	県	R3	県	R3	県	R3	県	R3	県
1男	8.00	8.98	13.00	11.76	38.00	26.54	23.50	27.37	19.00	20	11.60	11.6	100.50	118.17	5.00	8.8
2男	10.00	10.82	13.00	14.19	22.00	27.34	27.00	31.05	31.00	30.15	11.50	10.59	113.00	129.37	9.00	12.76
3男	11.80	12.68	15.00	16.47	34.30	29.9	32.00	34.92	28.00	38.73	10.90	10.11	122.50	140.97	15.50	16.24
4男	12.00	14.32	10.00	17.47	31.00	31.6	38.00	38.48	24.00	46.46	11.50	9.69	107.00	146.48	17.00	20.58
5男	15.50	16.74	18.50	18.45	30.50	32.85	33.50	42.43	32.50	54.81	9.40	9.25	126.00	158.12	15.00	23.94
6男																
1女	5.00	8.49	10.00	11.64	31.00	29.19	19.00	26.46	10.00	16.14	14.90	11.88	82.00	110.25	1.00	5.57
2女																
3女	13.00	12.2	20.50	15.38	36.50	33.30	37.50	34.35	34.50	31.85	10.40	10.36	126.50	133.34	13.50	10.91
4女																
5女	17.00	16.64	27.00	18.16	37.00	36.78	39.00	41.39	42.00	46.38	9.40	9.53	139.00	150.64	7.00	15.72
6女	24.00	19.52	26.00	19.07	35.00	39.23	47.00	42.98	72.00	50.73	8.40	9.23	181.00	158.13	22.00	17.43

本校は、全校児童19名の小規模校である。小規模校ゆえ個人の能力が数字に表れることになり、集団として比較することは難しい。毎年校内マラソンを実施してはいるが、シャトルランに課題が見られる。

学校生活において、休み時間には楽しそうに身体を動かす姿が見られる。また、業間体育（業間休みの5分を利用とした運動）に一生懸命に取り組む姿も見られる。しかし、家庭では、コロナ禍もあり運動時間が短かったり、運動習慣がなかったりするといった現状がある。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域のスポーツクラブ（サッカーやダンス、バレーボール、野球）等に参加している児童がいる。

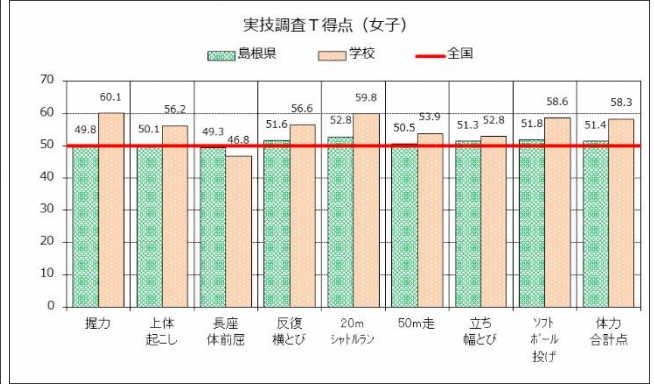
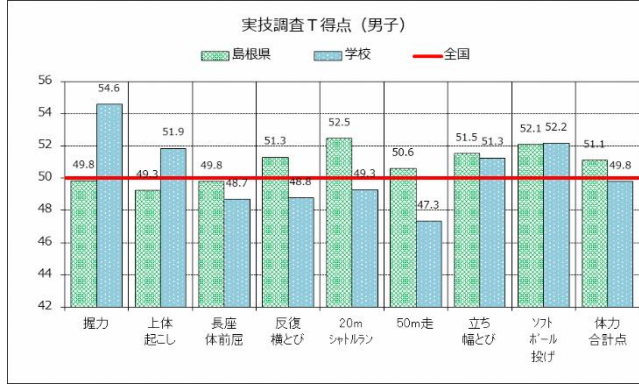
4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> 業間体育を実施したり、や授業の中で「40秒間走」を取り入れたり、シャトルランの記録向上を目指す。 体育授業の中で、系統性を意識した学習の充実を図る。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> 職員会や長期休業時の研修会で、体力向上について情報を共有し、学校の課題として取り組めるようにする。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> 「体づくり運動」系、「ボール運動」系の領域に力を入れる。 ユニバーサルデザインの視点を生かした学習を行う。 帯時間を使い、単元の組み合わせを工夫し、多様な動きづくりと技能の習得を図る。

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	吉賀町立六日市小学校	児童数 (R4. 4. 1 現在)	86 名
校 長 名	大庭 泰二	体育主任名	長嶺 歩

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）

昨年度のデータを参考に分析すると全国や島根県の平均と比較すると「シャトルラン」や「50m走」が下回っている。しかし、朝活動で元気アッププログラムを継続したり、休み時間に進んで外遊びをしたりする児童の姿から「走力」に注目して体力の向上を図りたい。



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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

全児童の約半数が運動部活動や地域のスポーツクラブ等に参加している。サッカーや野球などの団体スポーツに所属する児童が約36%、バドミントンやテニス、陸上といった個人スポーツに所属する児童が約64%となっており、個人スポーツに参加している児童の割合が多い。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等	・今年度も年間を通して、元気アッププログラムで6種類の運動に取り組みさせることでいろいろな運動の経験を積ませていく。具体的な目標としては、各種目で記録会を年間1回行い、前年度と比較して記録がよくなることを目標とする。
	(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	・年間2回の校内マラソンに向けて、朝マラソンや目標タイムの設定などについて共通理解を図る。
	(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）	・校内マラソンに向けて、当日までに同等の距離を2回以上体育の授業で指導することで、意欲を高めながら体力づくりに取り組めるようにする。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> 毎週木曜日の朝活動で、元気アッププログラムのメニュー6種類を年間通して行い、体の使い方を理解させたり、体力を向上させたりする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> 校内マラソンへの応援を呼びかける。 元気アッププログラムの成果を実感させるための記録会を月末に実施し、その成果を個人に配付する。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	吉賀町立蔵木小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	21名
校 長 名	糸賀 昌幸	体育主任名	平田 正樹

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

次の表は、令和3年度新体力テストの自校の平均値と全国の平均を比較したものである（全国平均を上回ったものについては、☆をつけている）。

	握力	上体おこし	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
1男	9.5	7.5	21	23.5	17	11.8	110	10.5
2男	9	5	☆30	☆33	18	11.5	123	8
2女	☆11	☆14	☆33	☆34	☆40	☆10.8	☆134	☆17
3男	11	15.7	27.5	35.2	☆56.2	10	136.5	12.5
3女	11.2	☆18	30.5	☆38.7	☆60.7	☆9.8	☆132.5	☆14.7
4男	9	10	25	32	43	10.4	120	11
4女	14.5	☆19	☆44	☆38.5	☆44	☆9.6	☆149.5	☆12.5
5男	12	13	27	43	50	9.6	140	22
5女	☆19	☆20.5	35	☆45	☆63.5	9.5	143.5	☆18.5
6男	19.5	☆22.5	34.5	☆47	☆68	☆9.1	156	☆31.5

「反復横跳び」と「シャトルラン」は多くの学年で全国平均を上回った。その一方で、「握力」「長座体前屈」「立ち幅跳び」に弱みが見られる。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

地域には陸上（男女）、バレーボール（男女）、野球（男子）等の社会体育団体があり、児童の半数以上が所属している状況である。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	○学校評価の児童アンケート「校内マラソンや体育の授業などで、めあてに向かってがんばって運動しましたか。」という項目の肯定的評価が、90%以上になることを目指す。
	○逆上がりの達成率を全校60%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
	○朝の体力づくり（サーキットトレーニング）や中間休みのミニマラソンに、教職員も参加し、児童の実態をつかむようにする。
	○「子どもの体力向上支援事業」に係る学校訪問に合わせ、校内研修会を実施する。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <p>○鉄棒運動やマット運動を重点単元とする。鉄棒については年間を通して継続して取り組む。マット運動を通して、柔軟性を高める。</p> <p>○異学年で学習する良さを活かす。上学年や運動が得意な子によるモデル提示、補助による関わり合い等による学び合いの場をつくる。</p>
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <p>○年間3回校内マラソン大会を実施する。</p> <p>○毎週木曜日、中間休みのミニマラソンに全校で取り組み、持久力を伸ばす。</p> <p>○毎週水曜日、朝の体力づくり（サーキットトレーニング）に全校で取り組み、走ることで「持久力」、平均台を使って「バランス感覚」、ぶら下がり懸垂や懸垂で「握力」、逆上がりで「腕の筋力や腹筋」などを高める。</p>
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>○校内マラソン大会の記録を「マラソンカード」を通じて、家庭に伝える。</p> <p>○校内マラソン大会で、保育園児と一緒に走る。地域の方に伴走や見守りの協力を依頼する。</p>
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>