

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立母衣小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	491名
校 長 名	川田 勝巳	体育主任名	石倉 啓順

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年度の体力・運動能力調査の結果から男女ともに「体力・運動能力向上の目標」の数値が全国平均、県平均よりもとても低い。また、児童の体力に関しても、「握力」「50m走」以外の種目では、ほぼすべての学年で県平均を下回っている結果になっており、児童の体力低下が本校全体の課題と言える。コロナ禍での運動量確保、運動習慣の確保が大きな課題になっている。

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

・本校の体育施設を利用しているスポーツクラブは、サッカー、野球、ミニバスケット、バレー、剣道、空手、卓球の7団体があり、本校児童も多く参加し、活躍している。その他のスポーツクラブとしては、テニスやフェンシング、体操、陸上、水泳等に所属している。

4 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科の授業時間45分を大切に、一人一人の運動量を確保するための場の設定や単元構成を意識し、運動好きな児童を増やす。 ・前年度の「体力・運動能力調査」の結果を確認しながら、児童の課題を意識した授業づくりをする。 ・「立ち幅跳び」「シャトルラン」で県平均の数値を目指す。
	(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"> ・運動量を確保するためのマネジメント、児童の課題や実態にあわせた教材・教具の工夫を行う。 ・体幹の強化を意識した「母衣っ子体操」を毎朝全学級で行い、すべての運動の基礎となる体づくりを行う。 ※「母衣っ子体操」について、どのようなことを意識して指導するのか、職員でも共通認識、共通理解できる場を職員会議等とする。 ・職員会議等を利用し、体力向上に向けた取組を全教職員で共有し、取り組んでいく。
	(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）
	<ul style="list-style-type: none"> ・誰もがたくさん運動することができ、運動の楽しさやできる喜びを味わうことのできる体育授業を目指していく。その際、他教科でも実践する「母衣小スタイル」（めあての共有、学び合い、振り返り）を継続していく。 ・片足踏み切り、両足跳びなどの動きを楽しみながら身に付けられるように、準備運動等を工夫する。

<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"> ・遊びの中での体力向上・運動量確保を目指し「体づくりチャレンジカード」を作成し、学校全体で取り組んでいく。「雲梯」「鉄棒」などの遊具を活用したものと、冬場の体力づくりの中心としている「なわとび」の技の習得を目指した2パターンを行う。 ・児童一人一人が自分自身の体力の向上を視覚的に把握し実感しやすいように各学年の記録を集約する「体育ファイル」を活用する。体力・運動能力調査の記録やチャレンジカードなどを卒業時まで保管する。 ・陸上大会、器械運動発表会などの行事に合わせて、全教員で指導する体制を整える。全教員で指導することで、多くの児童に対して細かな指導ができるとともに、教員同士の指導力向上に努めることができる。また、細かな指導から、児童一人一人の技能向上につながり、達成感を味わうことができる。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>【家庭との連携】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「体育ファイル」を保護者にも見てもらい、児童の伸びやがんばりを認めてもらうとともに、家庭での運動機会をつくる。 <p>【地域との連携】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・校庭や体育館の管理を地域と行い、運動環境の整備を図るとともに、積極的に放課後子ども教室等に施設を開放し、運動の場を提供する。 <p>【近隣学校・園との連携】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卒業までに習得させたい力を共通認識し、指導を行う。共通した目標で指導することで、中学進学後のスムーズな授業展開につなげる。 <p>（嵩の森学園共通目標）卒業時に習得しておきたい技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・泳力25m ・二重跳び連続10回 ・柔軟性を意識した体づくり ・投的技能を高める体づくり
<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	松江市立城北小学校	児童数 (R4. 4. 27 現在)	5 5 2 名
校 長 名	澄川 弘敏	体育主任名	濱邊 康太

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

令和3年度 島根県平均との比較(◎は本校が上位)

	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
1年	男	◎	△	△	△	△	△	△
	女	◎	△	◎	△	△	◎	△
2年	男	△	△	◎	△	△	◎	△
	女	△	△	◎	△	△	△	◎
3年	男	◎	△	◎	◎	△	◎	◎
	女	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△
4年	男	△	◎	◎	◎	△	◎	△
	女	△	◎	◎	◎	△	◎	△
5年	男	△	◎	△	◎	△	◎	△
	女	△	◎	◎	◎	△	◎	△
6年	男	△	△	◎	◎	△	△	△
	女	△	△	◎	◎	◎	◎	△

県平均を上回った項目が、1年が4/16(上回った項目/男女別全項目)、2年・4/16、3年・12/16、4年10/16、5年9/16、6年7/16となった。新体力テストの結果から、学校全体として半分以上の項目で県平均を上回ることが達成できていない。また、学年間で達成数に隔たりが見られ、特に低学年は県平均を上回った数が少なかった。シャトルランで県平均を上回ったのは3年女子6年女子のみで、持久力が課題である。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

本校の児童が加入している地域のスポーツクラブは、バスケットボール、野球、卓球、空手、水泳、サッカー、バレーボール、ドッジボール、体操、チア、カンフーなど、多様な種目の運動に取り組んでいる。ほとんどの学年で、半数以上の児童がスポーツクラブ等に参加している。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ○「運動量の確保、多様な運動の経験ができる体育授業」 <ul style="list-style-type: none"> ・日々の体育の授業の中で運動量を確保し、多様な運動を経験できる体育授業を通して、各学年の項目16枠のうち、8枠で県平均を上回ることを目指す。特に、本校の課題であるシャトルラン、ソフトボール投げについては、重点的に取り組む目標として、半数の学年で県平均を上回ることを目指す。 ○「運動・学習の基盤となるかしこい体づくり」 <ul style="list-style-type: none"> ・あらゆる運動、学習を支える体幹の育成を目指した「かしこい体づくり」の取組を推進し、体を支える(正しい姿勢を保つ、しっかり見る等)ことができる児童を増やしていく。
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ・4月の職員会議で城北の体育についてのきまりや学習の流れを体育主任が示し、全教職員で共通理解し取り組んでいく。また、「城北じゅんぴ体そう」「城北っ子体そう」のやり方や動きのポイントを理解する講習会を実施する。 ・夏季休業中に今年度の新体力テストの結果を学年部ごとに振り返り、児童の強みや改善点を見出し2学期以降の指導に生かせるようにする。 ・5月に外部講師を招き救急蘇生法講習会(AEDを使った心肺蘇生法など)を実施する。

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)
	<ul style="list-style-type: none"> ○体育の授業として共通して取り組むこと <ul style="list-style-type: none"> ・「体づくりの運動遊び/体づくり運動」領域及び「ゲーム/ボール運動」を中心として、持久力を高める運動や巧緻性を高める運動に1年間を通じて継続して取り組んでいく。 ・児童が見通しをもって主体的に学習に取り組めるように全学年共通した体育授業のはじまり方(①整列前に学年に応じたランニング、サーキットトレーニング ②集合、整列してあいさつ ③城北じゅんぴ体そう ④5種目歩走や主運動につながる副運動)を行い、授業の構造化を図る。 ○多様な運動経験のための方策 <ul style="list-style-type: none"> ・「城北じゅんぴ体そう」、5種目歩走や体幹トレーニング、体づくり運動、サーキット運動を主運動につながる運動や体幹運動として、授業の導入などに取り入れていく。 ○運動量の確保のための方策 <ul style="list-style-type: none"> ・体育授業の場の工夫や活動方法の見直しを行い、授業の中で一人ひとりの児童の運動量が確保されるよう授業改善に取り組む。 ・冬季の運動として、継続して取り組んでいる縄跳びの学習を今年度も全校で取り組んでいく。リズム縄跳びの音源や学習カードの共有。また、全校で成果を発表する場を設ける。
	(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)
	<ul style="list-style-type: none"> ○学校全体にかかわる活動と体づくりなどにかかわる環境の工夫 (常時活動) <ul style="list-style-type: none"> ・そうじの後の時間に「かしこい体づくり」を目指して全校体制で取り組める日常的な活動「城北っ子体そう」を実施し、運動学習の基盤となる体づくりを目指す。 (特別活動) <ul style="list-style-type: none"> ・ロング昼休みを利用し、体育委員会の児童が主体となる活動(体を動かす遊びなど)を実施し、体を動かすことを楽しみ、主体的に運動に取り組む児童を増やしていく。 (環境の工夫) <ul style="list-style-type: none"> ・校庭や体育館、器具庫の整備を進めるとともに、全教職員で『城北の体育』で示している内容を年度のはじめに再確認する。 ○体力向上を目指した生活習慣の確立や食育の推進 <ul style="list-style-type: none"> ・「食」について、養護教諭や栄養教諭、そして家庭と連携を図る。学校での食育の学習の機会を捉えて、家庭へ向けて「食」について啓発をしていく。 ・正しい生活習慣の確立のために、全学年、年間1回以上のメディア学習を実施するとともに、生活習慣を見直すため、メディアコントロールカードを活用する。
	(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"> ・城北小学校ホームページや学校保健委員会などで、児童の体力の現状や体力づくりについて情報発信をしていく。(体幹トレーニングワークシートの公開、城北っ子体そう・城北じゅんぴ体操の紹介など) ・地域講師による、クラブ活動での専門的な指導をお願いする。(ゲートボールなど) 	
5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)	
○	
●	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立内中原小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	680 名
校 長 名	越野 和胤	体育主任名	佐藤 旭

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）

昨年度のスポーツテストの記録から以下の点が明らかになった。

○6年男子の結果より

- ・握力、反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げが全国平均と比べて高い。特に、握力、反復横跳び、立ち幅跳びは全国平均・県平均ともに上回っている。
- ・上体起こし、長座体前屈、50m走は県平均より2～4ポイント近く低い。

○6年女子の結果より

- ・反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳びが全国平均・県平均と比べて高い。特に、シャトルラン、立ち幅跳びは全国平均を大きく上回っている。
- ・握力、長座体前屈、50m走、ソフトボール投げは県平均より2～3ポイント近く低い。

○他学年の意識調査より

- ・男子女子ともに「体育の授業でたくさん動く」の項目において肯定的な回答が9割を超えている。
- ・「運動が好き」「体育の授業が楽しい」の項目において肯定的な回答が8割を超えているが、9割には届いていない。

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

- ・スポーツクラブへの加入状況はどの学年も50～80%の間であった。昨年同様、低学年の運動部への加入率は60%前後であった。6年生の運動部への加入率が一番低く51%であった。
- ・男子は、サッカー、バスケット、女子はバスケットのクラブに所属する児童が多い。その他の競技のクラブに所属する児童も多数おり、所属クラブは多岐にわたる。クラブでの活動による運動経験及び運動習慣の差が顕著である。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・各学年の平均と県平均を比べると、県平均を超えていない種目が多かったが、長座体前屈、50m走は県平均と比べて特に数値が悪いことが分かった。そのため、その2種目の数値を県平均並みに近づけるよう改善を図る。
	(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"> ・体育指導に関する研修会へ体育主任が参加し、校内伝達講習を行う。また研修会への参加を呼びかける。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善 (年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学年部で体力テストの分析を行い、学年の実態に合わせて体育の授業で向上したい種目の改善に取り組む。 ・投運動は、授業の中で時間を取り、投げる動作をゲームや遊び感覚で身に付けることができるような運動を行う。 ・反復横跳びなどの敏捷性や走の運動は、授業の時間にサーキット運動をしたり、鬼遊びをしたりするなど、楽しみながら運動量を確保できる運動を行う。 ・個人のスキルアップを図るために、ICTを活用し、動きを確認したりコツを可視化したりする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝のショート時間で体幹づくりの方法を工夫する。(姿勢体操等) ・新型コロナウイルス感染状況に応じて、休憩時間に進んで体を動かしたり、異学年交流をしたりすることを目的に、児童会活動で「縄跳び大会」等、楽しく運動に親しめるものを企画する。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食育や姿勢、メディア視聴など基本的な生活習慣に関わる項目について、保健便りやメディア週間を通して家庭への啓発を図る。 ・小中一貫教育(ちどりの杜学園)体育部会との連携を中心に、他校の効果的な指導法や環境の工夫を取り入れ、体育的活動の充実を図る。
	<p>5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)</p>
	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立中央小学校	児童数（R4.5.1現在）	293名
校 長 名	住久 由樹子	体育主任名	川上 智也

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

令和3年度結果 ○は県平均より良い項目

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1男女		○	○ ○			○ ○	○ ○		7
小2男女		○				○ ○			3
小3男女	○ ○		○ ○				○ ○		6
小4男女									0
小5男女		○ ○	○ ○			○ ○	○ ○	○	9
小6男女		○ ○	○ ○				○		4
合計	2	5	8	0	0	6	6	2	29

- ・令和3年度の結果を県平均と比較すると、2年前よりも結果は低下した。特に反復横跳びとシャトルランは全学年男女ともに県平均より低い結果となっている。
- ・小4（現小5）はすべての項目で県の平均より低い結果となっている。
- ・地域の特性として、遊び場や遊びの経験が少ないことなどが挙げられる。体を動かす機会を校内で増やし習慣化を図ったり、多様な動きづくりを増やしたりするために、「体づくり」の継続的な実践に取り組んでいる。休憩時間に外遊びをする児童が多いが、決まった遊びに限られ多様な動きとなっていないことに課題があると考えている。

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

	サッカー	バスケットボール	バレーボール	野球	水泳	その他
小1	1	1	0	0	15	7
小2	3	0	0	0	12	8
小3	1	1	1	0	12	10
小4	2	3	3	5	10	9
小5	6	3	2	1	10	10
小6	6	7	1	2	7	11
合計	19	15	7	8	66	55

4 今年度の取組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストで、県平均上回る項目を前年度の29以上にする。 ・下学年のチャレンジカード名人の達成率をうんてい36%、のぼり棒30%、鉄棒8%以上にする。 (R3より3%アップ) ・ちゅうオリンピックを年間3回、計画的に行う。 ・本校独自の取り組みである中央っ子エクササイズの継続的かつ正確な実施と運動会での全校ブリッジと片足バランスの実施。(それぞれ10秒ずつ)
	<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"> ・体育の授業づくり、場の設定等で共通理解を図るための資料と「中央っ子サーキット」の資料を使って年度初めに共通理解を図る。 ・中央っ子エクササイズの職員研修を実施する。
	<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"> ・「中央っ子サーキット」を体育の時間に計画的に取り入れ、1～4年の段階で基礎となる「柔軟性」「支える」「バランス」「逆さ・回転」「投げる」要素について系統的に取り組み、高学年につなげる。 ・運動会が「体づくり」の取組及び体育授業の成果発表の場であることの共通理解を深め、特に全校ブリッジと片足バランスを実施することで、保護者や地域への啓発の場とする。
	<p>(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間を通して全校一斉に5校時始業前の5分間を体づくりの時間として「中央っ子エクササイズ」を行う。 ・「ちゅうオリンピック」を全校活動で年間3回程度実施し、「支える」「構える」「調整する」力を育む。 ・階段の登りで1段飛ばしを推奨し、体力の向上に努める。 ・「体づくり」に関する掲示を作ったり、たよりを発行したりホームページに掲載したりして、児童・保護者・地域に対する啓発を行っていく。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学校保健委員会を利用して、地域・家庭・学校が、本校児童の実態や課題を共有し、意見交換する場を設ける。また、長期休業中の生活チェックシートなどで生活・運動習慣の意識づけや改善を図る。 ・天神川学園全体で「メディアコントロールウィーク」を年3回実施し、基本的な生活習慣を身に付け、メディアと適切にかかわろうとする子どもを育成する。 ・体づくり便りやホームページで、学校の取組を紹介したり、家庭でできる取組を提示したりすることで、家庭における体づくりの意識を高めていく。
	<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> <p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立雑賀小学校	児童数（R4.5.1現在）	191名
校 長 名	陶山 昇	体育主任名	井上百合江

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）

- 昨年度の国平均と学校平均を比較すると、体力の現状では、
- ◎男子…3年生は握力と立ち幅跳び、4年生は立ち幅跳び、5年生は50m走、6年生は長座体前屈、反復横跳び、50m走、立ち幅跳びが高い。
 - ◎女子…4年生は握力と立ち幅跳び、6年生は長座体前屈が高い。
 - △低学年は長座体前屈と反復横跳びが低い、学年が上がるにつれて高くなっていく。
- という結果であった。運動習慣の現状では、
- ◎運動実施頻度は学年が上がるにつれて増えている。
- という結果であった。
- 児童の実態としては、
- ◎休み時間になると、体育館や校庭等でボールを使った遊びや鬼ごっこなどをする児童が多く見られる。
 - ◎朝ご飯を毎朝食べている児童が多い。
 - △本校の学区は比較的狭く、徒歩での通学時間が15分以内の児童の割合が高い。

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

- 全体の約半数の児童が地域のスポーツクラブ等へ所属している。
- 水泳、野球、サッカー、バスケットボールの順に多く所属している。
- その他として、卓球、テニス、剣道、空手、体操、バレーボールなどに所属している。

4. 今年度の取組

- (1) 具体目標・数値等
- 1日の運動・スポーツ実施時間が1時間以上の割合80%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
- 今年度松江市小学校体育連盟主催の研修会が開催されれば参加し、校内で共有することで校内研修の機会とする。
 - リズム縄跳びや5種目走、5分間トレーニングなどを教職員で研修をして行う。
- (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）
- しっかりと体を動かし、体幹を鍛えられるような授業内容を工夫する。
 - 運動を楽しみ、主体的に取り組む児童を増やすため、スモールステップ型の学習方法や、単元の主運動のもとになる下位運動を全学年の体育の授業で行う。
 - 中学年は、テニピンを取り入れる。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動 (学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)</p> <p>○学校経営の「めざす子ども像」の柱の一つとして、学習に向かう体づくりの推進を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「見る力」「聞く力」「座る力」などの体づくりの育成 ・自分でめあてを持ち、実践する主体的態度の育成 ・全校で毎日体幹を鍛える運動 (姿勢体操) を朝の時間を使って行う。 <p>○児童会活動の取組として、体を動かす集会を計画し、進んで体を動かそうとする児童の意欲向上を図る。</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>○まつえ天神川学園の生活リズム・メディア部会の取組を中心に、家庭と連携をとりながらよりよい睡眠や食事などの基本的な生活習慣の定着を図る。</p> <p>○まつえ天神川学園の生活リズム・メディア部会の取組を地域や家庭に情報発信する。</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> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立津田小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	759名
校 長 名	新田 紀久	体育主任名	杠 憲司

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

- ・全学年で、握力、柔軟性、持久力、投力、低学年以外の走力（50m走）が県平均を下回っており、本調査の種目であらわされる体力については、あまり高くないと言える。
- ・反復横跳びについては、ほとんどの学年が上回っており、俊敏性が優れている。
- ・運動量を確保しながら授業を進めることで、全国・県平均を下回っている種目でもポイント差が縮まってきた。
- ・意識調査で、目標が示されている、ふり返る活動を行っている、先生の個別指導でできるようになった、の項目が全国平均を下回っている。めあてとふり返りを確実に、指導者がコツやポイントを十分に把握して学習に臨むなどの授業改善が必要である。

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

- ・高学年は半数程度が何らかの運動クラブに所属している。（ただし、週の活動頻度についてはバラつきがある。）
- ・中学年については30%程度である。（頻度については、高学年ほど本格的に活動をしてはいない。）
- ・低学年は週に数回程度運動をするようである。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの総合評価で、C段階以上の割合を75%以上の目標を継続する。 ・逆上がりの達成率を、まずは50%以上に引き上げる。
	(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
	<ul style="list-style-type: none"> ・訪問指導、初任者研修（授業研・示範研）を積極的に活用する。 ・連合体育大会や器械運動発表会の練習・参加を通して指導法や技のよい動きのイメージを共有してきたが、昨今の情勢でできなくなってきた。日々の授業を行いながら、職員間の情報交換・資料提供をし、より良い授業を目指していく。
	(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）
	<ul style="list-style-type: none"> ・運動量を確保しながら、よりよい動きができるように、ICT機器を活用したり、わたしたちの体育を活用したりして、よいイメージを与え、視点をもって友達同士が教え合う授業を継続して行う。 ・授業始めの約束事を決め（校庭・体育館それぞれに集まった子からする運動を決める）、運動量を確保する。 ・継続して5種目歩走を行い、全身の瞬発力や腕支持力の育成を図る。 ・指導者が運動のコツやポイントを十分に把握して学習に臨み、児童の達成感や自己肯定感を高めるように指導する。 ・握力、柔軟性、走力（50m走）等、体育の学習の中で意図的に触れさせることができる項目については、準備運動等で関係する運動を継続して取り入れるようにする。 ・今年度、短距離走では、8秒間走の授業がしやすいように音源や校庭用スピーカー等を整備し、1学期の体育で活用している。鉄棒運動では「鉄棒セット」を授業初めに行い、技能向上に役立てるようにする。

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"> ・ケンパゾーン・階段一段とばしゾーンを設置し、日常的に体力づくりを行う。 ・各学級に発達段階に応じて遊び時間用のボールを配布し集団でボールに触れる機会を保障する。 ・運動遊びの具体例の掲示をし、日常的に体づくりができる環境を整える。 ・運動することが楽しく、喜びを感じる子どもを育てていくために、運動に自主的に取り組む子どもを認め、ほめる構えを大切にしていく。 ・体づくりの一環として、朝のミニトレーニングを行い、視知覚や体幹等を鍛える。
	(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"> ① 地域や家庭との連携による取組 <ul style="list-style-type: none"> ・自己の体力結果や生活習慣を意識化できる取り組みを継続する。 ② 体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組 <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣の確立、食育が推進されるように、学校から積極的に情報発信していく。
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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立古志原小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	655名									
校 長 名	小林 敏朗	体育主任名	大道 智弘									
<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"> 令和3年度しまねっ子！元気アップレポートの県平均と比較してみると、ほとんどの項目において県平均を下回る学年が多く、体力の低下がみられる。ただ、「長座体前屈」「50m走」「立ち幅跳び」については県平均をやや下回る程度で、「柔軟性」「スピード」「瞬発力」が本校においては比較的高いと言える。一方で、「ソフトボール投げ」「シャトルラン」については、県平均を10ポイント以上下回る学年が多く、「投力」「持久力」が低いと言える。 												
<p>2. 前年度の実技習得状況調査（水泳 R3.8月、鉄棒 R3.9月調査依頼）の結果</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>6年生の水泳運動「25m完泳率」</th> <th>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>60.0%</td> <td>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"> 地域には、サッカー、野球、バスケットボール、バレーボール、テニス等様々な競技のクラブがあり、学年が上がるほど多くの児童が加入し活動している。 												
4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <p>「投力・持久力の向上」「児童の運動頻度の向上」</p> <ul style="list-style-type: none"> 「投力」に課題があることを踏まえ、「ソフトボール投げ」の記録を年2回（5月・11月）計測する。2回目の記録が1回目の記録より3ポイント上昇することを目標とする。 「持久力」に課題があることを踏まえ、「運動（運動遊びを含む）」についての意識調査を5月と11月に実施し、2回目の結果が1回目の結果よりも3ポイント上昇することを目標とする。 											
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> 年度当初の職員会議において、体育主任が本校の体育科経営（年間指導計画、指導の重点）等についての説明を行う。 体育主任が、毎月「〇月の体育」と題して、年間指導計画に基づいた各学年の指導内容や「指導のコツ」等をタブレットにも保存するなどして、いつでもどこでも利用できる職員研修の場を提供する。 投動作に関する基本的な指導方法についての研修会をもつ。 											

(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）

- ・本校の実情に即した独自の年間指導計画によって、各学年において指導内容の共通理解を図る。
- ・「指導内容系統表」によって、各学年で「縦のつながり」を意識した指導を行う。
- ・「古志原小体育バイブル」を作成し、授業づくりや授業マネジメントについて共通理解を図り、授業改善に取り組む。
- ・松江市小体連の研究領域である「ボール運動」を重点領域に位置付け、体育部の教員を中心として教材開発や教具の整備に取り組み、全教員に指導法や教具の使い方等の情報発信を行う。
- ・「帯学習」の導入やふり返りの時間の確保等、授業構成を工夫する。また、構成の仕方について全職員で共通理解を図る。
- ・導入されたタブレット端末やモニターなど ICT 機器を活用した授業方法の工夫・改善を目指し、利用しやすい環境の整備について体育部を中心として検討し、全教員に周知を図る。

(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）

- ・体育館ギャラリーに縄跳び用のジャンピングボードや、三角鉄棒を常設し、運動の啓発を図り、安全に使用するための指導を継続的に行う。
- ・全学級へドッジボール、サッカーボール、長縄を配布し、ボール運動や縄跳びの生活化を図る。
- ・体育科の学習において、教材や指導方法を工夫し、運動の生活化につなげる。
- ・担任から児童に「外遊び」を促す声掛けをする。
- ・児童会の体育委員会が中心となり、児童自身が体を動かすことの大切さに気付き、運動に親しもうとする意欲が高まるような呼びかけをするとともに、感染症等に対する予防に十分配慮しながら、休み時間を利用して全校の児童が楽しみながら運動に触れる機会を設ける。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・「学校だより」において、体育に関する行事や児童の運動の様子、家庭でできる運動等の記事を取り上げ、地域・家庭へ発信する。
- ・松江第四中学校区の学校と連携して、五種目歩走やラジオ体操、縄跳び運動等を取り入れた体育授業づくりについて授業公開や情報交換をする機会を設ける。

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	松江市立川津小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	651 名
校 長 名	岩成 佳子	体育主任名	坂本 悠

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）

- ・5年生意識調査において、「運動が好きである」に対して肯定的回答をした児童の割合が男女ともに9割を超えている。
- ・体力テストの結果において、「長座体前屈」「50m走」の数値が、県及び全国平均を上回っている。
- ・体力テストの結果において、全学年で全8項目の内5項目以上が全国平均又は県平均を下回っている。中でも、「反復横跳び」「握力」「ソフトボール投げ」については、男女ともに全国平均を大きく下回り、近年の結果を見ても改善の傾向が見られない。

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

- ・本校の体育施設を利用している地域スポーツクラブは、サッカー、野球、ミニバスケット、バレーボール、剣道、空手の計6団体があり、本校児童も多く所属している。その他にも、水泳や陸上競技、テニス、チアリーディング等のスポーツクラブに所属している児童もいる。

（1）具体目標・数値等

- ・全学年における運動実施頻度の向上を目指し、「運動部やスポーツクラブ以外で運動する」ことの意識調査で、肯定的回答が80%を超えることを目指す。
- ・5年生意識調査において、「運動が好きである」という児童の割合を全国の体力上位校と並ぶ9割を継続する。
- ・体育の学習において、特に柔軟性、跳躍力の向上を意識した運動を継続するとともに、握力、投力の向上を意識した運動を計画的に取り入れ、運動機会の確保と、体づくりの推進を図る。

（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

- ・投力、握力を高める運動について、効果的な指導方法の研修機会を設ける。
- ・例えば各学年で身につけたい技能を選び（例：逆上がり、壁倒立、開脚跳び、台上前転、二重跳びなど）を選び、全校で達成率を確かめながら継続的に指導し、運動への意欲と技能の向上を図る。

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

- ・体育の時間の準備運動の時間に「五種目歩走跳」等の基礎感覚を高める運動を取り入れ、学校全体での体づくりを推進する運動を取り入れる。（五種目歩走跳）
- ・体育の授業の中で投力を高める運動の機会を確保することにより、投げる動きの習得と習熟を図る。
- ・外遊びができにくい冬季において、室内での握力を高めるための運動を継続的に取り入れる。

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"> ・委員会活動との関連を図り、「全校ランニング」「縄跳び週間」等、運動機会を増やす児童主体の活動を計画・実施する。
	<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"> ・長期休業中に、「ジョギング」、「なわとび」、「ストレッチ」等を家庭と連携した体力づくりとして取り組む。その際、「チャレンジシート」や「認定証」を活用し、意欲向上を図る。 ・嵩の杜学園の小中学校と情報交換を図り、低・中・高学年の系統的な指導や、小中学校の指導計画の改善に生かす。 ・地域のスポーツ少年団の活動に教員も関心を持ち、児童への励ましの言葉や応援でより意欲的に取り組めるようにする。 ・「食事」「運動」「睡眠」の大切さについて家庭との連携を図りながら各学年の発達段階に応じて指導する。 ・年間指導計画をもとに、栄養教諭との連携協力を図って食育を推進する。
<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	松江市立朝酌小学校	児童数（R4.4.28現在）	111名
校 長 名	持田 健司	体育主任名	吉田 元春

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年度しまねっこ！元気アップレポート」を参考に、県平均と学年別男女別に比較すると、男女ともに県平均を上回る種目と下回っている種目が同数程度である。
- ・種目別では「上体起こし」「長座体前屈」が高学年で平均を下回り、筋持久力、体幹の保持、柔軟性に課題があると考えられる。また5年生男子のソフトボール投げが大きく下回っている。遠くに投げる運動を日常的に行わないことが原因の一つとして考えられる。
- ・休み時間には体育館でなわとびや球技、テラスで一輪車や竹馬、校庭で遊具や球技をして遊ぶ子が多い。
- ・「ジョギングタイム」「なわとびタイム」の継続により持久力の高い子が多い。

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

- ・朝酌地区は剣道会があり、地域の人により運営され、所属している児童がいる。その他、サッカー、バレーボール、レスリングなどに所属している児童がいる。
- ・児童数が少ないので統計的には概して言いにくいですが、社会体育の参加状況から、運動習慣の二極化の傾向がある。

（1）具体目標・数値等

- 4
今
年
度
の
取
組
- 運動習慣の確立
 - ・なかよしタイムに「ジョギングタイム」と「なわとびタイム」を行い、めあてをもちながら児童が積極的に運動に取り組めるようにして、運動の実施頻度を増やしていく。
 - ・幼稚園・中学校等、他団体との連携を行い、生活習慣を整え、運動に親しむ気持ちを育てる。
 - 運動能力の育成
 - ・持久跳びの目標を設定する。（1・2年生：1分 3・4年生：2分 5・6年生：3分）
 - ・持久走を継続して行う上での目標を設定する。（1・2年生：400m 3・4年生：600m 5・6年生：800m）
 - 体育科授業の充実
 - ・「五種目歩走」「鉄棒セット」「固定遊具遊び」などを取り入れ、基礎感覚づくりに取り組む。
 - ・運動量確保と「分かる・できる」体育を行う。準備運動で柔軟体操、体幹を鍛える運動を継続する。
 - 体幹を鍛える
 - ・朝礼時に「姿勢体操」を行い、落ち着いて学習に向かう体づくりを継続する。

（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

- ・年度当初の職員会議で体育科の取組の説明を行う。（ジョギングタイム、なわとびタイムによる体力づくり、外遊びの推奨など）
- ・大学教員等派遣事業による指導を行い学びの機会を設定する。

4 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教科体育において、準教科書「わたしたちの体育」を活用し、一人ひとりにめあてをもたせ自分で自分の伸びを実感できるよう学習の記録をとる。 ・タブレット等を活用したり、鉄棒のセット運動を取り入れたり、基礎感覚作りの運動を年間を通して行うことで、器械運動の技能向上を図る。
	<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"> ・マラソン大会に向けてジョギングタイムを、なわとび大会に向けてなわとびタイムを継続して実施する。 ・小規模校のよさを生かし、高学年が低学年に技を見せたり教えたりする機会をおりに触れて設けることで、低学年時から運動意欲を高め、習慣づけを行う。 ・委員会活動による全校外遊びの計画や、固定遊具を使った遊びの推奨など、外遊びを呼びかける。 ・校庭で使うことのできるボールやフリスビーなどの道具の準備、一輪車や竹馬の個数の確保など、外遊びをしやすい環境を整える。 ・各学級で、「姿勢体操」に取り組むことでよい姿勢の保持について意識づけを行う。
	<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"> ・養護教諭と連携し、早寝、早起き、朝食を食べる等、基本的な生活習慣の奨励を行う。 ・小中一貫教育でメディアコントロールの取組を通して、外遊びや運動の奨励に努める。 ・クラブ活動で地域の体育指導員を招き、様々な運動に親しませ、また、地域スポーツへの関心を高める。 ・幼稚園、保育所・園と連絡会を行い、運動習慣等について連携を保つ。 ・地域講師による相撲教室を行い、相撲への興味・関心を高める。
	<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>〈今年度の成果と課題〉</p> <p>(1) 具体目標・数値等</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立法吉小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	4 4 4 名
校 長 名	糸賀 昭雄	体育主任名	小山 大志

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）

◎R3年度の本校の平均値と、県の平均値との比較（◎は県平均を上回っている（同じ）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
1年	男	◎	◎	△	◎	△	◎	◎	△
	女	◎	◎	△	◎	△	△	◎	△
2年	男	◎	◎	◎	◎	◎	△	◎	◎
	女	◎	△	△	◎	△	△	◎	◎
3年	男	◎	◎	△	◎	△	◎	◎	△
	女	◎	△	△	◎	△	◎	◎	△
4年	男	◎	△	◎	△	△	◎	△	△
	女	◎	◎	◎	◎	△	◎	△	△
5年	男	△	△	△	△	◎	△	△	△
	女	△	◎	△	△	◎	△	△	△
6年	男	△	△	△	△	◎	△	△	△
	女	△	△	△	△	△	△	△	△

- ・R3年度の新体力テストの結果を見ると、学年が上がるにつれて、県平均を下回る項目が多くなっている。
- ・長座体前屈、シャトルラン、ソフトボール投げは、全体を通して県平均を下回る結果であった。
- ・握力、反復横跳び、立ち幅跳びは低学年で県平均並みかそれを上回る結果であった。
- ・全学年において、外遊びが好きな児童が多く、おにごっこやサッカーを中心に、校庭や中庭で遊ぶ姿が多く見られる。

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

- ・4年生は、62%がクラブ等に参加している。
- ・5年生は、62%がクラブ等に参加している。
- ・6年生は、65%がクラブ等に参加している。

4 (1) 具体目標・数値等

- 今年度の取組
- ・「柔軟性と投力の向上」
 - ・長座体前屈で県平均、ソフトボール投げで全国平均を上回る。
 - ・「逆上がり達成率の向上」
 - ・県平均を上回る。

(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

- ・職員会議等の中で本校児童の体力・運動能力調査の結果から課題を共有する。
- ・走り方、腕の振り方、投げ方などの基本的な練習を授業で取り組んでいく。
- ・日頃の体育の授業で、投げる運動や柔軟体操を取り入れることを職員全体で共有し、取り組み内容や成果を考察する。

(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**）

- ・授業においては、陸上運動、マット運動、ボール運動を重要単元として位置づけ、持久力や柔軟性、投力を高めていく。
- ・今回の新体カテストの結果を各学年に伝達し、それぞれの学年ごとに、課題となる種目について、特に重点的に指導していく。
- ・5種目歩走や倒立、エクササイズミュージックを使った持久走などの基礎的な運動や体ほぐしの運動の中にブリッジなど柔軟性に関わる種目を取り入れ、体育の準備運動の一つとして全校で行っていく。
- ・遊具を使ったウォーミングアップや遊びを紹介し、握る運動を取り入れ、握力の向上や自分を支えることにつながるようにする。
- ・ICT機器を活用し、自分や友達の動きを見直したり、グループでの話し合いの場で使用したりし、より良い動きにつながるようにする。
- ・「ロードレース大会」に向けての「走れ！法吉っ子マラソン（校庭130周）」を今年度も実施し、達成率にも注目して指導していく。
- ・投力を高めるために、学習活動や遊びの工夫、ジャベリックボールなどの教具の整備など、学校全体として意識して取り組んでいく。
- ・休み時間には、体を動かして遊ぶように声をかけたり、教師と一緒に体を動かしたりすることで、運動好きの児童を育てていく。

(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）

- ・冬季には、なわとびができる場所を確保し、学年に応じたなわとびカードを準備して積極的に取り組むことができるようにする。
- ・チャレンジカードを全校に配布して取り組み、多様な遊びを促すなど低学年から運動（遊び）に抵抗感なく取り組むことができるようにする。
- ・縦割り班活動や、児童会活動とタイアップし、全校で運動に取り組む機会を設け、普段運動をしない児童も運動する楽しさに気づいたり、運動量の確保につなげたりする。
- ・高学年の児童を対象に、器械運動発表会に向けての練習に積極的に参加するよう促す。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・地域の社会体育団体や公民館などと、児童の体力の現状について共通理解を図る機会を設ける。
- ・学校便りや学年便り、学校保健委員会などで児童の体力の現状を伝え、運動の機会が増えるように啓発していく。
- ・メディアコントロールウィークを通して、家庭と協力しながら生活習慣の改善を行う。
- ・栄養教諭の協力を得ながら、食の学習に取り組む。
- ・校内マラソン大会を各学年で実施する。

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	松江市立竹矢小学校	児童数（R4.5.1現在）	316名
校 長 名	野津 明久	体育主任名	小原 脩平

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）

- ・学年内の児童により体力・運動能力に大きな差が見られ、二極化傾向がある。
- ・新体力テストの結果から
 - *50m走、握力、ソフトボール投げ、反復横とびで県平均を下回っている学年が多い。筋持久力、敏捷性、投球能力が課題であるとする。特に反復横跳び、ソフトボール投げでは、ほとんどの学年で県平均を下回っている。
 - *長座体前屈、立ち幅跳び、上体起こしは、県平均を上回っている学年が多い。
- ・休み時間には校庭や体育館でボールや遊具を使って遊ぶ姿が多くみられる。体育委員会を中心に、ボールや一輪車を利用できる環境を整えることができたことも要因の一つだと考える。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・男子は、野球、サッカー、バスケット等のスポーツ少年団で活動している子が多い。
- ・女子は、バスケットや卓球、バドミントンクラブ等で活動している子が多い。

(1) 具体目標・数値等

- 4
・
今
年
度
の
取
組
- ・1日1時間以上運動することを目指して、学校生活全般において運動量を増やすとともに、適度な運動経験を積む機会を増やすために、一輪車や学級のボールの整備を行い運動ができる環境を整える。
 - ・運動の基礎感覚、基本動作を養うために、体育の学習では、はじめに、「五種目歩走」を行う。
 - ・柔軟性の向上のため、全校で姿勢体操に取り組む。
 - ・投球能力の向上。ソフトボール投げの記録を県平均に近付けるために、体育の時間等で投運動の充実を心掛ける。
- 目標値：県平均の数値
昨年度の差（県：-2.61）
*各学年の県平均との差を出し、全校の平均値を出したもの

(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

- ・フォローアップ研修にて体育の授業を行う予定。
- ・シャトルラン記録測定会についての提案。記録の変化から、子どもの持久力の伸びについて把握できるように努める。

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業を核として、運動への意欲喚起を図り、運動の日常化を目指す。 ・授業の中で <ul style="list-style-type: none"> *めあてとふり返りを意識できるようにする。 *楽しみながら取り組める内容を工夫する。 *コツ見付けや動きの良さなどを伝え合う場を設定する。 ・五種目歩走、サーキットを授業の中で適切に位置付けて実施する。 ・個に応じた記録の伸びや記録の変化が分かるようにし、できる喜びや伸びる嬉しさを実感できるようにする。 ・運動能力向上のために購入した教具を積極的に活用する。
	<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"> ・姿勢体操や5種目歩走等を継続して行い、体力の向上を図る。 ・体育委員会を中心に、正確な姿勢体操を全校に紹介し、生活時程の中で姿勢体操の時間を位置付けた取組を行う。 ・学級活動、縦割り班活動を生かして、楽しく運動する機会を増やす。 ・外遊びを奨励するとともに、児童会から呼びかけて、運動、体を動かす遊びに取り組む。
	<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"> ・チャレンジ週間を充実させ、生活習慣を見直し改善していく。 ・体格のデータと生活習慣との関連性を把握し、特に気になる児童について家庭との連携を図る。 ・学校での取組を紹介し、地域・家庭にも協力してもらおう。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立乃木小学校	児童数（R4.5.1 現在）907名
校 長 名	三賀森 卓司	体育主任名 藤井 竜太

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

令和3年度の本校の数値と県平均の数値の比較を行い、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		立ち幅とび		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	8.73	8.98	12.47	11.76	23.87	26.54	19.07	27.37	10.13	20.37	11.87	11.65	99.40	118.17	7.36	8.80
2男	11.18	10.82	11.73	14.19	31.36	27.34	31.82	31.05	19.91	30.15	11.10	10.59	124.45	129.37	9.55	12.76
3男	12.44	12.68	14.60	16.47	22.56	29.90	30.88	34.92	22.23	38.73	12.50	10.11	145.85	140.97	12.44	16.24
4男	13.43	14.32	15.71	17.47	29.64	31.60	38.21	38.48	32.77	46.46	10.16	9.69	146.46	146.48	16.07	20.58
5男	17.71	16.74	17.45	18.45	27.09	32.85	38.98	42.23	36.66	54.81	9.62	9.25	148.39	158.12	19.84	23.94
6男	19.93	20.18	20.00	21.12	44.86	35.30	47.00	45.71	49.07	63.50	9.06	8.86	171.71	168.08	23.07	27.77
1女	7.94	8.49	12.94	11.64	24.71	29.19	18.76	26.46	9.94	16.14	12.33	11.88	98.82	110.26	4.94	5.57
2女	11.29	10.38	14.71	14.06	32.76	31.32	30.29	30.48	19.59	23.99	11.55	10.82	117.12	124.55	5.82	7.92
3女	11.06	12.20	14.69	15.83	23.48	33.30	30.75	34.35	17.42	31.85	13.01	10.36	137.63	133.34	7.59	10.91
4女	12.88	14.27	15.06	17.02	38.13	35.54	36.87	37.08	27.88	37.88	10.41	9.90	146.94	141.33	10.00	13.31
5女	16.57	16.64	17.52	18.16	28.57	36.78	38.26	41.39	28.50	46.38	9.72	9.53	145.37	150.64	12.79	15.72
6女	19.88	19.52	20.41	19.07	48.35	39.23	43.59	42.98	36.47	50.73	9.48	9.23	164.94	158.13	15.24	17.93

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳びの種目において、県平均を上回っている学年が複数あった。しかし、県平均を上回っている学年が複数あった長座体前屈においては、大きく県平均を下回っている現状も見られた。また、シャトルラン、50m走、ソフトボール投げの種目においては、どの学年においても県平均を下回っている。この結果から、本校の児童には全身持久力、走力、投力、柔軟性において課題が見られ、改善が必要であることが分かった。

5年生に実施した運動に関する意識調査では、「運動やスポーツが好き」と答えた児童の割合が、男子94.3%、女子が92.6%であった。男女ともに運動やスポーツが好きな児童の割合は高いと言える。しかし、「体力・運動能力向上の目標」をもっていると答えた割合は、男子51.8%、女子が57%であった。全国や県の平均と比べ割合が低く、目標をもって運動に取り組めていない現状が分かる。一人一人が自分に合った目標を設定し、運動に取り組めるように工夫する必要がある、できるようになったという喜びを得て、さらに自己の力を高めていこうとする意欲へとつなげていく必要がある。

休み時間に外遊びなどで積極的に体を動かしている児童とそうでない児童の差が大きいと感じられる。コロナ禍の中、運動する習慣のある児童とそうでない児童との差が開き、二極化が進んでいるように感じている。

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	60.0%	51.5%
自校		

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

サッカー、野球、バレーボール、バスケットボール、水泳、剣道、空手などの地域スポーツクラブに所属している児童がいる。また、体操教室やダンスクラブに通っている児童もいる。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全身持久力と柔軟性の向上 (2学期末にシャトルラン・長座体前屈の再計測を行い、4月の平均値を上回る) ・児童の運動に対する意識調査「安全に気をつけて、元気に過ごしている」で肯定的回答85%以上。 ・保護者の運動に対する意識調査「心身ともに健康で、たくましく生きぬく子どもに育っている」で、肯定的回答85%以上。 ・逆上がりができる児童の割合が、1～3年生50%、4～6年生50%を目指して取り組む。
	<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"> ・鉄棒運動やなわとび運動の指導方法について、校内で研修する機会を長期休業中に設定する。
	<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"> ・重点化する領域・・・器械運動(鉄棒) ・校内に設置した鉄棒(1～3年・・・多目的スペース 4～6年・・・体育館ギャラリー)を積極的に活用するよう呼びかける。2学期に、鉄棒強化月間(10月)を設定し、各学年で集中的な取組を図る。 ・タブレットを活用しながら、手本となる児童の体の動きを見て学んだり、自分の体の動きを分析したりしながら運動のポイントをより意識して取り組めるようにする。 ・新体力テストで課題となっている「全身持久力」「柔軟性」を高める運動を体育の始まるの時間に取り入れる。マラソンカードを活用し、11月に「体力強化週間」を設定し、持久力の向上を図る。 ・児童一人一人に合った目標を設定し、できるようになった喜びを味わえる場を増やせるように工夫する。 ・年間指導計画の見直しを行い、乃木小学校の実態に応じた計画を作成する。また、わたしたちの体育を有効に活用する。
	<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"> ・朝の時間を活用し、姿勢体操に継続して取り組み、体幹強化を図る。また、姿勢体操の内容を見直し、柔軟性向上につながる動きを取り入れる。 ・体育委員会の鉄棒教室や長縄大会等を開催し、全校に運動の機会を呼びかけていく。 ・栄養教諭や養護教諭と連携し、「食の学習ノート」「食生活を考えよう」を活用した授業を行う。
	<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"> ・1学期末に体力テストの結果と運動例を示したプリントを渡し、長期休業中に自己の課題にあった運動に取り組めるようにする。
<p>5. 今年度の成果(○)と課題(●)及び来年度に向けての方針(年度末に記入)</p>	
<p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立忌部小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	129名
校 長 名	玉木 康之	体育主任名	角田 宏美
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・男女ともに、筋力を必要とする「上体起こし」「握力」が県平均を下回っている。 ・意識調査の結果から、「運動が大切」であることはわかっているが、「運動が好き」ではない。 			
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"> ・剣道、フットサル、スイミング、バスケットボール等、様々なスポーツクラブに加入している。 			
4 . 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かして遊ぶことが好きな子を増やす。目標数は、新体力テスト後決定。 		
	(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"> ・体育に関する校外での研修内容を職員会などで伝達し、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）		
<ul style="list-style-type: none"> ・学習の最初に帯の活動として、筋力を使う運動を取り入れるよう提案する。 			
(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"> ・毎週水曜日の朝を「かこぶタイム」とし、児童は縦割り班に分かれ、様々な運動を行う。 ・倉庫横に木製のジャンプ台を設置し、休憩時間になわとびの練習ができるようにする。 ・校内に低学年（1～3年）の鉄棒スペースを設置し、休憩時間に逆上がりの練習ができるようにする。 ・児童玄関に鉄棒用マットやボール、フライングディスクなどの道具を常時置いておき、休憩時間に自由に使えるようにする。 ・ハイタッチ板やバトンスローを体育館等の身近な場に設置し、自然と体を動かす機会を増やす。 ・委員会活動の中で、校内スポーツ大会を年2回企画する。 ・各学級で、毎日の体幹運動を継続して行う。 			
(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等			
<ul style="list-style-type: none"> ・学校からの様々なお便りやHPなどで体育や保健体育の授業で取り上げた内容を紹介する。 			
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）			
○			
●			

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立大庭小学校	児童数（R4.5.1現在）	509名
校 長 名	佐藤 淳	体育主任名	立石 源

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の本校の結果を県平均と比較したところ、中学年の長座体前屈と1年生の50m走が県平均を上回ったものの、他の種目では、県平均を下回る結果であった。本校児童の体力は、全体的に低い傾向にある。
- ・休憩時間には、積極的に体を動かす児童も多く見られる。校庭で見られる遊びとしては、男子はサッカー、鬼ごっこ等、女子は一輪車等。体育館で見られる遊びとしては、バスケットボール、ドッジボール等。
- ・スポ少加入児童が多く、平日、休日と活動している児童は多いが、それぞれが専門の競技に特化しているため、多様な運動経験をしているとは言い難い。また、日常的に運動をあまりしない児童も多く、運動の二極化傾向にある

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

- ・本校では、全体のおよそ4割近くの児童がスポーツクラブに加入している。
- ・加入団体：サッカー、バスケットボール、バレーボール、野球、剣道、水泳、他

4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・「持久力の向上」 ・シャトルランの全校平均を10回程度上げる。 ・「運動が好き、体育の授業が楽しい」と答える児童の割合の90%以上を目指す。 ・「体育の授業で先生の個別指導によってできるようになった」という項目の県平均を上回る
	（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"> ・職員会議で、本校の体力の現状を体育主任が説明する。 ・体育部で、体力向上に関する研修会を行い、学年部に伝達、授業での実践を行う。
	（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）
<ul style="list-style-type: none"> ・「体づくり運動」の領域を重点領域に位置付ける。 ・体育の授業において、導入時に体力アップにつながるメニュー（五種目歩走、五分間走、縄跳び）を職員会議等で共通理解し、年間を通して継続的に実施する。 ・器具庫の点検や整備、用具の補充を体育部が中心で行い、授業で使う備品の環境整備をする。 	
（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）	
<ul style="list-style-type: none"> ・縄跳びへの取組を、年間を通じて全校で取り組む運動に位置づける。特に、持久跳びや二重跳びに重点をおき、記録カードを活用することで、児童の意欲を喚起し、友達と楽しく競い合いながら取り組めるようにする。 ・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。スポーツ委員による体育館の見回り強化も行う。 ・各学級へサッカーボールや長縄を配付し、ボール運動や縄跳びの生活化を図る。 	

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に、鉄棒用のサポートパットや逆上がり補助具等を児童に貸し出し、授業以外の時間でも多様な運動に触れることができるようにする。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活習慣を確立できるように、睡眠や食事などについて、メディア週間や保健だより等と関連させ、保護者への啓発を行っていく。 ・地域のスポーツ少年団の活動に教員も関心をもち、児童への励ましや応援の言葉がけでより意欲的に取り組めるようにする。
<p>5. 今年度の成果 (○) と課題 (●) 及び来年度に向けての方針 (年度末に記入)</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江立生馬小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	108名
校 長 名	徳永 勝俊	体育主任名	清水 健二郎

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）

R3年度の体力・運動能力調査の結果および普段の児童の様子から、次のような実態が見られた。

- ・運動好きが多く、体育の授業や休憩時間の遊びを通して積極的に運動を行っている。
- ・休憩時間は鬼ごっこやドッジボールが主たる遊びであり、結果、握力・跳躍・投てきにおいては概ね平均を上回る結果と繋がっている。一方で、柔軟や俊敏性を養う場面が少なく課題がある。
- ・放課後や、休日の運動頻度は、習い事の有無で差がある。また、学年によっても体力の差がある。

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

社会体育（地域スポーツクラブ等）への加入状況は、野球、サッカー、ドッジボール、バレーボール、バドミントンが主なものである。土・日曜日および祝日を中心として、平日も活動日がある。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・低学年から高学年への積み上げを意識しながら、特に低学年における体づくり運動や各運動遊びを充実し、運動経験の積み上げによる成長をめざす。 ・1学期に測定した5年以上の児童の50m走の記録から1年間で平均0.2秒タイムアップをめざす。 ・4年生以上の児童の補助なしでの逆上がり成功率60%以上をめざす。
	<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"> ・人数等に配慮し、市内・県内等で実施される体育科の公開授業・研究授業に参加を呼びかける。
	<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"> ・敏捷性や柔軟性、バランス感覚を身に付けるための運動（ストレッチ等）を意識的に取り入れる。 ・縄跳びを全学年に推奨し、全体的な体力や運動能力の底上げを図る。 ・児童一人一人が自分の体力的な成長や課題を把握しやすいよう、「わたしたちの体育」を活用する。 ・引き続き「めあて」「振り返り」および児童相互の助け合う活動がある授業を定着させる。

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"> ・ 休み時間の校庭や体育館の使用を推奨し、児童が運動を進んで行えるようにする。 ・ 校内で縄跳びをしてもよい場所を設定・推奨し、雨天時でも運動ができるようにする。 ・ 校舎から校庭までの距離があるので、移動が少ない前庭での屋外遊びを推奨する。 ・ 朝礼や体育の時間を使って「姿勢体操」を継続して行う。 ・ 給食指導をいっそう充実させ、特に好き嫌いを減らし、健康な体作りに努める。
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）	(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"> ・ メディアコントロール週間などを生かし、より良い生活リズムを確立する。 ・ 地域スポーツ活動団体との連携を図る。 ・ 学校だよりや学級通信等で、児童の体力・運動能力に関する情報を家庭へ発信する。
	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立持田小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	304 名
校 長 名	藤井 康二	体育主任名	渡辺 勝久

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

・ R3 年度体力・運動能力調査結果の県平均と本校の数値を比較し、現状を分析する。
 (※本校平均が当該年度の県平均を上回る（同じ）場合、◎が付き、本校平均が当該年度の県平均を下回る場合、△が付く。)

		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
1年	男	◎	△	◎	△	△	△	△	△
	女	△	△	◎	△	△	△	△	△
2年	男	◎	△	△	◎	◎	△	△	△
	女	◎	△	◎	△	◎	◎	△	△
3年	男	△	△	△	◎	◎	◎	△	△
	女	△	△	△	△	△	◎	△	△
4年	男	◎	△	△	△	△	△	△	△
	女	△	△	△	△	△	△	△	△
5年	男	◎	△	△	◎	◎	◎	△	△
	女	◎	△	◎	△	△	△	△	△
6年	男	◎	△	△	△	◎	◎	△	△
	女	◎	△	◎	△	△	◎	△	△

握力は県平均値を上回っている学年が多く、その他の種目は県平均値を下回っている学年が多い。特に、上体起こし・立ち幅跳び・ソフトボール投げの3種目については、全学年が男女ともに県平均値を下回っている。このことから本校児童には、**「力強さ」(上・立・ソ)、「粘り強さ(動きを持続する能力)」(上)、「タイミングの良さ」(立・ソ)に課題がある**

とが分かる。

本校では、休み時間に多くの児童が校庭・中庭・体育館で元気よく遊んでいる姿が見られる。一方、R3 年度体力・運動能力調査からわかる各学年の運動実施頻度は、「毎日」と答えた児童の割合が約 43%と決して高くはない。スポ少や運動系の習い事への加入率は、例年全校で 60%ほどであり、半数以上の児童が運動を定期的にしている環境にありながら、**「スポ少や習い事の日以外は意識して運動はしていない」という児童の状況が考えられ、運動に関して積極的とは言えない面も見られる。**

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

	6 年生の水泳運動「25m完泳率」	4 年生の器械運動「逆上がり達成率」
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

加入状況は以下の通り。

全校…64.14% 第1学年…41.94% 第2学年…73.68% 第3学年…60%
 第4学年…70.18% 第5学年…93.33% 第6学年…52.5%

スポ少や運動系の習い事としては、水泳・サッカー・野球・バレー・テニス・バスケット等が多い。

(1) 具体目標・数値等

○「上体起こし」・「立ち幅跳び」・「ソフトボール投げ」について、R3 年度の体力・運動能力調査の結果（自校の数値）を上回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

4

・年度当初、全教職員に R3 年度の体力・運動能力調査の結果及び課題と体力向上の運動例について冊子にしたものを配布する。体育の時間等を使い、児童の実態に応じた活動や学習形態を取り入れながら、特に「力強さ」・「粘り強さ（動きを持続する能力）」・「タイミングの良さ」を中心に体力向上を

今年度の取組	<p>目指すとともに、指導者が各運動特性を意識しつつ児童が体力づくりに意欲をもったり、様々な運動に親しむことができたりするようにする。</p> <p>・2学期、全職員にR4年度の体力・運動能力調査の結果及び課題、今後の課題について伝える。</p>
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <p>・年度当初に体力向上の運動例について冊子にしたものを配布し、各学年の実態に応じて運動例を活用することに加え、引き続き鬼ごっこ、ストレッチ、5種目走等を取り入れたりすることで、運動の苦手な児童も楽しさを感じながら体力の向上ができるよう図っていく。</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>・サッカーボール、ドッジボール、ドッチビー、ミニボール、長縄を各学級に配布し、休憩時間にすぐ使えるようにしておき、年間を通して継続して運動に取り組めるようにする。</p> <p>・1学期、2学期に体を動かす楽しさを感じられる集会活動を体育委員会で企画する。</p> <p>・体力向上への意欲づけとして、3学期には全校縄跳び集会を行う。</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>・適切な朝食の摂取や睡眠時間の確保等、健康な体づくりについて、保健便り等を利用し保護者へ啓発していく。</p>
	<p>4. 今年度の取組</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>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立古江小学校	児童数（R4.5.1現在）	243名
校 長 名	丹羽 隆	体育主任名	片山 文暁

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・運動能力調査より

- ・体力・運動能力調査から、男女とも横ばいから低下傾向にある。昨年度は、現3年生男女、現4年生男女は、ほぼすべての種目で県平均を下回っている。また、全学年の状況から県平均値と比べると、「握力」と「ソフトボール投げ」が低い傾向にある。
- ・本校は校庭が離れていて、休み時間に校庭に出て遊ぶ児童が少ない。体育館で遊べる時間も限られており、休み時間に体を動かす児童は全体的に少ないと言える。

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

- ・昨年度のデータによると、243名の全校児童に対して177名の加入状況であり、約73%の児童が学校以外でのスポーツ活動に参加している。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	「運動が好きな児童の増加と体力の向上」 ・魅力的な体育の授業づくりをすることで、意識調査において「運動が好き」と回答する児童の割合を90%以上にする。 ・年間を通じた取組により、全体的な体力の向上を図る。
	(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
	・体育に関する共通理解事項と体力向上についての提案（各学期当初職員会議）
	(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）
	・通年で体育の授業に5種目歩走跳運動、ペース走、縄跳びを取り入れ、体力向上につなげる。 ・「めあて」の提示と「ふりかえり」の時間設定をする。 ・本校の研究テーマである「対話を通して考えを深め合う授業づくり」を体育においても行う。 ・コロナ禍の体育学習について、市のガイドラインをふまえた取り組みを行う。

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"> ・校内マラソン大会を実施する。（1学期：全校児童参加） ・児童会活動による「リレー集会」などを行い，運動の楽しさを全校に広める。 ・松江市器械運動発表会へ参加する。（2月：4年生以上の希望者のみ課外活動で練習）
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）	(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"> ・各学期1回のすこやか週間の取組を継続する。その際，「すこやかカード」を活用し，健康の維持向上をめざした生活習慣の確立を図る。
	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立本庄小学校	児童数（R4.5.1現在）	79名
校 長 名	福間 敏之	体育主任名	定免 友登

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）

経年変化や県・国との平均比較から見られた課題に対して体力向上の取り組みを続けてきた結果、以下のよう
な現状が見て取れる。

（1）具体目標・数値等

- 鉄棒運動はリレー形式などを取り入れ、場の設定を工夫することによって、様々な技に数多く取り組むこ
とができるようにした。その結果、多くの技を習得することができた。
- 水泳指導については、これまでの継続指導の効果が表れ、6年生で25m完泳率がほぼ100%となった。
●逆上がりの達成率が70%で止まっている。継続した指導が必要である。

（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

- 小体連の各種大会参加に向けての指導を研修の機会として活用した。また、単元の進め方や指導のポイン
トを職員間で話し合ったりもした。日常的な会話の中で研修が自然できているように思う。この雰囲気
を継続していきたい。
- 小学校体育実技講習の出席者に校内で伝達講習をしてもらうことができなかった。今後取り組みたいと思
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）

- 新しい評価規準にもとづいた保健学習を充実させ、運動領域と保健領域のつながりを意識した指導を行う
ようにした。その結果、日常生活の中で運動と保健との関連や健康な生活を意識した発言が聞かれたり、
行動がみられたりするようになった。
- 養護教諭が行う日常の保健指導とのリンクを図ることが十分にできなかった。今後の課題である。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・校区内スポーツクラブとして、野球、バレーボールのクラブが開設されている。学年によって加入割合が
異なっているが、校区内外を含めて約50%の加入率である。

4 (1) 具体目標・数値等

今年
年度
の
取
組

- 逆上がりの達成率向上が緊急の課題であるため、鉄棒運動に積極的に取り組む。
- ・4年生の逆上がりの達成率目標を80%にする。
- ・鉄棒運動の指導に合わせて、巧緻性を中心とした基礎的な身体能力を高めるため、器械運動や体幹
トレーニング、柔軟運動などにも力を入れて指導にあたる。

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> <p>●体育実技指導の校内研修の機会を充実させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小体連の各種大会参加に向けての指導を研修の機会として活用する。 ・小学校体育実技講習の出席者に校内で伝達講習を行ってもらおう（昨年度できなかったため）。 ・体育主任を中心に校内研修を積極的に行う。
	<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> <p>●新しい評価規準にもとづいた保健学習の充実と職員研修を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動領域と保健領域のつながりを意識した授業の組み立てを行い、全体に向けて発信する。 ・養護教諭が行う日常の保健指導とのリンクを図る。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <p>●体育環境の充実を図る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日常生活の中で、体づくり、体力づくりをめざした取組を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ※縦割り班遊び、委員会活動による集団遊び、担任との連携 など ・児童昇降口には竹馬、一輪車などを置き、校庭の一部には一輪車練習器を設置し、子どもたちが自由に使えるようにすることで運動遊びに親しむ環境をつくる。 ・管理職、校務技師と連携して芝生の整備を行う。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>●保健主事や養護教諭と連携を図り、学校の保健活動をより有機的に機能させていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力向上をめざした生活習慣の確立を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ※「にこにこ生活チャレンジ習慣」を設け、家庭と連携しながら望ましい生活習慣の定着をめざす。 ※学校保健委員会の活用（メディアとの関わり方についても検討する）。
	<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	松江市立大野小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	29 名
校 長 名	高橋 和弘	体育主任名	神門 克俊

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

R3 の体力・運動能力調査の結果より

○どの学年も、多くの種目で市や県の平均値を超えている。特に反復横跳びとシャトルランは大幅に上回っており、敏捷性と持久力が本校の強みといえる。

●上体起こし、長座体前屈のポイントが平均を下回った。特に柔軟性については、学年が上がるごとに数値が落ちている。

○R3年度も自宅でできるストレッチプログラムを児童に提案し、取り組んだ。6割強の児童が柔軟性を向上するができた。また、昨年度末に大野小姿勢体操を提案し、毎朝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 R3.8 月、鉄棒 R3.9 月調査依頼）の結果

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・中, 高学年の男子児童で、スポーツクラブに所属している児童は3割（卓球）
- ・中, 高学年の女子児童で、スポーツクラブに所属している児童は4割（卓球, バドミントン）

4 今年 度の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの県平均を、どの学年も半数以上の種目で上回ることができるようにする。 ・柔軟性の向上を目指した活動を体育等で取り入れ、長座体前屈の平均値をあげる。 ・運動実施頻度を、どの学年も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

・4月当初の職員会議で、年間の体育的活動について、内容やねらいを体育主任が説明し、学校全体で共通理解を図る。

・体力テストの結果をグラフ化したシートを渡し、自分の体力の強みと弱みを振り返ることができるようにする。

・春と冬に中学年以上を対象にした体力づくり(陸上・器械体操)の活動を設定し全教員で指導する。

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）
	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの結果から、課題が見えた種目について、各学年の体育の授業等で対策を検討する。特に柔軟性については、ストレッチプログラムを毎学期行い、その都度長座体前屈を計測することで、数値の変化が把握できるようにする。 ・体育の授業で、指導者が「つきたい力」を明確にし、運動量を確保した授業展開やICT機器の活用などの工夫をしていく。 ・「めあての提示」と「わたしたちの体育を活用したふりかえり」をどの学年でも取り入れていく。 ・体力テストの結果を1年生から継続して記録していき、自分ののびや課題を捉えられるようにする。

(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）

- ・全校児童の体力づくりとして、業間の時間を「チャレンジタイム」とし、年間を通してマラソンとなわとびを行う。1, 2学期にマラソン大会、3学期になわとび集会を取り入れ、子どもが成果を実感できる場を設定する。
- ・中学年以上を対象にして、春の体力づくり（陸上練習）や冬の体力づくり（器械運動教室）を取り入れ、年間を通して体力づくりを行う。
- ・委員会主催のスポーツ遊びや全校遊びを実施し、外遊びや運動遊びの時間の増加を目指す。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・大野地区にある医療専門学校と連携して、子どもの「ロコモ体操」を継続的に実施し、児童の柔軟性を高めていく。
- ・メディア視聴や食育、睡眠など基本的な生活習慣に関わる項目について「保健だより」等を通して家庭への啓発を図り、連携を密にする。また、松江市のメディア学習推進委員派遣によるメディア学習を行い、児童・保護者に啓発を図る。
- ・生活習慣をチェックする「きらきらチャレンジカード」を2ヶ月に1回実施し、児童が生活習慣を見直し、改善していくことができるようにする。
- ・地域の方が主催する「放課後子ども教室」や「おおの輪・和・ワークラブ」への参加を呼びかけ、運動遊びやレクレーションスポーツ等に親しめるようにする。

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

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立秋鹿小学校	児童数（R4.5.2現在）	72名
校 長 名	田中 晶子	体育主任名	渡部 圭

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

- 新体力テストの総合評価C以上の割合をみると、78.9%であった。
- 男女ともに「20mシャトルラン」が全国平均を上回っており、「持久力」が強みである。この他に、男子では「ソフトボール投げ」、女子では「反復横跳び」が全国平均を上回っている。
- 男女とも特に「長座体前屈」が全国平均を下回り、「柔軟性」が課題である。
- 運動への意識や習慣は、「体を動かすことが好き」という児童が前年度の約96%から89%に下降しているが、「体育の授業が好き」という児童は昨年度の約81%から96.8%に上昇している。
- 運動頻度は週2～3日以上の子が約90%を占めている。休み時間等は、校庭や体育館で体を動かして遊ぶ児童が多いが、鉄棒で遊ぶ児童はあまり多くない。

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

- ・地域のスポーツクラブに所属している児童は、全校で77%であり、大半を占めている。
- ・種目は、野球、バレー、ソフトテニス、卓球、フットサル、バスケットボール等、多岐にわたっている。
- ・中学校で行われている部活動の種目とのつながりがない種目もある。（例えば、中学校には女子ソフトテニス部がない等）

4. 今年度の取組

（1）具体目標・数値等

- 「柔軟性の向上と運動好きの児童の増加をめざす」
- ・新体力テストの総合評価で、C段階以上の割合（90%）の向上を図る。
- ・柔軟性・筋力の向上を図る。（長座体前屈・上体おこしの記録が、県平均に近づくようにする。）
- ・運動好きの児童の増加を目指す。（「体を動かすことが好き」という児童の割合90%以上）

（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・5月中に「チャレンジタイム」の内容について検討し、これまで行ってきた「全身持久力」や「敏捷性」を高める。
- ・「柔軟性の向上」を視野に入れ、準備運動の中に5種目歩走運動を授業の前に取り入れる。
- ・合同体育などを行う際に他の教員の指導方法に触れ、経験豊富な教員から学ぶ機会をもつ。

（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）

- ・「わかって→できる」体育を目指し、「体育の授業が好き」という児童の割合90%以上維持できるようにする。そのために、「めあての設定と学習資料の提示の仕方」を工夫すると共に、「お互いの技を見合う時間」「技の取り組み方について話し合う時間」「本時での成長を振り返る時間」を設定し、体育の見方・考え方を深める。
- ・運動の特性に触れた楽しさを体感できるようにすると共に、運動量が確保された授業を行う。

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"> ・ 業間に行う「チャレンジタイム」で、年間を通して体を動かすと共に、体力全般の向上を図る。 （マラソン、5種目歩走、投の運動、たてわり班での長縄跳び、遊具を使った運動等） ・ 新型コロナウイルス感染症対策をしながら、全校遊びや縦割り班活動の機会を増やし、異学年と関わって体を動かす楽しさを味わわせるようにする。 ・ 6月に実施する「マラソン大会」に向けて、「チャレンジマラソンカード」を作成し、「チャレンジタイム」のマラソンに、より意欲的に取り組むことができるようにする。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1学期にマラソン大会を計画し、保護者や地域の方にも見に来ていただくようにする。 ・ 秋鹿っ子運動会（2学期）では、幼稚園も一緒になって、運動会（運動）を楽しむようにする。 ・ 新体力テストの結果（平均と比較したレーダーチャート）を保護者に渡し、子どもの体力の状況を把握していただくと共に、家庭での体力づくりに役立てていただくようにする。 ・ 体力の基盤となる生活習慣（食を含む）を確立するために、親子で振り返りながら自身のくらしを見直せるよう、「けんこう週間」を設け、「振り返りカード」を用いて自己評価できるようにする。
	5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立恵曇小学校	児童数（R4.5.1現在）	67名
校 長 名	松尾 隆	体育主任名	佐藤 耕一

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）

- 20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、反復横跳び、ソフトボール投げが県平均より高い傾向にある。
- 毎年1学期に実施する体力テストの結果をもとにして、2学期以降に各学年で課題として挙げられる種目に、意識的に取り組んでいる成果が出ていると思われる。
- 縦割り班活動や委員会主催の取組により、全校で遊んだり、運動したりする機会がしっかり確保されている。その結果、体を動かして遊ぶことを好む児童が多い。
- 男女各学年ともに、長座体前屈、握力が県平均より低い傾向にあり、普段の活動時において、握ったり、柔軟したりする活動の不足が予想される。

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

全校の約1/3の児童がスポーツクラブに加入している。低学年の加入率は少ないが、中～高学年では約5割と学年が上がるが高くなる。女子よりも男子の方が加入率は高い。低学年はスイミングスクールに、中・高学年はサッカー、野球に加入している児童が多い。その他の種目としては、ドッジボールやバレーボール、バドミントン、ダンス、柔道に加入している児童がいる。

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85%以上を維持する。
 - ・体力・運動能力調査の結果を分析し、各学年の実態に合わせ、向上を目指す種目を1～2種目決めて、2学期以降の体育等の時間に取り組み、評価する。
- (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
 - ・4月当初に本校の実態や今年度の体力向上の取組について説明して共通理解を図る。
 - ・体育科実技講座等の研修報告等の研修を行う。
- (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）
 - ・児童の振り返りをもとにした授業づくり（めあての在り方、授業の流れ、発問・支援等の工夫、わたしたちの体育の活用、タブレットの活用）に努める。
 - ・ウォーミングアップとして、サーキットトレーニングや鉄棒セット等の基礎体力や感覚を養う運動を継続的に行う。
 - ・主運動に必要な技能を高めたり、感覚を養ったりする下位運動を取り入れる。
 - ・器械運動（遊び）の授業時間以外でも、鉄棒や登り棒、雲梯等を使った運動を積極的に取り入れる。

4 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝礼等の時間を使って、短時間で行える体幹を鍛える運動を行う。 ・児童が自然に体を動かしたくなるような場を校内に設定するとともに、休み時間に体を動かす遊びができるよう用具を準備する。 ・休み時間に縦割り班を活用したりレーや運動遊びの機会をこれまでより増やし、全校児童が体を動かして遊ぶ機会を確保する。 ・委員会と連携したチャレンジ・ザ・スポーツ（元気アッププログラムを基に種目を設定）を行い、全校児童が参加して運動をする機会をもつ。 ・ロードレース大会（年1回）やなわとび集会に併せ、全校で取り組む期間を設ける。
	<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"> ・健康チャレンジカードを用いて、家庭での運動習慣を定着させる。 ・学校だより等で学校での取組を地域や家庭に知らせる。 ・PTAの家庭教育委員会との連携を図り、アンケートや研修会を通してより良い生活習慣の確立を目指す。 ・長期休業中の課題として、体幹トレーニングに家族の協力を得て取り組み、親子で体の状態について知る。
<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	松江市立佐太小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	86名
校 長 名	石橋 裕子	体育主任名	福間 彬人

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年度の体力テストについて、県平均値と比較をすると以下のとおりである。

		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
1年	男	△	△	△	△	△	◎	△	△
	女	△	◎	△	◎	△	◎	△	△
2年	男	◎	△	△	△	△	△	△	△
	女	◎	△	△	△	△	◎	△	△
3年	男	△	△	△	△	△	△	△	△
	女	◎	◎	△	△	◎	△	◎	◎
4年	男	◎	◎	△	◎	◎	◎	◎	◎
	女	△	△	△	△	△	△	◎	△
5年	男	△	△	△	△	△	△	△	△
	女	◎	◎	△	△	◎	△	◎	◎
6年	男	◎	◎	△	△	△	△	△	◎
	女	△	◎	△	△	◎	△	△	△

◎：県平均を超えているもの △：県平均を下回ったもの

- ・昨年度に実施したテストから、長座体前屈については県平均を全ての学年、性別で下回った。そのことから、柔軟性が弱いことが分かる。
- ・以前から課題であった上体おこしは改善されてきており、県平均を上回る学年・性別が全体の半数を超えた。
- ・昨年度に引き続き、反復横跳び（敏捷性）が課題として挙がってきている。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

今年度の本校における運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況は以下のとおりである。

学年	1		2		3		4		5		6	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
男女別在籍数	7	6	9	6	5	8	10	5	8	3	11	8
在籍数計	13		15		13		15		11		19	
男女別運動クラブ 加入人数	1	2	6	2	2	6	4	1	8	2	7	6
計	3		8		8		5		10		13	
加入割合	23%		53%		61%		33%		91%		68%	

これを見ると、学年によって加入割合の差はあるが全児童の半数以上がスポーツクラブに加入していることがわかる。加入しているスポーツクラブで最も多いものは、水泳である。その他にもサッカー、野球のクラブに所属している児童も多いことが分かった。また、複数のスポーツに加入している児童も数名いる。

4 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈，反復横跳びについては，重点課題として，柔軟性や筋力，体幹を高める活動を取り入れ，長座体前屈，反復横跳びともに，県平均を上回る学年・性別が3分の1以上を目指す。 ・50m走，立ち幅跳び，ソフトボール投げについては，県平均を上回る学年・性別が2分の1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"> ・鹿島ふれあい学園の「しっかり健康づくり部会」で行っている体幹トレーニングの取組を長期休業中に行う。 ・松江市体育部会への協力を兼ねて，昨年度に引き続きゲーム領域の学習過程や方法などについて校内で研究や研修を行う。 ・「しまねっ子！元気アップカーニバル」の開催を計画し，楽しみながら体力を向上できるようにする。
	(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）
4 今年度の取組	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟性を高めるために，準備運動の中で重点的に柔軟運動を行う。 ・反復横跳びの結果から，敏捷性の向上のため，素早くステップを踏む動作のある運動を積極的に行ったり，日頃から体幹を鍛える機会を設けたりする。 ・鉄棒やマット，跳び箱などの運動で，逆さ感覚を養う動きを取り入れていく。 ・投力を伸ばすために，投げる動作につながる運動を積極的に行う。 ・健康チャレンジ週間の取組において，日常的に体を動かす楽しさや，大切さを啓発していく。 ・体づくりの運動（準備運動・整理運動・ストレッチ・体幹トレーニングなど。特に柔軟運動）を全学年で共通理解を行ったうえで実施する。
	(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動，環境の工夫等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上記録会（6年生）や持久走大会，なわとび集会など，全校がお互いに見合いながら取り組むことのできる活動を行い，運動への関心を高めていく。 ・校内での運動に関する集会や大会の実施に向け，「～週間」のような活動を実施し，学校全体で体力向上を図っていく。
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
	<ul style="list-style-type: none"> ・鹿島ふれあい学園の「しっかり健康づくり部会」で夏休みと冬休みの体幹トレーニングを今年度も継続実施する。 ・学校での体力向上の取組を，インターネットなどを用いて保護者に発信し，連携した取組を展開していく。
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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立鹿島東小学校	児童数（R4.5.1 現在）89 名	
校 長 名	伊達 悟	体育主任名	松崎 雅史

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）

<男子（学年はR3）>

<女子（学年はR3）>

学年		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m	立ち幅跳び	ソフト									
1年	本校平均	9.50	13.88	25.63	30.63	20.75	10.91	121.75	8.13									
	R3県平均	8.98	11.76	26.54	27.37	20.37	11.65	118.17	8.80									
	県平均対比率	62.5%	75.0%	50.0%	75.0%	37.5%	75.0%	75.0%	25.0%									
2年	本校平均	12.56	15.56	35.00	34.67	42.78	10.54	145.00	18.11									
	R3県平均	10.82	14.19	27.34	31.05	30.15	10.59	129.37	12.76									
	県平均対比率	88.9%	66.7%	66.7%	77.8%	77.8%	33.3%	88.9%	77.8%									
3年	本校平均	14.40	18.40	27.40	41.10	38.00	9.50	140.90	19.50									
	R3県平均	12.68	16.47	29.90	34.92	38.73	10.11	140.97	16.24									
	県平均対比率	80.0%	50.0%	40.0%	90.0%	30.0%	30.0%	50.0%	70.0%									
4年	本校平均	17.00	18.60	29.00	38.60	33.80	9.56	159.60	22.20									
	R3県平均	14.32	17.47	31.60	38.48	46.46	9.69	146.48	20.58									
	県平均対比率	80.0%	80.0%	40.0%	60.0%	40.0%	60.0%	80.0%	40.0%									
5年	本校平均	17.90	22.40	45.60	43.10	64.90	8.56	164.50	28.20									
	R3県平均	16.74	18.45	32.85	42.23	54.81	9.25	158.12	23.94									
	県平均対比率	60.0%	80.0%	100.0%	50.0%	90.0%	90.0%	60.0%	80.0%									
1年	本校平均	8.89	14.33	29.44	28.44	18.33	11.31	113.22	4.78									
	R3県平均	8.49	11.64	29.19	26.46	16.14	11.88	110.26	5.57									
	県平均対比率	55.6%	77.8%	55.6%	55.6%	66.7%	66.7%	55.6%	33.3%									
2年	本校平均	10.83	13.17	34.83	32.67	25.17	11.18	123.33	7.33									
	R3県平均	10.38	14.06	31.32	30.48	23.99	10.82	124.55	7.92									
	県平均対比率	55.6%	22.2%	55.6%	44.4%	33.3%	22.2%	33.3%	22.2%									
3年	本校平均	11.88	14.88	32.25	33.88	32.13	10.11	126.25	8.25									
	R3県平均	12.20	15.83	33.30	34.35	31.85	10.36	133.34	10.91									
	県平均対比率	37.5%	25.0%	37.5%	50.0%	50.0%	75.0%	25.0%	12.5%									
4年	本校平均	16.00	18.25	29.50	40.75	38.50	9.73	151.25	16.00									
	R3県平均	14.27	17.02	35.54	37.08	37.88	9.90	141.33	13.31									
	県平均対比率	100.0%	50.0%	0%	50.0%	50.0%	100.0%	100.0%	100.0%									
5年	本校平均	18.13	19.25	43.50	42.75	51.13	8.66	146.88	12.75									
	R3県平均	16.60	18.16	36.78	41.39	46.38	9.53	150.64	15.72									
	県平均対比率	62.5%	50.0%	87.5%	62.5%	50.0%	87.5%	50.0%	25.0%									

- 新3年男子と新6年男子はすべての種目で県平均を上回っている。
- シャトルランは男女ともに県平均を超えている児童が多く、よい結果が見られる。3年前から校内ロードレース大会や休み時間のマラソンに取り組んでいる成果が現れ始めているのではないかな。
- 新3年、新4年の男子の50mと新3年女子のシャトルランは県平均クリア率が30%なのに対し、記録が県平均を超えているということは、学級内の個人差が大きいのと言える。
- ▲女子は、ソフトボール投げの結果が低い傾向にある。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

	5年		6年		合計	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
運動系所属人数	3	3	8	4	11	7
在籍人数	4	3	10	8	14	11
	75%	100%	80%	50%	79%	64%
	86%		67%		72%	

- 近くにプールがあるので、水泳を習っている児童が多い。
- ボール運動系のクラブは、野球、サッカー、バスケットボールなど、様々である。

4 (1) 具体目標・数値等

- 本校独自の「経験領域一覧表」の活用を継続し、2学年で全運動領域を満遍なく実施する。
- 5年生の体力・運動能力調査で「運動が好き」「体育の授業が楽しい」という項目で県平均を上回るような体育の授業を目指す。
- 5年生の体力・運動能力調査で「運動部やスポーツクラブ以外で運動をする」児童の割合をR3年度より増やす。
- 全校で体力・運動能力調査を実施し、筋持久力の向上や投動作の獲得をていねいに行うことで「上体起こし」「ソフトボール投げ」の数値を県平均に近づける。または、平均クリア率50%以上を目指す。
- (4)「宍道湖一周マラソン」の達成者の割合を30%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

- 年度はじめに「鹿島東の体育」を配布し、着替えや集合・整列の仕方、準備運動のきまりなどについて、全学年が共通して取り組むべきことを決めて、体育授業の充実（運動量の確保、全運動領域の経験）について共通理解を図る。
- 1学期に全校で体力・運動能力調査に取り組み、その結果を夏季休業中に全教職員で分析することで、2学期以降の体育授業や体育的活動への見通しをもつ。結果によっては、全校や学年部で重点的に取り組む運動などを設定して取り組む。

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

- 授業の冒頭で、その授業のめあてを児童に示した上で授業を始める。また、授業の終末には振り返りの時間を取る。
- 「経験領域一覧表」の活用を継続し、昨年度の当該学年の児童の運動経験を踏まえながら、系統を意識した指導計画を立てる。全運動領域を経験させた上で次学年へ送る。

(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）

- 児童会とタイアップしながら、姿勢体操 CDなどを活用し、体幹を鍛えるとよいことを全校児童に意識させたり、良い姿勢で授業や儀式などに参加しようとしたりする意欲を高める。
- 日ごろの体力づくりの成果を試す場として、学期に1回ロードレース大会を実施する。また、それに向けて児童が休憩時間などを使って自主的に練習する仕掛けとして『宍道湖一周マラソン』を継続して行う。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- 鹿島ふれあい学園で取り組んでいる「健康チャレンジ週間」を年2回行うことを継続する。加えて、集計した資料を事後指導に活かすようにする。
- 長期休業中（夏・冬）に全学年「体幹トレーニング」を課題として行う。

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	松江市立島根小学校	児童数 (R4.5.1 現在) 132名
校 長 名	飯塚 由紀子	体育主任名 大谷 茂寿

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、反復横跳びの結果が県平均を上回っている学年(男女別)が半数以上である。
- 4～6年生では、50m走、立ち幅跳びの記録が県平均を多く上回っている。
- 1・2年生では、長座体前屈、シャトルランの記録で県平均を多く上回っている。
- 全ての学年で上体起こし、ソフトボール投げの記録が低い傾向にある。
- 中学年で男女ともに県平均を下回る種目が多く、学年差が大きい。

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

上学年(4～6年)の約半数が運動部やスポーツクラブに加入している。主な種目としては、バスケットボール、バレーボール、水泳、体操などである。下学年の児童は、地域のミニミニバスケットや水泳教室に通っている児童が多い。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの上体起こしの項目で県平均を上回る学年、男女が半分以上になるよう、朝の体幹トレーニングを継続して実施するとともに、体育の授業の中で筋持久力を高める運動を重点的に取り上げていく。 ・体育のゲーム領域や休み時間の運動遊びを通じて、投げる運動に親しませ、投力にかかわる巧緻性や瞬発力を高めていく。 ・10月に行う第2回ロードレース大会では、第1回ロードレース大会の記録を上回る児童が6割以上になるようにする。
	(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
	<ul style="list-style-type: none"> ・年度始めの職員会議で体育授業の共通ルールと授業充実のポイントについて説明し、共有する。 ・夏季休業中の松江市の「体づくり研修」への職員の参加を積極的に呼びかける。 ・年度始めに体力推進向上計画を示し新体力テストの結果から児童の実態について共通理解していく。 ・夏季休業中に職員会議・学年部会で体力調査の結果分析し、2学期の体育授業・体育的取り組みに反映させる。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通じた取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動発表会と合わせ、1、2月を「器械運動月間」として、マット、跳び箱などの用具をフロアに出しておく。 ・体育の授業での指導を工夫し、運動好きの子どもを増やすとともに帯活動として多様な運動を積極的・継続的に行う。（かえるの足打ちやかえるの逆立ち、5種目歩走、持久走、遊具遊び、なわとび等） ・年間を通じて単元に即した運動遊びを紹介し運動遊びを通して体力・技能が身につくように工夫する。 ・ICTを活用し、児童相互の運動観察の機会を設定し、指導の充実を図る。 ・新体力テストの結果をレーダーチャートで示すことで、自分の課題を捉えさせ、その改善を図る。

(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）

- ・朝の体幹運動、ロードレース大会、縄跳び集会を全校で実施するとともに、児童が目標をもって主体的に運動に取り組めるよう「ぐるっと島根一周マラソン」や「なわとびカード」を活用していく。
- ・体育委員会による運動的行事を計画し、実施していく。
- ・新型コロナウイルスの感染状況に合わせ、縦割り班での体育集会を計画し、実施する。
- ・廊下に鉄棒を設置するなど児童が積極的に運動に触れ合える場を設定する。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・長期休業中でも家庭で運動に親しめるよう「簡単にできる運動遊び」や「縄跳びカード」などを配付したり、ホームページに掲載したりし、推奨する。
- ・学校だよりや保健だよりを通して、運動や健康に関するテーマを取り上げ、啓発を図る。

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	松江市立美保関小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	172名
校 長 名	高橋 宏明	体育主任名	結田 恭士

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

R3年度 自校と県平均の比較の一覧表

		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
1年	男	△	◎	△	◎	◎	◎	◎	◎
	女	△	△	△	△	△	△	◎	△
2年	男	△	◎	△	△	◎	◎	◎	△
	女	△	◎	◎	◎	◎	◎	△	◎
3年	男	△	◎	◎	◎	△	◎	△	△
	女	△	◎	◎	△	△	◎	△	△
4年	男	◎	◎	◎	△	△	◎	△	△
	女	◎	△	◎	△	△	◎	△	△
5年	男	◎	△	◎	△	△	◎	◎	△
	女	◎	◎	◎	◎	△	△	△	◎
6年	男	△	△	△	△	◎	◎	△	△
	女	◎	△	◎	△	△	◎	△	◎

○ 強み

上体起こし、50m走は、多くの学年で平均を超えている。

長座体前屈については、改善が見られる。

反復横跳びは、平均を下回ってはいるが、県平均との開きが小さくなってきている。

○ 課題

シャトルランをみると、持久力は全校の課題であることが分かる。

（4・5年は県平均との差が大きい。）

立ち幅跳びは、県平均をやや下回っている。（6年は6cm以上開きがある。）

ソフトボール投げについては、例年通りの結果。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

・地域のスポーツ少年団は、野球、バレーボール、サッカー、バドミントン、柔道等あるが、加入状況は各学年とも、多くて半数程度である。

（1）具体目標・数値等

- ・ シャトルランの記録を県平均に近づける。
- ・ なわとび大会での「持久跳び」をクリアできる児童の達成率を前年度以上になることを目指す。
（低学年 1分、中学年 2分、高学年 3分）

R3年度「持久跳び」の目標をクリアできた児童数と達成率

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
人数(人)	10	25	20	15	4	25
達成率(%)	38.5	86.2	64.5	44.1	16	75.7

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

- ・職員会議で、本校児童の現状を説明し、「マラソン」や「なわとび」の取組や体育授業の準備運動にランニング、投運動、バランス・姿勢保持能力を高める運動等を取り入れることの共通理解を図る。
- ・体育的活動や行事に向けて各学年でどのような力を身に付けさせていくか共通理解を図る。

(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**)

- ・「めあての提示」と「振り返り」を授業の中に取り入れる。
- ・体育学習における、「準備運動」の充実を図る。(サーキットトレーニング、柔軟、筋トレ、ダッシュ、5種目歩走などを取り入れる。)
- ・冬季は器械運動を重点的に取り組み、巧緻性を養っていく。(回転したり、逆さになったりする感覚に慣れる。)
- ・チームや小グループでの作戦会議など、相談や話し合いなど言語活動に視点をおいた授業を工夫する。
- ・楽しく体を動かし、運動量を確保する授業を工夫する。
- ・体育授業の中に敏捷性を高める運動や柔軟運動、遊具・器具を使った巧緻性を高める運動等を取り入れる。

(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)

- ・校内マラソン大会に向けてマラソンカード使って休み時間にマラソンに取り組む活動を行う。
- ・集会室にジャンピングボードを常設し、いつでもなわとびの練習ができるようにしている。
- ・各学級に様々なボールを配り、休憩時間にボール遊びをするよう促している。
- ・休み時間に遊びながら体づくり運動ができる場や全校で取り組める活動を設定する。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・小中連携の中で、体育の準備運動の中に学年に応じた「柔軟性を高める運動」「筋力を高める運動」「持久力を養う運動」などを取り入れる工夫をしている。
- ・夏季休業中は地域でラジオ体操に取り組んでもらっている。
- ・家庭に体力・運動能力の現状を知らせ、夏季休業等、家庭でもできる体力づくりの啓発に努める。

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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立八雲小学校	児童数（R4.5.1現在）	380名
校 長 名	田中 宜夫	体育主任名	安部 敦

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 体力テストから> ◎…県平均を上回っている △…県平均を下回っている

		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
1年	男	△	△	△	△	◎	◎	△	△
	女	◎	△	△	△	△	◎	△	△
2年	男	◎	◎	△	◎	◎	◎	◎	◎
	女	△	△	△	◎	◎	△	△	◎
3年	男	△	◎	△	△	△	△	△	◎
	女	△	△	◎	△	△	△	△	△
4年	男	◎	△	◎	△	◎	◎	△	△
	女	◎	△	△	△	◎	◎	△	△
5年	男	◎	△	◎	△	◎	◎	◎	◎
	女	◎	△	◎	△	△	△	◎	△
6年	男	◎	△	◎	△	◎	△	◎	◎
	女	△	△	△	△	△	△	△	△

- ・県平均より下回っている数値は、男子22/48項目、女子35/48項目であった。
- ・過去3年間の状況から見ると、男子は横ばい、女子も横ばいであるがやや上昇傾向にある。
- ・男子は50m走、シャトルランの平均は高く、走力は高いものと推察される。
- ・握力が前年度全ての学年で県平均を下回っていたが、今年度は男女とも約半数の学年が県平均を上回った。
- ・男女ともに俊敏性と筋力及び筋持久力、女子の投力と瞬発力に課題がみられる。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・サッカー、野球、バレー、ドッジボールバスケットなどのスポーツ少年団、バドミントン、剣道、ダンスなどさまざまな運動団体に所属している。
- ・加入率は3年生以上男子で約8割、3年生以上の女子で半数の約5割である。

4 ・ 今 年	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・「敏捷性の向上と女子の体力の向上」 ・上体起こしの記録を4月から11月にかけて、各学年の平均を2～3回伸ばす。 ・鉄棒運動については低学年からの身につけさせたい力を明確にし、系統的な指導をしていく。校内の逆上がり達成率50%をめざす。
	(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"> ・4月当初の職員会議で今年度の体育科の方針・育てたい力の共通理解を図る。 ・計画訪問や授業公開、研修会参加などを通して、指導者の実践力を高める。 ・中学年ゲーム領域（テニピン）の授業研究をする。

<p>度の取組</p>	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育科の学習の基盤（母衣小スタイルを参照）となる考え方の教職員の理解を深め、授業の統一化及びその充実を図る。 ・「わたしたちの体育」に基づいた年間指導計画を立て、同時期に同内容の指導ができるようにする。特に鉄棒運動（器械運動）は時期を揃え（9, 10月）、全校で鉄棒運動に対する意欲が高まるようにする。 ・授業導入時に俊敏性、筋力及び筋持久力を高める運動を取り入れ、運動量を確保する。 ・児童が「楽しかった、わかった、できた」という実感がもてるような実践を行う。ボール運動やゲーム領域では、自分たちでルールをつくったり、対戦形式で競ったりする活動を積極的に取り入れる。 ・授業環境を整え、安全で効率的な学習が展開されるようにする。また、タブレット端末の活用など ICT 機器を効果的に授業に取り入れていく。
<p>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"> ・全身持久力を高めるため「校内ロードレース大会」を企画する。大会までにマラソンカード使った体づくりに取り組み、児童の意欲を高めるとともに、継続的に運動量を確保する。 ・なわとび集会を企画し、冬場の運動量を確保する。 ・教室では、正しい座り方や書き方を意識するようにし、姿勢保持ができる体づくりをするとともに、集中力が高まるようにする。 ・体力テストについて、児童一人一人の経年データをまとめ、体力の伸びや課題を可視化できるようにする。 ・委員会活動や学級での話し合いを通して、外遊びを積極的に行うように仕組んでいく。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6年間を通じた体力テストの結果を個別に記入したカード「限界に挑戦」を作成している。前学年までの結果を意識しながら体力テストに挑ませること、結果を家庭に通知することで各家庭の体力への関心を高めることをねらっている。 ・水泳指導については、泳力状況や練習の仕方等を便りで発信し、各家庭の意識を高め、長期休業中に各家庭で取り組んでもらえるようにする。 ・八雲中学校とマラソン大会を同じ時期に実施することによって意欲の向上につなげる。 ・体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組 <ul style="list-style-type: none"> ◇小中合同で行う「すこやか健康チャレンジシート」の年3回の実施と家庭への呼びかけ ◇給食時における食材の紹介や栄養指導
<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	松江市立宍道小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	275名
校 長 名	安達 利幸	体育主任名	内田 祐貴

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年度の新体力測定の結果からみると、全体的に国・県平均並みもしくは少し低い値である。そのなかで県の平均の値を上回っている学年が多い種目は「50m走」と「反復横跳び」。下回っている学年が多い種目は「握力」「上体起こし」「シャトルラン」であった。特にシャトルランについては、1年生以外の学年が、県平均よりも10ポイント以上低い値であった。
- ・R3年度の新体力測定の意識調査の結果は、全体的に肯定意見が多くみられた。
- ・休み時間には、校庭や体育館等で進んで体を動かす子どもの姿が多く見られる。

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

- ・全校の44%（121名/273名 ※R3）の児童が加入している。
- ・地域のNPO法人の下、地域のスポーツ少年団やスポーツ教室（柔道、剣道、空手道、男女バスケットボール、野球、テニス、女子バレーボール、サッカー、体操、水泳等）が大変充実していて、放課後や週末等に活動している。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・体力・運動能力調査「総合評価」のC段階以上に該当する児童を80%以上にする。 ・意識調査で、「運動が好き」と回答する児童を80%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"> ・今年度実施する新体力テストの結果を基に、本校児童の現状を分析し、体力向上の取組について校内で検討する。 ・本計画について、校内教職員間で共有する場を持つ。
4 ・	（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"> ・学習のねらいの提示の仕方、振り返りの充実等、他教科と併せながら授業の質の向上を目指す。 ・体育準教科書「わたしたちの体育」を使い、充実した授業の展開を図る。 ・県事業「運動好きな子どもを育てるための地域連携事業」等を活用し、指導の充実を図る。
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）
	<ul style="list-style-type: none"> ・「宍道湖1周マラソン」を行い、体力と運動意欲の向上を図る。 ・「なわとびチャレンジウイーク」を行い、なわとびのコツやポイントを互いに伝え合いながら、技能の向上を図る。 ・体育・健康委員会の企画によるスポーツ大会を行う。 ・竹馬、一輪車、ボール等が日常的に使えるように準備したり、縄跳びが安全にできるような場やルールづくりを行ったりしながら、運動に親しめる環境づくりを行う。 ・体幹を鍛えるためのエクササイズCDを配布し、学級朝礼の時間等に各学級で行う。

今年度の取組	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <p>・体力・運動能力調査の結果概要を保護者や地域と共有し、学校・家庭・地域が連携・協働しながら子どもの体力向上の取組ができるように情報発信をする。</p> <p>・中学校区内の小・中学校3校で情報交換・共有を行い、体力向上に向けての取組を共有・実践につなげる。</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>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立来待小学校	児童数 (R4.5.6 現在)	109 人
校 長 名	杉原 孝尚	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）令和3年度の数値と令和2年度（一部令和元年度）の県平均を比較して現状を分析する。

学年		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m	立ち幅跳び	ソフト
1年	本校平均	9.29	12.43	17.57	40.29	15.43	11.80	105.71	9.14
	R2県平均	9.37	11.13	25.89	27.83	18.94	11.72	118.60	9.05
2年	本校平均	12.00	8.00	29.38	29.33	26.63	11.64	127.88	12.50
	R2県平均	10.75	14.31	27.64	32.48	30.60	10.73	128.51	12.95
3年	本校平均	12.91	12.27	24.55	35.36	33.27	10.05	141.64	18.09
	R2県平均	12.82	15.68	29.73	36.36	39.87	10.10	141.93	16.76
4年	本校平均	17.25	19.88	33.50	38.25	49.88	9.78	138.75	19.25
	R2県平均	14.66	17.57	30.98	39.06	45.26	9.74	149.16	21.06
5年	本校平均	16.00	18.42	21.83	47.83	62.08	9.03	153.08	19.00
	R2県平均	16.53	19.60	32.79	43.30	55.05	9.37	156.32	24.99
6年	本校平均	18.55	19.09	30.55	40.73	72.60	8.41	171.82	31.80
	R2県平均	19.69	20.84	34.51	45.96	57.67	8.90	167.28	28.44

学年		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m	立ち幅跳び	ソフト
1年	本校平均	9.80	15.00	22.60	38.40	9.60	11.94	99.00	5.60
	R1県平均	8.82	11.54	28.82	27.71	17.20	11.95	112.90	6.29
2年	本校平均	11.78	9.00	31.78	26.11	19.22	11.27	119.78	5.78
	R2県平均	10.22	13.90	31.10	31.41	24.65	11.03	121.96	8.25
3年	本校平均	13.50	15.38	32.75	33.25	24.00	10.21	133.25	8.13
	R2県平均	12.14	15.96	32.66	34.12	31.17	10.36	132.75	10.62
4年	本校平均	14.89	14.56	33.67	34.89	51.56	9.78	140.89	15.22
	R2県平均	14.04	17.86	35.16	38.47	38.31	9.96	142.24	13.77
5年	本校平均	13.71	18.29	20.57	43.86	36.43	10.33	138.29	17.71
	R2県平均	16.34	18.50	37.14	42.49	45.77	9.53	152.75	15.97
6年	本校平均	19.33	18.46	38.75	41.85	54.31	9.10	155.00	19.23
	R2県平均	19.38	19.34	39.07	44.96	48.88	9.23	157.91	18.38

○R3年度体力調査での来待小学校の課題

- ・立ち幅跳び…1年男女、2年男女、3年男子、4年男女、5年男女、6年女子の平均が、昨年度の県平均を下回っている。
- ・上体起こし…2年男女、3年男女、4年女子、5年男女、6年男女の平均が、昨年度の県平均を下回っている。
- ・長座体前屈…1年男女、3年男子、4年女子、5年男女、6年男女の平均が、昨年度の県平均を下回っている。
- ・反復横跳び…2年男女、3年男女、4年男女、6年男女の平均が、昨年度の県平均を下回っている。
⇒筋力・筋持久力、柔軟性、俊敏性、跳躍力に課題が見られた。

○体育授業で意欲的に運動したり、休憩時間に外で遊んだりする児童の割合は多い。昨年度は2か月に1回程度、シャトルランを実施し児童の体力の向上に努めた。また、わたしたちの体育を活用することで、児童が運動のポイントを確認したりや成果を記録したりすることができた。

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		
<p>スポ少の取組はバスケットボール、野球、サッカー、ドッジボール、水泳、テニス、バレーボール、剣道など様々な活動がある。</p>		
4. 今年度の取組	(1) 具体目標・数値等	
	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの総合評価でC段階以上の割合80%以上を維持する。 ・体育の授業の導入時に全校で柔軟性を高める運動(ブリッジ)を取り入れ、体づくりに取り組む。 ・学期に1回、シャトルランを測定し、体力の向上を図る。 	
	(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	
	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度の体力向上推進計画をもとに職員会議等で説明し、本校の現状及び取組を確認する。 ・教職員個々が参加した体育に関する研修内容を職員会議等で広める。 	
	(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）	
<ul style="list-style-type: none"> ・授業では、陸上運動、器械運動、体づくり運動、ゲーム（ボールを投げる運動など）を重要単元として位置づけ、走・跳・投などの基本的な運動能力や柔軟性、巧緻性、筋パワー（瞬発力）などを身につけさせる。 ・場やルールの工夫を行うとともに、授業における児童の運動量を増やす。 ・学習過程を工夫するとともに、毎時間めあてや流れの確認、評価を行う。 ・3年生以上で購入している「わたしたちの体育」を活用することで、運動のポイントを確認したり、運動の成果や課題を児童自身が振り返っ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）		
<ul style="list-style-type: none"> ・松江市小体連主催の器械運動発表会への参加に伴い、放課後に練習会を行い、器械運動への関心を高める。➡市開催中止のため、校内発表会を行った。 ・体育委員会を中心になわとび集会（感染拡大防止の為、各学年の持久跳び大会に変更）スポーツ大会を実施し、運動への意識付けを行う。 ・縦割り班による休み時間のなかよし遊びを定期的に行い、いろいろな遊びの楽しさを体感しながら、全校で体を動かして遊ぶ機会を設ける。 ・授業開始前や朝の会などの短い時間を使って、つばめ、片足立ちなどの姿勢体操に取り組む時間を設け、教室でできる体力づくりを行う。 		
(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"> ・チャレンジ週間を設け、食事や生活習慣、メディアに接する時間への関心を高める。 ・学校保健委員会（すこやか委員会）を実施し、栄養教諭と連携を図り食育を進めることを通して、健康的な生活と健やかな体についての意識を高める。 		
5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）		

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立出雲郷小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	479 名
校 長 名	高尾 康弘	体育主任名	上田 岳斗

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）

- 「多くの種目について県平均を下回る。特に握力・投力・反復横跳びが低い」
持久力：高学年は男女ともに県平均を上回る。
握力・投力・反復横跳び：学年、男女問わず全体的に低い。
- 「少数ではあるが生活習慣改善の必要のある児童がいる」
（アンケート結果から）睡眠時間6時間未満や朝食摂取に課題のある児童がいる。
- 「運動が好きと答えた児童の割合は高い」が、運動頻度に関しては二極化の傾向が見られる。

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

- 「様々なクラブと高い加入率」
男女とも主として、野球・サッカー・バスケットボール・バレーボールなどの球技が多いが、剣道・空手・ダンス・新体操など参加しているクラブの種類は多岐にわたる。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ○「課題のある項目の数値を上げる。握力・投力・反復横跳び 握力：プラス3kg 投力：プラス3m 反復横跳び：プラス5回 ○「挑戦意欲を高める授業づくり。自分の能力を最大限に伸ばす。」 「できる」「わかる」「かかわる」ことの楽しさや喜びを味わえる授業づくりを目指す。めあての提示と振り返りを行い、「わかる」「できる」の実感をもつことができるようにする。
	(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"> ○向上計画の提案時に実態の共通理解を図り、体力向上に向けての取り組みを具体的に考える。 ○体づくり等の研修や全校での体づくり運動を行い、全校で共有し、活動の充実を図る。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<p>「学びの意識を高める授業」</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「めあての提示」と「振り返りのあり方」について、運動に対してがんばっただけでなく学び方や、できばえ（内容）について見つめる授業の流れを作る。→めあて達成のためのコツや効果的なアドバイスのために学習カードの工夫を提案していく。 ○一人ひとりが課題意識をもつことができるように、単元の流れを意識し、前時の課題を次時において解決することができるような学習に取り組む。 ○言語活動の充実を図る。→協働的な学びをめざし、仲間や自分の動きに関して話し合うことができる授業を作る。 ○弱みの克服→握力：グー・パーの動きを取り入れたり、物をつかむ動きを多く取り入れたりする。 投力：ジャベリックボール等を活用した運動単元の充実。 反復横跳び：5種目歩走などで俊敏性を高める動きを取り入れる。

(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）

「運動量の確保に努める」

○外遊び、運動遊びの奨励。

- ・遊具の整備と道具の管理。大勢の児童がより多く運動できるよう配慮。
- ・児童会活動（体育委員会）と連携。委員会主催のなわとびやボール遊びのよびかけ。

○行事（なわとび大会）の前後を生かす。

行事に向けてのゴール設定、それに向けての取り組みを盛り上げていく。

次に向けての意欲を高める事後指導。

○全校で「出雲郷リフレッシュ体操」（体づくり）の実施

○体育用具室を整理し、せまくても取り出しやすいようにする。

○楽しく運動に取り組めるしかけづくりの工夫

- ・前期：体づくり運動 後期：なわとびを重点的に行う。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

「適切な生活習慣の確立をともに目指す」

○生活リズム（なかでもメディアコントロールへの対応：PTA 保健体育部との連携）

○年2回の生活ニコニコカードの取組（家庭との連携）

○食育推進（「朝食摂取」「バランスのとれた食事」等、学校からの情報発信）食のノートの効果的な活用

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	松江市立揖屋小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	332名
校 長 名	西 裕里	体育主任名	石橋 敬太

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）

- 外遊びをする児童が非常に多く、体力向上に結びついている。水曜日は掃除を止め、昼休みを長くとっていること、ボールが身近にある環境づくり、教職員と一緒に児童と外で遊んでいること等が関係していると考えている。
- 前年度、25m完泳率が75.47%と、県平均よりも高い値を示した。
- 逆上がり達成率が42.6%と前年度よりも低い値を示した。学校全体として握力の結果が県平均よりも低い値を示していることも関係していると考えられる。
- 社会体育でよく運動する児童と運動をしない児童と二極化している傾向がある。放課後や休日に外で遊んだり運動したりする時間も少なく、学校生活の中で運動する機会を確保していけるよう工夫する必要がある。また、スマートフォンやパソコンで動画を見たり家庭用ゲーム機器でゲームをしたりするだけでなく、外で遊ぶ楽しさ、運動のよさや喜びを実感できるよう今年度も保護者と協力していく必要がある。
- 例年課題として挙げている長座体前屈（柔軟性）に関しては、県平均より低い値を示す学年がある一方で、学校全体としてみると、県平均以上の学年が多く見られ柔軟性の向上していることがわかる。
- ソフトボール投げ（投げる力）、20mシャトルラン（持久力）が県平均を下回っている。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・男子の約70%、女子の約60%が何らかの運動に関わる習い事をしている。その中でも、水泳がもっとも多く、全校児童の約20%がスイミング教室に通っている。
- ・加入しているスポーツの種類は、水泳、野球、サッカー、バスケットボール、バレーボール、器械体操、バドミントン、テニス、柔道、剣道、空手、陸上、ダンスなど多岐にわたる。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<ul style="list-style-type: none"> ・1年をかけて児童が楽しみながら、投げる力、柔軟性、持久力を高めていけるようにする。 ・逆上がり達成率60%以上をめざす。 ・児童がメディアとの関わりを意識しながら、生活できるようにする。
	(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"> ・職員会議で本校の現状を体育主任が説明し、他教員が児童の強みと弱みを把握した上で指導することができるようにする。 ・器械運動や陸上運動の授業に関する校内研修会を定期的に関き、教員の学びの場とする。
	(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）
	<ul style="list-style-type: none"> ・児童同士が関わり合い、活動を深めていくことを大切にしつつ、十分な運動量を確保する。 ・児童同士で良い点・改善点を伝え合ったり、タブレットや電子黒板で自分が運動している様子を見たりして、自分自身の体の動かし方を客観的に見るができるようにする。 ・5種目歩走を継続して取り入れたり、各種の運動カードを用意したりして全学年が活用できるようにする。また、運動の仕方についての気づきや学びの場が生まれるよう、「わたしたちの体育」を効果的に活用していく。 ・逆上がり達成率の結果を踏まえ、雲梯、登り棒、ジャングルジムをつかった運動遊びを意図的に計画していく。また、逆上がりだけに重点を置くのではなく、鉄棒をつかう運動を体系的に計画していく

<p>4 . 今 年 度 の 取 組</p>	<p>ことが必要である。体づくりチャレンジカード（鉄棒、登り棒、雲梯を利用したカード）を効果的に活用していく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・投げる力、柔軟性、持久力を高めていく。 <ul style="list-style-type: none"> ①跳び箱、マット運動を行う前の柔軟運動を大切にす。また、継続的に長座体前屈を行い、目標を目に見える形にすることで体が柔らかくなっている自分を実感できるようにする。 ②各学年の中で、マラソン大会を行ったり、定期的に20mシャトルランを行ったりして、一人一人が目標をもって持久力を高めていけるようにしていく。 ③ミニジャベリックボールや発泡スチロールボール等を活用して、投げる力を楽しみながらつけることができるようにする。また、投げる動作を含む運動を取り入れたボール運動の中で、投げる力を高めていく。 ・運動が得意な児童とそうでない児童が両方とも楽しめ、主体的に活動することができる場の設定、教具の工夫を行う。(ex.テニピン)
	<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"> ・小学校連合体育大会の代わりに、高学年全児童が参加する校内陸上大会を5月に開催し、それに向け、個人、チームとして頑張る経験の場を設けることで、体力の向上を図り、運動の楽しさを味わうことができるようにする。 ・体育委員会における体づくりイベントの開催（新型コロナウイルス感染拡大防止を考え、形態や場所などを体育委員会とともに吟味する。） ・体育委員会の活動として、常設してある一輪車や竹馬、ボール運動遊びの推奨を行う。
	<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"> ・保護者にお便り等で本校の児童の体力の現状を示したり、メディア学習等授業で学んだことを発信したりしながら、家庭と協力して児童を育てていけるようにする。また、家庭での運動の様子やメディアとの関わり方について情報得て、学校での指導に活かせるようにする。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立意東小学校	児童数（R4.5.1現在） 220名		
校 長 名	勝部 篤	体育主任名 藤本 実緒		
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）				
<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の新体力テストの結果によると、男子は、「握力」が1・2・4年で全国、県平均を上回っている。また、「立ち幅跳び」が1・3・4年生で全国、県平均を上回っている。令和3年度のデータでは、「立ち幅跳び」を男子の課題としてあげていたが、伸びが見られた。一方で、「シャトルラン」が4年生以外の学年で、「長座体前屈」は3年生以外の学年で全国、県平均を下回っており、持久力と柔軟性に課題があることが分かった。 ・昨年度、女子は、「握力」が6年生以外の学年で、「ソフトボール投げ」が4・5年生以外の学年で、「立ち幅跳び」が、5・6年生以外の学年で全国、県平均を上回っている。一方で、「シャトルラン」が、全国、県平均と比べて低い傾向にあり、持久力に課題があることが分かった。 ・運動部に所属している児童は、全体のおよそ半数である。運動・スポーツの頻度が多くて月に1～3日と回答する児童が、全体の約2割を占めており、運動の二極化が見られる。また、1日に2時間以上テレビ（ゲームを含む）を見ている児童が約半数を占めており、体を動かす機会が減っていることが大きな課題である。 				
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳はR3.8月、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果				
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none;">6年生の水泳運動「25m完泳率」</td> <td style="width: 50%; border: none;">4年生の器械運動「逆上がり達成率」</td> </tr> </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」
6年生の水泳運動「25m完泳率」	4年生の器械運動「逆上がり達成率」			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況				
<ul style="list-style-type: none"> ・運動部に所属している児童は、全体の男子56％、女子44％である。その内訳は、社会体育としての野球、サッカー、陸上、体操、水泳、バレーボール、ミニバスケットボール、剣道などである。また、スポーツに対する関心は高い。しかし、参加していない児童も約半数おり、総合的に見て体づくり、動きづくりは十分ではない。 				
4 ・ 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等			
	<p>「運動が苦手な児童を減らし、運動が大好きな児童を増やす」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しみや体を動かすことの心地よさを味わえるよう、体育主任を中心に、楽しく運動に取り組める授業作りに努める。 ・運動の2極化を解消するために、体育の授業以外での体育的な活動を進める。 ・弱みの部分を伸ばせるような取り組みを委員会活動とタイアップして実施する。 ・新体力テストにおける総合C判定以上の児童が全校で80％以上になることをめざす。 			
	（2）体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画			
	<ul style="list-style-type: none"> ・職員会議で本校の現状を体育主任が説明し、体力・運動能力調査の結果で弱みである項目を重点課題として体育の授業で取り入れられる運動を示し、実践する。 			
（3）体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）				
<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業の中でのパワーアップタイム（5種目歩走等）を継続し、基礎的な体力、技能を伸ばす。 ・「握力」の記録を全国、県平均を上回ることを目標に、鉄棒運動に重点を置いた授業に取り組んだり、サーキットトレーニングで雲梯や登り棒での運動を取り入れたりする。 ・『わたしたちの体育』やワークシートを効果的に活用しながら、めあての提示とふり返しを行い、児童が見通しをもって活動する中で、運動する楽しさを感じられるよう、授業展開を工夫する。 				

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<ul style="list-style-type: none"> ・学習過程を工夫し、友達同士が協力し教え合える場面を多く取り入れることで運動することの楽しさを体感させる。 ・10月の校内ロードマラソン大会に向け、走力・持久力をつける。
	(4) 体育授業以外の活動(学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等)
	<ul style="list-style-type: none"> ・朝の帯活動として、「姿勢体操」を全校一斉に実施し、体づくりをする。 ・学級活動や保健学習において、生活習慣カードに関係した学習を行い、「質の良い睡眠」と「早寝、早起き、朝ご飯」の習慣化を目指す。 ・生活習慣カードでメディア接触時間の減少に取り組み、その分、運動遊びの時間を増やしていくように呼びかける。 ・学級活動や家庭科の時間を利用して、食育を推進し、健やかな体づくりを目指す。 ・委員会活動とタイアップして、マラソンチャレンジや縄跳び週間、外遊びビンゴなどを企画し、楽しみながら体力向上につながる活動を実施する。
	(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等
	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣カード(にこにこカード)の取組を継続し、睡眠、食事、運動などについて望ましい生活習慣が確立できるよう家庭の協力を得る。特に睡眠時間の大切さを呼びかけ、元気に運動ができる体づくりを意識する。 ・運動会、クラブ活動、マラソン大会など、家庭や地域の協力を得ながら実施する活動を通して、体力増進を図る。
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【義務教育学校】

学 校 名	松江市立義務教育学校八束学園	児童数 (R4.5.1 現在)	251名
校 長 名	高橋 里美	体育主任名	大本竜也 鐘築多津子

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

【前期課程】

- ・反復横跳びでは、男女とも中・高学年で県平均を下回っている。
- ・20mシャトルランでは、4～6年生で県平均を下回っている。学年が上がるにつれて、持久力に課題がある。
- ・ソフトボール投げは、低・中学年で県平均を下回っている。
- ・長座体前屈は男女とも、県平均を上回る学年が多い。

【後期課程】

- ・全般的に全国平均を下回っている。学年によって差があるが、特に握力について全学年で大きく下回っている。50m走やシャトルランも昨年に続きやや下回っており、走力・筋持久力に課題がある。
- ・授業においても、球技などは喜んでやるが、陸上競技や器械運動などの筋力・巧緻性を高める運動などは苦手意識が高い。

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

- ・2～6年生の児童の中には、野球、サッカー、柔道、バレーボール、卓球、水泳、ラグビーなどの地域のスポーツクラブに加入している者がいる。特に、サッカーに加入しているものが多い。
- ・運動部及び社会体育（サッカー・柔道・水泳・ラグビー）の加入率は、7年生75%、8年生63%、9年生80%であり、運動に親しんでいる学園生は多いが、コロナ禍で運動の機会が減り、参加率が下がってきている。

(1) 具体目標・数値等

「運動好きの学園生の育成と走力の向上」

- ・意識調査において、運動に対する肯定的な回答を増やす。
- ・握力、上体おこし、20mシャトルランの学年平均値を昨年度よりも向上させる。
- ・ロードレースの取り組みを通して、持久力の向上を目指す。

(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

- ・年度当初の職員会議で本校の現状を体育主任が説明、全体共有し、今年度の取組について共通理解を図る。
- ・義務教育学校となって5年目、前期課程、後期課程それぞれの取り組みから、令和2年度に9年間を見通した指導計画を作成しているが、軌道に乗っていない部分があるので、1年生から9年生まで系統づけた取り組みとなるよう見直していく。

4
・
今
年
度
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 ）
	<ul style="list-style-type: none"> ・低学年から取り組んでいる姿勢体操のやり方をもう一度確認し、きちんとした形で体幹を鍛え、筋力を高める。 ・秋に行うロードレース大会に向けて、課題である持久力を高める運動を取り入れていく。 ・ボールや鉄棒、登り棒などの道具を利用した運動を積極的に取り入れていく。 ・授業の中で、体づくり運動を適宜導入し、目先を変えながら、体幹を鍛えたり、筋力や巧緻性・持久力を高めたりする運動を取り入れていく。
	(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"> ・学園生会活動と連携をし、体力づくりをはかるため、外遊びを推奨する活動を計画したり、運動に楽しんで取り組む活動を行ったりする。また、ロング昼休みを利用した体育的な活動を企画し、運動に親しむ場を設定する。 ・日常生活の中で、体づくりができる環境・しかけを整備する。 ・ブロック別で行なうロードレースの取組みを計画的に行う。 ・部活動での取組や結果が多くの人に見えるようにして、お互いに刺激を与え合ったり、応援したりする雰囲気を作っていく。
	(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"> ・体育的な取組を便りなどで家庭に発信したり、家庭からの意見を取り入れながら体育行事を進めたりする。 ・義務教育学校の取組として、6年生から部活動の仮入部期間を設け、後期課程の部活動へと円滑な移行に努める。
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 4 年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	松江市立義務教育学校玉湯学園	児童数 (R 4. 5. 1 現在)	5 2 4 名
校 長 名	千原 敬史	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）

- ・近年の体力・運動能力テストの結果を見ると、県平均を下回っている項目が全てにある。特に「シャトルラン」の差が一番大きく、持久力に課題が見られる。
- ・男子については、「握力」「50m走」において、女子については、「立ち幅跳び」において改善傾向が見られた。
- ・「シャトルラン」「ソフトボール投げ」「反復横跳び」については、男女とも連続してほとんどの学年で県、及び全国を下回っている。

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

令和 4 年度 スポーツクラブ加入率 単位(%)

	2年	3年	4年	5年	6年	合計
男子	51.2	56.1	27.5	60.0	59.0	50.8
女子	31.6	30.8	33.3	44.8	46.0	37.3

4. 今年度の取組

(1) 具体目標・数値等

- ・逆上がり達成率を4年生までに70%を目指し、全体平均を80%にする。
- ・シャトルランの全体量を男子214.66、女子169.55に、プラス30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

- ・体育の全体計画を示し、各学年でどのような力を身に付けさせていくか共通理解を図る。
- ・研究授業や教職員研修等を積極的に行い、指導者の指導技術向上に役立たせる。

(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）

- ・「支える、バランス、逆さ・回転、柔軟性、投げる、走る、ジャンプ」の6領域を組み込んだ「玉湯サーキットトレーニング」を授業の中の準備運動として継続して取り組み、体力向上を図る。
- ・持久走を学年に応じた時間で取り組んでいく。（授業の前及び陸上運動の授業で集中して行う。）
- ・なわとび検定カードを活用し、取り組んでいく。

(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）

- ・「からだづくり運動」に継続的に取り組み、柔軟性を高めていく。
- ・児童会から呼びかけて、運動、体を動かす遊びに取り組む。
- ・児童が休み時間に体を動かして活動できる環境を整える。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

・長期休業の前には、休業期間中の体力づくりへの積極的な取組を呼びかける。

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)

〈今年度の成果と課題〉 含：来年度に向けての方針

- (1) 具体目標・数値等
- (2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修等の計画
- (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)
- (4) 義務教育学校だからこそできる取組について
- (5) 家庭・地域、近隣の学校・園との連携、情報発信等

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立十神小学校	児 童 数 (R4.5.1 現在) 347名
校 長 名	江 戸 宣 文	体 育 主 任 名 北 川 大 樹

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年度は、新型コロナウイルス感染症のためデータが十分でないため、平成30年度から令和3年度までのうち、3年間の記録を参考にする。

○過去3年間の本校の平均値

学年	性別	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			立ち幅跳び			ソフトボール投げ		
		H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03	H30	R01	R03
小1	男子	8.9	8.6	8.8	10.4	12.8	10.7	25.6	26.2	25.8	27.4	26.2	28.4	23.0	23.5	18.4	12.1	11.3	11.3	111.1	115.1	101.9	8.1	8.3	6.8
小2	男子	10.7	10.7	10.1	17.6	14.5	13.4	28.8	29.8	27.5	31.8	28.7	29.5	30.9	15.2	18.7	10.6	10.7	10.6	123.5	125.2	121.2	11.5	11.6	9.8
小3	男子	11.2	12.2	11.9	17.7	18.7	15.8	30.5	31.2	29.1	36.6	36.5	35.9	36.0	40.9	31.5	9.7	9.7	9.7	138.4	136.2	137.7	13.9	14.8	14.7
小4	男子	15.5	13.3	12.8	20.0	20.3	16.1	32.4	31.1	30.2	42.3	33.5	37.8	57.2	37.1	39.0	9.4	9.9	9.8	151.1	146.7	139.4	20.5	16.0	17.2
小5	男子	15.7	18.0	15.8	19.6	21.0	19.8	29.8	32.9	31.5	42.5	42.9	43.2	56.1	54.7	62.3	9.6	9.1	9.1	154.7	161.9	153.3	25.3	24.5	21.4
小6	男子	19.7	18.6	17.8	23.6	21.8	21.0	35.7	34.1	32.5	45.8	40.4	46.2	66.0	58.6	53.4	9.0	9.3	9.1	171.6	162.4	158.5	28.0	28.6	22.9
小1	女子	12.1	12.4	7.6	17.8	18.9	9.8	34.7	36.1	30.6	38.1	34.4	28.0	32.9	30.1	14.5	10.0	10.5	11.5	136.5	132.9	100.3	10.2	9.6	5.7
小2	女子	9.7	10.8	9.4	15.4	14.2	13.3	30.4	31.5	27.9	31.6	27.0	26.7	21.7	14.7	16.7	11.2	10.7	11.3	113.6	120.1	111.4	7.0	7.6	7.3
小3	女子	10.2	11.1	10.7	17.5	16.1	14.2	31.0	33.8	29.6	35.1	33.8	33.3	24.5	25.5	21.4	10.2	10.5	10.4	122.5	124.7	120.5	8.6	8.8	8.6
小4	女子	12.1	12.4	13.1	17.8	18.9	15.7	34.7	36.1	33.4	38.1	34.4	39.3	32.9	30.1	37.1	10.0	10.5	9.7	136.5	132.9	132.7	10.2	9.6	11.2
小5	女子	19.7	18.6	15.3	23.6	21.8	18.7	35.7	34.1	35.3	45.8	40.4	38.4	66.0	58.6	48.8	9.0	9.3	9.7	171.6	162.4	137.1	28.0	28.6	12.3
小6	女子	18.6	17.5	18.1	20.9	21.8	19.3	38.4	35.1	36.0	42.4	40.3	41.7	51.9	52.5	41.1	9.0	9.5	9.4	158.9	157.4	145.0	14.8	17.3	14.6

※ は3年間比高、 は3年間比低

過去4年間の記録を比較すると、握力、上体おこし、長座体前屈、立ち幅跳び、ソフトボール投げは過去最低を記録している箇所が多い。反復横跳びが他の種目と比べると過去最高を記録している箇所が多かった。学年間、男女間での差はあまりない。

○本校の平均値と全国平均値、県平均値との比較

学年	性別	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			立ち幅跳び			ソフトボール投げ		
		全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校	全国	県	本校
小1	男子	9.1	9.0	8.8	11.6	11.8	10.7	26.5	26.5	25.8	27.3	27.4	28.4	18.7	20.4	18.4	11.5	11.7	11.3	114.7	118.2	101.9	8.3	8.8	6.8
小2	男子	11.0	10.8	10.1	14.5	14.2	13.4	27.7	27.3	27.5	31.6	31.1	29.5	29.1	30.2	18.7	10.6	10.6	10.6	125.6	129.4	121.2	11.5	12.8	9.8
小3	男子	12.7	12.7	11.9	16.7	16.5	15.8	29.7	29.9	29.1	35.4	34.9	35.9	38.4	38.7	31.5	10.0	10.1	9.7	136.8	141.0	137.7	15.7	16.2	14.7
小4	男子	14.5	14.3	12.8	18.6	17.5	16.1	31.1	31.6	30.2	39.2	38.5	37.8	45.6	46.5	39.0	9.6	9.7	9.8	144.5	146.5	139.4	18.9	20.6	17.2
小5	男子	16.5	16.7	15.8	20.8	18.5	19.8	33.5	32.9	31.5	43.6	42.2	43.2	54.8	54.8	62.3	9.2	9.3	9.1	155.4	158.1	153.3	22.9	23.9	21.4
小6	男子	19.4	20.2	17.8	22.7	21.1	21.0	35.7	35.3	32.5	46.3	45.7	46.2	63.4	63.5	53.4	8.9	8.9	9.1	164.1	168.1	158.5	26.7	27.8	22.9
小1	女子	8.6	8.5	7.6	11.4	11.6	9.8	28.6	29.2	30.6	26.5	26.5	28.0	16.0	16.1	14.5	11.8	11.9	11.5	106.9	110.3	100.3	5.6	5.6	5.7
小2	女子	10.2	10.4	9.4	14.1	14.1	13.3	30.3	31.3	27.9	30.6	30.5	26.7	22.3	24.0	16.7	10.9	10.8	11.3	117.7	124.6	111.4	7.4	7.9	7.3
小3	女子	11.8	12.2	10.7	15.9	15.8	14.2	32.1	33.3	29.6	33.6	34.4	33.3	29.2	31.9	21.4	10.4	10.4	10.4	128.1	133.3	120.5	9.4	10.9	8.6
小4	女子	13.9	14.3	13.1	17.6	17.0	15.7	34.8	35.5	33.4	37.9	37.1	39.3	37.1	37.9	37.1	9.9	9.9	9.7	137.9	141.3	132.7	11.6	13.3	11.2
小5	女子	15.9	16.6	15.3	19.2	18.2	18.7	37.4	36.8	35.3	41.5	41.4	38.4	44.1	46.4	48.8	9.5	9.5	9.7	147.4	150.6	137.1	13.6	15.7	12.3
小6	女子	19.2	19.5	18.1	20.8	19.1	19.3	41.0	39.2	36.0	44.2	43.0	41.7	51.6	50.7	41.1	9.2	9.2	9.4	156.0	158.1	145.0	16.4	17.9	14.6

※「全国」は令和1年度の全国平均、「県」は令和3年度の県平均、「本校」は令和3年度の十神小学校の平均。
 ※ は、全国平均、県平均より高い。 は、全国平均、県平均より低い。

本校の平均値と全国平均値、県平均値とを比較すると、すべての種目で本校の平均値が下回っているところが多い。反復横跳びと50m走は比較的上回っている箇所が多くなっている。

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

- ・全校で6割以上の児童が地域のスポーツクラブに所属している。（バスケット、サッカー、水泳、空手、剣道、野球、バレー、体操、ダンス、テニスなど）
- ・低学年児童も約3分の1の児童がスポーツクラブに所属している。

4	今年	(1) 具体目標・数値等 「投力・持久力の向上」 ・投げるという運動経験が増えるよう、投動作を取り入れた運動を体育の準備運動に取り入れる機会を増やす。 ・外遊びを奨励し、運動の機会を増やす工夫をする。（児童会とタイアップ）遊びの場の設定。
---	----	--

- ・新体力テストの県平均を目標値と設定し、その値を一人一人が目指すようにする。
- ・水泳学習が今年度も実施できれば、25m完泳率8割、逆上がり達成率5割を目指す。外での体育では準備運動で鉄棒セット、雲梯、上り棒を効果的に取り入れる。

(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

- ・4月当初の職員会議で本校の現状を体育主任が説明し、児童の実態を把握するとともに今年度の重点目標を確認する。
- ・県教委作成 DVD「体育の授業が楽しくなるシリーズ」を視聴し、①鉄棒で紹介されている「鉄棒セット」を外体育の準備運動に取り入れられるようにする。
- ・児童会と連携して、マラソンカードを活用し、主体的に体力づくりに取り組めるようにする。
- ・冬季を中心になわとびカードを活用し、体育授業開始前の運動や全校でなわとびに取り組むようにする。

(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）

- ・「ボール運動」系の領域を重点領域に位置付ける。投動作を運動やゲームに多く取り入れるよう工夫する。
- ・体力の向上を目指した鉄棒セット、雲梯、のぼり棒、五種目歩走などの運動を、年間を通じて授業に取り入れる。
- ・50m走の記録会を学期に1回程度は行い、自分の記録に関心をもつとともに、記録を向上させようとする意欲や態度を育てる。
- ・マラソン会または、20mシャトルランを授業の中で2～3回行い、記録の向上を目指すことができるようにする。
- ・ボール運動の際には、単元を通じて、投げる動作の準備運動を取り入れる。

(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）

- ・マラソン記録会・なわとび大会
縄跳びカードを11月頃から渡し、体育の開始時間前のところで進んで運動ができるようにする。体育委員会とタイアップし、なわとび集会やマラソン記録会を計画する。
- ・新体力テストの実施と分析
事前に前年度の結果を児童に知らせ、目標をもたせた上で、6月に全校で実施する。結果を分析・検討し、2学期以降の指導に生かす。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・マラソンカード、なわとびカード等を作成し、家庭でも取り組めるようにする。
- ・新体力テストの結果を保護者に通知し、意識を高める。
- ・体力向上をめざした生活習慣の確立をする。
(情報モラル教育の充実、生活習慣を見直す取組を行い、意識を高める。生活チャレンジ週間の設定。)

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)

○成果

●課題

◇来年度に向けての方針

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立社日小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	176名
校 長 名	須藤 健	体育主任名	亀井 貴弘

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	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
1男	7.96 ▲	12.29 ◎	26.43 ▲	29.31 ◎	17.43 ▲	12.21 ▲	118.14	7.79 ▲
2男	9.06 ▲	13.06 ▲	27.06 ▲	34.65 ◎	27.50 ▲	10.68 ▲	123.61 ▲	10.50 ▲
3男	11.74 ▲	13.93 ▲	27.92 ▲	38.43 ◎	43.14 ◎	9.76 ◎	148.92 ◎	15.79
4男	13.83 ▲	16.50 ▲	26.25 ▲	41.42 ◎	43.83 ▲	9.63	152.83 ◎	18.08 ▲
5男	17.39 ◎	18.29 ▲	30.87 ▲	44.60 ◎	55.47 ◎	13.54 ▲	165.33 ◎	23.53
6男	16.75 ▲	18.88 ▲	33.89 ▲	44.53 ▲	59.16 ▲	9.09 ▲	154.21 ▲	21.39 ▲
1女	7.71 ▲	13.50 ◎	28.36 ▲	25.50 ▲	13.07 ▲	11.61 ◎	114.93 ◎	5.43 ▲
2女	8.90 ▲	14.50 ◎	29.80 ▲	35.50 ◎	19.00 ▲	11.27 ▲	118.00	6.00 ▲
3女	12.96 ◎	17.33 ◎	35.83 ◎	32.91 ▲	29.33	10.34 ◎	142.17 ◎	10.75
4女	14.60 ◎	17.86 ◎	32.53 ▲	40.87 ◎	37.29	10.37 ▲	149.53 ◎	12.87
5女	15.59 ▲	18.82	34.94 ▲	40.12 ▲	45.76	10.15 ▲	157.24 ◎	13.35 ▲
6女	17.42 ▲	20.63	38.63 ▲	15.40 ◎	51.40	9.02 ◎	158.67 ◎	18.20 ◎

(◎：全国、県に比べとも高い ▲：全国、県にくらべてとも低い)

昨年と同様に、反復横跳びと立ち幅跳びは、全国・県平均を共に上回る学年が多く、俊敏性や筋パワーは高いと言える。その反面、握力・長座体前屈・ソフトボール投げは、全国・県平均を共に低い学年が多く、筋力・柔軟性などに課題がある。ソフトボール投げの成績が今一つ良くないのは、体力だけでなく、普段から「ボールを投げる」動作に慣れ親しむ経験が不足しているためだと考えられる。低学年の段階から、投動作を意識した体育の授業を考えていく必要がある。

逆上がりについても達成率があまり良くない。鉄棒に普段から慣れ親しむことが少ないと考えられるので、鉄棒運動を短時間でも毎回取り入れていくことで低学年の段階から技能の習得を図っていく必要がある。

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

男子、女子ともに全校の約半数の児童が地元の社会体育での活動に参加している。内容は水泳を始め、野球やバスケットボール、サッカーに加入している児童が多い。また、体操やテニス、ダンス、剣道など、様々な運動を行い、複数の活動をかけもちしている児童も多数見られる。

4. (1) 具体目標・数値等

- 今年度の取組
- ・運動頻度が、毎日（週4～7日）を50%以上、ときどき（週2～3日）を30%以上になるようにする。
 - ・毎週金曜日の昼休みの体育館使用は縄跳び専用とし、年間を通して縄跳びを行い体力の向上を図る。
 - ・鉄棒に積極的にふれさせるようにし、課題である握力を付けたり、逆上がりなどの技能の習得を目指す。
 - ・体育の授業の中で、芝生の特性を生かした運動をさらに工夫する。

(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画

- ・職員会議で児童の実態や課題、それを解決していくための運動例や体を使った遊び等についての情報交換、情報共有を積極的に行う。

- ・運動遊び等については実際に教職員も体験したり、休み時間に児童とともに遊んだりすることで、児童の体力の現状や課題等についての理解を深めるようにする。
- ・体育の授業についてお互いの授業を見合う場を設けたり、異学年合同での活動の場を設けたりするなどし、指導の工夫や改善について情報交換する。

(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）

- ・児童がお互いに認め合い、励まし合い、教え合う場を授業の中に積極的に設ける。
- ・できる児童を紹介したり、その児童のまねを促したりする。また、コツやポイントを重点的に教えるようにして、「できるようになった喜び」を味わうことができるようにする。
- ・運動を苦手と感じている児童や、運動に意欲的に取り組んでいる児童に対し、思考・判断・表現する力や仲間との協力にも視点を当てて評価をし、多方面から「できた」と感じることができるようにする。
- ・体育の授業においては、芝生の校庭の特色である「けがをしにくい」という利点を生かし、ラグビーやディスクゲーム等の活動で全身を使ったダイナミックな動きができるような学習の場を設定する。また、校庭で行う体育の授業については学習内容や校庭の状態に合わせて裸足で行うなどし、足の裏から伝わる豊かな感覚を養う。

(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）

- ・年間を通して縄跳びを行い体力の向上を図る。冬季には毎週金曜日の昼休みの体育館使用を縄跳び専用とし、集中的に取り組む時期を設ける。
- ・毎週水曜日に設定されているロング昼休みにおいて定期的に縦割り班での活動を取り入れ、校庭の芝生の上で思い切って体を使って遊べるような体育的な活動を計画、実施する。
- ・体育委員会を中心にして体を使った遊びを計画したり、縦割り班遊びで身体を動かして遊んだりして遊ぶ機会を設ける。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・生活習慣の調査を行い、運動時間やテレビ視聴時間、朝食の摂取などについて児童の実態を把握し、家庭と連携してより望ましい生活習慣を考えることができるようにする。
- ・体づくり運動について、家族でいっしょに取り組める運動を紹介するなど、家庭との連携を図りながら進める。

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

○

●

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立島田小学校	児童数 (R4.5.1 現在) 154名
校 長 名	加藤 潮	体育主任名 藤岡 信一

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）

R3年度における本校平均と県平均との比較（－は、県平均よりも低いもの）

性別	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		フットボール投げ	
	値	差	値	差	値	差	値	差	値	差	値	差	値	差	値	差
1男	8.71	-0.59	11.62	-0.32	28.14	1.30	25.29	-3.12	25.79	5.96	11.00	0.43	113.71	-4.59	8.50	-0.55
2男	10.64	-0.66	11.64	-3.17	27.79	-0.39	29.64	-3.75	38.57	7.18	10.12	0.34	130.00	-1.27	12.86	-0.76
3男	11.13	-1.66	17.43	1.31	26.88	-2.30	33.13	-3.39	40.88	0.23	9.84	0.17	130.38	-10.90	13.75	-3.66
4男	11.89	-2.77	19.22	1.16	35.11	3.85	40.00	-0.94	54.11	4.52	9.23	0.31	146.11	-4.37	21.89	0.54
5男	14.47	-2.35	20.07	0.31	33.07	0.69	40.57	-3.49	62.80	2.75	8.65	0.53	159.67	-0.36	20.33	-5.27
6男	17.70	-1.91	19.20	-2.02	34.70	-0.04	40.50	-6.82	48.55	-19.91	9.00	-0.19	156.40	-11.11	24.18	-5.65
1女	7.83	-1.19	9.00	-2.83	26.67	-1.79	26.25	-1.72	18.17	-0.11	11.67	-0.02	107.50	-3.71	4.83	-1.18
2女	10.79	0.21	11.92	-1.71	33.64	1.61	28.43	-3.93	20.86	-4.19	10.41	0.53	117.14	-7.45	7.43	-0.60
3女	9.92	-2.36	14.00	-2.22	30.67	-3.03	31.50	-3.81	27.50	-6.07	10.28	-0.03	117.83	-16.88	8.08	-2.60
4女	10.90	-3.25	17.40	-0.14	30.60	-3.54	35.90	-3.17	44.18	3.08	9.72	0.07	129.20	-15.28	10.50	-2.76
5女	12.73	-4.03	18.45	-0.48	36.55	0.47	37.91	-4.64	57.50	7.32	9.23	0.15	145.58	-6.54	11.92	-3.52
6女	18.29	-0.98	19.43	-0.36	38.00	-0.80	43.43	-1.00	51.00	-3.96	8.86	0.23	154.57	-7.07	17.00	-0.79

- ・体力・運動能力調査の結果では、全体的に県平均よりも低くなっている。「握力」「立ち幅跳び」の結果から筋力、「反復横跳び」の結果から敏捷性に課題がある。
- ・バス通学児童が八割以上であり、全体的に登下校で歩く機会が少ない。
- ・スポーツクラブに加入しない児童は、運動する機会が少なく運動不足の傾向にある。
- ・休憩時には、校庭や体育館、中庭で遊ぶ児童は多く、運動に親しむ様子が見られる。
- ・年間を通して欠席者が少なく、心身ともに健康的に過ごす児童がほとんどである。

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

全校児童の約半数がスポーツクラブ等に加入している。（主なスポーツクラブ：バレー、バスケ、サッカー、スイミング、テニス、体操、剣道）

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <p>○「たくましくがんばる子」の育成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心身ともに健康で、身体を鍛え、進んで働く子の育成（目標：不登校児童0%） ・あきらめずにやり抜く意思と実践力がある子の育成（目標：スポーツイン島田100%完走） ・さまざまな教育活動を通して、達成感や成就感をたくさん味わわせ、体を動かすことが好きな子の育成 ・体力・運動能力調査で学校平均が県平均より低い項目を重点的に底上げし、全体の項目を県平均より上回る。 ・栄養教諭と連携しながら食育を進め、子どもたちの食に対する関心と感謝を高める。
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体力・運動能力調査の結果が県平均よりも低い項目について、児童会活動や体育主任を中心に教職員全員で対策を考え、実行していく。 ・体育科の授業や食に関する有益な情報や研修報告を行い、教職員全体の指導力向上に努める。

4 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・雲梯、鉄棒、なわとびなどの運動を取り入れた準備運動や補助運動を取り入れ、楽しみながら運動量が確保できるように工夫する。 ・ペア、トリオ学習やグループ活動を積極的に取り入れ、児童同士が助け合ったりアドバイスし合ったりしながら活動できるようにする。 ・児童の自己肯定感を高め、主体的に取り組めるように学習カードなどを活用し、児童一人一人が自身のめあてや課題解決を考える時間を設ける。
	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間4回のスポーツイン島田（マラソン大会）、2回のなわとび集会を実施し、持久力や調整力など運動能力の向上や達成感、成就感を味わわせる。 ・教職員と連携して課題である筋力、敏捷性の向上を目指すとともに、体幹を鍛える取り組みを行う。 ・体を動かすことが好きな子を増やすために、教職員と協力して校内での場の設定や、児童会活動を中心に全校遊びや縦割り班遊びを行う。
	<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"> ・5年生以上参加のスキー教室を地域と共催し、ウインタースポーツに触れる機会をつくる。 ・スポーツイン島田、体力・運動能力調査の結果を記録し、保護者へ児童の状況を伝える。 ・体を動かすことが好きな子の育成の一助として、放課後児童クラブに校庭や体育館を可能な限り開放する。 ・なかよし運動会、地区運動会では家庭・地域と連携して実施していく。
	<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>
	<p>○</p> <p>●</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立宇賀荘小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	43名
校 長 名	青砥 玉枝	体育主任名	小林 慶一郎
1. 児童の体力や運動に対する意識及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<p>○昨年度の新体力テストでは、全校で見ると長座体前屈、反復横跳び、50m走の数値が低い。</p> <p>○スポーツ少年団などの社会体育に参加していない児童の体力が低い傾向にある。</p> <p>○柔軟性・器械運動に苦手意識をもっている児童が多く見られる。また、腕の力が弱く、自分の体を支えられない、維持できない児童がみられる。</p> <p>○全員が徒歩通学をしている。校区が広いため、登校班によっては通学距離が長い班もある。</p> <p>○休憩時間には、外や体育館で遊ぶ子どもがとても多く、学年の枠を超えて一緒に遊んでいる様子が見られる。</p> <p>○肥満傾向のある子どもが数名いる。</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>○男子児童22名中4名がスポーツ少年団の野球部に所属している。</p> <p>○女子児童21名中4名がスポーツ少年団のバレー部に所属している。</p> <p>○その他に、地域のスイミングスクールで水泳に取り組んだり、テニス教室に入っていたりする子どももいる。</p>			
4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	○年度初めと年度終わりに新体力テストの測定を行い、長座体前屈、反復横跳び、50mの記録が向上した子どもが90%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		
	○年度当初の職員会議で昨年度の体力向上計画の成果と課題を説明し、今年度の取組について共通理解を図る。		
4	(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>○「しまねっ子！元気アップトレーニング」の運動を活用するなどし、体育の初めに、柔軟性や敏捷性、スピードを高めるために全校で取り組む運動を取り入れる。その中から本校の子どもに必要な種目を選んで、体育の授業に取り入れる。</p> <p>○チャレンジマラソンや縄跳びチャレンジカードなどの活動では学習カードを利用して、子どもたちの活動意欲を高める。</p>		
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）		
	○体育での取組やチャレンジマラソン、縄跳びチャレンジカードなど体育的な活動を実施した時には、職員会議で振り返り、子どもの取組状況を把握するとともに反省内容を次年度の取組に活かすようにする。		

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- 児童の体カテスト結果を状況として知らせることで、家庭とも連携して体力向上に取り組めるようにする。
- 安来二中校区の子ども園・小学校で随時情報交換をしながら、子どもが主体的に運動する場を設定する。特に、小学校間の横のつながりを大切にする。
- メディアコントロールウィークを設定することで様々なメディアに触れる時間を減らし、体を動かす時間を増やす。

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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立南小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	67 名
校 長 名	青山 巧	体育主任名	小竹政隆

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

- ・ R3年度の体力テストでは握力・20mシャトルランはおおむねの学年が県・R1 全国の平均を上回っていた。男子は上体おこしが、女子は反復横跳びとソフト投げが平均を下回っている学年が多かった。特に、長座体前屈ではほとんどの学年が平均を下回った。
- ・ 休み時間など外で遊んでいる児童は全学年とも多い。遊びの内容は、男子が球技中心で、女子は、鉄棒、雲てい、ブランコ、一輪車、竹馬、鬼ごっこなどで遊んでいる傾向が見られる。
- ・ 屋内では、高学年男子はハンドベース、女子はバトミントン、バレー、低学年はボール投げ、フラフープ、バトミントン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

二中校区3小学校で野球とバレーボールが合同チームとして活動している。高学年が主体で、加入人数は半数程度である。

サッカーは、近隣の学校との合同で編成されたクラブがあり、数名が所属している。テニス教室、スイミングスクール、体操教室に加入して運動している児童もいる。

(1) 具体目標・数値等

令和3年度は全校児童における体力テストの評価C段階以上の割合は86%に達している。今年度も総合評価でC段階以上の割合が80%を超えるように目標を設定する。

(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

- ・ 6月に実施する新体力テストの結果を検討し、本年度の児童の実態を把握するとともに、課題を共有し、課題を克服していくための取組を検討する。
- ・ 週一回のスポーツタイムの内容の工夫を図ることで、運動や遊びの幅を広げていく。
- ・ 体育の時間に「柔軟体操」「体幹トレーニング」「五種目歩走」をできるだけ取り入れ、体づくりを推進していく。達成回数を記録するなど、めあての設定のさせ方を工夫し、体力向上を継続的に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）

- ・ 学習活動を可視化し、授業に見通しをもって取り組めるように、「わたしたちの体育」を活用する。
- ・ めあてや学習内容をボードに書き、学習内容を確認する。
- ・ 授業の終末では、ふりかえりを記述させることにより、思考力・判断力・表現力等、主体的な態度を見取ることができるようにする。（「わたしたちの体育」の活用）
- ・ 柔軟性を高めるために、屋内の体育では、柔軟運動に取り組む。

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)

- ・スポーツタイムを週に1回とる。(1年を前半と後半に分け、前半を業間マラソンタイム、後半をなわとびタイムとする。)
- ・縄跳び集会に合わせて柔軟運動や8の字跳びを全校縦割り班活動で取り組む。児童会の取組として位置づけることで、主体的な活動となるようにしていく。
- ・校舎内に鉄棒やジャンピングボードを設置する場を確保し、いつでも児童が触れる環境にしておく。

(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等

- ・学校だより、学年だよりなどで、学校での運動に関する取組を知らせ理解を得る。
- ・二中校区の連携部会で情報交換を密に行い、校区を挙げて取り組むべき課題について共通認識のもと取り組む。

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	安来市立能義小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	57名									
校 長 名	湯浅 哲司	体育主任名	米原 司									
<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>「令和元年度版しまねっ子！元気アップレポート『体育 楽しく たくましく』」を参考に県平均と比較すると、ほとんどの学年で握力、ソフトボール投げの記録が優れていた。また、昨年度まで課題とされていた柔軟性については、低・中学年の記録が向上してきた。課題としては、学年共通して持久力（20mシャトルラン）の記録が低い。</p> <p>休み時間の様子を見ると、外遊びや体育館での遊ぶ姿が増えてきているが、二極化の傾向もみられ、あまり体を動かさない児童も一定数みられる。</p>												
<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"> <thead> <tr> <th></th> <th>6年生の水泳運動「25m完泳率」</th> <th>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>60.0%</td> <td>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> <p>社会体育への参加状況は、3年生まではほとんど参加していない。4年生以上になると、野球、バレーボール、ソフトテニス、水泳などに約半数の児童が参加している。</p>												
4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <p>・昨年度は、新体力テストの総合評価でC判定以上の割合75%以上を目標に活動し、87%以上を達成した。今年度も引き続き75%以上の達成を目標に取り組む。</p>											
	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <p>・体幹やバランス感覚等を養うことを目的として、週2回「のきっこ体操」と称する2分程度の運動を取り入れる。</p> <p>・学年（個人）によって体力の偏りが大きいので、全校での取り組みに合わせて、体育の授業の中で、一人一人の課題を明確にして体力向上の取り組みを工夫して行う。</p>											
	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <p>・「体を柔らかくする運動」や「体幹を養う運動」などを屋内体育で行う際に継続的に行う。</p> <p>・一昨年度購入した「わたしたちの体育」教師用を活用し、視覚的に学習の流れを確認することで、見通しをもって活動し各自の課題や目標を明確にしていく。</p>											

<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"> ・ 毎週水曜日の朝に『ランランタイム』を設定し, 全校で運動する活動 (持久走・なわとび) を行う。(カード使用) ・ 1学期と2学期に1回ずつ全校での持久走記録会を行う。 ・ 3学期には, なわとび集会を行う。 ・ 鉄棒の利用率が上がるように, 逆上がり補助具をいつでも使えるようにする。 <hr/> <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"> ・ 養護教諭や健康安全担当と連携し, 「元気ちょきん」と称して, 家庭と協力しながら「早寝・早起き・朝ごはん・メディアとのかかわり方」について向上していくよう2中ブロックとして取り組みを行う。
<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>	<p>○数回でも、水泳学習が実施できたためすべての学年の泳力が向上した。</p> <p>○どの学年も、シャトルランと反復横跳びの結果がいい。日頃のランランタイムの成果が出ていると考える。</p> <p>●新体カテストの結果を見ると、低学年では立ち幅跳び・ソフトボール投げ・50m走の点数が低い。高学年は、長座体前屈・50m走が低い点数だった。今後ものきこ体操の取組を続け、体幹や柔軟性の強化につなげたい。</p> <p>●メディアへの頻繁な接触や知らない人とゲームをするなどといった実態が明らかになった。今後もメディア教育や保護者への啓発を兼ねた研修会を開催していく必要がある。</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立飯梨小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	31名
校 長 名	高橋 保	体育主任名	八木 京

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年度島根県児童生徒の体力・運動能力等調査の結果概要」を参考にし、新2年生～新6年生について、県平均と学年別・男女別（計9グループ）で比較して見ると、「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「ソフトボール投げ」については過半数のグループが県平均を上回っているが、それ以外では過半数のグループが県平均を下回っている。特に「50m走」では、クラス児童1名の新4年生を外すと、県平均を上回っているのは1グループのみだった。また、昨年度実施しなかった「20mシャトルラン」に関しては新6年生の男女2グループ以外はすべて県平均を下回った。基礎的な運動能力といえる「筋力」「投力（投げる能力）」については、これまでの取り組みによって、一定の成果が見られた。一方で、「スピード」や「全身持久力」において課題があると言える。
- 休み時間になると運動をする児童は体育館に多く集まり、それ以外の児童は室内で過ごす傾向がある。運動している児童は鬼ごっこやけいどろの他、ドッジボールドッジビーなど、体育館という限られた範囲での遊びが多い。校庭で遊ぶ場合は、一輪車や鉄棒、ブランコなど、広い場所を走り回る運動量の多い遊びはあまりしない。
- 教師が加わって鬼ごっこなどの遊びをすると、多くの子ども達が意欲的に参加する。
- 児童数の減少と校区の広さなどの理由から、帰宅後に友達と運動遊びをしているような児童はほとんどなく、体育の時間以外の運動の機会が十分でないと考えられる。
- 昨年度、鉄棒の逆上がり達成率の調査を行った現5年生に限らず、体育の授業などを見る限り、逆上がりができない児童の割合が高い。

	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		

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

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所属している児童の割合は4～5割程度である。
スイミングクラブや陸上に加入している児童が多くいる。その他には野球、ダンス、テニス等に加入している児童がいる。

4. 今年度の取組
- (1) 具体目標・数値等
- 新体力テストで明らかになった「スピード」「全身持久力」を補充する運動を、授業を通して強化していく。
 - 業間マラソンカードの達成率を掲示するなどして意欲付けをし、全員が1年間で1枚は完走できるようにする。（年間で低学年は10km、高学年は20km）
 - 外遊びや体を動かす楽しさを伝え、環境も整えていくことで「休み時間に週3回以上運動遊びをする」と回答する児童の割合を80%以上にする。
- (2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
- 職員会議で本校の現状を体育主任が説明し、走能力の記録向上につながる運動を体育の時間に積極的に取り入れてもらうようにする。

4 今年度の取組	<ul style="list-style-type: none"> • 文部科学省や島根県教育委員会作成のDVDの紹介をする。 <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"> • 準備運動の中に持久力や瞬発力，柔軟性を必要とする運動を取り入れる。 • 「しまねっ子！元気アップ・プログラム」から「3密」を避けた運動を取り入れ，継続して取り組むことで，体力の向上を図る。 <ul style="list-style-type: none"> ①三瓶山登頂登り棒 → 筋力アップ（握力，上体起こし） ②神在月！神様大忙しシャトルラン → 持久力（20mシャトルラン） ③江の川 マラソン → 持久力（20mシャトルラン） ④ドジョウすくい！3種目柔軟運動 → 柔軟（長座体前屈） など • ICT機器の視覚的に動きを把握できる利点を生かし，自分の動きを把握したり，友達の動きと比較したりできるようにするため，クロムブックを活用する。 <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"> • 毎週水曜日のそうじをなくし，「ロング昼休み」を設定し，外遊びを奨励する。 • 児童会の主催による全校遊びの集会を企画し，運動が楽しいと感じる児童が増えるようにする。 • 週に2回全校で5分間の業間マラソンを取り入れ，体力を高める運動の時間を確保する。 • 放課後の一輪車や鉄棒・登り棒等，校庭の道具や遊具の使用を推奨する。 <p>(5) 家庭・地域，近隣の学校・園等との連携，情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> • 子どもの体力・運動能力の実態を家庭に伝え，生活習慣の見直し，運動機会の確保の協力を呼びかける。 • メディアチェック週間の取組に合わせ家庭に帰宅後に体を動かすことや十分な睡眠時間の確保によって健康な体を維持することの大切さを呼びかける。
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	安来市立荒島小学校	児童数 (R4. 5. 1 現在)	169 名
校 長 名	仙田 淳一	体育主任名	桑嶋 周
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）			
児童数が少なく、学年により体力の実態がかなり違うため年度ごとの平均値と比較するのには無理があるが、全体的に県平均値を下回る学年が多い。			
休み時間の様子を見ると、比較的多くの児童が、校庭や体育館で体を動かして遊んでいる。			
2. 前年度の実技習得状況調査（水泳は R3. 8 月、鉄棒 R3. 9 月調査依頼）の結果			
	6 年生の水泳運動「25m完泳率」	4 年生の器械運動「逆上がり達成率」	
県平均	60. 0%	51. 5%	
自校			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
スイミングクラブなど活動が週 1 回のものから、週 4～5 回のスポーツ少年団まで、活動の頻度には差があるが、延べ人数では全体の半数程度の児童が加入している状況である。ここ数年、男子については「今年は野球の年。今年はバレーボールの年。」と、隔年で種目の様子が変わっていたが、今後はバレーボールが減っていく見通しである。女子は男子ほどではないが、「バレーボールとバスケットボール」で似たような傾向が出てきている。			
4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの持久力（シャトルラン）の結果を県平均まで引き上げる。 ・学校独自でアンケートを行い、「体を動かすことが好き」を全体 90%，高学年女子 80%以上を目指す。 ・逆上がり達成率を向上させる。 		
	(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		
	<ul style="list-style-type: none"> ・4～5 月の陸上練習を体育授業の研修ととらえ、陸上運動指導法の研修の場とする。 ・鉄棒運動につながる運動の紹介、短なわとび&長なわとびの指導法や、投運動の指導法の研修を行う。 		
	(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）		
<ul style="list-style-type: none"> ・『わたしたちの体育』を利用し、児童が興味をもって体育の授業に取り組むことができるようにするとともに、各運動領域を落ちなく学ぶことができるようにする。 ・運動量の確保を意識し、授業マネジメントを工夫するとともに、教材・教具や運動の場を工夫した授業づくりをすすめる。 ・体育の授業開始の約束（校庭に出たらする運動…，体育館に入ったらする運動…）を決め、無駄な時間を減らすとともに、体力の向上に役立てる。（握力向上を目指した雲梯の利用など） ・各種運動につながる基礎的な力を身につける折り返しの運動を、授業に取り入れる。 			
(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・校庭や体育館以外のスペースでも運動に取り組めるよう環境を整備する。プレイルーム（低・中学年用）に鉄棒・竹馬・ジャンピングボードを、ドレミファルーム（中・高学年用）にジャンピングボードを置く。 ・校庭の整備（砂場、鉄棒の下の安全確保など）を行い、児童が安心して運動遊びに取り組むことができる環境を作る。また、教具「とびうおくん」や「だるま回り補助具」など、児童が運動したくなる教具を作成・準備し、休み時間にも使うことができるようにする。のぼり棒を活用して遊ぶことを推奨する。 ・ロング昼休みを実施し、委員会が計画の中心となって縦割り班での運動遊び集会（なわとび集会や全 			

4 今年度の取組	<p>校健康フェスティバルなど)を計画する。</p> <hr/> <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none">・学校での体育への取組を、HPや学校だより等を利用して保護者に紹介する。・学校栄養教諭と連携して、食に関する学習を行う。・学校保健委員会を利用して、生活習慣を見直すためのアンケートを行う。
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	安来市立赤江小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	253 名
校 長 名	難波 真章	体育主任名	安達 孝治

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）

	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		立ち幅跳び		ソフトボール投げ
赤江小1年男子	8.06		12.29		28.24		28.88		18.99		11.14		114.24		9.00
県R2平均	9.37	0人	11.13	12人	25.89	13人	27.87	7人	18.94	6人	11.72	7人	118.60	7人	9.05
全国R1平均	9.12		11.64		26.54		27.26		18.73		11.45		114.74		8.28
赤江小1年女子	7.06		11.21		32.31		27.81		14.13		11.63		107.06		5.31
県R2平均	8.82	0人	11.54	5人	28.82	7人	27.71	3人	17.20	0人	11.95	3人	112.90	2人	6.29
全国R1平均	8.57		11.39		28.57		26.52		15.96		11.82		106.93		5.62
赤江小2年男子	10.41		13.71		25.35		32.78		34.12		10.68		123.24		11.65
県R2平均	10.75	5人	14.31	7人	27.64	9人	32.48	0人	30.60	8人	10.73	15人	128.51	7人	12.97
全国R1平均	11.00		14.54		27.74		31.58		29.07		10.59		125.57		11.52
赤江小2年女子	9.38		10.31		29.94		31.56		20.38		11.11		114.31		6.50
県R2平均	10.22	8人	13.90	11人	31.10	6人	31.41	1人	24.65	1人	11.03	12人	121.96	5人	8.25
全国R1平均	10.23		14.13		30.30		30.56		22.27		10.93		117.69		7.38
赤江小3年男子	10.60		17.40		29.40		47.96		37.33		10.42		154.33		16.76
県R2平均	12.82	4人	15.68	10人	29.73	13人	36.36	10人	39.87	12人	10.10	11人	141.93	8人	15.66
全国R1平均	12.69		16.72		29.73		35.38		38.41		10.02		136.81		15.66
赤江小3年女子	10.19		16.31		30.56		37.81		25.75		10.05		126.00		10.62
県R2平均	12.14	6人	15.96	8人	32.66	9人	34.12	6人	31.17	7人	10.36	10人	132.75	9人	9.40
全国R1平均	11.84		15.86		32.08		33.58		29.16		10.40		128.05		9.40
赤江小4年男子	12.11		18.00		37.70		42.91		50.15		11.13		153.20		20.91
県R2平均	14.66	4人	17.57	2人	30.98	6人	39.06	8人	45.26	7人	9.74	4人	149.16	5人	21.06
全国R1平均	14.45		18.63		31.06		39.21		45.60		9.61		144.52		18.92
赤江小4年女子	10.79		16.05		39.70		39.40		34.10		11.06		147.90		12.95
県R2平均	14.04	5人	17.86	8人	35.16	11人	38.47	13人	38.31	7人	9.96	11人	142.24	10人	13.77
全国R1平均	13.87		17.64		34.82		37.91		37.09		9.91		137.89		11.63
赤江小5年男子	14.67		17.14		30.77		37.63		45.78		9.49		149.70		22.73
県R2平均	16.53	6人	19.60	10人	32.79	6人	43.30	7人	55.05	6人	9.37	5人	156.32	7人	24.99
全国R1平均	16.49		20.79		33.49		43.61		54.83		9.22		155.38		22.92
赤江小5年女子	14.00		17.88		34.23		39.23		33.69		9.91		141.96		13.69
県R2平均	16.34	9人	18.50	15人	37.14	5人	42.49	12人	45.77	6人	9.53	15人	152.75	10人	15.97
全国R1平均	15.91		19.19		37.40		41.51		44.14		9.52		147.40		13.60

昨年度上回り 県平均上回り 全国上回り

<新体力テストの結果>

本校の昨年度実施した体力テストの数値と、県R2平均、全国R1平均の数値を比較したデータをもとに検証する。

このデータから、本校児童の強みは敏捷性であることが分かる。一方、握力や20mシャトルランやソフトボール投げなど、筋力、全身持久力、投げる力など、広い分野において弱みがあることが分かった。（「しまねっこ！元気アップ・レポート」参照）

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・バレーボール・サッカー・バスケットボール・フットサル・バドミントン・剣道・柔道・スイミング・ダンスなどに加入している。スポーツクラブによって、頻度が異なり、週1回活動しているクラブもあれば、週3～4回活動しているクラブもある。

(1) 具体目標・数値等

- ・「鉄棒セット」を全校児童ができるようにする。
- ・持久跳びの目標を掲げ取り組む。(1年：30秒 2年：1分 3年：1分30秒 4年：2分 5年：2分30秒 6年：3分)
- ・体育科の授業を充実させ、運動好きな児童を増やす。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	<p>(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画</p> <p>【職員会議における周知】</p> <p>4月・・・体育学習における共通理解事項の起案</p> <p>5月・・・新体力テストに関する起案</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳や器械運動等、全校で取り組む内容については、指導方法やコツをまとめ職員に配布する。 ・体育主任が経験のある教員の体育の授業を見学し、学んだ事を周知する。(指導法や場の工夫)
	<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"> ・年度始めに、体育学習における基本的な考え方を提案する。 ・体育館では、「四つの運動」(うさぎとび、手足ばしり、手押しぐるま、おれまがり・アンテナ)、校庭では「鉄棒セット」を帯単元で構成する。 ・夏季休業中始めの数日に、5・6年生で25mの泳力を有していない児童を対象に、水泳教室を実施予定。 ・新体力テストの結果を積み重ね、児童の強みや弱みを数値として具体的に提示し、普段の生活や体育の学習時に意識することができるようにする。(児童も教員も)
	<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>【全校活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冬のなわとび学習に合わせてなわとび大会を計画し、各学級・学年、そして全校をもって体力向上を目指す。(長縄や持久跳びの記録を校内に掲示することで、意識を高める) ・健康委員会から外遊びや運動への啓発を行う。特に持久力・走力を鍛えることを目的とした活動を取り入れる。(赤江っ子マラソンの開催) <p>【場の工夫】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「投げる運動」が出来る場を設置し(ペットボトルを使ってゲーム感覚で)、投げる感覚を養えるようにする。 ・ドッジボールコートを設置や石拾い、なわとびの「ジャンピングボード」、体育館でのボール整備等、児童の遊び環境を整えたり、呼びかけをしたりする。(定期的な取組) <p>【その他】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭と連携し、姿勢維持に関わる運動を学級で取り入れることを提案する。 ・「食」について、栄養教諭や家庭と連携を図る。食の学習で学んだことを、学年だより等で発信する。
	<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"> ・PTA学年行事等での運動の提案を行う。(ドッジボールやドッジビー、おにごっこなど) ・冬休みの宿題を利用して、家庭でもなわとびによる体力強化に協力してもらう。(各学年に応じたなわとびカードの作成・配布) ・地域講師による、クラブ活動での専門的な指導をお願いする。(グランドゴルフなど)
	<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>【新体力テストの結果について(昨年度自校の結果や昨年度までの県平均・全国平均と比較)】</p> <p>【授業の工夫について】</p> <p>【体育授業以外の活動について】</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立広瀬小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	213名
校 長 名	杉谷 崇	体育主任名	勝田 響

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

- 体育の授業前に柔軟や朝の体幹運動を取り入れることで、男女ともに柔軟性が高まった。（長座体前屈が県平均以上の学年が66%以上）
- なかよし班遊びを行ったり、遊具を充実させたりすることで外遊びを楽しむ児童が増え、敏捷性が高まった。（反復横跳びが県平均以上の学年が66%以上）
- 男女ともに握力に課題がある。（握力が県平均以上の学年が17%以下）鉄棒や雲梯などの握る活動を授業前のサーキット運動に取り入れる。
- 男子は、持久力に課題がある。（20mシャトルランが県平均以上の学年が17%以下）来年度もマラソン大会の開催と持久走の記録計測を定期的に行う。
- 男女ともに投力に課題がある。（ソフトボール投げが県平均以上の学年が25%以下）投げ方のポイントを指導者で確認し、体育の授業で指導したり、楽しい投げる動作のある遊びを児童に紹介・奨励したりする。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

中学年から地域のスポーツクラブに加入する児童が増えている。高学年になるとスポ少に所属している児童は、6割を超えている。スポーツクラブによって、週の練習時間に違いがあり、運動時間が児童によって差が出ている。

4 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	・体カテストで、県平均以上の項目を <u>50%以上</u> にする。（令和3年度38.6%）
	(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
	・体育の授業作りや体づくり運動、体幹運動等についての研修を1回行う。
	(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）
・持久力を高めるために、定期的に「校内持久走記録会」や練習を行う。	
・おに遊びなど楽しい外遊びを紹介し、推奨する。	
・魅力的な外遊びの道具を充実させ、外遊びへの意欲を高める。	
・学級の実態に応じて、柔軟性や体幹機能を高めるために、朝の会や体育の授業はじめに柔軟運動や体幹運動を取り入れる。	
・水泳の授業を2時間続きで組むことで、泳力指導の時間をしっかりと確保する。	
(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）	
・「校内持久走大会」や「業間マラソン」を行い、持久力や全体的な筋力の向上を図る。	
・外で遊ぼう週間（元気いっぱい委員会企画）を実施する。	
・たてわり班遊び（基本的に月1回）を実施する。	
・職員室前に、ドッチビー、しっぽ取り用フラッグ、ボール、バドミントンなどを常備し、さまざまな運動が楽しめる環境を整える。	

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <hr/> <p>・ホームページやお便り等で、体力作りの取り組みや体カテスト結果の分析結果などを紹介する。</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>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立比田小学校	児童数（R4.5.1現在）	25名
校 長 名	川本 徹	体育主任名	伊達 省吾

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25名の小規模のへき地校である。元気アップ・レポートを参考に県平均と男女別で比較してみると、ソフトボール投げについて県平均を上回る学年が多く見られ投げる力の能力が高い児童が多いことがわかった。女子は上体起こし、長座体前屈で県平均を上回る学年が多く見られ、柔軟性、筋持久力についての能力が高い児童が多いことがわかった。一方で、男子は立ち幅跳びが県平均を下回る学年が多く、跳躍力に課題が見られた。女子は、県平均を大きく下回る種目は見られなかった。

休み時間の様子を見ると、体を動かして遊ぶ子とそうでない子の二極化がある。

2. 前年度の実技習得状況調査（水泳R3は3回実施、鉄棒R3.9月調査依頼）の結果

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

バレー	3名	サッカー	2名	剣道	2名	柔道	1名
水泳	1名	バドミントン	5名	テニス	5名	野球	1名

4. 今年度の取組

(1) 具体目標・数値等

- ・マラソン会の自己記録更新者数を全体の85%達成を目指す。(25人中21人)
- ・4年生の逆上がり達成率75%を目指す。(4人中3人の達成を目指す)
- ・縄跳びカードで自己目標を設定し、達成率80%を目指す。(25人中20人)
- ・休み時間に外や体育館で遊ぶ子を増やす。

(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

- ・教員同士情報を交換したり、授業を見合ったりして、指導力向上を図り、系統性をもった授業が展開できるようにする。
- ・全職員で朝マラソン、朝縄跳びに参加し、児童の運動意欲を高める。
- ・陸上練習を通して、陸上運動の効果的な指導法について学ぶ。

(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）

- ・持久力向上を目指し、運動量を確保するための活動内容を工夫していく。授業のはじめにサーキットを取り入れる。運動量の少ない学習の時は、ウォーミングアップとして運動遊び（鬼ごっこ遊びやリレー）などを取り入れ、楽しみながら持久力の向上を図る。
- ・鉄棒運動が好きな子を増やすため、補助具を用意するなど工夫する。
- ・跳躍力向上を目指し、体育の時間に跳ぶ活動を意識して取り入れたり、縄跳び運動を継続的に取り組ませたりする。
- ・タブレット端末を活用し、自分たちで課題や練習方法を話し合えるようにする。
- ・授業の始めにめあてを示し、評価することでねらいにせまり授業改善につなげる。
- ・研修会に積極的に参加し、指導力向上に努める。
- ・体育の授業での活動が、休み時間に体育館や校庭での遊びにつながる内容を設定することで、体を動かして遊ぶ子が増えるように努める。

<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"> ・週に2回、全校での5分間の朝マラソン（冬期は朝縄跳び）や年間5回のマラソン記録会（上学年は約1.7キロ、下学年は1.1キロ）などに取り組み、計画的に体力づくりを進める。また、マラソンの自己記録更新者上位3名に賞状やトロフィーを渡すなどして、意欲を高める。 ・3年生以上は1学期に課外活動で陸上練習に取り組み、基礎体力の向上を図る。 <p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・東比田地区のマラソン大会を6月、10月の年2回開催する。東比田地区の方の応援の中で、マラソン会を実施したり、マラソン会後に交流会を設けたりする等、東比田交流センターとの連携を図った取り組みを行う。 ・クラブ活動では、地域講師の方に来ていただき、グランドゴルフを行う。
<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	安来市立山佐小学校	児童数（R4.5.1現在）	9名
校 長 名	浜崎 順子	体育主任名	千原 由巳
1. 体力・運動能力調査等をふまえた児童の体力や運動に対する意識、及び運動習慣の現状（経年変化や県・国との平均比等）			
<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの結果を見ると、ほとんどの種目で県平均を上回っている。ただ、50m走が3学年で県平均を下回っている。運動頻度は全体に多い方である。休憩時間にはほとんどの児童が、校庭や体育館で鬼ごっこやボール遊びなどで体を動かしている。普段使う校庭が狭いので、50mなどの距離を普段走る機会は少ない。 ・水泳学習は、プールが壊れ、使用できないので、近隣の施設（比田）に出向いて学習をしなければならない。昨年度は2回実施した。ねらいをしばって取り組む必要がある。 ・学年によっては、雲梯、鉄棒を使つての運動、特にぶら下がりの運動経験が少ないように思える。また、丸太橋に乗ることに抵抗があるなど、調整力を培っていく必要も感じている。 ・9名の児童全員がバスで通学している。歩くことが少なく、運動量の少なさが心配である。 			
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」（対象児童2名） 4年生の器械運動「逆上がり達成率」（対象児童1名）			
3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況			
・9名の内4年生以上の女子3名がバレーボールクラブに所属している。			
4. 今 年 度 の 取 組	（1）具体目標・数値等		
	<ul style="list-style-type: none"> ○体育の授業を核とし、運動の日常化を図り、個々の体力向上を図る ・体育の授業の充実をめざし、運動量が確保できるように心がけていく。 ・新体力テストの50m走の記録を向上させる。 ・雲梯や鉄棒を使つての遊びも、積極的に提案する。 		
	（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"> ・毎時間の授業の中で、「体づくり運動」を短時間に継続的に行っていく。 ・「体づくり運動」の重点メニューとして、腕支持の力や逆さ感覚を育むような運動（例：カエルの足打ち、かべ倒立、手足走りなど）と安来市小体連で考案された種目（手足走り、うさぎとび、アンテナ等）を授業担当者で行う。また、児童の実態を見て必要と考えられる運動も行う。 		
（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）			
<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業の始めには、準備運動も兼ねしっかりと運動量を確保する活動（例えば屋内では4種類の「どうぶつ走り」）に継続的に取り組む。 ・系統立てて運動ゲームや器械運動に取り組み、各学年や児童の実態に合わせてスモールステップで積み上げが出来るよう支援する。 ・対戦型ゲームは、9名という少人数であるので、ルールや場の設定を工夫して、本校独自の取組をする必要がある。 			

4. 今 年 度 の 取 組	<p>(4) 体育授業以外の活動（学校ぐるみの取組や全校活動、環境の工夫等）</p> <p>○業間を利用したランニングとなわとびの継続的な取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・週3回業間ランニング（冬季はなわとび）を実施し、自分の目標に向けて走る（跳ぶ）ように指導する。 ・年に2度、ロードを使った記録会を行い、意欲付けを図る。 ・春の陸上練習は、小体連陸上大会に出場する高学年だけでなく全校児童を対象とし、技術と基礎体力を高める予定である。 ・水泳指導も限られた回数での実施となるので、ねらいを絞って取り組む必要がある。 <p>○他教科でも積極的に体を動かす機会を設ける。</p>
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級便りや保健便りで、児童の実態や取組の様子などを発信する。
5.	<p>今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p>

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立布部小学校	児童数（R4.5.1現在）	14名
校 長 名	玉木 宏明	体育主任名	瀬川 明臣

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年度の新体力テストの結果から】

布部小学校（令和3年度データ）県平均との比較								
全員が県平均よりも上⇒☆ 全員が県平均よりも下⇒★								
学年（現在の）	握力	上体おこし	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
2年	★			★		★		
3年								
4年		★	☆	★	★			
5年					☆			
6年				★				

本校の令和3年度の結果と県平均の結果を比較した。結果は上記の表の通りである。

学年の人数も減少傾向にあり、個人の値の影響が非常に大きいのだが、テスト結果から、本校児童は長座体前屈の値が比較的良好で、反復横跳びが県平均を大きく下回るという特徴が見られる。

反復横跳びは、全身を使った側方への反復運動の素早さにより、敏捷性を測定する項目である。敏捷性は、体の一部分を素早く動かすことによって、身体の位置移動や運動方向の変換を行うための能力であり、運動制御に関与する。普段から、体を動かして遊ぶ児童は多いものの、バドミントンやボール遊びに偏る傾向が見られる。敏捷性を高める特別なトレーニングは無いと言われるが、逆に、鬼ごっこやかけっこ遊びなどで、さまざまなステップワークを踏んだり、加減速や方向転換などを行ったりすることで高まると言われている。また、普段からバス通学を行う児童にとっては、帰宅した後に友達と遊ぶことは難しく、多人数で走り合って遊ぶ機会が少なくなる等の環境も、上記結果の要因の一つだと考えられる。

【休憩時間の様子から】

休憩時間は学年関係なく、ドッジボールやバレーボール、バドミントン、フラフープなどの運動をする姿が多く見られる。昨年度は放課後に高学年や校長が中心になって校庭でサッカーをする姿が見られ、そこに低学年も参加する等、意欲的に運動を楽しむ姿が見られた。また、低・中学年児童が一輪車へ非常に意欲的に取り組み、できるようになるまで挑戦したり競い合って楽しんだりしていた。

【チャレンジタイム（平成24年度開始）の様子から】

2・3時間目の業間休みを利用して3分間走を行っている。継続して取り自分達で走る周回数を目標として決めて、それに向かって取り組む様子も見られるようになった。しかし、長年取り組んできていけるせいもあり、惰性的な意識をもつ児童や雰囲気も感じられる部分もあるため、新たな形態の導入や方法が必要と考えられる。

【その他】

地域のスポーツクラブに参加している児童と、そうでない児童の運動頻度や体力、技能差が大きく、普段の運動意欲の差にも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

・5・6年男子が地域の野球クラブに所属し、3・4年男子が地域のバレーボールクラブに所属している。他に、柔道、ボクシングなどに参加している児童もいる。

4 今 年 度 の 取 組	<p>(1) 具体目標・数値等</p> <p>「運動への意欲と目標を持って取り組む児童の育成・基礎的な体力の向上」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動することが好きな児童，進んで体力をつけたり技能や記録の向上を目指したりする児童や，体づくりをしていこうとする児童を育てる。 ・校内のマラソン大会やなわとび集会などを一つの目標として，体づくり，心づくりに取り組む。 ・敏捷性を高めることができるような運動をチャレンジタイム（業間）などで取り組む。 ・複数学年で領域をそろえての体育授業，体育活動を創出する。 ・なわとびカード，マラソンカードを活用して昨年度の記録と比較することにより，記録に挑戦する気持ちをもたせる。 ・5種目走を取り入れ，体力向上を図る。
	<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"> ・体育の授業研究を市小体連や体育部との関わりなどを通して行い，授業力の向上や改善を図る。 ・日々の学校生活の中での出来事や，授業を行った後の学習の様子や児童の様子を話題として取り上げ，その都度情報交換したり，支援の仕方や工夫について考えたりする。
	<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> <ul style="list-style-type: none"> ・体育科の年間指導計画を工夫し，全校でマットや跳び箱など，領域の時期をあわせることで器具の準備を共同して行ったり，教材の工夫など学習方法について情報を共有したりする。 ・授業の中で，体づくりの活動を帯で取り組み，体の調子を整えたり体力を高めたりするとともに，体を動かす楽しさを味わえるようにする。 ・保健体育について，時期や内容を身近な教材で工夫するなど考慮して，児童の関心を高め実践につながるように計画する。 ・少人数での学習のよさを活かし，指導者の個々への支援や友達との関わりを積極的にすることで，技術の向上や児童の意欲を引き出すように取り組む。
	<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"> ・全校でのマラソン大会を年4回開催していく。そのうちの2回は西谷交流センター（旧西谷小学校）を会場として開催し，地域を元気にするとともに，児童の意欲を高める。 ・全校児童が運動や体を使った運動遊びなどに取り組む時間を増やしていけるように，毎日の業間の5分間（チャレンジタイム）での体力作りに取り組む。全校で体を動かす遊びにも取り組み，楽しみながら体を動かしたり様々な感覚を養ったりする場とする。 ・週に1日，ロング昼休みを設定し，外遊びを奨励する。 ・相撲大会，スキー教室，フェンシング教室など，地域の特色を活かしたスポーツに取り組むことで，運動を身近な活動として捉えたり，地域の行事やスポーツに関心を持ったりする機会とする。
	<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"> ・遠足，マラソン大会，相撲大会など布部だけでなく西谷でも行い，学習意欲や体力の向上とともに，地域との交流，理解を深める。 ・マラソン大会の情報を保護者に知らせ，参加をお願いするなど家庭と連携して行う。
<p>5. 今年度の成果（○）と課題（●）及び来年度に向けての方針（年度末に記入）</p> <p>○</p> <p>●</p>	

令和4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立安田小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	79名
校 長 名	椿 英隆	体育主任名	新田 彰吾

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

学年男女	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		20mシャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ	
	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県	R3	R3県
1男	6.75	8.98	11.25	11.76	28.62	26.54	20.75	27.37	13.75	20.37	12.45	11.65	113.75	118.17	7.5	8.8
2男	9.57	10.82	10	14.19	30.14	27.34	33.43	31.05	16	30.15	10.34	10.59	122.1	129.37	12.42	12.76
3男	13	12.68	20.5	16.47	34.5	29.9	40.5	34.92	54	38.73	9.9	10.11	138.5	140.97	27	16.24
4男	12.2	14.32	16.2	17.47	27.7	31.6	37.8	38.48	41.7	46.46	10.12	9.69	144.3	146.48	17.8	20.58
5男	12.7	16.74	16.3	18.45	28.9	32.85	36.6	42.23	54.8	54.81	9.46	9.25	167.7	158.12	21.1	23.94
6男	18.27	20.18	17.36	21.12	30.72	35.3	39.9	45.71	43.3	63.5	9.91	8.86	153	168.08	23.09	27.77
1女	7.42	8.49	13.85	11.64	33.28	29.19	22.28	26.46	14.14	16.14	11.97	11.88	122.8	110.26	5.28	5.57
2女	10.3	10.38	10.6	14.06	24.16	31.32	30.33	30.48	18.66	23.99	10.26	10.82	127.5	124.55	9.16	7.92
3女	8.5	12.2	11.75	15.83	29.75	33.3	32.25	34.35	29.5	31.85	11.6	10.36	108.7	133.34	9.75	10.91
4女	14.83	14.27	18.5	17.02	37.16	35.54	42.16	37.08	50	37.88	9.68	9.9	144	141.33	18.16	13.31
5女	13.43	16.64	12.71	18.16	37.14	36.78	34.28	41.39	28.71	46.38	10.07	9.53	131.7	150.64	12	15.72
6女	19.5	19.52	18.83	19.07	35.5	39.23	44.5	42.98	42.83	50.73	9.48	9.23	145.1	158.13	16.33	17.93

「長座体前屈」は、県の平均値を超えている学年が多い。それは、体育の授業が始まる前にしっかりと体操をしている成果ではないかと考えられる。また、「反復横跳び」でも県の平均値を上回っている学年が多かった。それは、休み時間外で鬼ごっこをして遊ぶ児童が多いためではないかと考えられる。

本校で課題となっている項目は、「握力」と「20m シャトルラン」である。改善するために、鉄棒を行い、筋力をつける活動をしたり、休み時間に行う「ランランタイム」を有効に使ったりし、持久力をつけていく必要がある。また、掃除の時に雑巾をしっかりとしぼるなど、日常生活の中での体力向上を意識させる声かけもしていきたい。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

男子の約60%が、野球、水泳などのスポーツクラブに所属している。野球と水泳など、複数のクラブに所属する児童もいる。女子は約70%がダンス、バレエ、水泳、体操などのスポーツクラブに所属している。男子と同様に、複数のクラブに所属する児童がいる。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	① 校内マラソンを年間4回（4月、6月、9月、10月）実施し、記録更新100%を目指す。 昨年度は高学年で94%であった。
	(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月の職員会議にて、体育主任が体力向上推進計画を説明する。 ・「握力」と「20mシャトルラン」の体力向上につながる運動を紹介する。
	(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）
	・感染拡大防止に努めながら、できる活動内容や指導方法等の情報共有を細やかに行う。 ・「握力」と「20mシャトルラン」の体力向上につながる運動に取り組む。 ・ICTを活用した体育の授業を行い、児童の理解を促進するようにする。

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"> ・校庭に常設のドッジボールを作るなど、体を動かす遊びのための環境整備を行う。また、昨年度中に購入した竹馬を活用した遊びを奨励する。 ・マラソン会にあわせてランランタイムを実施する。第3回のマラソン会までは火・木曜日、それ以降は毎週火曜日の業間に、教職員も一緒に校庭に出て3分間走る。また、通算距離がわかるマラソンがんばりカードを全児童に配布し、担任以外の教職員もコメントを書く等の工夫をすることで意欲の持続・向上につなげる。 ・体育館の壁に様々な運動の掲示物を貼り、啓発する。
	<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"> ・マラソン会の実施日を保護者や地域の方に伝え、児童のがんばりを見てもらい、励ましてもらう。また、記録証を保護者へ配布し、見に来てもらえなかった児童も家庭で励ましてもらえるようにする。 ・親子運動会で、親子で一緒に運動する機会を設け、保護者に児童のがんばりを見てもらい、励ましてもらうとともに、家庭と連携した体力づくりを推進する。
<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	安来市立母里小学校	児童数 (R4.5.1 現在) 67名
校 長 名	小林 裕昌	体育主任名 今井 隆雄

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）

- ▶休み時間には、校庭や体育館で身体を使って活動する児童が多く、運動に親しむ様子が見られる。
- ▶学校付近から通学する児童が多いことや校庭や体育館が広くないため、長い距離を移動する機会が少ない。
- ▶学習中に正しい姿勢を保ち続けることが難しく集中力が持続しない、体幹が弱い児童が目立つ。
- ▶例年の体力・運動能力調査の結果から、全般的に「走力」「柔軟性」が本校の課題である。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ▶全校児童の約半数がスポーツクラブ等に加入している。(主なスポーツクラブ:バレー, 野球, スイミング, テニス, 剣道, 空手, 体操, 自転車)

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	<p>「豊かな心を持ち、健康で力強く挑戦していく子ども」の育成</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶心身ともに健康で、失敗をおそれずに挑戦し、最後までやり抜く意思と実践力がある子の育成 ▶様々な教育的活動を通して達成感や成就感を味わわせ、体を動かすことが好きな子の育成 ▶体力・運動能力調査で課題となっている項目を重点的に底上げし、運動バランスの取れた子の育成 ▶養護教諭と連携しながら、基本的な生活習慣を身につけさせ、病気に負けない体と心をもつ子の育成
	(2) 体力向上や体育科の授業に関する校内研修会等の計画
	<ul style="list-style-type: none"> ▶体力・運動能力調査の結果を分析し、課題となる項目について教職員全員で共通理解を図りながら対策を考え、実行していく。 ▶体育科の授業や健康に関する有益な情報や研修報告を行い、教職員全員の指導力向上に努める。
	(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）
<ul style="list-style-type: none"> ▶五種目歩走、雲梯、鉄棒、縄跳び、幼少期に身につけたい36の基本動作などの運動を取り入れた準備運動や補助運動を取り入れ、楽しみながら活動量が確保できるような授業を展開していく。 ▶児童が興味・関心を持ち主体的に取り組めるよう、わたしたちの体育などを活用し、自分のめあてを達成し自己肯定感が高められる授業を展開していく。 ▶ICT機器を効果的に活用しながらペア・トリオ・グループ活動を取り入れ、児童同士がアドバイスしあいながら課題解決を目指す授業を展開していく。 	
(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"> ▶課題である「走力」や「柔軟性」の向上を目指すとともに、継続した体幹を鍛える取り組みを教職員と連携して行う。 ▶陸上大会、校内ロードレース大会、運動会に向け、本番に向けた練習を充実し、課題である「走力」や挑戦する意欲や粘り強さ、集中力の向上を図る。 ▶逆上がりや25m完泳、登り棒、雲梯、一輪車の上達や達成に対して賞状を送るなどし、筋持久力や泳力、課題である「柔軟性」の向上や達成感や成就感を味わわせる。 	
(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"> ▶「早寝・早起き・朝ごはん」「メディア・コントロール」など出前授業や研修会、学級懇談会の話題に取り上げるなどし、児童の基本的な生活習慣が身につくよう、保護者の理解と協力を得る。 ▶学期に1回、「朝食調べ」「生活リズムづくり週間」の取組を全校で行い、児童自らが基本的な生活習慣を身につけようとする意欲を高める。 ▶体を動かすことが好きな子の育成の一助として、放課後児童クラブに校庭や体育館を可能な限り開放する。 ▶ファミリー運動会、地区運動会、校内ロードレース大会では家庭・地域と連携し実施していく。 	

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4年度 体力向上推進計画【小学校】

学 校 名	安来市立井尻小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	19名
校 長 名	門脇 岳彦	体育主任名	和田 奈緒子

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

しまねっ子！元気アップレポートによる県平均との比較（平均以上に○、平均以下に△2年男子は、在籍なし）

- 体を動かして遊ぶ児童の割合は多いが、帰宅後や休日に運動に親しんでいる児童は少ない。
- 上体起こし、立ち幅跳び、ソフトボール投げでの記録の低さが課題である。握力の向上及び、自分の体の動きを知り、体全体をコントロールできるよう、さまざまな動きを意図的に経験させながら身につけていく必要がある。

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」
自校		

- 水泳運動については、積み重ねにより学年が上がるにつれ泳力が身につくにつがある。
- 鉄棒運動については、学年が上がるにつれ、逆上がりができなくなる傾向が強い。鉄棒に触れる機会や鉄棒運動に取り組む時間を学校全体で確保していく。

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

- ・スポーツ少年団や運動系の習い事をしている児童は少ない。
- ・放課後や休日に誘い合って、体を動かして遊ぶ機会は少ない。

4 ・ 今 年 度 の 取 組	(1) 具体目標・数値等
	○逆上がりの達成率を全校で50パーセントをめざす。
	○中休みスポーツとして、マラソンと縄跳びに取り組み、年3回実施しているマラソン会において、全員の記録の向上をめざす。
	○児童へアンケートを実施し、年間を通じて「進んで運動をしたり体を動かして遊んだりことができた」について自己評価で80%以上の肯定的評価となるよう意識づけを行う。
	(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
	○研究授業や講習会の開催の周知を図り、参加を呼びかける。
	○安来市小学校体育連盟で取り組んでいる研究や実践事例について校内で周知を図る。
	○研修会に参加した際に、研修内容を職員に報告し周知を図る。

4 . 今 年 度 の 取 組	<p>(3) 体育・保健体育授業の工夫・改善（年間を通した取組や重点化する領域・指導内容等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○授業において、各自の運動能力や実態に応じた目標を設定させ意欲的に運動に取り組むことで運動能力・体力の向上を図る。 ○楽しみながら熱中して体を動かすことで基礎感覚・基礎技能を身につけ、実態に応じて動きを高めていけるような活動を工夫する。 ○複式や異学年での教え合いや伝え合いによる児童の主体的な関わり合いの場を授業の中で設定する。 ○タブレットパソコンや放送教育の活用により視覚的に体の動きや使い方が理解できるようにする。
	<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"> ○「姿勢体操」や体づくりの運動に継続して取り組む。 ○中休みに全校で3分、マラソンや縄跳びに取り組む。 ○晴れの日には校庭、雨の日には体育館で体を動かして遊ぶことを積極的に呼びかける。 ○児童会活動において、マラソンや縄跳び、全校遊びへの取り組みを計画し、楽しんで気軽に体を動かす習慣を定着させる。 ○学期に1回のマラソン会で日々の体力づくりの成果を発揮し、自分の成長や頑張りを感じられるようにする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校だよりや学級だよりでマラソンや縄跳び、体育の授業の様子を家庭や地域に発信する。 ○保護者にマラソン会の開催を周知し、家庭での体力向上の啓発や子どものがんばりを認めてもらう機会をつくる。 ○体力向上をめざし、生活習慣の改善や食育などを家庭とともに取り組めるようチャレンジ週間（生活習慣を見直す期間）などで学校の取り組みや学校での様子を発信していく。
	<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	安来市立赤屋小学校	児童数 (R4.5.1 現在)	21 名
校 長 名	越野 浩一	体育主任名	仁田 直樹

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）

- ・全校児童 21 名で、自然に囲まれた環境の中で生活している。
- ・登下校の実態として、バス通学児童が 15 名、自家用車通学児童 1 名と全校の 80%を占め、下校時は児童クラブから保護者の自動車で帰る児童もあり、登下校とも徒歩の児童はわずか 2 名である。
- ・ほとんどの児童は運動を好む。
- ・友達の家が遠いため、休日など一緒に遊ぶことが困難である児童が多く、家庭でのメディア接触時間が長くなっている。ここ数年は、メディアコントロールの指導に積極的に取り組んでいる。

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

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

3. 運動部活動や地域のスポーツクラブ等への加入状況

社会体育の各種スポーツクラブへの加入は、野球 3 名、水泳 1 名、剣道 2 名、合計 6 名である。

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 80%以上にすることを旨とする。
- ・「1 日 1 時間以上の運動をする。」は、全校の 80%を旨とする。
- ・児童の運動についての意識や状況についてのアンケートを実施し、実態を把握する。
- ・体育の中で、全学年で共通の取組（体づくりの運動や器械運動等）を継続して行ったり、授業の流れや展開を工夫したりする。

(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

- ・体育の授業のあり方について共通理解を図る。（研修の場を設ける）
- ・児童の体力向上について全教職員が関心をもち、「体力向上推進計画」を策定する。
- ・校外での体育の研修会の内容について校内で伝達・共有し、学級での取組に生かす。

(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）

- ・発達段階の異なる児童の適時性が図られるように、場やルール工夫、個々のめあてをもたせる等、授業の流れや展開を工夫し運動量の確保を図る。
- ・走力の向上を図るため、授業の導入で走る運動を取り入れる。（重点項目）
- ・体育用具の充実を図る。
- ・体力テスト実施の前に明確な目標をもたせる。
- ・体育の授業では、十分な運動量を確保できるようにする。
- ・デジタル教材（NHK for school など）やタブレットの動画撮影などを使って、視覚的な支援をし、子どもたちが具体的な体の動かし方をイメージしながら運動に取り組めるようにする。
- ・学習形態を工夫し、ペアやグループでポイントを伝え合ったりアドバイスをし合ったりできるようにする。
- ・安来市が「保健領域」の研究を行っているので、市研究部の情報を生かして実践する。

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"> ・毎週火、木曜日に業間マラソン、遊具を使った体力作りを10分間取り組む。 ・児童会が中心となって全校遊びを毎月行う。 ・上記活動について、以下の工夫を行う。 <p>① 児童に対してオリエンテーションを行って、意欲付けをする。</p> <p>② 子ども自身がめあてをもったり、自らの記録の伸びがわかったりできるように、記録カードや個人カード作成し、意欲が持続するよう働きかける。</p> <p>③ 休憩時間の外遊びの奨励や、先進校の取組を参考にして、日常的に運動したくなるような環境に整備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「しまねっ子元気アップカーニバル」に参加し、意欲付けをする。
	<p>(5) 家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なわとびカードを作成し、自宅でも取り組めるようにする。 ・年2回の運動会を地域や家庭と協力して行うことで、児童の実態を知ってもらったり、共に運動したりする機会とする。 ・メディアコントロール週間等を実施し、生活習慣の見直しを家庭と連携して取り組む。 ・栄養教諭と連携して食育を行い、バランスの良い食事についての啓発を図る。
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)	