

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立松任小学校

校長名 後山 和彦

プラン名	松任っ子！体カアッププラン	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・2019年度より「投げる力」の育成に重点を置いて、1校1プランの作成している。昨年度の結果より、ソフトボール投げで県の平均を上回る学年も出てきており着実に成果が表れてきていると感じることができる。しかし、投げる力は、全体で見ると県の平均を下回る結果となっている。 ・「体育の授業は楽しいか」のアンケート項目では、男子で10%女子で12%の児童がマイナスの回答をしている。 ・コロナ禍により、体育館や運動場の使用に制限があったが、今年度からはコロナ前の使用割に戻すことができたので休み時間に体を動かす児童も増えてきている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・シャトルボールで標準記録のブロンズ賞以上を目指す。また、1学期のシャトルボール記録会から3学期のシャトルボール記録会では、30%以上の回数アップを目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業開始時に投げる力を高めるためにキャッチボールやシャトルボールを児童の実態や単元に応じて、形態を工夫しながら取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・学期ごとにスポチャレ「シャトルボール」の記録会に取り組み、児童の体力向上や児童同士の関わり、めあてをもって粘り強く努力する力を高めていく。 ・2学期に持久走週間、3学期になわとび週間を実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会等で体を動かすことが楽しいと感じるような企画を考えて行う。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・シャトルボールの取組結果により評価する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレ「シャトルボール」の記録を学期ごとに取り、記録の向上を目指す。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立東明小学校

校長名 越田 卓夫

◆今年度のプラン

プラン名		東明3分チャレンジ～3分ランニングと3分スポチャレで明るく楽しい体カづくり～ 体育の授業内での運動量の確保とスポチャレいしかわへの取り組み向上を目指して
現状・課題		本校の児童は運動に意欲的に取り組むことが多く、休み時間は体を動かしたり、体育的行事にも積極的に参加したりする子が多い。前年度の体カテストの結果から、本校の強みは握力、ソフトボール投げであり、課題とする項目は20mシャトルラン、上体おこし、50m走であることがわかった。 スポチャレいしかわの取り組みに関しては、月ごとに重点的に行うスポチャレの項目を設定したことにより、どのクラスも前年度に比べて意欲的に取り組むことができている。
目標指標・数値		①スポチャレいしかわの項目で、クラス目標回数以上の学級を80%。 ②月ごとに重点取り組み種目を設定する。
具体的な取組	教科 体育	体育の授業のモデルを提示し、運動量を確保できる展開を共通理解する。 ①3分間走・準備体操 ②3分スポチャレ ③展開①20分 ④展開②12分 ⑤振り返り5分
	特別 活動	委員会やたてわり活動をメインとして、授業時間以外での運動量を確保する。 ①体育委員会でなわとび週間に技紹介やポイントなどを紹介する。 ②たてわり班を活用して、体を動かすたてわり活動を行う。
	その他	掲示物等で運動に対する意欲の向上をねらう。 ①体育館前にスポチャレいしかわの実施掲示板を作成し、ベストの記録が出たら更新する。 ②各クラスの目標を掲示する。
		スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法		①スポチャレいしかわの記録数で、クラス目標の回数を上回る学級が80%。
前年度からの 変更点		スポチャレいしかわの取り組みの意欲を上げるため、体育館前の実施掲示板は4つではなく、重点取り組み種目のみを掲示する。また、体カテストで課題のある種目を改善するために、関係のある種目の時期は、集会や委員会などで呼びかけ各クラスの意欲を高める。

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立北陽小学校

校長名 紺村 由紀子

プラン名		つながりいっぱい・元気いっぱい北陽っ子！
現状・課題		本校の各項目の数値は、県平均を下回っているものが多い。昨年度の体カテストの全体総合評価では、D+Eの割合が28.8パーセントであった。特に、「持久力」、「敏捷性」の2項目で県平均と大きな差が見られる。 児童は休み時間に鬼ごっこやサッカー、ドッチボール、バスケットボールなど、意欲的に体を動かしている様子が見られる。しかし、昨年度の後期の学校評価アンケートで「運動がたのしい」と答えている児童が93.8パーセントと、体を動かすことにあまり興味がない児童も見られる。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> 今年度の体カテスト総合評価D+Eの割合を20パーセント以下にする。 学校評価で「運動が楽しい」と感じられる児童の割合を95パーセント以上にする。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> 垂直跳びやケンケン足跳びなどの、高いジャンプや連続してジャンプする運動、ステップを踏む運動、サーキットトレーニング等を体育の準備運動に取り入れる。 縄跳び、8の字跳びなどを体育に取り入れ、「敏捷性」の向上を図る。 授業で、運動量を確保し、体を動かす楽しさを味わわせることを大切にする。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> 持久力を高めるために長休みに「ランランタイム(持久走)」の取組を行う。限られた期間の中で、どれだけ取り組むことができたのかわかるようにする。 「スポチャレいしかわ」の8の字跳びに期間を決めて取り組む。その中で、取り組んだクラスの記録見合う場を設定し、記録を伸ばす喜びや、自分の成長を感じられるようにする。 たてわり活動において、班ごとに8字チャレンジをするなど、他学年同士で楽しく運動できる取組を行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> 体育委員会やクラブ活動を活用して、運動の楽しさを味わえるような企画を作る。 校内研修等で、持久力・敏捷性が高まる指導法について学ぶ。
		スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法		<ul style="list-style-type: none"> 校内体カテストの総合評価及び、合計得点による評価 学校評価アンケートの項目による評価 運動が苦手だと答えている児童の表情の変化と体育アンケートの結果を結び付け、総合的に評価する。
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> 「持久力」や「敏捷性」が向上するように、準備運動を工夫する。 たてわり活動で運動する機会を取り入れ、上級生が下級生に教える中で運動を楽しんでいると感じたり、運動量を増やしたりできるようにする。

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立旭丘小学校

校長名 平木 裕子

プラン名	旭っ子体カパワーアップ2023	
現状・課題	<p>本校の児童は、休み時間に運動場や体育館で過ごす児童が多い。特に運動場では、サッカーや鬼ごっこだけでなく、充実した遊具を使い遊ぶ児童の姿がたくさん見られる。昨年度の児童アンケートでも、「運動が好き」「運動がやや好き」と回答した児童の割合は90.6%であり、全体的に運動が好きな児童が多い。ただ、昨年度の体カテスト生活調査の結果から、女子児童の11%が「体育の授業はあまり楽しくない」と感じていることが分かっている。体育学習を中心に、体を動かす心地よさや、仲間と関わる楽しさを味わい、「運動が好き」「体育の授業が楽しい」と感じる児童を継続して増やしていくことが必要である。</p> <p>また、昨年度の体カテストの結果から、長座体前屈の数値の低さが課題としてあげられる。4～6年生の男女ともに県の平均値よりも低い結果となった。日常的に柔軟運動を行う習慣をつけるとともに、柔軟性が怪我の予防に繋がるという意識を持たせていく必要がある。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・児童アンケートの「運動が好き」という項目で、90%以上の肯定的な回答を目指す。 ・5月と12月に行う「長座体前屈」の数値を比較し、90%以上の児童の記録向上を目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・各クラスでスポチャレいしかわのシャトルボール(2学期)と8の字跳び(3学期)に取り組む。その際、体育館掲示板に学級ごとの記録を記載し、学校全体でのレベルアップを図る。そして各学期ごとに短期間でのスポチャレ強化期間を設ける。 ・柔軟性を向上させるための準備体操を全校で共有し、実践していく。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会を中心に、全校児童が楽しく運動に取り組めるような企画を立て、実施する。(全校鬼ごっこ、ドッチボール大会、大縄大会など) ・今年度の体カテスト実施後、記録の数値が低かった種目を体育委員会で取り上げ、運動能力向上に関わる取組を考え、紹介する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・2学期にランニングウィーク、3学期になわとびウィークを行う。 ・室内鉄棒の設置(冬季の間) ・準備運動を充実させるため、各学年に合わせた参考本や資料を配付し、単元につながる準備運動や運動量確保のための準備運動の知識を増やす。 ・家庭でも取り組める柔軟性を向上させるための運動を、校内放送等で紹介する。
	スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入	
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・児童アンケートの「運動が好きか」という項目で評価する。 ・5月に体カテストで行った長座体前屈の記録と、12月に行う長座体前屈の記録を比較する。 	
前年度からの 変更点	<p>本校児童の運動における課題が、「タイミングの良さ」から「柔軟性」になったことから、1年間を通して柔軟性の向上を図る。体カテストの期間だけでなく、1年間を通して活動することで来年度の体カテストの結果の向上も期待できる。また、低学年も取り組める運動を紹介していくことで、学校全体で柔軟性を向上させる意識を持っていく。</p>	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立蕪城小学校

校長名 中出 庄矢

プラン名	蕪城っ子 楽しく体カアッププロジェクト ～単元に応じた準備運動と場の設定～	
現状・課題	<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昨年度のアンケートにおいて、「体育の授業は楽しい」と肯定的に捉えてる5・6年児童は約95%である。しかし、「とても楽しい」とA評価の児童は約50%である。 <p>【課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業を「とても楽しい」と感じている児童が少ない。 ・運動の苦手な子でも、楽しく体を動かし、充実感や伸びを感じられる場が少ない。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケートにおける、「体育の授業は楽しい」のA評価「とても楽しい」を全学年(1～6年)60%を目指す。(11月実施予定) 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の準備運動にラジオ体操を取り入れることにより、全身の筋肉や関節を十分に動かし、また準備運動の指導を学校で共通化することで、指導時間を削減し、その後の運動量の確保を図る。 ・ラジオ体操後に「主運動につながる運動」を実施することで、単元ごとに高めたい体力・運動能力を児童と共通認識し、主運動に対する意欲を高める。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動委員会での企画において、運動が好きになるような企画を実施し、運動に親しめるようにする。 ・縦割り活動において、楽しく運動できる取り組みを行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育倉庫の整理や用具の補充・整備に気を配り、体育の授業が安全且つ円滑に行えるようにする。 ・校内OJTを行い、若い教員がベテランから学べる場を設ける。 ・運動会や持久走旬間、持久走記録会などで、自らの力の高まりを感じられるようにする。 ・なわとび旬間を行い、全校で休み時間に集中的になわとびに取り組み、なわとびカードなどを活用して楽しく運動できるようにする。 ・スポチャレの取り組みで記録がのびたクラスには、賞状を渡したり、放送で発表したりして、意欲の向上を図る。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	11月頃に体育の授業に対するアンケートを行う。(全学年)	
前年度からの変更点	昨年度は、なわとびや持久走などの取組みを中心に、持久力の向上を図った。今年度は、楽しく運動できる場の設定や取り組みを企画したり、行事等を活用したりすることで、体を動かすことが好きな児童、体育の授業が好きな児童を増やすことを目標とする。それによって、児童が進んで運動し、体力・運動能力の向上につなげる。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立石川小学校

校長名 小林 良彰

プラン名	いろいろな動きで体カアップ	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度の体カテストの結果では、ほとんどの項目で全体的に県平均を上回っていたが、「握力」「ソフトボール投げ」で県平均を下回っている学年が多かった。また、昨年度の5年生男子と6年生女子の体カ合計が県平均を下回っている結果であった。 ・運動が好きな児童や体育の授業に意欲的に取り組む。また、休み時間には、運動場で体を動かしている児童や体育館でボール運動を楽しんでいる児童が多い。 ・運動の中の全力で大きな力を出すという感覚をつかみきれていない児童が多い。 ・昨年度は、体カアップの取り組みに対し、学年間や学級間に取り組み意識の差があったので、本年度は全校児童の体カアップを目指し、学校全体で統一感を持って取り組んでいく。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・全学年男女共に「投力」の県平均を上回る。 ・種目によって偏りのない総合的な体力の向上を目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育授業のウォーミングアップとして、「よつんばい」「足歩き」「けんけん」「変形ダッシュ」などをサーキット形式で行い、運動量を確保しながら総合的な体力を高めていく。 ・物を握りながら運動する、静の状態から大きな力を出す、といったことを経験させ、全力を出す感覚をつかませる。 ・運動の効果を児童に伝え、自分に合った体力の向上の工夫を考えさせる。 ・学年の体カレベルに応じたウォーミングアップ運動を1年間継続して行う。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会が中心となり、全校のみんなで楽しみながら体力を高める活動を企画・実施し、運動に親しむ機会を設ける。 (おにごっこ大会・シャトルボール大会・8の字跳び記録会 など)
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・「スポチャレ」の取り組みを1年間継続して行う。 (1学期 シャトル走 2学期 シャトルボール 3学期 8の字) ・体カアップの為に校内研修会を開き、学校全体で共通して体力を高める意識の向上を図る。 ・場や空間の安全に配慮した運動環境を作る。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	各学期の終わりに体カテストの項目を測定し、おこなっている実践が児童の体力の向上や目標に迫るものになっているか追跡調査していく。	
前年度からの 変更点	1年間を通して、体育の授業導入時に学年に合ったウォーミングアップ運動をサーキット形式でおこない、全学年の体力の向上を狙う。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立松陽小学校

校長名 西方路 己記代

プラン名	Let's Show you rise up	
現状・課題	<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走力、瞬発力、巧緻性はほとんどの学年で県平均を上回っているか、県平均並みである。 ・「反復横跳び」の結果が県平均と比べて低い。 <p>【課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・握力と敏捷性の向上。 ・全身持久力など、全般的に体力が落ちている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・「反復横跳び」の記録を県平均に近づける。 ・「握力」の記録を県平均に近づける。 ・体力テスト総合評価DE群20%未満を目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・技映像/バンクのようなものをつくり、上級生の見本をためていく。下級生は新しい技に挑戦するとき上級生を見本にすることで全校がつながり、上級生にあこがれを抱く。 ・個人タブレットのカメラ機能で運動の様子を撮影し、動画を見合いながらアドバイスし合う。ポートフォリオにも活用する。 ・敏捷性を高めることができる運動をOJTで紹介し、授業の中で積極的に取り入れる。 ・体育館や運動場にラダーを設置し、いつでも誰でも取り組めるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・児童会における委員会を活用し、体育的行事や大会を計画・実践する。 ・スポチャレに積極的に取り組めるように、場の準備を確実に行う。 ・スポチャレの記録を、全校で高め合えるように最高記録を掲示する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわの取組み(5月～2月) ・エンジョイランニング・記録会(10月) ・なわとび月間(12月～1月) ・OJTで各担任に方法やコツを実演したり、教授したりする。 ・外や体育館で運動したくなるような遊びの提示。 <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・7～10月に新体力テストに取り組み、結果を分析する。 ・スポチャレの記録を登録し、ゴールドに近づける。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会の取組などの中で、全校に向けて運動がしたくなるような遊びの提示(遊びの種類 の紹介、動画を放送など)をしていく。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立松南小学校

校長名 齋藤 信之

プラン名	健康カアップ！大作戦	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・バスで登下校する児童が半数以上いることや、ここ数年はコロナの影響もあり、児童の運動時間がさらに少なかった。昨年度の体カ・運動能力調査では、男女とも、上体起こし、反復横とび、シャトルランで県平均を下回る学年が多かった。俊敏な動きと持久性に問題が見られる。 ・肥満気味の児童が全校平均でおよそ10%程度いる。また、タブレット端末やゲームの時間が極端に長いうえに、身体をあまり動かさない児童もいる。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・反復横とびにおいて、5年女子以外県平均を下回っていたため、県平均に近づける。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの各項目の力を伸ばすための運動を準備運動として保体部より提案し、全校で共通して取り組めるようにする。 ・「持久性」を要する単元を重点単元として設定し、競技能力向上と合わせて指導するようにする。 ・全校での強化週間は設けるが、ランニングや縄跳びの取組を通年とし、1年間を通して体力向上が図れるようにする。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・県が実施する「スポチャレいしかわ」を紹介し、体育の時間のほかに学活などの時間を利用して取り組む。今年度は、持久力を高めるために、長縄を使った競技を中心に取り組む。 ・「歯の健康」や「目の健康」を維持するために、生活習慣だけでなく適度な運動が必要なことにも気づかせ、運動への意欲付けにする。 ・身体計測を利用して自分の身長に適切な体重を知り、適正体重に近づけるために自分の生活を振り返る機会とする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・総合的な学習のICTの学習や家庭科の食領域も関連付け、児童が自分の健康を考える機会とする。 ・適宜OJTをとり、教員の共通理解を図る。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・重点単元に取り組む、教職員アンケートで取り組み状況を把握する。 ・ランニングや縄跳びの取組で児童の取組状況を把握する。 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度は、持久力を高めるために、「スポチャレいしかわ」の長縄を使った競技を中心に取り組む。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立美川小学校

校長名 清水由美子

プラン名	運動大好き！美川っ子！！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かすのが好きな児童が多く、休み時間には、多くの児童が運動場や体育館に出て、元気よく鬼遊びやボール遊びをして遊んでいる。 ・立ち幅跳びや、握力、50m走、ソフトボール投げの種目では、県の平均を上回っている学年が多く、「タイミングの良さ」や「力強さ」については、よく身につけているといえる。一方で、長座体前屈や反復横跳び、20mシャトルランの種目では多くの学年で県平均を下回っている。このことから、柔軟性や粘り強さには課題があるといえる。 	
目標指標・数値	<p>長座体前屈の測定を毎学期おこない、県平均に近づく、またはより上回るようにする。</p> <p>体カテストにおけるD+E群を20パーセント未満にする。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・普段行っている体操をなんとなく終わらせるのではなく、どこを伸ばしている動きなのかを意識させながら行うようにする。 ・「走の運動」の準備運動にラダートレーニングを取り入れて、敏捷性を養う。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会等の児童会活動を活発にし、全校が楽しんで運動に取り組めるような企画を実施したり、休み時間等に気軽に遊べるような空間づくりをする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・2学期には持久走の取り組み、3学期には縄跳びの取り組みをし、年間を通して体力の向上を目指す。 ・全校で「スポチャレいしかわ」に取り組む。 ・体育的行事、「持久走週間」や「縄跳び週間」では、各学年の目標を設け、それを目指して取り組む。児童が取り組みカードを活用して記録していき、教師がチェックし達成度を評価・声掛けすることで、意欲が高まるようにする。 <p style="text-align: center;">.....</p> <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテスト ・毎学期の長座体前屈の測定 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・準備体操の意識を改めることによって、より正しい動きを身に着け、柔軟性が高まるようにした。 ・ラダートレーニングを行う場面を「走の運動」前と限定することで取り組みへのハードルを下げた。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立湊小学校

校長名 畑澤 潤一

プラン名	オリンピックカルテット	
現状・課題	<p>○本校は、運動が好きな児童が比較的多く、休み時間になると校庭で体を動かす児童の姿をたくさんみることができる。体力も学年が上がるにつれて、どの学年も総合的に高まってきている。</p> <p>しかし、個人で見ると運動の得意、不得意の差が大きく、苦手な子は活動量がとても少ない状況にある。特に昨年度のコロナウィルス感染症予防の影響で外遊びの時間が制限されたこともあり、運動量に不安が残る。</p> <p>そこで今年度も体育の時間を中心とした運動量の確保や休み時間の遊びの環境を工夫し、児童の運動量を確保していきたい。また、児童の柔軟性を高める取り組みも考えたい。</p>	
目標指標・数値	<p>○1学期の水泳、2学期に持久走、3学期に縄跳びと学期に1つ体カアップを目指した取り組みを行い、それにスポチャレを入れたスポーツカルテットとして体カアップに今年度も取り組んでいく。</p> <p>数値目標として、①水泳では1年生は浮くことができる。2年生はけのびができる。3年生は13M以上、4年生以上は25M泳ぐことができる児童が85%以上。②持久走では持久走カードの50周を全児童の90%以上が到達する。③縄跳びでは全児童が目標級クリアを85%以上が達成する。④スポチャレでは、各種目で全学年銅メダル以上を目指す。また、体カアップの取り組みのアンケートで、「運動が好き」「よく頑張った」と回答する児童が90%以上になることを目標にする。</p>	
具体的な取組	教科体育	<p>○個々の能力に応じためあてを持ちやすく、達成の満足感を得ることが出来るような学習カードの作成し、その学習カードを利用した効果的な授業に取り組む。</p> <p>○指導者への啓発(湊教師塾などで体育授業に関する講習会などを行う。)</p> <p>○それぞれの学年に応じた体育授業のウォーミングアップを行う。</p> <p>○体育の始業時には、柔軟性を意識した準備体操を取り入れる。</p>
	特別活動	<p>○体カアップの取り組みで、児童がお互いに刺激し合いながら積極的に体カアップを目指せるように、取り組みの結果を校内に掲示し、運動環境を整える。</p> <p>○縦割り班を活用し、高学年が低学年に教えるなど学年間の関わりを活かすことで、運動に関する意欲を高め、体力の向上を目指す。</p>
	その他	<p>○水泳、持久走、なわとびにおいて、一人一人にめあてを持たせながら記録したり、発表会などを実施したりすることで、児童の意欲の向上や維持に努める。</p> <p>○スポチャレ週間(5月、11月、1月)を実施し、全校あげて取り組む。</p>
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	学習カード、児童の振り返り自己評価、教師の観察	
前年度からの変更点	特になし	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市蝶屋小学校

校長名 江戸 佳野

プラン名	蝶屋小学校体カ向上プラン2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・めあてをもって楽しく体育の授業に臨んでいる児童が多い。 ・5年生男子においては、全ての項目において県平均を下回っている。 ・どの学年においても握力の記録が県平均を下回っている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・握力を県平均+1ポイントを目指す。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科の授業では、運動量の確保に取り組む。 ・鉄棒運動に取り組む際にツバメや懸垂など姿勢保持の技に取り組み、握力の強化を図る。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に短縄に取り組む期間を設け、持久力の向上を図る。 ・たてわり遠足を行い、全校で外遊びをする機会を設ける。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわに積極的に取り組み、身体能力の向上に全校で取り組む。 ・毎週2回の掃除の際に雑巾を絞ったり、雑巾がけをしたりすることを通して握力の向上を図る。 ・休み時間などに自分自身の握力を測定できるコーナーを設ける。 ・正しい測定方法を示し、握力の向上を図る。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・12月に握力を再計測する。 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度は投カアップを目的に「バトンスロー」に取り組んだが、今年度は握力に特化した取り組みを行う。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立朝日小学校

校長名 毛利 由紀

プラン名	朝日っ子！体カアップ作戦	
現状・課題	<p>児童は、休み時間に運動場へ行き遊ぶ姿が多い。鬼ごっこや体育館でのドッジボールは活発である。また、室内においても冬季のなわとび強化週間を長くすることで、各学年で熱心に取り組む児童が多く見られた。</p> <p>昨年度の調査結果、総合評価のDE群が減少傾向にあるが、長座体前屈で県平均を下回っている学年が多いことが分かった。そのため、柔軟性を高める運動に対する意欲の向上を図る必要がある。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの運動の取り組みに対して学年ごとに到達目標を設定し、その到達率を80%以上にする。 長座体前屈で県平均を上回る。 4・5・6年生の総合評価DE群を今年度も20%以下にする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ○授業改善 <ul style="list-style-type: none"> ・走って集合させる等、きびきびした行動を意識させ、運動量を確保する。 ・授業開始時に柔軟性を高める運動を教師が意識的に取り入れる。 ○鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> ・学年棟、プレイルーム、体育館に鉄棒を設置し、運動量を確保する。学年ごとに到達目標を設定し、指導する。 ○水 泳 <ul style="list-style-type: none"> ・学年ごとに到達目標を設定し、指導する。 ○体づくり運動 (持久走) <ul style="list-style-type: none"> ・児童が目標を持って取り組めるようなカードを用意する。 ・長休みには、全校で走る時間を設定をする。期間中に持久走記録会を行う。 (なわとび) ・学年ごとに児童の意欲が持続できるなわとびカードを用いて取り組ませる。また、取り組み期間を2週間にし、個人技や体力の向上を図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会が中心となり、全校児童の前で技のやり方などを紹介したり、各教室に呼びかけに行ったりする。 ・取り組み期間中、教職員が積極的に声かけを行い、児童が意欲的に取り組めるようにする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ○スポチャレ <ul style="list-style-type: none"> ・学級で競技に挑戦し、記録向上の喜びや団結するよさを味わわせる。 ・教科体育の活動と関連づけて、学年に応じた種目に取り組む。 ・取り組み中は、自分たちの記録を残し意欲付けとするとともに今後の活動につなげる。 <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	各取り組みの結果や振り返り	
前年度からの 変更点	昨年度に引き続き行う。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立明光小学校

校長名 網本 弘志

プラン名		休み時間もやりたいな！〇〇おに
現状・課題		本校の児童は休み時間に体育館で体を動かす児童がいる一方、休み時間には体を動かさない児童の2極化が見られる。また、遊びの種類も体育館でハンドベースボールなど限定しており、様々な運動に親しむ機会が少なく、運動場で遊ぶ児童も少ない。昨年度の体力・運動能力調査の結果を見ると、長座体前屈は県平均を上回るが、男女とも、その他の種目で、県平均を下回っている。また、総合評価DE群の結果は36.2%で、3割以上の児童が運動を苦手としており、課題と言える。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・体力・運動能力調査の総合評価DE群を30%以下にする。 ・新体力テストでは、得点表などを掲示し、目標得点への意欲を持たせていく。 ・運動をする機会を増やし、児童アンケートで80%以上の児童が、運動する機会が増えたことを実感させる。 ・50m走の記録を、前期と後期で測定し個人の伸び率を出し、7割以上の児童が記録を伸ばすことを目指す。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ○授業改善 ・1週間の体育のうち少なくとも1回、運動能力の向上につながる準備運動の時間(5分程度)を活用して、様々なおにごっこを取り入れる。遊び感覚で運動量を確保し、休み時間等の運動意欲につなげる。 ・走り方のコツを、職員で共有し、児童の指導に当たる。 <ul style="list-style-type: none"> ○水泳、持久走、なわとび ・学年ごとに到達目標を設定し、取り組む際には、前年度の自己記録を提示し、記録のアップを図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ○運動会、児童会 ・運動会では、安全に全力で取り組むことができるようなプログラム作りの工夫。 ・児童会活動と関連づけて、体育委員会を中心に縄跳びを主としたイベントを取り入れながら、全校に働きかけていく。また、自分の体カアップが分かるように、反復横とびや立ち幅跳びなどの種目に休み時間でも、挑戦できる場の設定を行っていく。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ○スポチャレ ・体育の準備運動の時間と関連づけ8の字を行うことで、無理なく年間を通して継続的に行っていく。 <ul style="list-style-type: none"> ○休み時間 ・3年以上のクラスに、運動場で使用するサッカーボールを配る。
		スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法		各取り組みの記録カード、ふりかえり、体力測定結果、児童アンケート
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業と休み時間の運動がつながるよう、遊び感覚を大切にし、運動意欲向上につなげる。(〇〇おに) ・サッカーボールのクラス配布。 ・短距離走のコツを職員で共有する。

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立広陽小学校

校長名 翫 美保

プラン名	のびのびーる大作戦	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に外に出て遊ぶ児童と教室の中で過ごす児童がおり、児童の運動時間や運動習慣に差がある。 ・昨年度の体カテストの結果から、「50m走」「20mシャトルラン」「上体起こし」以外の種目で県平均を下回っている。 ・今後の課題として、児童の運動時間を全体的に底上げすること、体育科の授業づくりの充実を図ることが挙げられる。運動することが楽しい、汗をかくことが気持ちがいいと感じることのできるような取り組みを学校全体で行っていくことが必要である。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・児童アンケート「目標にむかって運動する」の項目のA+B評価において、後期の結果が90%を上回るようにする。 ・長座体前屈の記録を5月と11月の2回計測し、5cm以上の記録の向上を目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業の準備運動として柔軟運動を取り入れる。 ・体づくり運動の学習の充実を図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・たてわり班活動として「体ほぐしの運動」に全校で取り組む。楽しみながら運動ができる機会を設ける。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・継続して運動できる習慣をつけるため、「広陽小チャレンジ月間」を設け、スポチャレいしかわに積極的に取り組む環境をつくっていく。 ・家庭でも柔軟運動に取り組めるように、全校集会や放送で、お風呂上がりのストレッチを紹介する。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・前期と後期の児童アンケートの結果を分析する。 ・4～6年生において5月と11月の2回、長座体前屈の記録を測定する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・「柔軟性」を向上させる。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立河内小学校

校長名 正来 洋

プラン名		河内っ子パワーアップ大作戦
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・運動能力(体力合計点)は平均が平均をやや上回るくらいである。柔軟性に課題があり、数年にわたって柔軟性向上の取り組みをしてきている。長座体前屈の県比較では、まだ平均を下回る集団が多いが、全体的に伸びが見られ、平均値に達した児童もいた。 ・各種目を比較して見ると、上体起こしの値がやや低い一方で、握力やソフトボール投げの値が高くなっているため、「力強さ」自体よりも、体の使い方や動きへの慣れに課題があると思われる。 ・集団としては、4年男子と5年女子(今年度の5年男子と6年女子)の標本数が1であり有意な評価は難しい。河内小全体としては、今年度は「力強さ」に着目した取り組みを行い、握力やソフトボール投げの更なる向上や、上体起こしの克服につなげたい。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・3学期の児童アンケートで、「力がついたと思う」「力をこめる運動をしている・した」の割合80%以上。 ・上体起こしの値2回アップ
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・前年度、準備運動として柔軟体操や筋力アップトレーニングを行ってきた。今年度も継続して行うとともに、どの児童も取り組めるように、負荷レベル小・大の運動の仕方の提示や動画・掲示での紹介を行う。 ・休み時間や家庭でも手軽に取り組める「力強さ・筋パワー」アップの運動を実施・紹介して、運動習慣をつけさせたり、動きに慣れさせたりする。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期の運動週間、2学期のマラソン習慣、なわとび月間、3学期のスキー教室などの全体的な運動を通して、友達と楽しく運動できる喜びを味わわせる。 ・スポチャレいしかわは、少人数のため学級単位の取り組みに限界がある。そのため、縦割りの遊びの中で取り入れたい。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動のミニ新聞を教員向けに発行し、共有する。 ・運動場での雲梯やロープのぼりの遊びを推進する。 ・昼休みに、体育館でひっぱり相撲などの力を使う遊びの声かけをする。 ・体育館に新聞紙(丸めたり紙鉄砲にしたり紙飛行機にしたり)やマットを期間を区切って設置し、ボール投げや上体起こしにつながる動きに親しめるようにする。
		スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法		<ul style="list-style-type: none"> ・運動に関する児童アンケートを行い、「力がついたと思う」「力をこめる運動をしている・した」の割合で判断する。 ・上体起こしの値の変化(1学期と3学期で比較。県平均では1年間で1.8回程度の向上。) ・授業中や休み時間の観察・記録
前年度からの変更点		<p>前年度は、柔軟性アップを中心として基礎体力をつける幅広い取り組みを行ってきた。今年度は、準備運動での柔軟体操や運動習慣など、取り組み方は継承しつつも、「力強さ・筋パワー」の向上に焦点を当てて取り組んでいく。握力やソフトボール投げの値の高さに見られる本校児童の「力強さ」の特性を生かし伸ばしつつ、多様な動きに慣れることで、腕だけでなく体全体で「力強さ」を発揮できるようにしていきたい。</p>

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立鳥越小学校

校長名 小田 実由季

プラン名	スポーツ大好き鳥越っ子2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・「体育の授業は楽しい。」と答えた児童が82%いる。また、「やや楽しい」と答えた児童も含めると98%であった。 ・体カ合計点について、どの集団も、概ね県平均を上回っている。 ・体育の授業で、スポチャレや5分間走、ラダー運動に取り組んでおり、児童は継続して運動し続ける力や楽しんで運動する力が身につけている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・「できた」という成功体験を積み重ねながら、自分から主体的に体を動かそうとする気持ちを高めさせ、「体育の時間や他の時間に体をよく動かしている。」に対する肯定的評価95%以上を目指す。 ・鳥越っ子ロードレース(長距離走記録会)におけるタイム…前年度のタイムよりもアップする児童が、全体の90%の65人中58人以上になることを目指す。 ・なわとびチャレンジカードの学年目標級位達成者についても、全体の90%の65人中58人以上になることを目指す。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業はじめに、5分間走を取り入れ、持久力の向上を図る。 ・スポチャレいしかわに取り組み、継続することで成績が伸びることを実感させる。その上で、できるようになる楽しみを味わい、体育が楽しいと思えるようにする。 ・克服型スポーツ(鉄棒、跳び箱など)に積極的に挑戦させ、できる喜びを感じられるようにする。 ・GIGA端末のカメラ機能を活用し、児童が相互に自分のフォームなどを確認できるようにする。 ・NHK体育動画(はりきり体育ノ介)を活用し、どの教員でも手本を示せるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・鳥越っ子ロードレースを開催し、持久力向上を図る。 ・鳥越っ子ロードレースに際し、試走後に約2週間のチャレンジ期間を設ける。試走とロードレース本番の記録を比較し、チャレンジ期間を経ての成長した自分を実感させる。 ・なわとびチャレンジタイムで、たてわり交流や縄跳び集会の場を設定し、各々が自分の目標に向けチャレンジできるようにする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会等、児童会活動を使い、全校が一緒になって運動・体育に親しむ機会を設定する。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・体カ・運動能力調査 ・児童学校評価アンケート ・鳥越っ子ロードレースのタイム ・なわとびチャレンジカードの級位 	
前年度からの 変更点	なし	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立白嶺小学校

校長名 高松 宏晃

プラン名	白嶺っ子！みんなで体カアップ！	
現状・課題	本校は、地域的環境からほとんどの児童が通学バスで登下校しており、普段から歩くことが不足気味である。また、家に帰ってから外遊びをする児童が少なく、オンラインゲームが遊びの中心になっている児童が多い。自ら進んで体力を高めていこうとする児童や我慢強く取り組みもうとする児童が少ないことが現状である。また、コロナ禍において、ますます体を動かす機会が少なくなっている。このような現状をふまえ、少人数の強みを生かし、一人一人に個別の目標を意識させながら、体力を高めていくための取り組みを行う必要がある。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・5、6年生(前学年の記録)一人ひとりの記録向上 県平均の学年別記録向上数値より伸びが大きくなる 80%以上 ・全校児童の持久走(マラソン等)の記録向上 80%以上 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動で、運動場の周りや体育館のランニングロードを走り、継続して持久力の向上を図る。 ・遊具(雲梯、登り棒など)を使った運動や鬼ごっこ等の遊びを授業の中に取り入れ、楽しみながら筋力・持久力・敏捷性の向上を図る。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・「持久走(マラソン)週間」、「なわとび週間」を設け、各自で目標を立てて取り組み、持久力アップを図る。 ・冬季、クロスカントリースキーの授業を体育に取り入れ、持久力アップを図る。 ・健康委員会の活動として、異学年が教え合いながらスポチャレや遊具遊びに取り組み場を作る。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・長休みや昼休み、遊具の遊びや一輪車遊びなど楽しく外遊びができる環境を作る。 ・自ら進んで体を動かせるようにオープンスペースになわとびコーナーとフラフープコーナーを設置し、技の手本や級表等を掲示し、意欲を高める。 (熱中症防止への対応に配慮する)
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストを実施し、推移を分析する。 ・マラソン記録会やなわとび集会を実施し、目標の達成度を評価する。 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・石川なわとび検定の技を紹介し、なわとび週間以外でも、チャレンジする ・オープンスペースに鉄棒の常設 ・体育の準備運動に雲梯や登り棒、ろくぼくを取り入れる 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立白峰小学校

校長名 北嶋 歩

プラン名		白峰っ子みんなで「スタミナアップ!」「やわらかさアップ!」2023
現状・課題		<p>【現状】 本校の児童は、休み時間に異学年が混ざり合い鬼ごっこやドッジボールで遊んでいる。また、地域で盛んな水泳・スキー等の運動への関心・意欲が高く、地域で行われているスポーツ教室への参加率は昨年度同様に高い。</p> <p>【課題】 児童数の減少により遊びの種類が限られ、普段経験する運動の種類が偏っている。また、地域の中では個人競技に取り組んでいる児童の割合が高く、協力して運動することの良さを実感しにくい児童もいる。全校そろって運動する時間を設定したり自由に使える運動用具を確保したりし、体を動かす場を意図的に設ける必要がある。体カテストの結果は、母数が少なくその結果を参考にすることが難しいものの、持久力・柔軟性を向上させる取り組みが必要と考えられる。</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・持久走週間(2週間)内に、全校10人で100km走破。(1人平均10km) ・新体カテスト20mシャトルランでは、県平均値に対する指数を50にする。(11月再調査時) ・新体カテスト長座体前屈では、県平均値に対する指数を50にする。(11月再調査時)
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業のはじめに「走る運動」や「ストレッチ」を継続的に取り入れ、持久力・柔軟性の強化を行う。 ・「なわとびの取り組み」を5・6月と12・1月、「持久走の取り組み」を10・11月に全校で行い、持久力を高める。 ・全校共通のなわとびカード・持久走カードを用いて個々の目標を意識させ、意欲を継続させる。 ・「スポチャレ8の字跳び」を3学期に全校で取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・6月に「なわとび集会」を開き、技の上達と体力の向上を実感させる。 ・11月に「持久走記録会」を行い、持久力の向上を実感させる。 ・1月に「8の字跳び集会」を開き、協力して運動することの良さや楽しさを体験させる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・長休みと昼休みに様々な運動が体験できるように以下のような環境づくりを工夫する。 体育館→ネット型のスポーツ、一輪車 プレイルーム→ボール運動やなわとび運動 グラウンド→鬼ごっこや鉄棒運動 ・高学年を中心に全校で声を掛け合い、異学年が交わり運動遊びができるようにしていく。 ・柔軟性を高めるストレッチを児童に紹介し、家庭で継続的に取り組めるよう、保護者にお知らせする。 <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法		<ul style="list-style-type: none"> ・なわとびカードや持久走カードの記録。(昨年度との比較など) ・5月・11月に20mシャトルラン、長座体前屈の記録を測定し、県平均記録と比較する。 ・スポチャレいしかわに記録を登録し、Web上で確認する。
前年度からの 変更点		<p>目標…持久走カードの個人目標の全児童達成。全校10人で100km走破。(1人平均10km)</p> <p>具体的な取組…その他 体育館→ネット型のスポーツ、<u>一輪車</u> (<u> </u>が変更点)</p>

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 野々市市立野々市小学校

校長名 中野 淳子

プラン名	ののっこ体カアッププラン 2023	
現状・課題	<p>(現状) 新体カテストの結果をR4年県平均と比較してみると、「ソフトボール投げ」は、全学年で県平均を下回っている。</p> <p>(課題) ソフトボールのボールに触れる機会が極端に少ないこと、児童数の増加により運動スペースが限られており、思い切りボールを投げる機会が減少していること等が課題である。</p>	
目標指標・数値	<p>低学年…友達とキャッチボールを楽しめるようにする 中学年…友達とソフトボールで、キャッチボールができるようにする 高学年…体育館でソフトボールで、自分たちで決めた目標数キャッチボールができるようにする</p>	
具体的な取組	教科 体育	<p>ソフトボールのボールに慣れることをねらいとして</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボール運動の準備運動で、投力向上につながる動きを取り入れる。 (パチン体操、トンクル体操、ビュンビュン体操など) ・転がす、下から投げる、真上に投げる、などキャッチボールのバリエーションを増やしていく。 ・教師自ら、または野球経験者の児童などを手本に、正しいフォームを確認しあう時間をとる。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会が常時活動で、道具のメンテナンスを行う ・体育委員会が創造的活動で、運動を楽しめる取り組みを提供する ・運動会では、日頃の活動の成果が発揮できる種目を考案する ・なわとび週間では、めあてをもって活動を継続できるカードの使い方を工夫する
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の実態や学校の規模に合わせた取り組みが行えるように、情報交換を積極的に行う
評価方法	<p>低学年…ふりかえりで、授業担当者が評価 中学年…ふりかえりで、授業担当者が評価 高学年…スポチャレシャトルボールのルールで評価 (目標回数は実態に合わせ、児童が決める)</p>	
前年度からの 変更点	<p>全ての児童が安心して運動を楽しめるように、キャッチボールを重視した内容に変更した。</p>	

スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 野々市市立御園小学校

校長名 棟野 章

プラン名	チャレンジみそのっ子 ～体力低下を防ごう～	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度はコロナ禍においても、少しずつ運動の機会を設けることができ、体力低下防止に取り組むことができた。 ・過去2年間目標に掲げてきた反復横跳びの数値は、昨年度は多くの学年・性別で達成することができた。一昨年度、すべての学年・性別で達成できなかったことと比べると継続した取り組みの成果が少しずつ現れてきていると思われる。 ・一方で、全学年・性別でソフトボール投げの記録は学年・性別で県平均を下回っている。 	
目標指標・数値	ソフトボール投げの記録を県平均以上にする。 スポチャレいしかわ「シャトルボール」に各学級学期に最低1回は取り組む。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・主運動につながる準備運動例の動画を作成し、教員間で共有して、授業でも取り入れる。 ・年間を通して、なわとび等の器具を活用し、子どもたちが楽しみながら運動量を確保できるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会活動で、ボールを投げる動きを取り入れたイベントを企画する。 ・なわとびの実演映像を撮影し、校内放送で映像を流して意欲喚起につなげる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・秋の「ランランタイム」、冬の「なわとび旬間」など、児童がめあてを持って主体的に取り組める活動を、感染症対策をした上で継続する。 ・「ランランタイム」「なわとび旬間」などで、成果を掲示などで児童に示す。 ・スポチャレの「シャトルボール」に積極的に取り組む。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	体力測定(6月)、アンケート、観察	
前年度からの 変更点	ソフトボール投げの記録を目標指標とする。 スポチャレでは8の字跳びだけでなく、シャトルボールにも積極的に取り組む。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 野々市市立菅原小学校

校長名 大野 登志文

プラン名	菅原っ子体カパワーアップ2023	
現状・課題	本校の児童は休み時間、運動場や体育館で過ごす児童が多く、普段から運動に慣れ親しんでいる。だが、昨年度の体カテストの結果では、総合評価のA・B群の割合が県平均を下回り、D群の割合が県平均を大きく上回ることから、運動を苦手としている児童が多いことが考えられる。種目別では「立ち幅跳び」が県平均と比べて低く、全学年男女ともに県平均を下回ったため、今後の本校の最重要課題として改善していく必要がある。全体的に体を動かすことは嫌いではないため、上手に体を使いこなせていない児童に目を向けた取り組みを行っていく必要がある。その中で「跳躍力」の向上を図っていく。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの「立ち幅跳び」で、各学年(4～6年)男女で半数が県平均を上回る。(〇3つ以上) ・縄跳び月間で活用する縄跳びカードの学年目標(級)を全学年達成率50%を上回る。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・各クラスでスポチャレいしかわのシャトルボール(2学期)と8の字跳び(3学期)に取り組む。その際、掲示板に学級ごとの記録を記載し、学校全体でのレベルアップを図る。そして各学期ごとに短期間でのスポチャレ強化期間を設ける。 ・2学期から3学期にかけて体育の準備運動として縄跳び(短縄・大縄)に取り組む。縄跳びカードを活用して「跳躍力」の向上を図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの得点表を体育館や該当学年掲示板に掲示し、目標値として知らせる。 ・体育委員会を中心に、全校児童が楽しく運動に取り組めるような企画を立て、実施する。(大縄大会や縄跳び検定など)
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・3学期に縄跳び月間を設定し、全校で一斉に縄跳びに取り組む機会を設ける。 ・跳躍力向上に向けて、体育館に遊びの場の設定をする。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの「立ち幅跳び」の結果を比較する。 ・縄跳び月間で活用する縄跳びカードの学年目標(級)の達成率を数値化し、分析する。 ・スポチャレいしかわでの記録やランキングから評価分析する。 	
前年度からの 変更点	本校児童の運動における課題が「巧緻性」から「跳躍力」になったことから、なわとびを中心に運動特性の中の「力強さ」と「タイミングの良さ」の向上を図る。スポチャレにおいては、8の字とびを重点的に取り組んでいきたい。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 野々市市立富陽小学校

校長名 古村 充

プラン名	遠くに飛ばせ！投げる力向上計画	
現状・課題	昨年度の新体カテストソフトボール投げの結果より、4～6年生の男女ともに、県平均を下回った。昨年のみならず、その前年も4年生男女、5年生男子、6年生男女が県平均を下回った。また、昨今のコロナの状況により、スクリーンタイムの増加、運動時間の減少も見受けられる。 以上のことから、本校児童の投げる力に特に課題が見られる。そのため、今年度も、昨年度から継続して、特に投げる力への指導に力を入れる。	
目標指標・数値	新体カテスト: 前学年の記録からを2m以上更新する(5、6年生) シャトルボール: 全学年ブロンズ賞以上。	
具体的な取組	教科 体育	・遠くへ投げるにつながる動作を提案し、少時間継続的に実施する。 →タオルスイング、ロケット投げ、地面投げ ・ボールキャッチの仕方の指導 ・スポチャレいしかわのシャトルボールに取り組む。
	特別 活動	・体育委員会による、シャトルボールの紹介。
	その他	・児童が学級の投げる力の伸びや積み上げを感じられるよう、シャトルボールの記録をお知らせする。 スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法	新体カテスト、シャトルボールの取組結果より評価する。	
前年度からの 変更点	前年度から、投げる力に力を入れ、体力の向上に取り組んだ。 今年度は、怪我防止の観点やボールに慣れ親しむために、ボールキャッチの仕方についても指導していく。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 野々市市立館野小学校

校長名 小山内 裕之

プラン名	わたしたちの体カアップ大作戦2023	
現状・課題	<p>昨年度は粘り強さの向上をねらい取り組みを行ってきた。シャトルランを年間2回測定し記録の伸びが見られた児童は全体の73.5パーセントで目標の80パーセントを下回ったものの、記録として伸びた児童もおり満足感を持たせることができた。</p> <p>スポーツテストの記録としては、シャトルランとソフトボール投げの記録の落ち込みが目立つ。</p> <p>一昨年度より体育科の授業の導入で全校3分間走やなわとびなどの持久力の向上につながる活動に取り組んでいる。</p>	
目標指標・数値	<p>・11月にシャトルランの測定を行い、昨年度の11月よりも平均値を上げることをねらう。</p>	
具体的な取組	教科体育	<p>・一昨年度より行っている3分間を継続させる。その際に、ジョグ、インターバル走、ビルドアップ走など様々なランニングを行う。また、主運動に合わせてサイドステップやバックステップなども取り入れるようにする。</p> <p>・校内OJTを行い、走・跳の運動遊びや陸上運動での楽しい運動が授業で行われるようにする。</p>
	特別活動	<p>・児童会や体育委員会が中心になり、全校が楽しく運動できる企画づくりを行う。</p> <p>・縦割りグループで運動などの遊びを親しむ縦割り遊びを行う。</p> <p>・縄跳びの取り組みでは異学年で教え合うなどの交流会を行う。</p>
	その他	<p>・スポチャレいしかわに全学年で取り組む。</p>
<p>スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>		
評価方法	<p>11月にシャトルランの測定を行い、昨年度の平均値と比べて評価を行う。</p>	
前年度からの変更点	<p>・3分間走のバリエーションを充実させ、楽しみながら運動できるようにする。</p>	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津 幡 町 立 津 幡 小 学 校

校長名 稲垣 一郎

プラン名	「毎日、うんどう1時間！」週間	
現状・課題	<p>コロナ禍による体カ・運動意欲の低下が見られるが、体育学習・運動遊びなどの取組で、体を動かすことが楽しいという芽は育ってきている。しかし全校的な運動への流れにはなかなかつながっていない。体カテストの結果では、令和3年度AB群49.0%、4年度51.1%とわずかながら増加の傾向にある。DE群24.7%は一昨年・昨年と同値であった。</p> <p>本年度は体育委員会による運動イベントなど、できるところから以前の取組を復活させ、運動の楽しさを広め、体力の向上につなげていきたい。</p>	
目標指標・数値	<p>①全校で、毎日1時間以上運動遊びをする児童の割合70%を目指す。</p> <p>②握力・長座体前屈で、R4年県平均記録を全学年が上回る。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャンケン競走・折り返しリレー・リズム体操や、体を支持したり柔軟性を高めたりする動きなどを取り入れ、楽しく運動することで全般的な体力の向上を狙っていく。 ・若プロや体育的行事などの機会をとらえ、単元のねらい・教材の工夫・指導のポイントなど教師間で理解を深め、「楽しい体育の授業」を研修していく。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期の「体カテスト月間」、秋の「走ろう運動・マラソン大会」、冬場の「なわとび大作戦」と、年間を見通して体力向上の取り組みを続けていく。 ・体育委員会の児童とともにイベントを工夫し、運動遊びに親しんだり、競争したりする機会を作っていく。 ・「なかよし遊び(たてわり班活動)」に、体を動かす遊びができるように働きかけていく。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・校内の様々な場所で気軽に運動遊びが行えるように、場や運動用具などの工夫・整備を進めていく。 ・ハンドグリップを各教室に配布し、体育委員会に呼びかけてもらい、握力強化キャンペーンに取り組む。 ・「毎日、うんどう1時間！」週間として、10日を含む週に呼びかけをし、運動習慣を広げていく。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<p>①運動習慣(運動時間)についてのアンケート調査を、全学年で毎月実施し、比較していく。</p> <p>②握力・長座体前屈については、令和4年度の体カ・運動能力調査結果を前年度までの記録と比較・分析する。</p>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・前年度の運動能力テストの結果を受け、重点種目の一つを立ち幅跳びから握力に変更する。 ・体育委員会を活用し、児童の中から運動への声かけを勧めていく。 ・3階屋上の整備を進め、児童が気軽に運動したり遊んだりできるようにし、屋外に出る機会を増やしていく。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立太白台小学校

校長名 本山 充

プラン名	太白っ子体カアッププラン2023	
現状・課題	<p>体育の授業に積極的に取り組み、休み時間等にも元気に体を動かしたり運動に取り組んだりする児童が多いが、コロナ禍の影響もあって児童の運動量が減っている。</p> <p>昨年度、新体カテストの結果を県平均と比較したところ、50m走、上体起こし、長座体前屈、ソフトボール投げの4種目が低い結果であった。その課題の中から、最も改善が必要な走運動の充実を図り、記録を向上させる。</p>	
目標指標・数値	<p>1学期当初に50m走の記録を測定し、2学期後半に再度50m走の記録を測定する。その際のタイムが男女とも0.3秒以上(R3年県平均とR4年県平均の伸び率から算出)速くなった児童の割合が90%以上になるようにする。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・主運動に繋がる準備運動として、鬼ごっこやラダートレーニング、スポチャレいしかわの40mに重点的に取り組む。 ・主運動に繋がる準備運動として、筋力(速筋繊維)向上のために、腕立て伏せやスクワット、垂直ジャンプ、腿上げなどのトレーニングの場面を設定する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわの40mに重点的に取り組む。各クラスの記録の更新や、取り組み状況を掲示で知らせ、意欲を高める。 ・体育委員会と連携して、運動に取り組みやよくなる環境づくりや運動啓発の声かけ、走運動に関する創造的活動を企画し、実行する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ラダートレーニングやスポチャレいしかわに関するOJTを行い、教員の意識及び指導力を高める。 ・瞬発力向上を目的に、体育館や空き教室にビニールテープ等で、ラダーを模した「ラダーゾーン」を作り、日頃から運動に取り組めるようにする。 ・ふくらはぎの筋力向上を目的に階段等の小さな段差を利用して、スタンディングカーフレイズ(つま先立ちの繰り返し運動)ができる場を作り、日頃から運動に取り組めるようにする。 <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期新体カテスト ・2学期に再計測(1学期の新体カテストとの比較) 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわの40mを重点的に取り組む。 ・ラダートレーニングに取り組む。 ・運動に取り組みやよくなる環境づくりを推進する。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立中条小学校

校長名 西田 恵

プラン名	中条っ子<走カアップ・ラン・ラン・ラン>	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度の体カ・運動能力調査では、反復横跳び・50m走・立ち幅跳び・ソフトボール投げの種目において、4・5・6年の男女からなる6つの集団のうちの半数以上が県平均を下回った。また、各種目の結果において、学年間での差も見られる。 ・50m走では半数以上の集団において、県の平均値を下回っていた。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・追跡調査(2学期)において、50m走の記録を4月の記録よりも上回るようにする。 ・全校の目標達成率を80%以上にする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・学期ごとにスポチャレの重点種目を決め、取り組む。特に、全学年の体育の授業で、スポチャレの「40mリレー」を月1回以上共通の取組とし、速く走るコツなどを指導していく。 ・楽しみながら走力が向上するように、走の運動遊びやリレーなどで場づくりを工夫する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会で、児童が主体的になるような活動を考え、取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育関係年間計画表を作成し、全教員で体育的行事やイベントの見通しを共有し、共通実践に取り組む、取組の成果・課題について検証し、さらなる目標につなげていく。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・2学期に50m走の追跡調査を行う。 	
前年度からの 変更点	本校は、昨年度は「投げる力」に重点を置いていたが、今年度は基礎的運動能力の幹となる「走力」の向上に重点を置く。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津 幡 町 立 条 南 小 学 校

校長名 中 谷 昭 代

プラン名	TEAM条南 柔軟性UP大作戦！！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度の体カ・運動能力調査の結果では、県平均を上回っていたものが多かった。しかし、長座体前屈の結果が5年女子以外で県平均を下回った。 ・柔軟性を高める運動をしたり、柔軟性を高めるための方法について考えたりする機会が少ない。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストにおいて、長座体前屈の令和4年度の県平均記録を全学年が上回る。 ・2学期、3学期にも長座体前屈の記録を測り、令和5年度の県平均記録を上回る児童をできるだけ多くする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動にストレッチや開脚、ブリッジ等を取り入れ、股関節や全身の柔軟性を高めていく。 ・体を柔らかくすることが怪我防止につながることを低学年から指導する。 ・器械運動や体づくり運動などにおいて、柔軟性を高める運動を積極的に取り入れる。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動委員会でイベントを考え、柔軟性を高める運動に取り組む機会を設定する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・「スポチャレいしかわ」の長縄、8の字、40mリレーを月ごとに取り組む種目を決めて、全種目にどのクラスも1度は取り組むことができるようにする。 <p style="text-align: center;">.....</p> <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈の記録を全学年で毎学期実施し、比較していく。 ・長座体前屈については、令和5年度の体カ・運動能力調査結果を令和4年度と比較・分析する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度は前年度も課題であった柔軟性について継続して取り組むことで、柔軟性を身につけることができるように重点を置いた。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立井上小学校

校長名 嶋崎 恭代

プラン名	井上っ子パワーアップ大作戦2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・反復横跳びと握力は、ほとんどの学年で県平均を上回っている。 ・長座体前屈やソフトボール投げ、50m走、シャトルラン、上体起こしは、ほとんどの学年で県平均を下回っている。 ・多くの種目で県平均を下回っていることから、体力向上の根幹である走ることを中心に総合的に体力向上を目指す必要がある。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度に比べて「走ることが好きになった」「速く走れるようになってきた」「長く走れるようになってきた」と思う子の割合を全校の60%以上にする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動時に体力向上を意図した簡単なサーキットトレーニングを継続的に行う。 ・準備運動や体ほぐしを中心にストレッチやいろいろな動きを取り入れ、柔軟性の向上を図る。 ・走ることが中心の単元はもちろん、様々な単元でリレーやおにごっこ等の要素を取り入れる等工夫し、走ることや運動することの楽しさを味わわせるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会等を中心として、運動の楽しさを味わわせるような企画を実施する。 ・マラソン大会を復活させ、走ろう運動を中心に持久力の向上や走る楽しさ、達成感を味わわせる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・参加クラスの現状を掲示するなどしてスポチャレいしかわへの積極的な参加を促す。 ・体力向上担当から、体育等での運動種目の指導ポイントや場の設定、アイデア等を助言する。 ・夏休みの「百キロコンペ」や秋の「いしかわっ子駅伝」への参加を促し、走ることへの意欲を高める。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート結果をもとに評価する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・「筋力と筋パワーの向上」から、「走力および持久力の向上」に重点を変更する。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立笠野小学校

校長名 辰巳 勝

プラン名	ちりも積もれば体カアップ	
現状・課題	<p>現状は、全体的に体カレベルは県平均を超える児童が多い。本校は運動好きの児童が多く、休み時間中も体育館や運動場で体を動かして遊ぶ姿が見られる。運動系の習い事をしている児童は4～6年生15人中6人で全体の40%である。また、小規模校であるため、平均値は学年ごとでばらつきがあり、個人の運動能力がそのまま結果に反映されていることが多い。</p> <p>課題は、上体起こしや20mシャトルランのような持久力を必要とする種目が弱く、その一因として考えられるのはよい意味での競い合う気持ちの不足があるのではないかと考えられる。</p>	
目標指標・数値	6月と11月に上体起こしの記録を測定し、記録の伸びた児童の割合が80%以上になるようにする。	
具体的な取組	教科 体育	体育の時間の準備運動の中に体カアップに関するサーキットトレーニングを取り入れ、基本的な体カや動きを身につけられるようにする。
	特別 活動	スポチャレいしかわの取り組み週間を学期に1回設定する。
	その他	<p>体カが似た者同士でペアまたはグループを作り、その中で切磋琢磨して体カアップできるように体カ目標をそれぞれが設定する。</p> <p>.....</p> <p>スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法	6月と11月に上体起こしの記録を測定し、記録の伸びた児童の割合で検証する。	
前年度からの 変更点	体育の時間の準備運動の1つとして無理なく行えるようにし、継続的に取り組めるようにする。1人で取り組むのではなく仲間と共に体カアップしていく気持ちをもてるようにする。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立英田小学校

校長名 山田典子

プラン名	チャレンジ英田っ子	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・運動が好きな児童が多く、休み時間に体育館ではドッジボールやバスケットボール、運動場ではサッカーをするなどボール運動に親しむ姿が見られる。また低学年の児童は、外で鬼ごっこをして走る運動をしている児童も多い。 ・昨年度は全校での課題の共通理解や場の設定が不十分であったため、年間を通して継続的に長座体前屈や立ち幅跳びの練習を実施することはできなかった。今年は委員会と協力しながら場の設定をしていき、全校共通での実践を行っていきたい。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体力合計点の平均点が、県平均点を上回る。 ・握力の1月の平均値が、6月の平均値を上回る。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・全校で握力を高める運動(手押し車、ハンドグリップなど)に取り組む。 ・運動が苦手な児童に対する声かけや支援を明確にする。また、小さな進歩でも肯定的な言葉かけをすることで、運動に対する苦手意識が小さくなるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会の活動として、スポチャレいしかわや体カテストの種目に取り組む。学期に1回全校で取り組む計画を立て、体育館や運動場の環境を整えて常時、運動に取り組めるようにする。 ・全校での児童集会で、なわとびの技や器械運動のお手本を見せる。 ・全校で、2～3週間の長休みを利用し、なわとび運動やマラソン運動に取り組み、運動習慣が身に付くようにする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの過去の記録や体育の時間や体育委員会の企画で出た記録を校内掲示することで、運動意欲を高める。また、個の伸びを感じられるように、努力を認める場を設ける。 ・体育用具の整備など、授業や運動の環境を整える。
評価方法	<p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p> <p>新体カテストの記録(6月), 校内ミニ体カテストの記録(1月), 校内スポチャレの記録</p>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・気軽に握力を確かめたり、高めたりできるよう、体育館前に握力測定器を置くなど、環境を整える。 ・委員会にもはたらきかけることで、児童に課題意識をもたせる。 ・握力を高めることのよさが分かる掲示を行う。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立刈安小学校

校長名 前田 みどり

プラン名	柔らかく粘り強い体を作ろう！！	
現状・課題	昨年度の体カテストの結果を県平均と比較すると、上体起こしや長座体前屈などで県平均を大きく下回っていた。特に上体起こしではほとんどのクラスが県平均を下回っていた。そこで、今年度は上体起こしと長座体前屈を課題とし、目標数値とした。本校は、体育の準備運動で体操を行っているが、柔軟運動は十分とは言えない。また、授業中にも姿勢が崩れることがあり、体感の弱さが目立つ。	
目標指標・数値	上体起こしと長座体前屈での5月の記録と10月末の記録を比較し、全員が記録更新できることを目指す。	
具体的な取組	教科 体育	体幹を鍛えられる遊びやラダー運動、ペアストレッチの方法など10分程度でできる活動をラミネートして掲示し、教師が体育の準備運動などで児童の実態に合わせて行う。
	特別 活動	場の設定を行い、休み時間などに児童が自主的に活動できるようにする。 ・簡単に楽しく体幹を鍛えられる遊びを掲示する。 ・体育館にテープをラダーの形で張り、ラダーのやり方を書いた紙を掲示する。 ・ストレッチの正しいやり方を動画に撮り、クラスルームなどで公開し、いつでも見れるようにする。
	その他	スポチャレいしかわに取り組み、スポチャレ強化月間を作ることで、重点的・組織的に児童の体力向上を目指す。 スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法	上体起こしと長座体前屈の5月の記録と10月末の記録を比較する。	
前年度からの 変更点	昨年度の結果から筋持久力、柔軟さにも課題が見られた為、今年度は走力ではなくの上体起こしと長座体前屈の2点を重点課題とした。また、児童が授業以外でも自発的に体力をアップできるように場の設定を行う。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 津幡町立萩野台小学校

校長名 山崎 勝 則

◆今年度のプラン

プラン名	はぎのっ子 体カの一びのび大作戦	
現状・課題	<p>年間を通して、体育科の授業や休み時間での体を動かす遊び、スポチャレいしかわの取組等を通して、体力の向上を図っている。</p> <p>R4体力・運動能力調査によると、A+B群の割合は57.9%で、D+E群の割合は21.0%であり、全体的によい評価となっている。</p> <p>しかし、長座体前屈の記録が、ほとんどの学年において、県平均の記録よりも下回っていることが明らかになった。</p> <p>このことから、今年度は、柔軟性を高める運動をより多く取り入れる必要がある。</p>	
目標指標・数値	<p>①各学年の長座体前屈の記録を、R4の県平均と同等になるまで伸ばす。</p> <p>②各学年の50m走の記録を、R4の県平均と同等になるまで伸ばす。</p>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度から取り組んでいる「はぎのっ子ストレッチ」を継続して行う。全学級で年間を通して、準備運動の際に「おにごっこ」を取り入れることで、体の持久力を高める。 ・リレーやスポチャレ「20m」を多く取り入れることで、学校全体で走力の向上を高めていく。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・なかよしタイム(縦割り班活動)の中で、体力を高める運動を取り入れた遊びを紹介し、グループで教え合いながら楽しく取り組めるようにする。 ・駆け足運動やマラソン大会等を設定し、記録の向上に向けて目当てを立てたり、声掛けをしたりすることで、走力の向上が図れるようにする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育館に「はぎのっ子ストレッチ」の仕方が書いてある掲示物を常時設置し、体育科や休み時間等に進んで取り組めるようにする。 ・いろいろな「おにごっこ」を紹介し、休み時間に取り組めるようにする。
評価方法	<p>スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6月に4～6年で体力・運動能力調査を実施し、記録を測定する。 ・11月に4～6年で「長座体前屈」「50m走」を再度測定し、記録の向上した児童の割合を調査する。 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に運動場を多く利用する機会を増やす。 ・運営委員会の中で、運動系のイベントを行う。 	

令和5年度 体力アップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立向粟崎小学校

校長名 長丸 茂人

プラン名	向っ子、のびのび向上プラン	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の運動に対する意欲は高い。しかし、運動が得意な児童と不得意な児童の二極化の傾向が見られる。また、できないと思うと、すぐに諦め、取り組もうとしない児童も見受けられる。 ・2022年度の体力テストの結果から、本校では、握力（筋力）上体起こし（力強さ、ねばり強さ）反復横跳び（敏捷性）の値が、県平均を下回り、値の低かった領域はもちろんのこと様々な運動特性をバランスよく向上させる必要があると考える。 ・今年度は、特に課題の大きかった「握力」「敏捷性」に焦点を絞り向上を目指していく必要がある。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの「握力」及び「反復横跳び」において、前年度県平均値まで近づける。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の初めに各単元の特性に応じた補強運動を行う。その際「走！跳！投！」のリーフレットを参考にする。 ・準備運動の中にラダートレーニング、ろくぼくぶら下がり等を意図的に実施し、筋力、敏捷性や動きの巧緻性の向上を図る。 ・動きの手本となる動画を見せ、動きをイメージさせる。また、タブレットを用いて児童同士で動画を撮り合い、互いにアドバイスしたり、自分の動きを見つめ直したりする等、ICTの活用を積極的に行うことで、児童自身が個の課題に応じて主体的に取り組むことができるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・持久力を向上させるために、マラソン大会やかけあし運動に全校で取り組む。 ・運動の持続性、リズム感、瞬発力、敏捷性などを向上させるために、全校で8の字跳びや ・縄跳び運動、スポチャレに取り組む習慣を設けたり、意欲向上のために掲示を工夫したりする。 ・体育委員会による、ドッジボール大会や向小オリンピックの取り組みを行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・児童が楽しんで運動できるよう、若プロ（OJT）で授業のアイデア紹介を行う。 ・握力計をフロアに設置し、いつでも測定できるようにする。
スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・4～6年生の「握力」「反復横跳び」の記録を2度測定し比較する。（1学期・3学期実施予定） 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・複数の種目で県平均を下回っているが、課題の大きい「筋力」「敏捷性」にしぼり行っていく。 	

令和5年度 体力アップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立清湖小学校

校長名 能戸 威久子

プラン名	体力UP大作戦 in SEIKO 2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度新体力テストの総合評価を県平均と比較すると、A25.6%(18.7%)、B28.7%(29.0%)、C24.0%(29.7%)、D17.8%(16.4%)、E3.9%(6.1%)。AB合計54.3%(47.8%)で、県と比べて上位層は6.5%高く、この層の能力アップを図ることで全体の体力を向上させたい。同時に、DE合計21.7%(22.5%)もC層へと引き上げて、さらに減らしていくことが課題。 ・多くの種目で県平均を上回っているが昨年度の四年生（今年度の五年生）女子が体力合計点で県平均を下回っている。 ・昨年度も一昨年度も六年生が県平均を下回っている種目が多い。 ・体力の二極化が進んでおり、休み時間中や放課後に運動をしない児童は体力が低下している。 	
目標指標・数値	新体力テストの総合評価A+Bで55%以上、D+Eで20%未満。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・全ての児童が楽しいと感じられる授業を目指すために、指導法のアイデアをOJTや図書で紹介したり、記録賞等の賞状を作ったりして児童のやる気アップを促す。 ・3分間走やなわとび、キャッチボール等それぞれの単元に必要な動きと絡めて準備運動を行っていく。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・6月を体力アップ月間とし、体力テストの種目を中心に体力の向上を図る。 ・10月にかけてかけあし運動を設け、11月上旬に校内マラソン大会を行う。 ・1月になわとび運動期間を設け、スポーツ委員会がなわとび大会を企画する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育担当より「スポチャレいしかわ」について全職員に紹介し、学級単位や学年単位での参加を呼びかける。 ・スポーツ委員会と体育担当が協力し合って、「体力テストの弱点をより意識した運動と遊び」を紹介し実行する。（例：握力計測コーナーを作り記録を掲示。体力アップ月間等） ・休み時間の運動を呼びかけ運動の習慣を身につけさせる。
	スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入	
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・「スポチャレいしかわ」参加人数集計と取組結果 ・なわとびカードの取組結果 ・かけあし運動の取組結果 ・スポーツ委員会の体力アップイベントへの参加人数集計と新しい企画数 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・6月を体力アップ月間とし、体力テストの種目を中心に体力の向上を図る。 ・休み時間の運動を呼びかけ運動の習慣を身につけさせる。 	

令和5年度 体力アップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立鶴ヶ丘小学校

校長名 堀井 洋一

プラン名	つるっ子 体力アッププラン！	
現状・課題	<p>○令和4年度体力テスト記録で総合評価は以下になっている。 【A群】16.7%、【B群】33.3%、【C群】0%、【D群】16.7%、【E群】33.3% ・平均層であるC群がおらず、体力が高い児童と低い児童の二つに分けられており、特にE群が全体の三分の一の割合になっていて、多いといえる。 ○種目毎に見た課題は三点ある。 ・「反復横跳び」で全学年男子女子の記録が県平均を下回った。 ・「握力」で6年女子以外の記録が県平均を下回った。 ・「上体起こし」で5年男子以外の記録が県平均を下回った。</p>	
目標指標・数値	<p>・総合評価でE群の割合が25.0%以下を目指す。 ・「反復横跳び」「握力」「上体起こし」で、半数以上の学年で県平均と同等、またはそれ以上の記録を目指す。 ・「反復横跳び」では、昨年度の数値から、各学年+3回を目標数値とする。 ・「握力」の種目では、昨年度の数値から、各学年+0.5~1.0kgを目標数値とする。 ・「上体起こし」の種目では、昨年度の数値から、各学年+3回を目標数値とする。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<p>・体育館にスポチャレ40m、ラダーのテープを設置し、素早さを高める運動を授業に取り入れられるようにする。 ・鉄棒カードを全職員に配付して広め、鉄棒運動の学習に取り組む。 ・体づくり運動や準備運動で取り組むことができる体力を高める運動（力強さ、ねばり強さ）の運動を全職員に紹介し、授業に取り入れられるようにする。</p>
	特別 活動	<p>・児童会主体でスポチャレ種目の記録会（40m、8の字）を実施する。また、記録会に取り組む過程での記録を全校児童が見える場所に掲示する。</p>
	その他	<p>・鶴ヶ丘小学校の児童の体力に関する現状を、体育担当より全職員に周知する。 ・スポチャレ強化月間を6月、10月、1月に設け、全学級で記録の向上を目指す。</p>
<p>スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入</p>		
評価方法	<p>・体力テストの結果、分析より、今年度の目標が達成できているかどうか評価する。 ・本校の課題である「反復横跳び」「握力」「上体起こし」の3種目については、2学期にも記録を測り、数値の変容を踏まえて、評価する。</p>	
前年度からの 変更点	<p>・鉄棒カードを全職員に配付して広め、鉄棒運動の学習に取り組む。 ・体づくり運動や準備運動で取り組むことができるの運動を全職員に紹介し、授業に取り入れられるようにする。</p>	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立大根布小学校

校長名 英 利恵

プラン名	体カアップ!ねぶっ子プラン2023	
現状・課題	<p>運動が好きだと感じている児童は比較的多く、休み時間などは、体育館や運動場で活動的に遊ぶ様子が見られる。また、体育の時間は楽しいかという質問に対しては、多くの児童が楽しいと答えている。</p> <p>長座体前屈、20mシャトルランの種目について、県平均を下回っている結果となった。年間を通して休み時間は教室などで体を動かすことなく時間を過ごす児童がいる。運動遊びをする児童でも、運動場や体育館で遊ぶ様子を見ると、鬼ごっこ、ドッジボール、サッカー、バスケットボールなど、偏った運動をしているのが現状である。このことから、毎日様々な動きを伴う運動を必ず行う児童は多くはないと思われる。</p>	
目標指標・数値	様式2の県平均と比較で、20mシャトルランの種目で▲の数と○の数が同数のため、○の数を半数以上にする。	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動の充実。準備運動に加え5分間走などの時間走を行っていく。学年に応じたメニューも実施し、運動量を確保する。準備運動を充実させることでけがの予防との関連も図る。 教科体育に加えてリレー、鬼ごっこ、投運動、跳運動、筋力アップ運動等、学期ごとに設定された運動に取り組む。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> 健康体育委員会主催で、全校参加型のスポチャレ大会を年に二回程度企画・実行する。 ふれあい班活動での遊びは、体を使った遊びを推奨する。 委員会から、休み時間は体を動かして遊ぶこと等、運動遊びを推奨する提案をする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> スポチャレいしかわの全学級記録登録を推進する。 6月は「かけあし運動」、12・1月は「なわとび運動」の強化月間とし、体力を向上させる。
スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	・体カテストの結果から評価する。	
前年度からの変更点	特になし	

令和5年度 体力アップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立白帆台小学校

校長名 柚木 伸介

プラン名	らっこプラン2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度7月に実施した新体力テストにおいて、握力と長座体前屈、反復横跳びの種目においては4年5年6年男女において県平均を下回る数値となった。また、どの種目においても体力合計が男女各学年、県平均を下回る結果となった。中でも、昨年度までは県平均を上回っていた反復横跳びだが、コロナ禍で外で運動をする機会が少なかった現状から素早く動くための敏捷性が課題である。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・男女の反復横跳びを県平均同等以上の数値にする。 ・A群の指数がR4自校平均と比べ+10.0向上を目標とする。 ・スポチャレいしかわの取組率各学期、全学年全クラス100%とする。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動の中にラダー運動を取り入れる。 ・学年・学級間で指導の差が出ないように、OJTでの学年に合ったラダー運動の研修を行う。 ・毎時間の体育で、整理体操の中に柔軟運動を取り入れる。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会主催で前期に全校参加型のドッジボール大会を企画する。また、2月中旬には各学年の学級対抗の大縄跳び大会を企画し「スポチャレ8の字」を高め合う場を設定する。 ・体育館前に掲示板を設置し、ラダー運動をするにあたっての効果やメニューを掲示する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわを各学期全学級記録登録に取り組む。 ・12月～1月までの2か月間は、「なわとび強化月間」（敏捷性向上）として運動に取り組む。
		スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの結果から評価する。 ・反復横跳びは10月に2回目の測定を実施し1回目との体力の向上について評価する。 	
前年度からの変更点	前年度までは長座体前屈の数値が県平均を下回っていたため柔軟性に取り組んでいたが、授業前のストレッチは取り入れつつ、今年度は敏捷性に重点を置いて体力向上を目指す。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書（小学校）

学校名 内灘町立西荒屋小学校

校長名 浮田 いづみ

プラン名	レベルアップチャレンジ西荒屋2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度の調査において、総合評価A+Bの割合が52.0%となり県平均（47.8%）を上回った。 ・ソフトボール投げにおいて、4年・5年男子、4年・5年女子で県平均を下回った。 ・体育の授業が「楽しい」と「やや楽しい」と答えた割合が97.2%であった。 ・1日の運動・スポーツ実施時間で1時間以上と答えた割合が40.3%（令和3年度60.0%）であった。 ・これらの結果から、4・5年において投げる力に課題があると考えられるので、授業を中心に投げ方を指導する必要がある。 ・体育の授業を除く運動・スポーツ時間に個人差があるので、全校で運動に取り組む機会を意図的に設定する必要がある。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール投げにおいて県平均の伸びを上回る。（男子：1.73m、女子：1.06m：令和4年度県平均の2年間の伸び÷4） 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・筒投げ運動や紙飛行機飛ばし、新聞紙投げを行って投げるフォームを指導する。 ・全校で、スポチャレいしかわの各種目について時期を決めて取り組む。（40メートルシャトルラン(5・6月)、シャトルボール(7・9月)、大縄(10・11月)、8の字(12・1月)
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・学期に1回、企画委員会を中心とした全校遊びを行う。（内1回は投の遊び） ・異学年交流時にグループで遊べる時間をできるだけ多く確保し、異学年での遊びを充実させる。 ・異学年グループでの遠足において運動遊びを行ったり、運動会での全校種目・全校リレーを行ったりする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間、運動にチャレンジできる場（的当てゲームなど）を体育館に設定をする。 ・ドッジボールなどの投げる運動遊びの場を休み時間に設定する ・10月中に、長休みに「走ろうタイム」を設け、10分間継続して走る取り組みを行う。 ・1月になわとびタイムを設け、長休みに取り組む。
スポチャレいしかわの取組予定（ 有 ） ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・6月と11月にソフトボール投げの測定を行い、半年の記録の伸びを県平均と比較する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業中、新聞紙投げ等を行って投げるフォームを指導する。 ・学期に1回、企画委員会を中心とした全校遊びを行う。（内1回は投の遊び） ・異学年グループでの遠足において運動遊びを行う。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 かほく市立高松小学校

校長名 岸 洋平

プラン名		高松っ子体カアップ大作戦
現状・課題		本校の児童は運動に親しむ児童が多く、休み時間も体育館や運動場で元気に体を動かす姿が見られる。R4年度の体カテストでは、体カ合計点ですべての学年が県平均を上回っていた。中でも、20mシャトルランと握力の記録では、県平均を大きく上回る記録が見られた。しかし、「上体起こし」「反復横跳び」では、複数の学年が県平均を下回った。また、「長座体前屈」「50m走」「ソフトボール投げ」においてもいくつかの学年で県平均を下回っていた。また、体育の授業をしても体カレベルに個人差が大きく見られ、特定の運動群(水泳、跳び箱など)に苦手意識を持つ子が多い。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテスト「反復横跳び」の数値記録を昨年度より上回る。(1校1プラン) ・新体カテスト「長座体前屈」の数値記録を昨年度より上回る。(小課題) ・新体カテスト「上体起こし」の数値記録を昨年度より上回る。(小課題) ・新体カテスト「50m走」の数値記録を昨年度より上回る。(小課題) ・「体を動かすことが好き」と答える児童の割合を85%以上とする。(学年末アンケートで検証を行う。)
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動で体幹を鍛える運動や鬼遊びなどを行い、運動量の確保や体力の向上に努める。また、「体づくり、体ほぐしの運動」の時間にも体幹や柔軟、すばやさ意識した動的な活動を行っていく。 ・児童の体力向上を目的に、スポチャレいしかわ「40m」「8の字跳び」を行い、全校で記録向上を目指す。取組への意欲を喚起するために、記録や取組状況を掲示・全校放送などで知らせる。 ・発達段階に対応した「なわとびカード」「水泳カード」(予定)「マラソンチャレンジカード」を作成することで、児童が継続して意欲的に取り組めるよう工夫する。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会主催のリレー大会、なわとび週間など、児童が活動に興味をもつためのイベントを企画し、運営する。なかよし班(縦割り)活動では、上級生が下級生に運動の仕方や、仲良くルールを守ることの大切さを伝える。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・校内マラソン記録会に向けて、「マラソンチャレンジ」を行い、全身持久力の向上を図る。職員も一緒に走り、続けることの大切さを伝える。児童の体カレベルに合わせてチャレンジカードを作成し、楽しく継続的に運動できるように工夫する。いしかわっ子駅伝に向けて選抜メンバーを選出し、上位進出をねらう。 ・水泳学習や機械運動の授業では、体育指導員を招き、器械運動の技能や泳力の向上を図る。
		スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入
評価方法		<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテスト(2023年度) ・アンケート(新体カテストアンケート、2月実施の児童アンケート)
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・前年度までの本校の課題は「長座体前屈」であったため、授業の初めの柔軟運動などの取り組みに力を入れていた。しかし、新体カテストの結果を見ると、今年度の大きな課題は「反復横跳び」であることが分かった。すばやさやタイミングの良さを高めるために、スポチャレいしかわの「40m」「8の字跳び」を取り入れていく。また、小課題に「長座体前屈」「上体起こし」「50m」が挙げられる。これらの記録を高めるために今年度は体幹、柔軟性を高めるための体づくりの遊びを中心に、取組みを進めていく。

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 かほく市立大海小学校

校長名 香林直晴

プラン名	仲間と楽しくニコニコ走カアップ	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈、反復横跳び、ソフトボール投げがR4県平均と比較して上回っている学級が多い。 【課題】 ・体力合計点において、半分の学年の男女が県平均を下回っている。 ・50m走において、4年男子、5年男子、5年女子、6年女子が県平均を下回っている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度に引き続き50メートル走において、県平均を越える ・スポチャレいしかわにおいて、全学級でブロンズを上回る。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・40m走に何度もトライアルする。 ・走カアップするための素地作りとなる変形ダッシュやエンドレスリレーなどを授業の準備運動に取り入れる。 ・体力カードを用いて、前年度からの記録の伸長を実感させる。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・なかよし班の遊びで、体を動かす遊びを取り入れる。 (なかよし班で全校リレーなど) ・スポチャレいしかわに取り組み、記録の伸長を実感させる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体力調査の前に昨年度の結果を掲示したり、実施後に本校平均値やベスト記録を掲示したりして、走カアップについての関心を高める。 ・学校生活の中で、手軽に行える走力を高める取り組みを紹介し、共通実践を行っていく。
.....		
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テスト(50m走) ・スポチャレいしかわ 	
前年度からの 変更点	今年度の本校の課題を「走カアップ」に設定し、年間を通してスポチャレに取り組み、走る運動の機会を設定する。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 七 塚 小 学 校

校長名 稲垣 優子

プラン名	七塚げんきっず体カアップ計画 ～握力をアップさせるぞ!～	
現状・課題	R4年度の本校の体力の総合評価が、A群+B群の割合が60.0%であり県平均を大きく上回っている。R3年度は59.0%でありやや増加しているが、R2年度は67%であり比較すると依然として低い水準ではある。さらに、D群+E群が16.6%であり、R3年度の14.6%を上回っており体力の二極化が進んでいる。 握力が県平均を下回るクラスが6クラス中5クラス、50m走が県平均を下回るクラスが6クラス中4クラスであり、主に握力や50m走に課題が見られる。体育の時間や水曜日の朝の時間で、課題のある握力を補うような運動をし県平均を上回るように手立てを講じていきたい。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> 本校の総合評価における「A群+B群を65%以上」を目指す。 本校の総合評価における「D群+E群を10%以下」を目指す。 「握力」「50m走」の項目について、平均値を上回る学年を増やす。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> 投げる運動や走る運動などの単元に関連させたり、学校行事に合わせたりして「スポチャレいしかわ」を実施する。 授業の導入では、主運動及び体カアップにつながる準備運動を実施する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> いしかわっ子駅伝への参加と、それに向けた予選会を実施する。 年間を通して、朝のげんきっずの時間に体カテストで課題の見られる項目に関する運動を行う。その際に、げんきっず委員会の児童と協力しながら取り組んでいく。 全校で8の字跳びも含めた縄跳び大会を行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> 「スポチャレいしかわ」に全学級が参加する。 毎週水曜日の朝、全校児童によるげんきっず体操と10分間の運動を実施し、本校の課題である「握力」「50m走」に関係する運動に取り組ませる。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	1学期に体カテストを行い、県平均との比較により算出する。	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> 水曜日朝の運動では、本校の課題である「握力」「50m走」に関係する運動に取り組ませる。 体カテストでの総合評価におけるA群+B群を70%以上からを65%以上に設定した。 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 外日角小学校

校長名 板井 雅春

プラン名	外日角っ子投力アッププラン	
現状・課題	現状 令和4年度に課題だった「50m走, 立ち幅跳び」は, 県平均を上回る学年が増えた。 課題 県平均と比べて, 「ソフトボール投げ, 長座体前屈」は県平均を下回る学年が多い。	
目標指標・数値	「ソフトボール投げ, 長座体前屈」について, 県平均を上回る学年を3つ以上にする。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ○体育の学習内容の系統性を示し, 1年生から6年生まで系統的, 継続的に取り組んでいく。 ○年間を通じて体育科の準備運動に, 1年生から継続的に柔軟運動等を取り入れる。 ○全校で「スポチャレいしかわ」に積極的に取り組んでいく。シャトルボールについては, 年間通じて取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ○縦割りグループを活用し, 「なかよし遊び」を計画し, 異学年で運動する場を設ける。 ○体育委員会で柔軟性を高める動きや投力を高める動きを紹介していく。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ○正しい投げ方を身に付けさせる。(紙飛行機飛ばし, ロケットボール投げなどの活用) ○体育館等に投力アップの場を設定する。 ○体ほぐし運動やストレッチ, その他の運動の方法や効果を掲示していく。 ○ハンドグリップをホールに設置し, 休み時間などに組みませる。
.....		
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ○新体カテスト結果 ○体育の学習カードや個人カード 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ○スポチャレシャトルボールの焦点化 ○体育委員会の活用 	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 かほく市立宇ノ気小学校

校長名 笹山 明夫

プラン名	うのけっこ体カアッププロジェクト	
現状・課題	昨年度の結果を見ると、D群とE群の割合は減少したが、A群の割合も減少しC群が増えた。種目ごとにみると、課題であった投力の記録が県平均を上回るグループも見られたが、県平均を下回っているグループが多い。前年度に引き続き、投力を重点課題として設定する。	
目標指標・数値	「ソフトボール投げ」において、各学年男女6グループのうち、4グループ以上が県平均を上回る。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ボールを使ったコーディネーショントレーニングや投運動を授業の中に取り入れ、投力を高める。 スポチャレのシャトルボールを全クラス年間3回以上実施する。 A群とB群の割合を高めるために、運動量を確保した授業づくりを周知し体力の向上を図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> マラソン練習やなわとび練習の時間を設け、体力の向上につなげる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> 「体育だより」で様々な投運動や投運動につながる運動例を教職員に示し、全校への周知を行い、実践を促す。 校内での研修の場を設け、児童の体力の向上につなげる。 体育館に投力アップのための児童用資料を掲示する。
スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	11月以降に、ソフトボール投げの測定を行い、6月の測定結果と比較する。	
前年度からの 変更点	前年度の引き続き、「投力」に焦点を当て、重点的に取り組むこととした。前年度、授業の中で投運動を実践し、11月に計測した際には、全クラスに一定の成果が見られた。今年度はこの取り組みを継続し、投運動の頻度を増やししながら、学校全体の投力の向上を図っていく。	

令和5年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 かほく市立金津小学校

校長名 榎 千穂子

プラン名		金津っ子運動エンジョイプラン
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度の体力運動能力調査の結果において、総合評価のA評価とB評価の割合の合計が令和3年度より、18.1ポイント上昇し、体力の向上が見られる。 ・休み時間は、体を動かす遊びをしている子が多いが、ドッチボールや鬼ごっこなど、遊びが固定化している。 ・令和4年度の風っ子タイム(全校遊び)で、運動が楽しかった、進んで体を動かしたと答える児童の割合は90%程度であった。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・12月に児童対象のアンケート調査を実施し、運動が楽しい、進んで体を動かしているという割合を95%以上にする。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の準備運動の際に、遊びながら楽しめる運動を取り入れる。 ・1月「なわとび運動」では、体カアップカードで児童の学習意欲を高め、一人一人に伸びを実感させながら習熟度に応じた指導に取り組む。 ・スポチャレに挑戦することで、学級の団結力を高めたり、運動に親しむ気持ちを育てたりする。標準記録(スポチャレ賞)や県のランキングにも挑戦し、達成感を得られるようにする。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・意図的に運動する活動として「風っ子タイム」に取り組む。活動が楽しくなるよう工夫して、様々な遊びを経験できるようにする。体育委員会企画の全校遊びや、縦割り班ごとのふれ合い遊びなどで運動する機会を作っていく。 ・11月にはマラソン大会を実施する。その前2週間はマラソン練習期間とし、目標に向かって体を動かす経験をさせる。 ・全校で1月の下旬に「なわとび発表会」を行う。1月上旬から「なわとび発表会」までの間を、なわとび練習期間とし、休み時間になわとび運動ができるようにする。また、期間中に体育委員が中心となり、短なわの技の紹介、異学年班でスポチャレ8の字跳びや短なわの技練習に取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・月2回程度のびのびタイムと称して、学級単位、全校単位で体を動かして遊ぶ時間を設定する。 <p style="text-align: center;">スポチャレいしかわの取組予定(有) ←有・無のどちらかを記入</p>
評価方法		<ul style="list-style-type: none"> ・12月に児童対象のアンケート調査を実施する。
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・月2回程度のびのびタイムと称して、学級単位、全校単位で体を動かして遊ぶ時間を設定する。 ・教科体育の準備運動に遊びながら楽しめる運動に取り組む。 ・12月に児童対象のアンケート調査を実施する。