

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 金沢市立泉小学校

校長名 室井 登美子

プラン名	jump・tag・catch123(いずみ)	
現状・課題	・「ボール投げ」「50m走」は県の平均, 全国の平均と比べても指数が低い	
目標指標・数値	体カテスト 各学年体カ合計点向上(前年度比) スポチャレいしかわ 8の字跳び 学年×50回	
具体的な取組	教科 体育	・縄跳び月間を中心に、体育の準備運動として短縄・長縄に取り組む。(jump) ・体育の準備運動に、年間を通しておにごっこを取り入れる。(tag) ・トライアスロンカード(なわとび・水泳・鉄棒・持久走の記録カード)を活用し、各学年の目標を設定し、チャレンジ賞の達成に向けて意欲付けする。
	特別 活動	・休み時間の体育館やメモリアルガーデン(中庭)を使用する機会を増やし、運動する機会を増やす。 ・体育委員会を中心に、スポーツイベントを企画したり、運動環境を整えたりする。
	その他	・トライアスロンカード(なわとび・水泳・鉄棒・持久走の記録カード)を年度当初に配布し、年間を通して取り組んだり、わたしの健康に体カテストの記録を記入したりして、自分の頑張りが見えるようにする。 ・ボルダリング設備の設置を計画しており、楽しく掴む力を向上させる。(catch)
	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	体カテストの結果分析 スポチャレいしかわの登録	
前年度からの 変更点	・休み時間の使用割を見直し、運動場やメモリアルガーデン(中庭)を使用できる機会を増やした。 ・ボルダリング設備の設置を計画し、児童が楽しく運動に取り組めるようにする。	

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 金 沢 市 立 中 村 町 小 学 校

校長名 松 井 知 佳 子

プラン名	体カアップ大作戦！！	
現状・課題	本校では、休み時間になると体育館で、ボール運動や鬼ごっこをして遊んだり、運動場に出て運動遊びをしたりする児童を見かける。しかし、読書など教室内で静かに過ごす児童もいることから、全児童が積極的に体カづくりに親しんでいるわけではない。また、スポーツクラブに所属し、普段から体を動かす機会が多い児童とそうでない児童がいることに加え、近年のコロナ禍の影響を受けて、より一層運動に対する二極化の傾向が進んでいる。このことは、体カテストの結果で多くの種目で全国・県平均を下回ったことから、本校の児童の体カが低いことが裏付けられる。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の持久走の記録と今年度の記録を比較し、記録が向上した児童70%以上にする。 ・チャレンジ賞達成率を60%以上にする。 ・水泳・持久走・縄跳びの取組における、各自の目標達成率を70%以上にする。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動にシャトルボール運動を取り入れる。 ・準備運動に肋木やラダーを使った運動を取り入れる。 ・準備運動に筋力、柔軟性、敏捷性を高める動きを取り入れた学校独自の体操を行う。 ・器械運動の学習で、小教研体育部会作成の準備運動を行う。 ・縄跳び運動の学習で、運動の行い方を示す動画や資料を作成する。 ・ゴール型・ネット型・ベースボール型ゲームの学習で、プロの講師を招聘する。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・健康委員会が運動遊びを紹介する。 ・学校行事にダンスを取り入れた活動や発表を行う。 ・縦割り運動遊び、縦割り遠足を実施する。 ・持久走運動の取組期間を設ける。 ・縄跳び運動の取組期間を設ける。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体カ調査やチャレンジ賞に係る取組について、昨年度の各自の記録から、各自の目標を設定する。 ・体カ調査前に、ボールの持ち方、投げ方を確認する。 ・教室に立ち幅跳びの県平均を示すテープを貼る。 ・バトンスローを設置する。 ・学校便りやホームページ等で、体カ向上の取組を紹介する。 ・体カ調査をもとに、学校の体カの現状について説明する。 ・Googleクラスルームを用いて家庭でできる運動遊びや学習サイトを児童に紹介する。 ・清掃時間にひざを上げ正しい姿勢でぞうきんがけするよう声かけする。
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"> ・2・4・6年生は、(今年度の持久走の記録)と(昨年度の持久走の記録)を比較し、記録が向上した人数の割合 ・チャレンジ賞の達成者の人数の割合 ・市のチャレンジカードを用いた目標達成者の割合 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・教育課程に位置づけられた学校行事に紐付けての数値目標の設定及び取組の強化 ・県内児童共通の課題である全身持久力と投げる力の改善を重点に取組を設定 	

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 金 沢 市 立 十 一 屋 小 学 校

校長名 小 泉 敦 嗣

プラン名		「わかたけっ子」体カアップ計画
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・女子6年以外はソフトボール投げの記録が県平均より低くなっており、投げる経験の少なさが原因ではないかと考える。 ・男子は「体カ・運動能力調査」で県平均より上の種目は少ない(17%)が、「体育が楽しい」割合が高い(72%)。一方女子は「体カ・運動能力調査」で県平均より上の種目が高く(63%)が、「体育が楽しい」割合が低い(44%)という逆転現象が起きている。このことから、「できた」「上達した」という成果を可視化して「向上感」「達成感」を児童にフィードバックする流れを作る必要があると考える。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・「体カ・運動能力調査」でソフトボール投げの記録を県平均以上に近づける。 ・「体育が楽しい」の割合を80%に近づける。(R4年度58%)
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・教育課程に合わせて、補助運動を提案し、取り組む。 ・教育課程に合わせて、スポチャレいしかわ(8の字跳び)や持久走に取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・秋に、休み時間の「ランランタイム」、成果を確かめる「チャレンジランニング(持久走記録会)」の全校取組を実施する。その際、記録の伸びがわかる掲示をする。 ・12月、1月に「なわとび記録会」を全校で取り組む。休み時間の縄跳びチャレンジも行う。その際、記録の伸びがわかる掲示をする。 ・達成感を味わうために、たてわりでのなわとび交流会を開き高学年が低学年に教える時間を作る。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲や技能降雨上のため、休み時間の「縄跳びチャレンジ」に合わせて、ジャンピングボードの設置、「ランランタイム」の意欲向上のための音楽準備など、場の工夫をしていく。 ・児童が「体育が楽しい」と思ってもらえるように、若プロ等で授業作りを発信していく。
		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"> ・1学期新体カテストによる追跡調査。 ・運動に対する意識調査を行う。
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・教科体育での補助運動の提案 ・若プロ等の研修

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 金 沢 市 立 泉 野 小 学 校

校長名 中 村 晶 子

プラン名		投力・走力UP大作戦！
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・本校の児童は、以前より投力が低下している傾向にある。しかし、昨年度の体カテストのソフトボール投げで4年男子以外が県平均を上回った。この伸び率を今年度も維持することを目標とし、継続していく必要がある。そこで、体育科や委員会活動等を中心として、年間を通して全児童がボールを投げる機会を増やし、投力を高めていきたいと考える。 ・昨年度の体カテストの20mシャトルランでは、5年男女以外が県平均を下回った。記録をさらに伸ばすためには、1学期に5分間走、2学期にRUNランチャレンジの走る運動を体育科の準備運動や業間に取り入れ、走力を高める必要がある。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・全学級が体カテストのソフトボール投げと20mシャトルランで県平均を上回る。 ・シャトルボールでは、スポチャレいしかわを活用する。昨年度は、18学級中10学級がシルバー記録を達成した。今年度は、全学級がシルバー記録を達成できることを目標とする。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期に5分間走、2学期にRUNランチャレンジ、3学期に8の字、年間を通してシャトルボールを体育科の準備運動や業間に取り入れる。 ・シャトルボールは年間を通して記録を掲示し、全児童のボールを投げる意欲が高まるようにする。 ・体カテスト前に各学級でボールの持ち方や投げ方を指導する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会を中心に投力強化のイベントを行う。例年、シャトルボールの強化週間に記録表を作り、レベル別に取り組んだクラスに対して表彰を行ってきたが、今年度も例年の活動を続けながらも、投的ロケット等を使って活動に参加した児童が投げることへの楽しさを実感できるような活動を充実させる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの練習でソフトボール投げが一定の距離に達成しなかった児童を中心に集め、ボールの握り方やフォームを学ぶ機会を設け、家庭学習でも練習してみる。
		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"> ・体カテストの結果を活用する。 ・スポチャレいしかわを活用して、記録を更新していく。 ・体育委員会がシャトルボールの記録表を作り、児童がいつでも記録を見れるようにして、記録を達成したクラスには表彰する。また、新記録が出た際には記録を更新し、児童の意欲を高める取り組みを行う。
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・各学期に1度シャトルボールの強化週間を設け、ボールを投げる意欲を継続させていく。 ・強化週間を中心に、体育科の準備運動としてシャトルボールに取り組むことで、児童の目的意識にメリハリを付けさせて意欲の継続を図る。 ・体育委員会を中心に投力強化のイベントを行い、多くの児童が意欲的に取り組めるようにする。

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 金 沢 市 立 犀 桜 小 学 校

校長名 辻 和久

プラン名	犀桜体カアップ大作戦2023	
現状・課題	<p>本校は、2022年の11月に運動場が完成し、使用を開始した。児童は新校舎や運動場がない5年間近く、50m走など端を気にせずに思いっきり走ることが難しかった。</p> <p>令和4年度の体カ・運動能力調査の結果から本校の児童は、柔軟性、瞬発力、跳躍力が優れ、筋力や走能力、持久力に課題が残ることが判明した。この現状を踏まえ、走能力や持久力の向上を図るために、運動に取り組む場づくりを工夫したり、児童を意図的に運動に取り組ませたりする機会を設定することが大切である。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度の6月の体カ・運動能力調査で、総合評価のA群とB群の合計の割合が全体の50%以上となるようにする。 ・2学期後半に犀桜小学校独自の体カ・運動能力調査を設定し、筋力や走能力、持久力に関する種目である「上体起こし」と「50m走」と「20mシャトルラン」の測定を行い、6月の体カ・運動能力調査から双方の記録が向上した児童の割合が70%以上になるようにする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の準備体操に合わせて、2分間走やタイム走などを取り組み、走能力や持久力の向上を図る。 ・体育の準備体操に合わせて、上体起こし(5回)を取り組み、筋力の向上を図る。 ・体育館や運動場に2分間走やタイム走用のラインを引く。 ・主運動に繋がる準備運動として、スポチャレいしかわの種目である40mに取り組み、持久力の向上を図る。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・10月から11月にかけてマラソン週間を設定し、犀川河川敷を利用して児童が継続的に持久走に取り組む機会を設定し持久力の向上を図る。 ・1月に縄跳び週間を設定し、児童が継続的に縄跳び運動に取り組む機会を設定したり、縦割り班で8の字跳びに取り組む「なかよし8の字」の活動を設定したりするなどして、跳躍力の向上を図る。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・各教科の授業の開始及び終了時の号令後に柔軟運動に取り組む場面を設定し、継続的に柔軟運動に取り組ませ、柔軟性の向上を図る。 ・学校便りや学校ホームページ等で、学校での体カ向上の取り組みを紹介しつつ、筋力向上や持久力向上、走能力向上に繋がる運動を紹介し、各家庭でも可能な限り実施してもらおう。 ・「さいおう元気ファイル」を児童一人一人に持たせ、自分の体カ向上の変化を意識できるようにする。 <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"> ・今年度の体カ・運動能力調査の結果から評価する。 ・2学期後半に犀桜小学校独自の体カ・運動能力調査の結果から評価する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度は、柔軟性と跳躍力の向上を計画したが、本年度は、筋力と走能力と持久力の向上を中心に計画した。 	

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 金沢市立小立野小学校

校長名 沖田 拓

プラン名	みんなで楽しく体カ☆筋カアップ!	
現状・課題	<p>昨年度の体カテストの結果から、48項目中41項目が県平均を上回ることからも、体力面で高水準であることがわかる。これは、業間体育で行う縄跳び、スポチャレの取り組み、体育科の授業における主運動につながる準備運動の充実などの成果と思われる。</p> <p>体力面の課題としては、筋力があげられる。</p> <p>体育科においては学級間での指導の差の大きさ、児童の運動量の確保、児童の運動意欲の向上が課題である。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストの「握力」における県平均を全校で上回る。 ・総合評価A・B群の割合を70%以上にする。 ・総合評価D・E群の割合を10%以下にする。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・「小学校体育指導の手引き」に紹介されている場や運動を取り入れる。 ・準備運動に筋カアップにつながる「グーパー体操」などを全校で取り入れる。 ・体育時の運動量を確保する。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・児童会との連携を進め、体育的行事の取り組みを活性化させる。(体育委員会による大縄大会等) ・月に1回程度、昼休みと掃除の時間に縦割りグループで運動遊びを行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわの8の字に全校で取り組む。 ・体力調査前に、ボールの持ち方、投げ方を指導する。 ・OJTによる体育授業の実技研修を実施する。 ・体カテスト時に昨年度の記録をもとにして目標回数を個人で設定する。
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"> ・R5年度体カテストの結果 ・握力測定を年3回実施 	
前年度からの変更点	<p>【前年度】 持久力が課題→体カテスト「シャトルラン」における伸びを重点とした</p> <p>【今年度】 筋力が課題→体カテスト「握力」における伸びを重点とした</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 金 沢 市 立 兼 六 小 学 校

校長名 山 岸 茂 義

プラン名	リズムに合わせて走って・跳んで！ 兼六っ子体カアップ大作戦	
現状・課題	本校の児童は体を動かすことや体育の授業に対して肯定的な意見が多い。多くの児童が休み時間も体育館や運動場、ピロティで体を動かして遊んでおり、運動に対して前向きである。一方で、昨年度のスポーツテストの結果では、学年によって差はあるが、多くの項目で県平均を下回っている。特に20mシャトルラン(全身持久力)に課題が見られる。そのため、体力の底上げとして、低学年から様々な運動に親しめる方策を考えることが本校の課題としてあげられる。運動を楽しむ心情を大切にしながらも、体力向上への効果的な取組が望まれる。	
目標指標・数値	① 昨年度の本校の各学年の体力テストの結果(20mシャトルラン)を上回る。 ② 「体育が好き」と答える児童の割合を95%以上にする。	
具体的な取組	教科 体育	全クラスの体育の授業導入時に3分間走とあわせてリズムなわとびに取り組む。音楽に合わせて運動をすることで、多くの児童が年間を通して楽しく体を動かし、持久力を向上できる機会を作る。
	特別 活動	・体育委員会が中心となって、鬼ごっこ大会を企画したり、さまざまな運動を全校児童に紹介したりして、遊びの中で体を動かす機会を確保する。 ・マラソン大会に向けてのマラソントイム(長休み)やなわとびタイム(長休み)を全校で一斉に取り組む、運動の機会を確保する。
	その他	・マラソントイムとなわとびタイムには、「兼六っ子チャレンジ賞」を設定し、児童個人が目標周数・回数を達成する意欲が持てるようにする。 ・OJTで持久力を高める運動に限らず、投力などを向上できるよりよい指導法を学び、児童への指導に活かす。
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	年度末にシャトルランの記録を計測し、新体力テストの結果と比較して、持久力の伸びを評価する。	
前年度からの 変更点	リズムなわとびに用いる曲を昨年度から変更し、児童が今年度も飽きずに楽しみながら取り組めるようにする。また、さまざまな技を紹介し、技の難易度も自分で選択できるようにし、1人1人が主体的に取り組めるようにする。	

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 金 沢 市 立 中 央 小 学 校

校長名 橘 陽子

プラン名		目指せ好記録！伸ばせ新記録！中央っ子体カアッププラン2023
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間の様子から、運動場や体育館などで進んで運動して過ごす児童と、教室内で読書したり友達と話したりして過ごす児童と、二分化されている。体を動かす遊びでは、ボール運動や鬼ごっこが多い。 ・令和4年度の新体カテストの結果から、どの学年でも「筋力」や「投力」に課題が見られる。 ・昨年度は、シャトルボールを全校で取り組み、投力の向上に努めてきた。今年度も引き続き投力を向上させるために、全校でシャトルボールを取り組むことに加え、バトンスローにも取り組み、児童が運動を楽しみながら体力を高められるようにしていく。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・投力の記録を県平均に近づける。 ・シャトルボールの記録を8割の学級でブロンズ賞以上を達成する。
具体的な取組	教科 体育	・教育課程を考慮しながら、準備運動としてシャトルボールを実施する。(マラソンやプールの期間を除く)
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会がボール投げに関する記録会や校内大会を企画し、投力向上の啓発をしていく。 ・体育委員会から投げ方に関する提示物を作成し、体育館前に掲示する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・バトンスローの取り組み方などを校内放送で紹介し、休み時間に取り組める環境を整える。 ・個人やクラスの記録を全校に見える化し、意欲喚起を行う。 ・シャトルボールやバトンスローについて、職員内で指導法やルールの共通理解を図り、全校で取り組む体制を整える。
		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"> ・新体カテストの結果(投力) ・スポチャレいしかわの結果(シャトルボール)
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・バトンスローは、運動会が終わる5月終わりから重点的に取り組み、シャトルボールは取組推進期間を中心に取り組み、年間を通して投力を向上させる。 ・バトンスローは休み時間に、シャトルボールは主に体育の授業内として、計画的に取り組む。

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 金 沢 市 立 長 田 町 小 学 校

校長名 太 田 数 美

プラン名	元気100倍長田っ子！！	
現状・課題	<p>本校のほとんどの児童が体育の授業を楽しんでいると感じており、一日の運動・スポーツを1時間以上取り組んでいる割合も高い。休み時間にはなわとびカード、マラソン大会の練習にも意欲的に参加する児童が多い。昨年は新体カテストにおいてボール投げと、立ち幅跳びに重点を置いて取り組んだ。ボール投げにおいて4年男子は県の平均値を上回ったが、その他のすべての学年において県の平均値を下回る結果となった。立ち幅跳びにおいてはすべての学年において県の平均値を下回る結果となった。しかし、立ち幅跳びは年度末に再測定した結果、測定した120名のうち、81名(67%)が前回の自分の記録を上回ることができた。今年度は4年男子が県の平均値を上回り、さらなる記録向上につながると考えられるソフトボール投げに重点を置く。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテストのソフトボール投げにおいて、全学年で昨年度よりも県平均に記録を近づける。 ・新体カテストのソフトボール投げを年度末に再測定し、全校児童が自分の記録を上回る。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレ種目の「シャトルボール」を準備運動に取り入れ、毎回の体育で「投げる」機会を設ける。 (取り組み期間ではないが、継続して行うことで投力をつけ、同時に3学期のスポチャレ「シャトルボール」の記録につながるようにする) ・各学年のベースボール型運動の際には活動の前にタオル振りやロケットボールを投げるなどの時間を設け、「投げる」を意識させた指導を行う。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・1校1プランのめあてを児童と共有することで、体力向上に対して意欲的に取り組ませる。 ・スポチャレいしかわの記録を校内で掲示して、全クラスに啓発する。 ・体育委員会による体力向上に繋がるイベントを実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳、なわとび、マラソンにおいて、チャレンジカードを用いて全校で取り組む。 ・「投げる力」の強化に向けて、ボールを投げる姿の連続写真やポイントを校内に貼るなど、掲示を豊かにする。 ・児童の「投げる力」の向上に向けて、校内研修を実施し、教材教具の紹介や、体育での活動例を紹介し合うなどして先生方の指導力向上につなげる。 ・体カテスト取り組み期間中に、自由に利用、測定ができるよう廊下に握力計を設置し、名前シールを記録用紙に貼らせることでランキング形式で見れるようにする。
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"> ・新体カテストの結果で評価する。 ・年度末に再測定し、その結果で評価する。 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の新体カテストの結果からわかった学校の現状と課題を職員間で共通理解し、体力向上に取り組む。 ・廊下に握力計やハンドグリップを常時配置することで児童が自ら体カアップに向けて行動できるよう場の設定をする。 	

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 金 沢 市 立 明 成 小 学 校

校長名 諸 江 真 美

プラン名		明成っ子 体カアッププラン 2023 ～パワーアップ！楽しさアップ！～
現状・課題		反復横跳びや、20mシャトルランは県平均を上回る割合が高く、「すばやさ」や「ねばり強さ」がついている児童が多く見られると分かる。しかし、昨年度と比べると、ほとんどの学年の体力が低下している。特に握力と立ち幅跳びにおいては、どの学年も県平均を下回っており、「力強さ」が身につけている児童が少なくないと考ええる。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・体力運動能力調査「新体力テスト」の総合評価でA及びBの合計が54%を越える。 ・全学級が積極的に「スポチャレいしかわ」に取り組み、記録の登録をする。 ・全校で「チャレンジ賞」に取り組み、達成者が7割を越える。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業での準備運動、補助運動を提案、共有し、主運動や体力テストにつながるようにしていく。 ・「チャレンジ賞」を基準にして、個人の目標を設定し水泳、持久走、なわとび運動に取り組む。 ・準備運動で、スポチャレの「シャトルボール」、「八の字跳び」、「40mリレー」に全クラス単位で積極的に取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の体育委員会が主催する、楽しみながら体を動かせる企画を行う。特に力強さの向上につながる企画を考える。 ・体育委員会を中心に「明成リレー大会」や「明成シャトルボール大会」を行う。 ・体育委員会で、体育の時間や休み時間に短時間でできる体力の向上につながる運動を提案し、クラスで取り入れてくる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に「新体力テスト」の種目に挑戦できる場や担当教諭が指導助言する時間を確保する。 ・「スポチャレいしかわ」に取り組みやすいよう、場作り等の環境を整備し、記録の掲示を行うなど意欲付けを行う。 ・10月に休み時間に「走ろう運動」を全校で行い、期間後には記録会を行う。
		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"> ・新体力テストの結果 ・「スポチャレいしかわ」への記録登録クラス数 ・「チャレンジ賞」の達成者数の割合
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・「力強さ」の向上を図る運動の推進をする。 ・全校が取り組みやすい準備運動や活動を提案できるようにする。

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 金沢市立諸江町小学校

校長名 大井川 久

プラン名		諸江っ子 パワーアッププラン
現状・課題		本校では、運動クラブに所属する男子は70%を超えているが、女子は40%前後と男女で差はある。アンケート項目の「体育の授業が楽しい・やや楽しい」と回答した児童は、男女ともに80%以上いることや、週に1日以上運動に親しむ児童が男女ともに70%以上いることから、自ら体を動かす習慣のある児童が多いと考えられる。しかし、昨年度の新体カテストの結果より、握力とボール投げに課題が見られることが分かった。年間を通して、授業内での運動に取り組む時間を十分確保することで、基礎体力が向上し改善が見られると考える。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・なわとび・水泳・持久走のそれぞれについて、各学年のチャレンジ賞達成率70%以上を目指す。 ・「週に1回以上体を動かしている」児童90%以上を目指す。 ・握力とボール投げの項目で、県平均に近づくまたは並ぶことを目指す。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・「チャレンジ賞」を基準として、個人目標を設定し、水泳・持久走・なわとびに取り組む。 ・授業の導入部分で、主運動につながる準備運動・3分間走・なわとびなどを行う。 ・授業の始めに諸江町小学校独自の準備体操に取り組む。 ・鉄棒運動を重点として、ぶらさがったり、回転したりする動きを通して筋力の向上を図る。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・長休みや昼休みの時間を利用した、持久走運動やなわとび運動の強化月間を設定し、全校的に行う。特に、なわとび週間は、昨年度と同様に強化月間を増やす。腕の力ではなく、手首を使った動きが身につくなわとび運動を継続して行うことで、ボール投げの力につなげる。 ・運動委員会を中心に休み時間に楽しめる運動を紹介したり、イベントを企画したりする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒運動やボール運動などの授業研修を行う。 ・体を動かす意識を高めるために、体を動かしながら楽しむことができる遊びを体育館前の掲示板を使って紹介する。
		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"> ・「チャレンジ賞」の達成者数の割合 ・児童アンケートの集計結果 ・体力運動能力調査の結果
前年度からの変更点		課題が筋力・敏捷性から握力・ボール投げに変更

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 金 沢 市 立 馬 場 小 学 校

校長名 松本 恭子

プラン名	たまみず子体カアップ大作戦！	
現状・課題	<p>本校の児童は、これまで課題であった持久力がダンスに取り組むようになって改善されてきた。また全体的に体力・運動能力の数値が高い傾向にある。しかし、長座体前屈に課題を抱えている児童が多い。</p> <p>運動を好み、日常的に親しんでいる児童と、運動に普段は全く取り組まない児童で結果に大きく差が出ていることが今後の大きな課題になると考えられる。日常的に運動に取り組んでいない児童は運動に消極的で、体カテストE群に属し、チャレンジ賞はほぼ未達成である。これらの児童たちの体力を上げるために、これまで日常的に行ってきたダンスの練習を継続していく必要がある。行事の発表に向けてにダンスの練習に誘う手立てを用意し、体育や運動への意欲が上げられれば、全校的な体カアップが望めると考えられる。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストAB群55%以上 ・水泳、持久走、なわとびのチャレンジ賞達成者85%以上 ・20mシャトルランでの記録の伸びが見られた児童80%以上 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・3分間走の運動を行い、基礎持久力の強化を目指す。 ・体を伸ばす運動や、関節の可動域を広げる運動を紹介し、準備体操に取り入れる柔軟性の強化を目指す。 ・各運動領域の基礎動作に繰り返し取り組み、正しい動作が行えるようにする。 ・準備運動に筋力、柔軟性、敏捷性を高める動きを取り入れた学校独自の体操を行う。 ・表現運動の単元で、ダンスの動画を見たり、講師を招いたりして取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・各種チャレンジ賞の結果やスポチャレの取り組みの様子などを全校に紹介し、意欲を高める。 ・各学級の到達度が見えるように掲示物を工夫し、校内の意識を高める。 ・学校行事でダンスを取り入れた活動や発表を行う。 ・高学年のダンスのお手本をクロームブックで配信し、全校で取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体力調査やチャレンジ賞に係る取組について、昨年度の各自の記録から、各自の目標を設定する。 ・体力調査前に、ボールの持ち方、投げ方を確認する。 ・業間体育に取り組み、運動能力の向上を図る。 ・6月には、鉄棒運動での握力の強化を図る。 ・10月～11月にはマラソンによる持久力の強化を図る。 ・1月～2月にはなわとび集会を開催し、協調動作の強化をねらう。
	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"> ・4～6年生の体カテストの結果で評価を行う。 ・全校でチャレンジ賞に取り組み、達成者の割合で評価を行う。 ・握力、柔軟性の記録シートを集計し、伸び率を見て評価を行う。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・体を伸ばす運動や、関節の可動域を広げる運動を紹介し、準備体操に取り入れる柔軟性の強化を目指す。 ・高学年のダンスや縄跳びのお手本をクロームブックで配信し、全校で取り組む。 	

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 金沢市立森山町小学校

校長名 高橋 ひろ美

プラン名	もりもり体カアップ2023	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の体力運動能力調査は、体力の二極化を感じる結果となっている。 ・4・5年生男女の 握力、上体起こしの平均値が県平均より下回っている。 ・一昨年度からスポチャレ8の字を積極的に行い、子ども達の意欲も上がってきている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・上体起こしの学校平均を各学年の前年度平均より2回増やす。 ・スポチャレ8の字で各学年の目標回数を達成する。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動時に上体起こしにつながる運動を取り入れることで筋持久力を上げる。 ・授業の初めに5分間走に取り組んだり、縄跳び週間ではなわとびに積極的に取り組んだりすることで 全身持久力を上げる。 ・運動量を確保する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・異学年での8の字跳びや縄跳びを教え合う機会をとる。 ・運動委員や運営委員会が企画した全校遊びに取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレ8の字では各学年で目標回数を決め、目標を明確にする。 ・各クラスに8の字の縄やサッカーボールを配置し、いつでも運動できるようにする。 ・児童のモチベーションを保つことができるように、掲示板などを用いてスポチャレ8の字の回数などを周知する。
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"> ・新体カテストの結果 ・スポチャレの結果 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・上体起こしの力を強化するための体づくり運動を取り入れる。 	

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 金沢市立浅野町小学校

校長名 松原 靖子

プラン名	あさのっ子 パワーアップ作戦	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・コロナ禍が終息したためか、休み時間に外遊びをしている児童が増え始めた。多くの児童が今まで以上に体を動かして遊べる環境、機会を設ける必要がある。 ・握力、投力が全体的に弱い。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・4、5、6年男女ともに、握力、ソフトボール投げで県平均を上回る数値を目標とする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・校内研修などを通して、全職員で共通して取り組めるような効果的な運動を紹介し、実践する。 ・体育の学習の最初5分を体力づくり・スポチャレの時間にする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会が運動に親しむイベントを休み時間に設ける。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわに、全校で積極的に取り組む。
.....		
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	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度の新体カテストの結果と、昨年度の結果を比較して評価する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・低い傾向にある種目のみを重点的に強化するのではなく、総合的な運動能力を高めることに取り組む。 ・握力向上のために、鉄棒運動を重点的に取り組む。 	

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 金 沢 市 立 小 坂 小 学 校

校長名 西 田 素 子

プラン名		小坂っ子投力向上プラン
現状・課題		令和4年度体力・運動能力調査の結果、4～6年の男子・女子が県平均を下回っている項目は「握力・立ち幅跳び・ソフトボール投げ」の3つであった。ソフトボール投げに関しては、各学年の男女が県平均より約1m記録を下回っている。つまり、児童1人1人が1m投げる距離を伸ばすことで県平均に達することができる。投げる力が弱い要因の1つとして、ボールを投げる運動経験が少ないことや正しい投げ方を知らないことが考えられる。そこで、体育科を中心とする教育活動の中で、投力を向上させる運動に取り組む必要がある。
目標指標・数値		・ソフトボール投げを2学期後半に再度実施し、体力・運動能力調査から、記録が向上した児童を175人以上(350人中)にする。
具体的な取組	教科 体育	・準備運動に紙飛行機やジャベリックボールを投げる運動を取り入れたり、シャトルボールに取り組んだりする。
	特別 活動	・学期に1回程度、縦割りグループで運動遊びを行う。
	その他	・OJTと若プロで紙飛行機やタオルトレーニング、ジャベリックボールの取組みについて紹介し、授業の導入のウォーミングアップに取り組むように声かけをする。 ・9月～11月の間、各クラス月に1回以上スポチャレいしかわの「シャトルボール」に取り組む、結果をHPIに登録する。
	 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		・体力・運動能力調査と再調査との比較で評価する。
前年度からの 変更点		・昨年度は立ち幅跳び、シャトルラン、長座体前屈の3つの記録向上に取り組んだが、今年度はソフトボール投げに絞り、投力向上に取り組む。

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 金 沢 市 立 千 坂 小 学 校

校長名 濱 寄 紀 世 美

プラン名		みんな元気！ 運動大好き！ 千坂っ子チャレンジ！
現状・課題		<p>本校の児童は運動場でボール運動や遊具を使った運動や鬼遊びをしたり、体育館でボール運動をしたりして、元気よく身体を動かして遊ぶ姿が見られる。新体力テストの体力合計点では、全ての学年がわずかに県平均を上回っている(男子57.2(県55.2)、女子59.0(県57.1))。しかし、本校における総合評価の「A+B群-D+E群」の値は40.3で、R03年度の50.4から10ポイント低下した。また、A,B,E群の割合が県平均より高く、2極化していることが窺える。また、握力、ボール投げで県平均を下回る学年、学級が多い。</p> <p>そこで今年度の課題は、学校全体で運動に取り組み、より多くの児童が運動に親しむようにすることで、総合評価の(D+E)群の割合を低くしたり、県平均を上回る種目を多くしたりすることであると考へた。児童が「頑張ろう」と思えるように目標をもたせること、楽しく運動し続けられること、教員間の共通理解を図ることを大切にしてい</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの総合評価(D+E)群の値を昨年度の値である18.6よりも低くする。 ・全学年・学級が、スポチャレいしかわの種目に取り組み。9以上の学級が、1種目以上でスポチャレいしかわの標準記録(ブロンズ以上)に到達する。 ・水泳、マラソン、なわとびの各チャレンジ賞の目標達成率を50%以上にする。
具体的な取組	教科 体育	・児童にめあてや目標をもたせて取り組むようにする。(めあてや目標には、個人のものだけでなく、学級やチーム等のものが含まれる。)児童が「達成できそう、達成したい。」と思えるめあてや目標をたてられるよう、必要な情報を提供する。
	特別 活動	・運動委員会が運動のイベント(大会等)を企画・実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・走れ千坂っ子(体育の時間等での3～5分間走)・・・10～11月 ・とべ千坂っ子(縄跳び業間運動)・・・1～2月 ・スポチャレいしかわの取り組みでは、標準記録や取り組み状況、記録の達成状況を伝える等して、児童の意欲を喚起する。 <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"> ・体力テストの結果(各種目、総合評価) ・スポチャレいしかわの取り組み状況及び記録の達成状況 ・各種チャレンジ賞の達成状況
前年度からの 変更点		マラソンの取り組み期間や目標の数値を変更(昨年度実績をもとに判断)。

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 金沢市立夕日寺小学校

校長名 山口 久代

プラン名	夕日っ子チャレンジ2023	
現状・課題	<p><現状></p> <ul style="list-style-type: none"> ・A、B評価の児童の割合は、65.4%(R3)から55.3%に減少 ・D、E評価の児童の割合は、14.6%(R3)から18.1%に増加 ・反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳びがほとんどの学年で県平均を上回っている。 <p><課題></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール投げ、上体起こしで多くの学年が県平均を下回っている。 ・水泳、持久走、縄跳びの取組における各自の目標達成率が70%を下回っている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール投げの平均値を、前年度よりプラス3メートルを目指す。 ・水泳、持久走、縄跳びの取組における各自の目標達成率を70%以上にする。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・シャトルボール大会を実施する。 ・短縄大会、8の字縄跳び大会を実施する。 ・「小学校体育指導の手引き」に紹介されている場や運動を取り入れる。 ・県の平均指数を児童に公開し、目標を持って取り組むことができるようにする。 ・チャレンジカードの裏に、自分自身の目標を書き、常に意識して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"> ・健康委員会が、シャトルボールの紹介動画を作成する。 ・学期に1回程度、昼休みと掃除の時間に縦割りグループで運動遊びを行う。 ・縄跳びの取組み期間を設ける。 ・冬期は鉄棒を室内に常設し、いつでも取り組める場を設定する。 ・縦割り遠足を実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育館にラダーのテープを貼り、いつでも取り組める場を設定する。 ・体力調査前にボールの持ち方、投げ方を確認する。
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	新体力テストにおいて県・全国平均記録と本校の記録の比較による。	
前年度からの変更点	ソフトボール投げの力を高めるための手立てをより具体的にした点。各自の目標達成率を、新たな目標として掲げた点。	

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 金 沢 市 立 大 浦 小 学 校

校長名 加藤 雄一

プラン名		おおうらっ子体カアッププロジェクト
現状・課題		どの学年も基本的には県平均を上回っている。総合評価についてもA+B群が60%以上、D+E群は15%以下である。特にE群が2,2%と県平均と比べても低い割合になっている。一方で昨年度は長座体前屈や20mシャトルランにおいて県平均と比べて有意差の無い学年や下回る学年が見られた。 長座体前屈や20mシャトルランを中心に、どのような取り組みをすれば継続して県平均を上回ることができるかを考えることが今後の課題である。 校内学習評価アンケートでは「体育が楽しみだ」と答えるA+B群の割合が92.9%であった。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈、20mシャトルランの平均記録が県平均を上回るようにする。 ・昨年度、県平均を上回ることができた学年は継続させる。県平均を下回った種目・学年については上回ることができるようにする。 ・D+E群の割合を15%以下になるようにする。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・研究主題の「前のめりになって学ぶ子～つきたい力を明確にして～」を意識した授業づくりをすすめ、職員の体育科の授業力向上を図る。運動の特性を意識した教材研究を進め、教員間でその成果と課題を共有することで、運動な苦手な子でも運動の楽しさに触れ、前のめりになって運動し、学ぶ姿を目指す。 ・「ラダートレーニング」を体育のウォーミングアップに取り入れ、動きの開発や競争などのバリエーションを持たせることで、楽しみながら全校で走る力の基礎的な力の向上を図る。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・朝学習の時間を利用して、月に数回程度心が解放できる場を設定し、主にクラス単位で体を動かすことを通して、共感的人間関係の構築や体力の向上を目指す。 ・スポーツ委員会を中心に、だれでも簡単に楽しめる運動などを全校に紹介する。 ・月に1回程度、昼休みとそじの時間を利用して「わっくわくタイム」を実施し、主に体を動かす遊びを通して、共感的人間関係を構築したり、異学年と運動したりする機会を確保する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳や持久走、なわとびのチャレンジカードでは、児童が昨年度の記録をもとに、今年度の目標を設定することで、意欲をもって取り組めるようにする。 ・スポチャレ8の字に取り組み、記録の表彰や異学年交流を行い、楽しみながら運動に取り組む機会を増やす。 ・外部講師を招き、様々な運動についての研修会を開く。
		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		20mシャトルランと長座体前屈の本校の平均値と県平均値の比較。 D+E群の割合を15%以下。
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・反復横跳びではなく、20mシャトルランと長座体前屈に重点を置いた。 ・スポーツ委員会と連携して、全学年に働きかける取り組みを行う。 ・外部講師を招いて、職員の授業力向上を図る。

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 金 沢 市 立 浅 野 川 小 学 校

校長名 山 岸 朋 子

プラン名	浅野川っ子体カアップ2023	
現状・課題	<p>休み時間には、低学年はほとんどの児童が運動場や体育館で遊んでいるが、高学年になるにつれて、遊んでいる姿が少なくなっている。</p> <p>R4年度の自校の体力調査の結果と県平均を比較するとほとんどの種目で上回っており、総合評価も上回っていた。下回っている種目でも1ポイント未満の差のものが多かった。そんな中で課題となるのは力強さだととらえている。</p> <p>昨年度の質問紙調査の結果からほとんどの児童が体育について肯定的な回答をしていたが、高学年の女子など、少数ではあるが、否定的な回答をしている児童がいる。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・5, 6年生は前年度の結果と比較してすべての種目で+1ポイントを目指す。 ・4年生は前年度の体力調査の総合評価の県平均を上回ることを目指す。 ・スポチャレシャトルボールの記録を向上させる。 ・質問紙調査で「体育の授業は楽しいか」の質問で否定的な回答を減らす。 ・すべての学級でスポチャレいしかわの記録登録をする。 	
具体的な取組	教科 体育	<p>昨年度、リレーや時間走を体育の準備運動で取り入れる期間を設けたことで、持久力をつけることができた。今年度も基礎体力をつけるために、準備運動で時間走や、走の運動遊びを取り入れ、運動量を確保する。</p> <p>主運動の前には、児童全員が思いきり投げたり、蹴ったり、走ったりする運動を取り入れ、力強い動きを身につけさせる。また、ゲームのルールや規則を工夫して、誰でも運動の楽しさに触れられるようにする。</p>
	特別 活動	<p>上級生が下級生にダンスや遊びを教える機会などをつくり、運動に親しめるようにする。</p> <p>遠足や社会見学などの行事での徒歩移動を通して持久力をつける。</p> <p>全員が運動する機会を作ったり、運動する楽しさを味わわせたりするための企画に取り組む。</p>
	その他	<p>スポチャレいしかわに全校をあげて取り組む。</p> <p>スポチャレいしかわや体力調査の結果を家庭に伝え、家庭での運動を励行する。</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>新体力テストの結果で評価する。</p> <p>スポチャレシャトルボールの記録で評価する。</p> <p>2, 3学期末に体育の授業は楽しいかアンケートを実施し、評価する。</p>	
前年度からの 変更点	<p>目標数値を学年ごとに設定していたが、個人の結果の比較に変更した。</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 金 沢 市 立 鞍 月 小 学 校

校長名 本 間 啓 子

プラン名	男女みんなで投力&握力アップ	
現状・課題	<p>[投力]R4年度は4～6年生を男女別に分けた6グループ中4グループが県平均を下回る結果となった。投げる力の取り組みを全校で実施しているが、取り組み頻度にクラス間差がある。全クラスが投げる力の取り組みをするように働きかけていくことが課題となっている。</p> <p>[握力]R4年度は、6グループ中4グループが県平均を下回っている。しかし、県を50としてみると48～50の間にあり、平均ほどの記録になっている。握力をつけることができる遊びを、継続的に取り組めるような働きかけが必要となっている。</p>	
目標指標・数値	ボール投げ及び握力について、全学年男女とも県平均・国平均を超えること	
具体的な取組	教科 体育	<p>教科体育の中に全校を挙げて取り組む時間を設定し「みんな」で取り組む意識をもたせる。</p> <p>○投げる運動を継続して行えるように、「しめ玉投げ」を全校で取り組む。取り組む際には、クラスの得点がわかるようにすることで、競争意識をもたせる。</p> <p>○「しめ玉投げ」の取り組みをしやすいように、取り組む方法を検討する。</p> <p>○体育設備や用具を十分に活用できるようにし、様々な運動を楽しめるようにする。</p>
	特別 活動	<p>○しめ玉投げの取り組みの結果を月1回、給食時間に放送+体育館前に掲示する。</p> <p>○児童が自分で握力を測ることができるように握力計を設置+自分の握力がどれくらいなのか比較できるように教師の握力を掲示する。</p>
	その他	<p>○5月の全校朝会で鞍月っ子の体力の現状についてのプレゼンをして、課題意識をもって改善意欲をもたせる。</p> <p>○しめ玉投げの取り組みを年間通して取り組むことができるように、意欲付けをしていく。</p> <p>○握力向上につながる、雲梯やウォンキーロープの遊びを紹介する。</p> <p>○しめ玉投げ及び握力の各学年の目標数値や歴代の最高点を掲示する。</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>・新体力テスト ソフトボール投げ 握力</p> <p>・年度末に抽出学級によるソフトボール投げ及び握力の再測定</p> <p>→昨年度と今年度の体力テストの結果、そして再測定した結果の3つのデータの比較</p>	
前年度からの 変更点	<p>○昨年度は年間を通してしめ玉投げに取り組む、投力の向上に焦点を当てていたが、低学年に対して取り組みがしにくく、継続的にすることが難しかった。そのため、取り組みしやすい形にマイナーチェンジして取り組みを継続していく。</p> <p>○握力の取り組みは、先生の握力を掲示することで意欲付けができた。今年度も先生の握力や児童が興味をもつような掲示をしていく。その際には握力をつけることができる遊びを紹介していく。</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 金 沢 市 立 粟 崎 小 学 校

校長名 長 田 博 美

プラン名		みんなで楽しくラン&スロー
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の本校の体カテストの結果から、体力合計点の県平均を上回った学年は男子4・5年、女子4・5・6年であった。 ・昨年度の体カテストをもとにした本校の課題は、「ソフトボール投げ」と「20mシャトルラン」である。 ・「ソフトボール投げ」は男女4・5・6年が、「20mシャトルラン」は男子5・6年、女子5・6年が県平均を下回っており、強化が必要である。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテストの「ソフトボール投げ」「20mシャトルラン」で、県の平均記録を上回る。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業のウォームアップで、「スポチャレシャトルボール」や「スポチャレ8の字」、「鬼ごっこ」に取り組む。 ・各学級の記録を掲示することで、記録更新に向けて意欲的に運動することができるようにする。 ・楽しみながら運動に取り組めるように、仲間とのかかわりを大事にしながら学習を進める。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・職員向けの研修で共有する「投げ方指導」を児童に対しても動画で共有し、良い投げ方を意識しながら取り組めるようにする。 ・運動衛生委員会を中心に、なわとびの良いお手本を示し、下級生が上級生をモデルとしながら取り組めるようにする。 ・上級生には、下級生の良いお手本となれるよう目的意識をもたせて運動に取り組ませるようにする。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・なわとび運動期間を設ける。(12月～1月) ・持久力アップ期間を設ける。(10月) ・投力アップ期間を設ける。(5月～7月) ・職員向けの研修を行い、体育授業の進め方や効果的な「投げ方指導」について共有する。
		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"> ・新体カテストによる数値評価をする。(ソフトボール投げ、20mシャトルラン)
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・委員会を中心に投力のイベントを企画したが、他の行事と被ることやコロナの影響で十分に確保できなかった。今年度は、確実に取り組めるようにしていく。

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 金沢市立大野町小学校

校長名 鶴岡 美津代

プラン名		学び合う子をめざして
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・R4年度の本校の新体カテストの合計点結果から、県平均を上回ったのは、6年女子のみである。 ・握力、上体起こしの県平均を上回った学年も6年女子のみである。 ・R4年度の体カテストをもとにした本校の課題は、長座体前屈と立ち幅跳びである。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・長座体前屈と立ち幅跳びでR5年度の県平均を上回る。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の時間に、体をゆっくり曲げるストレッチや股関節を動かす運動を取入れ、柔軟性のアップにつなげる。 ・授業の時間に、両腕を振る運動や大きく弾む運動(スキップなど)、遠くへ着地する運動、ラダーを使用した運動などを取り入れ、跳躍力のアップにつなげる。 ・ペア学年で体育の授業を行う機会をつくり、互いに励まし合ったり、向上心をもって運動に取り組んだりできるようにする。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・5月をマラソン月間とし6月にマラソン記録会を開くことで、基礎体力、持久力を養う。 ・12月になわとび月間を企画して、基礎体力、敏捷性を養う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・マラソンカード、水泳カード、縄跳びカードによる体力向上を図る。 ・縦割り班でマラソン練習や8の字跳びに取り組み、様々な学年の児童同士で互いに励まし合ったり教え合ったりし、モチベーションを高める。 ・職員会議等で周知を図るとともに、進捗状況をこまめに確認する。
		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		長座体前屈と立ち幅跳びの記録をR4年度の県平均と比べる。
前年度からの変更点		引き続き課題が見られたため、変更点無し。

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 金 沢 市 立 金 石 町 小 学 校

校長名 西 野 聡 子

プラン名	たくさん跳んで 金石ジャンピング	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間には運動場でサッカーや鬼ごっこをして走ったり、体育館でボールを使ってドッジボールやバスケットボールをしたりする姿が見られる。 ・スポーツ少年団に所属している児童の体カテストの結果は高い。一方で、そうでない児童との差も見られる。 ・昨年度の体カテストの結果から、立ち幅跳びの結果が全国平均より下回っていることがわかった。 ・県の平均値と比較すると、総合評価においてはA、B評価の児童が少なく、C、D、E評価の児童が多く見られる。 ・特に顕著に低かった項目は、立ち幅跳び、20mシャトルラン、反復横とびの3項目である。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・12月に校内体カテスト(実施方法等は新体カテストと同様)を行い、6月に実施した立ち幅跳びの記録を上回ることを目指す。 ・記録が10cm以上向上した児童50%以上にする。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・6月初旬に実施予定の新体カテストの前に、立ち幅跳びの練習を実施することで正しい方法での調査ができるようにする。 ・準備運動に跳躍の要素を取り入れた運動を行う。 ・単元によってはラダーを準備運動に取り入れる。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・縦割り遊び(おおなわ大会)を実施する。 ・健康委員会による縄跳びの技紹介を実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・跳躍力を向上させるために、気軽に練習できる環境を整える。 ・けんぱコーナーを体育館とピロティの入り口、多目的室に設置。 ・立ち幅跳びや垂直跳びコーナーを多目的室に設置。 ・全校でスポチャレの「長なわ」に挑戦する。 ・12月から1月にかけて、「なわとび強化月間」を設定し、長休みに全校で短縄に取り組む期間を設ける。
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"> ・6月と12月の校内体カテストの立ち幅跳びの結果を比較し評価する。 ・何人の児童が目標である「10cm以上記録を伸ばす」を達成できたか集計する。 	
前年度からの変更点	<p>昨年度はOJTなどを行っておらず、正しい計測の仕方や各項目ごとのコツ(体の使い方等)を職員に周知することで、児童が活動を行う際に正しい動きができるようにする。</p> <p>児童の体カテストにおける意欲向上のために、各項目の記録ごとの点数がわかるようなものを児童が視覚的に捉えられるような環境を作ったり、各学年の上位の記録を匿名で掲示する。</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 金 沢 市 立 大 徳 小 学 校

校長名 石 田 浩 二

プラン名	Dーチャレンジ	
現状・課題	本校のR4年度の体力・運動能力調査の結果は、総合評価ではA群が高く、体力合計点も多く学年で男女共に県平均を上回っている。しかし、種目別では上体起こし、反復横跳びが男女ともにほとんどの学年で下回った。学校生活の中では休み時間に運動遊び・スポーツを実施する児童の割合は高いとは言えない。ボール遊びができる2階体育館を23クラス交代で使用していたり、運動場まで距離があつたりするなど施設面にも様々な要因があり児童の運動に対する意欲や意識が高いとは言えない状況である。また、昨年度の課題でもある学年間、クラス間の取り組み差が生まれないように実施方法や学習環境を工夫して継続した取り組みを行いたい。	
目標指標・数値	Dーチャレンジ(水泳・ジョギング・なわとび)の学年目標達成率75%以上を目指す。	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・毎時間の体育の授業において、児童の運動時間を30分以上確保できるように授業を組み立てる。 ・Dーチャレンジカード(水泳・ジョギング・なわとび)を使い、学年目標の達成率75%超えをめざす。 ・ウォーミングアップに3分間走を取り入れ、継続して持久力アップに取り組む。 ・若プロでは体育実技研修を計画的に実施することで体育の授業力向上を図る。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・マラソン大会を実施する。 ・なわとび大会を実施する。 ・年2回の遠足を実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・全校で運動月間(10月ジョギング)、(12~2月縄跳び)を設定し、運動に取り組む。 ・教科体育や業間体育でDーチャレンジカード(水泳、マラソン、なわとび)を活用し運動に取り組む。 ・スポチャレへの参加を奨励し、学級単位で行うシャトルボールや8の字とびの記録を校内掲示し、競い合つて取り組める環境を整える。
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	Dーチャレンジ(水泳・ジョギング・なわとび)の学年目標達成率を調査する。	
前年度からの変更点	現状・課題に合わせた目標の設定や学級間差が生まれないよう取り組みの見直しを行う。	

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 金 沢 市 立 戸 板 小 学 校

校長名 寺 井 義 春

プラン名	「戸板体操」で全身能力パワーアップ！	
現状・課題	<p>昨年度の総合評価ではA+B群が62.4、D+E群が16.8という結果だった。一昨年度と比較するとA+B群は11.1の上昇、D+E群は4.5の下降となった。このことから、学校全体では少しずつ運動が得意な児童や平均的な運動能力の児童も多くなってきている。</p> <p>しかし、コロナ禍の影響もあり全体的に児童の基礎体力や運動能力は低くなってきている。特に「握力」では6年女子以外全てで県平均を下回っており、「ソフトボール投げ」では、5年男子と6年女子以外の学年で県平均を下回っていた。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・「握力」を2学期後半に再度調査を行い、記録が向上した児童を8割以上にする ・スポチャレいしかわを全校での取組とし、投力などの全体的な運動能力の向上を図る 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科の授業の始めに学校独自の「戸板体操」を行い、筋力、柔軟、敏捷性を取り入れた体操を全校で取り組んでいく ・投げる運動に関する授業の際に、準備運動でシャトルボールなど投力アップに繋がる運動を行う
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動能力の向上を目指すために、体育の授業や休み時間を活用し、スポチャレいしかわやチャレンジカードの種目に全校で取り組む ・スポチャレいしかわ・・・8の字跳び(12月)、シャトルボール(学期1回) ・チャレンジカード・・・水泳(6～7月) 走ろう月間(11月) 短縄(1月)
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・清掃活動において、握力、腕力の向上を目指すために、机・いすは持ち上げて移動するように声かけをする ・体育委員会が中心になってドッジボール大会など、投力や握力アップに繋がる活動をする <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"> ・スポチャレいしかわのベスト部門やチャレンジ部門の記録で評価する ・学期に1回、全学級でシャトルボールの記録を登録し、記録の変化を評価する ・学校独自で「握力」を6月と12月の2回行い評価する 	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会など児童が主催となる取組みを増やし、同学年だけでなく異学年とも関わり合いながら運動能力の向上に繋がる活動をしていく ・学校全体で投力アップにつながる「シャトルボール」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 金 沢 市 立 緑 小 学 校

校長名 輪 田 靖 欣

プラン名		スポチャレで体カアップ大作戦
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・「現状」20mシャトルランは、県平均を上回っている。その他の種目については、県平均を下回る学年、男女が多い。コロナ禍で児童の行動も制限されているため、全体的な体力低下、運動への意欲の低下が懸念される。 ・「課題」ソフトボール投げでは、全学年が県平均を下回ったため、投力アップの取り組みは必須である、また、上体起こしや50m走でも県平均を下回った学年が多かったため、体の力強さや瞬発力の向上にも力を入れる必要がある。休み時間等を使い、投げる場や筋力を使う場など、児童が楽しく体力を向上できる場を作る必要がある。
目標指標・数値		スポチャレいしかわ(8の字跳び)の全クラスがシルバー記録突破
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・カリキュラムに合わせ、スポチャレの各種目を準備運動等にうまく取り入れ、継続して取り組む。 ・いしかわ版プリント検定のラダーや縄跳びを準備運動に取り入れ、継続して取り組む。 ・器械運動の準備運動として、金沢市小教研体育部会作成の準備運動を取り入れる。 ・異学年交流を通して、運動の仕方、こつやポイントを教え合い、全校で楽しんで上達できるようにする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会主催による、スポチャレの種目:8の字跳びで行う大会を前期1回、後期1回の計2回行い、集団で目標に向かって運動する楽しさを感じさせながら、体力を高めていく。 ・異学年交流遊びを年に数回行ったり、定期的に交流の機会を設けたりして、体を動かす楽しさやグループで活動する楽しさを味わわせる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・校内マラソン記録会に向けて、学校全体で持久走強化週間(マラソンタイム)を設定し取り組んでいく。 ・1学期:8の字、2学期:短なわ、3学期:8の字 月間を設定する。また、マラソン記録会が終了次第、なわとびカードを配付し3学期まで活用していく。
		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"> ・8の字跳びに取り組んだら、校内に掲示し、記録は随時更新していく。記録登録最終日まで取り組み、集計・評価する。
前年度からの 変更点		8の字跳び大会を前期1回・後期1回の計2回実施。

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 金 沢 市 立 押 野 小 学 校

校長名 村 上 誠

プラン名	おしのっころん・ラン大作戦2023	
現状・課題	<p>現状 コロナ感染症により規制も緩和され、休み時間には、体育館や運動場で体を動かして遊ぶ児童の姿が増えてきている。一方で、これまで体を動かす機会が少なかったことから、日常的に運動する習慣が身につけていない児童が多いのも現状である。</p> <p>課題 本校では、令和4年度体カテストにおいて、「20mシャトルラン」と「50m走」で、県平均を下回る結果となった。</p>	
目標指標・数値	「20mシャトルラン」と「50m走」を2学期後半に再調査を実施し、記録が向上した児童を80%以上にする。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・関連数領域において、スポチャレいしかわの種目を準備運動に取り組む。(特に40mリレー) ・俊敏性を高めるために、準備運動でラダートレーニングに取り組む。 ・児童が主体的に動きたくなるような教具を紹介したり、作成したりする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・チャレンジ持久走、なわとび月間などでは、楽しみながら体力向上が図れるように指導していく。 ・学期に1回程度、全校遊びを企画し、児童が楽しみながら運動する機会を設定する。 ※おにごっこなど、走の運動に関わる遊びを提案していく。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体力・運動能力テスト上位者の掲示を行う。 ・前年度の体力・運動能力テストの個人カードを配布し、目標を具体的にもたせる。 ・スポチャレいしかわの全校の記録を記入するスペースを確保し、記録の伸びを実感できるようにする。
.....		
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"> ・体力テストの結果・考察 ・2学期後半に「20mシャトルラン」「50m走」の再調査 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・県平均を目指す項目を、昨年度の「反復横跳び」と「ソフトボール投げ」から「20mシャトルラン」と「50m走」に変更 ・評価方法に2学期後半での再調査を加えた 	

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 金 沢 市 立 米 丸 小 学 校

校長名 嶋 崎 和 良

プラン名		米丸小パワーアッププラン
現状・課題		本校の児童は運動好きな子が多く、体育の時間を楽しみにしている。また、休み時間になると運動場や体育館で元気に体を動かしている様子がよく見られる。しかし、社会や地域の環境の変化、子ども達自身の生活リズムの変化などにより、体力や運動技能の低下、運動や遊びに広がりが見られない状況もある。運動が好きな子とそうでない子、運動クラブ所属者とそうでない者の運動経験の二極化が顕著になってきているという課題がある。
目標指標・数値		新体力テストの総合評価DE群が合わせて22.5%(県平均)以下にする。 ※米丸小22.3%(令和4年度)
具体的な取組	教科 体育	1. 運動量を確保し、正しい技能を身に付けさせるために、「考えたくなる」「動きたくなる」しかけを工夫する。また、校内OJTとして、授業実践の講義・演習を行う。 2. チャレンジ賞(水泳・なわとび運動)・スポチャレを全校で取り組み、各学年の実態に応じて種目を設定する。また、記録を掲示・登録することにより、子ども達の意欲付けにもする。
	特別 活動	1. 縦割り遊びや縦割りハイクを計画的に実施することで、異学年が交流し、1つのことに協働して取り組むことの楽しさを味わわせる。 2. 体育委員会が主体的に企画(8の字跳び大会等)し、昼休みに運動遊びを行う。
	その他	1. マラソントimeやなわとび運動の取組期間中は、長休みには全員が行う時間とする。また、学年でのなわとび大会や、体育委員会によるなわとび大会も計画している。 2. 子ども達が意欲的に体を動かすことができるよう、体育館の環境整備を行い、筋力(握力)や跳躍力(立ち幅跳び)の向上を目指す。
		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		1. R年4度と今年度の体力テストの結果を比較し評価する。 2. スポチャレ挑戦期間中には、新記録が出たときに、クラス毎の表に記録し掲示するとともに、全校ベスト3の発表をしていく。スポチャレ挑戦期間中の記録カードの記録やスポチャレいしかわのランキングにより、子ども達の伸びを評価する。 3. 児童アンケートの「休み時間に体を動かしてしていますか」の結果と数値の推移から評価する。
前年度からの 変更点		体力テスト前に経験を積ませておく。「遠くに跳ぶ」「遠くに投げる」「強くにぎる」場(常設)を作り、遊び感覚で自然と運動に慣れさせる。

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 金 沢 市 立 三 馬 小 学 校

校長名 井 表 照 雄

プラン名	バランスのよい体カアップを目指して	
現状・課題	昨年度のスポーツテストでは、三馬小学校は「握力・長座体前屈・立ち幅跳び」の項目で全国平均を上回り、「上体起こし・反復横跳び・シャトルラン・ボール投げ」の項目で全国平均を下回る結果となった。この結果から、三馬小学校の体力の課題は「投げる力」「俊敏性」「持久力」だと考える。また、総合評価のD群の増加も課題である。R1-13%→R3-15%→R4-18%と年々割合が増えてきていることから、底上げが必要だと考える。	
目標指標・数値	スポチャレいしかわシャトルボールで全クラス標準記録(ブロンズ)達成。さらに、全クラス中50%以上シルバー達成。チャレンジなわとび、チャレンジマラソンに本校の基準を設定し、75%以上の児童達成。	
具体的な取組	教科 体育	スポーツテストの提案と併せて、三馬小学校の体力の現状についても周知し、全職員で課題を共有する。普段の体育から全職員で意識して取り組んでいく。
	特別 活動	委員会の創造的活動で、クラス対抗の大会を企画するなど、モチベーションを高める手立てを工夫する。
	その他	期間を決め、スポチャレいしかわなど以下のように学校全体で取り組む。シャトルボールにおいては、投げる・捕るの機会を増やすために、クラスを小グループにわけ、投げる・捕る回数を確保するなど工夫する。 チャレンジマラソン(10月実施予定) スポチャレシャトルボール(11月実施予定) スポチャレ8の字(12月実施予定) チャレンジ縄跳び(1月実施予定)
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	スポチャレいしかわシャトルボールで全クラス標準記録(ブロンズ)達成。さらに、全クラス中50%以上シルバー達成。チャレンジなわとび、チャレンジマラソンに本校の基準を設定し、75%以上の児童達成。	
前年度からの 変更点	三馬小学校の体力の課題についての周知の時期をはやめた。 シャトルボールだけでなく、各取組みの達成率を出し、達成率の推移をみていくこととした。	

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 金 沢 市 立 富 樫 小 学 校

校長名 佐南谷 弥生

プラン名	「富樫っ子体カアッププラン2023」	
現状・課題	昨年度の体力・運動能力調査の結果を見ると、反復横跳びや20mシャトルランなど、敏捷性や持久力に関わる種目で記録を落としている。児童の様子を観察すると「諦めやすい。諦めることが早い。」傾向があると考えられる。また、運動状況調査では、1日の運動時間が1時間未満と回答した児童が数多く見られていた。新型コロナウイルス感染症の影響もあると考えられるが、児童の運動への意欲が低い現状が見られた。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・反復横跳びの平均を、県水準まで引き上げる。 ・体力テストの総合評価E・D群を合わせた割合が、県の平均を下回るようにする。 ・なわとびチャレンジ賞の達成割合を昨年度同学年の割合以上にする。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の運動時間を延ばすための場の設定や活動の仕方などを工夫する。 ・準備運動に、主運動につながる動きや簡単で楽しいゲームなどを取り入れる。 ・なわとびを行う期間には、短縄、長縄の双方を全クラスで実施する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・縦割りなかよし活動を行い、異学年での交流を図りながら、遊びの幅を広げる。 ・さわやか集会で、縄跳びの技の紹介を行う。(体育委員会) ・チャレンジカードの種目に全校で取り組む。(水泳、マラソン、縄跳び) ・縄跳びやシャトルボール等で学年間での交流を行う。 ・体育的行事として、キッズランニングを各学年で行う。(11月)
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度とのスポーツテストの結果比較を1度目の検証の機会とする。 ・体力調査やチャレンジ賞に係る取組について、昨年度の各自の記録から、各自の目標を設定する。 ・長休みに全学年7分間走(ランランタイム)を行う。(10、11月) ・長休みに全校なわとびタイム(ぴょんぴょんタイム)を行う。(12、1月) ・昨年度とのチャレンジ賞達成率の比較を2度目の検証の機会とする。
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"> ・2023年度体力テストの結果分析 ・2023年度キッズランニング1kmあたりのタイム(経年比較) ・2023年度なわとびチャレンジ賞の達成割合 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・なわとびの計画実施 ・縄跳びチャレンジ賞の活用 	

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 金 沢 市 立 額 小 学 校

校長名 濱田 貴宏

プラン名		ぬかっこ持久力アップ計画
現状・課題		<p>昨年度のアンケート「体育の授業は楽しいか」の項目では、肯定的な評価をした児童が80%であった。休み時間でも、運動場や体育館で元気に体を動かしている様子も見られる。一方で、20%の児童が体育の授業を楽しめないと感じている。その児童の休み時間の過ごし方としては、読書やおしゃべりなどの室内遊びが多い。このように、運動が好きな児童とそうではない児童とで二極化されている。</p> <p>また昨年度の新体カテストの結果では、どの種目においても県平均を下回っており、持久力に大きな課題を抱えている。運動が楽しくないと、持久力も高めることはできない。そのため、児童の運動や体育が楽しいという思いを高め、持久力向上にむけて取り組む必要があるといえる。</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・20mシャトルランの記録の伸びが見られた児童の割合を80%以上にする。 ・「体育の授業が好きか」の回答で、肯定的な評価をした児童の割合を90%以上にする。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業の導入時に、準備運動として3分間走、鬼ごっこ、ラダーなど楽しく、運動量が確保でき、遊び要素の大きい運動に全校として取り組む。 ・校内OJTとして、児童の運動量が確保でき、楽しめるような鬼ごっこなどの準備運動を共有し、全校として取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会主催の鬼ごっこ大会を企画することで、遊びの中で体を動かす機会を確保する。 ・マラソン記録会に向けてのジョグチャレやなわとびタイム(長休み)を全校で取り組む。 ・年に2回遠足を実施することで、体力強化とあきらめない心を育てる。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテストや各種チャレンジ賞、マラソン記録会などの取り組みについて、各学年の目標数値、昨年度本校児童の最高記録を掲示し、児童に意欲をもたせる。 ・体育の授業にて、多様な鬼ごっこに取り組むことで、児童が休み時間に遊べる遊びのレパートリーを増やす。 <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"> ・二学期末に、20mシャトルランの記録を計測し、新体カテストの記録の結果と比較して、持久力の伸びを評価する。 ・二学期末に、「体育の授業は楽しいか」のアンケートを行い、昨年度の結果と今年度の新体カテストとの結果と比較して、体育に対する児童の捉え方を評価する。
前年度からの変更点		<p>前年度までは、「投力アップ」を目標に、全校でシャトルボールに取り組んだ。各クラスの頑張りを認め合えるような掲示があったことで、意欲的に取り組む様子が見られた。今年度は、新体カテストの結果を踏まえ「持久力アップ」に取り組むため、大幅な変更となったが、意欲的に取り組むことができるような掲示・場の工夫は継続して行っていく。</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 金 沢 市 立 内 川 小 学 校

校長名 坂 下 功

プラン名	うちかわ 体カ向上プラン	
現状・課題	<p>内川小学校は、小中併設の小規模校で、金沢市南部の山間地に位置する自然豊かな場所にある。小規模校ゆえに1学年に男子1名、女子1名のみの学年もあり個人の結果が調査結果に大きく影響している面がある。また、小規模特認校制度を利用して転入してくる児童も多く、4・5・6年では、21名中7名がこの制度を利用して転入してきている。</p> <p>小学校3年生以上の体育授業では、小中併設の利点を生かし、中学校の教員が授業を受け持つことでより専門的な授業を受けている。昨年度の体カテストの結果を見ると体カ合計点では、平均を上回っているものが多いが、「長座体前屈」は県平均を下回っている。また、5年女子の「反復横跳び」では、県平均を大幅に下回っている。</p>	
目標指標・数値	「長座体前屈」「反復横跳び」の項目で県平均に近づく。	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動に柔軟運動や鬼ごっこを取り入れることで柔軟性や敏捷性を高める。その際に、体の使い方・動かし方を指導する。 ・各学年、男女別の県平均回数や得点表を掲示し、意欲を高める。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・全校体育(朝学習や昼休み、月2回程度)で、鬼ごっこやドッジボールなどを取り入れて、楽しみながら体カ向上を図る。 ・1クラスの構成人数が少ない欠点を補うために、クラブ数を1つにする。普段、活動できないボール運動などを通して、体カを高める。 ・教室空きスペースに「立ち幅跳び」県平均などのテープを貼り、いつでも自由に跳べる環境を作り意識付けを行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体カアップ啓発プリント「親子でできる体カアップ運動遊び」(裏面「新体カテスト(お家で挑戦できる運動などが書かれた物)」)を配布し、体カアップをはかるとともに、新体カテストへの関心を高める。 ・全校体育でも準備運動に柔軟運動を取り入れる。 ・コミュニティバスや自家用車の降車場所を学校から公民館(学校の約600m手前)での降車に変更し、登り坂道を歩いて登校させる。
評価方法	2学期と、3学期に「長座体前屈」「反復横跳び」を再設定し、効果を再測定し、効果を視覚的にわかるようにする。	
前年度からの変更点	前年度は、「立ち幅跳び」に重点を置き取り組みの結果、改善が見られたため、今年度は課題である「長座体前屈」に加えて、「反復横跳び」を加えた。	

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 金 沢 市 立 犀 川 小 学 校

校長名 青 山 昌 美

プラン名	さいがわっ子ランパワーアッププラン	
現状・課題	新体カテスト令和4年度の石川県の平均と令和4年度の本校の平均の比較から、50m走において4年男子、6年男子、5年女子、6年女子と4つの集団において県の平均をやや下回っている。個人のデータを見ていくと、県の平均を大きく下回る児童が複数見られ、そのほとんどが新体カテストのアンケートの「運動・スポーツの実施状況」で運動を「月1～3日程度」、「しない」と回答している。これらのことから、体育の授業以外では、ほとんど運動しない児童が体育の授業や体力向上の取り組みを通してより多くの運動、特に走の運動に親しむことができるよう授業改善や取り組みの改善を行う必要がある。	
目標指標・数値	11月に50m走を測定し、4年男子、女子、5年男子、女子、6年男子、女子の6つの集団において、県の平均と同等となる。	
具体的な取組	教科 体育	・器械運動系、ボール運動系の領域の授業では、準備運動に走の運動につながる動きを取り入れる。 ・体づくり運動系、陸上運動系の領域の授業では、準備運動にスポチャレいしかわの40m走を取り入れる。
	特別 活動	・体育委員会を中心に創造的な活動を企画し全校が運動を楽しむ場を設定する。
	その他	・各学級の記録を掲示に位置づけ、視覚的に記録を比較・更新できるようにする。また、全職員が掲示を更新できるようにすることで、職員も意識できるようにする。
.....		
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	11月に50m走を測定し、4年男子、女子、5年男子、女子、6年男子、女子の6つの集団において、令和4年度の県の平均と同等になることができたかどうかで評価する。	
前年度からの 変更点	前年度までは、持久力の向上を通して体力全般の向上を図ってきたが、今年度は走る力、50m走に絞って取り組む。	

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 金 沢 市 立 湯 涌 小 学 校

校長名 折 戸 陽 子

プラン名	長く走れる体力をつけよう！	
現状・課題	<p>・一昨年に続き昨年の体力種目で、ソフトボール投げが全学年男女で、県平均を上回ることができた。それは、低学年の頃から授業や休み時間に、先輩たちと投げる動作の指導ができた、投げる機会が多くあったからだと考えられる。しかし、本校で取り組んでいる20mシャトルランでは、5年女子だけが目標を超えることができたが、他学年男女で平均に達していないことが課題である。</p>	
目標指標・数値	<p>①4年男子目標＝45回(R4県平均)人数(5人) ②4年女子目標＝36回(R4県平均)人数(3) ③5年男子目標＝52回(R4県平均)人数(1人) ④5年女子目標＝44回(R4県平均)人数(3) ⑤6年男子目標＝60回(R4県平均)人数(0人) ⑥6年女子目標＝48回(R4県平均)人数(3)</p>	
具体的な取組	教科 体育	<p>・授業のはじめに野外ではグラウンドトラック2周(250m)、体育館では3分間走を実施し、個人の能力に応じてスピードを上げる指導を行っている。また、種目毎に補強トレーニングを行っている。</p> <p>・体づくり運動では、ボールを投げることや、体の動きの基になる運動を取り入れている。</p> <p>・水泳の授業では、ゆっくり長く泳いだり、移動したりする指導を行っている。</p> <p>・持久走の練習やタイムトライアルで、体カアップにつなげている。</p>
	特別 活動	<p>・運動会に向けて、昼休みに若い力の練習をする。</p> <p>・マラソン大会の練習で、運動場やランニングコースを走る。</p> <p>・スポチャレに挑戦する。</p> <p>・縄跳びチャレンジ賞に向けて、長休みや昼休み放課後に練習する。</p>
	その他	<p>・朝礼前・長休み・昼休み・放課後に、体育館や運動場を開放しボールなどを貸し出し、運動を奨励している。</p>
評価方法	<p>・学期のはじめと終わりに20mシャトルランの計測を行い評価する。 1学期＝5月・7月 2学期＝9月・12月 3学期＝1月・3月</p>	
前年度からの 変更点	<p>・昨年はコロナ禍で全国で体力が低迷して意識を高く持つために、1つ上の学年の県平均を目標で行ったが、今年度は昨年の同学年男女別平均を超えるに変更した。</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 金 沢 市 立 田 上 小 学 校

校長名 荒屋敷 万里子

プラン名		パワーアップ田上っ子2023
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・今年度、朝霧台小との学校分離に伴い、児童数が縮小し、体育の時間割・休み時間の運動場・体育館等の使用割りに余裕が生まれた。よって、体育の学習の充実と、休み時間の室内遊びや外遊びの推奨を図り、さらなる児童の体力や運動技能をの向上を目指す。 ・令和4年度の新体カテストの結果より、本校の児童は特に筋力・持久力・走力に課題が見られる。 ・体育館専用の大型ディスプレイがあり、ICTを活用した授業が可能な環境である。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・筋力及び、持久力・走力の記録を県平均に近づける。 ・新体カテストにおいて、総合評価DとE群の児童を20%以下にする。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育館では、学校独自の準備体操「やってみよう」を行ったり、体幹運動を全学級で行ったりする。また、ラダーを使った準備運動にも取り組む。 ・運動場では、トラックの外周を様々な動きを取り入れて走ることを全学級で行う。 ・運動量が減少すると予想される冬期を中心に、縄跳びカードを使用しながら、縄跳び運動に取り組む。また、冬季には、スポチャレ(8の字)に全校で取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動会でも、学校独自の準備体操「やってみよう」を取り入れ、全校で同じ運動に取り組む良さ(一体感)を味わわせる。 ・体育委員会が全校の体カアップを目指し、時期に合わせて様々な運動遊びを紹介したり、より良い体の使い方として運動の仕方(縄跳びの技など)紹介したりと、企画・実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・校内OJTで、学校独自の準備体操や準備運動の取り組み方や指導のポイントについて共通理解を図る。また、技能の習得や運動量の確保につながる体育授業の展開例や、集団行動の指導法についても共通理解を図る。 ・体育主任や体育部員の職員を中心にして、ICTを活用した体育授業の展開例について共有を図る。 ・体育館、運動場の使用割を昨年度より多く使用できるようにした。 <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"> ・新体カテストの結果 ・スポチャレの取組結果 ・教員アンケートの結果
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・コロナ対応が落ち着いてきたため、体育委員会による企画を、放送によるものだけでなく、低中高学年に分けて、昼休みに実施するなどできると良いと考えている。 ・学校分離に伴い、体育館、運動場の使用割りに余裕が生まれたため、各学年が1日に1度は必ず体育館や運動場で遊べる割り振りになった。また、中庭、芝生広場の遊ぶ際にもゆったりと遊ぶことができている。

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 金沢市立医王山小学校

校長名 田中 宏志

プラン名	体カアップ！！みんなで楽しく、協力し合おう	
現状・課題	昨年度の総合評価では、C・D群が県平均と比較して大幅に上回り、運動の苦手な児童の多さが顕著に表れている。その中でも、5年男子、5年女子は各種目のほぼ全てにおいて県平均を下回っている。また、4年男子、女子ともに県平均を上回る種目も多く学年団で差があることがうかがえる。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・各児童が自分に合わせて目標や課題を持ち、体力向上の手立てとする。 ・筋持久力や敏捷性の向上を中心とした運動を取り入れ、体カテストの1回目の実施と2回目の実施を比較してD群を20%以下にする。 	
具体的な取組	教科 体育	「からだづくり運動」の工夫により、補強できる運動内容の工夫を考え、各運動領域における補充運動を行い、補強運動を図る。
	特別 活動	クラブ活動や学級活動の中で、様々な運動領域によるゲーム的要素を取り入れ、楽しみながら体力向上を図れるよう手立てを行っていく。 また、縄跳び週間や秋期にランラントレーニング(持久走)など継続的に児童の運動状況を確認できるようにする。(チャレンジカードなど作成)
	その他	長休み、昼休みなどで、遊びの環境整備や時間の確保を行い、継続して観察、支援する。
.....		
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"> ・体育における運動領域の中で、クラブや縄跳び週間などの活動の観察により把握する。また、休み時間の遊び方等も確保・保障する。 ・体カテストを2回実施し、目標的数値の理解や体カテストの要領を得る。 	
前年度からの 変更点	体育の領域の中で、領域に合わせた補充運動の工夫を行い、体力の向上を図る。	

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 金 沢 市 立 森 本 小 学 校

校長名 坂 井 文 代

プラン名	投げて・跳んで・走って運動大好き森本っ子	
現状・課題	<p>本校児童は休み時間になると運動場や体育館で体を動かす児童が多い。しかし、遊ぶ内容は決まっていて、遊びの知識の幅は大きいとは言えない。また、体を動かすことが好きではない児童も少数だがいる。</p> <p>昨年度の体カテストの結果を見ると、ボール投げと長座体前屈は全学年において、県の平均を下回っている。50m走も5年生以外には課題がある。さらに、総合評価では、5、6年生においてはAB評価が学年の半数以上を占めているが、4年生においてはAB評価は35%しかいない。4年生のDE評価も35%いることから体力において二極化の傾向にあるといえる。</p>	
目標指標・数値	体カテストのすべての項目において県平均指数の50に届くようにする。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の授業において30分間、体を動かすことができる時間を確保する。 ・授業の始めに3分間走を行い、持久力の向上を図る。 ・体幹を鍛える運動「8ッピーもりもとたいそう」に取り組む。 ・「8ッピーもりもとたいそう」の種目の中にピッチャーのポーズを入れて投げる練習を取り入れる。 ・体カテストの正しい計測方法を教職員で共通理解する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・1000m記録会を行い、自己の成長が分かるように「わたしの健康」に記録をしていく。 ・1000、記録会に向けて、3分間走強化期間を設ける。 ・なわとび強化月間を設けて、全校で縄跳びに親しむ。 ・縦割り活動「ふれあいなわとび」を行い、上級生が下級生に縄跳びの技を教えたり、競争をして楽しむ。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわの「8の字」に全クラスが取り組む。 ・チャレンジ賞がとれる児童が増えるように、カードの準備や掲示などを行い、関心を持って取り組めるようにする。 ・体育の校内実技研修や小教研体育部会のお便りで、教職員の知識を広げていく。
	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	体カテストの結果をもとに評価を行う。	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・体幹を鍛える運動「8ッピーもりもとたいそう」に投げる運動を取り入れて取り組む。 ・体育の校内実技研修や小教研体育部会のお便りで、教職員の知識を広げていく。 	

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 金 沢 市 立 花 園 小 学 校

校長名 中 野 和 人

プラン名	「花園っ子 体カアップチャレンジ」	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・握力、ボール投げは、ほぼ全ての学年で県・全国平均を上回っている。 ・上体起こし、反復横跳び、立ち幅跳び、シャトルランは、全学年で県・全国平均と同程度の結果となっている。 ・50m走、長座体前屈は、ほぼ全ての学年で県・全国平均を下回っている。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・新体カテストの「50m走」、「長座体前屈」の記録を全学年で平均に近づけ、県平均を越えるように取り組む。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・毎回の準備運動に3分間走る活動を取り入れ、その際に児童が俊敏性を高められるようにラダートレーニング組み合わせて取り組ませる。 ・体幹の筋力・筋持久力を高めたり、柔軟性を高めたりすることを目的としたポーズをとる準備運動に取り組む。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・マラソンチャレンジ週間を設け、マラソン記録会を行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・他の教科の学習の際にも、「ゲービタピン」を合い言葉に正しい姿勢を意識させる。
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"> ・新体カテストの「50m走」、「長座体前屈」の記録を昨年度の結果、今年度の県平均と比較する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の準備運動にラダートレーニングを取り入れ全校で行う。 	

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 金沢市立不動寺小学校

校長名 上野 博枝

プラン名	不動寺っ子体カアップ大作戦！2023	
現状・課題	すばやさ、ねばり強さ、タイミングの良さの3項目の運動特性に課題が見られる。 令和4年度の体カテストの結果より、反復横とび、20mシャトルランの2種目で、全国平均、 県平均を下回ることが多かった。	
目標指標・数値	特に本校児童の課題が顕著である20mシャトルランの種目において、昨年度の本校の記録を上回ることを目指す。	
具体的な取組	教科 体育	準備運動では、全校共通で「わくわくストレッチ」「3分間走」に取り組む。 体カアップの方策として、1学期水泳チャレンジ、2学期マラソンチャレンジ、3学期なわとび チャレンジの取組を行う。取組の最後には、記録会、表彰を実施し、児童が目標をもって取 り組み、体カアップできるようにする。
	特別 活動	感染症対策を行い、スポチャレ種目に全校共通で取り組む。児童の体力を高めるとともに、 学級の団結を深める。また、今年度は各学級の記録を体育館に掲示し、児童の目に触れる ようにすることで、記録を向上させようとする思いを高める。
	その他	体カテスト種目の測定方法や記録向上のコツの動画を児童用クラスルームに掲載すること で、児童がいつでも確認したいときに動画を視聴できるようにした。 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	全校共通で取り組む3分間走において、どれだけの距離を走ることができたか6月、11月に 記録することで体力の伸びを評価する。 R5年度の本校児童の体カテストの結果とR4年度の本校児童の体カテストの結果を比較 する。	
前年度からの 変更点	全校共通の取組である3分間走の個人の距離を測定することで、1～6年生全校児童の体 力を把握して今後の指導に生かす。 全学級のスポチャレ記録を視覚化する。	

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 金 沢 市 立 三 谷 小 学 校

校長名 野 崎 晃

プラン名	三谷っ子体カアップ大作戦	
現状・課題	校区がたいへん広く、全員がスクールバスで通学している。また家同士が離れているため、放課後に友達同士で外遊びをする機会も少ない。そのため、日常的に体を動かす習慣が少ない。放課後等にスポーツ教室に通っていても、それだけでは体力が向上していない現状がある。昨年度の体カテストでは、男子は県平均を下回ったものが多かった。	
目標指標・数値	全校児童9名の体カテスト全ての数値を向上させる。(シャトルランは1度のみ)	
具体的な取組	教科 体育	・準備運動でラダーを週2回、HIITトレーニングを週1回取り入れ、体カアップを図る。内容を適宜変えながら、楽しく準備運動ができるようにする。 ・水泳、マラソン、縄とびに継続して取り組む機会を設ける。めあてをもって取り組むことができるように、市のチャレンジ賞を活用する。
	特別 活動	児童会主催の全校遊びを企画する。内容は体を動かすものに限定し、楽しみながら体カアップを図る。
	その他	11月の第2回体カテストに向けて、体カテストの歴代記録や県の平均を掲示して児童の意欲を高める。
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	5月と11月の体カテストの結果を比較する。	
前年度からの 変更点	前年度は、小中一貫で取り組んでいる「ハッピーポーズ」に曲を付けて体育の準備運動にした。柔軟性の向上等ある程度の効果はあったが、それほど運動強度が高くないため年2回実施した体カテストで目標値に到達しなかった。日頃の運動経験の少なさが関係していると思われるため、日常ではしない動きであり且つ運動強度の高いものを準備運動に取り入れた。	

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 金沢市立南小立野小学校

校長名 中川 佳美

プラン名	泳いで、走って、跳んで持久力アップ！	
現状・課題	<p>昨年の体カテストの結果から、男女ともに20mシャトルランは5年生男女では、県平均より5ポイント以上下回っており、各種目の県平均との比較では、一番開きがある。また、他の学年でも県平均を下回る場所も見られている。このことから、運動能力の課題としては、持久力が考えられる。また、運動能力の下位層から中間層は運動への抵抗感をもっている。自己の運動能力の伸びを感じることで、運動が苦手な児童も、運動する良さを感じられるようにしていく必要がある。</p>	
目標指標・数値	<p>・課題となっている20mシャトルランを1学期(6月)、2学期(11月)に取り組み、運動能力の変化を捉えるとともに、1学期体カテストの県平均を上回る。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・重点の学習として、水泳運動系として水泳学習、体づくり運動系として、持久走、なわとびを位置づける。 ・体育の授業では、始めにランニング等の持久力に関わる運動を入れる。 ・体育の授業の中では、易しいルールを子どもたちと作ることで、苦手な人も楽しく取り組めるようにする。 ・運動のレベルに応じて活動ができるように場の設定をする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の行事を通して、子どもが体を動かす楽しさに気づくことができるように指導するとともに、取り組みの記録カード等で、視覚的に自分の運動を振り返られるようにする。 ・体育委員会主催の運動啓発イベントを企画し、集団で運動する楽しさを味わえるようにする。 ・体育の授業で持久走に関わる授業の期間には、休み時間等を活用して、学校全体でランニングの時間を設定し取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・持久力に関わる運動(水泳、マラソン、なわとび)の成長が、6年間通して感じられるように、わたしの健康に各学年時に自分が達成した記録を残す。
<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>課題となっている持久力に関わる運動として、20mシャトルランを1学期、2学期に取り組み、運動能力の変化を捉える。</p>	
前年度からの 変更点	<p>前年度は、スポチャレを通して体カアップとしていたが、今年度は、本校の運動能力の課題である持久力に焦点化して取り組む。</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 金沢市立伏見台小学校

校長名 山崎 貴史

プラン名		伏見っ子パワーアップ大作戦
現状・課題		昨年度の新体カテストの総合評価の詳細を見ると、4年生と5年生の男子でEの割合が多い。また、種目別に見ると、ボール投げ、シャトルラン、上体起こしが全国平均より下回っていた。このことから、ボール投げに焦点を当てて、体育や特別活動などの活動で充実させていけるようにする。そして、E群の児童をDやC群へと上げられるようにしていく。そこで、年間を通して、基礎的な体カアップを図り、投げる力を高められるよう取り組んでいきたい。
目標指標・数値		・シャトルボールにおいてクラスのブロンズ賞達成割合80%以上かつ、最初に測定した(6月)記録をもとに全クラス30%以上伸ばすことを目指す。
具体的な取組	教科体育	・スポチャレの取組をいかした運動を教科体育の中に取り入れて、継続的に投げることに親しみ、楽しみながら投げる力を高められるようにする。さらに、ラダートレーニングを取り入れ、調整力を高め、合わせて基礎的な体力の向上も図っていく。 ・投げ方グッドモデルの紹介(掲示や動画等)
	特別活動	・体育委員会と連携し、全校を巻き込んで、体カアップにつながる企画を行う。 ・伏見台フェスティバルとも関連づけ、投げるゲームを取り入れることで、楽しみながら投げる活動を行う。
	その他	・スポチャレなどの運動の記録を掲示して、児童に投げる力が高まっていることを実感させたり、投げることへの意欲が高められるようにする。さらに昨年度の各学年の最高記録を掲示することでさらに意欲の向上を目指す。 ・お昼の放送で、〇〇賞を達成したクラスなどを積極的に紹介し、学校全体で取り組もうという雰囲気を作っていく。 ・実施回数の学級間格差をなくすために職員への共通理解。
		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		・12月時点におけるブロンズ賞達成割合を評価する。 ・記録を比較(6月と12月)して、30%以上の伸びがあったかどうかを評価する。
前年度からの変更点		・目標指標、数値のレベルアップ。 ・お昼の放送を中心に、スポチャレに関する啓発。 ・実施回数の学級間格差をなくすために職員への共通理解。 ・投げ方グッドモデルの紹介

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 金 沢 市 立 扇 台 小 学 校

校長名 大 谷 真 理 子

プラン名		自分を超えろ！1回でも多く！
現状・課題		<p>【現状】</p> <p>①本校の児童は、積極的に体を動かす意欲のある児童がいる一方で、体をほとんど動かさない運動に 消極的な児童の姿もあり、運動に対しての二極化傾向がある。</p> <p>②昨年度の体カテストでは、「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」は県平均を上回る傾向、「握力」「50m走」では県平均を下回る傾向が見られた。</p> <p>【課題】</p> <p>①下位層の児童の意欲の向上</p> <p>②県平均を上回る種目を増やすこと</p>
目標指標・数値		<p>再測定シャトルラン＋3回 達成割合85%</p> <p>再測定反復横跳び＋3回 達成割合85%</p>
具体的な取組	教科 体育	<p>○サードチャレンジの実施</p> <p>…再測定後、希望者による3度目の測定機会を設ける。昼休み全学年混合で実施することで意欲の喚起をねらう。感染対策のため人数を限定し、定員を超えた場合は日を分けて実施する。</p> <p>○単元に合わせた準備運動</p> <p>…3分間走、3分間8の字跳び、ラダートレーニングなど、授業の冒頭できるものを提案し、実施する。</p> <p>○異学年交流体育</p> <p>…異学年交流で教え合いをする中で、運動への意欲喚起、技能向上をねらう。</p>
	特別 活動	<p>○レッツランニング(持久力強化月間)</p> <p>…長休みに全校児童(学年毎)が校庭を走る日を設ける。 自分のペースで走りきることを目標に行う。 また、マラソンカードを用意し、走距離の記録を行う。</p> <p>○チャレンジなわとび(なわとび月間)</p> <p>…なわとびカードを配付し、技や回数に進んでチャレンジできるようにする。</p> <p>○たてわり活動の利用</p> <p>…たてわり活動の時間を利用して、異学年でなわとびのしかたを教えあう。</p>
	その他	<p>○休み時間に測定ができる場の設置</p> <p>…児童同士で安全に測定できる場を設け運動経験の蓄積や意欲喚起につなげる。</p> <p>○記録優秀者の掲示</p> <p>…記録優秀者の掲示を行うことで、児童が自分なりの目標を設定できるようにする。</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>5月実施予定の新体カテストの記録と再測定(シャトルラン・反復横跳び)の記録を比較する。再測定の時期は、以下のようにする。</p> <p>シャトルラン: 10月～11月に実施する『レッツランニング』の後</p> <p>反復横跳び: 12月～1月に実施する『チャレンジなわとび』の後</p>
前年度からの 変更点		<p>①達成割合を80%から85%に変更</p> <p>②記録優秀者の掲示</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 金 沢 木 曳 野 小 学 校

校長名 森 裕之

プラン名	木曳野パワー	
現状・課題	体カテストの結果を県と比較すると、男女とも「シャトルラン」「50m走」の項目が同程度もしくは上回った。一方で、「上体起こし」、「握力」の項目が多くの学年で県平均よりも下回った。この結果から男女ともに「上体起こし」「握力」が課題であるといえる。	
目標指標・数値	6月に行う体カテストの「上体起こし」の各学年男女別の平均よりも、取り組みを通して+2回上回れるようにする。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・30秒プランクや立て膝押し相撲などの体幹を鍛えるためのゲームや運動(通年) ・3分間の持久力を高める運動(通年) ・運動量確保のための場作りや授業展開の工夫・改善 ・領域に応じた準備運動と予備運動の工夫
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・異学年交流(集団遊び) ・運動委員会によるスポーツ大会
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・走ろう運動(9月～10月長休み) ・縄跳び運動(通年) ・8の字大会(冬季) ・スポチャレいしかわ8の字の取り組み
	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	2学期に上体起こしのテストを実施し、今年度の体カテストの結果と比較して評価する。	
前年度からの 変更点	前年度は持久力を高める運動に重点を置いた取り組みを行ったが、今年度は筋力・筋持久力を高めることを重点に置いた取り組みに変更した。	

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 金 沢 市 立 三 和 小 学 校

校長名 河 本 隆 明

プラン名	ねばり強く！チャレンジ三和っ子	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度体カテストのアンケート「1日の運動・スポーツ実施時間」から、体育の授業を除いた1日の運動時間が1時間未満の児童は約45%であった。 ・休み時間に運動場や体育館で、進んで体を動かす児童とそうでない児童の差がある。 ・体カテストでは、体カ合計点が4～6年の男女全て県平均より低くなっている。 ・体カテストの「反復横跳び」の結果からすばやく動く力が弱く、「上体起こし」や「20mシャトルラン」の結果からねばり強く取り組む力が弱い。 	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・6月と11月に20mシャトルラン・反復横跳びに取り組む。2回目測定時に1回目より記録が上がることを目標とし、達成児童の割合80%を目指す。 ・スポチャレ「8の字」を全クラス実施する。 	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業開始時3分間走を行う。 ・授業での運動量を十分に確保する。 ・体育の授業で、サイドステップの動きを取り入れた準備運動を行ったり、反復横跳びを行ったりする。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・各学期に体カづくりをねらいとして、鉄棒・持久走・縄跳びに取り組む期間を設ける。体カづくり週間では、カードなどで児童の意欲を高め、長休みや昼休みを活用し、全校児童が運動に粘り強く取り組むことができるようにする。 ・スポチャレに全校で取り組み、県ランキングに登録したり、クラスや学年で目標を設定したりして、目標に向かって取り組む。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スクールフォーラムや保健だより、個人懇談等を通し、体力向上について啓発していく。 ・外遊びをしやすく、1年生は下足置き教室近くに設置する。
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"> ・20mシャトルラン、反復横跳びを2回計測し、記録の伸びを確かめる。 ・スポチャレいしかわの記録を登録する。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・評価方法として、20mシャトルランだけでなく、反復横跳びも計測することにした。 	

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 金沢市立長坂台小学校

校長名 山田 宏人

プラン名	長坂台小体カアップ2023	
現状・課題	<p>昨年度の体カ・運動能力調査の結果から、本校は全ての学年で「20mシャトルラン」の記録が県平均より下回っていた。そして、アンケートの結果から体育以外での運動習慣が「月に1～3回、ほとんどしない」と回答する児童が全体の約20%いることが分かった。また、体育以外での1日の運動時間が「30分未満」と回答する児童も全体の約20%いることが分かった。</p> <p>このことから、本校児童は持久力に課題があり、運動する機会が少ない児童が多いと考えられる。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度の体カ・運動能力調査において、「20mシャトルラン」の記録が県平均を上回ること。 ・全体の運動能力評価でAB群が55%を上回ること。 ・後期のアンケートで運動習慣が「月に1～3回、ほとんどしない」と回答する児童が10%未満になること。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・敏捷性を高める動きを取り入れた準備運動を継続しながら、運動量を確保する。 例: アンクルホップ(エア縄跳び)、鬼ごっこ 等
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・休み時間に遊びの1つとして選択できるように環境を作る。 例: ラダーチャレンジ、番号タッチ 等 ・委員会活動による企画を考察、実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・冬季にはなわとびを活用して、チャレンジ賞を設定することで、敏捷性と持久力の向上を目指す。
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	<ul style="list-style-type: none"> ・令和5年度体カ・運動能力調査の結果 ・学校アンケート 	
前年度からの変更点	<p>前年度は反復横跳びや立ち幅跳びなどに必要な「敏捷性」を意識した取組であったが、今年度は20mシャトルランに必要な「持久力」を意識した取組を行っていくことが前年度からの変更点である。</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 金沢市立新神田小学校

校長名 山村 薫

プラン名	めざせ、新神田っ子！体カアップ！	
現状・課題	<p>令和4年度の体カ・運動能力調査の結果から、「ソフトボール投げ」「上体起こし」「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」では、ほとんどの学年が県平均に達していない。「体育の授業は楽しい」という質問では、肯定的な意見がある一方、否定的な意見も多かった。コロナ禍で休み時間の運動場の使用人数を1学年に制限していたが、令和5年3月から3学年に増やし、以前より運動場で遊ぶ児童の姿が見られるようになった。</p> <p>運動特性として、「力強さ」「ねばり強さ」「タイミングの良さ」に課題がある。休み時間に運動場や体育館などに遊びに行く児童もいるが、教室で過ごす児童もいる。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> ・総合評価A・B群の割合を47%以上にする。 ・総合評価D・E群の割合を22%以下にする。 ・スポチャレいしかわのブロンズ記録を達成する。 	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動に縄跳びを使った運動を取り入れる。 ・準備運動に5分間走に取り組む。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体育委員会がリレー大会や縄跳び大会などを企画する。 ・年に3回程度、昼休みと掃除の時間に縦割りグループで運動遊びを行う。 ・2学期に「エンジョイランニング」、3学期に「エンジョイジャンピング」に取り組む期間を設ける。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレいしかわを計画的に継続して取り組む。 ・清掃時間に机・椅子を持ち上げて移動するよう声かけする。
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"> ・今年度の体カ・運動能力調査の結果を分析することで、評価する。 ・スポチャレいしかわの標準記録と実施記録を比較する。 	
前年度からの変更点	スポチャレいしかわを計画的に取り組むこと。	

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 金沢市立西南部小学校

校長名 南 昭広

プラン名	スマイル(すすんで、まいにち、いっしょうけんめい、ボールなげ)西南部	
現状・課題	<p>令和4年度の体カテストの結果では、体力合計点で、4年男子と6年男子以外は県平均を下回った。種目ごとに見ると、全ての種目において県平均と同等かそれ以下の記録である。特に、ソフトボール投げの記録は県平均との差が著しい。また、ソフトボール投げにおいて県平均を見ると男子は1学年間で約3m、女子は約2mの記録の向上が見られる一方で、本校では1学年間差が1mほどの場合も少なくない。</p> <p>児童の様子を見ると、運動を楽しむ児童もいる一方で、運動に抵抗を感じている児童の様子も少なくない。「運動はつらいもの」、「できなくて楽しめない」といった理由からの忌避感も感じられる。</p>	
目標指標・数値	ソフトボール投げにおいて、半年間で男子平均1.5m、女子平均1mの記録向上。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・短い時間で行うことが可能なボール投げの準備運動を職員に提案し、全職員で実践する。 ・タブレットを用いて、自分の投げ方の理解と変容を実感させる指導を行う。 ・ボールを楽しみながら投げることができるゲームの教材開発や、指導の職員研修を行う。 ・「西南部小体育科」クラスルームを用いたボール投げの実践を共有する。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・児童(体育委員会)が主体となって運営する運動イベント(ボール投げ記録会、まとあて大会、バケツ玉入れ選手権、赤玉白玉をつかった雪合戦大会など) ・たてわり遊びでの他学年との交流の中でボールをつかった遊びを行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・全学級でのスポチャレ実施(2学期のシャトルボール)。 ・片手で投げられるボール、投げやすいボールの整備。 ・投げたくなる教具の制作、周知。
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	6月に行われる体カテストでのソフトボール投げでの記録に加え、半年後の記録の機会を設け、記録ののびを検証する。	
前年度からの 変更点	前年度は運動の楽しさや大切さについての意識向上を主軸に取り組んだが、今年度は1つの種目(ソフトボール投げ)の記録に着目し、記録の向上を図る。	

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 金 沢 市 立 米 泉 小 学 校

校長名 東 佐千雄

プラン名		目標を持って体カアップを目指そう
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度の体カテストの結果から、投力と柔軟性に課題がある。 ・チャレンジ賞の結果から、体カアップに意欲的に取り組めていない児童がいる。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・体カテストにおいて、投力と柔軟性の数値を石川県の平均値より超える。 ・シャトルボールの取組を一・二学期で行い、記録のアップを図る。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の始めに、シャトルボールの取組や柔軟運動を期間を決めて取り組む。 ・片手でボールを投げる投げ方を重点的に行う。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動委員会を中心に、全校で楽しんで取り組んでいけるような体カアップの企画を考えて行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールの投げ方や柔軟運動において、校内研修を行う。
		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"> ・体カテストにおいて、投力と柔軟性の数値を石川県の平均値より超えているか結果を確認する。 ・シャトルボールの取組を一・二学期で行い、記録をとる。
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・期間を決めて全学年スポチャレのシャトルボールに取り組み、記録をとりながら投力の向上を図る。 ・授業の体操の時間を使って、柔軟運動にも取り組む。

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 金沢市立四十万小学校

校長名 脇田 誉志昭

プラン名		握力アップ大作戦
現状・課題		<p>全国平均を50とした指数平均では、令和3年度・令和4年度と低下傾向にある。近年課題として取り組んできた20mシャトルランでは、全校的に全国・県平均を上回るなど改善が見られ、4年男子・6年男子以外のすべてのカテゴリーで全国・県平均を上回ることができた。</p> <p>一方、4年・6年の男女共に、全国平均を下回る種目が複数ある。特に、握力では、4年男子(48.7)4年女子(46.7)5年男子(49.6)5年女子(49.5)6年男子(47.3)と多くのカテゴリーで下回っている。また、上体起こしでは、すべてのカテゴリーで全国指数を下回っており、握力・上体起こしなどの筋力に課題が見られている。</p>
目標指標・数値		握力の測定を6月と11月に実施し、11月の平均値が6月の平均値を上回るようにする。また取り組みについての評価を行う。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャングルジムや雲梯、鉄棒などの固定遊具を活用した補助運動や主運動に積極的に取り組むことで、握力を使う機会を増やす(全学年) ・体育時の体操で、30回程度の「グーパー」を行う
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・全校児童が楽しめるような握力イベントを企画する。 ・体育委員会でスポーツイベントを企画し、運動の機会を作る。(ドッジボール大会前期後期・大縄8の字大会後期など) ・マラソン記録会に向けて1ヶ月間、長休み全校でマラソンタイムに取り組む。 ・縄跳び月間をもうけ、1体力作りとしてカードを利用し取り組む。長休み全校で一斉に取り組む「なわとびタイム」を実施する。たてわりやクラス対抗で8の字大会を行う。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・毎週火曜日(昼休み)に、全校児童が外遊びをする時間を設定する。 このときに、体育委員会主催のイベントを行う。 ・握力アップのために、家や学校でもできる「握力パワーアップ大作戦」の取り組みを行う。
		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		・握力の学年平均値(6月・11月で比較)
前年度からの変更点		前年度は、予定していた握力計測を11月に実施できなかったため今年度も継続して行う。

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 金 沢 市 立 西 小 学 校

校長名 後山 利佳

プラン名	体カアップ ウェスト西 2023	
現状・課題	<p>総合評価では県の平均と比べて、A・C・D群の割合が高く、B・E群の割合が低い結果となった。体力合計点では、現6年男女が県の平均を下回っている。課題となる種目では、握力に関して全学年が県の平均を下回る結果となった。また、ソフトボール投げについては、現5年の女子は県の平均を上回っているものの、その他の学年は平均を下回る結果となった。</p> <p>この結果から、体力の二極化傾向と運動の特性としての力強さに課題がみられる。その要因としては、学校の運動に対する取り組みに加え、コロナ禍で運動する機会が減少していたことが考えられる。</p> <p>今後、児童に運動する機会を十分確保するとともに、体を動かす楽しさを味わわせながら体力の向上に取り組んで行く必要がある。</p>	
目標指標・数値	・スポチャレいしかわ全クラス参加登録及び全クラスブロンズの達成	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップで鬼ごっこや持久走、スポチャレいしかわを継続的に取り入れる。 ・授業の30分以上、体を動かす時間を確保する。 ・水泳、マラソン、なわとびチャレンジカードの全校児童の参加挑戦。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・全校でスポチャレいしかわに意欲的に取り組むことができるようにするために、掲示板に取り組み状況や達成状況がわかるようにする。 ・スポチャレいしかわやチャレンジカードの取り組みや成果を発揮できるように、学校行事や体育委員会の取り組みを計画的に実施する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・長休みや昼休みに運動場や体育館・ピロティで安全に体を動かせるように、場所と時間をしっかりと確保する。 ・体力テストの結果を、児童自身が把握するために担任と確認をする。 ・家庭と連携協力し、なわとびチャレンジカードに取り組む。
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"> ・スポチャレいしかわの全クラスの取り組み状況。 ・各種チャレンジ賞の参加、達成率 	
前年度からの 変更点	学校生活全体で、スポチャレいしかわと各種チャレンジ賞の取り組みに中心に焦点をしばり、体カアップをはかっているものとした。また、体育科の教育課程の各種領域や学校行事と関連させながら取り組んでいく。	

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 金 沢 市 立 安 原 小 学 校

校長名 北村 弘樹

プラン名	やすはらリンピック2023	
現状・課題	本校の児童は、休み時間になると運動場でサッカーをしたり中庭で鬼ごっこをしたりするなど、体を動かして遊ぶことが多く、運動への意欲は高い。しかし、令和4年度の体力・運動能力調査では、どの学年も合計点の平均が市の平均を下回った。また、総合評価がC+D群の割合が市の平均と比べて高く、全体的な運動能力の低下が見られる。	
目標指標・数値	持久走やなわとびに取り組む期間を設定し、走力や全身持久力の向上を図ることで、基礎体力を高める。 チャレンジ賞の到達率を、各学年5割以上を目指す。	
具体的な取組	教科 体育	授業で5分間走やなわとびに取り組む期間を設定する。 昨年度の本校の平均や市・県の平均を掲示し、それを基にして学年で目標の数値を決め、到達を目指す。
	特別 活動	児童が体力向上を目指す目標として、持久走の大会である「体力記録会」や「なわとび大会」を実施する。
	その他	目標に達した児童を表彰したり、昨年度の記録と比較したりして、達成感を味わえるようにする。 持久走での走り方やなわとびの技紹介などを放送することで、運動のコツを全校で共有する。
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	持久走やなわとびに取り組む期間に、目標の数値が書かれたカードを配付し、記録する。また、次年度以降に前年度の記録と比較できるように、カードを次年度以降も続けて使用する。	
前年度からの 変更点	前年度の目標は、チャレンジ賞の到達率を全校で5割以上と設定し、達成することができた。しかし、高学年は達成率が低く、低学年との達成率の差が大きかった。そのため、今年度は各学年が5割以上を達成できるような目標を設定した。	

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 金 沢 市 立 杜 の 里 小 学 校

校長名 寺 西 陽 一

プラン名	もりもり体カアップ大作戦！ ver.2023	
現状・課題	<p>R4年度の体カテストでは上体起こしについては、全学年で県平均を大きく上回る結果が見られた。昨年度もコロナ対策で足押さえを肋木で行ったため、多少影響している可能性があると考えられる。握力についても、全学年で県平均を上回った。反復横跳びでは、県の平均と同等にまで上昇した。映像教材の成果が見られる。</p> <p>立ち幅跳びでは、全学年で県平均を大きく下回る結果が見られた。また、ボール投げについても、4年男子以外は県平均を下回った。テストの結果から、筋力や筋パワー(力を素早く出す能力)が強いとは言えないようである。ソフトボール投げにおける身体操作の感覚と共に、全体的な基礎体力の向上に取り組む必要がある。</p>	
目標指標・数値	<p>体カテストのソフトボール投げにおいて県の平均を50とした場合の測定値で50以上を目指す。</p> <p>関心・意欲面に関しては、学校で実施している児童アンケートの体育が「楽しい・とても楽しい」と感じる児童を90%にする。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・反復横跳びの正しいやり方を教え、ゲーム感覚で行えるようにする。また、新聞ボールを使って1人1ボールを持てるようにし、運動量の確保する。 ・スポチャレの「8の字」、「シャトルボール」の取り組み週間を設け、体育の準備運動等で実施することで「タイミングのよさ」の特性を高める運動に継続して取り組むことができるようにする。 ・運動が進んで行えるように、反復横跳びができる場の設定などを行う。
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> ・委員会主体となり「跳躍力」に関わるなわとびイベントを設け、全校児童が運動に参加できる機会の増加を図る。 ・全校児童が縄跳びに取り組む機会を設け、目標を意識して楽しんで体を動かす機会を増やす。 ・「よく外で遊んだで賞」などで外遊びを啓発し、基礎体力の増強を図る。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・スポチャレの結果を記録し、各学級の伸びを可視化することで児童の運動することへの意欲向上を図る。
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"> ・体カテストの結果から1度目の評価を行い、その後抽出学級で体カテストの項目を2学期中に再テストし、分析を行う。また、スポチャレ、学校評価アンケートの結果から分析を行う。 	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> ・新聞ボールを使い、多くの投球経験を積み重ねる。体の使い方、フォームの確認を行う。 ・「よく外で遊んだで賞」などで外遊びを啓発し、基礎体力の増強を図る。 	

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 金沢市立朝霧台小学校

校長名 河村 真吾

プラン名		朝霧っ子 体カ・パワーアップ・大作戦
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> ・今年度より新校舎が完成し、以前よりも体育館やプレールームなど、体を動かせる場所を広く使えるようになった。しかし、運動場は現在工事中で使用できず、運動量の確保という面ではまだまだ課題は多い。 ・令和4年度田上小の体カテストの結果を参考にすると、筋力が平均を下回っていた。また、総合評価がD群とE群の合計が20%を超えており、体力面で課題のある児童が多く見られる。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> ・筋力の記録を、県平均を上回るか、ほぼ同程度まで上げる。 ・新体カテストにおいて、総合評価D群とE群の児童を20%以下にする。 ・ランニングタイムや縄跳びの取り組みで、期間の前後で児童の記録意欲が向上する。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の初めに、毎回体幹運動を取り入れ、筋力の向上や柔軟性の向上を図る。 ・同じく、授業の初めに持久走の活動を行う。 ・45分間の授業の中で、運動する時間を30分以上確保し、運動量を担保できるような授業実践を行っていく。 ・ランニングタイムやなわとび月間では、学校独自のカードを活用し、児童にとって目標を持たせることで、意欲の向上を図る。 ・スポチャレいしかわの取り組みを全校で行っていく。
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> ・運動会や遠足など、コロナ禍で停滞していた活動を復活させる。運動会では、団体演技や団体競技、個人走の練習において運動量を確保するとともに、運動の楽しさや、協力して活動することの良さを児童に味わせる。 ・ランニングタイムやなわとび月間では、体育の授業のみならず、休み時間にも取り組ませることで、体カアップを図っていく。その際、体育委員会とも連携し、縄跳びの技の紹介や頑張っている児童を紹介したりすることで、児童の意欲向上を図っていく。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・校内OJTや若プロなどの機会を積極的に活用し、体力向上に向けた運動の方法を学んだり、授業展開例を紹介するなどし、普段の授業で実践していけるようにする。 ・ICTを活用した実践について共通理解を図り、より効果的に児童の体力向上に向けた授業実践を行っていけるようにする。
		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"> ・新体カテストの結果 ・スポチャレいしかわの取り組み結果 ・ランニングタイム、縄跳び月間での児童の記録、振り返り ・学校評価の結果(教員、児童)
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> ・新校舎に移り、運動できる場所が以前よりも広く使えるようになったことから、ランニングタイムやなわとび月間など、休み時間を活用した取り組みを積極的に行っていく。 ・コロナの5類以降に伴い、運動会や遠足など、停滞していた活動を積極的に取り入れ、復活させる。