

## 令和6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	粘り強く松任っ子！体カアッププラン	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2019年度より「投げる力」の育成に重点を置いて体カアッププランに取り組んできた。その結果、体カテストのソフトボール投げにおいて、少しずつ県平均との差が縮まってきており、昨年度においては、女子が4～6年全ての学年で県の平均を上回り、着実に成果が表れている。一方で、体カテストのシャトルランでは、ほとんどの学年で男女ともに県平均を大きく下回っており、その結果から、今年度からは持久力アップに取り組みたいと思っている。</li> <li>・「体育の授業は楽しいか」のアンケートでは、男子で7%、女子で10%の児童がマイナスの回答をしており、約10%の児童が体育の授業を楽しめていない。</li> <li>・昨年度より、体育館や運動場の使用制限がなくなり、休み時間に体を動かす児童は増えている。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレの40mで、標準記録のブロンズ賞以上を目指す。また、チャレンジ部門で各学級15回を超えられることを目指し、継続的に取り組めるようにすることで、児童の体力向上の意識が高まることにつなげたい。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業開始時に、周回ランニングやスポチャレ40m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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・放課後や学級活動の時間に、スポチャレ40m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。</li> <li>・2学期に持久走週間、3学期になわとび週間を実施する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>
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"> <li>・スポチャレ40mの取組結果により評価する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレ40mに取り組む。</li> <li>・年間を通して継続的に取り組めるように、放課後の時間等を活用していく。</li> </ul>	

# 令和6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

プラン名		東明3分チャレンジ～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		令和5年度の体カテストの結果からボール投げ、シャトルランなど、投げる、走る項目が県平均より下回っている学年が多い。これらはスポチャレいしかわの40mリレーやシャトルボールに関係する項目といえる。前年度、スポチャレいしかわに全校で取り組むことで体力向上を目指したが、意識して取り組む学級とそうでない学級に差がみられた。また、その要因として、スポチャレにどの程度取り組みればよいか不明確であったり、スポチャレのやり方がわからなかったりしたことが要因として考えられる。今年度、具体的な目標の設定やそのための方法について共通理解をする必要がある。
目標指標・数値		①スポチャレいしかわの項目で、クラス目標以上の学級を80%。 ②重点取り組み種目を設定し、全校で取り組む。
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分スポチャレ ②展開①20分 ③展開②12分 ④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		・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%。 ※クラス目標を設定するため、各項目に一度取り組んだ後、クラスの児童に合った実現可能な目標を設定する。 ・児童の運動への意欲を高めるために、実態に合わせて学校独自の目標を設定する。
前年度からの 変更点		・スポチャレいしかわのクラス目標の設定の仕方、一度取り組んだ後に目標を設定することで、よりクラスにあった目標を設定し、達成感を持てるようにする。 ・スポチャレいしかわへの取り組みの格差を把握できるように掲示による可視化を行う。 ・取り組む項目や目標設定を変更する場合、期間ではなく、取り組み状況をもとに変更する。

# 令和6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 西方路 己記代

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	立ち幅跳び、ボール投げ、20mシャトルランでは県平均を下回る学年が見られる。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93.2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"> <li>今年度の体カテスト総合評価D+Eの割合が15%以下を維持する。</li> <li>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。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>縄跳び、8の字跳びなどを体育に取り入れ、「跳躍力」の向上を図る。</li> <li>シャトルボールなどを体育に取り入れ、「瞬発力」「投力」の向上を図る。</li> <li>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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>持久力を高めるために長休みに「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。</li> <li>「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。</li> <li>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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>
.....		
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"> <li>校内体カテストの総合評価及び、合計得点による評価</li> <li>学校評価アンケートの項目による評価</li> <li>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。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>「持久力」や「瞬発力」が向上するように、準備運動を工夫する。</li> <li>「投力」が向上するように、低学年のうちからボール投げ運動に取り組む。</li> <li>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。</li> </ul>	

# 令和6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2024
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ことが多い。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の結果から、「運動が好き」という項目へ肯定的な回答をした児童の割合は90%を超え、全体的に運動が好きな児童が多いことが分かる。ただ、昨年度の体カテスト生活調査の結果から、全体の7%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。体育の学習を中心に、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、全体的に長座体前屈の数値の低さが課題としてあげられる。6年生女子以外は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"> <li>・児童アンケートの「運動が好き」という項目で、今年度も90%以上の肯定的な回答を目指す。</li> <li>・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。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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)</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2学期にランニングウィーク、3学期になわとび週間を行う。</li> <li>・室内鉄棒の設置(冬季の間)</li> <li>・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。</li> </ul> <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"> <li>・児童アンケートの「運動が好きか」という項目で評価する。</li> <li>・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。</li> </ul>
前年度からの変更点		<p>昨年度に引き続き、重点項目は「柔軟性」である。1年間を通して柔軟性の向上を図るために、体育部から適宜準備運動の紹介・共有を行っていく。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高めていく。</p>

# 令和6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 ～単元に応じた副運動と場の設定～
現状・課題		<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度のアンケートにおいて、A・B評価「体育の授業は楽しい」「やや楽しい」と肯定的に捉えてる児童は、全学年平均で男子約98%、女子約95%である。一方で、女子においてA評価の「楽しい」を選択している児童は約66%であり、4年生以上の女子においては、40%～60%である。</li> </ul> <p>【課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特に高学年の女子において、体育の授業を「楽しい」と感じている児童が少ない。</li> <li>・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。</li> </ul>
目標指標・数値		・アンケートにおける、A評価「体育の授業は楽しい」を全学年70%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"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・縦割り活動において、楽しく運動できる取り組みを行う。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
		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		前年度アンケートを実施した結果から、特に高学年女子において、体育の授業を「楽しい」と感じている児童が少ないことが分かった。そのため、目標数値を70%に引き上げ、前年度の取組みを継続しつつ、より一層の体育授業の充実と楽しく運動できる場の設定を目指していく。

# 令和6年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 白山市立千代野小学校

校長名 中川 学

プラン名		楽しい運動が見つかった！みんなで遊ぼう！踊ろう！
現状・課題		<p>昨年度の結果から体育の授業がやや楽しい・楽しいと思う児童は90.5%であり、A+B群が47.6%である。A+B群の県平均は49.3%であり、自校は県平均以下である。さらに、D+E群は県平均より5.2%多い。</p> <p>種目別に見ると、上体起こしの得点が一番低い傾向にある。</p> <p>このことから、体育の授業が楽しいと思える児童を増やすために、運動の楽しさや効果を肯定的に捉えられるような手立てをする。千代野リフレッシュ体操に取り組みつつ、今年度からは意欲を引き出すために、体づくり運動やスポチャレを重点的に取り組み、自校の弱みである体幹や全身運動で筋力の向上を狙う。持久力についても、更なる向上を目指していく。</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業がやや楽しい・楽しいと思う児童の割合を全校で95%以上、かつA評価80%台を目指す。</li> <li>・体カテストにおけるD+E層を20%以下を目指す。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・競い合う、争う体育から、今日の自分の成長を感じさせる体育を実施する。</li> <li>・準備運動は主運動につながるもの(スポーツ庁:小学校体育指導の手引き)、または、千代野リフレッシュ体操(4分間)を状況に応じて取り組ませる。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月曜日の朝に全校で、千代野リフレッシュ体操(1分間)に取り組み、一週間のスタートに活気を付ける。</li> <li>・運動会の際に、全校で千代野リフレッシュ体操(4分間)を行う。</li> <li>・スポチャレいしかわ(8の字)に全校で取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・千代野リフレッシュ体操のCM作りを行い、全校児童に定着を図る。</li> <li>・各クラスに様々なボールを設置し、休み時間に走ったり、投げたりなどの全身運動が行える等の工夫を行う。</li> <li>・運動委員会で、新たな遊びを考え、学校にポスターを貼り呼びかけをする。</li> <li>・児童議会で児童の意見を吸い上げて、運動や遊びを考える。</li> </ul> <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"> <li>・体カテストの結果やアンケート(児童版・教師版)にて割合を把握し、評価する。</li> <li>・10月に上体起こしの検証を各クラスで行う。(4・5・6年のみ)</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童議会を通して、全校でできる運動・遊びを児童同士で啓発していく。</li> </ul>

# 令和6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"> <li>・本校の傾向として、男子の体力向上が充分ではなく、女子は順調に体力が高まっている。男子は握力、立ち幅跳びがいずれの学年でも県平均を下回り、女子は持久力が県平均を下回っている。その他は概ね県平均を上回っている項目が多く、大幅に伸びている能力とそうでない能力の差が大きいことが分かった。本校の児童は、運動中に大きな力を出す事が苦手であるということがわかる結果であった。</li> <li>・運動が好きな児童や体育の授業に意欲的に取り組む児童が多い。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。</li> <li>・運動中に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。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全学年男女共に「投力」の県平均を上回る。</li> <li>・種目によって偏りのない総合的な体力の向上を目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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」などを取り入れ、運動量を確保しながら総合的な体力を高めていく。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>(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)</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレ」の取り組みを1年間継続して行う。</li> <li>(1学期 シャトル走 2学期 シャトルボール 3学期 8の字)</li> <li>・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。</li> <li>・場や空間の安全に配慮した運動環境を作る。</li> </ul>
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力テストの項目を測定してみるなど、取り組みの結果が児童の体力の向上や目標に迫るものになっているか適宜調査していく。	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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おこない、全学年の体力の向上を狙う。</li> <li>・握力が向上するように、鉄棒や肋木、雲梯など物を握る運動を積極的に行う。</li> </ul>	

# 令和6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 有子

プラン名	Let's Show you rise up	
現状・課題	<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・走力、跳躍力、巧緻性が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。</li> </ul> <p>【課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・握力と敏捷性の向上。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「握力」「上体起こし」「反復横跳び」の記録を県平均に近づける。</li> <li>・体カテスト総合評価DE群20%未満を目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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・実施し継続的に取り組めるようにする。</li> <li>・スポチャレに積極的に取り組めるように、場の準備を確実に進行。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわの取組み(5月～2月)</li> <li>・エンジョイランニング・記録会(10月)</li> <li>・なわとび月間(12月～1月)</li> <li>・OJTで各担任に方法やコツを実演したり、教授したりする。</li> <li>・外や体育館で運動したくなるような遊びの提示。</li> </ul> <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"> <li>・5～6月に新体カテストに取り組む、結果を分析する。</li> <li>・スポチャレの記録を登録し、ゴールドに近づける。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・委員会の取組などの中で、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)や企画を全校に向けて継続的に実施していく。</li> </ul>	

# 令和6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 小鍛治 二美

プラン名	敏捷性アップ！大作戦	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・反復横とびにおいて県平均に近づける。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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・特活部より提案し、全校で共通して取り組めるようにする。</li> <li>・「敏捷性」を要する運動(ケンパやラダー等)を取り入れ、競技能力向上と合わせて指導するようにする。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、敏捷性を高めるために、長縄を使った競技を中心に取り組む。</li> <li>・「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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・適宜OJTをとり、教員の共通理解を図る。</li> </ul>
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"> <li>・全校で「スポチャレいしかわ」にどれくらい取り組むことができたかアンケートを取る。</li> <li>・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。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレいしかわ」の取り組み例を紹介し、全校で意欲的に取り組めるようにする。</li> </ul>	

# 令和6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"> <li>・多くの児童が体を動かすことが好きで、休み時間には校庭でサッカーをしたり体育館でドッジボールをしたり、元気に運動をしている。</li> <li>・一人一台端末の導入で休み時間にも触ることができるようになっていると、運動よりそちらを選ぶ子も増えている。</li> <li>・R5の体カテストの結果を見ると、巧緻性や持久力に課題があることが分かる。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・秋にある持久走記録会で、去年と同じ距離を走る学年(2年、5年、6年)は去年の自分の記録を超える子が80%以上になるようにする。1年、3年、4年は去年の同学年の記録の中央値を60%以上の子が超えられるようにする。</li> <li>・学校評価アンケートの「体カがついてきている」の項目に「A」評価の回答をする児童が65%以上(昨年度後期は53パーセント)になるようにする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・走の運動時のウォーミングアップとして、ラダートレーニングを取り入れる。</li> <li>・「体育の学習〇年」の冊子を活用して、学習の中身に合った準備運動をして、基礎的な動きの確実な習得を目指す。</li> <li>・運動の得意な子向けに、発展的な技に挑戦できる場をつくる。</li> </ul>
	特別 活動	体育委員を中心にして運動系のイベントを企画する。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・全校で「スポチャレいしかわ」に取り組む。</li> <li>・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。</li> </ul> <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"> <li>・持久走記録会</li> <li>・学校評価アンケート</li> </ul>	
前年度からの 変更点	柔軟性をポイントにしていたところから、持久力、巧緻性に焦点を当てたものに変更した。昨年度後半から活用した「体育の学習〇年」という冊子を年間を通して活用する。	

# 令和6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多く見ることができる。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、苦手な子は運動量に不安が残る。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、「体育の時間やその他の時間に、体をよく動かしている。」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>○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(6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6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2024	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・6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。</li> <li>・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。</li> <li>・体力の基本となる体幹の筋力が未熟なことで、走力、跳力、投力に課題がある子がいる。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・握力を県平均+1ポイントを目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育科の授業では、45分間中30分以上の十分な運動時間を確保し運動量を増やす。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・たてわり遠足を行い、全校で外遊びをする機会を設ける。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・正しい測定方法を示し、握力の向上を図る。</li> </ul>
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"> <li>・12月に握力を再計測する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度は一時的な取組みになったため、今年度は1年間かけて握力に特化した取組みを行う。</li> </ul>	

# 令和6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 中西 澄恵

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DE群の割合は、20%以下を達成することができたが、男子のDE群が多いのが課題である。そのため、運動のベースとなる柔軟性を高める運動や筋力を高める運動を、体育の授業の始めや終わりに継続的に取り入れていく。その際に、中・高学年では、「この運動で、体が柔らかくなるよ。」とか、「筋力を高める運動をしているんだよ。」と、児童と確認し合いながら取り組むことで、効果を高めていく。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・長座体前屈で県平均を上回る。</li> <li>・4・5・6年生の総合評価DE群を今年度も20%以下にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>○授業改善 <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul> </li> <li>○鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> </li> <li>○水 泳 <ul style="list-style-type: none"> <li>・学年ごとに到達目標を設定し、指導する。</li> </ul> </li> <li>○体づくり運動(持久走) <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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)</li> <li>・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。</li> </ul> </li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○スポチャレ <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul> </li> </ul> <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6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	スタミナUP！明光マラソン	
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。昨年度、3年生以上にサッカーボールを各クラスに準備したことで、運動場で遊ぶ児童が少し増えたが、全体として運動場へ出て体を動かす児童は少ない。昨年度の体力・運動能力調査の結果を見ると、握力や50m走ではは県平均を上回る学年もあるが、男女全体的に、県平均を下回っている。また、総合評価DE群の結果は28.6%で、3割近く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"> <li>・体力・運動能力調査の総合評価DE群を25%以下にする。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・持久走の記録を、前年度と比較し、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。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>○授業改善 <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> </li> <li>○水泳、持久走、なわとび <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> </li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○運動会、児童会 <ul style="list-style-type: none"> <li>・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を工夫する。</li> <li>・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。</li> </ul> </li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○スポチャレ <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> </li> <li>○休み時間 <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul> </li> </ul> <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"> <li>・持久走の取組み マラソン形式(低学年400m・中学年600m・高学年800m) 順位表の掲示</li> </ul>	

# 令和6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	<h2>らんランRUN</h2>	
現状・課題	<p>・全学年男女、握力・50m走以外、ほぼ全ての種目において、県平均を下回っている。昨年度は、柔軟性を高める取り組みを実施し、一定の成果が得られたため、長座体前屈においては、改善されていることが期待される。</p> <p>・体カ合計得点についても、県平均を大きく下回っている要因として、本校は体育館が1つしかなく、ピロティ等もないため、運動する場所が限られることが挙げられる。また、毎日集団登校を実施しているが、車で送り迎えをしてもらう児童が多数みられることも一因ではないかと考えられる。</p>	
目標指標・数値	<p>・20mシャトルランの計測を、5月と11月の2回測定し、項目別得点の上昇者50%を目指す。</p> <p>※50%としたのは、上位層は上昇が難しいため、中間層、下位層で70～80%が上昇する必要があると考えている。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<p>・通年で週に1回は、3分間走を実施し、その際には、毎回同じ場所からスタートすることで、自分の伸びを実感できるようにする。</p>
	特別 活動	<p>・10月に設定されている「ランランタイム」で、長休みに全校で楽しみながら走る機会を設ける。</p>
	その他	<p>・歩くことの重要性、運動能力の低下等について、家庭にも知らせることで運動機会が増えるように働きかけていく。</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	<p>・4～6年生において、5月と11月の2回、シャトルランに記録を測定する。</p>	
前年度からの 変更点	<p>・「持久力」の向上を目指す。</p>	

# 令和6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	つかもうぜ！カワチボール！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動能力(体力合計点)は平均が平均をやや下回るくらいである。柔軟性に課題があり、長座体前屈の県比較では、平均を下回る集団が多い。</li> <li>・各種目を比較して見ると、握力とソフトボール投げの値が高くなっている。</li> <li>・集団としては、5年男子と6年女子(今年度の6年男子と中1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、「力強さ」「柔軟性」「運動の習慣化」に着目して取り組む。握力やソフトボール投げの力の維持・向上や、上体起こしの克服につなげたい。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・長座体前屈の値3cmアップ。及び、どの学年でも女子で41cm、男子で38cm達成。</li> <li>・どの学年でも、女子で握力19kg、男子で握力20kgを超える。</li> <li>・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90%以上。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館にトレーニングや柔軟の掲示をして、準備運動としてどの学年でも取り組む。</li> <li>・ボール運動(遊び)では、ボールの股通し、多様な動きをつくる運動(遊び)では、開脚じゃんけんなど、器械運動に限らず、幅広い単元で柔軟の動きを意識的に取り入れていく。</li> <li>・ロケット状の投擲器具を活用し、「強く握る」「力強く投げる」動きに慣れさせる。楽しみながら、正しい投擲フォームも覚えられるようにする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1学期の運動週間、2学期のマラソン週間、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、運動の習慣化を図り、力強く動く経験を積ませる。</li> <li>・スポチャレいしかわへの取り組みを通して、手に乗せて投げるのではなく「つかんで」投げる動作に慣れさせる。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔らかさや大きさの異なるボールを体育館に常に置いておき、自分の手に合ったボールを「つかんで」投げる動作に慣れさせる。</li> <li>・体育館に「新聞紙にぎにぎゾーン」を設置し、遊びの1つとして、いつでも握力アップに取り組めるようにする。</li> </ul>
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"> <li>・長座体前屈の値の変化(県平均では、1年間で3cm程度の向上。)</li> <li>・年度末での長座体前屈の数値 (「項目別得点」の8点以上となる女子41cm、男子38cmを基準とする。)</li> <li>・年度末での握力の数値 (「項目別得点」の8点以上となる女子19kg、男子20kgを基準とする。)</li> <li>・3学期の児童アンケートでの「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</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前年度は、「力強さ・筋パワー」を中心として、投力の更なるアップや苦手とする上体起こしの克服に取り組んできた。得意・苦手の双方に目を向けることは継続しつつ、より課題の残る「柔軟性」に焦点を当てる。また、数値的にも、数値では記録が残っていない低学年でも「握力」が高いのが、昨年度一層明確になった本校の特徴である。今年度は、この「柔軟性」「握力」の2点の向上を中心に取り組んでいく。</li> </ul>	

# 令和6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	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業で、スポチャレや柔軟体操を含む準備運動に取り組んでおり、児童が継続して運動する機会を設けている。R5年度の学校評価アンケートでも「体育の時間やほかの時間に体をよく動かしている」と答えた児童が95%である。しかし、握力・柔軟性・投げる力・跳躍力は低い傾向にある。</li> <li>・普段から地域のスポーツクラブに所属している児童は休み時間でも運動場や体育館などで進んで運動している様子があるが、一方で運動する機会が少ない児童との二極化の傾向がある。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校評価項目の、「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%以上を維持する。</li> <li>・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60人以上になることを目指す。</li> <li>・シャトルボールに全学年が取り組み、シルバー以上の記録を目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業はじめに柔軟運動やペアでのストレッチも取り入れ、柔軟性を高める。</li> <li>・スポチャレいしかわ(特にシャトルボール、8の字)に組み込み、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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なわとびチャレンジタイムで、たてわり交流や集会の場を設定し、各々が自分の目標に向けチャレンジできるようにする。</li> <li>・児童委員会(体育委員会)が主となり、全校が一緒になって運動・体育に親しむ機会を設定する。(昨年度は低・高にわかれてドッジボール大会をおこなった)</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館の2階に卓球スペースを常設し、運動の機会を設けるとともに握力、俊敏性の向上を図る。</li> <li>・休み時間の体育館使用を学年別ではなく全校に変更し、いつでも好きなときに運動できる機会を設ける。</li> <li>・昨年度まで冬季のみおこなっていたなわとびの活動を一年を通して取り組めるよう体育館2階にジャンピングボードを設置し、跳躍力の向上を図る。</li> </ul> <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"> <li>・体力・運動能力調査</li> <li>・児童学校評価アンケート</li> <li>・スポチャレいしかわの記録</li> <li>・なわとびチャレンジカードの級位</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館2階の卓球台常設</li> <li>・休み時間の体育館使用割変更した(低・高でわかれておこなっていた使用割を全校一緒に変更した)</li> </ul>	

# 令和6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	みんなで楽しく体カアップ！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度の体カテストの結果から、男子は県平均を上回っている種目とそうでない種目にばらつきが多く、バランスよく体力が向上しているとは言えない結果であった。体力合計点も県平均を下回っている。女子は、「握力」以外の種目で県平均を大きく上回っているものが多い。全体的に体力が向上していると考えられる。</li> <li>・運動が好きな児童や体育の授業に意欲的に取り組む児童が多い。また、休み時間も運動場で体を動かし、運動を楽しんでいる児童が多い。</li> <li>・瞬間的に強い力を出すという感覚をつかみきれていない児童が多い。</li> <li>・昨年度までは体カアップの取り組みに対して、学年間の取り組み意識に差があったため、今年度は、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みたい。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男子、県平均を上回っている種目を増やす。</li> <li>・女子、「握力」の県平均を上回る。</li> <li>・男女共に、種目によって偏りのない総合的な体力の向上を目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育授業の準備運動としてサーキット形式のウォーミングアップを行う。「よつんばい」「足歩き」「けんけん」「変形ダッシュ」などを行い、体育の授業での運動量を確保し、総合的な体力を高めていく。</li> <li>・学年の体カレベルに応じたウォーミングアップ運動を体育の授業の導入として1年間継続して行う。</li> <li>・「物を握りながら運動する」「静の状態から大きな力を出す」ということを運動の中で経験させ、瞬間的に強い力を出す感覚をつかませる。</li> <li>・行ってい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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康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。</li> <li>(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)</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレ」の取り組みを1年間継続して行う。</li> <li>(1学期 シャトル走 2学期 シャトルボール 3学期 8の字)</li> <li>・児童の体カアップを目指す為の校内研修会を開き、体力向上を目指す取り組みを学校全体で共通実践する。また、体力を高めようという教師の意識の向上を図る。</li> <li>・場や空間の安全に配慮した運動環境を作る。</li> </ul>
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、行っている実践が児童の体力の向上やねらい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行い、全学年の体力の向上を狙う。	

# 令和6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		白峰っ子みんなで明日に向かって「ホップ・ステップ・ランニンGood!」
現状・課題		<p>【現状】 本校児童は、休み時間に異学年が混ざり合い、鬼ごっこや校庭での遊具を使った遊びを行っている。また体育館ではバドミントンなどを行っている姿も見られる。地域で盛んな水泳・スキー等の運動への関心が高く、地域で行われているスポーツ教室への参加率も高い。</p> <p>【課題】 児童数の減少により遊びの種類に限られ、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よさを実感しにくい現状がある。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準備したりし、体を動かす場作りを意図的に工夫する必要がある。体カテストの結果から、本校の傾向であると捉えるのは難しいものの、上体起こしや長座体前屈などの柔軟性、シャトルランや50m走の走力などに課題が見られる。個人差もあるが、少しずつ向上させていく取り組みが必要であると考えられる。</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・持久走週間(2週間)ないに、全校で100Km走破。(一人平均10km)…白山登山15回分。</li> <li>・新体カテスト20mシャトルランでは、県平均値に対する指標を50にする。(11月再調査時)</li> <li>・新体カテスト長座体前屈・上体起こしでは、県平均値に対する指標を50にする。(11月再調査時)</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業のはじめにラダーを用いた「走る運動」、「ストレッチ」を継続的に取り入れ、持久力や柔軟性を養うことができる準備運動を全校で行う。(通年)</li> <li>・「なわとび」の取り組みを5・6月と12・1月に行う。(1学期)</li> <li>・「持久走」の取り組みを10・11月に全校で行う。(2学期)</li> <li>・1月のスポチャレ集会に向けて「大縄8の字跳び」に全校で取り組む。(3学期)</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5月に「なわとび集会」を開き、技の技術の向上と体力の向上を実感させる。</li> <li>・11月に「持久走記録会」を行い、昨年度の自分の記録と比較させ、持久力の向上を実感させる。</li> <li>・1月の「スポチャレ集会」で、大縄8の字跳びを行い、全校で協力して運動することのよさや楽しさを経験させる。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休み時間に様々な運動が体験できるように以下のような環境を作る。 体育館…ネット型スポーツ(卓球台、バドミントン、ソフトバレーボール) 一輪車 プレイルーム…ボール運動、縄跳び運動(ジャンピングボードの設置) 校庭…遊具を使った遊び、鉄棒、サッカー型スポーツ</li> <li>・全校で声を掛け合い、異学年児童が、交流を深めながら運動遊びができるようにしていく。</li> <li>・児童数が少ないので、職員も積極的に児童と関わりながら体を動かすようにしていく。</li> </ul> <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"> <li>・なわとびカードや持久走カードの記録(昨年度との比較)</li> <li>・5月、11月に20mシャトルラン、50m走、長座体前屈、上体起こしの記録を測定し、県平均と比較する。</li> <li>・スポチャレいしかわに記録を登録するとともに、自分達の記録の伸びやがんばりが視覚化できるように掲示する。</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童数が少ないため同じ発達段階の児童と同じくらいのレベルで運動をする機会が少ない。集団スポーツで競い合いながら体力を高める機会を意図的に増やしなが、個に応じた体カアップを目指す。持久力の向上、柔軟性のアップはもとより、ボール投げ、ボールけり等の投げる、蹴る運動等の技術の向上を図る。</li> </ul>

# 令和6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 2024	
現状・課題	<p>(現状)            新体カテストの結果(R5年県平均との比較)            ▲5、6年男子の「ソフトボール投げ」 ○5、6年女子のソフトボール投げ            女子は学年が上がるほど「体育の授業があまり楽しくない割合」が増える傾向がある。            女子は一日の運動時間が30分未満の児童の割合が、2時間以上の児童の割合を上回っている。            (課題)            学校全体で見れば、ソフトボール投げの結果改善の兆しは見えるが、まだまだボール運動に苦手意識をもつ児童も多い。ドッジボールなどでは、自分からはボールを触ろうとしない児童も見られる。児童数が県内一多く、個々人がボールに触れる機会も少ないように感じる。</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「トントンスロー」で、キャッチボールを楽しめるようにする            高学年…友達と「トントンスロー」で10m程度の距離で、キャッチボールを楽しめるようにする</p>	
具体的な取組	教科体育	<p>キャッチボールに慣れることをねらいとして            ・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。            (トンくるっ体操、ビュンビュン体操、閉眼片足立ちなど)            ・転がす、下から、真上に、相手を変えて、捕球＝投球までの時間を速くなどバリエーションを共有する。            ・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合う時間を必ずとる。</p>
	特別活動	<p>・体育委員会が、正しいフォームを発信する            ・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</p>
	その他	<p>・児童の実態や学校の規模に合わせた取り組みになるように、情報交換を行う</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>ボール運動の時間に、低中高学年それぞれのめあてが達成できているかどうかを、授業者が確認する</p>	
前年度からの変更点	<p>低…ボールと仲良くなることで、抵抗感を少なくしていくことを重視している点            中…正しい投球フォームを身につけることを重視している点            高…キャッチボールの距離を伸ばすことで、より無駄のない投球フォームを身につける必然性を持たせている点</p>	

# 令和6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 大野 登志文

プラン名	元気いっぱい！ 体カいっぱい！ 御園っ子！	
現状・課題	休み時間は、体育館でバスケットボールやドッジボールなどのボール遊びをしたり運動場などで鬼ごっこやサッカーなどの外遊びをしたりする児童がよく見られる。体を動かすことについては意欲的だが、投げる力については男女ともに弱い傾向が見られる。(4～6年生の昨年度の体カテストより) また、持久力についても男子は県平均を超えているが、女子では県平均を超えていない学年がある。4～6年の昨年度の体カテストより、コロナ禍もあって走る機会が減ったことも要因の1つと考えられる。	
目標指標・数値	①前年度より「ソフトボール投げ」の数値をアップ。(県平均を超えることにこだわらない) ②男女ともに「20mシャトルラン」の数値をアップ。また、次年度に向けて、女子については体カテストの県平均より上の数値を目指す。	
具体的な取組	教科 体育	授業の中で、全学年が親しみやすく投げることができる「的当てゲーム」などの遊びを通した投げる機会を積極的に増やす。
	特別 活動	体育委員会が中心となって、投げる力や持久力が向上する企画を考え、実践する。 ①「シャトルボール大会」などのスポチャレを通した取組。 ②低学年の児童も活動できる「的当て大会」などの企画。また、「鬼ごっこ」などの持久力向上に向けた取組。
	その他	休み時間等を利用して、「ランランタイム」や「縄跳び旬間」を行い、誰もが親しみやすいもので、体力向上に向けた取組を全校で行う。 また、4～6年生においては、スポチャレの「シャトルボール」を積極的に実践するように促す。
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スポチャレの記録 ②体育委員会の企画・ランランタイムなどの簡易的なフォームなどによる児童アンケートの実施	
前年度からの 変更点	体力向上の基礎となる「持久力」の数値を上げるために、学校全体で「ランランタイム」という、休み時間等を通して自分のペースで走る期間を設け、少しでも持久力が向上すること、走るよさを感じることができる機会を増やした。	

# 令和6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 内田 薫

プラン名	菅原っ子体カパワーアップ2024	
現状・課題	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く、普段から体を動かすことが好きであると考えられる。しかし昨年度の体カテストの結果では、A・B群の割合が県平均よりも少し下回っていた。種目別で見ると「反復横跳び」において、ほとんどの学年が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。そこで児童の「素早く動作を繰り返す」能力の向上に目を向けた取り組みを行っていく。	
目標指標・数値	・体カテストの「反復横跳び」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)	
具体的な取組	教科 体育	体育館に反復横跳びの場を設定し、体育の準備運動の中に取り入れる。準備運動に取り組む中で、児童が素早く動くことに慣れるとともに、タイミング良く動くための体の使い方をつかめるようにしていく。 また、昨年度の重点である「跳躍力」も引き続き鍛えていくために、3学期にはスポチャレいしかわの「8の字跳び」を取り組む。2学期から3学期の体育の準備運動では、縄跳び(短縄・大縄)を取り入れる。
	特別 活動	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。
	その他	「素早く動作を繰り返す」能力向上に向けて、ホールに反復横跳びの場(間50cm・間100cm)を設定し、児童が休み時間に自主的に取り組めるようにする。その際、目標記録やポイントも掲示して意欲向上を図る。
		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	今年度の体カテストの結果から評価分析を行う。	
前年度からの 変更点	本校児童の運動における課題が「跳躍力」から「俊敏性」になったことから、運動特性の中の「素早さ」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、昨年度と引き続き8の字跳びを重点的に取り組んでいきたい。	

# 令和6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	跳べ飛べジャンプ！跳躍力・走カアップ大作戦	
現状・課題	昨年度の新体カテスト立ち幅とびの結果より、4～6年生の男女ともに、県平均を下回っている。50m走の結果は4～6年生男子は県平均を下回り、女子は上回っているとはいえ、ごくわずかである。とくに立ち幅とびは、一昨年度も4～6年生の男女ともに県平均を下回っていた。 児童の様子としては、スクリーンタイムの増加、運動時間の減少が見受けられる。以上のことから、跳躍力・走力を本校児童の課題とする。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテスト「立ち幅跳び」: 前学年の各児童の記録から5cm以上更新</li> <li>・新体カテスト「50m走」: 前学年の各児童の記録から0.2秒以上更新</li> <li>・スポチャレいしかわ「40m」: 全学年ブロンズ賞以上。</li> <li>・スポチャレいしかわ「8の字」: 「ベスト」もしくは「チャレンジ」部門で全学級ブロンズ賞以上。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくりの運動遊び・体づくり運動で、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動や巧みな動きを高めるための運動に重点的に取り組む。</li> <li>・走・跳の運動で、準備運動の中に主運動につながる動きを入れ、単元を通して継続的に行う。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「体づくりの運動遊び」「体づくり運動」で、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動や巧みな動きを高めるための運動に重点的に取り組む。「走・跳の運動遊び」「走・跳の運動」で、準備運動の中に主運動につながる動きを入れ、単元を通して継続的に行う。</li> <li>・全校でなわとびに取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわの「40m」「8の字」に取り組む。</li> <li>・児童自身が意欲を継続しながら伸びや成長を感じられるようにするために、取り組んだ記録を体育館に掲示したり、放送を使ってお知らせしたりする。</li> </ul>
評価方法	<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>	
前年度からの変更点	<p>前年度は投げる力に力を入れ、体力の向上に取り組んだ。</p> <p>今年度は、跳躍力と走力に力を入れて、体力の向上に取り組む。</p>	

# 令和6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2024	
現状・課題	<p>昨年度まで、粘り強さの向上をねらい取り組みを行ってきた。シャトルランの記録も向上が見られ一定の成果が見られた。</p> <p>学校全体で力強さや素早さ、タイミングの良さに関わる運動特性の落ち込みが見られる。</p> <p>また、体育や休み時間以外にも、スポーツ少年団などの団体に積極的に体を動かす児童がいる一方でほとんど体を動かさない児童もいる。</p>	
目標指標・数値	<p>新体カテスト「1日の運動・スポーツ実施時間」が30分以下の児童(昨年度22%)と学校評価「1日にどれくらい運動・スポーツをしますか」の項目を比較し、運動しない児童の割合を減少させる。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>これまで行ってきた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。</li> <li>校内OJTを行い、楽しい運動が授業で行われるようにする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>たちのっこオリンピックを行い、優れた児童や学級を表彰する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポチャレいしかわに全学年で取り組む。</li> </ul>
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・7月の学校評価・12月の学校評価の数値で定着度合をみとる。	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動習慣の定着をねらう。</li> <li>たちのっこオリンピックを行い、優れた児童・学級を表彰する。</li> </ul>	

# 令和6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>昨年度の体力・運動能力調査の記録を見ると、重点としていた握力は向上してきているが、もう一つの長座体前屈はまだ多くの学年で県平均を下回っている。また、立ち幅跳びでも多くの学年が県平均を下回っている。そこで本年度は、立ち幅跳び・長座体前屈の2種目に焦点を当て、力強さやすばやさ、タイミングのよさ、そして柔らかさを伸ばしていきたい。毎日の運動遊び時間の調査も、引き続き継続していきたい。</p>	
目標指標・数値	<p>①全校で、ほぼ毎日1時間以上運動遊びをする児童の割合70%を目指す。 ②立ち幅跳び・長座体前屈で、R5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"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1学期の「体カテスト月間」、秋の「走ろう運動・マラソン記録会」、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。</li> <li>・「なかよしたいむ(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。</li> <li>・体育委員会のイベントを工夫し、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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・各学級、個人の頑張りの見える化に取り組み、友達同士の賞賛や教員全体で応援する雰囲気醸成する。</li> <li>・「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。</li> </ul> <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	<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立ち幅跳び・長座体前屈については、令和5年度の体力・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"> <li>・前年度の運動能力テストの結果を受け、重点種目の一つを握力から立ち幅跳びに変更する。</li> <li>・パリオリンピック等のスポーツイベントを体育委員会で取り上げ、児童の中から運動への声かけを勧めていく。</li> <li>・頑張りの見える化を行い、学級や個人の頑張りが担任以外も見えるようにする。</li> </ul>	

# 令和6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2024
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、児童によって運動量や運動意欲に差が見られる。</p> <p>令和5年度の新体カテストの結果を県平均と比較したところ、握力、長座体前屈、50m走、立ち幅跳びなどの種目で課題が見られた。その課題の中から、最も改善が必要なのは50m走であったので、走運動の充実を図る。</p>
目標指標・数値		1学期当初に50m走の記録を測定し、2学期に再度記録の測定を行う。その際、タイムが0.3秒以上速くなった児童の割合が80%以上になるようにする。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・主運動に繋がる準備運動として、走力向上のために鬼ごっこやスポチャレいしかわの40mに重点的に取り組んだり、筋力(速筋繊維)向上のために、手押し車や腕立て伏せなどの上半身の筋力トレーニングの場面を設定したりする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育委員会と連携して、運動に取り組みやすくなる環境づくりや啓発の声かけを行う。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・週に4日の清掃時間を活用し、机の移動は手で持ち上げさせたり、雑巾がけの際に膝をつかないようにさせたりして、全身の筋力向上を日常的かつ継続的に行う。</li> </ul> <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"> <li>・1学期新体カテスト</li> <li>・2学期に再計測</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・全身の筋力向上の視点を加えた点。</li> <li>・清掃時間を活用する点。</li> </ul>

# 令和6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 嶋崎 恭代

プラン名		中条っ子く走カアップ・ラン・ラン・ラン
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度の体カ・運動能力調査では、学校全体の総合判定として、すべての運動能力において県平均を下回っており、特に敏捷性と筋パワーの能力が大きく下回っていた。</li> <li>・50m走では、今年度の5・6年生において、5年生男子を除いてすべての集団で県平均を下回っている。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・追跡調査(2学期)において、50m走の記録を年度当初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。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動に走力を高める運動を取り入れ、毎授業、全校で共通の取組として行う。</li> <li>・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」を学期に1回以上の共通の取組とし、速く走るコツなどを指導していく。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会で、走カアップ準備運動のお手本動画を撮影し見せることで、全校児童が正しく運動に取り組めるようにする。</li> <li>・体育委員会で、児童が主体的になるような活動を考え、全校に提案し、全児童で取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、さらなる目標に繋げていく。</li> </ul>
		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"> <li>・2学期に50m走の追跡調査を行う。</li> </ul>
前年度からの変更点		前年度はスポチャレいしかわ「40mリレー」に力を入れて取り組んでいたが、今年度は毎授業で行うことができる準備運動に力を入れることで、こまめに継続して取り組むことができるようにする。

# 令和6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 浮田 いづみ

プラン名	TEAM条南小学校 目指せ！！柔軟小学校	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度の調査では、長座体前屈・反復横跳びの結果が、多くの学年で県平均を下回った。特に、長座体前屈では、県の平均を3～5cmほど低い結果になった。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力・運動能力調査において、長座体前屈の令和5年度の県平均を全学年が上回る。</li> <li>・2学期、3学期にも長座体前屈の記録を測り、令和6年度の県平均記録を上回る児童をできるだけ多くする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体を柔らかくすることがけが防止につながることを低学年から指導する。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動委員会でイベントを考え、柔軟性を高める運動や、なわとびチャレンジでの俊敏性を高める運動などに取り組む機会を設定する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「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一度は取り組むことができるようにする。</li> <li>・「スポチャレいしかわ」の各クラスの記録を体育館前に掲示することで、他の学級の記録を見ながら、「スポチャレいしかわ」への意欲を高めていけるようにする。</li> </ul>
.....		
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"> <li>・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。</li> <li>・長座体前屈については、令和6年度の体力・運動能力調査結果を令和5年度と比較・分析する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度も、前年度課題であった柔軟性について継続して取り組むことで、柔軟性を身に付けることができるように重点を置いた。</li> <li>・「スポチャレいしかわ」への意欲を高めていき、学級としての団結力・個人の運動能力を挙げていけるようにした。</li> </ul>	

# 令和6年度 体力アップ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 泉 和宏

プラン名	井上っ子パワーアップ大作戦2024	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・長座体前屈や50m走は、全部または多くの学年で県平均を下回っている。</li> <li>・柔軟性と走力が本校の課題である。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本校の長座体前屈の数値を、昨年度の県平均に近づける。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul> <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"> <li>・2学期後半に再度長座体前屈を測定し、昨年度の県平均と比較する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「走力および持久力の向上」から「柔軟性及び走力」に重点を変更する。</li> </ul>	

# 令和6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 武内 直子

プラン名	<p style="text-align: center;"><b>J・M・S</b> (持続・みんな一緒に・最後まであきらめない)</p>	
現状・課題	<p>現状は、女子を中心に全体的に体カレベルは県平均を超える児童が多い。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。児童は休み時間には、体育館で1～6年生が混じって遊ぶ姿が見られる。異学年と遊ぶことで、同学年よりも運動能力が高い児童と触れ合えるため、よい交流ができていていると感じる。しかし、運動があまり得意でなかったり、体を動かすことがあまり好きではなかったりする児童は、高学年になるにつれ、体を使った遊びを自ら進んで行おうとはせず、体カが低下している状態が見られる。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	<p>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。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年に引き続き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。</li> <li>・運動が苦手な児童に対する声かけや支援を明確にする。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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわの取り組みを学期に1回設定する。</li> <li>・元気委員会の活動と連携して、40mリレー大会を開催し、全学年で取り組み体カアップの意識を高める。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・スポチャレいしかわの記録など目標になる掲示で意欲を高める。</li> </ul>
<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>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。</p>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の時間の準備運動の1つとして柔軟性と共に筋カアップの内容で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。全校で一斉に取り組む場を設定し、共に体カアップしていく気持ちを全校で意識できるようにする。</li> <li>・記録など児童の意識を高める掲示をする。</li> </ul>	

# 令和6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"> <li>・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、鬼ごっこをして走る運動をしている児童も多い。</li> <li>・昨年度は全校での課題の共通理解や場の設定、委員会と連携した取り組みを行った。しかし、年間を通して継続的に握力の練習を実施することはできなかった。今年は体育の整理運動と関連付けたり委員会での取り組みの強化を図ることで、全校共通での実践を行っていききたい。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・長座体前屈の1月の平均値が、6月の平均値を上回る。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全校で柔軟性を高める運動(前屈など)に取り組む。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育用具の整備など、授業や運動の環境を整える。</li> </ul>
		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		新体カテストの記録(6月)、校内ミニ体カテストの記録(1月)
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・気軽に柔軟性を確かめたり、高めたりできるよう、少人数教室には長座体前屈測定器を置いたり、自分のレベルや次のレベルに上がるための練習内容を掲示したりして環境を整える。</li> <li>・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。</li> <li>・柔軟性を高めることのよさが分かる掲示を行う。</li> </ul>

# 令和6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		タイミング良く動き、ねばり強くはたらく体を作ろう！
現状・課題		<p>昨年度の体カテストの結果を県平均と比較すると、一昨年度は下回っていた上体起こしと長座体前屈で改善傾向がみられたが、一方で、これまで上回っていた20mシャトルランと立ち幅跳びで県平均を下回った。</p> <p>本校の全校児童(16名)の中には、スポーツ教室に所属している児童もいるが、その割合は高くない。また、放課後友達と屋外で身体を動かして遊ぶ児童も少ない。児童の中には、体育の時間以外は運動場や体育館に行かない児童も複数みられる。日常的に身体を動かしている児童を除くと、全体的に筋力や持久力、身体調整力などに課題がみられる。</p>
目標指標・数値		20mシャトルランと立ち幅跳びの11月の記録が、5月の記録を全員更新し、さらには昨年度の当該学年の県平均値を全員が更新することを目指す。
具体的な取組	教科体育	水分補給の時間を確保しつつ、活動間のインターバルをできるだけ短くして、45分間の中での運動量を増やすようにする。また、目標記録を目指したり、勝敗を競い合ったり、その都度小さな変化を加えたりなど、児童の挑戦意欲をかき立てる活動を工夫する。
	特別活動	高学年が積極的に声を掛けて下級生を誘い、休み時間にできるだけ多くの児童が体育館や運動場で遊ぶ学校にしていく。そのために、高学年に大人数で身体を動かして楽しむ鬼ごっこ系の遊びなどを新たに紹介しながら、集団遊びのリーダーとしての資質を高めていく。
	その他	<p>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。特に、8の字は、少人数で取り組むため、本校の課題になっている筋力、持久力、調整力のいずれの向上にもつながると考え、強化月間に限らず、通年で取り組んでいく。</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		20mシャトルランと立ち幅跳びの記録測定を学期に1回(5月、11月、1月)実施していき、昨年度の県の平均値と比較しながら結果を分析する。
前年度からの変更点		昨年度は上体起こしと長座体前屈を重点課題にしてきたが、通年の取り組みの成果が少しずつ表れてきている。今年度の重点課題にはしないが、引き続き体育の準備運動時に、ストレッチングや体幹トレーニング、縄跳び、ラダー等を取り入れる。

# 令和6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 濱 中 美 咲

## ◆今年度のプラン

プラン名	はぎのっ子 体カパワーアップ大作戦	
現状・課題	<p>女子を中心に全体的に体カレベルは県平均を超える児童が多い。休み時間には、体育館で1～6年生が仲良く遊ぶ姿が見られる。異学年と遊ぶことで、同学年よりも運動能力が高い児童と触れ合えるため、よい機会となっている。</p> <p>R5体カ・運動能力調査によると、A+B群の割合は54.6%で、D+E群の割合は18.1%であり、県の平均を上回るよい評価となっている。</p> <p>しかし、長座体前屈の記録が、男子の全学年において、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	<ul style="list-style-type: none"> <li>各学年の長座体前屈の記録を、R5の県平均と同等になるまで伸ばす。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>昨年度から取り組んでいる「はぎのっ子ストレッチ」を継続して行うことで柔軟性を高める運動を多く取り入れる。</li> <li>運動が苦手な児童に対する支援を明確にする。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なくなるようにする。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>なかよしタイム(縦割り班活動)の中で、運動を取り入れた遊びを行うことで、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。</li> <li>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めあてを立てたり、声掛けをしたりすることで、体力の向上が図れるようにする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>休み時間に体育館に「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。</li> <li>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。</li> </ul>
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"> <li>6月に4～6年で体カ・運動能力調査を実施し、記録を測定する。</li> <li>11月に4～6年で「長座体前屈」「シャトルラン」を再度測定し、記録の向上した児童の割合を調査する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>休み時間に体育館に「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する。</li> </ul>	

# 令和6年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 内灘町立向栗崎小学校

校長名 英 利恵

プラン名	向っ子、のびのび向上プラン	
現状・課題	R5年度体カテストの結果を石川県と比較すると、5・6年男子では半数で県平均を上回るものの、その他の領域では多数下回っており、種目別でも「握力」、「長座体前屈」「反復横跳び」において全体的に下回っている。(様式2参照)これは、休み時間中に運動遊びをする児童としない児童の二極化が進んでいるためではないかと考えられる。また、運動遊びを行っている様子からも、特定のものに偏っているように感じる。体育や休み時間を利用して、様々な運動の楽しさを味わわせることが大切だと考える。値の低かった領域はもちろんのこと様々な運動能力をバランスよく向上させることが課題である。特に、「長座体前屈」の結果から、柔軟性を高めることが大きなポイントと考える。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレいしかわ」に全クラス参加。</li> <li>・「スポチャレいしかわ」に複数種目参加80パーセント以上。</li> <li>・かけあし運動でのめあて達成率80パーセント以上。</li> <li>・体育委員会主催の体カアップイベントの児童参加率50パーセント以上。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわを最大限活用するために、指導法のアイデアを伝え合い共有する。</li> <li>・柔軟性を高めるストレッチを準備体操に取り入れ、効果を確かめながらさらに工夫する。</li> <li>・ボール投げの能力向上のために、投げる動作を含む運動を多く取り入れ、1人1人の投球フォームを確認し正しい投げ方を意識づける。ソフトボール投げ実施の際にも的確にポイントを指導する。</li> <li>・ラダートレーニングによる敏捷性の向上を図ったり、ろくぼく・鉄棒ぶら下がりやキャッチボールによる握力向上を意図的に実施する。</li> <li>・運動の持続性、リズム感、瞬発力、敏捷性の向上を意識して、体育の授業時に短縄跳びや8の字跳びに取り組む。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・持久力を向上させるために、かけあし運動とマラソン大会に全校で取り組む。</li> <li>・体育委員会による、鬼ごっこ大会や向小オリンピックの取り組みを行う。</li> <li>・8の字跳びや短縄跳びを通した体力作り、運動習慣作りを推進するため、全校なわとび運動の期間を設け、意欲向上のための掲示・宣伝を工夫する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストを行った後、児童に得点や総合評価を知らせることにより、自分の体力について興味、関心を持たせ、今後どのようにすればよいかを考えさせる。</li> <li>・休み時間でも児童が気軽に計測できるような体カテスト企画や、運動遊び企画を実施し、記録の向上や自分の体力に興味を持って取り組めるようにする。</li> <li>・かけ足運動においては、がんばりカードを用いたり、長休みに時間帯を決めて全校で走ったりして、意欲的に取り組めるようにする。</li> <li>・マラソン大会では前年度の個人記録を事前に知らせ記録更新を目指して取り組めるようにする。</li> <li>・正しい姿勢を意識することで運動にも学習にも向上がみられることをを指導していく。</li> </ul>
	<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"> <li>・「スポチャレいしかわ」の取り組み状況</li> <li>・なわとびカードの取組結果</li> <li>・かけあし運動の取組結果</li> <li>・体育委員会の体カアップイベントへの取り組み状況</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・複数の種目で県平均を下回っているが、課題の大きい「握力」「ソフトボール投げ」「柔軟性」の記録向上を特に意識した取り組みを工夫する。</li> <li>・オリンピック開催年であることを活かし、体育委員会による体カUP運動の取り組みを強化する。</li> </ul>	

# 令和6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 清 湖 小 学 校

校長名 坂 井 昇

プラン名		体カUP大作戦 in SEIKO 2024
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度新体カテストの総合評価を県平均と比較すると【( )内は県平均】、A26. 9%(20. 1%)、B29. 9%(29. 2%)、C17. 9%(28. 6%)、D20. 1%(16. 0%)、E5. 2%(6. 0%)となった。またAB合計56. 8%(49. 3%)で、県と比べて上位層は7. 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。しかし、DE合計25. 3%(22. 0%)と下位層の人数が増えており、体力の二極化が見られる。この下位層をC層へと引き上げて、全体的な体力向上を図りたい。</li> <li>・長座体前屈の結果が6年女子以外で県平均を下回っている。</li> <li>・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。</li> </ul>
目標指標・数値		<p>新体カテストの総合評価A+Bで58%以上、D+Eで24%未満。 すべての学年で長座体前屈の県平均を上回る。</p>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育の授業の前に必ず、柔軟体操を行う。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6月を体カアップ月間とし、児童の意見をもとに体カアップの運動に取り組む。</li> <li>・10月にかけてあし運動を設け、11月上旬に校内マラソン大会を行う。</li> <li>・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運営する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・スポーツ委員会と体育担当が協力し合って、「体カ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:ストレッチ、鬼遊び等)</li> <li>・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。</li> </ul> <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		<p>【目標に対する評価】 令和5年度の新体カテストの県平均と令和6年度の清湖小学校の体カテストの結果を比べる。</p> <p>【児童に対する評価】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレいしかわ」参加クラス集計と取組結果</li> <li>・なわとびカードの取組結果</li> <li>・かけあし運動の取組結果</li> <li>・スポーツ委員会の体カアップイベントへの新しい企画数</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・6月を体カアップ月間とし、児童の意見をもとに体カアップの運動に取り組む。</li> <li>・体育の授業の前に必ず、柔軟体操を行う。</li> </ul>

# 令和6年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 内灘町立鶴ヶ丘小学校

校長名 堀井 洋一

プラン名	つるっ子体カアッププラン	
現状・課題	<p>○令和4年度体カテスト記録で総合評価は以下になっている。 【A群】27.4%、【B群】18.6%、【C群】23.0%、【D群】7.6%、【E群】1.0%</p> <p>・令和4年度から5年度にかけて、D・E群が減少し、C群が増加したが、A+B群が県平均を下回っており、平均層であるC群が多い結果となっている。</p> <p>○種目毎に見た課題は二点ある。 ・「握力」「上体起こし」で、5・6年男子以外の記録が県平均を下回った。 ・「反復横跳び」で、5年女子・6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A+B群の割合が県平均以上を目指す。 ・「握力」「上体起こし」「反復横跳び」の3種目において、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。 ・「握力」の種目では、昨年度の数値から、各学年+0.8~1.0kg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+1~2回を目標数値とする。 ・「反復横跳び」では、昨年度の数値から、各学年+2~3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、シャトルボールのラインと、ラダー運動のテープを設置し、力強さや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。 ・授業の短い時間でもスポチャレに取り組むことができるようにするために、学級で記録を掲示できる「スポチャレカード」を各学級に配布する。そのカードに、各学年の標準記録・令和5年度の県最高記録・令和5年度の鶴ヶ丘小学校の最高記録を合わせて記載することで、意欲を高める。</p>
	特別 活動	<p>・児童会主体(体育委員会)でスポチャレ種目の記録会(1学期:40m、2学期:シャトルボール、3学期:8の字)を実施する。また、記録会での結果を全校児童が見える場所(体育館、児童玄関など)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や、1校1プランなどについて、体育担当より全職員に周知する。 ・学期に1回以上各学級のスポチャレの取り組み状況についてFormで把握し、積極的な記録登録を促す。</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		
評価方法	<p>・令和6年度の体カテストの結果、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「握力」「上体起こし」「反復横跳び」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>・「スポチャレカード」を各学級に配布する。 ・児童会主体(体育委員会)でスポチャレ種目の記録会(1学期:40m、2学期:シャトルボール、3学期:8の字)を実施する。 ・学期に1回以上各学級のスポチャレの取り組み状況についてFormで把握し、積極的な記録登録を促す。</p>	

# 令和6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 杉谷 恵子

プラン名	体カアップ！ねぶっ子プラン2024	
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>昨年度の体カテストの結果から、ソフトボール投げ、50m走、反復横跳びの種目について、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	反復横跳びの記録が県平均の記録を越える学年を増やす。	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>準備運動の充実。敏捷性を高めるために準備運動にラダー運動を加え、継続して取組を行っていく。学年に応じたメニューを必ず実施し、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。</li> <li>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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>ふれあい班活動での遊びは、体を使った遊びを推奨する。</li> <li>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企画の提案をする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポチャレいしかわの全学級記録登録を推進する。</li> <li>スポチャレいしかわの取り組み期間を設定し、偏りなくどの競技にも参加することができるようにする。</li> <li>6月は「かけあし運動」、1月は「なわとび運動」の強化月間とし、基礎体力を向上させる。また、取組結果を可視化することで意欲を継続できるようにする。</li> </ul> <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	体カテストの結果から評価する。	
前年度からの変更点	県平均を下回った種目と、スポチャレいしかわの種目との運動特性が類似していることから、より一層スポチャレへの取り組みを推進していく。	

# 令和6年度 体カアップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 内灘町立白帆台小学校

校長名 長丸 茂人

プラン名	らっこプラン2024	
現状・課題	例年、白帆台小学校では体カテストにおいてどの種目も県平均を下回る数値となっているが中でも反復横跳びの種目が、4, 5, 6男女においてすべて県平均を下回る数値となっている。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男女の反復横跳びを県平均同等以上の数値にする。</li> <li>・スポチャレいしかわの取組率各学期、全学年全クラス100%にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動の中にラダー運動を取り入れる。</li> <li>・学年・学級間で指導の差がでないようにOJTでの学年に合ったラダー運動の研修を行う。</li> <li>・毎時間の体育で股上げや細かいステップを踏むような運動を準備運動で取り入れてもらう。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育委員会主催で全校参加型のドッジボール大会を企画する。またスポチャレ強化週間として「スポチャレ8の字」を高め合う場を設定する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育館にラダーエリアを設置することで簡易的に取り組めるようにする。</li> </ul>
.....		
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"> <li>・新体カテストの結果から評価する。</li> <li>・反復横跳びは、11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。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館にラダーエリアを設置し授業内で簡易的に取り組むことができるようにする。</li> <li>・前年度は反復横跳びと長座体前屈の向上を図ったが今年度は反復横跳びの向上に重点を置き実践していく。</li> </ul>	

# 令和6年度 体力アップ1校1プラン計画書(小学校)

学校名 内灘町立西荒屋小学校

校長名 木山 ちさ

プラン名	レベルアップチャレンジ西荒屋2024	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度の調査において、総合評価A+Bの割合が62.5%となり県平均(49.3%)を上回った。</li> <li>・ソフトボール投げにおいて全学年で県平均を上回ったが、握力において4年男子・女子と6年男子で県平均を下回った。</li> <li>・体育の授業が「楽しい」と「やや楽しい」と答えた割合が100%であった。(「楽しい」:80.5%)</li> <li>・体力合計得点において、4年女子が県平均を大きく下回った。</li> <li>・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81.2%であったが、4年女子では50%であった。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・握力において県平均を上回る。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>鉄棒運動やボール投げ運動に重点的に取り組む。</b></li> <li>・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))</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学期に1回、企画委員会を中心とした全校遊びを行う。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> <li>・10月中旬に、長休みに「走ろうタイム」を設け、10分間継続して走る取組を行う。</li> <li>・1月になわとびタイムを設け、長休みに取り組む。</li> <li>・<b>空き教室に握力計を設置して記録を掲示したり、児童が興味できるような掲示をしたりする。</b></li> </ul> <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"> <li>・6月と11月に握力を測定をし、県平均と比較する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業時に、鉄棒運動やボール投げ運動に重点的に取り組む。</li> <li>・<b>空き教室に握力計を設置して記録を掲示したり、児童が興味できるような掲示をしたりする。</b></li> </ul>	

# 令和6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 山崎 勝則

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。R5年度の体カテストでは、体力合計点で4年生が県平均を上回っていた。また、ほとんどの学年において、ソフトボール投げと握力の記録では、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」「長座体前屈」では、複数の学年が県平均を下回った。また、「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」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、体育の授業をしてい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)に苦手意識をもつ子が多い。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。(1校1プラン)</li> <li>・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)</li> <li>・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。(小課題)</li> <li>・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)</li> <li>・「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。)</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、すばやさを意識した動的な活動を行っていく。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・水泳学習や器械運動の授業では、体育指導員を招き、器械運動の技能や泳力の向上を図る。</li> </ul>
		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"> <li>・新体カテスト(2024年度)</li> <li>・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)</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・前年度までの本校の課題は「反復横跳び」であったため、授業の初めの準備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「上体起こし」であることが分かった。体幹の強さや筋持久力を高めるために、体幹運動やクレーチャートレーニングに取り組んでいく。また、小課題に「長座体前屈」「反復横跳び」「50m」が挙げられる。これらの記録を高めるために今年度は瞬発力、柔軟性を高めるための体づくりの遊びを中心に、取組を進めていく。</li> </ul>

# 令和6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 吉田 武

プラン名	みんなであのしく体幹走カアップ	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール投げがR5県平均と比較して上回っている学級が多い。</li> <li>＜課題＞</li> <li>・他の項目は半分以上の学級が県平均を下回っており、特に上体起こしが県平均を下回っている学年が多い。</li> <li>・点数が高い児童と低い児童の差が激しく、学年によって成績に差が大きく出ている。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度に引き続き50m走において、県平均を越える。</li> <li>・スポチャレいしかわにおいて一つでも多くの学年がブロンズを超える。</li> <li>・上体起こしの県平均記録を超える学年を3つ以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動物歩きを授業準備体操で取り入れて、体幹作りにつなげる。</li> <li>・40mリレーを年間通して何度も取り組み、タイムを短くできるようにする。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なかよし班の遊びで、体を動かす遊びを取り入れる。</li> <li>(なかよし班で動物歩きリレー、全校鬼ごっこなど)</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力調査前に県平均や体カテストの点数を掲示し、体カアップの関心を高める。</li> <li>・校舎内にケンケンパやジャンプコースを作り、気軽に体幹を鍛えられるようにする。</li> </ul>
.....		
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"> <li>・体カテスト(上体起こし、50m走)</li> <li>・スポチャレいしかわ</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度の「走カアップ」に加えて、体幹作りの運動を多く取り入れる。</li> <li>・体育だけでなく、なかよし班でも体幹や走カアップのイベントを取り入れる。</li> <li>・校舎内に楽しく体幹を鍛えられるコース作りをする。</li> </ul>	

# 令和6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 ～握力と投げる力をアップさせよう～	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・R5年度の本校の体力の総合評価が、A群+B群の割合が50.1%であった。R4年度の47.7%を上回ることができた。また、D群+E群の割合がR4年度の22.5%からR5年度は18.7%と下回ることができた。</li> <li>・体力合計点を全国平均と比較したTスコアにおいて、4年男子51.1、4年女子48.8、5年男子47.5、5年女子50.7、6年男子51.9、6年女子56.8と学年間のばらつきがみられた。</li> <li>・「ボール投げ」の項目において、6年男女を除いて大きく県や全国の平均を下回った。</li> <li>・「握力」の項目において、6年男女を除いて県や全国の平均を下回った。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本校の総合評価における「A群+B群を55%以上」を目指す。</li> <li>・本校の総合評価における「D群+E群を15%以下」を目指す。</li> <li>・「握力」「ソフトボール投げ」の項目において、平均値を上回る学年を増やす。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・投げる運動に関する単元に関連させ、「スポチャレいしかわ」への取組を実施する。</li> <li>・授業の導入時に「力試しの運動」等、握力が向上する準備運動を実施する。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・委員会の主体的な活動として、「ドッジボール大会」など、投げる力が向上する取組を実施する。</li> <li>・年間を通して、げんきっず委員会が中心となり、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」と「ソフトボール投げ」に関する運動に取り組みさせる。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「スポチャレいしかわ」に全学級が参加する。</li> <li>・投げる力や握力が向上する遊びの紹介を行う。また、ワークスペースを設置し、自由に参加できる場を提供する。</li> </ul>
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"> <li>・2学期末に「握力」と「ソフトボール投げ」の体カテストを行い、6月に実施した体カテストの結果と比較する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水曜日朝の学習では、昨年度は「握力」と「50m走」だったが、今年度は「握力」と「ソフトボール投げ」に関する運動に取り組みさせる。</li> <li>・目標指数を「A群+B群」を65%以上から55%以上、「D群+E群」を10%以下から15%以下に設定した。</li> </ul>	



# 令和6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 榎 千穂子

プラン名		うのけっ子体カアッププロジェクト
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力合計点は、前年度より増えたが、総合評価D群とE群の割合が増えた。</li> <li>・近年本校の課題である投力では、各学年男女6グループのうち県平均を下回るグループが多い。</li> <li>・上体起こしや50m走においても、平均値を下回るグループが多い。</li> <li>・今年度は、投力向上を中心に、運動量を確保した楽しい授業づくりを課題として設定する。</li> </ul>
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、3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"> <li>・投運動や投運動につながる運動を授業の中に取り入れ、投力を高める。</li> <li>・D群とE群の割合を減らすために、運動が楽しいと思える活動を入れた授業実践を通して、体力の向上を図る。</li> <li>・全学級スポチャレに定期的に取り組み、体力の向上を図る。</li> </ul>
	特別 活動	・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"> <li>・投運動や投げる運動につながる活動例を紹介し、授業において実践を促す。</li> <li>・投力アップの運動例を、資料として掲示し、実践につなげる。</li> <li>・姿勢保持の指導による腹筋の強化を図る。</li> </ul>
		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"> <li>・5・6月に実施するスポーツテストにおいて、本校と県の平均値を比較する。</li> <li>・2学期以降に、ソフトボール投げの測定を行い、5月の測定結果と比較する。</li> </ul>
前年度からの 変更点		前年度と同じく「投力」を重点的に取り組む。今年度は投力向上に加えて、D群とE群の割合を減らすことを課題として設定する。授業の中で投力向上だけでなく、体を動かすことが楽しいと感じられる運動を取り入れることで、全体的な体力の向上を図っていくこととする。

# 令和6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 尾田 洋子

プラン名		金津っ子長座体前屈向上プラン
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>令和5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4年度より、7.5ポイント上昇し、体力の向上が見られる。</li> <li>令和5年度の体力運動能力調査の結果において、5、6年生の各種目の結果は、おおむね県平均を上回っているが、4年生はほとんどの種目で県平均を下回っている。特に、長座体前屈の記録が、4年女子、5年男子以外、県平均を下回っている。</li> <li>休み時間は、体を動かす遊びをしている児童が多いが、ドッジボールが多く、遊びが「投」の運動に固定化されている。</li> <li>令和5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100%であった。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>12月に長座体前屈の追跡調査を実施し、全学年県平均よりも記録を上回るようにする。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>体育の準備運動の際に、ストレッチや柔軟など、体を柔らかくする運動を取り入れる。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>意図的に運動する活動として学期に1回程度「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、普段やらないような遊びや、様々な遊びを経験できるようにする。運営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。</li> <li>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。</li> <li>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、期間中に運営委員が中心となり、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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>
		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"> <li>12月に長座体前屈の追跡調査を実施する。</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>教科体育の準備運動にストレッチや柔軟など、体を柔らかくする運動を取り入れる。</li> <li>12月に児童対象の長座体前屈の追跡調査を実施する。</li> <li>長座体前屈の向上に絞って取り組みを行う事。</li> </ul>