

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 金沢市立泉小学校

校長名 中村 晶子

プラン名		jump・tag・catch123(いずみ)
現状・課題		・令和5年度体カテストの結果より、各学年の男女とも県平均より合計得点は全て上回っている。 ・「握力」、「20mシャトルラン」、「ソフトボール投げ」の項目で県平均を下回っている様子がやや見られる。
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	・縄跳び取り組み期間に準備運動として、30秒70回を目安とした早回し跳びに取り組む。(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)
	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、自分の頑張りが分かるようにする。 ・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す。 ・縄跳び取り組み期間の体育の準備運動で、30秒70回を目安とした早回し跳びを行う。

# 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 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！2
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・県平均を下回るとともに、アンケートで「体育が楽しい」と回答した割合がどの学年も市平均を下回っている現状からもわかる。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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を70%以上にする。</li> <li>・児童アンケートにて「運動は楽しいですか」の項目において「楽しい」と回答した児童男子75%、女子60%以上にする。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームでは、安心して参加できる環境の整備や、児童自らルールを作る場面を設定する。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康委員会や運営委員会が運動遊びを紹介したり、運動するイベントを企画・運営したりする。</li> <li>・運動場や体育館を利用して定期的な縦割り運動遊び、縦割り遠足を実施する。</li> <li>・持久走運動の取組期間を設ける。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休み時間の体育館使用割を見直したり、貸し出す用具を各教室に準備したりする。</li> <li>・「わたしの健康」にマラソン大会、縄跳び運動の結果等を記録する。</li> <li>・学校便りやホームページ等で、体力向上の取組を紹介する。</li> <li>・体力調査をもとに、学校の体力の現状について説明する。</li> <li>・規則正しい生活習慣についての保健だよりを配付する。</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・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</li> <li>・児童アンケートで「楽しい」と回答した児童の割合</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・県内児童共通の課題である持久力の改善を重点に取り組みを設定</li> <li>・運動する機会を増やすことと、意欲的に取り組めるような場の設定</li> <li>・体育の授業が楽しいと実感できる授業づくりを意識すること</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 金 沢 市 立 十 一 屋 小 学 校

校長名 荒 川 和 洋

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"> <li>・体力運動能力調査の総合評価が「E群」の児童が12.5%に増えている。「A+B群」も全国平均と比べて高くはない。全体的な体力の向上が必要である。</li> <li>・「体育が楽しい」と思う児童は65%であった。前年度より向上しているが、まだ7割に満たない。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合評価「E群」を減らし、A+B群を50%以上にする。</li> <li>・「体育が楽しい」(R5年度65%)を70%にする。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教育課程に合わせて、補助運動を提案し、取り組む。</li> <li>・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。</li> <li>・若プロを通して指導力向上に努める</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・意欲や技能向上のため、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。</li> <li>・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。</li> <li>・記録掲示により、体力向上の見える化を図る。</li> <li>・トップアスリートとの連携(スポーツ教室)を図り、意欲の向上を狙う。</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>・1学期新体力テストによる追跡調査。</li> <li>・運動に対する意識調査を行う。</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・1学期新体力テストによる追跡調査。</li> <li>・運動に対する意識調査を行う。</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 金 沢 市 立 泉 野 小 学 校

校長名 松本 恭子

プラン名	ひいらぎっ子 投力・走力 レベルUP大作戦！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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は、4・6年男子と5・6年女子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、継続していくことが必要である。そこで、体育科や委員会活動等を中心として、年間を通して全校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。</li> <li>・昨年度の体カテストの20mシャトルランでは、6年女子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学期にラン!RUN!チャレンジの走る運動を体育科の準備運動や業間等で負荷をかけながら積極的に取り組み、走力を高めることが必要である。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体カテストのソフトボール投げで全学級が県平均を上回る。</li> <li>・体カテストの20mシャトルランで半分以上の学級が県平均を上回る。</li> <li>・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15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。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1学期に5分間走、2学期にラン!RUN!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等で積極的に取り組む。</li> <li>・シャトルボールは年間を通して記録を掲示し、全校児童のボールを投げる意欲が高まるようにする。</li> <li>・体カテスト前に各学級でボールの持ち方や投げ方、走り方の指導をする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会を中心に投力・走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学級に対して表彰を行っている。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うことで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。また、様々な種類の鬼ごっこなどを企画し、全校児童が走る運動に慣れ親しむことができるようにする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</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>・体カテストの結果を活用する。</li> <li>・スポチャレいしかわを活用して、記録を更新していく。</li> <li>・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、記録を達成した学級には表彰する。また、新記録が出た際には記録表を更新し、児童の意欲を高める取り組みを行う。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各学期に1度シャトルボールと走力の強化週間を設け、ボールを投げる意欲や走力を高める意識を継続させていく。</li> <li>・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や5分間走に取り組むことで、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。</li> <li>・体育委員会を中心に投力・走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。</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 金 沢 市 立 犀 桜 小 学 校

校長名 原 裕美子

プラン名		犀桜体カアップ大作戦2024
現状・課題		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。令和5年度の体カ・運動能力調査の結果から本校の児童は、特に筋力・俊敏性・柔軟性に課題が残ることが判明した。この現状を踏まえ、筋力・俊敏性・柔軟性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。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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45%以上となるようにする。</li> <li>・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・俊敏性・柔軟性に関する種目である「上体起こし」と「反復横跳び」、「長座体前屈」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。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・「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。</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>・今年度の体カ・運動能力調査の結果から評価する。</li> <li>・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。</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度は、筋力と走能力と持久力の向上を中心に計画したが、本年度は、筋力と俊敏性、柔軟性の向上を中心に計画をした。</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 金沢市立小立野小学校

校長名 鶴岡 美津代

プラン名	目覚めよ！わたしの筋パワー！	
現状・課題	<p>昨年度の体カテストの結果から、48項目中25項目で県平均を上回っていることから、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や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であると考えられる。特にスピードが評価される50m走と、柔軟性が評価される長座体前屈が男女すべての学年において県平均を上回っていた。一方で、瞬発力などに関わる筋パワーが評価される立ち幅跳びにおいては男女すべての学年において県平均を下回り、低水準であった。これらのことから、本校の課題は、立ち幅跳びで評価される筋パワーの向上、準備運動の内容をより充実したものに改善することであると考えられる。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和7年度体カテストの「立ち幅跳び」における県平均を全校で上回る。</li> <li>・年2回実施の立ち幅跳びにおける記録の伸びを平均10cm以上にする。</li> <li>・令和7年度体カテストの総合評価A・B群の割合を70%以上にする。</li> <li>・令和7年度体カテストの総合評価D・E群の割合を10%以下にする。</li> <li>・令和7年度体カテストにおけるアンケートの「体育の授業は楽しいか」の質問項目において、「楽しい」と答えた割合を70%以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「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。</li> <li>・準備運動に筋パワーの向上につながる「ジャンプスクワット」や「リバウンドジャンプ」、「はじめの一步運動」などを全校で取り入れる。</li> <li>・体育科の授業での運動量を確保するために、準備や片付けを素早くできるようにする。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童会との連携を進め、体力向上の取り組みを活性化させる。具体的には、体育委員会が筋パワー向上のための運動遊びなどを紹介する。</li> <li>・なわとび週間、マラソン週間を実施する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教室または体育館に立ち幅跳びの県平均を示すテープを貼る。</li> <li>・スポチャレいしかわの8の字に全校で取り組む。</li> <li>・OJTによる体育授業の実技研修を実施する。</li> <li>・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。</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>・R7年度体カテストの結果</li> <li>・立ち幅跳びの測定を年2回実施し、伸び率を評価</li> </ul>	
前年度からの変更点	<p>【前年度】 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> <p>【今年度】 筋パワーが課題→体カテスト「立ち幅跳び」における伸びを重点とした。</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 金 沢 市 立 兼 六 小 学 校

校長名 松原 靖子

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2024	
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みながら、持久力向上への効果的な方策を考えていく必要がある。	
目標指標・数値	① 昨年度の本校の各学年の体カテストの結果(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、児童個人の目標周数・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。 ・学校だよりで、持久力向上の取組について紹介する。
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	年度末にシャトルランの記録を計測し、6月に実施した新体カ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6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 山口 久代

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2024	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、ドッチボールやバスケットボールなどのボールゲームや鬼ごっこが多い。</li> <li>・令和5年度の新体カテストの結果から、どの学年でも握力(筋力)やソフトボール投げ(投力)に課題が見られる。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・投力の記録を県平均に近づける。</li> <li>・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。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>※プールやマラソン、縄跳びの期間を除く</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会がドッチボール大会や的当てゲームなどのイベントを開き、全校に向けて投力を高める機会を設けていく。</li> <li>・また、スポチャレ強化月間には、休み時間にシャトルボールの記録会を企画し、投力向上の啓発をしていく。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャトルボールのクラス記録を全校に見える化し、意欲喚起を行う。</li> <li>・シャトルボールについて、職員内でルールや指導法の共通理解を図り、全校で取り組める体制を整える。</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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストの結果(投力)</li> <li>・スポチャレいしかわの結果(シャトルボール)</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大谷翔平グローブを活用することで、普段、運動に興味がない児童に対しても、運動に対する興味や関心を高めていく。的当てゲームにグローブを活用するなどして、全校が楽しく投げる運動に取り組めるように場を工夫し設定していく。</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 金 沢 市 立 長 田 町 小 学 校

校長名 太 田 数 美

プラン名	体いきいき長田っ子	
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に重点を置いて取り組んだ。体育の準備運動でキャッチボールを取り入れたり、廊下にハンドグリップを設置し「握る力→投げる力」につなげたり、スポチャレいしかわのシャトルボールにも積極的に取り組んだりした。その結果、ボール投げでは、4・5年生の男子、4年生の女子が県平均の記録を上回ることができた。今年度は、「投げる力」の向上に継続して取り組みさらなる記録向上を目指し、また、県の課題である「全身持久力」の向上にも努める。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・新体カテストの20メートルシャトルランにおいて、全学年で昨年度よりも県平均に記録を近づける。</li> <li>・新体カテストの20メートルシャトルランを年度末に再測定し、全校児童が自分の記録を上回る。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレ種目の「シャトルボール」の取組を促進する。 (取組期間ではないが、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)</li> <li>・体育の準備運動で5分間走を取り入れる。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・体カテスト取組期間中に、自由に利用、測定ができるよう廊下に握力計を設置する。</li> <li>・校内掲示を適宜活用し、目標数値の共有をしたり、体を動かすことは自分の体の健康にもつながることを示したりすることで、運動意欲を高める。</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>・新体カテストの結果で評価する。</li> <li>・年度末に再測定し、その結果で評価する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・廊下に握力計やハンドグリップを常時配置したり、スポチャレにスムーズに取り組めるよう用具と環境を整え、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。</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 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 2024 ～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。しかし、昨年度と同様に、ほとんどの学年の体力が低下している。特に握力、50m走においては、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いと考える。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・全校で「チャレンジ賞」に取り組み、達成者が7割を越える。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・「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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育委員会を中心に「明成シャトルボール大会」を行う。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・「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。</li> <li>・10月に休み時間に「走ろう運動」を全校一斉に行い、期間後には記録会を行う。</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>・新体力テストの結果</li> <li>・「スポチャレいしかわ」への記録登録クラス数</li> <li>・「チャレンジ賞」の達成者数の割合</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「力強さ」の向上を図る運動の推進をする。</li> <li>・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。</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 金 沢 市 立 諸 江 町 小 学 校

校長名 青 山 昌 美

プラン名		諸江っ子、パワーアッププラン
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童の体力向上に向けて、取り組み方の改善や取り組み期間を延ばすなど、工夫を凝らして進めてきた。</li> <li>・男子児童より女子児童に体力の低下が見られる。</li> <li>・チャレンジ賞では一昨年度に比べ、昨年度はチャレンジ賞達成者が大幅に増えたが、目標の70%には届かなかった。特に高学年でチャレンジ賞達成者が少ないという課題がある。</li> <li>・体力テストでは、全学年男女共に「握力」「上体起こし」、4・6年生の男女共に「ボール投げ」の結果が県平均を下回る結果となり、課題が残った。「筋力」「筋持久力」を中心に児童の体力が低下していると考えられる。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・なわとび・水泳・持久走のそれぞれについて、全校児童のチャレンジ賞達成率70%以上を目指す。</li> <li>・「週に1回以上体を動かしている」児童90%以上を目指す。</li> <li>・「握力」「上体起こし」「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。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「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。</li> <li>・授業の始めに諸江町小学校独自の準備体操に取り組む。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、ボール投げの力や筋持久力をつける。</li> <li>・運動委員会の児童に、「握力」「上体起こし」「ボール投げ」に課題があることを周知させ、それらが身に付くようなイベントを企画したり、休み時間に楽しめる運動を紹介したりする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鉄棒運動やボール運動などの授業研修を行う。</li> <li>・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。</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>・「チャレンジ賞」の達成者数の割合</li> <li>・児童アンケートの集計結果</li> <li>・体力運動能力調査の結果</li> </ul>
前年度からの 変更点		運動委員会の児童に、「握力」「ボール投げ」「上体起こし」に課題が見られることを周知させ、それらが身に付くような活動の企画や紹介をすること。

# 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 金 沢 市 立 森 山 町 小 学 校

校長名 佐南谷 弥生

プラン名		もりもり体カアップ2024
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度本校では上体起こしにつながる運動に取り組んできた。しかし、5・6年生男子、4・5・6年生女子の上体起こしの平均値が県平均よりも下回っていることから、昨年度に引き続き今年度も上体起こしにつながる運動に取り組む必要があると考える。</li> <li>・体力合計点が男女どの学年も県の平均より下回っていることから、さらに体を動かす機会を確保していく必要があると考える。</li> <li>・スポチャレ8の字については、異学年での教え合いの場を設けてきたことで児童の意欲が上がっているため、今年度も引き続き継続していく。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・上体起こしの学校平均を各学年の前年度の平均より2回増やす。</li> <li>・スポチャレ8の字で、各学年の目標回数を達成する。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動時に上体起こしにつながる運動(おにごっこやボール運び等)を積極的に取り入れる。</li> <li>・運動量を確保する。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上体起こしにつながる運動やなわとびの強化週間を設定する。</li> <li>・異学年での8の字跳びや縄跳びを教え合う機会を設ける。</li> <li>・運動委員会や運営委員会が企画した全校遊びに取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度の1校1プランの取組を早く確実に周知する。</li> <li>・体育館や講堂など校内に上体起こしにつながる運動の具体的な取組例を掲示する。</li> <li>・スポチャレ8の字の各学年の目標回数を設定する。</li> <li>・各クラスに8の字の縄やサッカーボールを配置する。</li> <li>・掲示板などを用いて各クラスのスポチャレ8の字の回数を掲示する。</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>・新体力テストの結果</li> <li>・3学期の校内調査の結果</li> <li>・スポチャレ8の字の目標回数の達成度。</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度よりもさらに上体起こしにつながる運動を積極的に設けてもらえるように、具体的な取組を早く確実に周知すること。</li> <li>・児童が休み時間や放課後にも遊びの一環として取り組めるよう児童の目につく場所に具体的な活動内容を掲示すること。</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 金沢市立浅野町小学校

校長名 泉 照美

プラン名	あさのっ子 トータルコーディネート作戦	
現状・課題	<p>昨年度の体カテストより</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・男子については、筋力(上体起こし・立ち幅跳び)に課題が見られる。</li> <li>・全体的に運動に親しむ習慣がついてきたので、各種目でさらに高得点を目指したい。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4、5、6年男子における上体起こしと立ち幅跳びが県平均を上回る数値を目標とする。</li> <li>・4、5、6年男女それぞれのA+B群が60%を超える。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体育の学習の最初5分を体カづくり・スポチャレの時間にする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわに、全校で積極的に取り組む。</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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度までの課題修正の取り組みから、全体的にさらなる向上を目指して取り組む。</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 金 沢 市 立 小 坂 小 学 校

校長名 田 中 修 介

プラン名	小坂っ子投力向上プラン	
現状・課題	令和5年度体カ・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・ソフトボール投げ」の2つであった。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、昨年度に引き続き、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、体カ・運動能力調査から、記録が向上した児童を160人以上(320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	<p>・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り組みや前年度に研修で学んだボール型運動について紹介し、授業で取り組むように声かけをする。</p> <p>・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」に組み込み、結果をHPIに登録する。</p> <hr/> <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・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	取り組む内容自体は前年度と同じであるが、OJTの内容や回数を増やしていく。また、スポチャレいしかわの「シャトルボール」に組み込みも、1学期から授業の導入のウォーミングアップとして各学級で練習するようになっていく。	

# 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 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。新体カテストの体力合計点では、4～6年の平均は男女とも県平均を上回っている(男子56.7(県55.2)、女子57.3(県57.1))。また、ソフトボール投げで県平均を上回る学年が増えた(2→5学級)。しかし、4年生は男女とも県平均を下回っており、総合評価の「A+B群-D+E群」の値も29.1と、R04年度の40.3から約11ポイント低下した。また、A,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、シャトルラン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だと考えた。そうすることで、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していきたい。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く。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストの総合評価(D+E)群の値を昨年度の値である23.1よりも低くする。</li> <li>・全ての学年・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。</li> <li>・水泳、マラソンの各チャレンジ賞、なわとびチャレンジカード(学校独自のものを予定)の目標達成率を、1,2年生は50%、3,4年生は30%、5,6年生は10%以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、必要な情報を提示する。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動委員会が運動のイベント(大会等)を企画・実施する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・走れ千坂っ子(体育の時間等での3～5分間走)・・・10～11月</li> <li>・とべ千坂っ子(縄跳び業間運動)・・・1～2月</li> <li>・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。</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(各種目、総合評価)</li> <li>・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</li> <li>・各種チャレンジ賞等の達成状況</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<p>チャレンジ賞は水泳、マラソンに取り組む。なわとびは独自のチャレンジカードを準備する。各チャレンジ賞、チャレンジカードの目標値を変更した(昨年度実績をもとに判断)。</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 金 沢 市 立 夕 日 寺 小 学 校

校長名 高 木 布 三 代

プラン名	夕日っ子チャレンジ2024	
現状・課題	<p>&lt;現状&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・A、B評価の児童の割合は、55.3%(R4)から53.8%に減少</li> <li>・D、E評価の児童の割合は、18.1%(R4)から19.6%に増加</li> <li>・上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳びがほとんどの学年で県平均を上回っている。</li> </ul> <p>&lt;課題&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの学年で県平均を下回っていたソフトボール投げでは、6分の3が○に改善された。しかし、一部の児童の遠投による結果とも見て取れるため、全体の投げる力がついていないと考える。</li> <li>・水泳、持久走、縄跳びの取組における各自の目標達成率は70%を上回ったが、学年間格差が大きい。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール投げの平均値を、前年度よりプラス2メートルを目指す。</li> <li>・水泳、持久走、縄跳びの取組における各自の目標達成率を、各学年において、70%以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャトルボール大会を実施する。</li> <li>・短縄大会、8の字縄跳び大会を実施する。</li> <li>・「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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康委員会が、シャトルボールの紹介動画を作成する。</li> <li>・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。</li> <li>・縄跳びの取組み期間を設ける。</li> <li>・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。</li> <li>・縦割り遠足を実施する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・体力調査前にボールの持ち方、投げ方を確認する。</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	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、「各学年において」として掲げた点。	



# 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 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		体を動かすことが好きな児童が多いためか、新体力テストの総合評価の割合は県平均と比較しても高い数値となっている。ただし、体の柔らかさを確かめる長座体前屈は男子、女子ともに県平均値を下回る記録を出している学年があるため、柔軟性を高める必要がある。柔軟性は他の運動特性と異なり、継続して取り組まなければ高めることは難しいため、手軽に行える取り組みを考える必要がある。 A+B群の総合評価の割合が約58%と高くなっているため、この数字を維持する必要がある。
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・A+B群の総合評価の割合を55%以上を目指す。</li> <li>・D+E群の総合評価の割合を15%以下にする。</li> <li>・チャレンジ賞達成率を70%以上にする。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・プロスポーツ選手(野球、サッカー、ハンドボール)を招聘し、体験活動を行う。</li> <li>・「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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・器械運動の学習で、運動の行い方を示す動画や資料を作成する。</li> <li>・準備運動にラダーを使った運動を取り入れる。</li> <li>・年間を通してなわとび運動を準備運動に取り入れる。</li> <li>・準備運動に「なわとび若いカダンス」を取り入れ、楽しみながら体を動かすことに取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・猫背などの悪い姿勢が身につくと、運動にも支障が出るため、学習部の児童の姿勢に関する取組と連携していく。また保健だより等で児童の姿勢改善を啓発する内容を発信する。授業開始前に簡単にできる15秒ストレッチを紹介する。</li> <li>・体力調査前に、ボールの持ち方、投げ方を確認する。</li> <li>・県立大学宮口先生と連携し、実技講習やなわとび運動の紹介などをしていただく。</li> <li>・県記録を示すコーナーを設置する。</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>・長座体前屈の本校の平均値と県平均値の比較。</li> <li>・体力総合評価A+B群の割合を55%以上、D+E群の割合を15%以下。</li> </ul>
前年度からの 変更点		長座体前屈に重きを置いた点。

# 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 金沢市立浅野川小学校

校長名 横江 眞

プラン名	浅野川っ子体カアップ2024	
現状・課題	休み時間には、多くの児童が運動場や体育館で遊んでいる。 R5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。そんな中で課題となるのは力強さだととらえている。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合評価A・B群の割合50%以上にする。</li> <li>・総合評価D・E群の割合を20%以下にする。</li> <li>・50m走の記録を2学期後半に再度調査を実施し、記録が向上した児童100%にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<b>【準備運動の工夫】</b> ・時間走や距離走を準備運動に取り入れる。低学年は鬼ごっこ等の運動遊びを取り入れる。4年生以上は体力向上の取り組みの1年間のまとめとしてリレーマラソンに挑戦する。 <b>【場、教具、規則、ルールの工夫】</b> ・用具を1人1つ使えるようにする。 <b>【主体的に課題解決を図る学習展開】</b> ・友達と競争する楽しさだけでなく、個人、集団の成長の喜びを感じられるような目標を設定する。
	特別 活動	<b>【学校行事の充実】</b> 縦割り班を使って運動遊びをしたり、なわとびやダンスを教えたりする機会を設ける。
	その他	<b>【体カテストの実施方法等の工夫】</b> ・体カテストの計測方法について研修を行う。 ・昨年度の自身の記録や学校、県、全国平均をもとに目標を決める。
スポチャレいしかわの取組予定( 有 ) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力調査の結果で評価する。</li> <li>・2学期に50m走を再度計測し、その結果で評価する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・50m走の記録の向上を目標にした点</li> <li>・リレーマラソンを4年生でも実施する点</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 金 沢 市 立 鞍 月 小 学 校

校長名 本 間 啓 子

プラン名	鞍月っ子みんなで投力アップ	
現状・課題	R5年度は4～6年生を男女別に分けた6グループ中5グループが県平均を下回る結果となった。投げる力の向上のため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。	
目標指標・数値	ボール投げについて、全学年男女ともに県平均・国平均を超えること	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全校を挙げて取り組むために、重点取組期間を設定し「鞍月っ子みんな(各学年、各学級)」で取り組む意識をもたせる。</li> <li>○体育科の導入時に投力アップ体操を取り入れる。</li> <li>○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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体育委員会と連携し、投力アップのための遊びを紹介したり、イベントを企画・運営したりする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○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、教師だけでなく、児童にも改善意欲を持たせるようにする。</li> <li>○しめ玉投げの各クラスの得点を年間を通して掲示することで、競争意識を持たせる。</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 ソフトボール投げ</li> <li>・年度末に抽出学級によるソフトボール投げの再測定</li> <li>→昨年度と今年度の体カテストの結果、そして再測定した結果の3つのデータの比較</li> </ul>	
前年度からの 変更点	昨年度は、年間を通してしめ玉投げに取り組み、投力の向上に焦点を当てていたが、年間を通して継続的に取り組むことが難しかった。そのため、体育の導入時に短い時間でもできる投力アップ体操を取り入れ、継続して取り組むことができるようにする。しめ玉投げについては重点取組期間を設け、記録を取るようにする。また、体育科の授業の中だけでなく、体育委員会とも連携することで休み時間などにも投げる遊びができるようにしていく。	

# 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 金 沢 市 立 栗 崎 小 学 校

校長名 長 田 博 美

プラン名		走って！投げて！栗っ子体カアップ
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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5年、女子5・6年であった。</li> <li>・昨年度の体カテストをもとにした本校の課題は、「握力」、「50m走」、「ソフトボール投げ」である。</li> <li>・「握力」は男子5・6年、女子4・5年、「50m走」は男子4・5・6年、女子4年、「ソフトボール投げ」は男女4・5・6年がが県平均を下回っており、強化が必要である。</li> </ul>
目標指標・数値		新体カテストの「握力」「50m走」「ソフトボール投げ」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"> <li>・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。また、「鬼ごっこ」では、動き始めや方向の切り替えの速さ、重心の移動を意識し、「ソフトボール投げ」につなげられるようにする。</li> <li>・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。</li> <li>・楽しみながら運動に取り組めるように、大谷グローブを使用したり仲間とのかかわりを大事にしたりしながら学習を進める。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・投力アップ期間を設ける。(5月～6月)</li> <li>・持久力アップ期間を設ける。(10月)</li> <li>・なわとび運動期間を設ける。(12月～1月)</li> <li>・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。</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		・新体カテストによる数値評価をする。(握力、50m走、ソフトボール投げ)
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・正しい動きを動画で共有するだけでなく、実際に正しい動きになっているか児童同士確認する場を設ける。</li> <li>・1日の睡眠時間が8時間以上の割合が約半数だったことから、運動実施時間や朝食の有無だけでなく、睡眠時間の必要性も伝える。</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 金沢市立大野町小学校

校長名 加藤 政昭

プラン名	<b>楽しく 正しく 体カアップ</b>	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和4年度における総合評価は、A+B群(31.0%) C+D群(33.2%)であった。令和5年度では、A+B群(59.8%) C+D群(12.9%)であり、大きく向上した。</li> <li>・学校全体の課題として、「上体おこし」「20メートルシャトルラン」「立ち幅跳び」の3種目で県平均を下回る学年が多い。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合評価A+B群の割合を前年度(59.8%)以上にする。</li> <li>・総合評価C+D群の割合を前年度(12.9%)以下にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業では、①集合回数の減少 ②十分な器具の準備 ③きびきびとした行動 をめざし、運動量を確保し、運動の楽しさを十分に味わうことができるようにする。</li> <li>・授業の導入部分では、主運動に関わる準備運動に取り組む。</li> <li>・小教研体育部会作成の資料を参考に、教師間差ができないようにする。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種チャレンジ賞の結果やスポチャレの取り組みを紹介し、児童の意欲を高める。</li> <li>・縦割りグループや運営委員会が計画した全校遊びを通して、楽しく運動する機会を増やす。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストでは、正しい測定の仕方やコツを教職員間で共有し、学級間差をなくす。</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>・新体カテストの総合評価A+B群の割合、C+D群の割合を前年度と比較する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>「立ち幅跳び」を中心に、各種目の計測の仕方やコツを教職員間で共有し、児童が正しく計測できるようにする。</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 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"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・記録が10cm以上向上した児童50%以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6月上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できるようにする。</li> <li>・準備運動に跳躍の要素を取り入れた運動を行う。</li> <li>・単元によってはラダーを準備運動に取り入れる。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・縦割り遊び(おおなわ大会)を実施する。</li> <li>・健康委員会による縄跳びの技紹介を実施する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・けんぱコーナーを体育館とピロティの入り口、多目的室に設置する。</li> <li>・立ち幅跳びや垂直跳びコーナーを多目的室に設置する。</li> <li>・全校でスポチャレの「8の字」に挑戦する。</li> <li>・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。</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。</li> <li>・何人の児童が目標である「10cm以上記録を伸ばす」が達成できたか集計する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<p>各項目ごとの身体の使い方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>体カテストの意欲向上のために、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る。</p> <p>記録の上位者を匿名で掲示する。</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 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R5年度の体カ・運動能力調査の結果は、総合評価ではA群が高く、体カ合計点も多くの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"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マラソン大会を実施する。</li> <li>・なわとび大会を実施する。</li> <li>・年2回の遠足を実施する。</li> <li>・運動委員会が運動を楽しむことができる体育イベントを企画する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</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	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6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 小 泉 敦 嗣

プラン名	握力向上運動で握力パワーアップ！	
現状・課題	<p>昨年度の新体カテストの結果では、「握力」が男女ともに全国・県平均を下回るという結果となった。その点を踏まえ、昨年度は「戸板体操」をメインとして握力の向上を図ったが、記録の向上は8割以上には満たなかった。このことから、戸板体操だけでは握力の向上は難しいことがわかった。また、昨年度は学校行事の関係から、鉄棒運動の実施期間が少し短くなってしまった。鉄棒運動の単元の指導時数は終えることができたが、チャレンジカードに取り組む期間は短かった。</p> <p>以上を踏まえ、本年度も「握力」を向上させることに重点を置き、様々な握力向上運動の取り組みの実施、鉄棒運動の実施期間を長くする必要がある。</p>	
目標指標・数値	<p>新体カテストでの握力の記録と2学期にとる握力の記録とを比較し、握力が向上した児童を7割以上にする。</p>	
具体的な取組	教科 体育	<p>①体育科授業のはじめに学校独自の「戸板体操」を行う。戸板体操には、手を握る運動が取り入れられており、握力向上に繋がるほか、柔軟性、敏捷性も向上するため、学校全体で取り組むこととする</p> <p>②鉄棒運動の単元を学習する際に、ウォーミングアップとして支持姿勢、ぶら下がり、豚の丸焼き等の体を握力中心で支える運動を15秒間キープして行う</p>
	特別 活動	<p>①体育委員会が握力向上のための創造的活動を考え、実践する</p> <p>②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</p> <p>・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)</p> <p>・チャレンジカード・・・水泳(6～7月)、走ろう月間(11月)、短縄(1月)</p>
	その他	<p>①握力の向上のため、清掃活動において、机・いすは持ち上げて移動するように声かけを行う</p> <p>②全校で朝の短い時間にゲーパ一運動に取り組む</p>
<p>スポチャレいしかわの取組予定( 有 ) ←有・無のどちらかを記入</p>		
評価方法	<p>1学期に行われる「新体カテスト」において、4年生から6年生の握力の数値を記録する。その後、握力を向上させる様々な運動を経験させ、2学期の後半に再度4年生から6年生の握力の記録をとる。新体カテストでの記録と2学期後半にとった記録とを比較し、記録が向上した児童が7割以上になった場合に計画が有意であったとみなす。</p>	
前年度からの 変更点	<p>①戸板体操に加え、様々な握力向上運動を実施する</p> <p>②鉄棒運動に取り組む期間を長くする</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 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"> <li>●「現状」 反復横とびでは、全学年で女子が全国平均を上回っている。また、どの学年でも男子が上体起こし、長座体前屈では全国平均を大きく上回っている。昨年度よりも全体的な体力の向上が見られる。</li> <li>●「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、50m走でも県平均を下回った学年が多かったため、瞬発力の向上にも力を入れる必要がある。休み時間、体育の「体づくりの運動遊び、体づくり運動」領域等で、投げる機会や楽しく体を動かす機会を設定する。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわ(8の字跳び)で、全クラスがブロンズ記録を達成。</li> <li>・スポチャレいしかわ(シャトルボール)で投力の向上をはかる。</li> <li>・スポチャレいしかわ(40m)で、走力や体を巧みに動かす力の向上をはかる。</li> <li>・スポチャレいしかわ(長なわ)で、タイミングやリズムカルな動きの向上をはかる。</li> </ul> ※各種目に取り組み、初めと終わりの数値を比較し、記録の伸びを見取る。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・石川なわとび検定のなわとびを準備運動等に取り入れる。</li> <li>・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。</li> <li>・異学年交流を通して、運動の仕方、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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会主催による、スポチャレの種目「8の字」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。</li> <li>・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。</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、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。</li> <li>・1学期:8の字、2学期:短なわ・マラソン、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。</li> <li>・スポチャレの4種目に取り組む。</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		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・記録登録最終日まで取り組み、集計・評価する。</li> </ul>
前年度からの 変更点		8の字跳びの記録が全クラスブロンズ賞を達成

# 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 金 沢 市 立 押 野 小 学 校

校長名 森 田 清 治

プラン名	おしのっこラン・ラン大作戦2024	
現状・課題	<p>現状 昨年度と比較して、A・B群の割合が1ポイント減、C・D群の割合が5ポイント増となっていることから、全体的に体力が低下している。校内アンケートにおいて、「休み時間に積極的に体を動かしている」と答える児童も少しずつ減少傾向にある。</p> <p>課題 体力テストの結果から今年度も「20mシャトルラン」「50m走」「ボール投げ」の記録が県平均よりも下回り、特に全身持久力が本校の課題であると考えられる。</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"> <li>・「小学校体育指導の手引き」を活用し、各領域において指導のポイントとなる所を紹介する。</li> <li>・関連する領域において、準備運動でスポチャレいしかわの種目を積極的に行う。</li> <li>・教材や教具の紹介等だけでなく、授業作りについてもOJTを行い。職員全員で体育科の授業力の向上を図る。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・持久走月間では校内チャレンジ賞、縄跳び月間では縄跳び名人などの基準を設定し、児童の意欲を高められるようにする。また、達成者を掲示し、賞賛する場を設定する。</li> <li>・体育委員会が中心となって、全校児童が運動に親しむことができる企画を実施する。</li> <li>・体育館に、バトンスロー、的当て、立ち幅跳びなどの運動が気軽にできる場所を設置する。</li> <li>・大谷翔平グローブを活用できる場を設定する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テストの結果を分析し、本校児童の課題について職員に周知する。</li> <li>・体力向上だよりを発行し、簡単に行える運動遊びなどを紹介する。</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>・体力テストの結果・考察と職員への周知</li> <li>・2学期後半に「20mシャトルラン」(4～6年)「50m走」(全学年)の再調査</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・50m走の再調査の対象を全学年に変更。</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 金 沢 市 立 米 丸 小 学 校

校長名 沖 田 拓

プラン名		米丸小パワーアッププラン
現状・課題		<p>本校の児童は運動好きな児童が多く、体育の時間を楽しみにしている児童も多い。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。R5年度のアンケート結果からも「体育の授業は楽しいか」という質問に対し、肯定的回答が90%である。</p> <p>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。昨年度の新体カテストの結果からもA群(19.0)の割合は県平均(18.7)を超えているが、DE群(29.6)の割合は県平均(22.5)を大きく下回っている。</p>
目標指標・数値		<p>新体カテストの総合評価DE群が合わせて県平均以下にする。          ※R5米丸小 県平均より+7.1%</p>
具体的な取組	教科 体育	<p>1. 運動量を確保し、正しい技能を身に付けさせるために、運動のポイントを明確にした指導を意識する。さらに「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。</p> <p>2. チャレンジ賞(水泳・持久走・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。</p>
	特別 活動	<p>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。</p> <p>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。</p>
	その他	<p>1. マラソントイム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する。</p> <p>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。</p> <hr/> <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. R5年度と今年度の体カテストの結果を比較し評価する。</p> <p>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。</p> <p>3. 児童アンケートの「休み時間に体を動かしていますか」の結果と数値の推移から評価する。</p>
前年度からの 変更点		<p>運動量を確保し、正しい技能を身に付けさせるために、運動のポイントを明確にした指導を意識する。</p> <p>校内OJTを充実させ、教職員の体育の授業に対する意識の向上をはかる。</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 金 沢 市 立 三 馬 小 学 校

校長名 井 表 照 雄

プラン名	バランスのとれた体カ・運動能力の育成を目指して	
現状・課題	三馬小学校の今後の体カの課題は「持久力」と「俊敏性」+「体の使い方」と考える。また、総合評価のD、E群が増加傾向であることも課題であり、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、50%以上のシルバー達成を目指す。チャレンジなわとび、チャレンジマラソンに取り組み、チャレンジ賞達成率75%以上を目指す。	
具体的な取組	教科 体育	スポーツテストの提案とあわせて、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	<p>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。また、JSP0から出ている「投げる動き」の5つの発達段階の特徴で子どもたちを見て、褒め・認める声かけをしていく。ウォーミングアップでは、ムカデドッジボール・ろくむし・爆弾ゲームなどの遊びを取り入れ、楽しみながら投げることに親しませていく。</p> <p>チャレンジマラソン(10月実施予定) スポチャレいしかわシャトルボール(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)</p> <hr/> <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	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でチャレンジ賞75%以上の達成。	
前年度からの 変更点	シャトルボールの取り組みのウォーミングアップで様々な投げる遊びを発達段階にあわせて取り入れることとした。また、JSP0から出ている「投げる動き」の5つの発達段階の特徴で子どもたちを見て、褒め・認める声かけをしていく。	

# 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 金 沢 市 立 富 樫 小 学 校

校長名 佐 田 周 一

プラン名	富樫っ子体カアッププラン2024	
現状・課題	<p>昨年度は、反復横跳びの平均は456年男女、すべての項目において県の平均を上回ることとなった。また、体カテストの総合評価はD群が全体の9.8%、E群が3.8%、合わせて13.6%となり、県の平均を下回った。なわとびチャレンジ賞の達成者数は、現状では学年が上がるほど、達成率が下がっている。ソフトボール投げの記録が向上できなかったことから、より効果のある取組を行う必要がある。今年度はスポチャレ「シャトルボール」の取組に力を入れたい。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。一昨年と比較し、全体的に体力の向上が見られたため、昨年度の取組を継続して行っていきたい。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール投げの平均を、県水準まで引き上げる。</li> <li>・体カテストの総合評価E・D群を合わせた割合が、県の平均を下回るようにする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・単元に応じてICTを活用した授業を行い、児童が自身の運動の動きを確認できるようにする。</li> <li>・ティーボールや体作り運動の際にはゲーム化を行い児童が楽しみながら体を動かすような工夫を行う。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、なわとび遊びの幅を広げる。</li> <li>・児童集会で、縄跳びの技の紹介を行う。(体育委員会)</li> <li>・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)</li> <li>・縄跳びやシャトルボール等で学年間での交流を行う。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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)</li> <li>・長休みに全学年7分間走(ランランタイム)を行う。(10、11月)</li> <li>・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)</li> <li>・各クラスのシャトルボールの結果を掲示する。</li> </ul>
評価方法	<p>スポチャレいしかわの取組予定( 有 ) ←有・無のどちらかを記入</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2024年度体カテストの結果分析</li> <li>・2024年度キッズランニング1kmあたりのタイム(経年比較)</li> <li>・2024年度なわとびチャレンジ賞の達成割合</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科体育におけるICTの活用</li> <li>・シャトルボールの結果を掲示</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 金 沢 市 立 額 小 学 校

校長名 濱田 貴宏

プラン名		ぬかっ子持久力アップ計画
現状・課題		<p>昨年度のアンケート「体育の授業は楽しいですか」の項目では、肯定的な評価をした児童が90%となり、前年度からの取り組みの効果が見られた。一方で「運動やスポーツをすることは好きですか」の項目では、肯定的な評価をした児童は79%、「体力に自信ありますか」の項目では、肯定的な評価をした児童は68%と低い結果となった。</p> <p>新体力テストの結果でも20mシャトルランの結果は小6女子以外全ての学年で県平均を大きく下回っており、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"> <li>・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。</li> <li>・「体力に自信ありますか」の回答で、肯定的な評価をした児童の割合を75%以上にする。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業の導入時に、準備運動として折り返しの運動や鬼ごっこなどの楽しく運動量が確保できる運動に全校として取り組む。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会主催の体力向上のためのイベントを企画することで、遊びの中で体を動かす機会を確保する。</li> <li>・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。</li> <li>・遠足や宿泊体験学習での登山体験等を通して、体力強化とあきらめない心を育てる。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体力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。</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>・二学期末に、20mシャトルランの記録を計測し、新体力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。</li> <li>・二学期末に、「体力に自信ありますか」のアンケートを行い、昨年度の結果と今年度の新体力テストとの結果と比較して、持久力に対する児童の捉え方を評価する。</li> </ul>
前年度からの変更点		<p>前年度から「持久力アップ」を目標に全校で体育授業の改善等に取り組んだ。その結果「体育の授業は楽しいか」のアンケート結果では大幅な改善が見られた。今年度はより「持久力アップ」に焦点を当て、児童が意欲的に取り組むことができるような活動の工夫に取り組んでいく。</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 金 沢 市 立 内 川 小 学 校

校長名 坂 下 功

プラン名		うちかわ体カアッププラン
現状・課題		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する。 3年生以上は、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ることができる。昨年度の体カテストの結果を見ると、反復横跳びと上体起こしでは多くの学年で県平均を下回っている。
目標指標・数値		「反復横跳び」と「上体起こし」で県平均を目指す。
具体的な取組	教科体育	・準備運動に様々な形態のおにごっこを取り入れることで敏捷性や粘り強さを高める。その際に、体の使い方や動かし方を指導する。 ・各学年・男女別の平均回数や得点表を掲示し意欲を高める。
	特別活動	・全校体育(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、異学年で楽しみながら体力向上を図る。 ・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、体力を高める
	その他	・コミュニティバスや自家用車の降車場所を公民館(学校の約600m手前)にし、登り坂道を歩いて登校する。 ・スポチャレ8の字なわとびに取り組むことで、敏捷性を伸ばす。
		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		2学期に「反復横跳び」「上体起こし」を再度測定し、結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、「柔軟性」に課題がみられたが、改善が見られたため、敏捷性や粘り強さに重点をおくことにした。

# 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 金 沢 市 立 犀 川 小 学 校

校長名 米 田 寛 子

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3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たため、昨年度は「走る力」、特に50m走を重点に体力の向上を図ってきた。令和5年6月実施の新体カテストでは6年男子、5年女子、6年女子の3集団は県平均を上回ったものの、4年男子、女子、5年男子は県平均を下回った。その後、2学期末に行った50m走では6集団とも県平均を上回ることができた。しかし、これは半年で自然についた体力の向上が原因かもしれない。そこで、今年度も引き続き50m走に重点をおき、取組を行っていく。	
目標指標・数値	・スポチャレいしかわ「40m走」において、全学級がブロンズ記録を達成する。	
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	・スポチャレいしかわ「40m走」において、ブロンズ記録を達成した学級の割合で評価する。	
前年度からの 変更点	前年度は11月に50m走をもう一度実施し、取組みに対する評価を行ったが、今年度は3学期まで評価できるように、スポチャレいしかわ「40m走」で評価することとした。	



# 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 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、素早く動く力を身につけよう！湯涌っ子体カアップ2024	
現状・課題	多くの種目で全国平均、県平均を上回ることが出来た。教科体育や、特別活動などで運動能力を高める活動や取り組みを積極的に行ったことが要因と言える。しかし「20mシャトルラン」は5年男子、4年女子、5年女子「反復横跳び」に関しては4年男子、4年女子、5年女子、6年女子が県平均を下回っている。20mシャトルランに関しては昨年度から意欲的に持久力を高める取り組みを行っていることで昨年度より一定の向上は見られたが、運動経験・運動習慣が十分でない「敏捷性」に課題がみられる。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「20mシャトルラン」「反復横跳び」で昨年よりも県平均を上回る学年・男女を増やす。</li> <li>・(A+B)群－(D+E)群 65パーセント以上(前年度63.6%)</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動で行うランニングは、野外では250m走、体育館では3分間走を行い、学期や年間を通した目標を設定したり、走った距離を記録したりする。</li> <li>・「敏捷性」を高める持続的な運動(なわとび運動、ラダー運動等)を準備運動に取り入れる。</li> <li>・長距離走では、走る距離を長くしながら練習し、ペース走を繰り返して、目標値を設定してタイムトライアルを行う。</li> <li>・水泳ではゆっくり長く泳ぐ練習や、短い距離を速く泳ぐ練習を本数を増やしながら行う。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動的な行事を時期の偏りがないよう取り入れる。(運動会、プール開き、マラソン大会等)</li> <li>・水泳チャレンジカード、マラソンチャレンジカード、縄跳びチャレンジカードの活用。</li> <li>・マラソン記録会や縄跳びチャレンジに向けて休み時間に練習をする。</li> <li>・クラブ活動のウォームアップに縄跳びや鬼ごっこなどを行い、楽しみながら敏捷性や全身持久力の向上を図る。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健室前に、養護教諭から体力向上と食事についての掲示をする。</li> <li>・朝礼前や昼休みに、体育館や運動場を開放し、ポールなどを貸し出して、運動を奨励する。</li> <li>・スポチャレいしかわに継続して取り組む。</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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学期のはじめと終わりに20mシャトルランと反復横跳びの計測を行い年度初めに行った記録と比較し評価する。</li> <li>1学期＝5月・7月 2学期＝9月・12月 3学期＝1月・3月</li> </ul>	
前年度からの変更点	今年度は昨年度の新体力テストの反復横跳びの結果から、敏捷性に課題がみられるため、縄跳び運動やラダー運動を授業の前半に取り入れる。	

# 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 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2024
現状・課題		<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度の新体カテストの結果より、本校の児童は特に走力・持久力に課題が見られる。</li> <li>・本校の体育館、運動場の使用割は、学級数、児童数が少ないため、大変余裕がある。</li> <li>・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、児童の体力や運動技能をの向上を目指す。</li> <li>・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。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・持久力・走力の記録を県平均に近づける。</li> <li>・新体カテストにおいて、総合評価DとE群の児童を22%以下にする。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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企画したり、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。</li> <li>・縦割りグループでの仲良さ遊びを取り入れ、仲間と体を動かす楽しさを味わうことができるようにする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・ICTを活用が効果的な単元においては、タブレットPCを使用する。</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</li> <li>・スポチャレの取組結果</li> <li>・教員アンケートの結果</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度、体育委員会による企画が出来ず仕舞いだったので、運動遊びを昼休みに実施するなどできると良いと考えている。</li> <li>・昨年度は後期から縦割りグループが発足したが、今年度は前期から発足できているので、縦割りグループでの仲良さ遊びを定期的に設けたい。</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 金沢市立医王山小学校

校長名 山口 将世

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	昨年度は総合評価のD群を20%以下にすることを目標としていた。D群の結果は12%と目標値に達することができ、(A+B)群-(D+E)群の数値も向上することができた。他群の状況では、B群に増加がみられた一方でE群も増加しており、運動を苦手としている生徒が依然として多い状況である。各学年においては、6年生の男女と4年生の女子がほぼ全ての種目において県平均を下回り、5年生の女子と4年生の男子は、県平均を上回る種目が多く、学年によって差が生じている。 種目別では、握力・上体起こし・シャトルランの数値が県平均よりかなり下回っている傾向がみられる。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>筋持久力、全身持久力を中心に向上をめざす。</li> <li>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。</li> <li>総合評価のD群を20%以下、E群を6%以下にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>準備運動時の補強運動や「からだづくり運動」などの各運動領域において、筋持久力、全身持久力につながる運動内容を工夫し補強を図る。</li> <li>2学期初めの「からだづくり運動」でも体カテストをして、1回目との比較を行う。</li> <li>運動が苦手な児童にも目標を設定し、取り組みやすいような個の能力に応じた運動内容や場の工夫を行う。</li> </ul>
	特別活動	クラブ活動を中心に、遊びやゲームを通して、児童同士関わりを持たせ、体力向上の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。(チャレンジカードの作成)
	その他	長休み、昼休みなど活用する等、時間の確保や遊びの環境を整え、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"> <li>体カテストを2回実施し、目標数値に達しているか確認する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	運動が苦手な児童にも目標を設定し、取り組みやすいような個の能力に応じた運動内容や場の工夫を行う。	

# 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 金 沢 市 立 森 本 小 学 校

校長名 坂 井 文 代

プラン名		森本っ子体カアッププラン
現状・課題		<p>昨年度の体カテストの質問紙から、「体育の授業は楽しい」と答えている児童は90%を超えている。しかし、メディアの視聴時間は約半数の児童が2時間を超えている。体を動かすことは好きだが下校後は体を動かして遊ぶよりゲームや動画を視聴して過ごしているようだ。</p> <p>体カテストの結果から、柔軟性とボール投げ、立ち幅跳び、50m走などの力強い動きの項目において県平均を下回っている学年が多い。遊びや体育の授業を見ても、得意な運動種目に偏りがあり、経験したことのない遊びや運動が多い傾向にある。また、体力面において特に優れている児童の数もあまり多くなく、平均的な児童が多い。</p>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・長座体前屈が県平均を上回れるようにする。</li> <li>・体カテストの総合評価A群+B群が50%を超えるようにする。</li> <li>・チャレンジ賞(なわとび)達成率75%を目指す。</li> </ul>
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育科の授業において、30分間体を動かすことができるような授業展開を工夫する。</li> <li>・授業の始めに3分間走を行い、持久力を高める。</li> <li>・「森モットくん体操」(昨年度の体カテストの結果より劣っている力を補強するための運動)を毎時間の体育で積み重ねることで、体カアップにつなげる。</li> <li>・学習カードを学年でそろえたり、他学年との系統を考えて作成したりして、全体の力が向上できるようにする。。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1000m記録会を全学年で実施し、自己の成長がわかるように「わたしの健康」に記録していく。</li> <li>・1000m記録会に向けて、3分間走強化期間を設ける。</li> <li>・なわとび強化月間を設けて、全校で縄跳びに親しむ。</li> <li>・たてわり活動「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、競い合ったりして楽しむ。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわの「8の字」に全クラスが取り組む。</li> <li>・チャレンジ賞を多くの児童が達成できるように、目標を立て目標達成に向けて学年で声掛けを行う。</li> <li>・若プロで体育の校内実技研修を行う。</li> <li>・親子ふれあいデーを毎月1回実施し、メディアの視聴時間を減らす。</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>・抽出クラスによる「長座体前屈」と「ボール投げ」の記録の伸びを確認する。(6月と12月)</li> <li>・1000m記録会の昨年度との記録の伸びを調査する。</li> <li>・チャレンジ賞</li> <li>・メディアの視聴時間の調査。</li> </ul>
前年度からの変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度まで実施していた「8ッピーもりもとたいそう」の内容を、児童の実態を踏まえた内容に見直し、「森モットくん体操」とした。</li> <li>・メディアの視聴時間を減らす取り組みを入れた。</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 金 沢 市 立 花 園 小 学 校

校長名 中 野 和 人

プラン名	花の子 体カアップチャレンジ	
現状・課題	昨年度の体カテストの結果は、4・5・6年男女ともに、握力、ボール投げは県平均・全国平均を上回っていたが、その他の項目においては、学年、性別により、県平均を下回っている項目が見られる。特に、令和5年度の6年男子においては、反復横とび、20mシャトルランで、全国・県平均を大きく下回り、持久力、俊敏性に課題が見られた。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストの「反復横とび」「20mシャトルラン」の項目で、県平均を50とした場合の測定値で50以上を目指す。</li> <li>・持久力走・縄跳びについて、各学年のチャレンジ賞達成率70%を目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全学級において、体育の授業の導入時に、3分間走に取り組む。ただ走るだけでなく、スキップ、横とび、ジグザグ等の場を設置したり、音楽に合わせて走ったりするなど、児童が楽しみながら体カ・運動能力を高めることができるようにする。</li> <li>・友だちと楽しく関わりながら、持久力や俊敏性の向上を図ることができる運動を取り入れる。(おにごっこ、スポチャレいしかわ等)</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・持久力走と縄跳びの強化週間を設定し、運動の機会を確保する。個人カードを作成し、各学年の目標を達成したら、チャレンジ賞として表彰する。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレへの参加を奨励し、いつでも取り組むことができるよう体育館の環境整備を行う。スポチャレの記録を校内掲示し、伸びを可視化することで、児童の運動への意欲を高める。</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>・年度末に、反復横とび、20mシャトルランの記録を計測し、新体カテストの結果と比較して伸びを評価する。</li> <li>・持久走や縄跳びにおけるチャレンジ賞の達成率を評価する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもが運動することの楽しさを実感できるような場の設定を工夫する点。</li> <li>・持久力と俊敏性の向上に焦点化する点。</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 金沢市立不動寺小学校

校長名 上野 博枝

プラン名	不動寺っ子体カぐーんとUP大作戦！	
現状・課題	近年の本校の体カ・運動能力調査の結果より、持久力が課題である。3分間走、スポチャレいしかわ等の取組に一定の効果があったことから、引き続き取組を継続して持久力の向上を目指す。	
目標指標・数値	全校共通で取り組む3分間走において、どれだけ走ることができたか周数を6月、11月に記録することで、体力の伸びを評価する。 R6年度の本校児童の体カテストの結果とR5年度の本校児童の体カテストの結果を比較する。	
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	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	・晴れた日はできるだけ外で遊ぶことを促し、遊びを通して楽しく体カアップできるようにする。  ..... 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	マラソン大会において、昨年度と今年度の記録を比較し、どれだけ記録が向上したか数値で検証する。	
前年度からの 変更点	全校共通で取り組む3分間走において、どれだけ走ることができたか周数を6月、11月に記録することで、体力の伸びを評価する。	

# 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 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。	
目標指標・数値	全校児童4名が個々の課題として設定した種目の数値を向上させる。 例として、握力を2kg向上させる等、個人で目標を設定する。	
具体的な取組	教科 体育	・体カテストの結果をもとに個人の課題を決め、1年間準備運動の5分間を体カアップタイムとして、個人の課題に合った運動をする。 ・水泳、マラソン、縄とびに継続して取り組む期間を設ける。めあてをもって取り組むことができるように、金沢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	・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。 ・全校集会でチャレンジ賞達成者を表彰する場を設け、称賛する。
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	5月と11月の体カテストの結果を比較する(11月は個人で課題とした種目のみ測定する)。	
前年度からの 変更点	昨年度は、俊敏性等の向上のため学校全体で準備運動でラダーに取り組み、一定の成果を得た。今年度は全校児童が4名であり、体力的な課題がそれぞれ違うため、個々の課題を児童自らが設定し、その課題を克服するための運動を各自が一年間継続して行う個別最適化を図ることで体カアップにつなげる。	

# 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 金沢市立南小立野小学校

校長名 中川 佳美

プラン名	みなこだ体カアッププラン2024	
現状・課題	本校児童は、体育の授業が楽しいかの問いに対して、9割以上の児童が肯定的な回答をしている。また、休み時間には、体育館や運動場で鬼ごっこや運動など体を動かすことが好きな児童が多い。その一方で、令和5年度の体カテストの自校の記録と県平均とを比較したところ、県平均を下回っている種目は、4年男子4種目、4年女子7種目、5年男子3種目、5年女子4種目あった。特に、握力は5年男子以外の学年、反復横跳びは全学年が県平均を下回っており、筋力と敏捷性に課題があると考えられる。	
目標指標・数値	・課題となっている握力と反復横跳びを年間を通して記録を計り、体力・運動能力調査の県平均を上回る。	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・重点の学習として、体づくり運動や器械運動、器械・器具を使った運動遊びを位置づける。</li> <li>・体育の授業では、始めに単元に関わる運動の内容や筋力、敏捷性に関わる内容のウォーミングアップを取り入れる。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、取組の記録カード等で、視覚的に自分の運動を振り返られるようにする。</li> <li>・体育委員会主催の運動イベントを企画し、集団で運動する楽しさを味わえるようにする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動に関する環境整備をして、児童が体力向上へ向けた意識を高め、運動に親しめるようにする。</li> <li>・運動に関する掲示をして、運動への興味を高める。</li> <li>・児童に運動に関するアンケートをとり、児童の意識をつかむ。</li> <li>・記録カードを作成し、運動能力の変化を捉える。</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	・課題となっている筋力と敏捷性に関わる運動として、握力と反復横跳びを年間を通して記録を計り、運動能力の変化を捉える。	
前年度からの 変更点	・令和5年度体力・運動能力調査より本校の課題となっている筋力と敏捷性に焦点化して取り組む。	



# 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 金沢市立伏見台小学校

校長名 山岸 朋子

プラン名	みんなでレベルアップ大作戦	
現状・課題	昨年度の体カテストの総合評価は、一昨年度と比較すると良くなっていた。しかし、種目別では、男子は立ち幅跳びとボール投げ、女子ではシャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げに課題があった。このことから、シャトルラン、立ち幅跳び、ボール投げに関する運動を体育や特別活動などの活動で充実させ、さらに記録を伸ばせるようにしていく。 そこで、年間を通して、基礎的な体カアップを図り、投げる力の向上を目指す。また、運動特性のうち、力強さ・タイミングの良さを高められるよう取り組んでいく。	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャトルボールにおいてブロンズ賞達成クラスの割合が80%以上。</li> <li>・8の字の記録を、全クラスが最初の記録から20%増やす。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、継続的に楽しみながら体力向上に取り組めるようにする。</li> <li>・投げ方のコツや跳び方のコツを掲示する。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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充実させる。</li> <li>・ランランタイム(持久走週間)やびよんびよんタイム(縄跳び週間)などの体カアップにつながる活動を行う。なお、ランラン記録会(持久走記録会)では保護者の方に参観していただき、保護者の方と体力向上の取り組みを共有するとともに、児童の意欲を向上させる。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレなどの運動の記録を掲示して、児童に体力の向上を実感させたり、体力向上への意欲を高められるようにする。</li> <li>・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。</li> <li>・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>・シャトルボールにおいて、ブロンズ賞達成クラスの割合が80%に達したかどうかを評価する。</li> <li>・8の字の記録が、全クラスが最初の記録から20%増えたかどうかを評価する。</li> </ul>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員と連携した企画の充実。</li> <li>・シャトルボールのみでなく、8の字の記録も評価する。</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 金 沢 市 立 扇 台 小 学 校

校長名 大 谷 真 理 子

プラン名	すばやく(反復横とび)・ねばり強く(20mシャトルラン)⇒俊敏性・持久力アップ	
現状・課題	<p>【現状】</p> <p>①反復横とびで県平均を超えているのは、6年女子のみである。</p> <p>②20mシャトルランで県平均を超えているのは、5年男子と4年女子のみである。</p> <p>【課題】</p> <p>①俊敏性のアップ</p> <p>②持久力のアップ</p>	
目標指標・数値	体カテスト2種目(反復横とび・20mシャトルラン)での、各学年男女県平均クリア。	
具体的な取組	教科 体育	○単元に合わせた準備運動・・・3分間走など授業のはじめにできるものを提案し実施する。
	特別 活動	○レッツランニング(持久力強化月間)・・・長休みに全校児童(学年毎)が校庭を走る日を設定。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。 ○チャレンジなわとび(なわとび月間)・・・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。 ○たてわり活動の利用・・・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。
	その他	○各種目の測定方法やルール・コツなどを、お昼の校内番組で放送する。 ○新体カテスト測定時に目標の目安とするため、学年ごとの県平均値を記したものを掲示する。また、各種目の得点表を知り、自分はどの得点を目指すのか、目標数値を決める。
		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	6月実施予定の新体カテストの結果表による。	
前年度からの変更点	レッツランニング(持久力強化月間)の実施時期を、11月から5月に変更する。	

# 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 金沢市立木曳野小学校

校長名 森 裕之

プラン名	木曳野パワー2024	
現状・課題	<p>木曳野小学校では、例年体カテストにおいて「50m走」や「立ち幅跳び」の項目では、全体的に見て県平均と同等または上回っている。一方で、「シャトルラン」の項目では令和4年度を見ると、4年女子・5年女子ともに県平均より上回っていたが、令和5年度では、ともに県平均より下回っていた。男子も同様、令和5年度の4年生の「シャトルラン」の項目では、県平均を大きく下回っている。</p> <p>以上から、木曳野小学校では継続的に「持久力」をつけていく必要がある。</p>	
目標指標・数値	6月に行う体カテストの「シャトルラン」の各学年男女別の平均よりも、取り組みを通して+5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"> <li>・各単元に関連付けた持久力を鍛えるための簡易的な準備運動の実施</li> <li>・運動量確保のための場作りや授業展開の工夫・改善</li> <li>・領域に応じた予備運動の工夫</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・異学年交流(集団遊び)</li> <li>・運動委員会によるイベント</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・走ろう運動(9月～11月)長休み</li> <li>・なわとび運動(通年)</li> <li>・スポチャレいしかわ8の字の取り組み</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	2学期にシャトルランのテストを実施し、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	前年度の体カテストの結果にこだわらず、木曳野小学校の児童の実態から「持久力」を長期的に高めていくことを目指した取り組みに変更した。	

# 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 金 沢 市 立 三 和 小 学 校

校長名 河 本 隆 明

プラン名	BE THE CHANGE ～さあ、三和から世界へ～	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年度に実施した体力・運動能力調査の結果から、3つのことがわかった。1つ目は、4～6年生全体のA評価の児童が、7.8%から15.4%へ増加したこと。2つ目は、令和4年度はC評価の児童が一番多かったが、令和5年度はB評価の児童が一番多くなっていること。3つ目は、4～6年生全体のE評価の児童が、9.1%から5.5%へと減少したこと。このことから、体力が令和4年度より向上したと捉えることができる。</li> <li>・50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げが多くの学年で県平均を下回っている。</li> <li>・運動特性の「力強さ」に大きな課題がある。</li> <li>・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。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5月と10月に50m走、立ち幅跳びに取り組む。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。</li> <li>・スポチャレいしかわの「8の字」、「シャトルボール」を全クラス実施する。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動で1分間スキップを行う。</li> <li>・準備運動後、うつ伏せダッシュ等のダッシュやホッピングジャンプ等のジャンプを行う。</li> <li>・授業での運動量を十分に確保する。</li> <li>・体育の授業で、競技・種目に応じた準備運動を行い、運動能力を高める。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・たてわり活動で、「力強さ」に関連する8の字等に取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お便り、懇談会等を通し、体力向上について啓発していく。</li> <li>・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。</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>・50m走、立ち幅跳びを2回計測し、記録の伸びを確かめる。</li> <li>・スポチャレいしかわに組み込み、月に1度以上記録を登録している。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度の結果から、評価方法として、50m走、立ち幅跳びを計測することにした。</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 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2024	
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「反復横跳び」「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"> <li>・今年度の体カ・運動能力調査において、「反復横跳び」「20mシャトルラン」の記録が県平均を上回ること。</li> <li>・全体の運動能力評価でAB群が50%を上回ること。</li> <li>・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。</li> </ul>	
具体的な取組	教科体育	<p>【準備運動の工夫】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間と楽しく関わりながら、持久力を高められる運動を取り入れる。(おにごっこ等の伝承遊び、スポチャレいしかわ等)</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【スポチャレいしかわへの取組】</li> <li>・担任に記録の登録を啓発し、記録の登録方法の周知する。</li> <li>・記録表を作成して掲示をする。</li> <li>・スポチャレの強化週間を設ける。</li> <li>・【委員会活動の推進】</li> <li>・委員会活動による企画を考察、実施する。</li> <li>・【学校行事の充実】</li> <li>・運動会等でダンスの発表を行う。</li> </ul>
	その他	<p>【チャレンジ賞の活用】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なわとびを活用して市の基準に加えて、本校独自の基準でチャレンジ賞を設定する。</li> <li>・全校集会でチャレンジ賞達成者を表彰(称賛)する場を設ける。</li> <li>・【各種カードの活用】</li> <li>・「わたしの健康」になわとびチャレンジの今年度の結果等を記録する。</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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和6年度体カ・運動能力調査の結果</li> <li>・学校アンケート</li> </ul>	
前年度からの変更点	<p>前年度もスポチャレいしかわへの取組を行ってきたが、今年度はよりスポチャレいしかわへの取組の強化を意識するところが変更点である。</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 金沢市立新神田小学校

校長名 辰巳 勝

プラン名	めざせ、新神田っ子！体カアップ！	
現状・課題	<p>【現状】 昨年度の体力・運動能力調査の結果から、「握力」「上体起こし」「50m走」がほとんどの学年で県平均に達していない。また、アンケートの結果から、1日のテレビ(ゲーム含む)視聴時間が「2時間以上」と回答した児童が約55%である。コロナ禍で休み時間の体育館・ピロティの使用を1学年に制限していたが、児童の運動の機会を増やすために、4月から2学年に増やした。休み時間に体育館等で遊ぶ児童がいる一方、教室で過ごす児童も見られる。</p> <p>【課題】 「力強さ」と体力向上のため、運動の機会を保障する。「上体起こし」の記録向上に取り組む。</p>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合評価A・B群の割合を47%以上にする。</li> <li>・総合評価D・E群の割合を22%以下にする。</li> <li>・「上体起こし」を2学期後半に再度調査を実施し、記録が向上した児童60%以上にする。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「小学校体育(運動領域)指導の手引 ～楽しく身に付く体育の授業～」を教職員のクラスルームに掲載し、資料の動画等を授業づくりの参考にする。</li> <li>・準備運動に、3分間走や縄跳びを使った運動を取り入れる。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育委員会がリレー大会や8の字大会などを企画する。</li> <li>・なかよし遊びを活用し、縦割リグループでできる運動遊びに取り組む。</li> <li>・2学期の「エンジョイランニング」、3学期の「エンジョイジャンピング」では、個人目標を設定してから取り組む。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわに全クラスが記録を登録する。</li> <li>・体育実技向上のために、OJT(そよ風会)で実技研修を実施する。</li> <li>・家庭で出来る運動例や参考となるサイトを学校のホームページで紹介する。</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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度の体力・運動能力調査の結果を分析することで、評価する。</li> <li>・上体起こしの2学期の記録と1学期の記録を比較する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2学期に上体起こしの記録を測定し、記録向上を目指す。</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 金沢市立西南部小学校

校長名 山岸 茂義

プラン名		ランラン走ろう！ 西南部新幹線「あさひ」
現状・課題		<p>昨年度の体カテストの結果、総合評価の項目でA、B群の合計は39.7%(県平均は49.3%)であった。また、D、E群の合計は28.1%(県平均は22.%)である。総合評価は県平均を遠くから追いかけしている状況である。しかし、体力合計点の平均は男子が53.9(県平均は55.77)女子も53.9(県平均は57.19)であり、そこまで大きな差が見られない。これらのことから、少しの数値の向上でA、B群に移行する児童も多いのではないかと考える。</p> <p>課題は、全ての種目で結果に見られる。全体的な体力の底上げが課題である。特に走運動(50m走、20mシャトルラン)に関する種目について、児童の意欲をもちにくい児童が多く見られる課題もある。</p>
目標指標・数値		20mシャトルランで、6月体カテストから半年後の2回目の計測で、男子は5回以上、女子は4回以上記録を伸ばす。
具体的な取組	教科体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しみながら走ることができる走運動、走る運動遊びを提案し、職員に周知する。</li> <li>・準備運動で実施可能な、多様なルールの鬼ごっこを職員に周知する。</li> <li>・毎時間のはじめに、全体的な体力の向上を図る体操を全学級で実施する。</li> <li>・「西南部小体育科」Googleクラスルームを用いた走運動、走る運動遊びの実践を共有する。</li> </ul>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童(体育委員会)が主体となって運営する運動イベント(鬼ごっこ大会、ハンディキャップをつけた学年対抗リレー、たてわり対抗リレー大会等)を実施する。</li> <li>・学年で学期に1回の運動大会を実施する。</li> <li>・秋に実施する「持久走チャレンジ」の取り組みで、全校でどれだけ走ったかを視覚化する取組を実施する(マラソン何回分、金沢から電車や新幹線でどこまで行けるか等)。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレを実施する。</li> <li>・走運動で使用するが多い用具(コーン、バトン、ピブス、旗など)の出しやすさを考えて環境を整備する。必要なものがあれば購入する。</li> <li>・走運動のゲームを考える職員研修を実施する。</li> <li>・音楽を流しながら運動できる環境を整備する。</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		6月実施の体カテストでの20mシャトルラン記録と、半年後の20mシャトルラン記録を比較する。
前年度からの変更点		前年度はボール投げに絞って取組を実施したが、記録の向上の様子が見られたため、今年度は走運動に絞って取り組む。

# 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 金 沢 市 立 米 泉 小 学 校

校長名 東 佐千雄

プラン名	米泉っ子の記録を伸ばせ！	
現状・課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度の体カテストの結果は投力と柔軟性に課題がある。特に、4から6年生において投力が石川県平均を下回っている。</li> <li>・学年が上がるにつれて、運動をする機会が減ってきている。</li> </ul>	
目標指標・数値	<ul style="list-style-type: none"> <li>・春と秋にボール投げの記録測定をして、1から6年生が春に比べて10%以上伸ばす。</li> <li>・シャトルボールの取り組み1・2学期で行い、記録の10%以上アップを目指す。</li> </ul>	
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業で、月に一回以上シャトルボールの取組を準備体操の後に取り組む。</li> <li>・全学年において春と秋にボール投げの記録をとり、学年ごとに比較する。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動委員会を中心に、全校でシャトルボール大会や体カアップの企画を考える。7月・1月にそれぞれ行う。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャトルボールのやり方やボール投げのやり方について、6月に校内研修で実技を通して行う。</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>・体カテストの春に行うボール投げの数値と秋に行うボール投げの数値を比較する。</li> <li>・シャトルボールの取り組みが最初に行った数値と最後に行った数値を比較する。</li> </ul>	
前年度からの 変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔軟性の向上取組は数値が明確に出ないため、重点的には行わず、4から6年生が県平均より数値が低かったボール投げを中心に取り組む。ボール投げに慣れるということもふまえて、1年生から経験させる。</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 金 沢 市 立 四 十 万 小 学 校

校長名 協 田 誉 志 昭

プラン名	しじまっ子体カアッププロジェクト	
現状・課題	令和4年度から取り組んできた握力向上の取り組みについて全国及び県平均との測定値に大差が無くなってきたことから、一定の成果が得られたものと考えられる。さらなる体力向上を目指すべく、男女共県平均を下回っているソフトボール投げについて今年度は重点課題とし、取り組んでいく。	
目標指標・数値	ソフトボール投げの測定を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	・準備運動(ゲーム【低】、ゲーム【中】、ボール運動【高】)にボール操作の技能を高める運動を取り入れる。
	特別 活動	・体育委員会でスポーツイベントを企画し、運動の機会を設定する。 (ドッジボール大会前期後期・大縄8の字大会後期など)
	その他	・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。 ・様々な投運動や投運動につながる運動例の資料を教職員に配布し、全校への周知を行い、実践を促す。 ・校内での研修の場を設け、児童の体力の向上につなげる。 ・体育館に投力アップのための児童用資料を掲示する。
スポチャレいしかわの取組予定( 有 ) ←有・無のどちらかを記入		
評価方法	・評価方法については、評価するクラス(4年1組)を抽出し、11月以降に、ソフトボール投げの測定を行い、6月の測定結果と比較する。	
前年度からの 変更点	前年度は握力向上のために様々な活動を取り入れてきた結果、一定の成果が得られた。今年度はボール投げに重点を置き、資料の活用や校内研修の場を設定することで体力の向上を図る。	

# 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 金 沢 市 立 西 小 学 校

校長名 後山 利佳

プラン名		西っ子体カアップ計画 ～昨年の自分、先輩を超えてゆけ！～
現状・課題		令和5年度の新体カテストの結果から、「ソフトボール投げ」と「握力」がほとんどの学年で県平均を下回っているが、その他の種目では、ほとんどの学年で県平均を上回っていた。総合評価ではB群の割合が増加し、A群の割合も県平均より上回っていたが、E群が令和4年度より増加し、D群は県平均よりも割合が高かった。体力合計点では、新5年生、新6年生は男女ともに県平均を上回っていた。この結果から自分達の強み(体力合計点が県平均より上)に目を向けさせたいと考える。そして昨年の自分、先輩を超えようと全体に共有し、新体カテストへの意欲を高めていくのが効果的と考える。また令和5年度の西小学校の新体カテストの平均値を全校の児童に意識付けし、その数値を目標値とさせることで、苦手な「ソフトボール投げ」や「握力」の向上にもつなげていきたい。
目標指標・数値		D、E群の割合を22%以下にすること。 A、B群の割合を55%以上にすること。
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新体カテストの昨年度の西小学校平均値の掲示し、目標数値を明確化。</li> <li>・スポチャレいしかわシャトルボールへの継続的な実施。</li> <li>・新体カテストの各種目、2回測定を基本とし、1回目の自分の数値を把握させてから2回目の測定を実施する。</li> <li>・なわとびやマラソンのチャレンジカードの実施。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポチャレいしかわの視覚的な掲示。</li> <li>・マラソン大会の実施。</li> <li>・なわとび(8の字)大会の実施。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安全に体を動かせるために、長休み、昼休みの運動場や体育館、ピロティーの場所と時間の十分な確保。</li> <li>・教員と児童との新体カテストの結果の把握・確認。</li> <li>・新体カテストの実施方法、体力向上に向けての取り組み、手法、指導内容を教員内で共有。</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>・今年度の新体カテストの結果を分析することで、評価する。</li> <li>・新体カテストの結果から、課題となる種目については、後期に再度測定機会を設け、評価する。</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・明確な目標数値の提示。</li> <li>・再チャレンジの機会を設けること。</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 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2024	
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等、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5年度体カ・運動能力調査では、上体起こしや長座体前屈、立ち幅跳びで県の平均値を下回る学年が半数以上であった。 また、持久走・なわとびともにチャレンジ賞の到達率が低・中学年は5割を超えたが、高学年では5割に満たなかった。	
目標指標・数値	水泳・持久走・なわとびに取り組む期間を設定し、全身持久力の向上を図る。 チャレンジ賞の到達率で各学年5割以上を目指す。	
具体的な取組	教科 体育	授業で5分間走に取り組む期間や、なわとび、水泳に取り組む期間を設定する。 それぞれの学年で目標の数値を定め、到達を目指す。
	特別 活動	児童の体力向上や意欲向上を目指し、委員会で学年ごとのスポーツ大会を企画する。
	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。 また、なわとびが上手な児童の様子をビデオで放送することで、運動のコツを全校で共有することができるようにする。 いしかわっ子駅伝大会に出場した児童の様子をビデオ放送することで、体力向上の意欲を高める。  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	持久走・なわとびに取り組む期間に、目標となるチャレンジ賞の数値が書かれたカードを児童に配付し、記録する。 カードは次年度以降にも続けて使用し、前年度と比較することができるようにする。	
前年度からの 変更点	昨年度までは、水泳のチャレンジ賞に取り組んでいなかったが、今年度は水泳でもチャレンジ賞に取り組み、各学年チャレンジ賞で各学年5割を達成できるようにする。	

# 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 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.2024	
現状・課題	<p>上体起こしと長座体前屈については、県平均を上回る結果が見られた。本校の課題の一つであった反復横跳びでも、今年も県の平均を上回る結果となった。ここ数年取り組んでいる映像教材での動きの確認や場の用意の成果が見られる。</p> <p>握力と立ち幅跳び、20mシャトルランとボール投げでは県平均を下回った。特にボール投げと立ち幅跳びは全学年で県平均を下回る結果が見られた。この結果から、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。ジャンプやボール投げなど、筋パワーがアップする運動を意図的に取り入れていく必要がある。</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平均距離を2m伸ばすことを目指す。</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	<p>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。</p> <p>スポチャレの「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投の運動を経験し、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。</p> <p>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。</p>
	特別活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>委員会主体となり体カテスト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。</li> <li>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。</li> <li>「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。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポチャレでは、シャトルボールを中心に取り組み、児童の投の運動への意欲向上を図る。</li> <li>休み時間に大谷選手のグローブや、投の用具を使用できるようにし、投の運動への意欲向上を図る。</li> <li>投の運動の指導法の共有をし、ポイントを押さえた指導法を行う。</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>・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。</p>	
前年度からの変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度の体育研修で投の運動の指導法の共有をし、ポイントを押さえた指導法を行う。</li> <li>・休み時間に大谷選手のグローブや、投の用具を使用できるようにし、投の運動への意欲向上を図る。</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 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"> <li>・昨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、体を動かせる場所が広く使えるようになった。運動場は昨年度1学期は工事中で使用できなかったが、2学期に完成して運動量の確保ができるようになった。</li> <li>・令和5年度朝霧台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。</li> </ul>
目標指標・数値		<ul style="list-style-type: none"> <li>・筋力の記録を、県平均を上回るか、ほぼ同程度まで上げる。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>
具体的な取組	教科 体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操に、学校独自の全身を使った体操を取り入れ、筋力や柔軟性の向上を図る。</li> <li>・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。</li> <li>・ランニングタイムやなわとび月間では、金沢市から出されるチャレンジカードを活用し、目標を持たせることで、意欲の向上を図る。</li> <li>・スポチャレいしかわの取り組みを全校で行っていく。</li> </ul>
	特別 活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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わせる。</li> <li>・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。</li> <li>・プレールームに鉄棒遊びの紹介をしたり、スポチャレいしかわの記録を掲示したりする。</li> </ul>
	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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くようにする。</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</li> <li>・スポチャレいしかわの取り組み結果</li> <li>・ランニングタイム、縄跳び月間での児童の記録、振り返り</li> <li>・学校評価の結果(教員、児童)</li> </ul>
前年度からの 変更点		<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>