

【令和5年度】 体 力 向 上 計 画【年度当初計画】 【小学校】

□記入について や の部分に記入してください。
 は、文字や数字を記入します。
 は、該当する欄に「○」または「1」を記入します。
□集計処理するため、行や列を削除したり、挿入したりしないようにしてください。

上勝町	上勝	小	学校長	川村 恭弘	体育主任	米澤 俊郎
-----	----	---	-----	-------	------	-------

【年度はじめ記入】

○自校の体力・運動能力の状況(令和4年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果より)

種目	単位	5年生男子					5年生女子				
		R4全国	R4自校	R3自校	全国比	前年比	R4全国	R4自校	R3自校	全国比	前年比
握力	kg	16.21	17.00	16.50	★	○	16.10	17.00	15.00	★	○
上体起こし	回	18.86	24.00	18.16	★	○	17.97	16.25	14.00		○
長座体前屈	cm	33.79	36.00	36.10	★		38.18	36.50	22.00		○
反復横とび	回	40.36	41.00	36.50	★	○	38.66	36.50	35.00		○
20mシャトルラン	回	45.92	43.00	55.33			36.97	39.50	62.00	★	
50m走	秒	9.53	10.15	9.37			9.70	9.92	8.60		
立ち幅とび	cm	150.83	152.50	155.83	★		144.55	133.75	172.00		
ソフトボール投げ	m	20.31	22.50	16.83	★	○	13.17	14.50	18.00	★	
合計得点	点	52.28	53.00	52.67	★	○	54.31	51.00	63.00		

《質問紙》

質問項目	単位	R4全国	R4自校	R3自校	全国比	前年比	R4全国	R4自校	R3自校	全国比	前年比
【R4:質問1】 運動スポーツ好き	%	69.8	50.0	66.7			54.9	50.0	100.0		
【R4:質問10】 体育授業は楽しい	%	73.4	50.0	83.3			59.3	25.0	100.0		

*「全国比」、「前年比」は、「R4自校」が「R4全国」、「R3自校」より良かった(同値含)場合に★や○が表示

○自校の体力・運動能力の課題(運動習慣を含む)

短距離などの瞬発的な運動の能力が低い。
 社会体育に入っている児童とそうでない児童の能力差が大きい。

○体力調査実施 予定学年 *実施前に練習する種目に「○」、実施する種目に「1」を記入

体力・運動能力を正確に測定するため、行い方を確認する等の必要な練習は必ず実施してください。

種目	練習	1年	2年	3年	4年	5年	6年
握力	○	1	1	1	1	1	1
上体起こし	○	1	1	1	1	1	1
長座体前屈	○	1	1	1	1	1	1
反復横とび	○	1	1	1	1	1	1
20mシャトルラン	○	1	1	1	1	1	1
50m走	○	1	1	1	1	1	1
立ち幅とび	○	1	1	1	1	1	1
ソフトボール投げ	○	1	1	1	1	1	1

運動習慣確立のために

○体力アップ運動 実施予定 *実施する運動に「1」を記入

体力アップ運動	1年	2年	3年	4年	5年	6年
おにごっこ	1	1	1	1	1	1
短縄跳び	1	1	1	1	1	1
股関節ストレッチ	1	1	1	1	1	1
上記以外に 取り組むこと	業間や昼休みの外遊びの促進					

*「体力アップ運動」は、継続的に実施を予定している運動をリストから選択して記入