

中牟田小 「体力向上プラン」【計画書】

学校名 【筑前町立中牟田小学校】

《目標》

自ら目標を設定し、進んで運動にチャレンジする、たくましい子どもの育成

令和6年度の体力・運動能力調査（体力・運動能力に係る成果指標）

総合評価「D」「E」を合わせた割合を男女ともに25%を目指す。

調査内容	「運動に対する意識」に関する成果指標	「運動習慣」に関する成果指標
評価方法	学期末の児童アンケート	学期末の児童アンケート
成果指標	運動が「好き」の割合を90%以上	週に3～4回、30分以上、 運動している人の割合を75%以上に
評価	1回目・7月（ ） 2回目・12月（ ） 3回目・3月（ ）	1回目・7月（ ） 2回目・12月（ ） 3回目・3月（ ）



【合言葉】

なかよく、むいなく、運動をたのしもう！

体育・保健体育授業に係る取組

◎運動量を確保する体育の授業の展開

- ・準備運動としてジョギング・ラジオ体操・柔軟（ストレッチ）を毎時間実施
- ・運動の楽しさと運動量を確保する体育の授業展開（30分以上の運動量の確保）を工夫する。

◎楽しく取り組める授業内容の検討

- ・互いの動きのよさを見合う、助言し合う活動や場の設定。
- ・タブレットを活用し、自身の動きの確認を行うなど技能向上を図る。
- ・タブレットを活用し、撮影した動画を提出させることで、適切な評価が行えるようにする。
- ・毎単元、学習カードを活用し、めあてを自己決定させ、振り返る活動を位置づける。

体育・保健体育授業以外の取組

○体力アップシートの活用

- ・全学級100%活用

○スポコン広場チャレンジランキングゾーン

- ・様々な種目に登録学級数100%
- ・11月にスポーツ集会（全校で長縄）の実施

○運動場や体育館の利用

【NNP（中牟田なわとびプロジェクト）一校一取組】

①短なわ…とんだ時間・回数・技

- ※なわとびカードを用いて、記録していく。

②長なわ…回数

- ※低学年はなみとび、中学年以上は8の字とびで行う。
- ※スポーツ集会で成果を披露。

○委員会としての取り組み

- ・スポーツ集会・全員遊びの企画・運営（スポーツ委員会）
- ・雨の日の遊び（イベント委員会）
- ・給食感謝集会（ランチ委員会）



【体力の課題】

(1) 体力・運動能力に関する課題（【学校実施】新体力テスト〈R5年度 6月実施〉）

R5体力総合評価 〈男子「D」20% / 「E」10%、女子「D」17% / 「E」3%〉

→ 「D」「E」を合わせた割合を 〈男子25%、女子25%〉を目指す。

(2) 「運動の対する意識」に関する課題（【学校実施】学期末の児童アンケート〈R5年度 3月実施〉）

運動が「好き」の割合が 84% → 90% 以上に

(3) 「運動習慣」に関する課題（【学校実施】学期末の児童アンケート〈R5年度 3月実施〉）

1週間に3～4回、30分以上運動している人の割合を 68% → 75% 以上に