

2025年度(令和7年度)子どもが主体となった体力向上計画

福山市立蔵王小学校

2025年度(令和7年度) 新体力テストの結果

児童質問紙(第5学年)

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子	88.2	0.0	11.8	0.0
女子	57.1	28.6	7.1	7.1

体育の授業は楽しいですか

	楽しい	やや楽しい	やや楽しくない	楽しくない
男子	94.1	5.9	0.0	0.0
女子	71.4	21.4	0.0	7.1

運動やスポーツをどのくらいしていますか
(体育の授業ののぞく)

	週に3日以上	週に1~2日くらい	月に1~3日くらい	しない
男子	41.2	41.2	11.8	5.9
女子	64.3	14.3	14.3	7.1

体力・運動能力(第5学年)

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
男子	16.44	17.13	34.75	32.29	36.07	9.69	144.53	22.33	48.40

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
女子	15.43	15.14	38.86	37.50	29.43	9.87	143.71	14.71	52.14

■ 県平均値かつ全国平均値未満

重点課題および要因

情意面

- 運動が好きな児童は多く、休憩時間にも多くの児童が外に出て遊んでいる。しかし普段の体育や遊びの様子を見ていると、頑張り抜くことに達成感を持つことができていないこと

体力面

- 男女ともに体力・運動能力項目が県平均値かつ全国平均未満のものが多く、日頃から走る運動をあまり行っていないことが要因の一つだと考えられる。

重点課題等に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

- 体育の授業の中で運動量を増やす取り組みの1つとして、授業の導入でできるようなサーキット運動を提案し、全学年の授業の導入で行う。
- 全学年で授業の導入に鬼遊び等を取り入れることで、走る力をつける。
- 体育の授業が日常の運動量につながるよう、空いた時間でも遊べるような内容も授業の中で行うことで、休憩時間や放課後に運動したいと思える意欲を育てる。

体育の授業以外で行う取組内容

- 職員研修で鬼遊び系統・サーキット運動の内容を取り入れ、全学年で取り組むようにする。
- 委員会活動等で、放課後に行えるおすすめの運動などを紹介することで、放課後にも体を動かそうと思える意欲を育てる。

2026年度(R8年度)の 重点目標値

サーキットや鬼遊び、職員研修や委員会活動などの取り組みを継続的に行い、3月には50m走の平均タイムを-0.5秒、20mシャトルランの平均記録を+5回を目指す。また2026年度(R8年度)にも継続的に行い、全学年体力・運動能力項目が県平均値かつ全国平均値以上を目指す。