

令和2年度の重点課題

○全学年を通して、「握力」が県平均値より低く、体育の授業等で「握力」を向上させる手立てを考える必要がある。

○男子は「ボール投げ」「上体起こし」が、県平均値かつ全国平均値が低い学年がある。

○女子は「50m走」が県平均値かつ全国平均を大きく下回る学年がある。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○児童が自主的に跳んだりボールを扱ったりする運動ができるよう、体育委員会を中心に、遊びの種類も限定的になっている傾向にある。

○「50m走」で必要になる瞬発力を向上するため、速筋繊維の割合が多い太腿直筋と上腕三頭筋を使う「靴飛ばし大会」や「鬼ごっこ」などを体育委員会で企画した。

令和3年度新体力テストの結果(県平均値(令和元年度)・全国平均値(令和元年度)との比較)

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシヤトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシヤトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第5学年	16.46	19.85	46.00	44.31	53.92	9.87	151.08	26.00	57.38	第5学年	15.93	19.73	45.87	42.40	48.47	9.59	144.33	13.80	58.80

県平均値かつ全国平均値未満

令和3年度新体力テストの結果(県平均値(令和3年度)・全国平均値(令和2年度)との比較)

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシヤトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシヤトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第5学年	16.46	19.85	46.00	44.31	53.92	9.87	151.08	26.00	57.38	第5学年	15.93	19.73	45.87	42.40	48.47	9.59	144.33	13.80	58.80

県平均値かつ全国平均値未満

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

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第5学年	54.5	36.4	9.1	0.0	第5学年	71.43	28.57	0.00	0.00

学校独自の意識調査

重点課題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

・筋力を高めるため、体育の授業の導入部で膝をついての腕立て伏せ、腹筋、短い時間でのプランクなどの筋肉トレーニングを行う。

・「立ち幅とび」に必要な跳躍力を高めるために準備運動を兼ねたサーキットを行う。(連続ジャンプで20mをできるだけ少ない回数で進む等)

体育の授業以外で行う取組内容

・「50m走」で必要になる瞬発力を向上させるため、速筋繊維の割合の多い太腿直筋と上腕三頭筋を使うサーキットトレーニングを実施する。

・「握力」を高めるためにサーキットトレーニングの際にハンドグリップを使用する。また、いつでも使えるよう各教室に備え付ける。

・縦割り班遊びの回数を増やし、運動する機会を多くする。

重点課題

情意面での課題

- 男子
 - ・外で遊ぶ児童と外で遊ばない児童が固定化されつつあるだけでなく、遊びの種類も限定的になっている傾向にある。
- 女子
 - ・運動やスポーツをすることがややきらい、きらいな児童はいないが、自主的に運動する児童の割合が低い。

体力面での課題

- 男子
 - ・「50m走」「握力」「立ち幅とび」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 女子
 - ・「50m走」「立ち幅とび」が県平均値かつ全国平均値より低い。

令和4年度の重点目標値

○「50m走」「握力」「立ち幅とび」において、県平均値及び全国平均値を全学年が上回る。

○体力合計点を男女とも60点に上げる。