

平成25年度の重点課題

○男女とも「握力」「立ち幅跳び」においてほとんどの学年が県平均かつ全国平均より低い。
 ○業前運動として、5分間走を行っているが、めあてを自分で決めて懸命に走る姿は少ない。
 ○学校生活での握る活動（靴を持って登校する、食器かごを運ぶなど）が本校では少ない。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○「握力」
 ・ハンドグリップを一人1つずつ配布して休憩時間に10回ずつを3セット行うよう指導した。
 ・体育の時間の導入部分でサーキットレーニングとして握る運動（うんてい・登り棒・ボール投げ）や筋力トレーニング（腹筋・腕立て伏せ・ジャンプ）を行った。
 ○「立ち幅跳び」
 ・体育の時間の導入部分でサーキットレーニングとして、片足で交互にジグザグけんけん、片足けんけんを行い、下半身強化に努めた。
 ・体育の時間の導入部分で、リズム跳びを取り入れ、ジャンプするコツを練習した。
 ○自主的に運動をする習慣を付けるため、業前運動を体育委員会が中心となって、計画・運営させ、めあてをもった運動を仕組んだ。

新体力テストの結果（県平均値（平成25年度）・全国平均値（平成24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シャトルラン	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シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年										第1学年										
第2学年	10.80	22.60	31.20	37.20	48.80	10.30	133.80	12.80	45.80	第2学年	11.00	25.00	37.00	39.00	48.00	10.00	135.67	13.33	53.67	
第3学年										第3学年										
第4学年	14.50	21.00	25.00	37.00	73.00	10.75	162.50	26.50	51.00	第4学年	17.00	22.00	49.00	36.00	42.00	10.30	140.00	13.00	56.00	
第5学年										第5学年	19.00	25.00	45.00	43.00	50.00	9.20	151.00	22.00	66.00	
第6学年	16.00	28.00	40.00	47.00	63.00	9.30	169.00	28.00	63.00	第6学年	17.67	24.33	39.00	47.67	61.67	8.80	156.00	25.33	67.67	

県平均値かつ全国平均値未満

新体力テストの結果（県平均値（平成26年度）・全国平均値（平成25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シャトルラン	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シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年										第1学年										
第2学年	10.80	22.60	31.20	37.20	48.80	10.30	133.80	12.80	45.80	第2学年	11.00	25.00	37.00	39.00	48.00	10.00	135.67	13.33	53.67	
第3学年										第3学年										
第4学年	14.50	21.00	25.00	37.00	73.00	10.75	162.50	26.50	51.00	第4学年	17.00	22.00	49.00	36.00	42.00	10.30	140.00	13.00	56.00	
第5学年										第5学年	19.00	25.00	45.00	43.00	50.00	9.20	151.00	22.00	66.00	
第6学年	16.00	28.00	40.00	47.00	63.00	9.30	169.00	28.00	63.00	第6学年	17.67	24.33	39.00	47.67	61.67	8.80	156.00	25.33	67.67	

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子
 「握力」が全学年において県平均値かつ全国平均値より低い。
 ○4・6学年
 4・6学年男子は、9種目中4種目において、県平均値かつ全国平均値より低い。また、4・6学年女子は、9種目中2種目において、県平均値かつ全国平均値より低い。
 ○少人数による運動のため、個人差が出やすく、運動に対する意識が高まりが出にくい。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○「握力」→昨年度も課題として取り組んだ結果、改善が見られていない点から、次の点を重点的に実施する。
 ・各学級で話し合っ、ハンドグリップの練習についての取組を決めて、継続して行う。今年度は1人に2つずつ配布して、練習をする。
 ・握力トレーニングカードを作成し、めあてを設定して取り組む。また、途中経過で握力測定を行い、各自がめあてを修正する。
 ・毎月握力測定を行い、その結果をもとにすると、上昇した児童もいるが、伸びは個人差があるので、今後も継続して取り組む。
 ・長期休業中は、ハンドグリップを持ち帰り、自主的に取り組ませる。また、ペットボトルで手作りの軽いおもりをもつトレーニングで握ることを意識した練習をさせる。
 ○業前運動では、めあてを決めて取り組ませ、体育委員会作成の取り組みカードをもとに、自主的に運動をする習慣を付けさせる。
 ○個別指導を行い、体育の時間などで励ましながら、課題となる種目に関連した運動を積極的に取り入れる。
 ※今まで課題となっていた「立ち幅跳び」「シャトルラン」「ボール投げ」についても今まで同様に継続して指導する。

平成27年度の目標値

○「握力」を県平均値以上にさせる。
 ○今までの課題であった「立ち幅跳び」「シャトルラン」「ボール投げ」が向上しているので、低下させない。
 ○個人の目標を設定させ、その目標に向けて取り組ませ、県平均以上にさせる。