

令和元年度の重点課題

・男子は、50m走(走力)と立ち幅跳び(跳躍力)に課題が残る。

※令和2年度 新体力

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

・走力と跳躍力をつけるために、授業時間の導入時に「なわとび運動」を取り入れるなど継続して取り組む。

・休憩時間にいろいろな遊びが体験できるように、遊具(バドミントン、サッカー、野球、バレーボール、フットベースボール、一輪車、ドッチビー、長なわとび など)を準備しておく。

令和3年度新体力テストの結果(県平均値(平成30年度)・全国平均値(平成29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	8.67	15.00	29.00	33.00	22.67	12.90	111.33	6.33	31.33	第1学年	7.50	9.25	29.75	27.75	17.75	11.95	115.00	6.00	31.00
第2学年	7.75	12.25	20.50	34.00	26.00	11.43	129.75	7.00	32.75	第2学年	9.67	12.00	30.00	34.33	21.67	11.07	140.00	9.00	40.00
第3学年	13.00	17.80	24.60	39.00	45.20	10.28	143.40	15.80	45.20	第3学年	10.00	16.00	32.67	41.67	56.00	10.10	138.33	11.00	49.67
第4学年	11.00	16.00	27.00	36.00	54.00	9.60	140.00	15.00	45.00	第4学年	13.00	16.67	30.33	40.67	35.33	9.83	140.33	9.67	48.67
第5学年	19.20	24.60	32.20	53.40	55.20	9.20	150.20	23.00	59.00	第5学年	18.60	22.40	36.20	47.60	49.00	9.30	135.40	13.20	59.60
第6学年	17.50	32.50	33.00	51.50	66.00	9.50	158.50	26.00	61.00	第6学年	18.20	28.00	40.20	46.60	62.80	9.20	155.80	19.40	65.80

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(令和元年度)・全国平均値(平成30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	8.67	15.00	29.00	33.00	22.67	12.90	111.33	6.33	31.33	第1学年	7.50	9.25	29.75	27.75	17.75	11.95	115.00	6.00	31.00
第2学年	7.75	12.25	20.50	34.00	26.00	11.43	129.75	7.00	32.75	第2学年	9.67	12.00	30.00	34.33	21.67	11.07	140.00	9.00	40.00
第3学年	13.00	17.80	24.60	39.00	45.20	10.28	143.40	15.80	45.20	第3学年	10.00	16.00	32.67	41.67	56.00	10.10	138.33	11.00	49.67
第4学年	11.00	16.00	27.00	36.00	54.00	9.60	140.00	15.00	45.00	第4学年	13.00	16.67	30.33	40.67	35.33	9.83	140.33	9.67	48.67
第5学年	19.20	24.60	32.20	53.40	55.20	9.20	150.20	23.00	59.00	第5学年	18.60	22.40	36.20	47.60	49.00	9.30	135.40	13.20	59.60
第6学年	17.50	32.50	33.00	51.50	66.00	9.50	158.50	26.00	61.00	第6学年	18.20	28.00	40.20	46.60	62.80	9.20	155.80	19.40	65.80

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- ・男女(2~6年)共に、「長座体前屈」に課題がある。
- ・男子(全学年)は、「ボール投げ」に課題がある。
- ・女子は、「握力」に課題がある。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- ・11月に第2回新体力テストを実施する。種目は、3種目「長座体前屈」、「ボール投げ」や「握力」を実施して、第1回新体力テストと比較してどの位伸びたのかを評価する。
- ・前年度と同様、1月のなわとび大会に向けて、引き続き、体育科の授業時間の導入時に「なわとび運動」を取り入れる。
- ・前年度と同様、休憩時間(大休憩と昼休憩)にいろいろな遊びを体験させる。また、月1回の「ロング昼休憩(50分)」をしっかりと活用する。
- ・握力をつけるために、生活の中で手首を柔らかくするためにペットボトルを利用した器具、掃除時間の雑巾の絞り方の指導などに取り組む。

令和4年度の目標値

- ・全学年の男子、女子共に、体力合計点C以上を目指す。
- ・男女の「長座体前屈(柔軟性)」、女子の「握力(筋力)」、男子の「ボール投げ(投力)」を平均値以上にする。