

令和3年度の重点課題

◆体力面

○5年生全体

・体力合計点が、県平均値かつ全国平均値未満である。

○男子

・県・全国どちらも平均未満の項目の中で、20mシャトルランの数値が最も差が大きく、-8.81(県との差)、-11.6(全国との差)である。

○女子

・県・全国どちらも平均未満の項目の中で、反復横跳びの数値が最も差が大きく、-2.1(県との差)、-3.7(全国との差)である。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

○体育科授業の工夫改善

・年間を通して、体育科の授業時にサーキットトレーニングを取り組んだ。その際、一定の時間内にできるだけ多く運動し、速さや持久力を高める活動を取り入れた。

○朝トレの充実

・握力などのトレーニングを継続して行った。

○体育委員会の活動

・全校児童に鬼ごっこやハンドベースボール、なわとび運動を紹介し、休憩時間などに進んで運動する児童を増やす取組を行った。

令和4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5学年 | 17.71 | 16.86 | 28.29 | 42.71 | 44.33 | 9.64 | 145.71 | 23.83 | 51.67 | 第5学年 | 16.60 | 21.60 | 42.40 | 44.80 | 44.60 | 9.82 | 168.60 | 13.60 | 60.80 |

県平均値かつ全国平均値未満

令和4年度新体力テストの結果(県平均値(令和4年度)・全国平均値(令和3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5学年 | 17.71 | 16.86 | 28.29 | 42.71 | 44.33 | 9.64 | 145.71 | 23.83 | 51.67 | 第5学年 | 16.60 | 21.60 | 42.40 | 44.80 | 44.60 | 9.82 | 168.60 | 13.60 | 60.80 |

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 | 85.71 | 14.29 | 0.00 | 0.00 | 第5学年 | 40.00 | 60.00 | 0.00 | 0.00 |

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

持久力を高めるために、

・毎時間、サーキットトレーニングを行う。

・各学年、持久走の目標タイムを設定し、達成に向けて児童が意欲的に取り組めるようにする。(目標タイムは、各種サイトから平均タイムを本校独自に算定したもの)

1年:2分22秒(400m) 2年:2分16秒(400m) 3年:3分16秒(600m)

4年:3分7秒(600m) 5年:3分57秒(800m) 6年:3分45秒(800m)

・持久力を高める要素のある活動を取り入れる。

体育の授業以外で行う取組内容

・毎週金曜日の朝トレでは、全校児童を対象にしたトレーニングを行う。

・児童の体力向上のために、体育委員会を中心に、いろいろな遊びやラジオ体操、持久力アップトレーニングの仕方を紹介して、運動の楽しさを味わえるような活動を設定する。

・朝トレや休憩時間を活用して「持久走タイム」(持久走を行う時間)を設定し、配付した「日本一周マラソカード」に記入するなどして、児童の自発的な取組を啓発する。

重点課題

令和3年度の県平均値との比較では、昨年度重点的に取り組んだ握力やボール投げ以外の項目の多くで平均値を下回っている。(特に男子)
特に、持久力に課題がある結果となっている。(20mシャトルラン等)

令和5年度の
重点目標値

○体力合計点を県平均値以上にする。

○20mシャトルランを県平均値以上にする。

・持久走について、各学年で目標タイムを設定し、2月の測定で達成する児童の割合を60%以上にする。(6月と2月に計測)