

平成26年度の重点課題

- 男子 「長座体前屈」、「50m走」「反復横跳び」において、瞬発力や柔軟性が弱い。
- 女子 「長座体前屈」、「50m走」、「反復横跳び」「ボール投げ」において、特に走力が弱い。
- 共通 運動の実施時間が短い。家庭で外遊びをする児童と、そうでない児童が固定化している。家庭で柔軟的な活動が少ない。
重点課題として走力が弱い。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 「柔軟性」「瞬発力」→柔軟性や瞬発力を高めるために、体育科の授業の始めにセット運動や柔軟体操・短距離ダッシュを行う。
- 「走力」→走力や持久力を高めるために、週1回、全校で「にこにこパワーアップタイム」（業間体育）に取り組み、「ボール遊び」「走を使った遊び」「遊具を使った器械遊び」の場を設定し、遊びを通して体力づくりを行う。
- 「投力」→投力や握力を高めるために、学校全体でボール運動に関係した遊びを紹介し、休憩時間や体育の時間にボールを使った投的運動をしていく。握力や筋力アップに取り組む。
- 「共通」→「なわとび発表」「鉄棒発表」などの児童発表を行い、いろいろな動きを紹介し、それぞれに目標を持たせ取り組ませる。
- 「共通」→「運動時間が少ない児童の固定」→がんばりカードに体力づくりの枠をつくり、家庭でできる簡単な運動を取り入れる。

平成27年度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	9.38	13.63	26.38	31.31	30.94	11.74	122.56	8.88	34.75	第1学年	8.87	13.48	31.32	30.26	25.58	11.82	112.65	6.65	36.03
第2学年	10.39	13.63	25.29	30.67	35.96	11.10	125.33	12.75	37.52	第2学年	10.89	15.24	31.39	29.56	26.67	10.94	121.83	8.06	41.06
第3学年	14.33	19.89	27.06	37.89	42.00	10.06	135.61	13.28	45.61	第3学年	13.21	18.00	29.88	39.29	47.13	10.23	133.50	12.29	50.74
第4学年	14.76	21.35	32.47	43.24	58.94	9.41	150.47	21.29	54.29	第4学年	14.33	18.72	36.39	40.00	44.67	9.65	145.61	14.17	55.61
第5学年	17.44	20.88	29.19	43.00	59.93	9.07	151.14	23.47	55.93	第5学年	18.13	17.40	38.87	41.07	47.53	9.25	153.87	16.60	59.40
第6学年	21.33	22.83	37.33	48.75	85.58	8.33	175.08	31.31	67.67	第6学年	18.48	20.17	37.91	43.00	59.91	8.83	162.35	18.43	64.00

県平均値かつ全国平均値未満

平成27年度新体力テストの結果（県平均値（平成27年度）・全国平均値（平成26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	9.38	13.63	26.38	31.31	30.94	11.74	122.56	8.88	34.75	第1学年	8.87	13.48	31.32	30.26	25.58	11.82	112.65	6.65	36.03
第2学年	10.39	13.63	25.29	30.67	35.96	11.10	125.33	12.75	37.52	第2学年	10.89	15.24	31.39	29.56	26.67	10.94	121.83	8.06	41.06
第3学年	14.33	19.89	27.06	37.89	42.00	10.06	135.61	13.28	45.61	第3学年	13.21	18.00	29.88	39.29	47.13	10.23	133.50	12.29	50.74
第4学年	14.76	21.35	32.47	43.24	58.94	9.41	150.47	21.29	54.29	第4学年	14.33	18.72	36.39	40.00	44.67	9.65	145.61	14.17	55.61
第5学年	17.44	20.88	29.19	43.00	59.93	9.07	151.14	23.47	55.93	第5学年	18.13	17.40	38.87	41.07	47.53	9.25	153.87	16.60	59.40
第6学年	21.33	22.83	37.33	48.75	85.58	8.33	175.08	31.31	67.67	第6学年	18.48	20.17	37.91	43.00	59.91	8.83	162.35	18.43	64.00

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子 「長座体前屈」などの柔軟性や「50m走」の走力・「立ち幅跳び」の跳躍力や瞬発力が弱い。
- 女子 全国・県平均と比較すると体力の向上が見られた。「20mシャトルラン」・「50m走」・「立ち幅跳び」・「ボール投げ」など全学年で平均を上回った。強いて言うなら「長座体前屈」の柔軟性や「反復横とび」の瞬発力などの課題がある。
- 共通 「長座体前屈」の柔軟性においては男女ともに平均を下回る学年があり、今後の取組みの課題である。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「柔軟性」「瞬発力」→柔軟性や瞬発力を高めるために、体育科の授業の始めにセット運動や柔軟体操・短距離ダッシュを行う。
 - 「走力」→走力や持久力を高めるために、週1回、全校で「にこにこパワーアップタイム」（業間体育）に取り組む。「ボール遊び」「おにごっこ遊び」「遊具を使った器械遊び」の場を設定し、遊びを通して体力づくりを行う。
 - 「投力」→投力や握力を高めるために、学校全体でボール運動に関係した遊びを紹介し、休憩時間や体育の時間にボールを使った投的運動をしていく。握力や筋力アップに取り組む。
 - 「共通」→「なわとび発表」「鉄棒発表」などの児童発表を行い、いろいろな動きを紹介し、それぞれに目標を持たせ取り組ませる。
 - 「共通」→「運動時間が少ない児童の固定」→がんばりカードに体力づくりの枠をつくり、家庭でできる簡単な運動を取り入れ、家庭でも年間を通して体力づくりをしていく。
- ※今後も継続して、さらなる体力の向上をめざして実践していく。

平成28年度の目標値

現在、平成27年度新体力テストの結果（県平均値（平成26年度）以上が79.2%・全国平均値（平成25年度）以上も、79.2%であった。今年度さらに体力づくりに取り組み、平成28年度においては、新体力県平均以上の項目を80%以上にする。