別紙（参考様式）

体力つくり改善計画

福山市　立　東村　小学校

平成28年度の重点課題

〇男女ともに「長座体前屈」に課題がある。
〇体力の二極化が見られる。平均値は改善したものの，運動量の少ない児童がいる。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

〇家庭において，「風呂上がり柔軟」に取り組ませた。
〇体育の授業の始めにサーキット運動を取り組ませることにより，運動量を確保した。

平成29年度新体力テストの結果（県平均値（平成28年度）・全国平均値（平成27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
第1学年	7.50	12.00	24.00	30.50	16.00	11.25	117.50	10.50	30.50
第2学年	10.20	14.80	25.80	38.60	23.00	11.40	113.20	14.60	37.40
第3学年	12.33	20.33	31.67	46.33	84.00	9.84	136.67	26.33	54.50
第4学年	14.40	17.80	30.80	44.40	54.20	9.94	151.40	21.20	51.60
第5学年	18.00	21.50	32.50	47.00	61.00	9.82	169.00	32.00	65.00
第6学年	20.25	21.25	32.25	47.00	43.75	10.23	159.75	25.25	56.00

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	8.75	11.00	32.00	29.00	15.50	12.58	107.00	7.00	32.25
第2学年	11.80	22.00	33.60	40.00	36.40	10.50	127.00	13.20	51.20
第3学年	14.33	14.67	36.33	40.67	39.67	11.23	130.33	9.67	48.00
第4学年	15.00	17.80	33.80	44.60	44.00	10.58	148.80	18.20	55.00
第5学年	16.83	16.17	37.00	47.83	38.83	9.95	137.17	18.83	56.00
第6学年									

県平均値かつ全国平均値未満

平成29年度新体力テストの結果（県平均値（平成29年度）・全国平均値（平成28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
第1学年	7.50	12.00	24.00	30.50	16.00	11.25	117.50	10.50	30.50
第2学年	10.20	14.80	25.80	38.60	23.00	11.40	113.20	14.60	37.40
第3学年	12.33	20.33	31.67	46.33	84.00	9.84	136.67	26.33	54.50
第4学年	14.40	17.80	30.80	44.40	54.20	9.94	151.40	21.20	51.60
第5学年	18.00	21.50	32.50	47.00	61.00	9.82	169.00	32.00	65.00
第6学年	20.25	21.25	32.25	47.00	43.75	10.23	159.75	25.25	56.00

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	8.75	11.00	32.00	29.00	15.50	12.58	107.00	7.00	32.25
第2学年	11.80	22.00	33.60	40.00	36.40	10.50	127.00	13.20	51.20
第3学年	14.33	14.67	36.33	40.67	39.67	11.23	130.33	9.67	48.00
第4学年	15.00	17.80	33.80	44.60	44.00	10.58	148.80	18.20	55.00
第5学年	16.83	16.17	37.00	47.83	38.83	9.95	137.17	18.83	56.00
第6学年									

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

〇男女ともに「50m走」，男子では「長座体前屈」「握力」に課題がある。
〇体力の二極化が見られる。運動量が少ない児童がいる。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

〇各教室にハンドグリップを配布し，握力向上に努める。
〇サーキットトレーニングに長座体前屈や走ることを取り入れ，体育の授業前に取り組む。
〇「ステップアップカード」をさらに活用し，個別に目標を持たせ，弱点種目の強化に努める。
〇全国平均値一覧を校舎と体育館に掲示し，目標を持たせる。

平成30年度の目標値

〇長座体前屈・・・県平均以上の者を60％以上にする。