

平成23年度の重点課題

○男子は、「上体起こし」「50m走」「立ち幅とび」が県平均値かつ全国平均値よりも低い学年が多い。

○女子は全学年、「立ち幅とび」が県平均値かつ全国平均値よりも低い。
また、「上体起こし」「ソフトボール投げ」「50m走」が県平均値かつ全国平均値よりも低い学年が多い。

○全体的に、体幹の筋力、体の調整力に課題がある。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

- 【体育授業】
準備運動や主運動などの中で、ジャンプ・スタートなど、瞬発力をつける運動を多く取り入れる。
- 【遊び】
運動しやすい季節になったら、できるだけ外遊びをさせる。集団での外遊びを計画させる。
- 【家庭】
運動を定着させるための柔軟運動などの運動を課題にする。
- 【その他】
運動に関心を持たせる取り組み（掲示等）や自己記録の記録化などをしていく。

新体力テストの結果（県平均値（平成23年度）・全国平均値（平成22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	10.23	13.46	28.62	30.54	33.75	11.24	124.23	9.31	35.67	第1学年	9.70	10.90	30.40	27.33	27.70	11.87	105.50	6.00	35.00
第2学年	10.73	18.27	29.64	31.00	33.64	10.42	137.55	15.00	42.60	第2学年	10.54	16.69	31.62	31.00	26.85	10.62	130.69	10.62	43.62
第3学年	13.50	16.88	27.00	37.13	42.63	9.95	140.13	17.50	45.50	第3学年	14.13	14.07	30.47	32.67	28.57	10.56	129.07	10.67	44.69
第4学年	16.09	20.00	29.90	39.70	52.55	9.83	146.00	23.50	51.80	第4学年	16.50	14.30	30.20	34.10	22.60	10.72	131.10	13.90	45.60
第5学年	16.22	21.00	31.89	39.00	53.50	9.61	153.89	27.89	56.38	第5学年	17.50	21.08	37.23	41.85	46.92	9.85	156.00	15.62	58.50
第6学年	21.88	23.75	39.25	45.38	88.75	8.43	178.38	35.38	68.13	第6学年	19.29	21.29	35.71	40.29	50.57	8.96	155.29	16.00	61.71

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24年度）・全国平均値（平成23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	10.23	13.46	28.62	30.54	33.75	11.24	124.23	9.31	35.67	第1学年	9.70	10.90	30.40	27.33	27.70	11.87	105.50	6.00	35.00
第2学年	10.73	18.27	29.64	31.00	33.64	10.42	137.55	15.00	42.60	第2学年	10.54	16.69	31.62	31.00	26.85	10.62	130.69	10.62	43.62
第3学年	13.50	16.88	27.00	37.13	42.63	9.95	140.13	17.50	45.50	第3学年	14.13	14.07	30.47	32.67	28.57	10.56	129.07	10.67	44.69
第4学年	16.09	20.00	29.90	39.70	52.55	9.83	146.00	23.50	51.80	第4学年	16.50	14.30	30.20	34.10	22.60	10.72	131.10	13.90	45.60
第5学年	16.22	21.00	31.89	39.00	53.50	9.61	153.89	27.89	56.38	第5学年	17.50	21.08	37.23	41.85	46.92	9.85	156.00	15.62	58.50
第6学年	21.88	23.75	39.25	45.38	88.75	8.43	178.38	35.38	68.13	第6学年	19.29	21.29	35.71	40.29	50.57	8.96	155.29	16.00	61.71

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子
「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」「立ち幅とび」において県平均値かつ全国平均値よりも低い学年が多い。
- 女子
「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」において県平均値かつ全国平均値よりも低い学年が多い。
- 全体
瞬発力・柔軟性・走力・体幹の筋力に課題がある。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 【体育授業】
・体育授業の準備運動、整理運動の部分で、毎時間ストレッチを実施（全学年）
・体育授業の導入部分でペアでじゃんけんダッシュ、サーキットトレーニングに川とびを取り入れる。
- 【業間体育】
・9月にワクワクタイム（おにごっこ・競争ダッシュ・子取りおに・鉄馬・一輪車・幅とび・鉄棒・のぼり棒・フラフープ回し・リム転がし・シャトル投げ・じゃんけんすごろくを週代わりで行う）を週一回実施。（全学年）
・10、11月には、5分間走を週一回実施。ダッシュも取り入れる。（全学年）
- 【家庭】
・体力づくりがんばりカードを作成する。その活用を継続して取り組む。（全学年）

平成25年度の目標値

- 「上体起こし」「反復横とび」「50m走」「長座体前屈」を県平均値かつ全国平均値以上にする。
- 県平均値かつ全国平均値未満の項目数を28から12以下にする。