

平成27年度の重点課題

○「握力」「20mシャトルラン」において、県平均値かつ全国平均値より男女とも低い学年がある。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

- 週1回の「外遊びデー」を実施した。
- 「体力アップカード」を作成し、毎日グーパー運動とろく木のぶら下がり運動を学校で行い、家庭でストレッチを行った。ストレッチの方法は、保健委員会の児童が全校朝会で紹介した。
- 体育の時間に、サーキットや持久走を取り入れた。
- 児童会が「全校レクリエーション」として、おにごっこ遊びを行った。
- 児童会が全身を使う遊びとして「うずまきじゃんけん」を紹介し、普及を図った。
- 学期に1回、中学校区共通の外遊びデーである「元気アップデー」を実施した。
- 体育の時間に、楽しみながら体力がつく運動を各学年1種目ずつ開発し、取り組んだ。

平成28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	8.30	15.50	28.20	30.40	17.30	11.58	117.50	8.20	32.70	第1学年	8.89	13.78	29.44	27.00	13.89	12.10	114.44	5.33	32.00
第2学年	9.60	13.20	26.20	31.60	26.00	10.58	126.00	12.00	36.60	第2学年	10.00	19.00	34.29	34.71	18.00	11.19	115.71	7.71	40.71
第3学年	13.20	23.80	34.93	39.67	44.60	10.63	144.33	17.07	50.40	第3学年	12.00	23.00	36.78	35.89	27.89	10.78	138.89	11.00	49.22
第4学年	15.27	21.53	35.33	44.57	59.13	9.49	151.67	26.73	57.07	第4学年	15.67	30.83	39.33	46.60	57.00	9.13	159.00	21.67	66.40
第5学年	13.86	26.29	35.14	47.43	61.57	9.47	155.00	20.14	57.43	第5学年	15.75	26.38	43.88	43.13	54.38	9.39	150.38	17.88	63.00
第6学年	18.64	24.00	33.91	46.82	68.36	8.80	160.45	29.00	61.73	第6学年	18.80	26.40	35.89	45.90	60.60	8.53	161.00	23.40	67.56

県平均値かつ全国平均値未満

平成28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	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	8.30	15.50	28.20	30.40	17.30	11.58	117.50	8.20	32.70	第1学年	8.89	13.78	29.44	27.00	13.89	12.10	114.44	5.33	32.00
第2学年	9.60	13.20	26.20	31.60	26.00	10.58	126.00	12.00	36.60	第2学年	10.00	19.00	34.29	34.71	18.00	11.19	115.71	7.71	40.71
第3学年	13.20	23.80	34.93	39.67	44.60	10.63	144.33	17.07	50.40	第3学年	12.00	23.00	36.78	35.89	27.89	10.78	138.89	11.00	49.22
第4学年	15.27	21.53	35.33	44.57	59.13	9.49	151.67	26.73	57.07	第4学年	15.67	30.83	39.33	46.60	57.00	9.13	159.00	21.67	66.40
第5学年	13.86	26.29	35.14	47.43	61.57	9.47	155.00	20.14	57.43	第5学年	15.75	26.38	43.88	43.13	54.38	9.39	150.38	17.88	63.00
第6学年	18.64	24.00	33.91	46.82	68.36	8.80	160.45	29.00	61.73	第6学年	18.80	26.40	35.89	45.90	60.60	8.53	161.00	23.40	67.56

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子
「握力」、「50m走」、「ボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年が多い。
- 女子
「握力」、「20mシャトルラン」、「50m走」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年が多い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「握力」→体育の時間に、グーパー運動やサーキットでのろく木と鉄棒のぶら下がりを取り入れる。掃除時間に、ぞうきんしぼりを行う。ハンドグリップを各教室に置き、握る運動を行う。
- 「50m走」→体育の時間に、スタートダッシュの力を高めるために、短距離ダッシュや変形ダッシュを行う。
- 「20mシャトルラン」→色々なおにごっこ遊びを紹介し、推奨する。なわとびの級や段を設定したり記録カードを作成したりし、体育の時間になわとびを行う。また、持久走やジグザグ走を行い、持久力をつける。
- 「ボール投げ」→紙鉄砲遊びを行う。ドッジボール大会を行う。

平成29年度の目標値

- 「握力」が、県平均値かつ全国平均値以上の学年を3学年以上にする。
- 「50m走」、「20mシャトルラン」、「ボール投げ」が、県平均値かつ全国平均値以上の学年を4学年以上にする。

-

