

# 2022年度(令和4年度)子どもが主体となった体力向上計画

福山市立神辺小学校

## 2022年度(令和4年度) 新体力テストの結果

### 児童質問紙(第5学年)

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

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子	63.27	34.69	2.04	0.00
女子	60.66	22.95	9.84	6.56

体育の授業は楽しいですか

	楽しい	やや楽しい	やや楽しくない	楽しくない
男子	80.00	16.00	2.00	2.00
女子	65.00	26.67	3.33	5.00

運動やスポーツをどのくらいしていますか  
(体育の授業をのぞく)

	週に3日以上	週に1~2日くらい	月に1~3日くらい	しない
男子	46.00	32.00	14.00	8.00
女子	29.51	54.10	13.11	3.28

### 体力・運動能力(第5学年)

	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
男子	16.70	19.70	29.20	42.60	42.10	9.40	148.30	22.40	52.32

	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	16.48	17.19	34.18	39.74	38.45	9.40	137.61	13.50	53.94

県平均値(R4)かつ全国平均値(R3)未満

### 重点課題および要因

#### 情意面

○運動習慣に関するアンケートによると、「運動をすることがやや嫌い」、「嫌い」と答えた児童の割合は、男子が約2%、女子が約16%である。

○運動習慣に関するアンケートによると、「体育の授業がやや楽しくない」、「楽しくない」と答えた児童の割合は、男子が約4%、女子が約5%である。

運動に関してよりマイナスなイメージを持っている女子が男子より体力テストの数値が低い。

#### 体力面

○男女ともに「長座体前屈」「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」が県平均値かつ全国平均値より低い。

○女子は「上体起こし」「反復横跳び」「ボール投げ」も県平均値かつ全国平均値より低い。

○運動習慣に関するアンケートによると、「運動を月に1~3日くらいする」「しない」と答えた児童の割合は、男子が約22%、女子が約16%である。

### 重点課題等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

○体育の授業の始めに、「柔軟性」、「俊敏性」、「跳躍力」、「持久力」を高める「サーキット運動」を行う。

○「長座体前屈」→タオルを使ったストレッチや「ジャックナイフストレッチ」など、柔軟性を鍛える運動を取り入れる。

○「立ち幅跳び」→「リズム抱え込みジャンプ」、「ケンバージャンプ」、「ゴム紐」などを取り入れ、「跳躍力」や「跳ぶタイミング」を掴む運動を取り入れる。

#### 体育の授業以外で行う取組内容

○「体力面」→月ごとに新体力テストで低水準の項目を1つ「強化月間」とし、朝の会や体育の授業、家庭で行う運動の計画(マイプラン)で繰り返し取り組むことで、体力の底上げを図る。

○「情意面」→毎月、記録測定会を行い、毎回の記録の伸びに着目させることで、達成感を味わうことができるようとする。

→体育委員会発のイベントを今後も継続して実施する。(ドッジボール大会など)

### 2023年度(R5年度)の 重点目標値

○「長座体前屈」「立ち幅跳び」を県平均値かつ全国平均値以上にする。

○運動習慣に関するアンケートにおいて、「運動をすることがやや嫌い」、「嫌い」、「運動を月に1~3日くらいする」「しない」と答える児童の割合を10%以下にする。