

令和5年度の重点課題

- 日常的に投げる動作に親しむ機会が少ない児童が多い。
- 「柔軟性」において、柔軟運動を常時活動として取り組む必要がある。
- 全身持久力は、運動を行う上で大切な力であることから、今年度も体力向上を図るために業間運動で持久走を継続して位置づける必要がある。
- 学年が上がるにつれて、休憩時間等進んで体を動かそうとする児童が減少する傾向にあり、外遊びを奨励する工夫が必要である。
- 家庭でも体を動かす時間を確保するため、テレビの視聴時間、ゲームの使用時間を少なくする方を継続していく必要がある。
- 基本的な生活習慣の「早寝・早起き・朝ご飯」を定着させる。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

- 年間を通して、遊具を使ったサーキットトレーニング、グッパ一体操、親指タッチを継続して行う。
- 準備体操の中に、柔軟運動を取り入れる。(足をクロスして前屈、ペアでストレッチ、体じゃんけん等)
- 晴れの日、外に出て遊ぶことを学校全体で推奨する。
- 体育委員会の活動と結び付けながら、常時的にドッジボールに親しむ機会を設定し、投げる力を高める。
- 業間体育で「3分間走」「遊具を使った運動」を行い、全身持久力と握力の強化を図る。
- 楽しみながら体を動かすことのできる活動を共有し、体育の授業に生かせるようにする。

令和5年度新体力テストの結果 県平均値(令和4年度)・全国平均値(令和3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5学年	17.44	20.43	30.63	44.14	47.56	9.42	157.71	19.86	55.00	第5学年	17.10	16.90	35.50	40.56	30.33	10.39	131.22	12.44	49.78

県平均値かつ全国平均値未満

令和5年度新体力テストの結果 県平均値(令和5年度)・全国平均値(令和4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5学年	17.44	20.43	30.63	44.14	47.56	9.42	157.71	19.86	55.00	第5学年	17.10	16.90	35.50	40.56	30.33	10.39	131.22	12.44	49.78

県平均値かつ全国平均値未満

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

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第5学年	77.78	22.22	0.00	0.00	第5学年	63.64	27.27	0.00	9.09

重点課題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

- 年間を通して、遊具を使ったサーキットトレーニング、グッパ一運動、親指タッチを継続して行う。
- 柔軟力、調整力向上のため、柔軟運動や反応運動を行う。

体育の授業以外で行う取組内容

- 業間運動で、握力維持のため、遊具(鉄棒、登り棒、雲梯、ジャングルジム)を使った運動を継続して行う。
- 校内研修で、児童の実態から必要な対策方法を周知し、日ごろの運動に取り入れるよう呼びかける。
- 運動を身近に感じ、苦手意識を軽減させるため、体育委員が主となり、様々な運動のコツや楽しみ方を体育朝会で推奨する。
- 「生活プラスカード」の取組を継続して行い、生活習慣を見直す機会を設ける。

重点課題

- 男子
 - ・「長座体前屈」「シャトルラン」「ボール投げ」が、県平均値かつ全国平均値を下回っている。
- 女子
 - ・握力を除く7種目が、県平均値かつ全国平均値を下回っている。
 - ・運動やスポーツをすることが嫌いだと答える児童の割合が9.09%である。
- 全体
 - ・1日の運動実施時間が30分未満の児童が25%いる。

令和6年度の重点目標値

- 1日の運動実施時間が30分未満の児童を20%未満にする。
- 「長座体前屈」「シャトルラン」「ボール投げ」を、県平均値かつ全国平均値以上にする。