

令和2年度の重点課題

○共通

【握力】

全学年において県・全国平均値よりも劣っている。

【長座体前屈】

男子は1, 3, 5年生, 女子は1, 2, 3年生において県・全国平均値よりも劣っている。

○1年生

県・全国平均値よりも劣っている項目が男子は7項目, 女子は4項目あり, 他学年に比べて多い。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

【体育の時間以外】

火曜日はハッスルタイムとし, ボール遊び以外の遊びをすることで様々な運動を行わせた。

毎日の宿題においても体力づくりを入れ継続的に学年に応じた運動をさせた。

【体育の時間】

①登り棒やうんてい, 鉄棒を活用した準備運動を取り入れ, 『握る』という動作をしっかりと行わせた。

②白鳥トレーニングを全学年で行い, 基礎体力の向上に向けてサーキット運動を実施した。

令和3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	16.34	22.69	32.84	48.66	66.07	8.70	152.50	26.34	59.60	第5学年	15.38	21.20	38.67	45.03	53.15	9.05	140.42	14.61	60.09

県平均値かつ全国平均値未満

令和4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	16.72	21.35	35.63	48.63	57.87	9.23	160.99	25.08	58.67	第5学年	16.58	19.71	40.99	44.70	48.58	9.33	156.19	15.19	60.40

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	60.5	27.6	9.2	2.6	第5学年	47.10	36.80	13.20	2.90

学校独自の意識調査

運動やスポーツをするのが好きと答えた児童は男子約88%, 女子約84%と運動やスポーツが好きな児童が多いことが分かった。さらに嫌いと答えた児童は学年で男女ともに2人程度だったことから高屋西の子どもたちは運動に対して前向きなイメージをもっている。

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

今年度から実施をしている白鳥トレーニングを継続して行うことですべての数値の底上げに繋がると考える。また, 例年数値が低かった長座体前屈(柔軟性)や立ち幅跳び(跳力), 握力(筋力)の数値が大きく向上した。柔軟性に関しては白鳥トレーニングのジャックナイフ, 跳力に関しては足かえジャンプと縄跳びチャレンジ, 握力に関しては腕立て伏せや腕立てジャンプの影響だと考える。

体育の授業時のサーキットトレーニングを継続して取り組むことが大切だと考える。

体育の授業以外で行う取組内容

週3日での縄跳びチャレンジだけでは体力の向上があまり見られなかった。さらに50m走のタイムでは, 体育委員会の取組「50mを走り切れ」を実施していたR2年度までと比べ大きく下回っている。

このことから週1回の「50mを走り切れ」を行いつつ, 週3回行っている縄跳びチャレンジを継続的に行うことで数値の向上が見られると考える。

重点課題

○9項目すべてにおいて県平均値かつ全国平均値を下回る値はなかった。このことから「白鳥トレーニング」や日々の授業でのサーキットトレーニングは効果があったといえる。

●令和3年度の自校の記録と比べてみると, 男子は上体起こし, 反復横跳び, 50m走, 20mシャトルラン, ソフトボール投げの5項目が下回った。女子は上体起こし, 反復横跳び, 50m走, 20mシャトルランの4項目が下回った。

令和5年度の
重点目標値

来年度もすべての数値において県や全国平均値を上回ることを目指す。そのうえで, 上体起こし, 反復横跳び, 50m走, 20mシャトルランの4項目の数値の向上を目指す。

【上体起こし】男子23回, 女子22回

【反復横跳び】男子23回, 22回

【50m走】男子8.70秒, 女子9.00秒