別紙（参考様式）

# 令和4年度　体育に関する指導改善計画

東広島市　立　上黒瀬　小学校

## 令和3年度の重点課題

〇男子
5年生は「上体起こし」,「50m走」,「立ち幅とび」,「ボール投げ」が，県平均値かつ全国平均値未満であった。他の学年では,「長座体前屈」,「反復横跳び」に課題があった。
〇女子
5年生は「ボール投げ」が，県平均値かつ全国平均値未満であった。他の学年では,「上体起こし」,「立ち幅跳び」,「ボール投げ」に課題があった。
〇体力テストの総合評価（A～E）がDE群の児童の割合が，全校で18%だった。

## 上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

〇年間を通して，準備運動や補助運動の中に，走力や柔軟性などの基礎体力が向上するような運動や3分間トレーニングを取り入れた。
・準備運動で短縄を導入
・敏捷性や身体の巧緻性を高めるための「全身を使った運動」の実施
・運動量を確保する授業改善

## 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第5学年 | 17.14 | 15.71 | 31.43 | 45.57 | 60.71 | 9.13 | 144.86 | 24.43 | 54.57 |

| 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 | 15.13 | 17.13 | 36.50 | 41.38 | 43.38 | 9.68 | 150.50 | 14.63 | 55.63 |

■県平均値かつ全国平均値未満

## 令和3年度新体力テストの結果（県平均値（令和3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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第5学年 | 17.14 | 15.71 | 31.43 | 45.57 | 60.71 | 9.13 | 144.86 | 24.43 | 54.57 |

| 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 | 15.13 | 17.13 | 36.50 | 41.38 | 43.38 | 9.68 | 150.50 | 14.63 | 55.63 |

■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 |
|---|---|---|---|---|
| 第5学年 | 71.4 | 28.6 | 0.0 | 0.0 |

| 女子 | 好き | やや好き | やや嫌い | 嫌い |
|---|---|---|---|---|
| 第5学年 | 62.50 | 37.50 | 0.00 | 0.00 |

## 学校独自の意識調査

〇児童アンケートにおける「運動をするのが楽しい」の肯定的評価が91．5%だった。運動をするということには，学校全体を見ても好きな児童が多い結果となった。

## 重点課題

〇男子
・5年生は「上体起こし」,「50m走」,「長座体前屈」,「立ち幅跳び」が，県平均値かつ全国平均値未満であった。
〇女子
・5年生は「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「50メートル走」が，県平均値かつ全国平均値未満であった。

〇体力テストの総合評価（A～E）がDE群の児童の割合が全校で17%だった。

## 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

〇運動量を確保する授業改善
〇年間を通して，準備運動，補助運動の中に，体づくり運動を取り入れる。
・カエルの逆立ち，足うち
・ブリッジ
・腿上げジャンプ
・ストレッチ

### 体育の授業以外で行う取組内容

・クラス遊びや集団で取り組める運動を紹介し，校内の掲示板や児童用タブレットで閲覧できるところに掲載し，児童の外遊びを促す。
・縦割り班での大縄大会を企画したり，児童が継続的に縄跳び（短縄）に取り組む期間を設定したりする。
・各学級，週に1度はクラス遊びを設定し，晴天の際には，運動を伴った遊びを行うことにする。

## 令和4年度の重点目標値

〇 「上体起こし」「立ち幅跳び」を全国平均以上にする。
〇 体力テストの総合評価（A～E）がDE群の児童の割合を12%以下にする。