

平成29年度の重点課題

- 握力
  - ・全学年県平均を下回っている。
  - ・生活の中で、握力を意識する場が少ない。
- 50m走
  - ・男子が6学年中5学年、女子が6学年中4学年で県平均を下回るなど、全種目中でも課題がある。
- 共通
  - ・休憩時間に外遊びをする児童が減ってきているとともに、外遊びの内容がサッカーやブランコ、滑り台など固定化してきている。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- ①握力
  - ・体育のサーキット運動に握力を向上させる運動を取り入れた。
- ②50m走
  - ・体育の授業でおにごっこなど、ダッシュや全力で走る場面を意図的に取り入れ、瞬発力や持久力を高めた。
  - ・海田高校陸上部員を講師として招き、短距離走を中心に指導を受けた。(海田町競技力向上対策事業)
- ③全校での取組
  - ・昨年度の結果を受けて、体育朝会で学年での課題や学校全体での課題を伝え、全員でがんばるという意欲付けを行い新体力テストに取り組んだ。
  - ・「運動タイム(3分間走)」を毎学期約1週間ずつ行った。
  - ・西っ子外遊びタイムを奨励し、学年ごとに全員が外で遊ぶ場を設定した。

平成30年度新体力テストの結果(県平均値(平成29年度)・全国平均値(平成28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	9.67	11.00	33.71	32.47	26.28	11.10	125.59	11.12	36.56	第1学年	8.08	11.92	33.62	30.85	24.38	11.69	125.08	5.85	36.50
第2学年	8.31	13.80	32.33	35.47	23.33	10.71	122.73	13.00	38.07	第2学年	8.43	15.07	32.93	33.07	19.15	11.13	121.14	7.21	38.46
第3学年	11.16	15.39	34.72	38.17	35.89	10.39	138.50	16.67	44.83	第3学年	11.20	19.00	40.00	36.40	34.40	9.98	141.00	11.20	50.80
第4学年	12.82	18.64	33.73	40.18	42.60	9.84	150.27	17.09	50.10	第4学年	13.87	22.40	37.60	42.60	36.07	9.79	146.60	12.87	55.93
第5学年	16.54	25.54	34.08	45.00	65.38	9.23	155.31	29.77	59.77	第5学年	15.53	21.00	42.93	45.33	45.67	9.56	151.13	15.33	60.93
第6学年	17.19	25.94	39.13	48.50	57.50	8.85	178.56	26.38	63.13	第6学年	19.64	25.91	43.64	48.36	43.00	8.81	177.36	13.73	66.82

県平均値かつ全国平均値未満

平成30年度新体力テストの結果(県平均値(平成30年度)・全国平均値(平成29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	9.67	11.00	33.71	32.47	26.28	11.10	125.59	11.12	36.56	第1学年	8.08	11.92	33.62	30.85	24.38	11.69	125.08	5.85	36.50
第2学年	8.31	13.80	32.33	35.47	23.33	10.71	122.73	13.00	38.07	第2学年	8.43	15.07	32.93	33.07	19.15	11.13	121.14	7.21	38.46
第3学年	11.16	15.39	34.72	38.17	35.89	10.39	138.50	16.67	44.83	第3学年	11.20	19.00	40.00	36.40	34.40	9.98	141.00	11.20	50.80
第4学年	12.82	18.64	33.73	40.18	42.60	9.84	150.27	17.09	50.10	第4学年	13.87	22.40	37.60	42.60	36.07	9.79	146.60	12.87	55.93
第5学年	16.54	25.54	34.08	45.00	65.38	9.23	155.31	29.77	59.77	第5学年	15.53	21.00	42.93	45.33	45.67	9.56	151.13	15.33	60.93
第6学年	17.19	25.94	39.13	48.50	57.50	8.85	178.56	26.38	63.13	第6学年	19.64	25.91	43.64	48.36	43.00	8.81	177.36	13.73	66.82

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子
  - ・ほぼ全学年で29年度同様に「握力」、「50m走」において、県平均値かつ全国平均値未満となっており、改善が見られない。
  - ・低学年の「上体起こし」に加え、「20mシャトルラン」が6学年中4学年で県平均値かつ全国平均値未満となり、持久力の向上も課題に挙げられる。
- 女子
  - ・6学年中5学年で「握力」が、県平均値かつ全国平均値未満となっている。
- 共通
  - ・体育以外の運動する時間の確保。
  - ・走る・跳ぶ・投げるなどの多様な運動をしている児童が少ない。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 県平均値かつ全国平均値未満が顕著な「握力」、「50m走」、「20mシャトルラン」を最重点課題として対応していく。
- ①握力
    - ・サーキット運動の効果的な運用を図る。(サーキット運動では、登り棒や鉄棒、うんていを取り入れる。毎月、握力計で記録を残し、伸びが分かるようにすることで、児童にとって必要感のあるサーキット運動になるように仕組む。)
  - ②50m走と20mシャトルラン
    - ・体育や学級遊びで、ネコとネズミなどゲーム性があり、かつ全力で走る運動を取り入れ、瞬発力を身につけさせる。
    - ・全校朝会で短距離走に繋がる運動を紹介し行う。
    - ・海田高校陸上部員を講師として招き、短距離走に適した走りを中心に指導を受ける。(海田町競技力向上対策事業)
    - ・業間体育(3分間走)を設定し、継続して運動する場を設定する。
  - ③全校での取組
    - ・標準記録を掲示する。また、自分の記録を把握させ、目標を設定させることで、体力向上への意欲付けを行う。
    - ・家庭学習に、走に関する運動を取り入れる。また、体育の準備運動にも同じ運動を位置付けることで、継続して行う場を設定する。
    - ・長期休業中には「スポーツすごろく」に取り組み、楽しみながらいろいろな運動ができるようにする。

平成31年度の目標値

- ・県、全国平均値以上の項目を70%に引き上げる(今年度64%)。
- ・握力の結果を、H30年度各学年の数値より1kgアップを目指す。
- ・50m走の結果を、H30年度各学年の数値より0.3秒アップを目指す。
- ・20mシャトルランの結果を、H30年度各学年の数値より3回アップを目指す。