

平成30年度の重点課題

- 新体力テストの総合評価のAB率62.3%、ED率12.6%である。（（AB-ED）率49.7%）
- ほぼ全学年で、男女とも、「握力」が県平均値かつ全国平均値より低い。
- 男子の中で、6学年中半数の学年で県平均値かつ全国平均値を下回っている項目が、「50m走」（6学年中5学年）、「20mシャトルラン」（6学年中4学年）、「上体起こし」（6学年中3学年）と複数ある。
- 女子は、「20mシャトルラン」が6学年中3学年で、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、1日の運動実施時間が、30分未満と回答する児童の割合が、男子が18%、女子が33%と高く、運動をしない児童の割合を減らしていく取組の工夫も必要である。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 「握力」を高めるため、体育の授業の導入部分で行うサーキットトレーニングで、登り棒、鉄棒、雲梯を取り入れて全学年実施した。
- 「50m走」のタイムを縮めるために、体育の授業で、鬼ごっこやラダー運動など全力で走ったり、瞬発力を高める運動を意図的に取り入れて実施した。また、海田高校陸上部を講師に招き、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）
- 体力をつけるために、業間体育（3分間走）を週1回実施した。
- 児童会の体育整備委員会が、縄跳びの技の紹介を行い、休み時間も外に出て運動するよう促した。
- 昨年度に引き続き、西っ子外遊びタイムを行い、全員が外に出て遊ぶ日を月2回設定し取組んだ。

平成31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	9.57	11.43	26.71	31.93	26.14	11.04	113.50	7.07	32.86	第1学年	8.50	8.50	27.85	28.35	23.50	12.14	106.80	5.10	30.68
第2学年	10.16	14.78	25.94	36.89	26.95	10.16	131.83	16.67	40.83	第2学年	7.92	16.17	29.42	35.08	20.54	10.90	130.58	7.67	40.17
第3学年	10.69	16.94	30.00	39.75	36.69	10.18	135.44	16.56	44.44	第3学年	10.93	17.07	31.60	38.47	23.71	10.66	126.40	8.87	43.50
第4学年	13.59	19.71	32.18	43.47	43.24	9.49	142.88	22.47	51.47	第4学年	13.25	26.25	39.00	44.75	49.00	9.00	148.00	15.00	61.50
第5学年	14.10	19.90	28.10	42.80	44.80	9.23	146.20	22.40	51.20	第5学年	15.38	23.69	34.50	47.00	44.31	9.20	147.56	14.00	59.81
第6学年	19.08	28.42	35.75	50.83	67.25	8.76	168.00	34.00	64.92	第6学年	17.20	22.87	42.93	47.13	51.53	9.41	158.93	16.20	63.67

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果（県平均値（平成31年度）・全国平均値（平成30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	9.57	11.43	26.71	31.93	26.14	11.04	113.50	7.07	32.86	第1学年	8.50	8.50	27.85	28.35	23.50	12.14	106.80	5.10	30.68
第2学年	10.16	14.78	25.94	36.89	26.95	10.16	131.83	16.67	40.83	第2学年	7.92	16.17	29.42	35.08	20.54	10.90	130.58	7.67	40.17
第3学年	10.69	16.94	30.00	39.75	36.69	10.18	135.44	16.56	44.44	第3学年	10.93	17.07	31.60	38.47	23.71	10.66	126.40	8.87	43.50
第4学年	13.59	19.71	32.18	43.47	43.24	9.49	142.88	22.47	51.47	第4学年	13.25	26.25	39.00	44.75	49.00	9.00	148.00	15.00	61.50
第5学年	14.10	19.90	28.10	42.80	44.80	9.23	146.20	22.40	51.20	第5学年	15.38	23.69	34.50	47.00	44.31	9.20	147.56	14.00	59.81
第6学年	19.08	28.42	35.75	50.83	67.25	8.76	168.00	34.00	64.92	第6学年	17.20	22.87	42.93	47.13	51.53	9.41	158.93	16.20	63.67

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子
  - ・「握力」、「20mシャトルラン」、「立ち幅跳び」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年が3学年以上ある。
- 女子
  - ・「握力」、「長座体前屈」、「50m走」、「立ち幅跳び」、「ボール投げ」において、県平均かつ全国平均値より低い学年が3学年以上ある。
- 共通
  - ・体育以外の運動する時間の確保。
  - ・遊びの種類が少なく、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

- 握力
  - ・サーキット運動の効果的な運用を図る（外：登り棒や鉄棒、雲梯を取り入れるなど、必然的に握る運動を設定する。）（体育館：新聞紙壁当てや新聞紙遠投など、楽しみながら投げる運動を設定する。）
- 20mシャトルラン
  - ・業間体育（3分間走）を、年間を通して週1回取り入れる。
- 長座体前屈
  - ・体育の準備運動の中で、柔軟運動を行う。
- 50m走・立ち幅跳び
  - ・体育の授業の導入で、鬼ごっこやラダー運動など、全力で走ったり、瞬発力を高める運動に継続して取り組む。
  - ・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）
- 全校での取組
  - ・外で遊びたいような遊具を考え、準備する。
  - ・体力アップスタンプラリーなど、全校児童で、目標をもって外で運動する期間を設定し、取り組む。
  - ・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。
  - ・西っ子外遊びタイムでは、担任も一緒になって外遊びをすることでみんなで遊ぶ楽しさを味わわせる。

令和2年度の目標値

- 新体力テストの総合評価のAB率を、R元年度の51.5%から55%以上に、ED率を15%から15%以下にする。（（AB-ED）率40%以上）
- 「握力」の結果を、6学年12項目の内、4項目で、県平均値かつ全国平均値以上を目指す。
- 「20mシャトルラン」の結果を、R元年度各学年の数値より3回アップを目指す。
- 「ソフトボール投げ」の結果を、R元年度各学年の数値より1mアップを目指す。