

令和4年度の重点課題

- 男子
「握力」、「20mシャトルラン」、「ボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 女子
「握力」、「20mシャトルラン」、「ボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 共通
運動の実施時間が短い。外遊びをする児童と、そうでない児童が固定化している。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 「握力（筋力）」を高めるため、各教室にハンドグリップコーナーを設置した。体育委員会が全校朝会でハンドグリップの使用法やトレーニング内容を説明し、休憩時間に取り組む児童が増えた。
- 「投げ」を高めるため、体育の授業の導入部分で全学年取組を行った。行うサーキットトレーニングで、低学年は、スキップやかえる跳び、ダッシュなどを行った。高学年は、それらを応用した体幹トレーニング等を行った。児童会の体育委員会に握力や走力を鍛える運動を紹介させ、児童の意欲を高めた。
- 「握力」の再測定を行った。測定前には、前回の自分の記録をどれくらい更新するとよいかを伝え、目標を明確化させて、再測定に臨ませた。

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	15.67	23.88	36.67	41.56	44.78	9.23	149.11	29.33	55.00	第5学年	17.00	22.25	42.50	45.25	57.75	9.18	158.75	23.00	65.25

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

県平均値かつ全国平均値未満

県平均値(令和5年度広島県児童生徒の体力・運動能力・運動習慣等調査結果)

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	15.71	19.10	32.55	42.85	47.67	9.39	152.15	21.57	52.96	第5学年	16.84	18.81	40.74	43.05	42.49	9.59	150.33	15.82	58.83

全国平均値(令和4年度体力・運動能力調査結果)

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	16.21	18.86	33.80	40.37	45.93	9.53	150.86	20.31	52.29	第5学年	16.10	17.97	38.20	38.67	36.98	9.70	144.59	13.16	54.32

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	60.00	40.00	0.00	0.00	第5学年	50.00	50.00	0.00	0.00

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

- 準備運動で「握力」「俊敏性」「瞬発力」を強化するプログラムを組み入れる。
・導入で「手押し車」「かえるの足打ち」など全身の筋力向上につながる運動を行う。
・導入で「ひざタッチ鬼」を行い、握力や俊敏性の向上を目指す。

体育の授業以外で行う取組内容

- 外遊びで色々なスポーツに取り組んでもらうために、曜日ごとに遊び場所を分担する。
- 「持久走」→12月からかけあし朝会を実施し、学年ごとに持久力を高める。
- 1月に持久走大会を行い、全校で持久力を高める。

重点課題

- 新体力テストの総合評価のAB率46.2%、DE率15.4%である。(AB-DE)率30.8%
- 男子
「握力」、「反復横とび」「20mシャトルラン」、「立ち幅とび」において、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 共通
運動の実施時間が短い。外遊びをする児童と、そうでない児童が固定化している。

令和6年度の重点目標値

- 新体力テストの総合評価のAB率を53%以上、ED率を15%以下にする。(AB-DE)率38%以上
- 「握力」「反復横跳び」「立ち幅跳び」を、県平均値かつ全国平均値以上にする。