

平成28年度の重点課題

○新体力テストの結果、50m走、反復横とび、立ち幅とびに課題があることが分かった。  
 (全国平均を超えた学年数)  
 50m走(男子1学年 女子0学年)  
 反復横とび(男子1学年 女子2学年)  
 立ち幅とび(男子0学年 女子3学年)

○走力・瞬発力を鍛えて、全国平均を超える種目60以上を目指す。

上記の課題を受けて具体的に  
取り組んだ事項

○体育科の授業のはじめに、瞬発力を鍛えるために、ダッシュやジャンプ等を取り入れる。  
 ○体育朝会やミニ研修会で走力や瞬発力を鍛える運動を紹介したり、研修したりする。  
 ○外遊びの推進を図り、運動の日常化を目指す。いろいろなおにごっこを紹介して、遊びながら走力を鍛えていく。  
 ○50m走・反復横とび・立ち幅とびを種目とするミニ体力テストを12月に実施する。  
 50m走(男子1→4学年 女子0→5学年)  
 反復横とび(男子1→3学年 女子2→6学年)  
 立ち幅とび(男子0→4学年 女子3→5学年)  
 この3種目で全国平均を超えた種目が20増えて、96種目中61種目になり、目標値を超えることができた。

平成29年度新体力テストの結果(県平均値(平成28年度)・全国平均値(平成27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	10.36	8.98	23.85	37.97	17.46	11.93	114.27	8.23	31.53	第1学年	9.05	10.27	32.54	27.90	18.00	11.57	107.63	5.46	32.37
第2学年	10.74	13.21	24.51	35.18	24.53	10.71	132.87	11.63	37.50	第2学年	10.63	15.53	31.73	32.55	21.28	11.34	118.30	7.33	39.00
第3学年	13.67	18.33	29.20	29.30	31.91	10.24	130.65	17.02	42.85	第3学年	12.17	18.78	34.10	35.24	29.55	10.39	127.79	9.90	47.10
第4学年	14.28	19.95	32.21	41.37	48.44	9.56	143.65	23.00	51.72	第4学年	13.22	17.00	35.46	36.46	40.66	10.25	141.90	11.93	50.78
第5学年	16.48	18.86	32.67	42.29	53.93	9.18	147.74	22.78	54.18	第5学年	15.25	18.59	36.70	44.41	38.44	9.45	140.00	13.25	55.64
第6学年	20.08	22.38	36.33	50.22	60.04	9.12	161.20	29.54	61.76	第6学年	18.19	17.54	37.50	40.44	44.92	9.38	153.25	15.64	57.77

県平均値かつ全国平均値未滿

平成29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	10.36	8.98	23.85	37.97	17.46	11.93	114.27	8.23	31.53	第1学年	9.05	10.27	32.54	27.90	18.00	11.57	107.63	5.46	32.37
第2学年	10.74	13.21	24.51	35.18	24.53	10.71	132.87	11.63	37.50	第2学年	10.63	15.53	31.73	32.55	21.28	11.34	118.30	7.33	39.00
第3学年	13.67	18.33	29.20	29.30	31.91	10.24	130.65	17.02	42.85	第3学年	12.17	18.78	34.10	35.24	29.55	10.39	127.79	9.90	47.10
第4学年	14.28	19.95	32.21	41.37	48.44	9.56	143.65	23.00	51.72	第4学年	13.22	17.00	35.46	36.46	40.66	10.25	141.90	11.93	50.78
第5学年	16.48	18.86	32.67	42.29	53.93	9.18	147.74	22.78	54.18	第5学年	15.25	18.59	36.70	44.41	38.44	9.45	140.00	13.25	55.64
第6学年	20.08	22.38	36.33	50.22	60.04	9.12	161.20	29.54	61.76	第6学年	18.19	17.54	37.50	40.44	44.92	9.38	153.25	15.64	57.77

県平均値かつ全国平均値未滿

重点課題

○シャトルラン・立ち幅とび・ボール投げを鍛えて、全国平均を超える種目60以上を目指す。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○持久力をきたえるために、ダッシュとジョグを繰り返すトレーニングや持久なわとびを体育科の授業に取り入れる。  
 ○瞬発力を鍛えるために、体育科の授業のはじめに、スタートダッシュやジャンプを実施する。  
 ○体育朝会やミニ研修で瞬発力や持久力や投力の記録向上が期待できる運動を紹介したり研修したりする。  
 ○外遊びの推進⇒運動の日常化を図る。いろいろなおにごっこを紹介して、遊びながら走力を鍛えていく。  
 ○シャトルラン・立ち幅とび・ボール投げを種目とするミニ体力テストを実施する。(全国平均と自分の記録を比較させて、一人一人の目標値を設定させて取り組む。)  
 体育科、体育朝会、ミニ研修、外遊びの推進を図り、12月にシャトルラン・立ち幅とび・ボール投げの3種目でミニ体力テストを実施した結果、6月よりも全国平均を超えた種目が24種目増えた。  
 シャトルラン・・・(男子1学年⇒6学年、女子2学年⇒6学年)  
 立ち幅跳び・・・(男子1学年⇒6学年、女子3学年⇒6学年)  
 ボール投げ・・・(男子3学年⇒5学年、女子1学年⇒6学年)  
 9種目中65種目で全国平均を超えることができた。

全国平均を超える種目数60以上を目指す。

平成30年度の目標値