

(1)児童の体力の現状

- 50m走については、女子を中心に県平均を上回る学年が多い。
- 握力については、1～3年生をはじめ昨年と比べると県平均を上回る学年が増えた。
- 全学年において、外遊びや縄跳びなどの運動遊びをする児童が多く見られる。
- 男子のシャトルランは、6年生以外は平均を下回った。
- 長座体前屈は3年生以外、上体起こしは1・3年生以外は県平均を下回った。

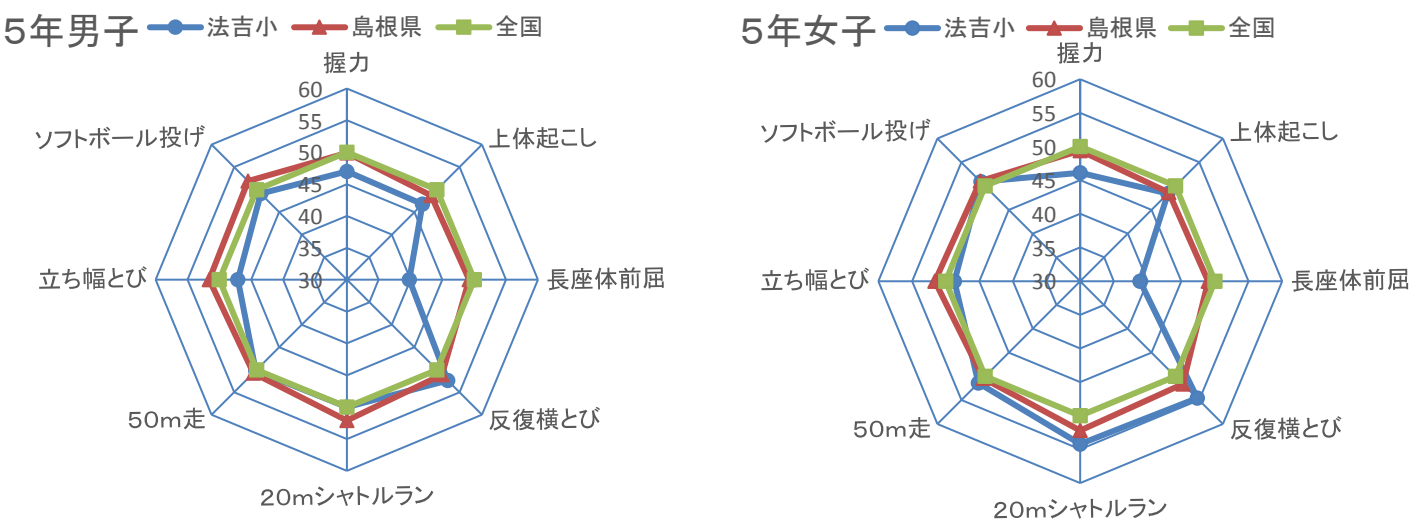
(2)令和元年度の具体目標の達成状況と課題

- 国宝松江城マラソンや外遊び等により、走力(短距離)は高い傾向にある。
- チャレンジカードを作成し、全校に配布して取り組み、多様な遊びを促すなど低学年から運動(遊び)に抵抗感なく取り組めるようにした。
- 冬季には、体育の時間や休み時間を使ってなわとびをする機会が増え、体力の向上につなげることができた。
- 体力テストの結果を見ると、全体的に長座体前屈の結果で平均に届かなかった学年がほとんどだった。柔軟性は、他の種目の競技力向上はもちろん、体の健康にも関わることなので、運動前後に柔軟体操を取り入れるなどの工夫が必要である。
- 体育の授業改善として、準備運動等に体づくり運動を取り入れていく必要がある。取り入れることによって、課題である柔軟性の向上や多種目における体の使い方が良くなり、健康な体づくりもできると考える。
- 睡眠時間が短い学年が多く、保健と体育を関連付けて、体力向上につなげる必要がある。

(3)令和2年度の取組【対策】

- ①学校における取組
- ・今年度の体力テストの結果を共通理解し、課題となる点の共通理解を図る。
 - ・国宝松江城マラソンや校内ロードレース大会を継続して行う。
 - ・多様な体の動きを意識した体育学習の推進を図る。
 - ・3年生から始まる保健の授業を体育または日常の生活と関連させて行うようにする。
 - ・委員会活動等を通して、全校遊びやスポーツ大会、外遊びの推奨を行う。
- ②地域や家庭との連携による取組
- ・保護者や地域へ児童の体力の現状を伝える機会を設け、運動の機会が増えるよう啓発していく。
 - ・メディアコントロールウィークとタイアップし、家庭での規則正しい生活リズムを整え、運動機会が増えるよう啓発していく。
- ③体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組
- ・学力調査における意識調査の結果や、メディアコントロールウィークの結果をもとに、生活習慣の把握、改善を行う。
 - ・栄養教諭の協力を得ながら、食の学習に取り組む。
- 調査実施者数(人) 1年(男子42・女子31) 2年(男子41・女子44) 3年(男子32・女子26)
4年(男子33・女子43) 5年(男子35・女子40) 6年(男子40・女子52)

(4)5年生 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果(全国平均を50としたときの比較)



(5)全国体力・運動能力調査、運動習慣等調査 5年生意識調査の結果

