

令和6年度 体育 授業改善推進プラン

体力テスト 結果の分析（令和6年度のデータを参照）

1年生

- 男子は「上体起こし」「長座体前屈」「立ち幅跳び」の学校平均が全国平均を上回る。
- 女子は「上体起こし」「立ち幅跳び」の学校平均が全国平均を上回る。

2年生

- 男子は「上体起こし」「20mシャトルラン」の学校平均が全国平均を上回る。
- 女子は「上体起こし」「20mシャトルラン」「ボール投げ」の学校平均が全国平均を上回る。

3年生

- 男子は総じて学校平均が全国平均を下回る。
- 女子は「上体起こし」「立ち幅跳び」の学校平均が全国平均を上回る。

4年生

- 男子は「50m走」の学校平均が全国平均を上回る。
- 女子は「上体起こし」の学校平均が全国平均を上回る。

5年生

- 男子は、「上体起こし」「20mシャトルラン」の学校平均が全国平均を上回る。
- 女子は、「20mシャトルラン」の学校平均が全国平均を上回る。

6年生

- 男子は総じて学校平均が全国平均を下回る。
- 女子は「握力」「上体起こし」の学校平均が全国平均を上回る。

課題〈今回の調査結果から〉

○課題

- ①反復横跳びは、全校で平均を超えている学年はないので敏捷性やリズムよく体を動かす力が最も低いと考えられる。
- ②ボール投げの数値が全校で全国平均を超えているのが2年女子のみである。結果から、ボールを投げる経験が乏しいか、児童がボールの投げ方を理解していないと考えられる。
- ③長座体前屈の数値では、全校で全国平均を超えているのが1年男子のみである。結果から児童が柔軟性を上げる運動をしている時間が短いと考えられる。

○改善策

- ①体力テストの結果を打ち込んだサイト「アルファ」を確認し、各担任が各学級の改善点を確認する。また、改善点を克服するための運動が同サイトに掲載されているので、各担任が実践できるものを選択し、1学級1実践として日々の授業の準備運動や補助運動として導入する。
- ②体力テストで行った種目のコツを、体育朝会で閲覧する時間と実践する時間を持ち、体力テストで行う種目の技能を向上させるとともに基礎体力の向上を目指す。
- ③体育の授業を実施する際に、準備運動や補助運動、整理運動を行う際に、児童の柔軟性が上がるような運動を取り入れ、柔軟性の向上を目指す。