

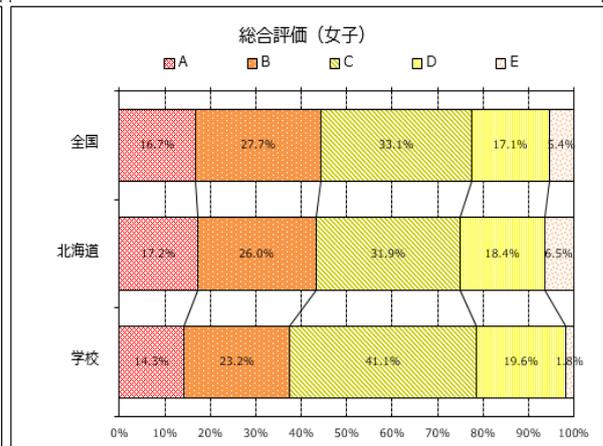
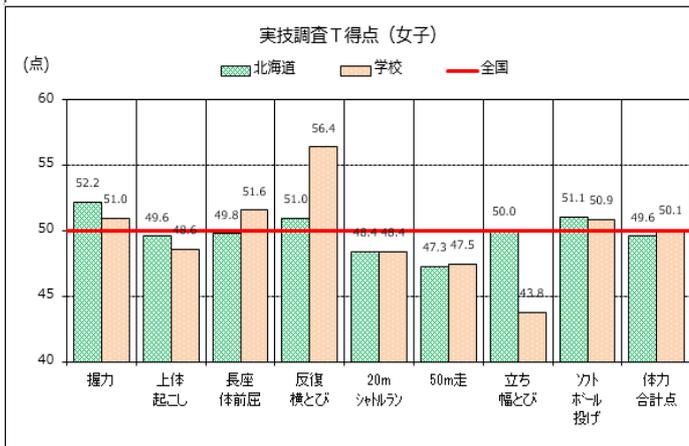
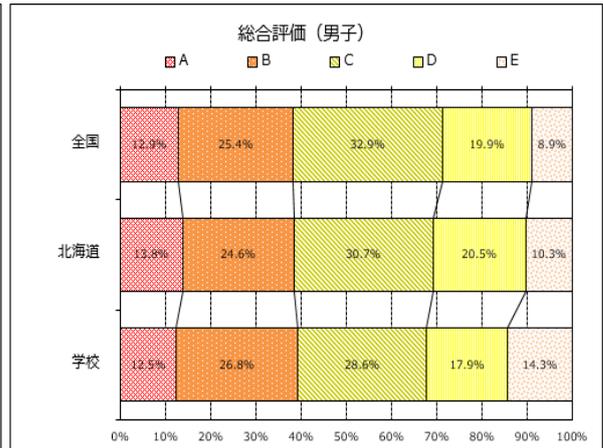
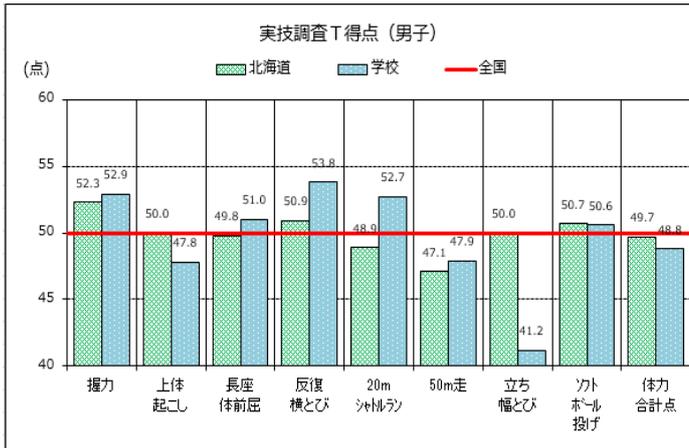
平成31年2月18日

保健体育部 体カテスト担当

平成30年度体カテスト（5学年）の結果と分析

今年度の体カテストの結果を分析を交えてご報告いたします。

本校5学年の結果について



A	12.5%
B	26.8%
C	28.6%
D	17.9%
E	14.3%

A	14.3%
B	23.2%
C	41.1%
D	19.6%
E	1.8%

	(A+B)-(D+E)
男子	7.1
女子	16.1

全国と比較してポイントが高い種目

	男子	女子
反復横跳び	+ 3. 8	+ 6. 4
握力	+ 2. 8	+ 1. 0

男子も女子も反復横跳びの記録が高く、普段の体育の授業の際に縄跳び等を取り入れた準備運動が成果として現れました。併せて縄跳びを握ることが握力の向上につながったことが考えられます。

また、準備運動の際に反復横跳びの運動を取り入れることで、敏捷性の向上と

運動に慣れへとつながりました。

質問紙からわかる児童の様子

運動やスポーツをすることが (好き やや好き)	
男子	9 1 %
女子	8 8 %

運動に対して「好き、やや好き」と答える児童が非常に多くいることがわかりました。普段の授業から、準備体操ではなく、体を温める「ウォームアップ」として、本時の運動につながる準備運動を取り入れることで、本時の目標の達成に近づくことができ、そのことによって、運動に対しての意識を高くもてるようになってきました。また、掲示物等で様々な運動を紹介してきたことも成果としてつながってきたと考えられます。

自分の体力・運動能力に (自信がある やや自信がある)	
男子	7 6 %
女子	7 2 %

運動に対して自信をもっている児童の割合が高いことがわかります。これは、授業の中で自分の達成度がわかるカードを使用し、「できる」「成長した」が実感できる授業を進めてきた成果だと考えられます。

本校の課題

男子も女子も「立ち幅跳び」「50m走」が全国平均を下回りました。両運動に共通する、「瞬発力」に課題があります。今後、瞬発力を向上させるために、毎時間の授業の中で、瞬発力につながる運動を取り入れるとともに学校生活の中に「走る」「跳ぶ」機会を計画的に設けることが必要だと考えます。また、児童が進んで活動できる環境を整えていくことも重要です。

次年度の取組

反復横飛びの好記録は、体育の準備運動の中で練習を繰り返した結果と考えられ、立ち幅跳びについても、繰り返しタイミングをつかませることで、瞬発力の向上を目指します。その際には、実践事例のように朝の時間を体育的活動に用いたり、今年度の本校の取組のように記録や目標を目に見えるところに掲示したりすることが効果的と考えます。また、マット運動コーナーや、バランスボールゾーンなどを体育館やスマイルホールに設置する方法も考えます。また、伸び悩む種目については、3学期に2回目のミニ体力テストなどを取り入れることで、自身の成長を感じるきっかけになり、進んで運動しようという意欲の向上へとつながると考えられます。

本校児童は下半身の力強さが不足していることが見られます。走る運動について練習を重ねるべきとも思いますが、道教委の示す指定校である福島小学校の事例では、「走・跳・投」の3つの運動のバランスを取ることが記録を伸ばすためのポイントとも書かれています。低学年では体づくり運動の場面で、多様な運動要素を取り入れること、その他の学年においても、準備運動＝体操と決めつけず、歩いたり走ったり、体を大きく動かす運動を多く取り入れていきたいと思えます。

また、生活環境についてもアンケートを取り、重点目標を設置して生活習慣の改善を図っていきたいと思えます。

○体育の時間の準備運動

- ・ウォームアップにサーキットトレーニング（本時につながる運動を中心に）
- ・実際に体力調査の種目に挑戦する（全員が一斉にその場で取り組めるように）

○児童会活動との連携

- ・敏捷性や持久力の向上を考えた、校庭で様々な種類の鬼ごっこに取り組む企画
- ・投げるフォームを身につけるための、紙飛行機飛ばし大会

○体力向上プログラム

- ・巧緻性を向上させるための、竹馬の設置
- ・瞬発力や筋持久力を向上させるための、けんけんばの設置

○教育課程と連携して

- ・生活環境を意識するアンケートの実施
- ・ミニ体力テストの実施

総括

体力向上のための取組は一朝一夕に成るものではなく、継続的な活動が必要です。また、定期的に向上了た能力の確認を行うことで、活動内容を実態に合わせて変更していくことが大切になります。実践事例などを積極的に取り入れるとともに、文科省・道教委の体力向上の取組をHPなどで確認し、校内で情報を共有していくことが大切です。学力だけでなく、体力も伴った、文武両道な児童の在り方を、豊成小学校全体で目指していきます。