

1. 体力テストの現状と課題

学校全体の体力テストの現状として、市平均を下回る記録があり、体力の低下が危惧される状況にある。

低学年では、50m走とソフトボール投げが市平均を下回っている。

中学年では、3年生は男女ともにソフトボール投げが市平均を下回っている。4年生は、50m走と立ち幅跳び以外が市平均を下回っている。

高学年では、5年生男女、6年生女子が多くの種目で市平均を下回っている。6年生男子のみ全ての種目で市平均を上回っている。

全学年を通して、走運動と投運動の運動能力が低い傾向にあることが分かった。

2. 実施内容

(1) 教科体育での実践



【なわとび運動への取組】

○なわとび運動への取組

全学年なわとび大会に向けて、なわとび運動に積極的に取り組んだ。なわとび運動に関するレベルアップカードを活用し、児童が自分の成長を感じられるようにすることで、休み時間にもなわとびにチャレンジする児童が増えた。なわとび大会では、高学年は短縄に加え、大縄跳びの8の字跳びにチャレンジするようにして、学級のみinnで協力して取り組む姿も見られた。

○ICT 機器の活用

学習用タブレットを活用し、正しい動作の習得に努めている。学習用タブレットの動画撮影機能により、一人一人の動作を撮影して体の動きを視覚化することで、自分の動きと友達の動きを比較して動作の改善を図ることができた。

(2) 教科外体育での実践



【休み時間の体育館開放】



【体育的行事での実践】

○休み時間の体育館開放

夏場は WBGT が高く、なかなか運動する時間を確保することができなかつたため、本年度から新たに体育館で休み時間に運動する時間を設けた。体育館で遊ぶことのできる特別感から多くの児童が積極的に運動に親しむことができた。

○体育的行事での実践

運動会は、本年度から3色対抗に変更をして、中・高学年の競技で引き続き「リレー」を採用したことにより、休み時間にクラスごとにリレーの練習を積極的に行っていた。

体育の授業以外で時間でも「走の運動」や「陸上運動」の単元に目的意識が芽生え、主体的な学習につながった。

3. 成果と来年度に向けて

休み時間の様子を見てみると、昨年度と比べて外に出て運動する児童が増えてきている。高学年の児童は運動会やなわとびの練習のために声を掛け合って外に出ていた。

低・中学年は、教員が率先して外で遊ぶ時間を増やしたり、体育委員会の企画で、学年単位で「ドッジボール」や「おにごっこ」に取り組む業間遊びの時間を設けたりしてさらに運動習慣を身に付けていきたい。