

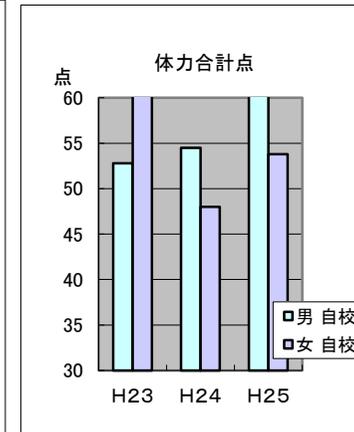
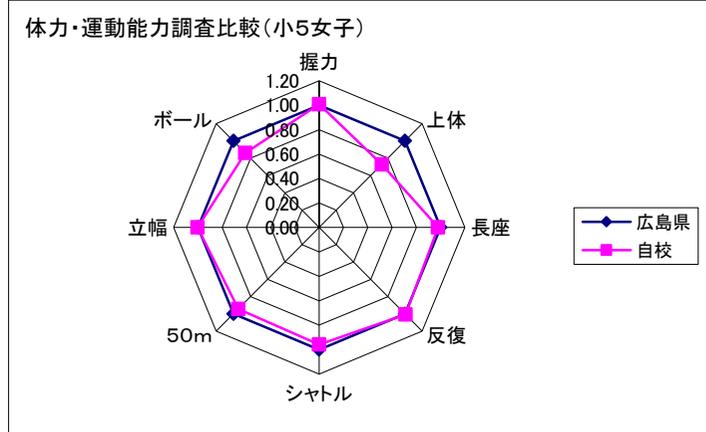
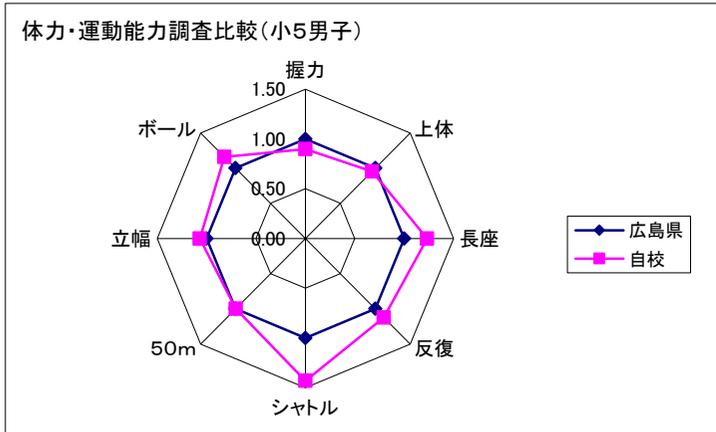
平成26年度 児童生徒の体力向上に関する指導方法等改善計画(小学校)

呉市立下蒲刈 小学校

平成26年3月

男子の体力合計点 学校61.0点 県平均 55.8

女子の体力合計点 学校53.8点 県平均 56.9点



H25体力・運動能力調査の結果と分析

結果と分析 (全学年の状況も踏まえて記入すること)

① 50m走(呉市の課題種目)

- ・年間で全校平均0.48秒アップしている。3学期の時点で次学年の平均タイムをクリアしているグループは、11グループ中6グループであり、その他のグループも県平均に近づいている。

②(中学校区の課題種目)上体起こし

- ・小学校では、年間平均3.76回アップした。次学年の県平均を下回っている学年も1~2回以内であり、継続的な取り組みでクリアを目指す。
- ・中2男女とも呉市平均を下回ったが、回数が増えており、筋力強化メニューを取り入れた成果だと思う。

③(自校の課題種目) ボール投げ

- ・全高平均で1.99mの伸びがあったが、女子は、県平均に対して0.9~3.5mの開きがあり、ボールの投げる経験が少なかったり、ボールを使った遊びが少ない。今後マイボールの活用を促進させ、ボールを使ったゲームに慣れ親しむことが必要と考える。

課題解決のための今後の取組及び数値目標

①呉市の課題種目 (50m走)	具体的な取組内容 ・体幹を鍛える運動を取り入れるとともに、今まで続けてきた3分間走を継続するとともに、さらに高学年は、5分間走にレベルアップするとともに最後まで走りきる練習を積み重ねていく。個人の目標カードの活用方法を工夫していく。
具体的な数値目標 年間の伸び (男女とも0.5秒アップ)	
②中学校区の課題種目 (上体起こし)	具体的な取組内容(中学校区で1つ以上共通の取組を設定) ・発達段階を考慮し、低学年では、体の操作の仕方をはじめ、運動に慣れ親しませるとともに、徐々に腹筋、背筋、腕立て伏せなどの筋力アップをねらう種目を体育科の中に取り入れるとともに、体育科の継続的な課題として取り組む。
具体的な数値目標 年間で (男女とも4回アップ)	
③自校の課題種目 (ボール投げ)	具体的な取組内容 ・低学年は、柔らかいマイボールを常時使ってボールを扱うことに慣れ親しませるとともに、ボールを使った遊びをより多く体験させる。高学年は、キャッチボールを取り入れて、ボールゲームにより多く慣れ親しませる。常時ボール遊びができるような運動場の活用方法を工夫する。
具体的な数値目標 年間で (男女とも 3m)	

具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)