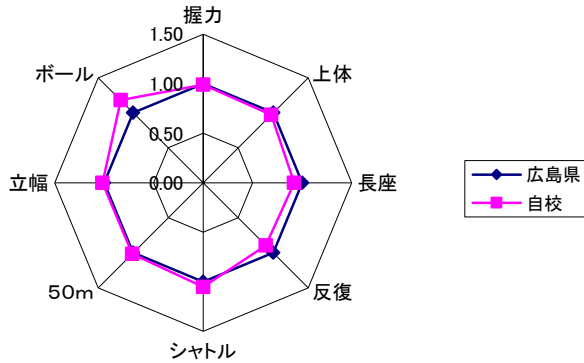


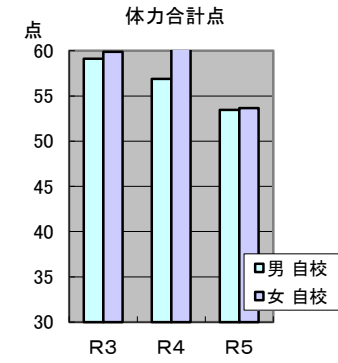
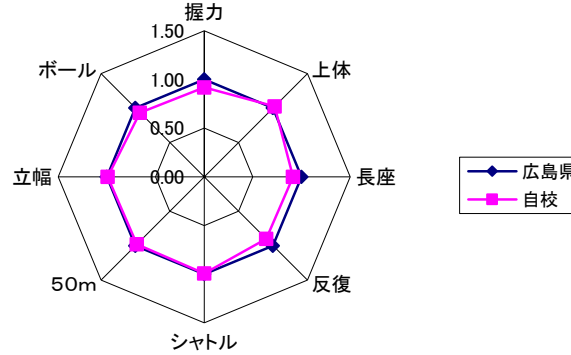
男子の体力合計点 学校 53.45 点 県平均 54.16 点

女子の体力合計点 学校 53.64 点 県平均 56.22 点

体力・運動能力調査比較(小5男子)



体力・運動能力調査比較(小5女子)



R5体力・運動能力調査の結果と分析

結果と分析

① 50m走(呉市の課題種目)  
 ・男子は全国平均、県平均ともに上回ったが、女子は全国平均、県平均ともに下回る結果となった。  
 ・「くれ・チャレンジマッチスタジアム」のダッシュリレーの項目を全学年で取り組むが、記録更新に向けた練習などを授業の中で取り入れることができなかった。また、体育のサーキットメニューの中で走力を高める内容を取り入れる必要があると考えられる。

②20mシャトルラン(中学校区の課題種目)  
 ・男子は全国平均、県平均ともに上回ったが、女子は全国平均、県平均ともに下回る結果となった。  
 ・朝の会や体育のサーキットメニューの中に持久力に関する項目が取り入れられていなかったことで、数値が下がったことが考えられる。

③反復横跳び(自校の課題種目)  
 ・男子、女子ともに全国平均、県平均どちらも下回る結果となった。  
 ・結果から見ると敏捷性に課題が見られた。数値の向上に向けて、積極的に取り組んでいく必要があると考えられる。  
 ・普段から反復横跳びなどの運動をする場面がないため、体育の授業の中で取り入れる必要がある。

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 ・体育の授業で、毎時間サーキットトレーニングを継続的に行う。またメニューの中にスクワットやジャンプなどあまり身体に負担のかからない自重トレーニングの運動遊びを取り入れる。 ・体育科の授業の中で俊敏性を高めるトレーニングや神経の伝達速度を高めるトレーニングを取り入れるとともに、重心や姿勢と言った基本となるフォームを指導していく。
具体的な数値目標 (男子-0.1秒, 女子-0.4秒 )	
②中学校区の課題種目 ( 20mシャトルラン )	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) ・体育の授業の中で持久走を取り入れ、持久力を高めていく。 ・目標をもたせ、意欲的に取り組めるようにする。 ・各学年で持久走大会に向けて目標を設定し、練習に取り組ませる。
具体的な数値目標 (男子+3.6回, 女子+0.56回)	
③自校の課題種目 ( 反復横跳び )	具体的な取組内容 ・体育館での授業で、反復横跳びや敏捷性を高める運動の内容を取り入れたサーキットトレーニングを実施する。 ・学年に応じて数値を設定し、目的意識を持ってサーキットトレーニングに取り組ませる。 ・体育科の授業の中で、方向転換や状況に応じて速度を調整する力を養うために、鬼ごっこやなわとびといった運動をはじめ、ラダーメニューを取り入れていく。
具体的な数値目標 (男子+4.64回, 女子+3.13回)	

※具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)