



えのしろ

よっかいちしりつみえきたしょうがっこう
四日市市立三重北小学校

れいわ ねん がつ にちはっこう
令和3年9月28日発行

がっこうきょういくもくひょう
学校教育目標

こころゆたかにたくましく、ともに学び合う子どもの育成



うんどうのうりよく しゅうかんちょうさ しんたい 運動能力・運動習慣調査 (新体力テスト)

この調査について、保護者のみなさんも小中学校や高校の時に経験した記憶はありませんか？右の図のような種目があり、体力の向上に向けて、五つの要素として【すばやさ・やわらかさ・力強さ・タイミングの良さ・ねばり強さ】があげられています。

令和元年度と3年度を比べてみると、男女ともに、伸びがみられます。また、個別の種目でみると、

- 男子はすべての学年で、「20m シャトルラン」「立ち幅跳び」で目標値を上回りました。
- 女子はすべての学年で、「20ms シャトルラン」で目標値を上回りました。

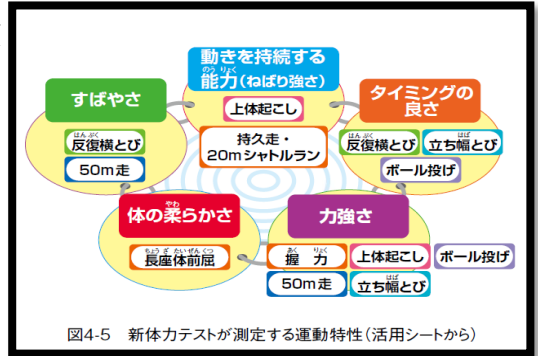


図4-5 新体力テストが測定する運動特性(活用シートから)

ここ数年、「動きを持続する能力(ねばり強さ)」は高い結果が出ており、このことについては強みです。

△「ソフトボール投げ」については、多くの学年で目標値を下回りました。

△「握力」「長座体前屈」については、半数の学年で目標値を下回りました。

「力強さ」と「タイミングの良さ」については弱みです。

【分析】

新体力テストや日常のボール運動(遊び)の子どもたちの様子を見ていると、腕の振りや足の踏み込みの小さいことから、すぐにボールを目の前に落としてしまう実態がありました。

そこで、ここ数年「投げる運動の動きの感覚をつかませる」取り組みを行ってきました。これは「コツ」をつかませる感覚です。その結果、本年度は、目の前にボールを落とすようなこと少なくなりました。しかし、遠くまで投げるという筋力(力強さ)の部分に課題が残っています。

【今後の取り組み】

学校生活では、休み時間や遊びの中で「投げる」経験を積ませる。子どもが投げたい・遊びたいと思える環境を整え、「投げる」運動を日常化していきます。

また、多様な動きをつくる運動の体育の学習において、子どもたちが運動に夢中になるような場やルールを設定していき、子どもが主体的に取り組めるような授業をつくっていきます。筋力アップトレーニングではなく、子どもたちが課題に向き合う中で、力がついてきたと実感できるような取り組みを進めます。

なお、全国的な傾向でもありますが、日常生活の中で、運動する時間が減少してきています。ご家庭でも「早寝・早起き・朝ご飯・運動(遊び)」にご理解とご協力をお願いします。