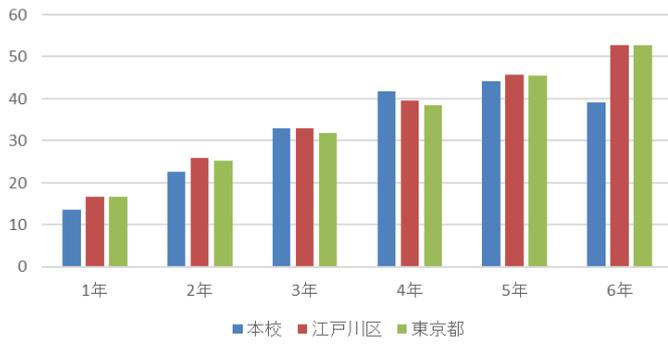


令和4年度体力測定結果分析

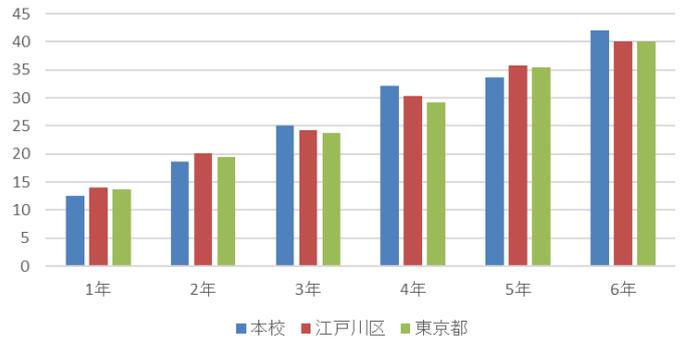
1. 各学年の結果



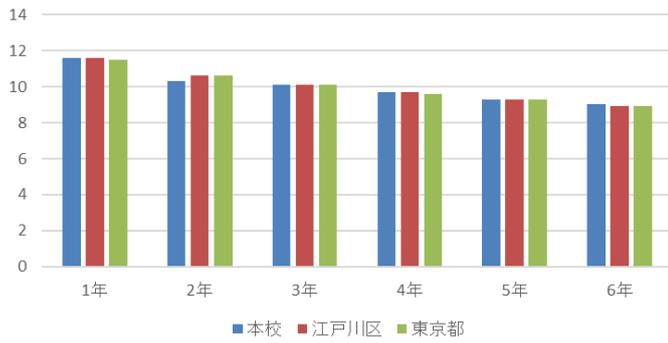
男子20mシャトルラン(回)



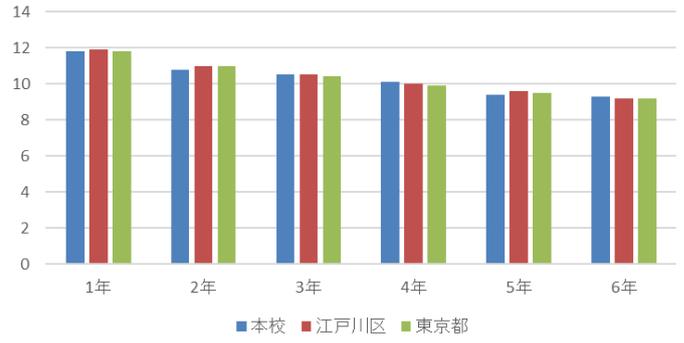
女子20mシャトルラン(回)



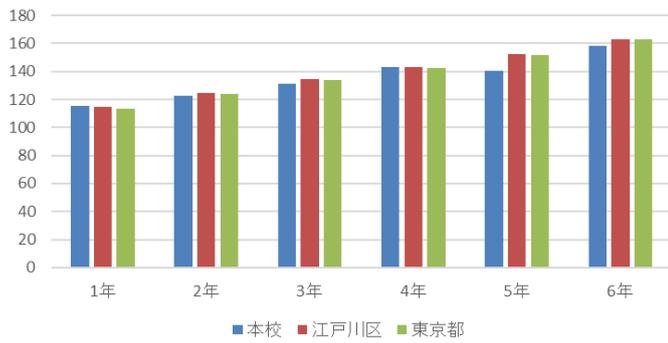
男子50m走(秒)



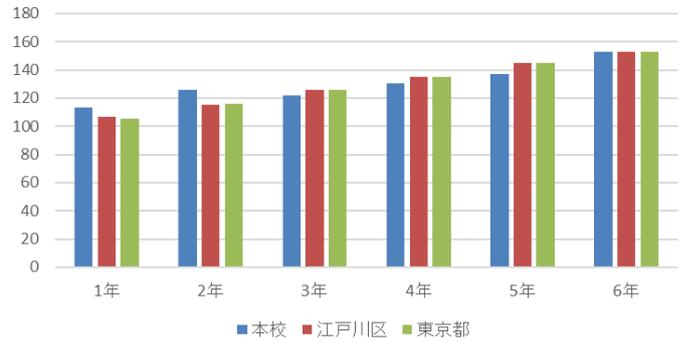
女子50m走(秒)



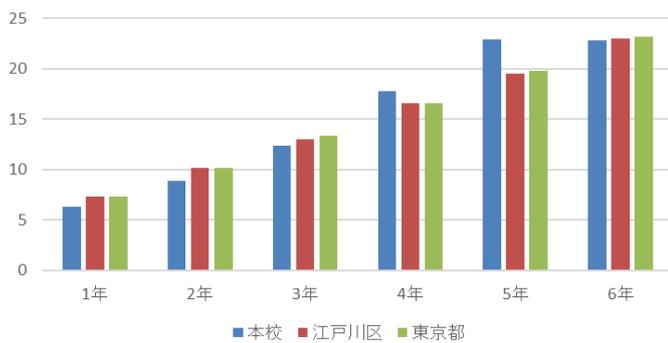
男子立ち幅跳び(cm)



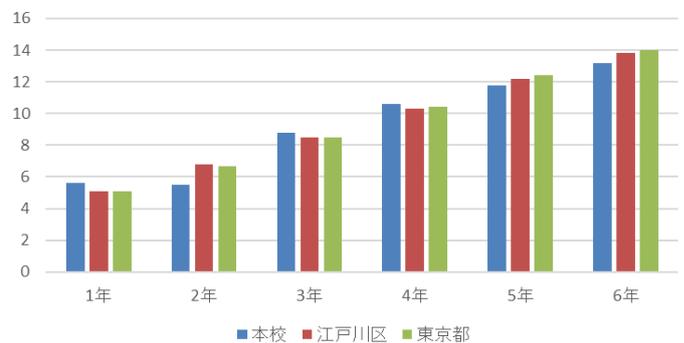
女子立ち幅跳び(cm)

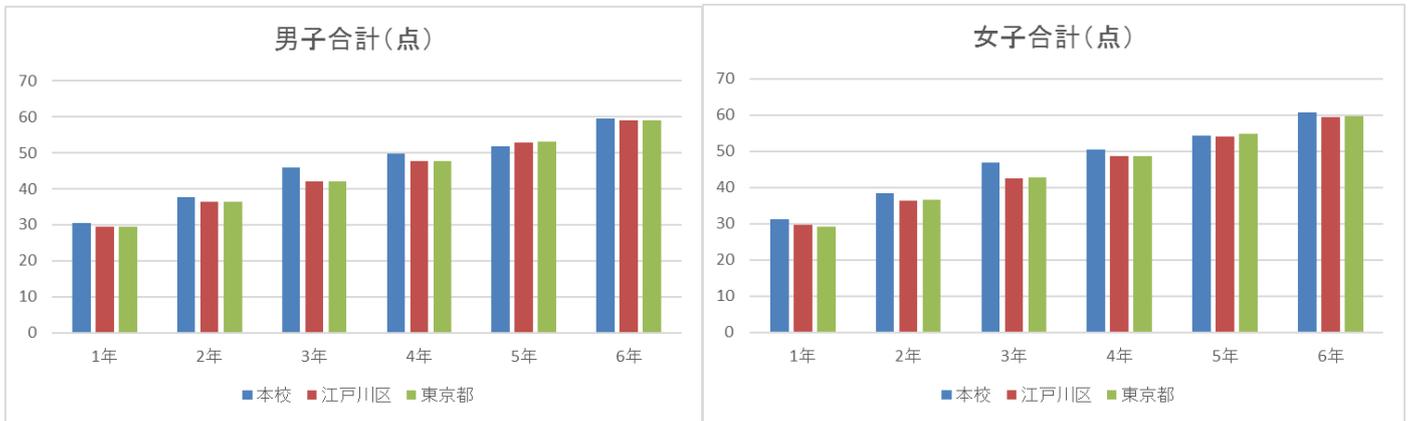


男子ソフトボール投げ(m)



女子ソフトボール投げ(m)





2. 考察

《結果の概況》

本校の体力テストの合計点の平均は、江戸川区や東京都と比べると、5年生以外全ての学年で上回る結果であった。種目別に見ると、上体起こし、長座体前屈において、ほぼ全ての学年で江戸川区や東京都より高い値が出ている。逆に、測定値が低い種目としては、握力、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げが上げられる。特に、握力、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げである。

《改善策と今後の取組み》

測定値が低かった握力、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げの4種目について、本校では重点的に取り組んでいく。取り組んでいく内容としては、以下の通りである。

まず、握力では、鉄棒や雲梯、登り棒を使った体育の授業で「握る」ことを大切にして運動を行い、児童の体力向上を目指していく。技の習得のための指導だけではなく、低学年から鉄棒や雲梯、登り棒を強く「握る」ことや握り方の指導を行う。高学年でも意識して授業の中で取り組んでいくようにし、自身の体をしっかりと支え、その上で様々な技の習得ができるように指導を行っていく。

次に、20mシャトルランでは、本校では毎年2月に持久走記録会を行っている。記録会に向けて、授業の時間における持久走練習を計画的に設け、児童の体力向上に努めている。また、今年度より全校で行う大縄集会を学期末に再開している。集会を少しずつ再開し、様々な行事や集会を通して、児童の体力向上を目指していく。

そして、立ち幅跳びでは、様々な運動種目において手と足を連動させた動きを大切にするように指導を行う。授業において跳ぶ種目というと、縄跳び、大縄、ハードル走、走り高跳び、走り幅跳び、跳び箱が挙げられる。種目の数としては多くはないが、走る、蹴る、投げる、跳ぶ、泳ぐなど全ての運動で手と足を使う。手と足をしっかり連動させて動かすことで運動能力も向上すると考える。手を大きく振ることや膝を大きく曲げる動きなど、手と足の使い方を意識した指導をどの授業でも行っていく。

最後に、ソフトボール投げでは、児童に正しいボールの投げ方の指導を継続して行い、児童の体力向上を目指していく。本校には、児童の発達段階や能力にふさわしい大きさのボールがあり、また、休み時間に自由に使うことのできるボールがある。授業では、児童の発達段階や運動種目にふさわしいボールを使用すると共に、正しいボールの投げ方の指導も行っていく。休み時間においては、児童がボールを使用したい時に使用できるように、用具の確保や管理に努めていく。

本校では、2016年度から2019年度の4年間、全校で水曜日の休み時間に「全校運動遊び(二小エンジョイタイム)」(以下「二小エンジョイタイム」)を実施していた。しかし、感染症の感染拡大防止に伴い2020年3月から現在に至るまでの約3年間中休みの外遊び奨励を二小エンジョイタイムの活動としている。今後、感染状況を見ながらも全校での二小エンジョイタイムを再開していく方向で計画を立てていく。その際、測定値の低かった4種目の体力向上を目指した運動を計画的に取り入れるようにする。また、今年度より、全校での運動会実施や大縄集会、学年による水泳学習など他の運動種目においても運動制限が緩和され、運動する機会が増えつつある。新型コロナウイルス感染症の状況に合わせて授業や二小エンジョイタイム、休み時間など学校教育でできることに取り組み、児童の体力向上に努めていきたい。