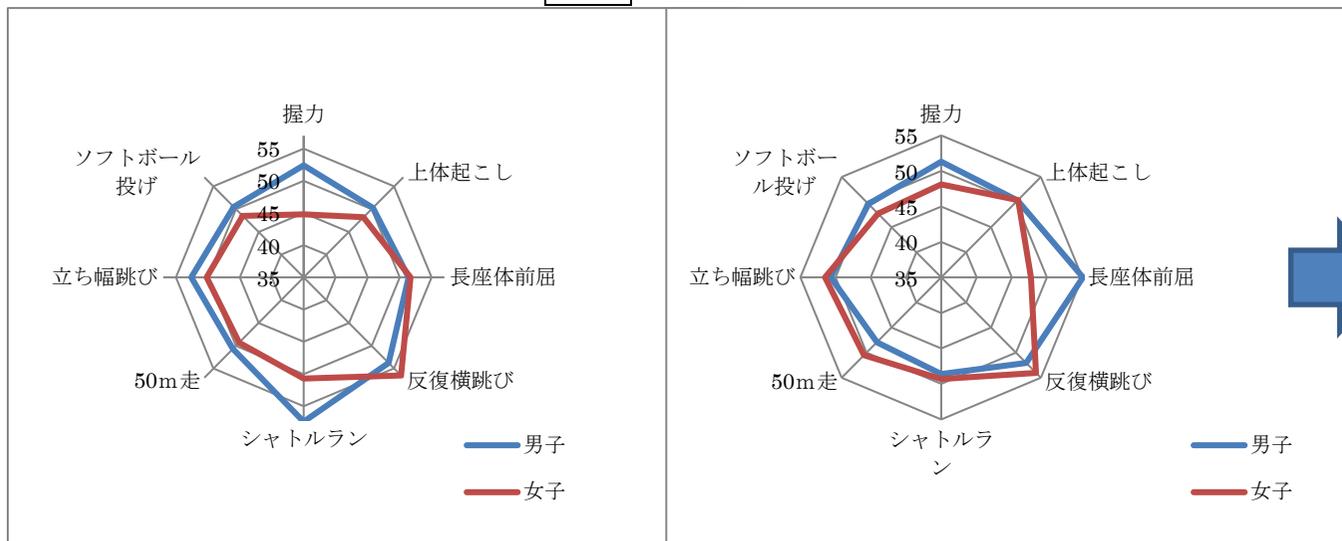


1年生

低学年

2年生



※数値は、東京都の平均を50とした時の本校の偏差値

【1年生・2年生】

男子 合計得点は1・2年生ともに東京都平均よりも高い水準にある。「ソフトボール投げ」が低い傾向にある。

女子 合計得点は、1年生が東京都平均よりも低い水準、2年生が東京都平均と同水準にある。「握力」・「ソフトボール投げ」が低い傾向にある。

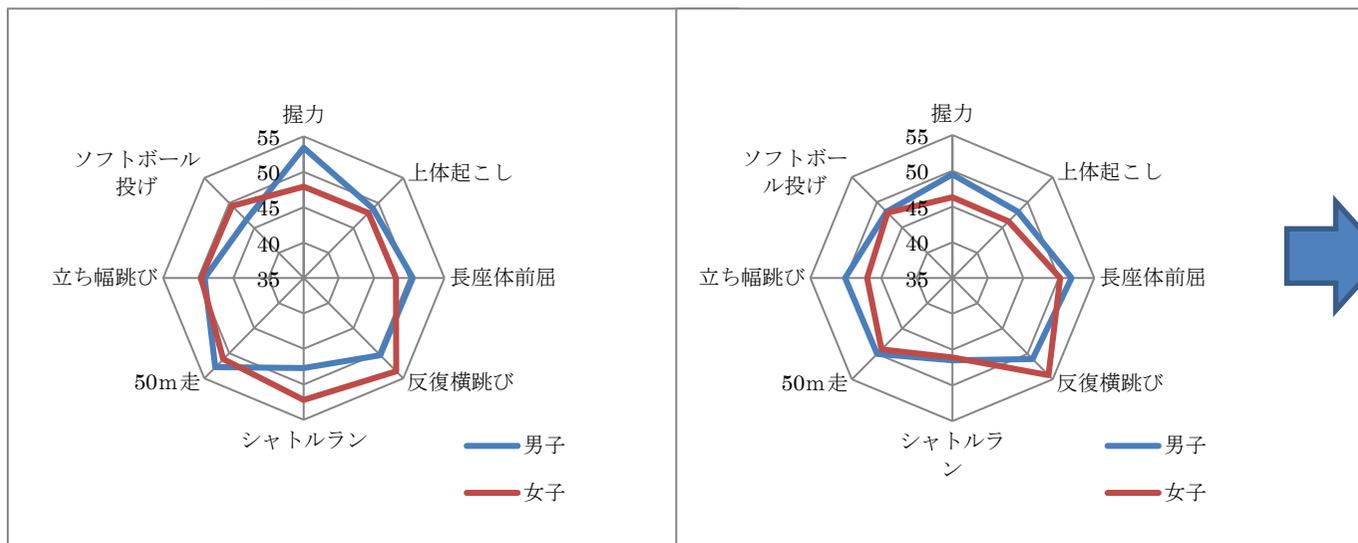
考察

走能力及び跳能力、柔軟性に関しては、休み時間や放課後、休日などの日常生活を通して使われている動きである。一方で、非日常的な動きや動きそのものもとなる筋力(握力、腹筋、筋持久力など)が養われていないことが分かる。筋力を高める運動や遊具遊び、ボール投げなどを日常生活において散り入れていくことが必要である。

3年生

中学年

4年生



※数値は、東京都の平均を50とした時の偏差値

【3年生・4年生】

男子 合計得点は、3年生が東京都平均よりも低い水準、4年生が東京都平均と同水準にある。「ソフトボール投げ」が低い傾向にある。

女子 合計得点は、3年生が東京都平均と同水準、4年生が東京都平均よりも低い水準にある。「20mシャトルラン」が低い傾向にある。

考察

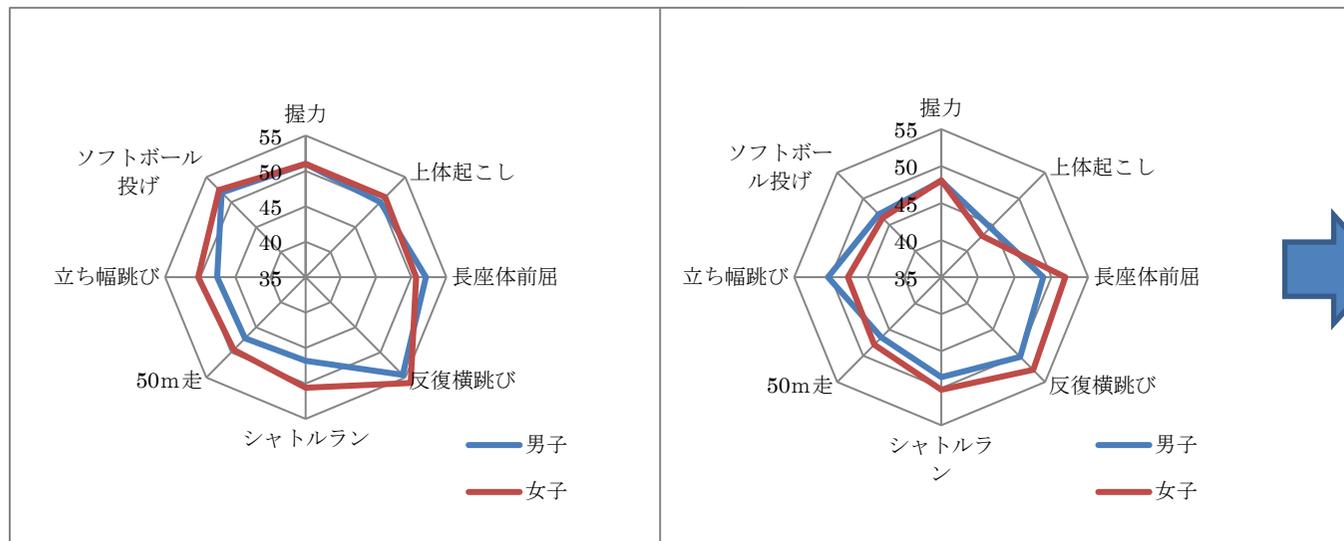
低学年に引き続き、ソフトボール投げが低い傾向にある。また、20mシャトルランに必要な持久力が低いことが分かる。筋力及び筋持久力を高める運動(持久走・ボール投げ・縄跳び)を休み時間または教科体育に取り入れ、運動の日常化を推し進めていくことが必要である。

5年生

高学年

6年生

結果の分析と考察



【5年生・6年生】

男子 合計得点は、5・6年生ともに東京都平均よりも低い水準にある。

女子 合計得点は、5年生が東京都平均よりも高い水準、6年生が東京都平均よりも低い水準にある。

男女ともに「20m シャトルラン」が低い傾向にある。

考察

男女ともに投げる力、持久力が低い傾向にあるため、全身の筋力及び筋持久力を養うために体力を高める運動の日常化を図る必要がある。また、水泳大会・体育大会に向けての練習でも、動きに必要な体の部位を意識させることが必要である。

今年度の取り組み 子供たちの運動に対する意識や体力の向上のために、本校では大きく5つの取り組みを行っています。

①チャレンジタイム

全校で運動遊びに取り組む時間を休み時間に設定することで、子どもたちが運動遊びの楽しさや友達と関わる喜びを実感できるようにしています。また、子どもたちの体力向上を目指すとともに、日常的に運動に親しむ力を育むことを目指しています。

他学年交流として1～6学年の縦割り班の活動での運動遊びを取り入れています。

【遊びの例】

- ジェンガ、フォークダンス
- ドッジボール
- ドンジャンケン、ぐるぐる鬼

②長縄・短縄集会

縄跳びは協調運動の代表的な運動です。縄を回しながらジャンプするという複数の動きを同時に行う感覚を養い、子どもたちのコーディネーション能力を高めています。

みんなで長縄跳びを行う場合は、声を掛け合い、チームワークや友達と運動に親しむ態度が育まれます。

短縄跳びでは「縄跳びカード」で自分の目標を決めて取り組んだり、ダブルダッチコーナーで挑戦したりと楽しんで活動しています。

③オリンピック・パラリンピック教育の充実

体育の学習だけでなく、各学年の各教科・道徳・総合的な学習の時間、朝学習においてオリンピック・パラリンピック教育に関わる学習をしています。そこで、運動の楽しさや生涯を通じた運動との関わり方などを伝えています。今後も2020年に向けてオリンピック・パラリンピックの種目や活動に触れ合うことで、運動に親しみをもてるようにしていきます。

④持久走

子どもたちの心身ともに健全な生活の実践に必要な習慣や態度を育てています。一定時間、自分のペースで走ることで、肺活量や身体のスタミナを養うことができます。自己の健康や安全に気を付けて、病気に負けない体力を養います。

⑤反復横跳びチャレンジ

教室の前のオープンスペースを使い、反復横跳びの動きのポイントを確認しながら、俊敏性を養っています。友達と回数を数え合ったり、競い合ったりして楽しみながら、動きのコツを身に付けています。

以上の取り組みにより、子どもたちの運動に対する意欲の向上、体力の向上を図っていきます。