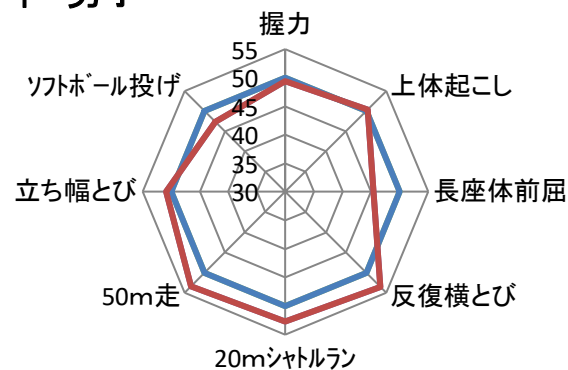


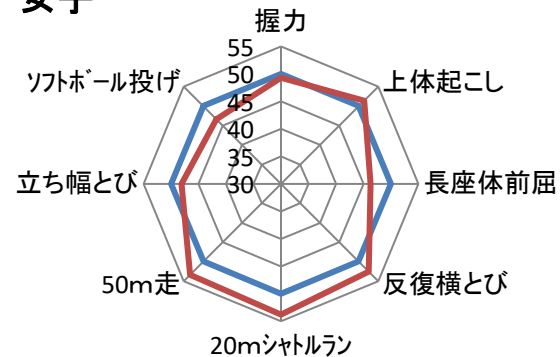
<令和5年度 体カテスト 結果分析>

結果は全国平均を50としたときの偏差値で表示(全国平均は青、校内は赤)

1年 男子



1年 女子



<現状把握 1年生>

有意差のある項目としては、男女ともに「反復横とび」と「20mシャトルラン」、「50m走」が、全国平均を上回る結果だった。また、男子では「立ち幅とび」、女子では「上体起こし」も全国平均を上回る結果だった。一方、「握力」と「長座体前屈」、「ソフトボール投げ」は、男女とも全国平均を下回る結果だった。女子は、「立ち幅とび」も全国平均を下回る結果だった。

<前回との比較>

向上した項目

男子: 20mシャトルラン、50m走

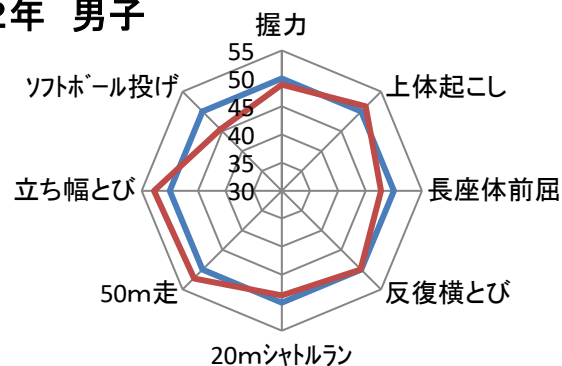
女子: 20mシャトルラン、50m走

低下した項目

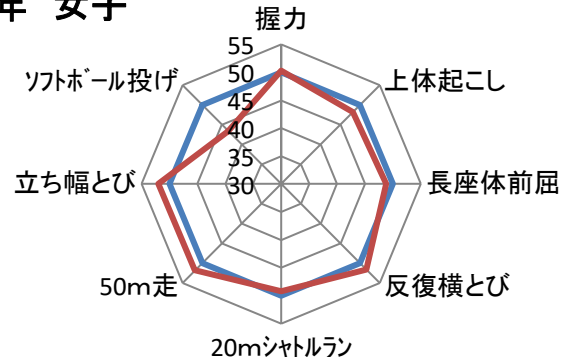
男子: 上記以外すべて

女子: 上記以外すべて

2年 男子



2年 女子



<現状把握 2年生>

有意差のある項目としては、男女ともに「50m走」と「立ち幅とび」が、全国平均を上回る結果だった。また、男子では「上体起こし」、女子では「反復横とび」も全国平均を上回る結果だった。一方、「長座体前屈」と「20mシャトルラン」、「ソフトボール投げ」は、男女とも全国平均を下回る結果だった。女子は、「上体起こし」も全国平均を下回る結果だった。

<前回との比較>

向上した項目

男子: 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

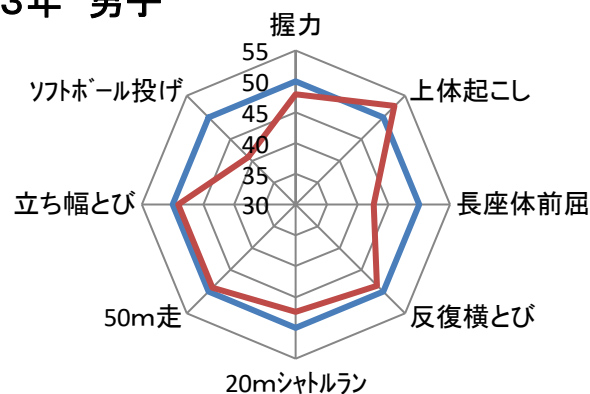
女子: 握力、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび

低下した項目

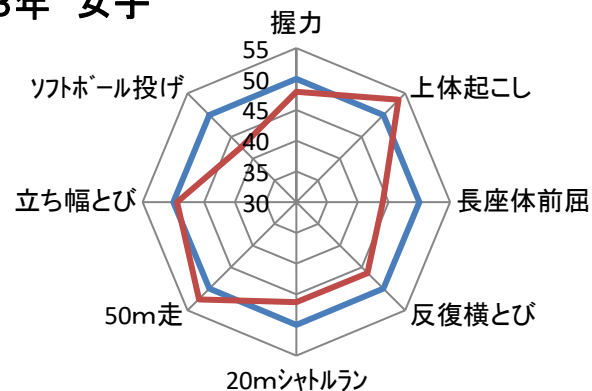
男子: なし

女子: 上記以外

3年 男子



3年 女子



<現状把握 3年生>

有意差のある項目としては、男女ともに「上体起こし」が、全国平均を上回る結果だった。また、女子では「50m走」も全国平均を上回る結果だった。一方、それ以外の項目は男女とも全国平均を下回る結果だった。

<前回との比較>

向上した項目

男子: 上体起こし、50m走

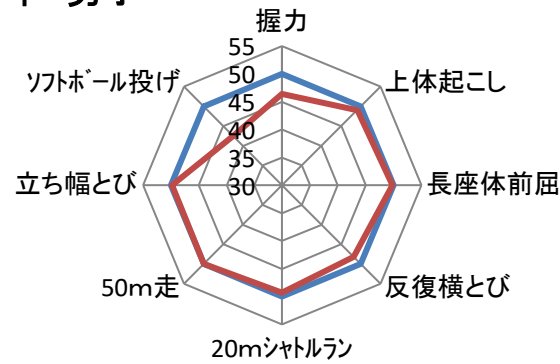
女子: 上体起こし、50m走

低下した項目

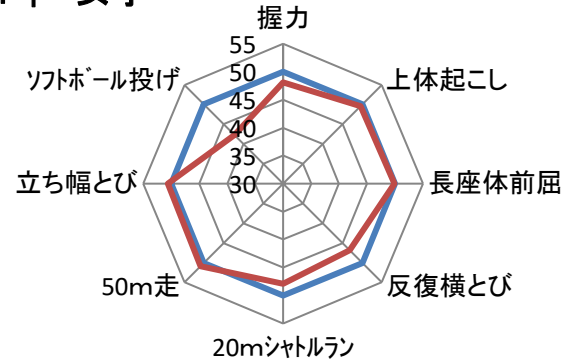
男子: 上記以外

女子: 上記以外

4年 男子



4年 女子



〈現状把握 4年生〉

有意差のある項目としては、女子では「50m走」と「立ち幅とび」が、全国平均を上回る結果だった。男子では該当する項目はなかった。一方、「握力」と「上体起こし」、「反復横とび」、「20mシャトルラン」、「ソフトボール投げ」は、男女とも全国平均を下回る結果だった。

〈前回との比較〉

向上した項目

男子: 握力、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、ソフトボール投げ

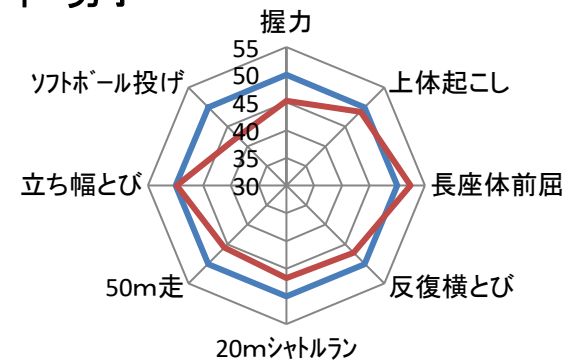
女子: 握力、長座体前屈、50m走、立ち幅とび

低下した項目

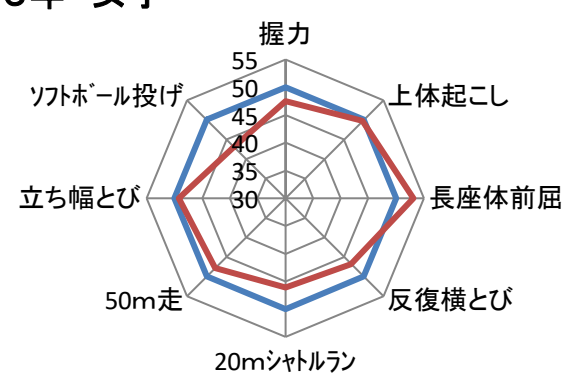
男子: 上記以外

女子: 上記以外

5年 男子



5年 女子



〈現状把握 5年生〉

有意差のある項目としては、男女ともに「長座体前屈」が、全国平均を上回る結果だった。一方、それ以外の項目で、男子では「立ち幅とび」、女子では「上体起こし」以外が、全国平均を下回る結果だった。

〈前回との比較〉

向上した項目

男子: 握力、長座体前屈、ソフトボール投げ

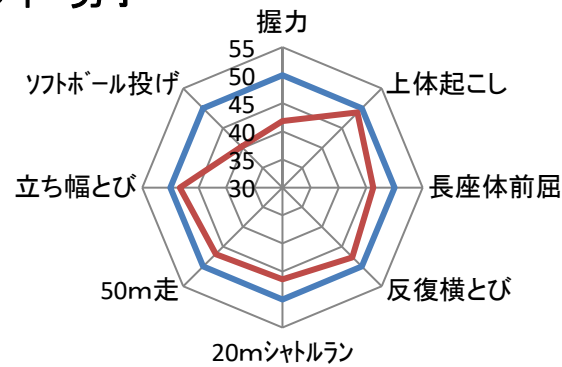
女子: 握力、長座体前屈、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げ

低下した項目

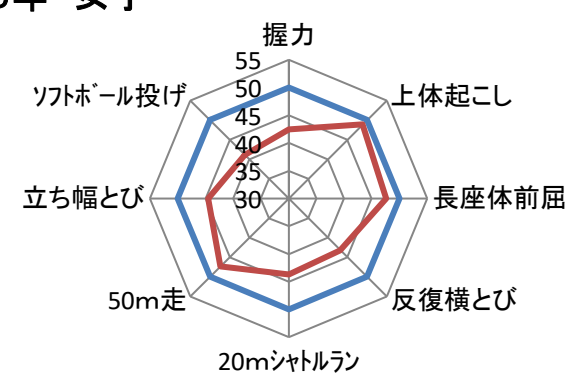
男子: 上記以外(ただし、20mシャトルランは除く)

女子: 上記以外

6年 男子



6年 女子



〈現状把握 6年生〉

有意差のある項目としては、男女ともに全国平均を上回る項目はなく、すべての項目で全国平均を下回る結果だった。

〈前回との比較〉

向上した項目

男子: 上体起こし、20mシャトルラン

女子: 上体起こし

低下した項目

男子: 上記以外

女子: 上記以外

〈学校全体の傾向〉

・体力合計点で見ると、男女とも、1年生を除いて全国平均を下回る結果だった。

・各種目で見ると、男子では、「握力」と「ソフトボール投げ」が全学年で全国平均を下回る結果だった。女子では、「ソフトボール投げ」が全学年で全国平均を下回る結果だった。男女とも、「反復横とび」と「20mシャトルラン」、「50m走」では、学年が上がるるとともにスコアが下がる傾向にある。

〈体力向上のポイント〉

- ・全ての動作の基礎となる「体幹」を鍛えるために、バランス運動を取り入れ、長く支えるために意識する体の部位を教え、意識させて運動に取り組ませる。
- ・主要な筋肉や筋持久力を高められるようにするために、動物歩きや手押し車、鉄棒にぶら下がるなどの運動を体育の学習の始めに取り入れるようにする。
- ・効率のよいエネルギー循環が行えるようにするために、縄跳びや持久走など有酸素運動を取り入れ、長時間体を動かし続けるときのポイントや必要性を指導していく。
- ・フォームを意識して投げられるようにさせるために、全身の体の使い方や腕の動きなど細かなポイントを指導し、全力でボールを投げられる場面を増やしていく。
- ・怪我のないしなやかな体作りにつなげるために、体育の学習のときには準備運動や整理運動を着実にを行い、日常生活でも行えるようにストレッチ、呼吸の仕方なども指導していく。