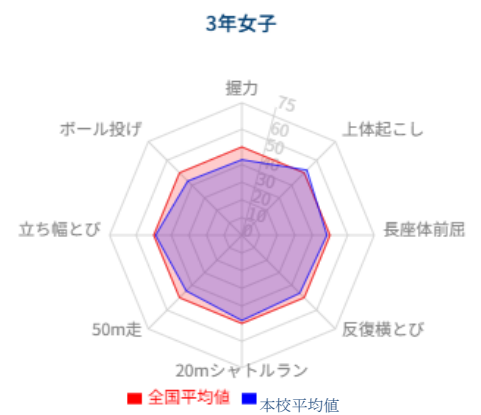
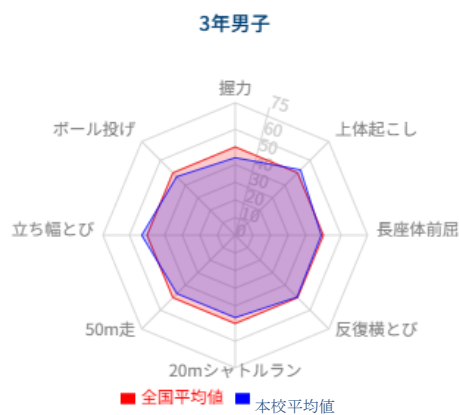
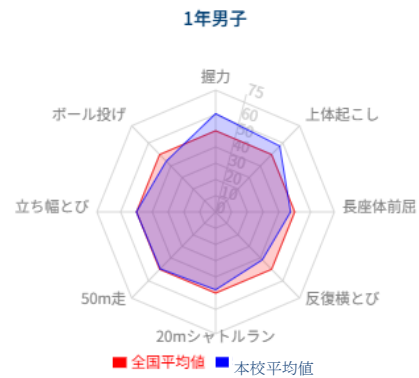


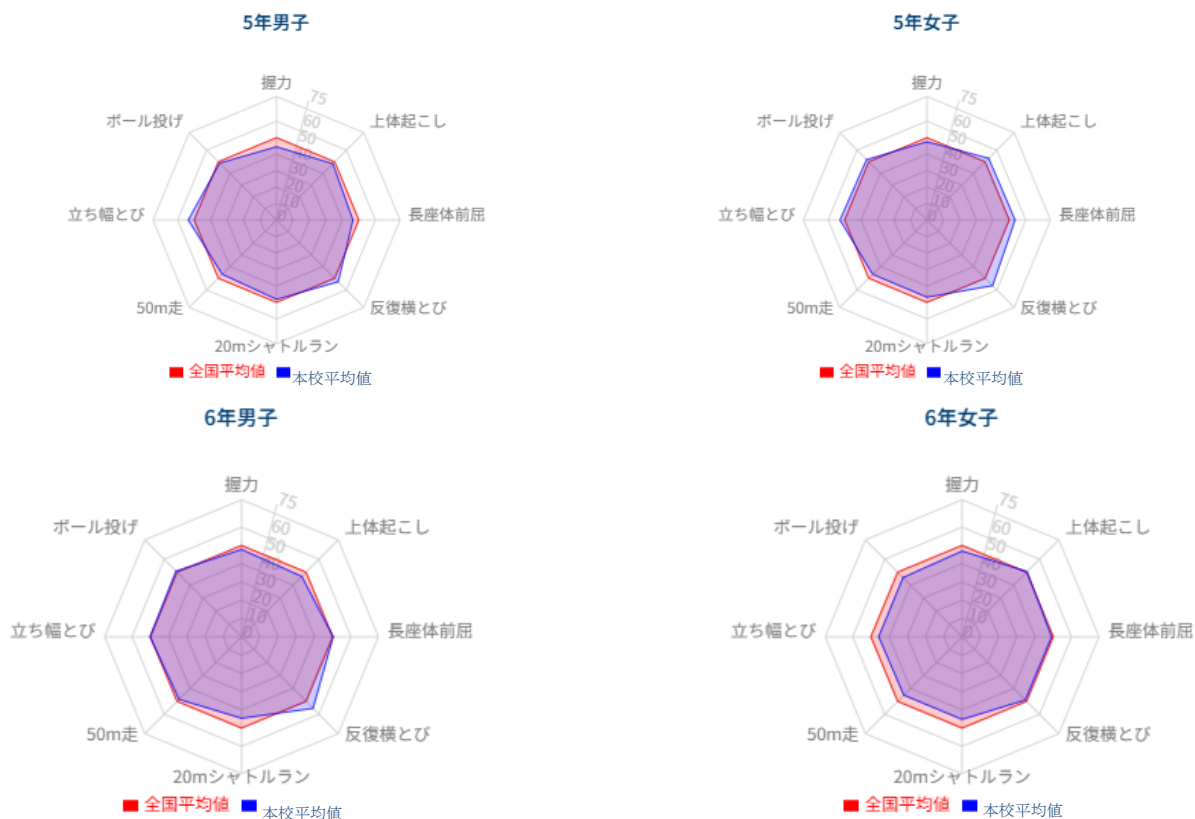
# 令和7年度 体力テスト結果と体力向上の取り組みについて

東小岩小学校

## (1) 体力テスト結果

Tスコアによる全国平均値との比較 ※全国平均のTスコアを50とする





## (2) 本校の課題と取り組みについて

### ○個別の課題と学習活動

#### ・投力

投力は6年男子と5年女子を除き、全国平均スコアを下回っており、本校児童の体力向上における課題であるといえる。単純な筋力の向上だけでなく、体の使い方や動かし方といった「投げ方」の指導が必要である。日常的には休み時間での当てを活用した遊びを紹介し、実際に取り組むようにするなど運動遊びを行っていくことで伸ばしていきたい。授業では、投の運動の授業時にフォームづくり用の用具を活用して投げる運動を行うようにしていく。

#### ・持久力

持久力は男女ともに1年生女子を除き、全国平均スコアを下回っており、体力向上における本校の1番の課題であるといえる。軽度の運動を長時間続けることで持久力の向上を図りたい。授業では、なわとびなどの運動を持続する活動や、3学期には補助運動として持久走を積極的に取り入れていく。また、1時間の授業の中で児童が実際に体を動かす時間を十分に確保し、基礎的な体力の向上を図る。

### ○教師の指導力向上

- ・校外での研修で学んだ内容を校内研修会で伝達し、教師が児童の技能を伸ばすための効果的な指導法を身につける。
- ・学習カードを活用して児童に学習のめあてや見通しをもたせる。ICT機器を活用して映像などを実際に見ることで児童の意欲や興味を引き出すなど、授業の内容を改善していく。

### ○授業以外の時間を活用した取り組み

#### ①なわとびウィーク

- ・児童がなわとびを楽しみながら行うことで、主体的に運動する姿勢を育み、体力の向上につなげる。
- ・なわとびを使った多様な運動や遊びを経験させ、基礎的な体力や運動の技能をバランスよく向上させていく。