

## 令和6年度の重点課題

## 【体力テスト結果から】

## 男子

・「握力」「20mシャトルラン」「ボール投げ」「50m走」において、県平均かつ全国平均値より低くなっている。

## 女子

・「握力」「50m走」において県平均かつ全国平均値より低くなっている。

## 【生活アンケートから】

・1日の睡眠時間が8時間未満の児童の割合が男子65%、女子66%いる。

・平日のメディア使用時間が2時間以上の児童割合が男子60%、女子40%いる。

寝る時刻までにメディアを使う児童が多く、それによって寝る時刻を守れず睡眠時間が削られていると考えられる。

上記の課題を受けて具体的に  
取り組んだ事項

○校内研修やGoogle classroom等を活用して、運動遊びに取り組めるよう、運動遊びの具体を紹介する。  
○休憩時間に体育委員会が主体となり、定期的にドッジボールなどの遊びを開催して、運動習慣を付け、運動する楽しさを高める。  
○児童が就寝時刻や就寝前1時間メディアを使用しないことを意識するように、睡眠やメディアに関する保健指導を実施する。

## 令和7年度新体力テストの結果 県平均値(令和6年度)・全国平均値(令和5年度)との比較

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第5学年	15.50	21.21	34.15	43.73	46.50	9.45	152.21	21.92	54.42	第5学年	15.74	20.20	39.15	41.11	38.36	9.69	135.54	11.20	54.58

県平均値かつ全国平均値未満

## 令和7年度新体力テストの結果 県平均値(令和7年度)・全国平均値(令和6年度)との比較

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第5学年	15.50	21.21	34.15	43.73	46.50	9.45	152.21	21.92	54.42	第5学年	15.74	20.20	39.15	41.11	38.36	9.69	135.54	11.20	54.58

県平均値かつ全国平均値未満

## 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第5学年	73.21	19.64	3.57	3.57	第5学年	58.54	28.05	7.32	6.10

## 学校独自の意識調査

・生活リズムに関するアンケートを各学期中に行い、その中に運動に関する以下の項目を入れて意識調査を行っている。

(1)外で遊びましたか。1学期週5日49.6%

(2)ねる時間の1時間前からは、メディア(テレビ、ゲーム、動画、スマホなど)を使わないようにしましたか。1学期週5日48.1%

## 重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

## 体育の授業で行う取組内容

・瞬発力かつ持久力を高めるために全校で「縄跳び認定」を実施し、楽しみながら体力の向上を図る。  
・体育科授業力向上に向けた職員研修を行い、準備運動に使えるアクティブチャイルドプログラムや種目の特性を生かした楽しく体力が向上できる運動の紹介を行う。  
・運動に興味が出るように低学年の段階から外部講師を招き、様々な運動に親しめるようにする。

## 体育の授業以外で行う取組内容

・引き続き、休憩時間に体育委員会が主体となり、定期的にドッジボールなどの遊びを開催して、運動習慣を付け、運動する楽しさを味わわせる。  
・「はちの子デー(異学年での活動)」を通して外遊びの機会をつくり、体を動かす習慣を付ける。  
・児童が就寝時刻や就寝前1時間前メディアを使用しないことを意識できるように、睡眠やメディアに関する保健指導を実施したり、生活リズムに関するアンケートを通して保護者啓発を行ったりする。

## 重点課題

## 情意面での課題

・「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。」の質問に対して、「やや嫌い」「嫌い」と答えた児童が約1割いる。(R6年度は否定的回答率は0%であった。)

○学校独自の生活アンケートの調査結果より

・1日の睡眠時間が8時間未満の児童の割合が55%いる。

・平日の寝る時刻の1時間前からは、メディア(テレビ、ゲーム、動画、スマホなど)を使う割合が、50%いる。

## 体力面での課題

○男子

・「握力」「20mシャトルラン」において県平均値かつ全国平均値未満になっている。

○女子

・「立ち幅跳び」「ボール投げ」において県平均値かつ全国平均値未満になっている。

○男女の結果から(差が大きかった項目)

・「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」を重点課題とする。

令和8年度の  
重点目標値

○1日の睡眠時間が8時間未満の児童の割合を55%以下にする。

○平日のメディアの使用時間を、睡眠時刻1時間前に見る児童の割合を50%以下にする。

○「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。」の質問に対して「やや嫌い」「嫌い」と答える児童を、今年度よりも減らす。

○「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」を県平均かつ全国平均値以上にする。