

令和3年度 体力向上アクションプラン

長崎市立三原小学校

1 長崎市 児童生徒体力向上推進プラン

■ 長崎市の児童生徒の体力の状況・課題 ※R2は全国体力・運動能力、運動習慣等調査がなかったため、R1全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果をもとに記載。

- 全国と市の体力合計点平均を比べてみると、77点(R1)であり、H30年度に比べ低下傾向にある。市の推移を見てみると平成26年から継続して合計点が伸びていたが、今回低下した。しかしながら、小学校でこれまで低迷していた、「50m走」「ボール投げ」中学校の「立ち幅跳び」が全国を上回った。長崎市の課題である柔軟性は、全国と比較すると1cm劣っているが、中学生において市内での向上傾向が見られ全国との差は縮まってきている。理由ははっきりしないが、小学校5年生の低下が大きく、どの種目においても低下傾向にあった。
- 運動習慣調査から、「運動が好き」の項目が、小男子で70.9%、女子で53%。中男子で65.7%、女子は44.1%で、いずれも全国を下回った。これまで「運動好き」は全国を上回っていたが、「運動好き」の減少は、今後の体力向上に大きく影響すると思われる。また、「体育授業が好き」の項目でも、小男子で69.5%、女子で56.8%。中男子で51.5%、女子で37.8%と全国を下回っている。学校での体力向上の要である体育授業の改善と充実が、体力向上の中心となることから、引き続き学校全体で、体力向上の取組がなされるような計画をする必要がある。

■ 昨年度の成果と課題

- 学校教育目標の中に、「健やかな体」として、体力向上の取組が設定され、学校全体の取組となっているか確認が必要。（体育科だけの取り組みではなく、学校全体で体力向上の取組ができる環境設定をする。）
- 各学校で、体力の分析、運動習慣調査の分析をして、実態に応じた処方を行うことで、ボール投げや立ち幅跳びの向上につながった。今後も分析を行うことで、効果のある取組をさせていく。小学校と中学校の体力向上アクションプランの違いが大きく、系統性をもったアクションプランの作成の必要がある。

■ 今年度の重点的な取組方針

- 各中学校とその小学校区で、体力向上アクションプランについて情報交換を行い、各学校の体力向上の取組の参考にさせたい。具体的には、校区ごとに体力の実態が違うことから、強化していく部分を共通理解をし、小中連携して体力向上ができるようにする。
- 「あじさいスタンダード体力づくり編」を参考に、各学校において児童生徒の基本的な生活習慣の定着に向けた具体的な取組を行う。児童生徒が夢中になって取り組めるような体育の授業を目指し、教材研究の充実、県教委事業などを活用し、指導力の向上を図る。

2 自校の実態と取組内容

■ 令和2年度の報告・検証をもとに自校の課題と本年度の取組内容を記入してください。

（課題）

例年、課題として挙げられていた「長座体前屈」は伸びが見られ、特に4年生は県平均を大きく上回る結果となった。しかし、前年度課題として挙げられていた「上体起こし」は、外遊びの活性化によって前年より改善が見られたものの、学年によっては十分といえる結果ではなかった。また、特に県平均を下回っていたのが「20mシャトルラン」であった。これは、外遊びの変化に原因があると考えられる。高学年になるほど「おにごっこ遊び」などから離れ、走る機会が少なくなる。心肺機能の発達が見られてくる高学年の時期に、どのように走る機会を作るかが本校の課題といえる。

（本年度の取組内容）

本校の児童は、多くの児童が運動場で進んで体を動かしている。今年度は、「20mシャトルラン」に課題が見られたこともあり、休み時間にマラソンカードを実施している。また、2学期より「わかって、できて、楽しい体育の授業」の実現に向けて、授業の単元に合わせて感覚を運動を実施していく予定である。「ジャックナイフストレッチ」においても、引き続き朝の会に実施をしていく。