

糸島市立深江小学校

## 令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

調査対象：5年生

調査事項

ア 実技に関する調査

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、ソフトボール投げ

イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査）

### 1 結果と分析

- 男女とも、上体起こしや20mシャトルラン、50m走などの筋力を持続する能力や運動を持続する能力、すばやく移動する能力が優れている。
- 女子は、ソフトボール投げの運動を調整する能力、すばやく動き出す能力が優れている。
- 女子の立ち幅跳びや長座体前屈などのすばやく動き出す能力や大きく関節を動かす能力である柔軟性に課題がある。

### 2 取組についての評価

#### (1) 体育科の学習指導

##### ①効果があった取組

- ・体育科学習冒頭の5分間（準備運動の時間）の縄跳び（短縄・大縄）タイムの設定
- ・年間を通したスポーツコンテスト（大縄 ジグザグ走 馬跳び ドッジボールラリー）の取組

##### ②改善を図る点

- ・柔軟性を高めるための運動を、授業の中や日常で取り組めるようにすること。
- ・体育科学習の中で、一人ひとりが課題を明確して取り組めるようにすること。
- ・振り返り（成果と課題）の時間の設定をすること。

#### (2) 今後の体力向上に対する取組

- ・年間を通して、体育科学習の冒頭5分間の縄跳びタイムを継続して行う。
- ・授業場面において、場やルールの工夫などを行い、1人ひとりの運動量を十分に確保する。
- ・振り返りの場において、自身が設定した課題への自己評価や相互評価を積極的に取り入れる。