

# 令和2年度 体力向上プラン

令和元（平成31）年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果をふまえて

## 体力テスト種目（体力要因）

- |               |                   |                 |
|---------------|-------------------|-----------------|
| ・50m走（スピード）   | ・20mシャトルラン（全身持久力） | ・立ち幅跳び（瞬発力）     |
| ・ボール投げ（巧緻・瞬発） | ・握力（筋力）           | ・上体おこし（筋力・筋持久力） |
|               | ・長座体前屈（柔軟性）       | ・反復横跳び（敏捷性）     |

## 結果概要

- ・運動能力調査結果では、男子は、長座体前屈、50m走が、全国・大阪府の平均を上回っている。また、長座体前屈、50m走は、昨年度より上回っている。
- ・女子は、上体おこし、長座体前屈、50m走、立ち幅跳びで全国・大阪府の平均を上回っている。握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、ソフトボール投げは、昨年度より上回っている。
- ・「運動が好き」という問いに肯定的な回答をした割合が、男子は90%を越えているが、女子は80%程度である。男女とも、全国、大阪府平均より下回っている。
- ・「体育の授業は楽しい」という問いに肯定的な回答をした割合は、昨年度より減少した。
- ・「運動は大切」という問いに肯定的な回答をした割合が、男子は全国・大阪府平均を上回り、女子は下回っているが、昨年度よりも増加した。
- ・「運動部に所属」という問いに肯定的な回答をした割合が男女とも全国・大阪府平均より上回っている。

## 取組

- （1）運動するきっかけづくりに努める。
- （2）運動の楽しさを感じる授業づくりに努める。
- （3）スポーツ大会への積極的な参加に努める。

### 【具体的な取組】

- ① 運動の楽しさ、充実感、達成感を味わうことのできる授業づくりの研究
- ② 運動設備・器具の整備・ICT機器の活用
- ③ 発達段階に応じた指導方法や実技等の研修の実施
- ④ 市主催の陸上競技大会・駅伝大会への積極的な参加
- ⑤ なわとび等体づくり運動の日常的な取組
- ⑥ 学年単位で取り組むスポーツ大会の実施
- ⑦ 各学年での長距離走の取り組みとマラソン大会の実施

## 検証

- ① 「体育の授業が楽しい」と回答した児童の割合
- ② 「運動が好き」と回答した児童の割合
- ③ 運動能力調査結果