

平成30年度 体力づくりアクションプラン

西淡路

小学校

児童数

81

平均値

	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	体力合計点
男子	17.78	18.33	27.20	37.64	58.24	9.41	160.40	21.98	52.05
大阪市	16.49	19.23	32.34	39.54	49.98	9.37	149.36	22.61	52.79
全国	16.51	19.92	33.15	41.95	52.24	9.37	151.71	22.53	54.16
女子	17.33	17.37	32.79	35.97	44.13	9.71	149.46	13.55	53.26
大阪市	16.18	18.20	37.06	37.88	39.64	9.60	143.32	14.07	54.58
全国	16.12	18.81	37.43	40.06	41.62	9.60	145.47	13.94	55.72

結果の概要

- 男女とも、8種目中3種目で大阪市平均・全国平均を上回った。そのうち20mシャトルランと立ち幅跳びは男女とも昨年度より上回った。
- 男女とも、長座体前屈が5ポイント前後大阪市や全国を下回った。毎年課題となっている種目であり、上体起こしともあわせて柔軟性への課題が大きい。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

- 長縄を使ったたてわり班でのなわとび集会を体育委員会で主催したり、駆け足週間を実施したりして、授業だけでなく運動する機会を設定してきた。そのことで、休み時間にもチャレンジして運動する児童は多かった。
- 20mシャトルランの結果がよかったのは、実施の際に、児童が互いに応援し合い、しんどくなってもすぐにあきらめず、最後まで頑張りとおすことができたからだと考えている。体力面でも学級集団・学年集団づくりが、効果的である種目があることがわかった。
- 長座体前屈など柔軟性を高めるための有効な手立てを実施することができなかった。
- 心身ともに健康な生活が送れるように、食育も含めて体力づくりの方策を今後も考えていく。その中で、走り方の基本やそのトレーニングの方法などを指導者が研鑽をつみ、指導に生かしていけるようにする。

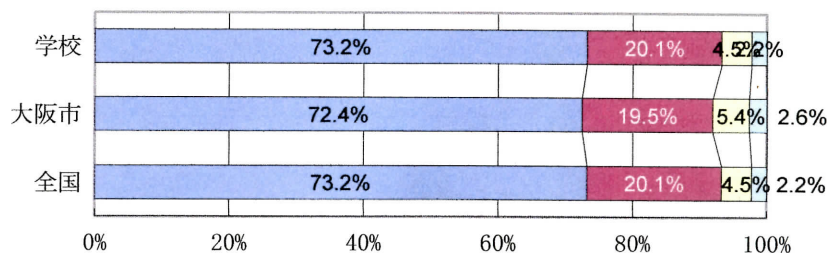
運動やスポーツについて（男子）

質問
番号

質問事項

1

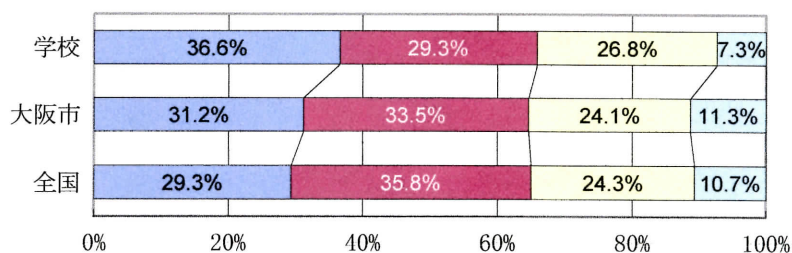
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



□好き
■やや好き
□やや嫌い
□嫌い

3

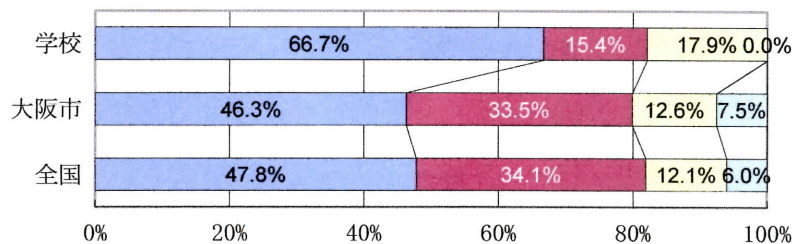
自分の体力・運動能力に自信がありますか。



□自信がある
■やや自信がある
□あまり自信がない
□自信がない

13

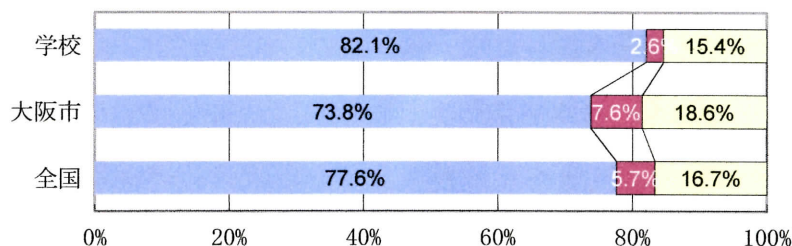
放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることがありますか。



□よくある
■ときどきある
□あまりない
□全くない

5

中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



□思う
■思わない
□わからない

成果と課題

- ・男子は運動が好きで、よく体を動かしている。また、体力・運動能力にも比較的自信を持っている児童が多い。
- ・運動が好きで意欲的な児童が多いが、運動能力の結果を見ると高くない。しっかりとした基本の指導などが、今後、必要になってくると考えている。
- ・中学校へ行ってもスポーツをやってみたいという児童が多く、秋から実施した小中連携でのプレ入部への参加者も多くなった。

今後の取組

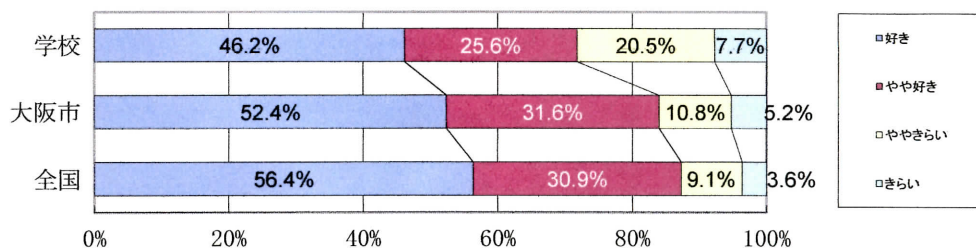
- ・運動部やスポーツクラブ以外で運動する児童が多いので、体育の授業で、運動の基礎基本をしっかり身に付けていく機会をつくるのが大切だと考えている。

運動やスポーツについて（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

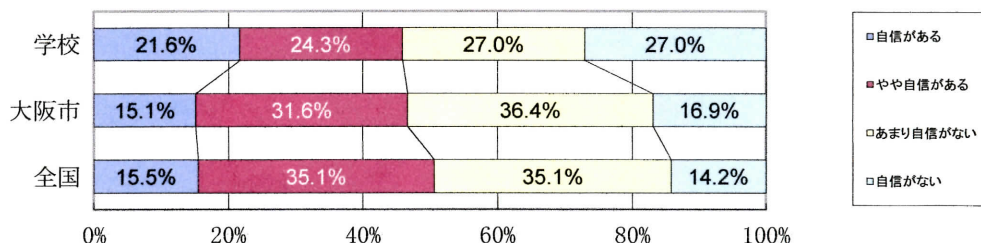
1

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



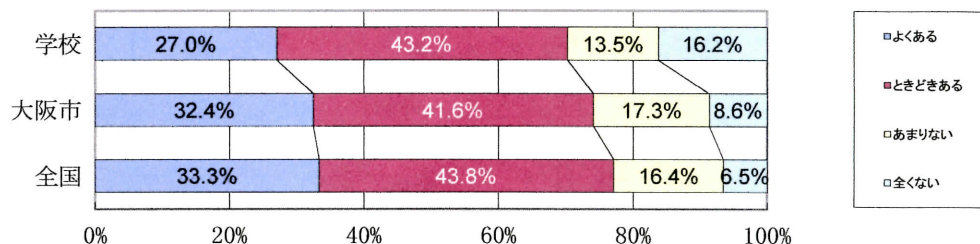
3

自分の体力・運動能力に自信がありますか。



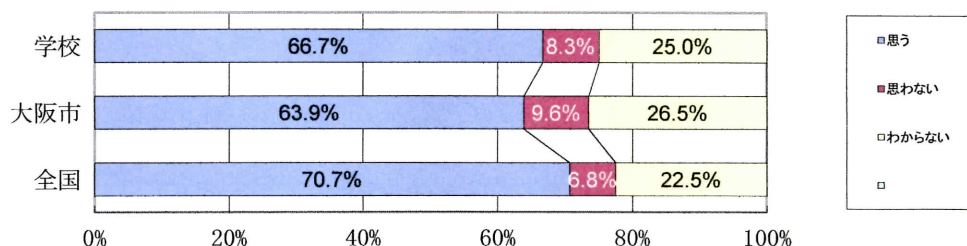
13

放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることがありますか。



5

中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



成果と課題

- ・運動が好きか、運動をよくするかという設問では、嫌い、全くしないという児童が多く、運動に対する好き嫌いがはっきりしている。
- ・体力に自信のある児童は比較的多い反面、自信がない児童も大変多い。

今後の取組

- ・体育の授業の中でも、楽しみながら運動ができる機会を工夫していくことが大切だと考える。
- ・遊ぶことを通して、体を動かすことを低学年から積み重ねていくことも続けていく。

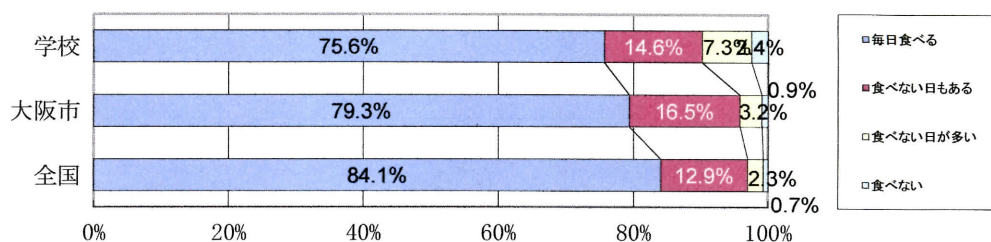
ふだんの生活について（男子）

質問
番号

質問事項

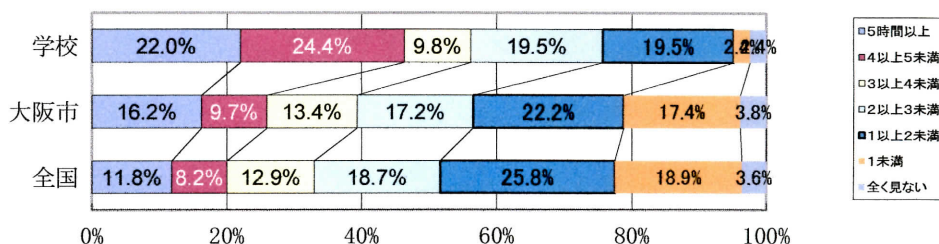
7

朝食は毎日食べますか(学校が休みの日もふくめます)



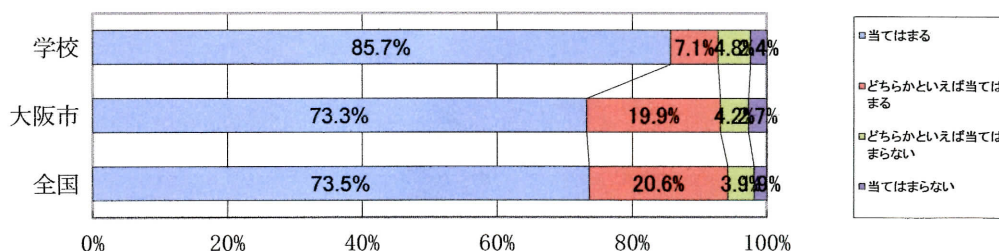
10

ふだんの平日(月～金曜日)について聞きます。学校から帰った後、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



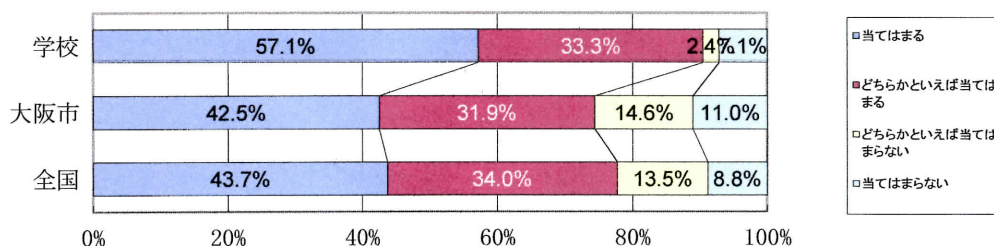
31

ものごとを最後までやりとげてうれしかったことがある。



33

自分には、よいところがあると思う。



成果と課題

- ・朝食の喫食率は、昨年度より少し上がってきたが、まだ大阪市や全国よりは低くなっている。
- ・テレビやゲーム・スマホなどの画面を見ている時間が非常に長い。
- ・最後までやりきってうれしかった、失敗を恐れずに挑戦するなどの項目での当てはまるの回答が大変高くなっている。このことが自己有用感を高めるなどにつながり、自分に良いところがあると思えることができていると考えられる。

今後の取組

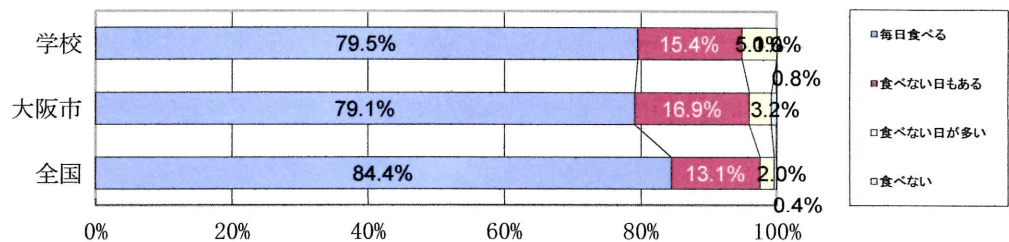
- ・外遊びを奨励し、テレビなどの画面に向かう時間を減らしていくよう働きかけ続ける。

ふだんの生活について（女子）

質問 番号 質問事項

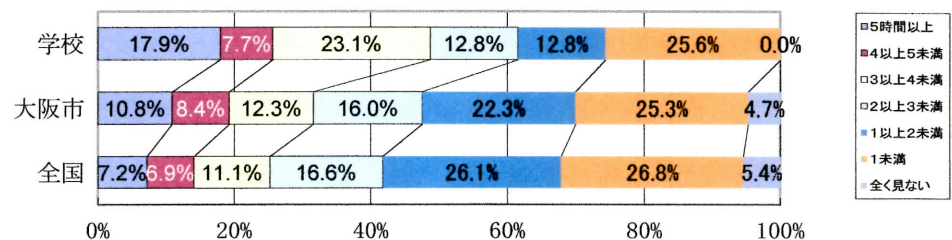
7

朝食は毎日食べますか(学校が休みの日もふくめます)



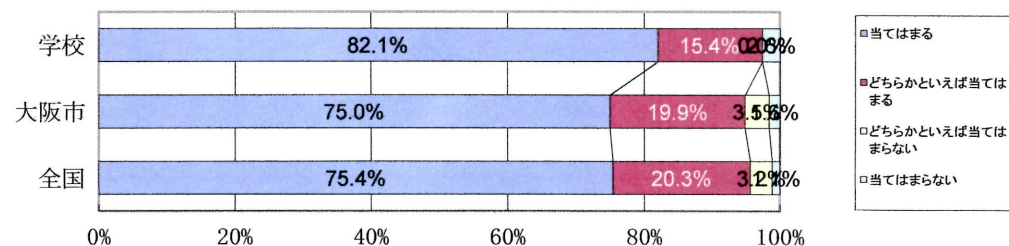
10

ふだんの平日（月～金曜日）について聞きます。学校から帰った後、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



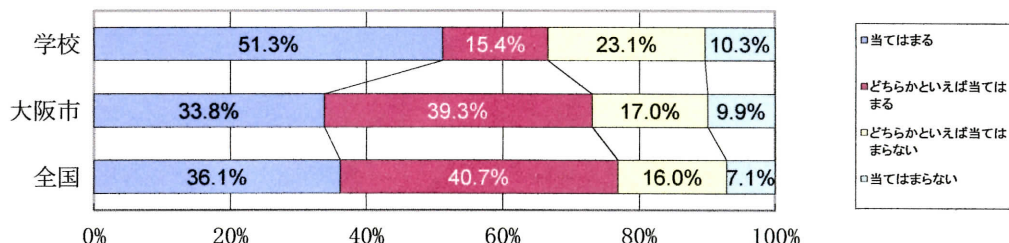
31

ものごとを最後までやりとげてうれしかったことがある。



33

自分には、よいところがあると思う。



成果と課題

- ・朝食は毎日食べる児童は増えたが、食べていない児童も増えた。
- ・テレビやビデオ、スマホの画面を見る時間は、男子より少し短い傾向であるが、全体的に長い。
- ・最後までやりきってうれしかった、失敗を恐れなくて挑戦するなどの項目での当てはまるの回答が大変高くなっている。このことが自己有用感を高めるなどにつながり、自分に良いところがあるのとらえることができていると考えられる。しかし、女子の場合は自信がない児童も多い

今後の取組

- ・外遊びを奨励し、テレビなどの画面に向かう時間を減らしていくよう働きかけ続ける。しかし、女子の場合は自分に自信が持てるような活動を様々な場面で取り入れていく必要がある。

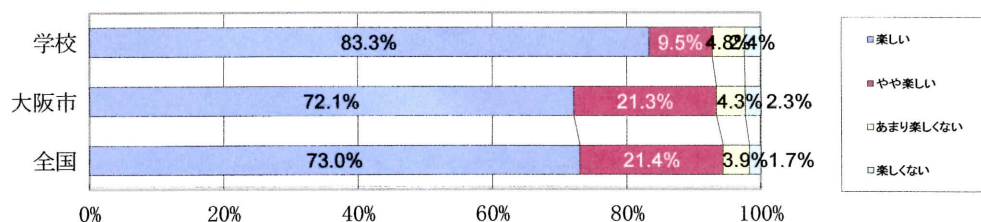
体育の授業について（男子）

質問
番号

質問事項

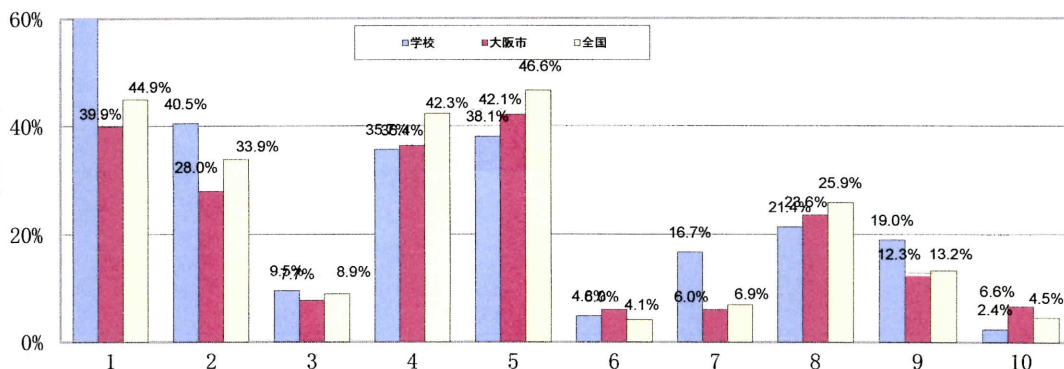
19

体育の授業は楽しいですか



24

これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか



1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった

3 自分に合った場やルールが用意された

5 友達に教えてもらった

7 授業外で先生に教えてもらった

9 授業外で自分で本やビデオを見た

2 授業中自分で工夫した

4 先生や友達のまねをしてみた

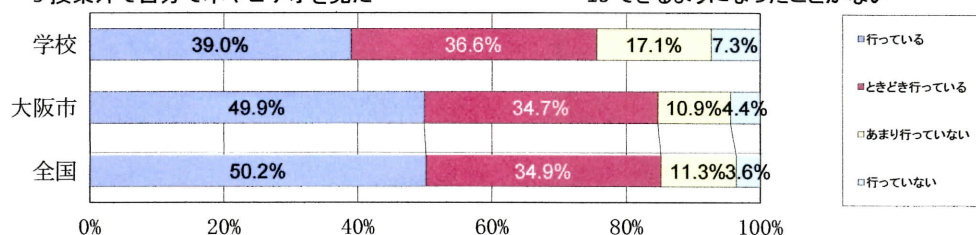
6 授業中に自分の動きをビデオで見た

8 授業外で自分で練習した

10 できるようになったことがない

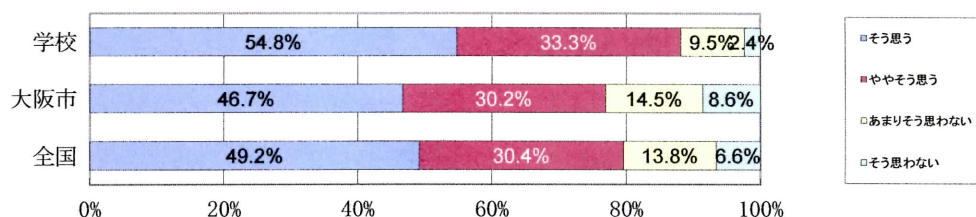
23

ふだんの体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



28

今、体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。



成果と課題

- ・体育の授業が楽しいという児童は多いが、楽しいと思っていない児童も多くなっている。
- ・体育の学習が将来役に立つと思っている児童が多い。学んだことを授業以外でやってみたいという児童も多い。

今後の取組

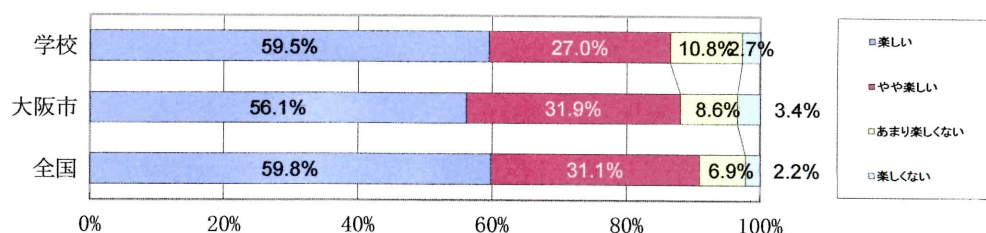
- ・授業の中で、先生に教えてもらってできたという児童が多いことや、友達やチームで話し合う活動をしたという児童が少ないことから、体育の授業をもっと話し合う時間を取り、教え合って学べる時間にしていく必要がある。
- ・ICT機器の活用を体育の授業でも進めていく。

体育の授業について（女子）

質問
番号 質問事項

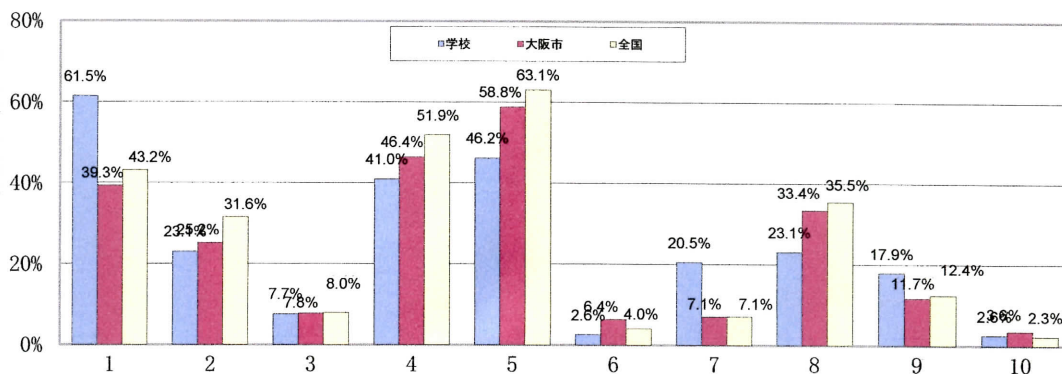
19

体育の授業は楽しいですか



24

これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか

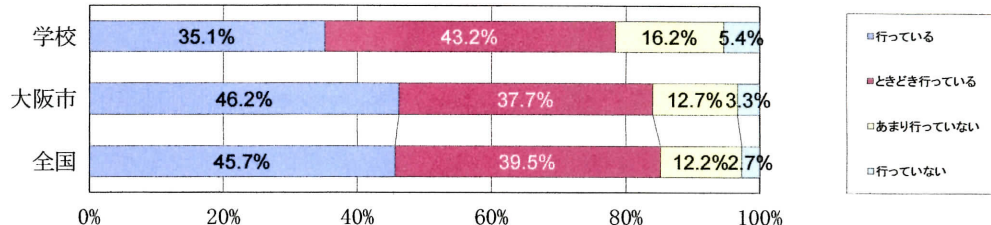


- 1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 2 授業中自分で工夫した
- 3 自分に合った場やルールが用意された
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 5 友達に教えてもらった
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 7 授業外で先生に教えてもらった
- 8 授業外で自分で練習した
- 9 授業外で自分で本やビデオを見た

- 2 授業中自分で工夫した
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 8 授業外で自分で練習した
- 10 できるようになったことがない

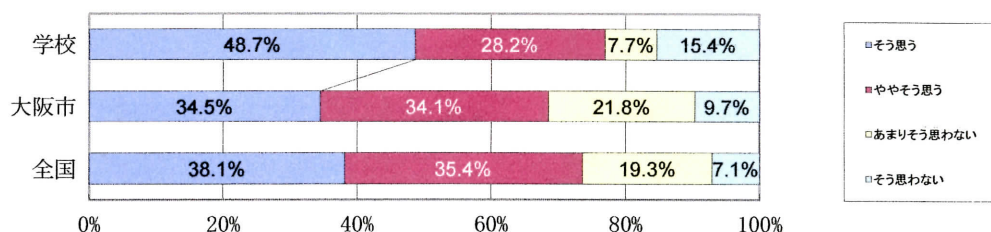
23

ふだんの体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



28

今、体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。



成果と課題

- ・体育の授業が楽しいという児童は多いが、楽しいと思っていない児童も多くなっている。
- ・体育の学習が将来役に立つと思っている児童が多いが、そう思わない児童も多い。学んだことを授業以外でやってみただけについてもそう思う児童は多いが、思わない児童も多い。

今後の取組

- ・授業の中で、先生に教えてもらってできたという児童が多いことや、友達やチームで話し合う活動をしたという児童が少ないことから、体育の授業をもっと話し合う時間をとり、教え合って学べる時間にしていく必要がある。
- ・ICT機器の活用を体育の授業でも進めていく。

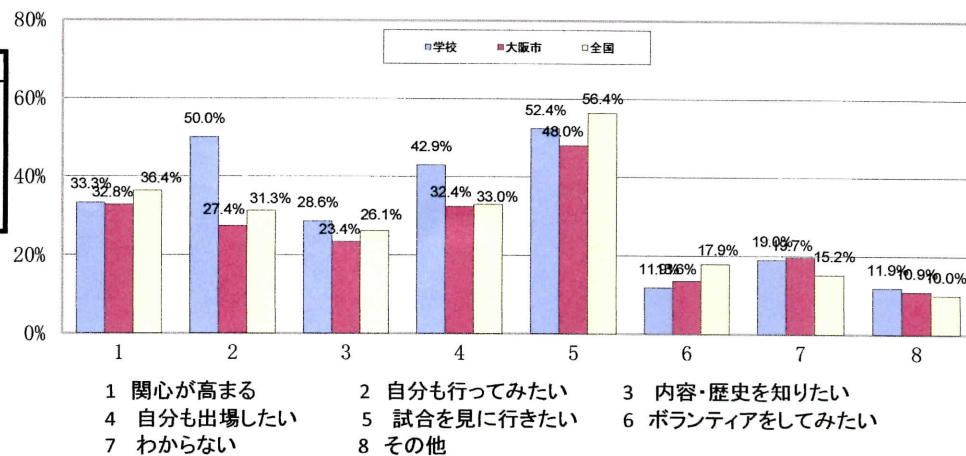
その他（男子）

質問
番号 質問事項

30

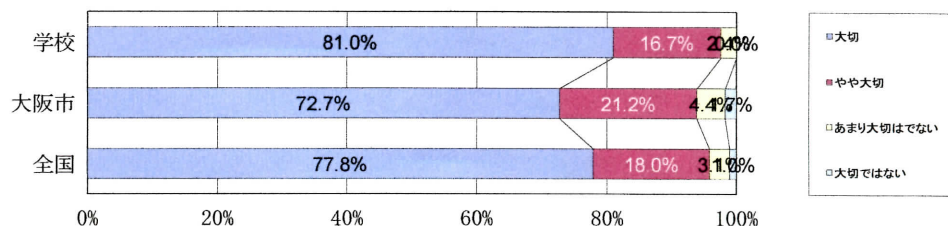
オリンピック・パラリンピックへの気持ち

（複数回答）



16

あなたが健康でいるために次の3つは、どのくらい大切だと考えていますか。
Q16.運動（体を動かす遊びをふくむ）を行うこと。



成果と課題

- ・運動が好きな児童が多いこともあって、オリンピック・パラリンピックへの関心は高い。特に行ってみたい、出場してみたい児童が多いことは楽しみである。
- ・健康のために運動が大切だという児童は多い。他の食事・睡眠については大阪市や全国と顕著な差はなかった。

今後の取組

- ・オリンピックやパラリンピックに興味関心がある児童が多いので、一流の選手・元選手などと出会い、一緒に活動する時間を作るなど、これまで行ってきたゲストティーチャーの取り組みを今後も続けていく。

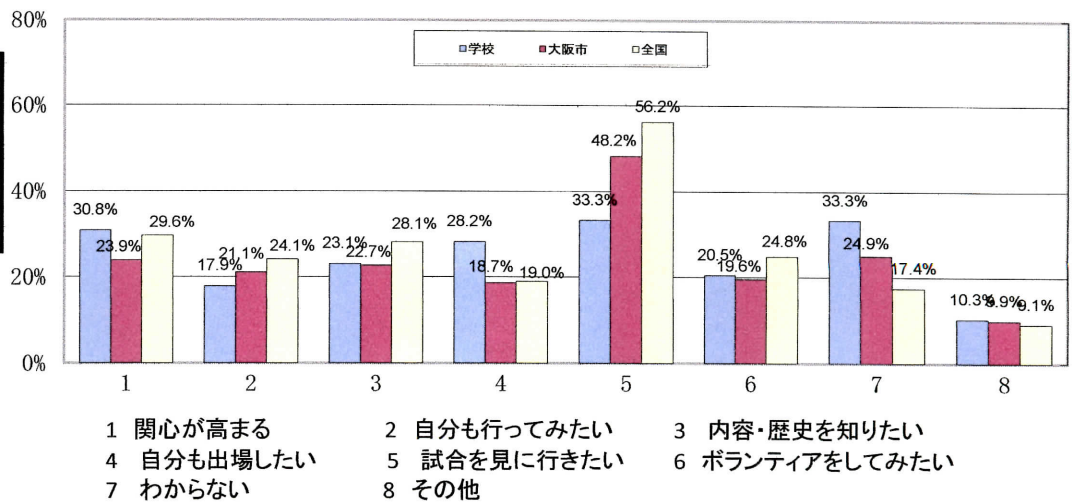
その他（女子）

質問 番号 質問事項

30

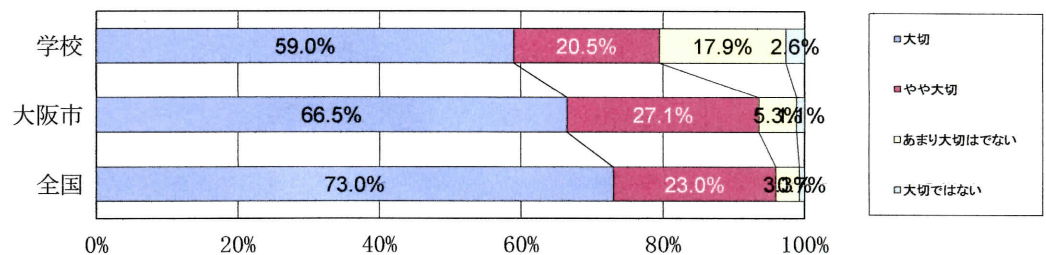
オリンピック・パラリンピックへの気持ち

（複数回答）



16

あなたが健康でいるために次の3つは、どのくらい大切だと考えていますか。
Q16.運動（体を動かす遊びをふくむ）を行うこと。



成果と課題

- ・オリンピック・パラリンピックへの関心は、男子ほど高くないが、出場したいという児童が多いのは楽しみである。
- ・女子は、健康に大切なこととして、運動をあまり肯定的にとらえられていない。食事や睡眠は大切だと考えている児童は多い。

今後の取組

- ・オリンピックやパラリンピックに興味関心がある児童が比較的多いので、今後も一流の選手・元選手など出会い、一緒に活動する時間を作るなど、これまで行ってきたゲストティーチャーの取り組みを今後も続け、運動・スポーツの楽しさを伝えていきたい。