

平成29年度の重点課題

- 男子
 - ・「握力」、「上体起こし」、「長座体前屈」において、2つの学年が県平均かつ全国平均より低い。
- 女子
 - ・全学年とも「握力」、「長座体前屈」、「立ち幅とび」において、県平均かつ全国平均より低い。
 - ・「上体起こし」において、2つの学年が県平均かつ全国平均より低い。
- 男女共通
 - ・全学年とも「反復横とび」、「20mシャトルラン」、「50m走」において、県平均かつ全国平均より低い。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 昼休みにグラウンドで遊べるように、生徒会が主体となりボールの貸し出しを行った。
- 「20mシャトルラン」を高めるため、体育授業の毎時間授業開始前にウォーミングアップでグラウンドを2周走ることを実践した。
- 「上体起こし」を高めるため、体育授業の毎時間授業開始直後にトレーニングとして、体幹トレーニングを取り入れた。
- 保健体育委員会で部活動ごとの新体力テストの結果を分析し、不足している体力要素を高めるトレーニング方法を紹介・掲示した。さらに生徒・保護者への啓発を目的に、文化祭でも紹介・掲示を行った。

平成30年度新体力テストの結果(県平均値(平成29年度)・全国平均値(平成28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	持久走	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	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第1学年	22.59	24.03	38.54	48.14	61.99		8.97	175.16	18.05	31.94	第1学年	21.41	19.50	41.52	44.80	49.36		9.32	165.02	10.70	42.05
第2学年	28.97	26.03	37.56	50.64	82.66	536.50	8.08	184.14	22.98	40.00	第2学年	23.79	22.28	41.04	46.43	52.62		8.93	158.06	13.56	46.84
第3学年	37.15	29.31	51.52	55.52	92.75		7.63	214.28	25.77	51.65	第3学年	23.60	19.64	50.77	45.85	44.95		9.16	162.12	13.12	46.86

県平均値かつ全国平均値未満

平成30年度新体力テストの結果(県平均値(平成30年度)・全国平均値(平成29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	持久走	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	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第1学年	22.59	24.03	38.54	48.14	61.99		8.97	175.16	18.05	31.94	第1学年	21.41	19.50	41.52	44.80	49.36		9.32	165.02	10.70	42.05
第2学年	28.97	26.03	37.56	50.64	82.66	536.50	8.08	184.14	22.98	40.00	第2学年	23.79	22.28	41.04	46.43	52.62		8.93	158.06	13.56	46.84
第3学年	37.15	29.31	51.52	55.52	92.75		7.63	214.28	25.77	51.65	第3学年	23.60	19.64	50.77	45.85	44.95		9.16	162.12	13.12	46.86

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子
 - ・「握力」、「長座体前屈」、「立ち幅とび」において、2つの学年が県平均かつ全国平均より低い。
- 女子
 - ・全学年とも「握力」、「立ち幅とび」において、県平均かつ全国平均より低い。
 - ・「長座体前屈」、「ボール投げ」において、2つの学年は県平均かつ全国平均より低い。
- 男女共通
 - ・全学年とも「上体起こし」、「反復横とび」、「20mシャトルラン」、「50m走」において、県平均かつ全国平均よりも低い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「上体起こし」→体育の授業の導入部分で、様々なトレーニングを行い、筋力を高めるための意欲を向上させる。
- 「20mシャトルラン」→体育の授業の導入部分で、毎時間授業開始前にウォーミングアップとしてグラウンドのランニングを行う。
- 昼休みのボールの貸し出しを継続的に実施していく。
- 保健体育委員会で部活動ごとの新体力テストの結果を分析し、課題を啓発する。また、「上体起こし」の重点を置き、体幹トレーニングを紹介・掲示を行う。

平成31年度の目標値

- 新体力テストの総合評価のAB率を40%以上、ED率を25%以下にする。
- 「上体起こし」を県平均かつ全国平均値以上にする。
- 「20mシャトルラン」を県平均かつ全国平均値以上にする。