

平成30年度の重点課題

○男子

1学年1種目、2学年(1名)に7種目県平均値、かつ全国平均値より低い種目がある。種目別では、「20mシャトルラン」が全学年県平均値かつ全国平均値より低い。

○女子

1学年3種目、2学年に4種目県平均、かつ全国平均値より低い種目がある。種目別では、「握力」「20mシャトルラン」が全学年県平均かつ全国平均値より低い。

○男女共通

全学年「20mシャトルラン」(全身持久力)が県平均、全国平均値より低い。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○「20mシャトルラン」→体育の授業(準備運動・補強運動)で毎時間持久力を高めるトレーニングやランニングを取り入れる。

・昼休憩に運動ができる環境にする(生徒会保健体育部の取組)

○「握力」→体育の授業のウォーミングアップや部活動の中で、鉄棒運動やボール投げ等を行う。

○「50m走」→体育の授業や部活動の中で、ダッシュ走やラダーを使ってのトレーニングを行う。

平成31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	22.17	27.17	45.67	51.17	52.83		8.87	165.17	18.00	34.50	第1学年	22.25	19.75	55.25	49.00	38.25		8.95	173.00	12.75	48.75
第2学年	28.09	26.55	42.91	58.82	82.82		8.06	197.64	21.91	43.09	第2学年	22.78	26.67	46.44	52.11	53.89		8.97	175.56	13.89	52.67
第3学年	35.82	29.18	52.00	58.45	79.18		7.55	214.00	25.18	50.18	第3学年	25.91	20.73	55.09	50.55	43.36		9.22	157.45	15.27	50.45

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果(県平均値(平成31年度)・全国平均値(平成30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	22.17	27.17	45.67	51.17	52.83		8.87	165.17	18.00	34.50	第1学年	22.25	19.75	55.25	49.00	38.25		8.95	173.00	12.75	48.75
第2学年	28.09	26.55	42.91	58.82	82.82		8.06	197.64	21.91	43.09	第2学年	22.78	26.67	46.44	52.11	53.89		8.97	175.56	13.89	52.67
第3学年	35.82	29.18	52.00	58.45	79.18		7.55	214.00	25.18	50.18	第3学年	25.91	20.73	55.09	50.55	43.36		9.22	157.45	15.27	50.45

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子

1年生で5種目、2年生で6種目、3年生で3種目が県・全国平均値より低い。特に2年生男子の体力が課題である。

○女子

1年生で3種目、2年生で3種目、3年生で4種目が県・全国平均値より低い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○体育の授業や部活動の中で、体を動かすことの喜びや楽しさに気付かせ、日常的に運動を生活の中に取り入れる必要性について考えたり、実践したりする。

○保健の授業で、健康と運動について考えさせる。

○体育の授業(準備運動や補強運動)で、ランニングや筋力をつける運動を取り入れる。

○昼休憩等に遊んで体力をくけられる環境づくりをすすめる。

○体力テストにかかわる掲示物の工夫や、日ごろから気軽に測定のできる環境づくりをすすめる。

平成32年度の目標値

- 新体力テストの総合評価で、男子のAB率を50%にする。
- 全学年の握力を1Kg記録を伸ばす。