

令和2年度の重点課題

○男子
第1学年
8種目全て
第2学年
「握力」「ボール投げ」
第3学年
「50m走」「長座体前屈」
第2, 3学年
「上体起こし」「反復横跳び」「20mシャトルラン」

○女子
第1, 3学年
「上体起こし」「反復横跳び」「20mシャトルラン」
第3学年
「50m走」「立ち幅跳び」

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

「20mシャトルラン」「50m走」
⇒ 駅伝部活動として、持久走や体幹トレーニング、基礎トレーニングを行う。
・朝練習
3月～10月の間、毎日、自己の体力に応じた持久走(1.5km～2km)

「反復横跳び」「上体起こし」
⇒ 保健体育の授業において、サーキットトレーニングを取り入れる。

令和3年度新体カテストの結果(県平均値(令和元年度)・全国平均値(令和元年度)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2学年	29.00	23.67	69.67	52.00	56.67		8.53	200.33	21.33	41.67	第2学年											

県平均値かつ全国平均値未満

令和3年度新体カテストの結果(県平均値(令和3年度)・全国平均値(令和2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2学年	29.00	23.67	69.67	52.00	56.67		8.53	200.33	21.33	41.67	第2学年											

県平均値かつ全国平均値未満

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

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	100.00	0.00	0.00	0.00	第2学年				

学校独自の意識調査(運動やスポーツが好きですか)

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第1学年	100.0	0.00	0.00	0.00	第1学年	100	0.00	0.00	0.00
第2学年	100.0	0.00	0.00	0.00	第2学年				
第3学年	0.00	50.0	50.0	0.00	第3学年	57.0	0.00	14.0	29.0

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

○種目に応じた補助運動を取り入れ、目標を数値化し、記録の向上を図る
例)卓球⇒敏しょう性を高めるトレーニングの実施(縄跳び, 卓球台を使った横跳びステップ等)
マット運動⇒筋力・筋持久力を高めるトレーニングの実施(壁倒立, 腕立て伏せ等)
サッカー⇒全身持久力を高めるとトレーニングの実施(5分間走, サーキットトレーニング等)

体育の授業以外で行う取組内容

○駅伝部活動の実施
3月～10月の間、持久走、体幹トレーニング、基礎トレーニングの実施

○各部活動の充実
補強運動の時間を確保し、体力の基礎体力の向上を図る

重点課題

「長座体前屈」「ボール投げ」を除くすべての種目

令和4年度の
重点目標値

○県平均かつ全国平均以上の項目を62.5%以上にする。
○AB率が70%以上かつED率10%以下とする