

平成26年度の重点課題

○男子
 ・全学年とも「握力」、「50m走」、「ボール投げ」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第1学年は「上体起こし」、「反復横とび」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第2学年は「持久走」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第3学年は「長座体前屈」が県平均かつ全国平均値より低い。

○女子
 ・全学年とも「握力」、「50m走」、「ボール投げ」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第1学年は「上体起こし」、「長座体前屈」、「反復横とび」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第2学年は「持久走」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第3学年は「長座体前屈」、「持久走」が県平均かつ全国平均値より低い。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

- ①体育科での取組(体育主任を中心に)
 ・体づくり運動の授業を重視し、目標を定め一人一人が意欲をもって取り組めるよう工夫した。
 (ワークシート等を活用。)
 ・授業導入時にストレッチをする時間を多くとり、補強運動(腕立て伏せ、腹筋、馬跳び、パービージャンプなど)を取り入れ、基礎体力、筋力の向上に取り組んだ。
 ・「持久力」を高めるために、校内駅伝大会を行った。
 ・グラウンドに50mのレーンを作成し、いつでも「50m走」のタイムを計測できるようにした。
- ②学校全体での取組
 ・グラウンドや体育館の利用についてのルールやマナーを守らせ、楽しく運動することで運動に親しみ体力向上につなげた。
 ・肩もみプロジェクトを実施し、家庭での肩もみを推進し、握力の向上を図った。

新体力テストの結果(県平均値(平成26年度)・全国平均値(平成25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	20.94	25.40	40.91	48.05		420.87	8.99	183.92	16.94	32.51	第1学年	20.23	20.93	44.81	43.61		294.79	9.36	176.86	10.91	43.07
第2学年	26.82	28.90	44.58	52.87		398.44	8.34	200.85	19.31	40.05	第2学年	21.86	23.68	44.49	45.57		290.62	9.32	176.24	12.24	46.40
第3学年	34.28	32.36	47.00	56.23		348.65	7.73	219.97	23.46	50.52	第3学年	24.20	24.78	48.24	48.02		312.92	9.26	177.82	12.61	49.41

県平均値かつ全国平均値未満

新体力テストの結果(県平均値(平成27年度)・全国平均値(平成26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	20.94	25.40	40.91	48.05		420.87	8.99	183.92	16.94	32.51	第1学年	20.23	20.93	44.81	43.61		294.79	9.36	176.86	10.91	43.07
第2学年	26.82	28.90	44.58	52.87		398.44	8.34	200.85	19.31	40.05	第2学年	21.86	23.68	44.49	45.57		290.62	9.32	176.24	12.24	46.40
第3学年	34.28	32.36	47.00	56.23		348.65	7.73	219.97	23.46	50.52	第3学年	24.20	24.78	48.24	48.02		312.92	9.26	177.82	12.61	49.41

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子
 ・全学年とも「握力」、「50m走」、「ボール投げ」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第1学年は、「反復横とび」、第2学年は「反復横とび」、「持久走」、第3学年は「長座体前屈」が県平均かつ全国平均値より低い。

○女子
 ・全学年とも「握力」、「上体起こし」、「反復横とび」、「50m走」、「ボール投げ」が県平均かつ全国平均値より低い。
 ・第2学年は「長座体前屈」、第3学年は「長座体前屈」、「持久走」が県平均かつ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

- ①体育科での取組(体育主任を中心に)
 ・体幹トレーニング、ダッシュ、スキップ走などを取り入れ、瞬発力やスピードに関する体力要素を高める。
 ・体育科の授業において、「球技」の単元の中で、ボールを投げる補強運動を取り入れる。
- ②学校全体での取り組み
 ・新体力テストの結果を全教職員に周知し、成果と課題を把握する。また、部活動において、部ごとの結果を配布し、各部活動で体力課題に取り組む。
 ・新体力テストの結果を保護者に知らせ、運動習慣の意義を啓発していく。

平成28年度の目標値

- 「握力」の記録をを全学年県平均値以上にする。
- 「50m走」の記録を全学年県平均値以上にする。
- 体力合計点を全学年健平均値以上にする。