

平成25年度の重点課題

○男子「20mシャトルラン」が全学年において県平均かつ全国平均値より低い。「握力」「ハンドボール投げ」が県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。

○女子「握力」は全学年において県平均かつ全国平均より低い。「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「ハンドボール投げ」「50m走」が県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。

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」・・・体育授業の導入で毎時間のランニングを行った。また、校外外の駅伝大会に向け、部活動参加のランニングを行った。

○「握力」・・・体育授業の導入でゲーパ一運動や鉄棒を行った。

○「ハンドボール投げ」・・・球技の領域の授業で毎時間キャッチボールを行った。

○「反復横とび」・・・体育授業の導入でハーキーステップを行った。

○「上体起こし」・・・体育授業の導入で毎時間上体起こしを行った。

新体力テストの結果(県平均値(平成25年度)・全国平均値(平成24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	23.40	22.76	39.60	48.46	65.37		8.57	184.23	19.87	34.19	第1学年	20.02	18.90	42.63	42.23	53.80		9.24	165.48	12.49	42.95
第2学年	27.96	28.87	44.30	50.30	77.87		8.04	202.30	20.08	42.73	第2学年	22.45	25.74	50.25	46.38	61.00		8.60	178.88	13.28	54.70
第3学年	36.42	30.52	45.12	57.16	88.13		7.29	221.41	24.48	54.16	第3学年	23.81	25.94	47.54	46.43	54.98		8.78	175.72	13.94	53.13

■ 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	23.40	22.76	39.60	48.46	65.37		8.57	184.23	19.87	34.19	第1学年	20.02	18.90	42.63	42.23	53.80		9.24	165.48	12.49	42.95
第2学年	27.96	28.87	44.30	50.30	77.87		8.04	202.30	20.08	42.73	第2学年	22.45	25.74	50.25	46.38	61.00		8.60	178.88	13.28	54.70
第3学年	36.42	30.52	45.12	57.16	88.13		7.29	221.41	24.48	54.16	第3学年	23.81	25.94	47.54	46.43	54.98		8.78	175.72	13.94	53.13

■ 県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男女共通・・・運動習慣に関するアンケートでは、普段全く運動をしない生徒は全体の7%であった。また、1日の運動実施時間が30分未満の生徒は1年生8.5%、2年生12.3%、3年生17.8%という実態であり、学年があがるにつれ運動習慣が少なくなるため、短時間でも運動に親しむ態度を養う必要がある。

○男子・・・「20mシャトルラン」は全学年において県平均値かつ全国平均値を下回っている。「握力」「反復横とび」「50m走」「上体起こし」「長座体前屈」では、2つの学年において県平均値かつ全国平均値を下回っている。

○女子・・・「握力」「反復横とび」は全学年で県平均値かつ全国平均値を下回っている。また、「50m走」「ハンドボール投げ」では2つの学年で県平均値かつ全国平均値を下回っている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○「20mシャトルラン」・・・体育の授業で距離・時間の設定を工夫し、毎時間ランニングを行う。また、意欲的に走ることができるよう、駅伝大会に向け冬季に運動部中心に放課後の走り込みを実施する。

○「反復横とび」・・・体育授業の導入でハーキーステップを行う。

○「握力」・・・体育授業の導入でゲーパ一運動を行う。

○「50m走」・・・体育授業の導入部分や、「陸上競技」の領域で、シャトルダッシュや変形ダッシュなどを取り入れる。

平成27年度の目標値

- 「20mシャトルラン」を男子は5回以上記録を伸ばす。
- 「反復横とび」では、男女とも3回記録を伸ばす。
- 「握力」は、男女とも3キロ記録を伸ばす。
- 「50m走」は、男女とも0.2秒記録を縮める。