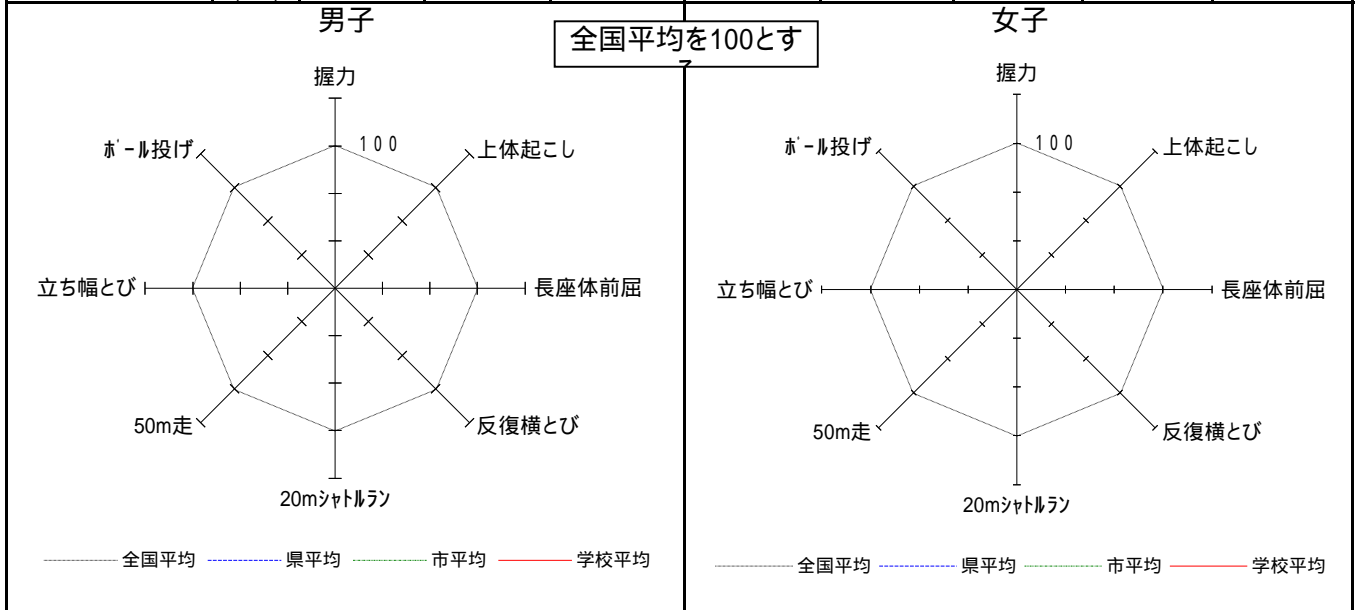


2007年度(平成19年度)体力・運動能力向上のための指導方法等の改善計画

校番 19 福山市立 広瀬 中学校

新体力テスト結果

種 目	男子(2年生)				女子(2年生)			
	全国平均	県平均	市平均	学校平均	全国平均	県平均	市平均	学校平均
握 力 (kg)								
上 体 起 こ し (回)								
長 座 体 前 屈 (cm)								
反 復 横 と び (点)								
20m シャトルラン (回)								
50m 走 (秒)								
立 ち 幅 と び (cm)								
ボ ー ル 投 げ (m)								



体力運動能力の内容	体力・運動能力の傾向及び課題	課題を解決するための今後の取り組みの重点や配慮事項
体の柔らかさ(柔軟性)	男子は全国平均を下回り、女子は平均並みである。	男女とも筋力に課題があるため、体育の授業や部活動の準備運動・補強運動に筋力に関する運動(腕立て伏せ・腹筋・背筋等)を取り入れていく。また、男子の柔軟性にも課題があるのでストレッチ体操を充分行う。
巧みな動き(巧み性)	立ち幅跳びは男女とも全国・県・市平均並みである。ボール投げは女子は全国平均を大きく上回り、男子は県・市平均並みである。	
素早い動き(敏しょう性)	男女とも全国・県・市平均を上回っている。	
力強い動き(筋力)	握力は男子が全国平均を下回り、女子が平均並みである。上体起こしは男子が全国平均を大きく上回り、女子が大きく下回っている。	取り組みを評価するための指標
動きを持続する能力(持久力)	男女とも全国・県・市平均より大幅に上回っている。	各学期に1回新体力テストを実施し、体力の向上を確認していく。