

平成30年度の重点課題

男子女子共通：  
「ボール投げ」の記録で県平均値かつ全国平均値未満の学年がある。

男子：  
「持久走」の記録で県平均値かつ全国平均値未満の学年がある。

女子：  
「立ち幅とび」の記録で県平均値かつ全国平均値未満の学年がある。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

男女共通：  
「ボール投げ」については、継続的に体育の授業で投げ方の指導を行った。

男子：  
「持久走」については、継続的に体育の授業でランニングを行う。部活動で冬場は走るトレーニングを行った。

女子：  
「立ち幅跳び」については、授業の補強運動で下半身強化を行った。

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	29.21	26.40	45.55	53.82	72.27		8.55	191.51	18.46	40.09	第1学年	24.74	20.65	47.67	48.89	49.62		8.80	152.22	11.85	47.44
第2学年	33.10	28.88	46.90	57.25	88.73		7.79	205.36	21.25	47.30	第2学年	26.49	24.12	49.88	47.78	60.24		8.62	160.20	12.36	51.80
第3学年	40.92	32.88	51.69	61.15	96.69		7.50	225.08	22.92	56.44	第3学年	28.04	26.63	59.71	52.10	58.81		8.46	167.13	14.21	58.31

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	29.21	26.40	45.55	53.82	72.27	0.00	8.55	191.51	18.46	40.09	第1学年	24.74	20.65	47.67	48.89	49.62		8.80	152.22	11.85	47.44
第2学年	33.10	28.88	46.90	57.25	88.73	0.00	7.79	205.36	21.25	47.30	第2学年	26.49	24.12	49.88	47.78	60.24		8.62	160.20	12.36	51.80
第3学年	40.92	32.88	51.69	61.15	96.69	0.00	7.50	225.08	22.92	56.44	第3学年	28.04	26.63	59.71	52.10	58.81		8.46	167.13	14.21	58.31

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

男女共通して、「ボール投げ」については昨年に引き続き課題が見られた。

また、男子は「50m走」で、女子は「立ち幅跳び」での課題が重点課題であると見受けられる。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

男女共通：「ボール投げ」については、継続して体育の授業での投げ方の指導を行う。また、球技の授業で投げる時間を多くとる。

男子：「50m走」では短距離走の授業で走り方について考え、自己のタイムを上げるように努める。

女子：「立ち幅跳び」では、体づくり運動や走り幅跳びの授業を使い、腕の振りりと跳ぶタイミングの連動を理解し体得できるようにする。

平成32年度の目標値

男子：ボール投げの記録を50cm向上させる。

女子：ボール投げの記録を県平均かつ全国平均値以上の学年を1つ増やす。