

平成29年度の重点課題

○男女共通

男女共に「20mシャトルラン」「50m走」が2学年以上県平均値・全国平均値より低い。

○男子

「ボール投げ」が3学年県平均値・全国平均値より低い。

○女子

「反復横跳び」が3学年県平均値・全国平均値より低い。

「長座体前屈」「50m走」が2学年県平均値・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

- 「20mシャトルラン」「50m走」→準備運動および部活動でランニング量を増やした。
部活動の朝練習で10分間走を取り入れた。
体づくり運動の重点課題として、家庭で取り組ませた。
- 「ボール投げ」→「球技」領域の授業で、毎時間キャッチボールを実施(全学年で実施)し、投技能を指導した。
- 「反復横跳び」→授業の準備運動の中で、補強運動として実施し、定期的にテストを行った。
- 「長座体前屈」→授業の準備運動の中で、補強運動として柔軟体操を行った。
体づくり運動の重点課題として、家庭で取り組ませた。

平成30年度新体力テストの結果(県平均値(平成29年度)・全国平均値(平成28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	25.23	26.78	44.48	52.60	74.53		8.46	187.36	17.72	38.01	第1学年	22.86	21.89	45.46	47.61	56.46		8.84	170.45	12.96	49.08
第2学年	28.21	26.78	45.29	50.84	77.77		8.13	219.39	19.67	43.07	第2学年	21.38	22.19	46.48	44.29	57.52		8.90	193.19	13.04	51.15
第3学年	34.26	28.36	48.95	54.89	81.03		7.59	214.27	23.09	45.53	第3学年	23.83	23.00	49.86	47.54	55.18		8.95	172.79	14.56	50.61

県平均値かつ全国平均値未満

平成30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	25.23	26.78	44.48	52.60	74.53		8.46	187.36	17.72	38.01	第1学年	22.86	21.89	45.46	47.61	56.46		8.84	170.45	12.96	49.08
第2学年	28.21	26.78	45.29	50.84	77.77		8.13	219.39	19.67	43.07	第2学年	21.38	22.19	46.48	44.29	57.52		8.90	193.19	13.04	51.15
第3学年	34.26	28.36	48.95	54.89	81.03		7.59	214.27	23.09	45.53	第3学年	23.83	23.00	49.86	47.54	55.18		8.95	172.79	14.56	50.61

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男女共通

「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」が2学年以上県平均値・全国平均値より低い。

○男子

「ボール投げ」が3学年県平均値・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

- 「握力」→授業の体力向上5分間プログラムで、グーパー運動や指立て伏せを実施する。
体づくり運動の重点課題として、家庭で取り組ませる。
- 「上体起こし」「反復横跳び」→授業の体力向上5分間プログラムで実施する。
定期的にテストを行い確認する。
体づくり運動の重点課題として、家庭で取り組ませる。
- 「20mシャトルラン」「50m走」→準備運動および部活動でランニング量を増やす。
部活動の朝練習で10分間走を取り入れる。
体づくり運動の重点課題として、家庭で取り組ませる。
- 「ボール投げ」→「球技」領域の授業で、毎時間キャッチボールを実施(全学年で実施)し、投技能を習得させる。

平成31年度の目標値

- 「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」を県平均値かつ全国平均値以上にする。
- 男子の「ボール投げ」の記録を1m伸ばす。
- 県平均以上の種目率を60%以上にする。