

2021年度(令和3年度) 新体力テストの結果

生徒質問紙(第2学年)

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子	60	30	6	3
女子	37	35	17	12

保健体育の授業は楽しいですか

	楽しい	やや楽しい	やや楽しくない	楽しくない
男子	38	41	17	3
女子	15	52	27	6

運動やスポーツをどのくらいしていますか(体育の授業をのぞく)

	週に3日以上	週に1~2日くらい	月に1~3日くらい	しない
男子	65	18	14	3
女子	45	23	19	13

体力・運動能力(第2学年)

	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		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	
男子	28.02	23.59	41.05	49.22	73.98		7.99	198.73	20.43	38.68		女子	23.96	22.50	47.02	44.42	48.88		9.41	164.37	14.31	47.29

県平均値(R3)かつ全国平均値(R2)未滿

重点課題および要因

情意面

・運動やスポーツをすることが好きな生徒に対し、保健体育の授業を楽しい、やや楽しいと答えている生徒の割合が少ない。楽しいと感じる生徒を増やす必要がある。

体力面

・全体的に県、全国平均値未滿の数値である。特に上体起こし、長座体前屈と20mシャトルランの数値を向上させる必要がある。

重点課題等に対応した改善する取組内容及び方法

保健体育の授業で行う取組内容

- ・ほとんどの項目が県平均値かつ全国平均値未滿なので、まずは保健体育の授業を楽しいと感じる生徒を増やすために、実技ではタブレット端末等による動画撮影等を行い、それを見直すことで動作分析を行う。自分の動きを客観的に理解するためにスモールステップの基準を設定し、「できた」と感じさせることで自己肯定感を高める活動を増やす。
- ・特に筋持久力、柔軟性、持久力を向上するために、授業前の補強運動と柔軟運動の充実と追い越し走を行う。
- ・体育理論で「する」「見る」「支える」「知る」の良さについて毎年取り扱う。

保健体育の授業以外で行う取組内容

- ・月に一回、ほかの部活動を体験し様々なスポーツに触れあう。(生徒会、部長会との連携)
- ・学期に1週間、朝の読書の時間に松中体操を行う時間を設け、柔軟性を高めるとともに、自律神経のバランスを整える効果を高める。(生徒会と連携)

2022年度(R4年度)の重点目標値

- 新体力テストの総合評価のAB率を50%以上、ED率を25%以下にする。(AB-DE率20%以上)
- 「握力」を県平均値かつ全国平均以上にするため、男子は3kg、女子は2kg記録を伸ばす。
- 「20mシャトルラン」を県平均値かつ全国平均値以上にするため、男女とも現状よりプラス10回記録を伸ばす。
- 「長座体前屈」を県平均値かつ全国平均以上にするため、男子は4cm、女子は1cm記録を伸ばす。