

平成28年度の重点課題

○敏しょう性の向上  
「反復横跳び」の数値が、全学年、県平均かつ全国平均値未満である。

○全身持久力の向上  
「20mシャトルラン」の数値が、全学年男子、2・3学年女子、県平均かつ全国平均値未満である。

上記の課題を受けて具体的に  
取り組んだ事項

○体育の授業における補強運動にサイドステップ、下肢の筋力、体幹トレーニングを取り入れた。

○新体カテスト実施前に動作の確認や練習を行った。

○部活動で10分間走のトレーニングを取り入れた。

○体育の授業で全学年、長距離走の単元で、ペース走や呼吸法など具体的な技法を指導した。

○体育の授業で計画的に段階をおって、長距離を走ることの苦手意識を持たせないよ

平成29年度新体カテストの結果(県平均値(平成28年度)・全国平均値(平成27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 | 25.18 | 25.05 | 47.14 | 52.42 | 74.76     |     | 8.25 | 191.80 | 19.23 | 39.18 | 第1学年 | 21.30 | 23.91 | 48.86 | 46.75 | 50.34     |     | 9.17 | 153.02 | 11.18 | 45.73 |
| 第2学年 | 30.40 | 29.48 | 50.43 | 57.00 | 83.65     |     | 7.57 | 210.23 | 20.89 | 47.62 | 第2学年 | 26.00 | 25.74 | 60.95 | 51.61 | 56.82     |     | 8.77 | 182.53 | 14.68 | 58.36 |
| 第3学年 | 38.06 | 30.77 | 62.55 | 58.32 | 83.19     |     | 7.31 | 218.92 | 24.00 | 55.04 | 第3学年 | 27.51 | 22.89 | 57.93 | 51.68 | 55.02     |     | 8.67 | 182.23 | 14.61 | 57.68 |

県平均値かつ全国平均値未満

平成29年度新体カテストの結果(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 | 25.18 | 25.05 | 47.14 | 52.42 | 74.76     |     | 8.25 | 191.80 | 19.23 | 39.18 | 第1学年 | 21.30 | 23.91 | 48.86 | 46.75 | 50.34     |     | 9.17 | 153.02 | 11.18 | 45.73 |
| 第2学年 | 30.40 | 29.48 | 50.43 | 57.00 | 83.65     |     | 7.57 | 210.23 | 20.89 | 47.62 | 第2学年 | 26.00 | 25.74 | 60.95 | 51.61 | 56.82     |     | 8.77 | 182.53 | 14.68 | 58.36 |
| 第3学年 | 38.06 | 30.77 | 62.55 | 58.32 | 83.19     |     | 7.31 | 218.92 | 24.00 | 55.04 | 第3学年 | 27.51 | 22.89 | 57.93 | 51.68 | 55.02     |     | 8.67 | 182.23 | 14.61 | 57.68 |

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 男子  
「20mシャトルラン」、「ボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 女子  
「握力」、「上体起こし」、「20mシャトルラン」、「50m走」、「立ち幅とび」、「ボール投げ」で県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。
- 男女共通  
「20mシャトルラン」の3学年平均が2学年平均よりも低い数値である。

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」→①部活動時の10分間走のトレーニングを引き続き、計画的に行う。  
②体育の長距離走の単元で、ペース配分や持久走の達成状況など、個の評価を取り入れ、苦手意識を持たせないようにする。
- 「ボール投げ」→体育の球技の補強運動に投動作を毎回取り入れる。

平成30年度の目標値 「20mシャトルラン」の平成29年度の本校の平均値を上回る。