

平成28年度の重点課題

- 男子  
1年生は「20mシャトルラン」以外の種目は県平均かつ全国平均を下回っている。  
2年生は「反復横跳び」「50m走」「ボール投げ」以外の種目は県平均か全国平均を上回っている。  
3年生は「長座体前屈」「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」以外の種目は県平均かつ全国平均を下回っている。
- 女子  
1年生は「20mシャトルラン」「ボール投げ」以外の種目は、県平均や全国平均を下回っている。  
2年生は「上体起こし」「ボール投げ」以外の種目は、県平均や全国平均を下回っている。  
3年生は「ボール投げ」以外の種目は県平均かつ

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 体育の授業の中や、部活動の中で持久走を行った。また、冬季においては1500m走を計り、ランキングを知らせるなどをして競争意識を持たせる。
- 特に「長座体前屈」→体育の授業、部活動でストレッチの時間を確保した。
- 「ボール投げ」→球技の時間において、キャッチボールやトレーニングを毎時間行った。

平成29年度新体力テストの結果(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	反復横跳び	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
第1学年	21.31	24.85	40.29	50.20	65.75		8.71	169.00	17.03	32.95	第1学年	19.93	23.54	40.09	44.95	57.36		9.24	158.00	12.70	44.61
第2学年	28.67	27.07	40.10	52.25	85.99		7.88	185.26	18.61	40.30	第2学年	23.32	23.83	43.03	45.19	62.86		8.87	156.95	14.45	49.40
第3学年	34.69	32.83	48.65	54.33	91.85		7.52	210.88	22.90	51.00	第3学年	23.79	25.33	42.36	44.14	53.89		9.24	156.96	14.35	47.43

県平均値かつ全国平均値未滿

平成29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	反復横跳び	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
第1学年	21.31	24.85	40.29	50.20	65.75		8.71	169.00	17.03	32.95	第1学年	19.93	23.54	40.09	44.95	57.36		9.24	158.00	12.70	44.61
第2学年	28.67	27.07	40.10	52.25	85.99		7.88	185.26	18.61	40.30	第2学年	23.32	23.83	43.03	45.19	62.86		8.87	156.95	14.45	49.40
第3学年	34.69	32.83	48.65	54.33	91.85		7.52	210.88	22.90	51.00	第3学年	23.79	25.33	42.36	44.14	53.89		9.24	156.96	14.35	47.43

県平均値かつ全国平均値未滿

重点課題

- 男子  
1年生は「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」以外の種目は、県平均かつ全国平均を下回っている。  
2年生は全種目で県平均か全国平均を下回っている。  
3年生は「上体起こし」「長座体前屈」以外の種目は県平均かつ全国平均を下回っている。
- 女子  
1年生は「上体起こし」「20mシャトルラン」「ボール投げ」以外の種目は、県平均や全国平均を下回っている。  
2年生は「20mシャトルラン」「ボール投げ」以外の種目は県平均や

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」 → 体育の授業や部活等で、持久走を行う。(全学年男女)
- 「立ち幅跳び」 → 体育の授業の導入部分で、筋パワーアップのために垂直跳び、ケンケン跳びなどの運動をすばやく連続してできるようにする。(全学年女子)
- 「反復横跳び」 → 体育の授業の導入部分で、瞬発力を高めるために変形スタートダッシュなどを行う。(全学年男女)
- 「50m走」 → 体育の授業や部活等で、短距離ダッシュ等を取り入れ、瞬発力や筋力を高めていく。(全学年男女)
- 「握力」 → 体育の授業の中で、筋力アップのために鉄棒のぶら下がりや指立てキープ、拳の開閉の繰返しなどを行う。(全学年男女)

平成30年度の目標値

- 48種目中25種目以上、県平均値かつ全国平均値を上回る。
- 「握力」「反復横跳び」「立ち幅跳び」においては、全学年県平均値かつ全国平均値を上回る。