

平成28年度の重点課題

○「男女共通」
 ・全ての学年で、立ち幅跳びの記録は、県・全国平均との差が大きい。
 ・50m走の記録にもう少し重点を置いて取り組む。

○「男子」
 ・小中一貫教育の中でシャトルランに重点を置いているにも関わらず、県・全国平均を上回ることができなかった。

○「女子」
 ・27年度24項目中14項目上回ったにも関わらず、28年度は8項目に減少した。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

○「立ち幅跳び」
 体づくり運動の中で、巧みな動きやジャンプ系のトレーニングを取り入れる。

○「50m走」
 継続して毎学期の休み明けテストに50m走を取り入れ、自己の記録に挑戦させる。

○「シャトルラン」
 毎学期の休み明けテストで、自己の記録に挑戦させる。

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	24.12	25.09	35.19	48.63	67.49		8.77	167.71	16.88	32.59	第1学年	21.68	22.98	41.17	46.89	51.74		9.32	159.39	12.21	44.22
第2学年	29.59	28.37	39.56	51.50	81.25		7.86	193.11	19.34	41.50	第2学年	23.73	24.94	42.77	48.68	58.66		9.17	159.92	13.77	48.76
第3学年	31.86	33.09	46.93	56.02	90.29		7.79	204.71	19.60	48.75	第3学年	24.65	25.18	44.54	51.87	58.00		8.86	164.33	14.70	52.00

県平均値かつ全国平均値未満

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	24.12	25.09	35.19	48.63	67.49		8.77	167.71	16.88	32.59	第1学年	21.68	22.98	41.17	46.89	51.74		9.32	159.39	12.21	44.22
第2学年	29.59	28.37	39.56	51.50	81.25		7.86	193.11	19.34	41.50	第2学年	23.73	24.94	42.77	48.68	58.66		9.17	159.92	13.77	48.76
第3学年	31.86	33.09	46.93	56.02	90.29		7.79	204.71	19.60	48.75	第3学年	24.65	25.18	44.54	51.87	58.00		8.86	164.33	14.70	52.00

県平均値・全国平均値確定後比較します。

重点課題

○「男女共通」
 ・すべての学年で、立ち幅跳び記録は県・全国平均との差が大きい。
 ・50m走により力を入れて取り組む。
 ・毎学期取り組んでいるシャトルランの数値が低い。

○「女子」
 ・柔軟性が全学年を通して弱い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

「立ち幅跳び」・・・ 昨年同様、体づくり運動の中で巧みな動きやジャンプ系のトレーニングを取り入れると共に、各単元の準備運動の中でもジャンプ系のトレーニングを取り入れる。

「50m」・・・ 継続して毎学期の休み明けテストに50m走を取り入れ、自己の記録に挑戦させる。

「シャトルラン」・・・ 毎学期の休み明けテストで、自己の記録に挑戦させるとともに、部活動において継続的に校外走を取り入れるように部活動と連携を図る。

「柔軟性」・・・ 授業中、準備運動や整理運動でストレッチを多く取り入れる。

平成30年度の目標値

○立ち幅跳び ... 平均値により近づける。
 ○シャトルラン ... 全学年男女とも、県平均値及び全国平均値を上回ることができる。
 ○50m走 ... 全学年男女とも、県平均値を上回ることができる。
 ○男子 ... 24項目中10項目 女子 ... 24項目中12項目 県平均及び全国平均値を上回ることができる。