

平成27年度の重点課題

○女子の「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」は県平均かつ全国平均を超えていない学年があった。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○「50m走」については、体づくり運動（準備運動を含む）の中に継続して「もも上げ」を取り入れた。
 ○「20mシャトルラン」については、毎時間のランニングの量を増やした。
 ○「反復横とび」については、体づくり運動（準備運動を含む）「ラダートレーニング」を取り入れた。
 ○「立ち幅跳び」については、体づくり運動（準備運動を含む）の中に「垂直跳び」や「スクワットジャンプ」などを取り入れた。

平成28年度新体力テストの結果（県平均値（平成27年度）・全国平均値（平成26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	25.69	30.06	44.19	53.72	77.84		7.78	186.22	16.16	40.94	第1学年	24.19	25.38	47.68	45.62	53.68		8.67	166.27	12.05	49.73
第2学年	30.71	32.93	53.45	57.10	80.00		7.57	205.10	19.86	48.86	第2学年	25.24	27.79	54.16	47.39	59.74		8.67	165.61	12.74	55.21
第3学年	36.15	36.68	53.70	62.21	88.57		7.17	225.00	21.91	56.59	第3学年	25.94	30.37	52.38	47.90	51.02		8.61	168.54	13.15	53.75

■ 県平均値かつ全国平均値未滿

平成28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	25.69	30.06	44.19	53.72	77.84		7.78	186.22	16.16	40.94	第1学年	24.19	25.38	47.68	45.62	53.68		8.67	166.27	12.05	49.73
第2学年	30.71	32.93	53.45	57.10	80.00		7.57	205.10	19.86	48.86	第2学年	25.24	27.79	54.16	47.39	59.74		8.67	165.61	12.74	55.21
第3学年	36.15	36.68	53.70	62.21	88.57		7.17	225.00	21.91	56.59	第3学年	25.94	30.37	52.38	47.90	51.02		8.61	168.54	13.15	53.75

■ 県平均値かつ全国平均値未滿

重点課題

○男子の「ボール投げ」は全学年において県平均かつ全国平均以下だった。また、2、3年生の「20mシャトルラン」においても県平均かつ全国平均以下であった。
 ○女子は「反復横とび」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ボール投げ」が学年によって、県平均かつ全国平均を下回る結果であった。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○「ボール投げ」については、球技の授業の中で、遠くにボールを投げる運動を取り入れた。毎時間キャッチボールをする。
 ○「20mシャトルラン」については、毎時間のランニングの量を増やす。また、持久走の時期には、各部活動でも走る練習を取り入れる。
 ○「反復横とび」については、補強運動の中に「サイドステップ」を取り入れる。
 ○「立ち幅跳び」については、体づくり運動（準備運動を含む）の中に「垂直跳び」や「スクワットジャンプ」などを継続して取り入れる。

平成29年度の目標値

○「ハンドボール投げ」を県平均かつ全国平均値以上にするため、男子は2m、女子は1m記録を伸ばす。
 ○「20mシャトルラン」を県平均かつ全国平均値以上にする。
 ○女子の「反復横とび」を県平均かつ全国平均値以上にする。
 ○女子の「立ち幅跳び」を県平均以上にする。