

平成30年度の重点課題

○女子の「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」は県平均かつ全国平均は越えていたが、昨年の記録を下回っている学年があった。

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。

平成31年度新体力テストの結果（県平均値（平成30年度）・全国平均値（平成29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	28.47	27.12	44.65	55.85	75.65		8.32	186.97	19.74	40.65	第1学年	24.98	27.10	47.00	50.93	61.68		8.56	173.59	14.15	54.83
第2学年	32.35	34.62	50.05	60.19	91.62		7.77	205.49	23.14	50.59	第2学年	27.84	32.13	55.18	54.29	67.98		8.22	186.40	14.27	61.73
第3学年	37.85	37.24	53.61	62.93	99.56		7.20	223.41	25.29	58.24	第3学年	29.28	32.36	58.48	54.04	64.68		8.28	180.52	17.36	64.00

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果（県平均値（平成31年度）・全国平均値（平成30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	28.47	27.12	44.65	55.85	75.65		8.32	186.97	19.74	40.65	第1学年	24.98	27.10	47.00	50.93	61.68		8.56	173.59	14.15	54.83
第2学年	32.35	34.62	50.05	60.19	91.62		7.77	205.49	23.14	50.59	第2学年	27.84	32.13	55.18	54.29	67.98		8.22	186.40	14.27	61.73
第3学年	37.85	37.24	53.61	62.93	99.56		7.20	223.41	25.29	58.24	第3学年	29.28	32.36	58.48	54.04	64.68		8.28	180.52	17.36	64.00

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

〔課題〕
○女子のハンドボール投げの記録が、全国・県平均を上回っているが昨年の記録を下回っている学年があった。
○男子のシャトルランの記録が昨年の記録を下回っている学年があった。

〔成果〕
○昨年に続き、全種目で全国・県平均を上回る結果だった。

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
り、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。

平成32年度の目標値

○ハンドボール投げの記録を＋2m上げる。
○20mシャトルランの記録を今年度より上げる。