

平成26年度の重点課題

○男女共通 運動習慣に関するアンケートでは、普段全く運動をしない生徒は全体の7%であった。また、1日の運動実施時間が30分未満の生徒は1年生8.5%、2年生12.3%、3年生17.8%という実態であり、学年が上がるにつれ運動習慣が少なくなるため、短時間でも運動に親しむ態度を養う必要がある。

○男子 「20mシャトルラン」は全学年において県平均かつ全国平均値を下回っている。「握力」「反復横とび」「50m走」「上体起こし」「長座体前屈」では、2つの学年において県平均かつ全国平均値を下回っている。

○女子 「握力」「反復横とび」は全学年で県平均値かつ全国平均値を下回っている。また、「50m走」「ハンドボール投げ」では2つの学年で県平均値かつ全国平均値を下回っている。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

○体育の授業で距離・時間の設定を工夫し、毎時間ランニングを行った。

○体育の授業の導入の部分でハーキーステップを行った。

新体力テストの結果(県平均値(平成26年度)・全国平均値(平成25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	22.53	23.70	38.23	50.59	64.82		8.57	182.07	18.32	33.79	第1学年	21.23	20.35	42.16	46.12	45.57		9.09	173.04	12.44	44.63
第2学年	28.95	25.12	42.22	54.00	73.11		7.84	202.53	20.73	42.10	第2学年	22.71	20.58	46.63	45.29	51.00		8.99	168.66	12.24	46.65
第3学年	32.76	31.00	46.19	57.58	90.73		7.28	219.75	22.76	51.30	第3学年	23.88	26.73	50.56	50.36	58.78		8.31	184.40	14.86	57.24

県平均値かつ全国平均値未満

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	22.53	23.70	38.23	50.59	64.82		8.57	182.07	18.32	33.79	第1学年	21.23	20.35	42.16	46.12	45.57		9.09	173.04	12.44	44.63
第2学年	28.95	25.12	42.22	54.00	73.11		7.84	202.53	20.73	42.10	第2学年	22.71	20.58	46.63	45.29	51.00		8.99	168.66	12.24	46.65
第3学年	32.76	31.00	46.19	57.58	90.73		7.28	219.75	22.76	51.30	第3学年	23.88	26.73	50.56	50.36	58.78		8.31	184.40	14.86	57.24

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子 全ての学年において「長座体前屈」「20mシャトルラン」で県平均値かつ全国平均値を下回っている。

○女子 1、2年生の「20mシャトルラン」「上体起こし」において県平均値かつ全国平均値を下回っている。

○男女共通 「握力」において県平均値かつ全国平均値を下回っている。

○新体力テストアンケートの「体力が必要だと思いますか」という項目において全国平均を下回っている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○「長座体前屈」 体育の授業の導入でペアでのストレッチ運動を行う。

○「上体起こし」 体育の授業の導入で学年に応じて回数を変えて上体起こしを行う。

○「握力」 体育の授業の導入でグーパー運動を行う。

○「20mシャトルラン」 体育の授業で距離・時間などを設定しランニングを取り入れる。また、駅伝大会に向け、部活動一斉ランニングやトレーニングを行う。

○目標値を設定し、常に意識をさせるために掲示する。

○生徒の競争意識を高めるために実施方法を変更する。

平成28年度の目標値

○握力において男女とも2キロ記録を伸ばす。
○20mシャトルランにおいて県平均以上にする。