

平成29年度の重点課題

男子  
「長座体前屈」・「立ち幅跳び」・「50m走」において、県平均かつ全国平均を下回る学年がある。

女子  
「長座体前屈」・「立ち幅跳び」・「50m走」において、県平均かつ全国平均を下回っている。

男女共通  
全学年で「長座体前屈」において県平均かつ全国平均よりも低い。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 立ち幅跳び(筋パワー)・50メートル(スピード)瞬発力向上のため、体育の授業での腕柔軟体操・立て伏せ・腹筋・背筋・ジャンプとダッシュなどを取り入れた。
- 放課後のタイムトライアルの実施回数を前年より多く行う。
- 男子;2000m, 女子;1500mを実施する。
- 記録を校内掲示場所に掲示する。
- 柔軟性を高めるため、体育授業において柔軟体操を必ず行う。

平成30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)

学校平均値

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	25.31	27.03	36.44	50.06	69.47		8.61	180.19	21.73	37.62	第1学年	23.73	25.58	42.70	48.55	57.06		9.02	161.79	14.84	50.09
第2学年	29.88	28.60	42.93	52.53	82.31		8.06	194.77	22.05	43.05	第2学年	25.63	26.15	46.41	48.59	57.78		8.60	174.38	15.63	55.03
第3学年	37.09	31.63	46.16	58.90	97.80		7.47	221.00	24.07	54.08	第3学年	27.89	26.68	51.03	49.73	62.44		8.44	176.95	17.11	59.07

県平均値かつ全国平均値未満

平成30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))

県平均値(平成30年度調査結果)

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	24.38	25.68	41.84	51.51	72.24	420.23	8.42	183.93	18.60	36.42	第1学年	22.10	22.95	45.73	47.75	53.63	298.84	8.94	169.20	12.71	47.92
第2学年	29.58	28.75	46.17	54.82	87.28	386.40	7.81	199.83	21.44	44.79	第2学年	24.18	25.23	48.27	49.09	60.19	286.00	8.67	173.42	13.84	52.76
第3学年	34.85	30.96	49.72	57.11	93.42	375.17	7.43	214.36	23.92	51.39	第3学年	25.60	25.92	50.45	49.53	58.70	293.50	8.64	175.78	14.56	54.70

全国平均値(平成29年度調査結果)

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	24.07	24.64	39.70	49.98	72.11	412.66	8.42	181.24	18.29	35.44	第1学年	21.71	21.29	42.87	45.95	53.12	292.07	8.93	166.19	12.16	45.97
第2学年	29.75	28.08	43.95	53.45	89.93	377.19	7.80	199.64	21.29	44.48	第2学年	24.22	23.96	46.25	47.73	61.52	278.62	8.66	172.06	13.35	51.84
第3学年	34.85	30.44	47.73	55.92	96.64	365.36	7.44	212.56	23.82	51.35	第3学年	25.59	25.03	48.15	48.56	61.19	281.52	8.58	173.78	14.43	54.31

重点課題

男子  
全学年で「長座体前屈」において県平均かつ全国平均よりも低い。  
「反復横跳び」・「20mシャトルラン」・「50m走」・「立ち幅跳び」において県平均かつ全国平均より下回っている学年がある。

女子  
「長座体前屈」・「20mシャトルラン」・「立ち幅跳び」において県平均かつ全国平均より下回っている学年がある。

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(筋パワー)・50メートル(スピード)瞬発力向上のため、体育の授業での腕柔軟体操・立て伏せ・腹筋・背筋・ジャンプとダッシュなどを取り入れる。
- 基礎体力向上のため毎授業3分間走や持久走の単元では30分間走など取り入れる。
- 記録を校内掲示場所に掲示する。
- 柔軟性を高めるため、体育授業において柔軟体操を必ず行う。また一人で行う柔軟だけでなく、ペアでの柔軟を行うことで可動域を広げることに取り組む。

平成31年度の目標値

- ・男女共通の課題である「長座体前屈」を県平均,全国平均値を上回る。
- ・男子→50m走,立ち幅跳びの瞬発系の種目を県平均,全国平均値を上回る。