

2023年度(令和5年度) 新体力テストの結果

生徒質問紙(第2学年)

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子	67	16	8	9
女子	47	33	13	7

保健体育の授業は楽しいですか

	楽しい	やや楽しい	やや楽しくない	楽しくない
男子	57	34	7	2
女子	60	33	5	2

運動やスポーツをどのくらいしていますか

	週に3日以上	週に1~2日 くらい	月に1~3日 くらい	しない
男子	72	13	4	12
女子	50	19	21	10

体力・運動能力(第2学年)

	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		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	
男子	31.63	26.51	47.52	52.96	73.64		7.87	206.52	22.98	45.30		女子	25.42	22.27	45.97	48.14	49.24		8.83	178.33	14.32	51.14

県平均値(R5)かつ全国平均値(R5)未満

重点課題および要因

情意面

・運動やスポーツをすることが嫌い、やや嫌いの割合が男子17%、女子が20%に対して保健体育の授業が楽しくない、やや楽しくないと回答した割合が男子9%、女子7%という結果から保健体育の授業については意欲的に取り組む生徒が多いと考えられる。

体力面

・男子では「20mシャトルラン」女子では「長座体前屈」「20mシャトルラン」が県平均以下であることから、学年全体として「持久力」が重点課題として挙げられる。

重点課題等に対応した改善する取組内容及び方法

保健体育の授業で行う取組内容

・「20mシャトルラン」→心肺機能、筋持久力の向上を目的としたインターバル走を持久走の授業で長距離ではなく、中距離の繰り返しを行っていく。「長座体前屈」→運動前に動的ストレッチ(ラジオ体操)を行うことは継続しつつ、筋疲労に応じて柔軟性・疲労回復を目的として運動後の静的ストレッチを取り入れていく。

保健体育の授業以外で行う取組内容

・校内球技大会に攻防相乱型種目(サッカー、バスケットボール等)を採用し、学級ごとでの練習時間を設け、運動強度の高まる種目を行う。
・校内電子掲示板を活用し、運動における効果やメリットを随時生徒の目に触れる機会を増やす。

2024年度(R6年度)の
重点目標値

- ・運動やスポーツをすることがやや嫌い、嫌いと答える生徒の割合を15%以下にする。
- ・「20mシャトルラン」を県平均値かつ全国平均値以上にする。
- ・「長座体前屈」県平均値以上にする。