

2021年度(令和3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ですか

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子	79	14	6	2
女子	58	26	11	4

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	71	27	0	2
女子	66	28	6	0

運動やスポーツをどのくらいしていますか  
(体育の授業をのぞく)

	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	68	16	10	6
女子	54	20	14	13

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	28.65	26.89	47.80	50.65	89.23		7.78	207.64	21.45	44.25		女子	24.30	23.28	55.39	46.93	63.44		8.51	174.98	13.60	53.81

県平均値(R3)かつ全国平均値(R2)未滿

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好きですか」という質問の否定的な割合が男子8%, 女子15%であり, 体を動かすことの楽しさを実感できていない生徒がいる。

体力面

・男子では, 筋力と筋持久力, 敏捷性に課題があり, 女子では, 筋持久力, 敏捷性, 巧緻性, 瞬発力に課題があることが分かる。

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

新体力テスト実施前には, 昨年の結果をもとに自分で運動計画を立て, 同じ課題を持った仲間とともにそれぞれが考えた運動を実施する授業を行う。その他の授業では, 男女ともに準備体操に筋力トレーニングを取り入れたり, 陸上競技では変形ダッシュ, 球技ではジグザグパスなどの敏捷性が高まる運動を各単元の導入に取り入れる。女子の授業においては, 上記の内容とは別に, 準備体操に肩のストレッチを行うこと, さまざまなキャッチボールを導入することを実践する。また, 体力の向上だけにこだわりのではなく, 運動・スポーツの本質や楽しさに気づける取り組みも行っていく。

保健体育の授業以外で行う取組内容

体育大会では, 「ハンドボール投げ競争」を継続して行い, 練習などを通して投動作がしっかりと身に付くことをねらいとする。また, 各部活動では, 競技に関わる練習だけでなく, トレーニングを積極的に取り入れ, 競技力向上にあわせ, 体力向上も図ることを目的とする。

2022年度(R4年度)の  
重点目標値

・「運動やスポーツをすることが好きですか」の否定的な割合を, 男子5%以下, 女子10%以下にする。  
・男女ともに全項目で県平均値かつ全国平均値を超える。