

# 2025年度(令和7年度) 子どもが主体となった体力向上計画

福山市立鷹取中学校

## 2025年度(令和7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	75.9	10.3	13.8	0.0
女子	40.5	32.4	16.2	10.8

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	72.4	20.7	6.9	0.0
女子	48.6	40.5	5.4	5.4

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	82.8	10.3	3.4	3.4
女子	64.9	18.9	13.5	2.7

### 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	28.14	27.28	46.90	56.14	89.13		7.58	203.46	20.56	47.04	女子	24.87	25.81	56.81	52.57	56.57		8.51	173.97	15.00	57.36

県平均値かつ全国平均値未満

### 重点課題および要因

#### 情意面

・「運動やスポーツをすることは好きですか」の質問では、「やや嫌い」「嫌い」と回答した男子が、13.8%、女子が27%という結果となり、肯定的回答をする生徒を今後増やしていく必要がある。

#### 体力面

・男子は「握力」の記録が、県平均かつ全国平均値を下回り、「ボール投げ」の記録は全国平均値を下回った。  
・女子は、全種目で県平均かつ全国平均値を上回ることができたが、「握力」の記録は昨年に引き続き、弱い傾向がみられる。

### 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

・できた達成感を味わえるように、スマールステップを意識した活動や練習等を増やしていく。  
・「握力」では、授業の補強運動の中に、グーパー体操や指タッチなどの類似した動きや活動を積極的に取り入れたり、鉄棒を利用した懸垂や腕立て伏せなどの筋力トレーニングを増やしたりしていく。

#### 保健体育の授業以外で行う取組内容

・長期休みの課題として、新体力テストの種目の中で、自分の苦手な種目の記録向上に向けて、各自でトレーニング法やメニュー考え、取り組ませる。

### 2026年度(R8年度)の 重点目標値

・男子は、「握力」「ボール投げ」の記録を、県平均かつ全国平均値を上回るようにする。  
・女子は来年度も全種目で、県平均かつ全国平均値を上回るようにする。