

令和4年度の重点課題

男女共通

○「長座体前屈」が県平均値かつ全国平均値より低い。

男子

○「20mシャトルラン」「立ち幅とび」が、県平均値かつ全国平均値より低い。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

・長座体前屈→導入部分で、柔軟性を高める運動を取り入れる。
 ・「20mシャトルラン」→5分間走など、持久力を高める運動を取り入れる。
 ・「立ち幅とび」→跳躍力や全身の協調性を高める補教運動を取り入れる。

・日々の運動習慣を身につけさせるため、長期休業中に毎日ストレッチやランニングなど個々の生徒に合ったメニューを実施できるよう指導を工夫する。

令和5年度新体カテストの結果 県平均値(令和4年度)・全国平均値(令和3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2学年	25.73	22.55	39.91	53.45	75.27		7.68	186.27	17.00	36.67	第2学年	24.43	22.85	45.79	52.25	55.00		8.75	171.46	14.31	51.10

県平均値かつ全国平均値未満

令和5年度新体カテストの結果 県平均値(令和5年度)・全国平均値(令和4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2学年	25.73	22.55	39.91	53.45	75.27		7.68	186.27	17.00	36.67	第2学年	24.43	22.85	45.79	52.25	55.00		8.75	171.46	14.31	51.10

県平均値かつ全国平均値未満

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

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	40.00	60.00	0.00	0.00	第2学年	61.54	38.46	0.00	0.00

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

・柔軟性を高めるために→導入部分で柔軟性を高める運動を取り入れる。その際、個人でのストレッチに加え、ペアストレッチ等の協力的な運動を取り入れ、楽しいながら効果を上げることができるようにする。(該当競技「長座体前屈」)
 ・持久力を高めるために→5分間走など、持久力を高める運動を継続して行う。(該当競技「20mシャトルラン」「上体起こし」)
 ・瞬発力を高めるために→陸上競技や球技の単元を中心に導入部分でジャンプトレーニングやラダーなどを行い、ダンスの授業でリズムトレーニングを行うなど、跳躍力や全身の協調性を高める補強運動を取り入れる。(該当競技「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」)

体育の授業以外で行う取組内容

・日々の運動習慣を身につけさせるため、長期休業中に毎日ストレッチやランニングなど個々の生徒に合ったメニューを実施できるよう指導を工夫する。
 ・部活動において、筋力を高めるトレーニングだけでなく、柔軟性や全身の協調性を高めるトレーニングを取り入れる。

重点課題

男女共通

○「長座体前屈」が県平均値かつ全国平均値より低い。

男子

○「反復横とび」「50m走」以外が、県平均値かつ全国平均値より低い。

令和6年度の重点目標値

○2年連続で本校生徒の課題である「長座体前屈」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」を、県・全国平均値以上にするため、重点的に指導していく。