

平成29年度の重点課題

○重点課題の分析
 「長座体前屈」の種目においては男女共に全国平均、県平均を下回っていた。
 1年生男女で「20mシャトルラン」の項目が男女共に全国平均値、県平均値を下回っていた。
 ⇒「長座体前屈」、「20mシャトルラン」の種目を本校の重点課題とし、今後改善に取り組む。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○体育授業での準備体操、トレーニング
 ・体育授業の導入部分でストレッチと筋カトレーニングを行う。
 （腕立て伏せ、腹筋、足の踏み替え、ジャンプ、ボックストレーニングなど）

○全校トレーニング
 ・1～3年生生体で縦割りのグループを作り、体育祭や校内長距離走大会などに向けて陸上トレーニングを行う。
 （スプリントドリル、筋カトレーニング、ロードワークなど）

○体づくりプログラム
 ・体育の「体づくり運動」の単元で新体カテストの結果分析を行い、今の自分に必要なトレーニングを選択・考案し、体カトレーニングを行う。

○長期休業中の課題（保健体育）
 ・筋カトレーニングのカレンダーや縄跳びの回数表を長期休業（夏期・冬期）の課題として取り組む。

平成30年度新体カテストの結果（県平均値（平成29年度）・全国平均値（平成28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1学年	23.87	26.43	45.83	50.78	74.30		8.37	180.09	18.45	37.18	第1学年	23.07	25.20	46.40	48.00	58.53		8.74	175.20	14.47	52.20
第2学年	31.76	30.47	43.94	55.82	88.35		7.66	208.06	21.65	47.00	第2学年	26.77	26.23	42.59	48.50	56.59		8.71	172.95	15.59	53.45
第3学年	36.53	30.94	51.59	58.12	89.88		7.26	220.35	24.41	53.50	第3学年	28.00	28.22	50.44	52.33	62.06		8.35	175.83	17.89	60.12

■ 県平均値かつ全国平均値未満

平成30年度新体カテストの結果（県平均値（平成30年度）・全国平均値（平成29年度）との比較）

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	23.87	26.43	45.83	50.78	74.30		8.37	180.09	18.45	37.18	第1学年	23.07	25.20	46.40	48.00	58.53		8.74	175.20	14.47	52.20
第2学年	31.76	30.47	43.94	55.82	88.35		7.66	208.06	21.65	47.00	第2学年	26.77	26.23	42.59	48.50	56.59		8.71	172.95	15.59	53.45
第3学年	36.53	30.94	51.59	58.12	89.88		7.26	220.35	24.41	53.50	第3学年	28.00	28.22	50.44	52.33	62.06		8.35	175.83	17.89	60.12

■ 県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

◎学校全体で特定の種目に課題が見られることはなかったが、学年や男女で異なる課題が見られた。

- 男子
 ・第1学年男子では「握力」「立ち幅とび」の2種目が全国平均値及び県平均値を下回っていた。
- 女子
 ・第2学年女子では「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」の3種目が全国平均値及び県平均値を下回っていた。

★全学年男女共通して「20mシャトルラン」が平成30年度の体力偏差値の全国平均及び県平均を下回っていたので、重点課題として今後改善に向けて取り組む。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○各種目で力の出し方や動きのポイントなどを提示したり、授業の導入で取り扱うなどして、パフォーマンスを発揮しやすい工夫をする。

○新体カテストの結果から、自己の体力に関心を持たせた上で、保健体育の授業や部活動などで体力向上の喜びを感じさせ、主体的に運動に取り組む姿勢を育む。

○新体カテストのA評価者を校内に掲示し、自己肯定感を持たせる。

○昨年から引き続き、縦割りグループでの全校トレーニングの中で筋カトレーニングやランニングを行ったり、体づくりプログラムなど本校独自の運動活動の取組を行ったりして、体力向上を図る。

○部活動の取組をプッシュアップし、練習内容に筋力・持久カトレーニングを計画的に取り入れる。

平成31年度の目標値

○第1学年では、体力合計点及び7種目以上において全国平均値・県平均値を上回る。
 ・「握力」、「立ち幅とび」、「20mシャトルラン」に関しては校内の体力偏差値を50ポイント以上にする。

○第2、3学年では、体力合計点及び全種目において全国平均値・県平均値を上回る。
 ・特に課題のある「20mシャトルラン」に関しては校内の体力偏差値を50ポイント以上にする。