

平成30年度の重点課題

【ボール投げ】各学年共に、数値は向上していた。  
 【握力】ボール投げの向上とともに向上する項目であると考えていたが、県平均値かつ全国平均値より低かった。握力については、本校29年度の生徒と比較しても下回った。握力を鍛える活動を増やすことが必要であった

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○「握力」  
 男子：球技種目においては、「投動作」の活動を多く取り入れた。  
 また、弱点克服運動として、ボール握りなどを行った。  
 女子：球技種目においては、「投動作」の活動を多く取り入れる、また、「握る」という力の強化に取り組んだ。

平成31年度新体力テストの結果(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	37.80	31.85	49.93	59.30		362.05	7.25	228.77	24.53	54.82	第1学年	26.98	27.51	49.75	51.67		291.79	8.55	179.89	14.91	56.75
第2学年	42.22	34.41	51.26	60.91		359.88	7.05	235.03	26.70	59.24	第2学年	27.95	28.45	50.94	52.94		300.99	8.58	185.08	15.38	58.34
第3学年	41.33	34.80	52.38	60.94		352.33	6.96	242.54	27.01	60.53	第3学年	26.86	29.01	50.07	51.01		281.18	8.47	185.62	15.03	58.23

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果(県平均値(平成31年度)・全国平均値(平成30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	37.80	31.85	49.93	59.30	0.00	362.05	7.25	228.77	24.53	54.82	第1学年	26.98	27.51	49.75	51.67	0.00	291.79	8.55	179.89	14.91	56.75
第2学年	42.22	34.41	51.26	60.91	0.00	359.88	7.05	235.03	26.70	59.24	第2学年	27.95	28.45	50.94	52.94	0.00	300.99	8.58	185.08	15.38	58.34
第3学年	41.33	34.80	52.38	60.94	0.00	352.33	6.96	242.54	27.01	60.53	第3学年	26.86	29.01	50.07	51.01	0.00	281.18	8.47	185.62	15.03	58.23

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

昨年度の目標である、「全ての種目を県平均値及び、全国平均値以上にする。」を達成した。さらに体力を維持・向上させるために以下の2点を重点課題とする。  
 ○持久走  
 本校の過去5年間の卒業生記録を比較すると進級しているのにも関わらず、記録が低下している学年が複数回あった。  
 ○握力  
 第3年男子の記録が平成30年度県平均・平成29年度全国平均をとともに下回っている。「投動作」などにも関連する項目であるため、昨年度に引き続き重点課題として取り上げる。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○持久走  
 ONOKITAリレーハーフマラソンを年に1度開催し、25分間走、ペース走、周回走、インターバル走を取り入れて体系的に全身持久力の向上を行う。  
 ○握力  
 男子：球技種目において、「投動作」の活動を多く取り入れる。また、弱点克服運動として、ボール握りなどを行う。  
 女子：球技種目においては、「投動作」の活動を多く取り入れる、また、「握る」という力の強化に取り組む。

令和元年度の目標値

○全ての種目を県平均値及び、全国平均値以上にする。  
 ○経年変化においても、全ての学年、種目で数値を維持・向上する。