

平成28年度の重点課題

○男子

「長座体前屈」において、県平均値かつ全国平均値より低い学年があった。

平成29年度新体力テストの結果（県平均値（平成28年度）・全国平均値（平成27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	37.47	32.97	50.34	61.15		363.77	7.13	232.54	24.43	55.95	第1学年	25.61	25.26	48.77	51.04		299.01	8.61	177.97	14.34	53.76
第2学年	40.52	34.40	51.90	62.78		354.43	7.03	233.44	27.01	59.80	第2学年	26.82	27.40	51.52	51.96		285.12	8.47	180.84	14.52	56.85
第3学年	43.32	37.05	52.09	62.03		341.39	6.96	240.79	28.38	62.35	第3学年	27.53	30.34	51.40	52.74		278.88	8.44	184.84	15.20	58.99

県平均値かつ全国平均値未満

平成29年度新体力テストの結果（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	37.47	32.97	50.34	61.15		363.77	7.13	232.54	24.43	55.95	第1学年	25.61	25.26	48.77	51.04		299.01	8.61	177.97	14.34	53.76
第2学年	40.52	34.40	51.90	62.78		354.43	7.03	233.44	27.01	59.80	第2学年	26.82	27.40	51.52	51.96		285.12	8.47	180.84	14.52	56.85
第3学年	43.32	37.05	52.09	62.03		341.39	6.96	240.79	28.38	62.35	第3学年	27.53	30.34	51.40	52.74		278.88	8.44	184.84	15.20	58.99

県平均値かつ全国平均値未満

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

○「長座体前屈」

→ 前年度に引き続き、体育の導入の段階で 座位での長座前屈を20秒、時間をかけてゆっくり行っていく。長座前屈の姿勢を、正しい姿勢で20秒間維持する。

重点課題

- 1年生男子の握力・ボール投げが全国平均値より低い。
- 1年生女子の握力・ボール投げが全国平均値より低い。
- 2年生女子のボール投げが全国平均値より低い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「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。
- 「ボール投げ」 男子：握力の高まりとともに、肩甲骨を中心とした柔軟性や巧緻性の向上を目指す。球技種目では、パス、ロングパスの戦術を取り入れていく。
女子：男子よりも、「投げる」という動作に慣れていない生徒が多いので、球技種目ではパスを確実に行うことに取り組む。

平成30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、種目で数値が向上する。