

平成27年度の重点課題

- 全学年の男女とも、県平均値かつ全国平均値より低い項目が多い。
- 男子は、第2学年・第3学年の「握力」以外、7項目で県・全国平均値未満である。第1学年は、8項目全て県・全国平均値より低い。
- 女子は、第1学年は「上体起こし」、第2学年では「反復横跳び」以外の7項目で県・全国平均値未満である。第3学年は、5項目が県・全国平均値より低い。
- 運動を苦手、走ることが嫌いという生徒が多い現状である。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 昼休みにグラウンドで遊べるように、ボールの貸し出しを行った。また、昼休みの体育館の解放も2学期より始めた。
- 柔軟性を高めるため、体育の授業の補強運動の中に、ストレッチを取り入れた。
- 体育の授業の補強運動では、ペアでの筋力トレーニングを行った。
- 全学年2時期に2度目の「体力テスト」の「50M走」と「20Mシャトルラン」の2項目を実施した。2項目の向上率を調査した。

平成28年度新体力テストの結果（県平均値（平成27年度）・全国平均値（平成26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 | 25.38 | 26.69 | 45.31 | 57.85 | 84.23 | | 8.67 | 182.62 | 17.58 | 41.00 | 第1学年 | 22.42 | 21.17 | 42.33 | 52.25 | 52.20 | | 9.38 | 164.09 | 10.91 | 45.00 |
| 第2学年 | 28.80 | 24.80 | 39.00 | 57.00 | 77.60 | | 8.00 | 202.80 | 20.80 | 47.00 | 第2学年 | 22.64 | 25.27 | 38.27 | 49.64 | 50.18 | | 9.01 | 167.09 | 12.50 | 50.14 |
| 第3学年 | 35.11 | 26.22 | 44.22 | 60.22 | 81.11 | | 7.90 | 209.56 | 19.22 | 45.67 | 第3学年 | 21.00 | 21.00 | 44.00 | 50.50 | 46.50 | | 9.24 | 153.17 | 10.33 | 43.60 |

県平均値かつ全国平均値未満

平成28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 | 25.38 | 26.69 | 45.31 | 57.85 | 84.23 | | 8.67 | 182.62 | 17.58 | 41.00 | 第1学年 | 22.42 | 21.17 | 42.33 | 52.25 | 52.20 | | 9.38 | 164.09 | 10.91 | 45.00 |
| 第2学年 | 28.80 | 24.80 | 39.00 | 57.00 | 77.60 | | 8.00 | 202.80 | 20.80 | 47.00 | 第2学年 | 22.64 | 25.27 | 38.27 | 49.64 | 50.18 | | 9.01 | 167.09 | 12.50 | 50.14 |
| 第3学年 | 35.11 | 26.22 | 44.22 | 60.22 | 81.11 | | 7.90 | 209.56 | 19.22 | 45.67 | 第3学年 | 21.00 | 21.00 | 44.00 | 50.50 | 46.50 | | 9.24 | 153.17 | 10.33 | 43.60 |

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- 入学時より殆どの項目で県・全国平均値を下回り、全ての項目のレベルアップ、基礎体力の向上が本校の大きな課題である。その中でも、「50M走」、「20mシャトルラン」、「ボール投げ」において、県・全国平均値との差が大きい。
- 男子
3年生は7項目→6項目、2年生は8項目→6項目と県・全国平均値未満の種目が減り、昨年度の記録よりも全ての項目で記録はUPしている。
- 女子
3年生は7項目、2年生は7項目→6項目と県・全国平均値未満の種目が減り、男子同様に昨年度の

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「50M走」→体育の授業の走競技・短距離走の時間を増やし、興味関心を高め「走るの嫌い」から「走るの楽しい」を育てる。（リレー）
- 「20mシャトルラン」→体育の授業や部活動でランニングを実施する。5分間走から10分間走へ時間と距離を徐々に伸ばしていく取り組みを行う。持久走の実施・シャトルランとの比較。
- 「ボール投げ」→「球技」領域の授業で、キャッチボールと遠投を（投球と捕球）行う。投球と捕球の技能を理解させる。（投動作が身に付くことをねらい）
- 校内大会の種目に、「リレーマラソン」を追加する。縦割りの集団・チームをつくり、協力し競い合いながら完走できるようにする。
- 体育の授業の準備運動で、運動の基本となる体幹を意識したトレーニングを取り入れる。

平成29年度の目標値

- 全学年男女（全員）が、自己記録を更新する。
- 「20mシャトルラン」を県平均値かつ全国平均値以上にする。
- 「ボール投げ」を男女ともに2m記録UPを目指す。
- 総合判定がA・Bの生徒を増やす。（20～30%）