

平成28年度の重点課題

○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・全国平均値未達の種目が減り、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・全国平均値未達の種目が減り、男子同様に昨年度の記録よりも全ての項目で記録はUPしている。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○「50M走」→体育の授業の走競技の時間を増やし、興味関心を高め「走るの嫌い」から「走るの楽しい」を育てる。(50M走・100M走・リレー)・長距離走)

○「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組みを行う。
○9月から、全校で「駅伝部」を募り長距離走の練習に取り組む。(9月～12月)

○体育の授業で、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。(投動作を身につける)

○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)

Table with 20 columns (男子/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) and 3 rows (第1学年, 第2学年, 第3学年).

県平均値かつ全国平均値未達

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)

Table with 20 columns (男子/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) and 3 rows (第1学年, 第2学年, 第3学年).

県平均値かつ全国平均値未達

重点課題

- 全学年の平均値では、県・全国平均以上の項目が、男子は10項目(種目)から15項目に、女子は6項目から11項目に増えている。男女共に5項目(5種目)ずつ増えた。
○課題の「ハンドボール投げ」は、前年度の記録より、男子は平均2.3m、女子は1.5m記録が向上しているが、男女共に県・全国平均よりも下回っている。
○男子:「長座体前屈」において、全学年が県・全国平均よりも下回っている。
○女子:「50M走」において、全学年が県・全国平均よりも下回っている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「50M走」→体育の授業の走種目では、走ることに興味関心を高め、「走るの楽しい」という生徒を増やす。(ランニングのポイント・走り方を理解させる)
○「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分間走へと時間と距離を徐々に伸ばしていく取組みを行う。
○「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。
○「長座体前屈」→体育の授業や部活動でストレッチ体操と体幹トレーニングをウォーミングアップに取り入れる。
○体育の授業では、バランス良く基礎体力を向上させる、「より良い体づくり」を推進することをベースに、準備運動を工夫し取り組む。

平成30年度の目標値

- 全項目の記録アップを目指す。(80%の生徒)
○新体力テストの総合評価のAB率を50%以上、ED率を15%以下にする。
○「長座体前屈」を県平均値以上にするため、男女ともに今年度の記録を超える。
○「20mシャトルラン」を男女ともに県平均値かつ全国平均値以上にする。
○「ハンドボール投げ」を男女ともに1m以上記録を伸ばす。