

令和3年度の重点課題

○昨年度も、新型コロナウイルス感染症の影響で、運動を自粛する期間が長くなり、生徒の体力面で停滞していることが予想される。
○男女とも柔軟性(長座体前屈)、走力(50m走)、持久力(20mシャトルラン)が、県平均値かつ全国平均値より低い。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

○体育の授業の中で、補強運動を継続して取り入れた。
○準備体操において、ストレッチ体操を取り入れる。
○体育委員会を中心にして、「外で遊ぶデー」を設定し、グラウンドや体育館で積極的に遊ぶように取り組んだ。
○昼休憩に、ボールの貸し出しをして、クラスで体を動かす機会を設定した。
○新体力テストの結果を分析し、自分の体力の課題を把握し、改善方法を考えさせた。

令和4年度新体力テストの結果(県平均値(令和3年度)・全国平均値(令和2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2学年	29.75	27.13	42.51	53.56	78.26		7.91	228.06	22.91	45.32	第2学年	21.85	22.34	41.88	44.71	47.34		8.97	191.24	14.02	48.22

県平均値かつ全国平均値未満

令和4年度新体力テストの結果(県平均値(令和4年度)・全国平均値(令和3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2学年	29.75	27.13	42.51	53.56	78.26		7.91	228.06	22.91	45.32	第2学年	21.85	22.34	41.88	44.71	47.34		8.97	191.24	14.02	48.22

県平均値かつ全国平均値未満

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	70.73	19.51	7.32	2.44	第2学年	49.15	32.20	15.25	3.39

学校独自の意識調査

--

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

- 新体力テストに関わるトレーニングメニューを設定し、授業の中で継続して実施する。
- 持久力を高めるトレーニングを授業の中に取り入れる。
- 柔軟性を高める体操、運動を授業開始時の準備体操に取り入れる。
- 走り方の指導を進めながら、継続的に走るメニューを授業の中に取り入れる。

体育の授業以外で行う取組内容

- 体育委員会を中心として、昼休憩に運動する機会を設定する。
- 部活動顧問と連携して、専門的な技術指導だけでなく、体力を高めるための運動を継続的に取り入れてもらう。

重点課題

○昨年度と比較して、平均値は向上しているが、県平均(令和3年度)及び、全国平均値(令和2年度)を下回っている種目が多い。
○2学年の女子は、各平均を上回っている種目が、立ち幅とび・ボール投げに留まっている。

令和5年度の重点目標値

- 各学年の体力合計点が、令和4年度比+3ポイントを目指す。
- 「50m走」を、県平均値かつ全国平均値以上にする。
- 「長座体前屈」を県平均値以上にする。
- 「20mシャトルラン」を県平均値以上にする。