

平成30年度の重点課題

○男子は、全学年の「立ち幅跳び」「ボール投げ」は県平均かつ全国平均より低い。上体起こしについては、計測の仕方を厳しくしたこともあり、平均より下がったと思われる。2学年においては、体力合計点が平均より低い。

○女子は、全学年「ボール投げ」が県平均かつ全国平均より低い。1・2年生は、「握力」「長座体前屈」「上体起こし」「50m」「立ち幅跳び」「体力合計点」が県平均かつ全国平均より低い。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

○単元に応じた体力づくり運動の「体力を高める運動」を保健体育の授業の中に毎時間補強運動として取り入れ、基礎的な筋力強化を図る。  
 ○「握力」＝握る力については、準備運動の段階で、縄跳び運動を取り入れる。小学校との連携で小学校中学年から縄跳び運動を取り入れ、二重跳びが跳べるようになる目標を立てている。  
 ○「ボール投げ」＝投げる力については、肩甲骨を柔軟に動かすためのストレッチやトレーニングを入れ、投げる動作のポイントとしての指導に取り入れる。中学校でのボール投げはボールが大きく重くボールコントロールができない生徒が多い。球技の単元等でいろいろなボールに慣れさせ、投げる経験を増やす。  
 ○走力（短距離走などのスピード力・長距離走などの全身持久力）については、全教職員の共通理解を図り、体育の授業だけでなく、部活動でも強化推進できるように協力を求める。

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	22.27	24.74	36.42	50.76	71.28		8.49	174.94	15.26	32.91	第1学年	22.37	24.59	46.67	51.77	53.74		8.92	167.48	11.24	50.22
第2学年	29.27	28.20	43.48	56.33	86.40		7.94	200.23	17.83	44.33	第2学年	22.74	21.76	49.86	50.69	58.24		8.78	177.69	11.56	51.48
第3学年	32.39	28.65	43.66	56.44	96.26		7.38	206.90	20.45	49.09	第3学年	25.46	24.50	50.22	49.78	55.51		8.61	176.49	12.53	54.33

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	22.27	24.74	36.42	50.76	71.28		8.49	174.94	15.26	32.91	第1学年	22.37	24.59	46.67	51.77	53.74		8.92	167.48	11.24	50.22
第2学年	29.27	28.20	43.48	56.33	86.40		7.94	200.23	17.83	44.33	第2学年	22.74	21.76	49.86	50.69	58.24		8.78	177.69	11.56	51.48
第3学年	32.39	28.65	43.66	56.44	96.26		7.38	206.90	20.45	49.09	第3学年	25.46	24.50	50.22	49.78	55.51		8.61	176.49	12.53	54.33

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

過去2年間の数値を分析した結果、多くの種目で学年が上がることの数値の伸び率が若干低くなっている。

○男子では、握力・長座体前屈・ボール投げ・体力合計点で3学年全て平均以下になっている。また、20mシャトルラン・50m走・立ち幅跳びが2学年分で平均以下となっている。

○女子では、ボール投げが3学年全てで平均以下となっている。握力・上体起こし・20mシャトルランが2学年分で平均以下となっている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○体育の授業の導入で、様々な動きを取り入れ、体を思い通りに動かせる力を付けていく。

○単元ごとの特性を活かし、授業時間の中での活動量を増やしていく。

○部活動で連携をとり、限られた活動時間の中でメニューを考えてもらい、体力の向上を図る。

令和2年度の目標値 全校生徒全種目、今年度の自己記録を超える。