

令和2年度の重点課題

- ①柔軟性の向上
- ②継続的な運動習慣の確立

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- ①保健体育の授業や部活動の時間において、ストレッチなど柔軟性を高める運動の時間を確保する。
- ②全校生徒が運動部活動に加入しているという利点を生かし、体力向上の観点も取り入れた運動部活動の年間計画を立てる。

令和3年度新体力テストの結果(県平均値(令和元年度)・全国平均値(令和元年度)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	38.60	31.50	41.20	53.30	88.40		7.46	208.40	28.60	50.50	第2学年	28.50	22.00	46.75	44.00	55.00		8.48	188.50	23.25	58.00

県平均値かつ全国平均値未満

令和3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	38.60	31.50	41.20	53.30	88.40		7.46	208.40	28.60	50.50	第2学年	28.50	22.00	46.75	44.00	55.00		8.48	188.50	23.25	58.00

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	90.00	10.00	0.00	0.00	第2学年	100.00	0.00	0.00	0.00

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

- 準備運動や整理運動において、ストレッチの時間を多めに設定する。
- 年間指導計画において、器械運動の単元の時間を増やし、柔軟性を高めることの重要性を実感させる。

体育の授業以外で行う取組内容

- 昼休憩にグラウンドや体育館を開放し、体を動かす場所と時間を提供する。
- 生徒会活動を通じて、運動の楽しさや健康的な生活を送ることの必要性を継続的に発信する。

重点課題

- 男女共通
 - ・「長座体前屈」の結果が県平均値・全国平均値未満である。
 - ・「20mシャトルラン」の結果が全体的に低い。

令和4年度の重点目標値

- 男女とも「長座体前屈」の結果において県平均値及び全国平均値を上回る。