

令和4年度の重点課題

- 男子
 - ・握力・50m走以外で平均以下。
- 女子
 - ・20mシャトルランが平均以下。
- 全体
 - ・全体的な体力向上も必要であるが、粘り強さも必要である。

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

- 「20mシャトルラン」
 - ・保健体育科の授業だけでなく、駅伝競技への取組強化を行い、心肺機能を高めるトレーニングを取り入れる。
 - ・部活動の顧問と連携し、走る機会を増やす。
- 「ボール投げ」
 - ・保健体育科の授業において準備運動でボールを投げる運動を取り入れる。
- 全体
 - ・体を動かす楽しさを味わえるように、自らの課題を分析し、トレーニング計画を立てる。
 - ・昨年度の自分の結果を分析し、自分の目標を立てる。

令和5年度新体カテストの結果 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	33.33	30.80	57.80	49.60	68.20		7.86	197.80	17.40	44.20	第2学年	31.25	29.25	52.25	47.75	50.00		8.50	165.00	12.50	55.75

県平均値かつ全国平均値未滿

令和5年度新体カテストの結果 県平均値(令和5年度)・全国平均値(令和4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	33.33	30.80	57.80	49.60	68.20		7.86	197.80	17.40	44.20	第2学年	31.25	29.25	52.25	47.75	50.00		8.50	165.00	12.50	55.75

県平均値かつ全国平均値未滿

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	33.33	66.67	0.00	0.00	第2学年	50.00	50.00	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

- ・「20mシャトルラン」
 - 体育の授業で心肺機能を高めるトレーニングの実施。Myトレ計画表を作成し、目標やメニューを決めて取り組む。
- ・「立ち幅跳び」、「反復横跳び」
 - 瞬発力を鍛える複数種目を繰り返し行うトレーニングをウォーミングアップで取り入れる。
- ・「ボール投げ」
 - 年間を通して、ハンドボールを活用したトレーニングを授業の導入で実施する。

体育の授業以外で行う取組内容

- ・校内で行うスポーツ大会の内容を精査し、体力向上へ繋げていく。
- ・部活動顧問と連携し、体の動きを高めるトレーニングを定期的を実施する。
- ・部活動以外での取組を継続して行うことができるように、自宅でも取り組むことができるトレーニングの提示。

重点課題

- 男女共通で平均以下の種目
 - ・「20mシャトルラン」(前年比 男子:8.45↑, 女子:0.85↓)
 - ・「立ち幅跳び」(前年比 男子:7.00↑, 女子:20.29↓)
 - ・「ボール投げ」(前年比 男子:0.60↓, 女子:2.36↓)
- 男子で平均以下の種目
 - ・「反復横跳び」(前年比 男子:1.80↑)
- 全体での課題
 - ・「運動やスポーツをすることは好きですか」という質問に対しての肯定的評価は男女ともに上がったが(前年比 男子20%↑, 女子28.57%↑)、部活動以外の時間で体を動かす機会が少ない。

令和6年度の
重点目標値

- 男女ともに平均を越えなかった種目の記録向上。
- 「20mシャトルラン」、「ボール投げ」を県平均かつ全国平均値以上にする。