

平成29年度の重点課題

- ①男女共に、「長座体前屈」「反復横跳び」「50mシャトルラン」が、県平均値を下回っている学年がある。
- ②男子は「ボール投げ」が県平均値を下回る学年が多い。
- ③女子は全学年で「50m走」が県平均値を下回った。
- ◎男子の県平均値達成率は44%(21/48種目)、女子の県平均値達成率は36%(18/48種目)である。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- ①各学年で毎日の体力アップカードで取り組む種目を定め、継続的に取り組んでいく。また、取り組んだ成果を発揮できるように帰りの会や体育朝会の時間を利用して、継続的に評価していくようにする。「20mシャトルラン」インターバルを取りながらのダッシュ
「長座体前屈」ストレッチ など
- ②南っ子サーキット(運動場用と体育館用)を設定し、2学期からの体育授業の準備運動に位置付ける。
「握力」登り棒、ジャングルジム
「反復横跳び」体重移動の運動特性に慣れる
「立ち幅跳び」ジャンプ、腹筋
「50m走」ラダー、片足ケンケン
- ③校内マラソン大会や縄跳び大会などの行事と連携して、持久力や瞬発力の向上を目指す。

平成30年度新体カテストの結果(県平均値(平成29年度)・全国平均値(平成28年度)との比較)

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	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	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第1学年	8.29	13.29	28.04	27.14	16.46	11.82	121.68	8.93	32.63	第1学年	7.88	11.19	34.53	21.16	13.38	11.57	114.34	6.81	31.81
第2学年	11.21	15.44	31.13	31.24	33.64	14.49	129.28	11.12	40.30	第2学年	9.46	13.62	31.96	29.92	18.27	11.39	114.31	7.77	36.23
第3学年	11.50	15.40	28.70	29.10	23.17	11.20	129.33	13.17	38.60	第3学年	11.43	15.20	31.87	29.93	23.83	10.32	129.07	8.80	42.30
第4学年	14.53	22.17	25.86	40.63	56.31	9.46	149.71	20.54	51.46	第4学年	13.10	16.58	30.81	33.39	37.88	10.54	132.90	9.91	46.27
第5学年	17.23	19.14	35.14	39.75	51.56	9.45	156.25	22.64	54.33	第5学年	16.43	19.36	39.39	36.72	41.54	9.67	143.98	13.79	55.35
第6学年	20.94	25.55	37.74	46.41	61.63	8.59	172.18	32.85	64.67	第6学年	21.07	23.77	47.87	45.13	50.71	8.87	161.53	18.55	68.15

県平均値かつ全国平均値未満

平成30年度新体カテストの結果(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	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	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点
第1学年	8.29	13.29	28.04	27.14	16.46	11.82	121.68	8.93	32.63	第1学年	7.88	11.19	34.53	21.16	13.38	11.57	114.34	6.81	31.81
第2学年	11.21	15.44	31.13	31.24	33.64	14.49	129.28	11.12	40.30	第2学年	9.46	13.62	31.96	29.92	18.27	11.39	114.31	7.77	36.23
第3学年	11.50	15.40	28.70	29.10	23.17	11.20	129.33	13.17	38.60	第3学年	11.43	15.20	31.87	29.93	23.83	10.32	129.07	8.80	42.30
第4学年	14.53	22.17	25.86	40.63	56.31	9.46	149.71	20.54	51.46	第4学年	13.10	16.58	30.81	33.39	37.88	10.54	132.90	9.91	46.27
第5学年	17.23	19.14	35.14	39.75	51.56	9.45	156.25	22.64	54.33	第5学年	16.43	19.36	39.39	36.72	41.54	9.67	143.98	13.79	55.35
第6学年	20.94	25.55	37.74	46.41	61.63	8.59	172.18	32.85	64.67	第6学年	21.07	23.77	47.87	45.13	50.71	8.87	161.53	18.55	68.15

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

- ①男女共に、「握力」「反復横跳び」「20mシャトルラン」が、県平均を下回っている学年が多い。
- ②男子は、「50m走」が県平均値を下回る学年が多い。
- ③女子は、「立ち幅跳び」が県平均値を下回る学年が多い。
- ◎男子の県平均値達成率は50%(24/48種目)、女子の県平均値達成率は42%(20/48種目)である。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- ①各学年で毎日の体力アップカードで取り組む種目を決め、継続的に取り組んで行く。また、各教室に握力計やハンドグリップを設置し、学校生活の中で興味を持って握力を鍛えることができるようにする。
- ②南っ子サーキット(運動場用と体育館用)を設定し、体育授業の準備運動に位置付ける。各種目ごとにやり方や評価基準を提示し、目標を持ちながら意欲的に取り組めるようにする。
「握力」登り棒、雲梯、鉄棒 「立ち幅跳び」 ジャンプ、スクワット
「50m走」 ラダー、片足ケンケン
- ③校内マラソン大会や縄跳び大会などの行事と連携して、持久力や瞬発力の向上を目指す。体育朝会では、行事と関連した運動を行い、新体カテストにつながるように内容を工夫する。
「持久力」「瞬発力」 ダッシュ&ジョグ、二重跳び連続チャレンジ など
- ④新体カテストに関する校内研修を行い、測定方法やポイントについて共通理解を図る。

平成31年度の目標値

今年度の重点課題である「握力」「20mシャトルラン」において、全国平均値に迫ることができるようにする。「長座体前屈」についても引き続き取り組み、前学年で全国平均値を上回ることができるようにする。また、男子では「50m走」、女子では「立ち幅跳び」について、どの学年でも全国平均値を上回ることができるようにする。