

平成24年度の重点課題

- 男子
全学年で共通して「握力」「上体起こし」「持久走」「ハンドボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 女子
全学年で共通して「握力」が低い。

新体力テストの結果（県平均値（平成24年度）・全国平均値（平成23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	23.54	25.98	40.56	51.54	67.08		8.66	180.38	17.11	34.93	第1学年	20.79	22.65	45.44	48.27	56.64		9.08	169.08	12.81	47.75
第2学年	28.01	25.51	44.31	51.88	83.03		7.97	198.94	19.43	41.46	第2学年	22.94	24.32	46.15	47.02	55.79		8.87	171.33	13.37	50.91
第3学年	34.60	29.45	46.63	53.79	87.60		7.71	206.70	22.62	47.87	第3学年	23.28	25.11	50.82	46.70	56.06		8.73	171.51	13.17	51.97

県平均値かつ全国平均値未満

新体力テストの結果（県平均値（平成25年度）・全国平均値（平成24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	23.54	25.98	40.56	51.54	67.08		8.66	180.38	17.11	34.93	第1学年	20.79	22.65	45.44	48.27	56.64		9.08	169.08	12.81	47.75
第2学年	28.01	25.51	44.31	51.88	83.03		7.97	198.94	19.43	41.46	第2学年	22.94	24.32	46.15	47.02	55.79		8.87	171.33	13.37	50.91
第3学年	34.60	29.45	46.63	53.79	87.60		7.71	206.70	22.62	47.87	第3学年	23.28	25.11	50.82	46.70	56.06		8.73	171.51	13.17	51.97

県平均値かつ全国平均値未満

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

- 持久力を高めるために、体育科の授業の導入で、800m走を行った。
- 体幹を鍛えるために、体育科の授業で、腕立て伏せ、上体起こし、背筋を20秒ずつを2セット行った。

重点課題

- 全学年の男女とも、「握力」が県平均値かつ全国平均値より低い。
- 男子は、全学年で共通して「20mシャトルラン」「50m走」「ハンドボール投げ」で、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 女子は、「20mシャトルラン」「50m走」「ハンドボール投げ」で、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「握力」→「体育の授業の導入で、腕立て伏せや鉄棒での懸垂」を実施（全学年）
- 「20mシャトルラン」→「体育の授業の導入で、グラウンドでは800m走。体育館では3分間走」を実施（全学年）
- 「20mシャトルラン」「50m走」→「駅伝部の取り組みとして、全運動部が冬季練習に持久走、ショートダッシュ」を実施（運動部活動）
- 「ボール投げ」→「球技領域の授業で、毎時間キャッチボール」を実施（全学年）

平成26年度の目標値

- 男子では、「握力」「20mシャトルラン」「50m走」「ボール投げ」を県平均値かつ全国平均値以上にする。
- 女子では、県平均値かつ全国平均値以上の種目の割合を7割（24種目中17種目）以上にする。