

平成24年度の重点課題

【平成24年度2月実施の再測定の結果より】
 県平均値かつ全国平均値未満の項目が
 男子62.5%(48中30)
 女子64.6%(48中31)
 であった。

○長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン
 立ち幅跳び・ボール投げにおいて、
 県平均値・全国平均値を下回る項目が多い。

○特に立ち幅跳びは、6年男子を除き全ての項目で
 県平均値・全国平均値を下回っている。

上記の課題を受けて具体的に

○長座体前屈(柔軟性)・立ち幅跳び(跳躍力)
 反復横とび(瞬発力)
 →体育朝会にリズムに合わせたセット運動を
 実施した。
 ・筋カトレーニング ・ジャンプ ・バランス 等

○20mシャトルラン(持久力)
 →ランタイム
 低学年120m・中学年150m・高学年200m
 トラックを自分のペースで8分間走る。
 ・しまなみマラソンカード
 走った周数をカードに色塗りする。
 しまなみ海道の距離を走り切ることを
 目標にする。

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	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	9.77	10.58	25.92	27.62	24.04	12.13	117.00	8.81	30.77	第1学年	9.32	8.58	26.21	25.47	17.68	12.54	105.05	5.37	27.95
第2学年	11.60	15.10	26.58	33.00	28.00	10.80	118.08	13.46	37.83	第2学年	10.48	12.12	28.70	28.61	16.21	11.10	114.06	7.58	35.33
第3学年	12.26	19.39	32.35	37.91	36.05	10.86	136.74	15.50	44.82	第3学年	12.33	16.28	35.62	35.69	26.40	11.16	125.38	9.38	45.43
第4学年	15.59	17.26	33.76	40.00	41.88	9.90	155.24	22.44	51.21	第4学年	14.47	16.83	32.44	41.81	34.83	10.14	154.44	13.72	53.00
第5学年	19.10	21.52	36.76	42.69	55.03	9.22	160.97	24.84	58.74	第5学年	17.36	17.82	41.09	37.95	39.10	9.74	149.25	16.19	57.94
第6学年	20.63	21.06	34.25	43.16	57.39	9.08	161.38	32.19	59.57	第6学年	19.73	18.43	37.93	41.20	36.20	9.64	146.07	14.40	56.87

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	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	9.77	10.58	25.92	27.62	24.04	12.13	117.00	8.81	30.77	第1学年	9.32	8.58	26.21	25.47	17.68	12.54	105.05	5.37	27.95
第2学年	11.60	15.10	26.58	33.00	28.00	10.80	118.08	13.46	37.83	第2学年	10.48	12.12	28.70	28.61	16.21	11.10	114.06	7.58	35.33
第3学年	12.26	19.39	32.35	37.91	36.05	10.86	136.74	15.50	44.82	第3学年	12.33	16.28	35.62	35.69	26.40	11.16	125.38	9.38	45.43
第4学年	15.59	17.26	33.76	40.00	41.88	9.90	155.24	22.44	51.21	第4学年	14.47	16.83	32.44	41.81	34.83	10.14	154.44	13.72	53.00
第5学年	19.10	21.52	36.76	42.69	55.03	9.22	160.97	24.84	58.74	第5学年	17.36	17.82	41.09	37.95	39.10	9.74	149.25	16.19	57.94
第6学年	20.63	21.06	34.25	43.16	57.39	9.08	161.38	32.19	59.57	第6学年	19.73	18.43	37.93	41.20	36.20	9.64	146.07	14.40	56.87

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

【県(平成24年度)・全国(平成23年度)平均値との比較】
 県平均値かつ全国平均値未満の項目が
 男子41.7%(48中20)
 女子64.5%(48中30)
 であった。
 昨年度2月実施時より、男子は大きく体力の向上が見られる。
 しかし、女子は1項目上回るだけに留まった。

○50m走・20mシャトルランにおいて、
 県平均値・全国平均値を下回る学年が多い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

【本年度の新しい取り組み】
 ○体力向上年間計画を作成する。その中で、2か月ごとに重点強化体力を設定して、
 体育朝会・体育科授業・家庭での取組とリンクさせる。
 ○50m走(走力)の向上に向けて
 →50m走の8秒間走を全校で実施する。(体育朝会・体育科授業のウォーミングアップ等で)

【昨年度を継続・改善する取り組み】
 ○長座体前屈(柔軟性)・立ち幅跳び(跳躍力)・反復横とび(瞬発力)の向上に向けて
 →体育朝会でリズムに合わせたセット運動を継続して実施する。
 セット運動に柔軟運動・反復横とびの運動を加える。
 ○20mシャトルラン(持久力)の向上に向けて
 →ランタイム
 低学年120m・中学年150m・高学年200mのトラックを自分のペースで8分間走る。
 ・マラソンカード
 走った周数をカードに色塗りする。学級対抗にする等、目標をもたせる。

平成26年度の目標値

○体育朝会で実施したセット運動・体ほぐし運動・体づくり運動を、体育科授業に還元した学級を100%にする。
 ○来年度の新体力テストの50m走・20mシャトルランにおいて、県平均値・全国平均値を下回る項目を、
 本年度の83.3%から、70%以下にする。