

平成27年度の重点課題

○全学年男女とも立ち幅跳びが、また全学年女子では、握力、ハンドボール投げが県平均値かつ全国平均値より下回っている。  
 ○第一学年男子は、握力、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げが県平均値かつ全国平均値より下回っている。  
 第一学年女子では、握力、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げが県平均値かつ全国平均値より下回っている。  
 ○第二学年男子では、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ハンドボール投げが県平均値かつ全国平均値を下回っている。  
 第二学年女子は、握力、上体起こし、

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○反復横跳びでは、バスケットボールの授業において毎時間、計測を行った。  
 ○長座体前屈では、筋肉の特性を活かしたストレッチを導入した。  
 ○20mシャトルランでは、冬場の短い部活動時間を利用して、全生徒を対象にした駅伝練習を行った。  
 ○各種大会（中体連行事・駅伝大会等）に積極的に参加したり、体力づくりを想定した行事を企画することで、それに向けた継続的な「体力づくり」の取組みを行った。

平成28年度新体力テストの結果（県平均値（平成27年度）・全国平均値（平成26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	22.89	23.71	42.46	50.34	70.86		8.43	181.81	17.17	34.76	第1学年	21.45	21.31	50.23	47.66	53.66		8.87	172.67	12.16	49.10
第2学年	30.47	28.50	45.13	52.07	90.47		7.93	197.48	21.17	44.00	第2学年	25.45	24.59	46.73	45.23	62.00		8.96	160.45	13.50	50.27
第3学年	34.12	30.92	51.65	57.77	93.54		7.56	208.58	23.72	52.09	第3学年	23.61	24.32	49.96	45.86	49.29		8.75	166.75	11.82	49.00

■ 県平均値かつ全国平均値未満

平成28年度新体力テストの結果（県平均値（平成28年度）・全国平均値（平成27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	22.89	23.71	42.46	50.34	70.86		8.43	181.81	17.17	34.76	第1学年	21.45	21.31	50.23	47.66	53.66		8.87	172.67	12.16	49.10
第2学年	30.47	28.50	45.13	52.07	90.47		7.93	197.48	21.17	44.00	第2学年	25.45	24.59	46.73	45.23	62.00		8.96	160.45	13.50	50.27
第3学年	34.12	30.92	51.65	57.77	93.54		7.56	208.58	23.72	52.09	第3学年	23.61	24.32	49.96	45.86	49.29		8.75	166.75	11.82	49.00

■ 県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○全学年男子ではハンドボール投げが県平均値かつ全国平均値を下回っている。  
 ○第二学年、第三学年の男女共に、50m走・立ち幅跳びにおいて、県平均値かつ全国平均値を下回っている。  
 ○第一学年、第三学年の男子において、握力では県平均値かつ全国平均値を下回っている。  
 ○第二学年、第三学年の女子において、反復横跳びでは県平均値かつ全国平均値を下回っている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○球技種目の体育授業の導入部分で、投げるフォームの練習・キャッチボールを取り入れる。  
 ○陸上競技・武道の体育授業の導入部分で、30m程度のダッシュを5本入れる。  
 ○学校生活を通して、物を持ち上げる際に握力を意識するように指導する。  
 ○冬場の全校生徒を対象にした、駅伝練習は継続的に行っていく。  
 ○バスケットボールの授業の導入部分で、反復横跳びの計測を毎時間行う。

平成29年度の目標値

○第一学年女子においては、全種目において、県平均値かつ全国平均値を上回る。  
 ○第一学年男女の握力において、県平均値かつ全国平均値を上回る。  
 ○第二学年男女ともに、反復横跳び・50m走・立ち幅跳び・ハンドボール投げにおいて、県平均値かつ全国平均値を上回る。