

平成28年度の重点課題

○男子

「長座体前屈」においては、日頃の体育でのストレッチング等を通して改善が見られるが、その他の項目については、改善が見られていない。特に柔軟性と筋力は重点課題である。

○女子

「上体起こし」「長座体前屈」は昨年度に比べ、改善が見られるが、その他の項目については改善が見られていない。特に筋力や瞬発力は重点課題である。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○体育科授業内での補強運動（腕立て、腹筋、背筋、馬跳び）を組み込み、筋力の強化を図った。

○柔軟性を高めるために、体操やストレッチングなどを授業の最初に取り入れた。

平成29年度新体カテストの結果（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	22.02	24.14	44.12	49.00		432.90	9.18	177.92	14.37	32.23	第1学年	21.22	24.32	44.12	45.19		290.88	9.83	161.81	9.22	42.59
第2学年	29.10	24.95	47.87	52.02		403.78	8.17	198.67	19.98	39.92	第2学年	22.31	24.22	48.08	45.64		296.49	9.38	163.05	12.83	46.82
第3学年	32.60	27.65	44.72	51.54		387.47	7.84	201.84	21.49	43.45	第3学年	24.45	23.10	44.65	45.40		310.61	9.41	165.13	11.63	45.90

県平均値かつ全国平均値未満

平成29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	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	22.02	24.14	44.12	49.00		432.90	9.18	177.92	14.37	32.23	第1学年	21.22	24.32	44.12	45.19		290.88	9.83	161.81	9.22	42.59
第2学年	29.10	24.95	47.87	52.02		403.78	8.17	198.67	19.98	39.92	第2学年	22.31	24.22	48.08	45.64		296.49	9.38	163.05	12.83	46.82
第3学年	32.60	27.65	44.72	51.54		387.47	7.84	201.84	21.49	43.45	第3学年	24.45	23.10	44.65	45.40		310.61	9.41	165.13	11.63	45.90

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子

1, 2年生の「長座体前屈」、2年生の「立ち幅跳び」以外の項目で平均値を下回っており、全体的な体力向上が課題である。

○女子

1年生の「持久走」、1, 2年生の「上体起こし、長座体前屈」以外の項目で平均値を下回っており、男子同様に全体的な体力向上が課題である。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 毎時間の授業に筋力トレーニングを組み込み、全力で取り組ませる。
- 自己分析させて自己の課題を明確にし、授業や部活動で計画的に取り組ませる。
- 各部顧問が生徒の課題を把握し、各部で計画的にトレーニングを行う。
- ボール投げ・球技領域の授業で、キャッチボールを実施する。
- 新体カテストを2回実施し、体力向上についての意識を高める。

平成30年度の目標値

- 男子では、持久走が県平均・全国平均を上回るようにする。
- 女子では、握力が県平均・全国平均を上回るようにする。