

平成30年度の重点課題

【男子】
○全学年共通で「ボール投げ」が県平均、全国平均を超えていない。

○3学年で「握力」、「長座体前屈」以外の種目において県平均、全国平均を超えることができなかった。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○保健体育の授業で継続的に補強運動（ランニング、腹筋、背筋、腕立て伏せ）を取り入れ、「筋力」、「全身持久力」の向上を図る。

○新体力テストの結果から自分の弱点となっている体力を知り、改善するための運動を考え長期休業中の課題として取り組む。

○「球技」の単元で、ボール投げにつなげる運動をウォーミングアップ等で取り入れる。

令和元年度新体力テストの結果（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	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	26.82	29.34	48.43	54.58	72.22		8.48	188.23	18.80	41.14	第1学年	24.95	25.46	50.17	48.71	55.08		9.27	165.71	12.93	50.35
第2学年	31.02	32.87	54.44	57.84	90.64		7.31	207.59	22.28	58.50	第2学年	25.89	29.04	58.64	52.77	57.79		8.24	185.13	14.52	62.73
第3学年	37.09	33.40	55.32	61.06	92.58		6.98	223.28	24.04	57.35	第3学年	28.17	29.28	54.57	52.02	57.29		8.00	175.03	14.63	60.14

県平均値かつ全国平均値未満

令和元年度新体力テストの結果（県平均値（令和元年度）・全国平均値（平成30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	26.82	29.34	48.43	54.58	72.22		8.48	188.23	18.80	41.14	第1学年	24.95	25.46	50.17	48.71	55.08		9.27	165.71	12.93	50.35
第2学年	31.02	32.87	54.44	57.84	90.64		7.31	207.59	22.28	58.50	第2学年	25.89	29.04	58.64	52.77	57.79		8.24	185.13	14.52	62.73
第3学年	37.09	33.40	55.32	61.06	92.58		6.98	223.28	24.04	57.35	第3学年	28.17	29.28	54.57	52.02	57.29		8.00	175.03	14.63	60.14

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

【男子】
○「50m走」、「20mシャトルラン」で県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。

【女子】
○「50m走」、「立ち幅とび」、「20mシャトルラン」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

○「20mシャトルラン」→保健体育の授業等で、目標タイムが向上するような取り組みを行う。ロードレースや町内駅伝大会への参加を呼びかける。

○「立ち幅とび」→段差を利用したジャンプトレーニングを行い、手の振り、膝の曲げ方等の使い方を覚える。

○新体力テストの結果から自分の弱点となっている体力を知り、改善するための運動を考え長期休業中の課題として取り組む。

令和2年度の目標値

○AB率を75%以上にする。

○男女共に「50m走」を県平均かつ全国平均値以上にするために、0.4秒縮める。

○「20mシャトルラン」を男女共県平均かつ全国平均値以上にする。

○女子の「立ち幅跳び」の記録を3cm伸ばす。