

平成30年度の重点課題

○ 男子  
 全学年、県平均は上回ったが、第一学年の「反復横跳び」、第2学年の「ハンドボール投げ」、全学年の「立ち幅跳び」において、全国平均を下回った。

○ 女子  
 「立ち幅跳び」において全学年とも全国平均を下回り、第一学年の「上体起こし」、「反復横跳び」、「50m走」、「ハンドボール投げ」、「持久走」、第二学年の「ハンドボール投げ」においても、全国平均または県平均を下回った。

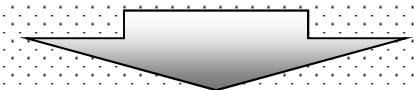
上記の課題を受けて具体的に  
 取り組んだ事項

- 瞬発力を高めるために、ジャンプやダッシュ系のウォーミングアップを取り入れた。
- 柔軟性を高めるために、毎時間の授業において柔軟運動を行った。
- 体育の授業で腕立て伏せなどの補強運動や球技の時間に投動作指導を行った。

平成30年度の新体力テストの結果(県平均値(平成29年度)・全国平均値(平成28年度)との

男子	握力	上体	長座	反復	持久走	シャトル	50m	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体	長座	反復	持久走	シャトル	50m	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
第1学年	41.55	31.84	49.22	56.50	356.30		7.33	215.75	25.68	53.62	第1学年	26.84	24.24	49.37	47.83	299.12		8.93	168.51	13.76	50.93
第2学年	44.68	34.37	50.80	58.90	349.60		7.12	222.30	25.80	57.79	第2学年	29.07	26.56	48.72	49.68	289.09		8.77	170.13	14.36	54.48
第3学年	49.71	36.84	55.69	61.06	328.49		6.95	227.79	29.18	64.07	第3学年	29.48	28.82	50.63	50.02	282.07		8.75	173.27	14.22	56.07

県平均値かつ全国平均値未満



令和元年度の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

男子	握力	上体	長座	反復	持久走	シャトル	50m	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体	長座	反復	持久走	シャトル	50m	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
第1学年	40.99	32.61	47.58	58.49	357.77		7.23	222.00	23.48	54.27	第1学年	27.69	25.62	54.64	51.44	292.04		8.79	170.31	14.10	55.04
第2学年	48.48	33.30	51.83	62.44	345.89		7.07	234.57	25.44	60.29	第2学年	28.73	27.12	47.84	51.19	290.44		8.75	174.83	14.56	55.54
第3学年	47.78	35.08	57.58	62.40	356.82		7.16	234.54	24.75	60.62	第3学年	29.31	27.76	50.68	52.49	293.34		8.75	174.07	13.67	55.67

県平均値かつ全国平均値未満



令和元年度の重点課題

- 男子  
 3学年は「ハンドボール投げ」が全国平均かつ県平均を下回っている。
- 女子  
 2学年は「長座体前屈」において、3学年は「ハンドボール投げ」において全国平均・県平均を下回っている。

令和元年度の重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

- 「ハンドボール投げ」  
 準備運動における背筋運動、肩ストレッチの実施、球技の授業における投動作の指導(全学年男子)
- 「長座体前屈」  
 体育の授業において柔軟運動の実施(全学年女子)



令和2年度の目標値

- 男子の体力合計点を平均58点以上、女子の体力合計点を平均平均56点以上にする。