

平成29年度の重点課題

「握力」は、男女ともに、県平均値かつ全国平均値より低い学年がある。

28年度までの課題であった「50m走」,
「ボール投げ」の取り組みの継続。

平成30年度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	8.85	11.68	29.12	33.36	27.95	11.29	119.67	8.81	34.91	第1学年	8.25	10.13	30.24	31.29	22.60	11.98	111.61	6.30	33.40
第2学年	10.17	14.97	32.32	36.13	33.60	11.15	129.96	13.00	40.76	第2学年	10.32	13.95	34.72	35.10	29.05	11.16	124.43	8.45	42.30
第3学年	12.48	19.01	31.37	41.68	49.66	10.13	139.89	16.01	48.34	第3学年	11.83	17.07	34.07	39.10	41.68	10.52	127.07	9.87	48.38
第4学年	15.30	20.40	32.10	46.10	56.35	9.22	150.40	23.28	55.23	第4学年	14.11	20.42	37.74	43.66	43.80	9.72	141.28	12.23	55.98
第5学年	16.20	23.36	34.59	48.48	61.02	8.76	157.34	25.28	59.70	第5学年	14.87	21.72	39.59	47.12	52.07	8.92	155.35	15.90	62.49
第6学年	18.17	25.95	37.15	53.71	69.46	8.49	164.88	26.17	64.61	第6学年	18.48	24.66	40.60	51.34	59.60	8.75	162.86	19.20	67.10

県平均値かつ全国平均値未満

平成30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	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	8.85	11.68	29.12	33.36	27.95	11.29	119.67	8.81	34.91	第1学年	8.25	10.13	30.24	31.29	22.60	11.98	111.61	6.30	33.40
第2学年	10.17	14.97	32.32	36.13	33.60	11.15	129.96	13.00	40.76	第2学年	10.32	13.95	34.72	35.10	29.05	11.16	124.43	8.45	42.30
第3学年	12.48	19.01	31.37	41.68	49.66	10.13	139.89	16.01	48.34	第3学年	11.83	17.07	34.07	39.10	41.68	10.52	127.07	9.87	48.38
第4学年	15.30	20.40	32.10	46.10	56.35	9.22	150.40	23.28	55.23	第4学年	14.11	20.42	37.74	43.66	43.80	9.72	141.28	12.23	55.98
第5学年	16.20	23.36	34.59	48.48	61.02	8.76	157.34	25.28	59.70	第5学年	14.87	21.72	39.59	47.12	52.07	8.92	155.35	15.90	62.49
第6学年	18.17	25.95	37.15	53.71	69.46	8.49	164.88	26.17	64.61	第6学年	18.48	24.66	40.60	51.34	59.60	8.75	162.86	19.20	67.10

県平均値かつ全国平均値未満

上記の課題を受けて具体的に
取り組んだ事項

【総合的な能力】

前年度までの取り組みを継続し、毎月第1火曜日に「ロングタイム昼休憩（55分間）」を行い、運動経験を積ませることで、総合的に体力を向上させる。

【握力】

授業の最初にサーキット運動を取り入れ、鉄棒や登り棒で物を掴む感覚を養う。

【50m走】、【ボール投げ】

走る楽しさを感じることができる授業改善や体育振興会と連携し、走り方教室やボール投げ教室を実施し、授業に取り入れた。

重点課題

○共通

【握力】において4学年以外は握力の数値が県平均値及び全国平均値よりも劣っている。

○1・2・3年生

【50m走】において県平均値及び全国平均値よりも劣っている。高学年になるにつれて数値は改善されている。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

【総合的な能力】

①昨年度までの取り組みを継続し、毎月第一火曜日に「ロングタイム昼休憩（55分間）」を行い、走る、投げる等の運動経験を積ませることで、総合的な体力の向上を図る。

【握力】

- ①気温が比較的低い時期にサーキットトレーニングを行い、その中でうんていや鉄棒、登り棒を使う運動を取り入れ、握力の強化を図る。
- ②準備運動の中に、全学年共通でグーパートレーニングを取り入れたたり、高学年においては指立てふせを行ったりするなど、準備運動の中で握力トレーニングを習慣化する。

【50m走】

①体育委員会が中心となって全学年を対象とした走り方教室「50mを走り切れ」を毎週火曜日の昼休憩に行い、自分自身のタイムへの関心を持たせるとともに、ゴールまで力を抜かない等、走り方の指導もを行い、タイムの向上を図る。

平成31年度の目標値

- 30年度の結果における重点課題である「握力」の数値を、県平均値、全国平均値を上回る割合を男女計で60%以上にする。（今年度握力：約25%）
- 30年度の結果における重点課題である「50m走」の数値を、県平均値、全国平均値を上回る割合を男女計で75%以上にする。（今年度50m走：約58%）
- 全種目において、県平均値かつ全国平均値を上回る種目の割合を85%以上にする（今年度：約80%）
- 新体力測定の実施率を70%以上（今年度：66.8%）、DE率を8%以下（今年度8.5%）にする。