

令和2年度の重点課題

○男子

「長座体前屈(第二学年:43.62)」  
「反復横跳び(第二学年:50.24)」において県平均値かつ全国平均値より低い数値であった。

学年ごとの差が大きかった。

○女子

「上体起こし(第三学年:24.93)」  
「持久走(第二学年:306.75)」  
「立ち幅跳び(第一学年:164.05)」  
「ハンドボール投げ(第一学年:10.86)」  
において、県平均値かつ全国平均値より低い数値であった。

上記の課題を受けて具体的に  
取り組んだ事項

- 「長座体前屈」  
体育の授業において毎時間柔軟性を高める運動を行った。
- 「立ち幅跳び」  
授業の補強運動にジャンプ系のメニューを取り入れた。
- 「反復横跳び」  
敏捷系のトレーニングを授業で取り入れた。
- 「上体起こし」  
体幹部を鍛える運動を授業に取り入れた。

令和3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(令和元年度)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2学年	32.63	27.83	47.58	55.30	83.91		7.72	201.88	20.43	45.83	第2学年	27.92	26.42	51.17	48.42	52.58		8.58	171.13	13.00	54.04

県平均値かつ全国平均値未満

令和3年度新体力テストの結果(県平均値(令和3年度)・全国平均値(令和2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2学年	32.63	27.83	47.58	55.30	83.91		7.72	201.88	20.43	45.83	第2学年	27.92	26.42	51.17	48.42	52.58		8.58	171.13	13.00	54.04

県平均値かつ全国平均値未満

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	52.17	43.48	4.35	0.00	第2学年	41.67	45.83	12.50	0.00

学校独自の意識調査

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

- 授業前にランニングを取り入れ、持久力の向上につなげる。
- 校内体力測定第二回を行う。
- ソフトボールの授業で、遠投を取り入れ、投げる力や投球動作の確認を行う。
- 体操に柔軟性を高めるストレッチや瞬発力を高める運動を取り入れる。

体育の授業以外で行う取組内容

- 部活動の時間を利用し、持久力を高めるトレーニング、自己の運動課題を改善するための運動メニューを行う時間を設ける。
- 第二回校内体力測定を行い、そこに向けた課題意識を持ち、授業や部活動において体力を向上させるような取り組みを行う。

重点課題

- 男女ともに20mシャトルラン、ボール投げにおいて県平均値かつ全国平均値より低い。
- 男子は上体起こしが県平均値かつ全国平均値より低い。
- 女子は反復横跳びと立ち幅跳びが県平均値かつ全国平均値より低い。
- 女子の運動やスポーツをすることがやや嫌いですと答えた生徒の割合が12.5%である。

令和4年度の  
重点目標値

- 20mシャトルランの平均数値を、男子は85以上、女子は55以上にする。
- 20mシャトルランの平均数値を、2ポイント以上上げる。
- 男女の県平均値かつ全国平均値より低い項目を3つ以下にする。