

# 令和7年度 体育に関する指導改善計画

東広島市 立磯松

中学校

## 令和6年度の重点課題

- 女子
  - ・「握力」「ハンドボール投げ」において、県平均値かつ全国平均値より低い値になっている。
- 男女共通
  - ・「50m走」「立ち幅とび」において、県平均値かつ全国平均値より低い値になっている。

## 上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

- 情緒面への取り組み
  - ・得意な生徒は、レベルの高いものに挑戦できるように、段階に分けた練習内容を設定し、自分で選択して取り組めるように工夫した。
  - ・男女別のチームで試合をする機会をもつことで、怖さや不安等を和らげたり、積極的にプレイに参加したりできるようになることで、運動が楽しいと感じられる生徒が少しでも増えるように取り組んだ。
- 体力面への取り組み
  - ・校内に新体力テストの結果や目標値を掲示し、課題や目標をもって体力向上への意識が高まるよう工夫した。
  - ・学年クラスマッチを位置づけ、体力を向上しながら、仲間と楽しむ活動を仕組んだ。
  - ・昼休憩にボールの貸し出しを行い、運動することの楽しさを味わいながら体力向上できるようにした。

## 令和7年度新体力テストの結果 県平均値(令和6年度)・全国平均値(令和5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	29.25	27.81	44.11	56.93	93.15		7.78	200.29	21.53	46.04	第2学年	23.81	22.94	49.19	51.74	61.15		8.86	171.76	12.72	52.15

県平均値かつ全国平均値未満

## 令和7年度新体力テストの結果 県平均値(令和7年度)・全国平均値(令和6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	29.25	27.81	44.11	56.93	93.15		7.78	200.29	21.53	46.04	第2学年	23.81	22.94	49.19	51.74	61.15		8.86	171.76	12.72	52.15

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	66.21	25.52	4.14	4.14	第2学年	34.09	35.61	12.88	17.42

## 学校独自の意識調査

○保健体育の授業で、「以前よりできるようになった。記録を伸ばすことができた。」  
肯定的回答… 91.5% 否定的回答… 8.5%

○保健体育の授業で、「仲間の必要性を感じることができる。」  
肯定的回答… 94.8% 否定的回答… 5.2%

## 重点課題

### 情意面での課題

- 女子
  - ・運動やスポーツをすることが「やや嫌い」「嫌い」と回答する生徒の割合が30%であった。
  - ・「体育の授業をすることは楽しいですか」という質問では、「やや楽しくない」「楽しくない」と回答する生徒の割合が16%であった。
- 男子
  - ・運動やスポーツをすることが、「やや嫌い」「嫌い」と回答する生徒の割合が8%であった。

### 体力面での課題

- 女子
  - ・「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
  - ・「長座体前屈」、「立ち幅とび」において、県平均値かつ全国平均値より低い。
- 全体
  - ・1日の運動・スポーツ実施時間が30分未満の生徒が30%である。

## 令和8年度の 重点目標値

○運動やスポーツが「嫌い」、体育が「楽しくない」と回答する生徒の割合を0%を目指す。

○運動やスポーツをすることを肯定的(「好き」、「やや好き」)に回答する女子の割合を80%以上を目指す。

○授業や部活動において、ウォーミングアップで下半身の運動を取り入れ、男子の「長座体前屈」の平均記録46cmを目指す。

○ソフトボールやバスケットボールを用いて、投運動の学習を取り入れ、女子の「ハンドボール投げ」の平均記録13mを目指す。

## 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

- 情緒面への取り組み
  - ①自分の能力や得意にあった練習方法や技能を選択して学習できる場面を増やす。
  - ②各種目で個人の目標を立てることで、周りとの比較ではなく、「自分の成長に向けて取り組むことができた」という実感を持ち、少しずつ運動やスポーツが楽しいと感じられるようにする。
- 体力面への取り組み
  - ①ウォーミングアップでの動的・静的ストレッチを工夫し、意識性を大切にしながら行う。
  - ②瞬発系のトレーニングを取り入れる。(速いスキップ、縄跳び、ジャンプスクワットなど)

### 体育の授業以外で行う取組内容

- 新体力テストの結果や課題、目標をHPへの掲載や校内掲示を通して、体力向上への意欲を高める。
- 昼休憩中にグラウンドで楽しく体を動かすことができるよう、ボールの貸し出しをし、主体的に体を動かす生徒数が増えるようにする。
- 家庭での外遊びやスポーツイベント等への参加を促す声かけや課題を提示する。