

令和7年度 体育に関する指導改善計画

東広島市立 河内中学校

令和6年度の重点課題

- 新体力テストの総合評価のAB率 60%、DE率25%である。((AB-DE)率35%)
- 男子
・「握力」の記録が、県平均値かつ全国平均値より低い学年が2学年ある。
・運動やスポーツをすることが嫌い、やや嫌いと答えた生徒の割合が13%である。
- 女子
・「握力」の記録が、県平均値かつ全国平均値より低い学年が2学年ある。
・運動やスポーツをすることが嫌い、やや嫌いと答えた生徒の割合が22%である。
- 全体
・1日の活動時間が30分未満の生徒が10%である。

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

性別	握力	上体起し	長座体前屈	反復横跳び	20m シャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
男子 第2学年	32.35	26.65	46.06	54.59	87.94		7.71	197.18	21.35	44.71
女子 第2学年	24.71	24.29	47.93	46.14		51.21				14.00

■ 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

性別	握力	上体起し	長座体前屈	反復横跳び	20m シャトルラン	持久走	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
男子 第2学年	32.35	26.65	46.06	54.59	87.94		7.71	197.18	21.35	44.71
女子 第2学年	24.71	24.29	47.93	46.14		51.21				14.00

■ 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

性別	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	性別	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
男子 第2学年	70.59	23.53	5.88	0.00	女子 第2学年	38.46	38.46	23.08	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

重点課題

情意面での課題

- 全体
・体力に自信がないと答えた生徒の割合が25%であった。
・運動やスポーツをすることは嫌い、やや嫌いと答えた生徒の割合が11%であった。
・保健体育の授業がやや楽しくない、楽しくないと答えた生徒の割合が約6%であった。

体力面での課題

男子

- ・「立ち幅跳び」の記録が、県平均値(令和7年度)かつ全国平均値(令和6年度)を下回っている。

女子

- ・「立ち幅跳び」の記録が、県平均値(令和7年度)かつ全国平均値(令和6年度)を下回っている。

体育の授業で行う取組内容

- 複数の体力の要素を向上させることを目的としたサーキットトレーニングを行う。
○「握力」→体育の授業の導入で補強運動(グーパー運動やボールを握る運動)を取り入れる。
○「反復横跳び」→体育の授業の導入で補強運動(体幹トレーニングやスクワット)を取り入れる。
○「20mシャトルラン」→陸上競技の長距離走等で呼吸法やベース配分を身に付ける。
○「立ち幅跳び」→体育の授業の導入で補強運動(ジャンプスクワットやバービージャンプ)を取り入れる。
○「ボール投げ」→投球フォームに課題があるため、腕の振りや足の運び方、重心の移動、体のひねりなどICT機器を利用し、確認する。(球技:ベースボール型)

体育の授業以外で行う取組内容

- 部活動の時間に筋力や全身持久力、瞬発力等、自己の運動課題を解決するための運動行う。
○2回目の新体力テストを実施する。自分の体力の課題や成果を確認し、運動能力向上に向けて授業や部活動で取り組む。
○講師を招聘し、トレーニング指導を通して、からだの使い方やケアの方法を学ぶ。また、記録更新や目標をもって取り組む態度等を育成する。

令和8年度の重点目標値

- さまざまな運動実践を通して、体力に自信がないと答える生徒の割合を20%以下にする。
○すべての種目において、全国平均値以上を目指す。
○どの項目も前回の学年平均値を上回るようにする。(年度末に再度測定する。)