

## 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。

上記の課題を受けて具体的に  
取り組んだ事項

（体育の授業）  
○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った。  
○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、グーパー運動、ボールを握る運動）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）  
○部活動の時間を活用し、自己の運動課題を解決するための運動行う。  
○外部指導者に来ていただき、体の使い方や体幹トレーニングの方法等を学ぶ機会を設けた。  
○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に取り組む。

## 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<br>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<br>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 | 32.35 | 26.65 | 46.06 | 54.59 | 87.94         |     | 7.71 | 197.18 | 21.35 | 44.71 | 第2学年 | 24.71 | 24.29 | 47.93 | 46.14 | 51.21         |     | 8.75 | 165.86 | 14.00 | 50.21 |

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<br>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<br>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 | 32.35 | 26.65 | 46.06 | 54.59 | 87.94         |     | 7.71 | 197.18 | 21.35 | 44.71 | 第2学年 | 24.71 | 24.29 | 47.93 | 46.14 | 51.21         |     | 8.75 | 165.86 | 14.00 | 50.21 |

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 | 70.59 | 23.53 | 5.88 | 0.00 | 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

## 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ペ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。

## 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。

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。）