

令和3年度の重点課題

- 握力、立ち幅とびではどの学年も全国平均を下回っている。
- 体力は必要と感じている生徒は96%いるが、体力に自信があると答えた生徒は18.7%である。
- 1日のテレビ（テレビゲームを含む）の視聴時間を3時間以上と答える生徒は27%で昨年度よりも増加している。
- 朝食を毎日食っている生徒は82.6%と全国平均より高いが100%ではない。
- 1日の睡眠時間を6時間未満と答え

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

- 体育の授業で柔軟の時間を少し多めにとったり、ペアで負荷をかけてストレッチを行ったりした。
- 体育の授業では、活動の機会を増やし、基礎的な動きをテンポよく繰り返し行い、技能習得と体力の向上を図った。
- 毎日給食放送の際、委員が当日使われている食材やメニューの内容や知識、文化的なことを紹介して、生徒の食への興味を深めさせた。
- 養護教諭や保健の授業で睡眠の大切さを取り上げ、自身の睡眠状況を振り返らせ、改善しようとする意識を持たせた。

令和4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	27.39	26.60	45.00	53.10		416.74	7.88	199.41	24.60	42.60	第2学年	22.67	23.74	47.38	46.43		307.44	8.70	170.91	13.43	49.56

県平均値かつ全国平均値未満

令和4年度新体力テストの結果(県平均値(令和4年度)・全国平均値(令和3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	27.39	26.60	45.00	53.10		416.74	7.88	199.41	24.60	42.60	第2学年	22.67	23.74	47.38	46.43		307.44	8.70	170.91	13.43	49.56

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	62.04	25.00	8.33	4.63	第2学年	50.57	27.59	11.49	10.34

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

保健体育科での取組（保健体育主任を中心に）

- 体づくり運動の授業 ⇒ 持久力を高めるためにつながる動きをセット運動として取り入れる。
- 体育理論 ⇒ 体力を高めることの重要性の指導 ⇒ 効果的で安全な体力づくりの実践へ
- ゲーム要素を取り入れたトレーニング ⇒ 持久力の強化・運動への親しみ

体育の授業以外で行う取組内容

心と体を鍛える黙動流汗清掃の実施（生徒指導担当を中心に）

- 膝をついた雑巾掛け ⇒ 体幹の強化
- 雑巾を固く絞らせる ⇒ 握力の向上

日常的な取組（保健主事を中心に）

- 昼休憩にはボールの貸し出しを行い、運動の機会を増やす。

重点課題

- 男子は握力、上体起こし、持久走、立ち幅とびで県平均・全国平均を下回っている。
- 女子は握力、長座体前屈、反復横跳び、持久走で県平均・全国平均を下回っている。

令和5年度の重点目標値

体力向上の必要性を理解し、体力が向上する楽しさや運動する心地よさを味わい運動の日常化を図る。
新体力テストのすべての項目で全国平均を上回る。