別紙 （参考様式）

令和8年度 体育に関する指導改善計画

三原市　立　大和　中学校

令和7年度の重点課題

【情緒面での課題】
○全学年で、「体力に自信ありますか」という質問に対する否定的な回答が38%、「ふつう」という回答が44%で肯定的な回答を大きく上回った。

【体力面での課題】
○男女共に，「長座体前屈」「立ち幅跳び」「20mシャトルラン」の結果が、県・全国の平均値よりも低かった。柔軟性や瞬発力に課題がある。
○投動作がぎこちない生徒も多数見受けられ、投げる動きの経験が少ないことが課題として見える。巧緻性に課題がある。
○1・2年生男女においては、体力合計点が全国の平均値を下回った。

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」・・・毎時間の準備運動のメニューに組み込む。継続して行った。

○「20mシャトルラン」・・・全身持久力が高まる運動を各競技の特性に合わせたサーキットトレーニングを取り入れ、楽しみながら取り組む工夫をした。

令和8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7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
第2学年	32.38	27.58	47.62	56.92		405.38	7.74	209.62	23.00	48.92

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	28.06	19.76	44.88	46.12		327.25	8.41	164.41	12.88	49.75

■県平均値かつ全国平均値未満

令和8年度新体力テストの結果　県平均値（令和8年度）・全国平均値（令和7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
第2学年	32.38	27.58	47.62	56.92		405.38	7.74	209.62	23.00	48.92

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	28.06	19.76	44.88	46.12		327.25	8.41	164.41	12.88	49.75

■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
第2学年	84.62	7.69	7.69	0.00

女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	43.75	37.50	6.25	12.50

学校独自の意識調査

重点課題

情意面での課題

○全学年で、「体力に自信ありますか」という質問に対する否定的な回答が28%、「ふつう」という回答が52%で肯定的な回答を大きく上回ったが、昨年度と比較し、「ない」の回答は、減少傾向にある。（昨年度、「ない」：38%、「ふつう」44%）

体力面での課題

○男女共に，「ハンドボール投げ」「持久走」全国の平均値よりも低いもしくは同等であり、巧緻性、全身持久力に課題がある。
「ハンドボール投げ」（巧緻性）：投動作がぎこちない生徒も多数見受けられ、投げる動きの経験が少ないことが課題として見える。
「持久走」（全身持久力）：長距離走などの機会の減少などが課題として見える。

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

○「ハンドボール投げ」・・・ボールを扱う動作を積極的に取り組み、基本動作の確認を行う。
○「持久走」・・・全身持久力が高まる運動を各競技の特性に合わせサーキットトレーニングを取り入れ、楽しみながら取り組む工夫をする。
○個々の能力に応じた場の工夫を行い、自分なりの目標を設定して、自分で課題を解決していけるような授業展開の 工夫を行う。

体育の授業以外で行う取組内容

○部活動と連携し、学校全体で体力向上に努める。
○通学距離が長い生徒が多いことを生かし、毎日の通学も運動の効果があることを気付かせ、自転車通学が体力向上 の一環であることを前向きに取り組めるようにする。
○定期的に生徒の実態調査を行い、「楽しい」と感じる理由や「楽しくない」と感じる理由を調査し、授業改善や、運動への関わり方へのアドバイスを行う。

令和9年度の重点目標値

男女共、「ハンドボール投げ」「持久走」の県平均・前年度全国平均を上回るようにする。
○「ハンドボール投げ」・・・ボールを扱う動作を積極的に取り組み、基本動作の確認を行う。（生徒会による球技大会の実施）
○「持久走」・・・全身持久力が高まる運動を各競技の特性に合わせサーキットトレーニングを取り入れ、楽しみながら取り組む工夫をする。