

平成30年度の重点課題

○男子

「握力」、「長座体前屈」、「20mシャトルラン」において、課題のある学年が多い。

○女子

「握力」、「長座体前屈」において、課題がある。

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」→体育の準備運動や体育朝会、家庭学習で柔軟運動を取り入れる。

○「20mシャトルラン」→毎日の業間マラソンや体育朝会で、5分間走やサーキット走等、持久力を高める運動を取り入れる。

○「握力」→体育の準備運動や体育朝会、家庭学習で腕立て伏せや手押し車、人運び、グーパー運動等を取り入れる。体育で手渡りやのぼり棒を取り入れたサーキット運動を行う。

平成31年度新体力テストの結果(県平均値(平成30年度)・全国平均値(平成29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	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	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年	8.50	12.00	30.00	33.50	29.00	11.45	126.00	11.00	35.50	第1学年	8.33	10.00	28.67	31.67	16.67	11.13	113.67	4.67	32.00	
第2学年	12.00	15.00	33.00	36.00	41.00	9.60	153.00	15.00	46.00	第2学年										
第3学年	12.00	15.50	26.00	38.50	40.50	10.20	145.50	15.50	44.50	第3学年										
第4学年	15.00	15.00	29.00	41.00	55.00	10.00	150.00	16.00	47.00	第4学年										
第5学年	19.00	23.00	47.00	48.00	57.00	9.50	165.00	20.00	61.00	第5学年	16.00	16.00	24.00	43.00	42.00	9.20	145.00	10.00	51.00	
第6学年	20.00	25.00	33.00	44.00	62.33	9.17	159.00	32.67	60.00	第6学年										

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果(県平均値(平成31年度)・全国平均値(平成30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	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	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年	8.50	12.00	30.00	33.50	29.00	11.45	126.00	11.00	35.50	第1学年	8.33	10.00	28.67	31.67	16.67	11.13	113.67	4.67	32.00	
第2学年	12.00	15.00	33.00	36.00	41.00	9.60	153.00	15.00	46.00	第2学年										
第3学年	12.00	15.50	26.00	38.50	40.50	10.20	145.50	15.50	44.50	第3学年										
第4学年	15.00	15.00	29.00	41.00	55.00	10.00	150.00	16.00	47.00	第4学年										
第5学年	19.00	23.00	47.00	48.00	57.00	9.50	165.00	20.00	61.00	第5学年	16.00	16.00	24.00	43.00	42.00	9.20	145.00	10.00	51.00	
第6学年	20.00	25.00	33.00	44.00	62.33	9.17	159.00	32.67	60.00	第6学年										

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子

「握力」「長座体前屈」「50m走」「ボール投げ」において、課題のある学年が多い。

○女子

「握力」「長座体前屈」において、課題がある。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○「握力」→ 体育の準備運動や体育朝会等で、腕立て伏せや手押し車、人運び、グーパー運動等 体づくり運動や力試しの運動遊び等を取り入れる。体育で雲梯の手渡りやのぼり棒を取り入れたサーキット運動を行う。鉄棒等も行う。また、機会を見つけて、グーパー運動やハンドグリップ等をする。

○「50m走」→ 体育の準備運動に、ラダー運動を取り入れる。

○「ボール投げ」→ 体育朝会でボールを投げる練習を取り入れる。ドッジボールやポートボール、ハンドボールなどのボールを投げる動きにつながる遊び等を取り入れる。

○「長座体前屈」→ 体育の準備運動や体育朝会、家庭学習で柔軟運動を取り入れる。

平成32年度の目標値

○県及び全国をこえていた種目の割合62.5% (64種目中40種目)を 74%(64種目中47種目)にする。
(各学年男女とも今年度の苦手種目を1以上克服する)