

平成30年度の重点課題

○新体カテストの結果、長座体前屈・50m走・上体起こしに課題があることが分かった。
 【全国平均を超えた学年数】
 50m走(男子2学年 女子2学年)
 長座体前屈(男子2学年 女子2学年)
 上体起こし(男子3学年 女子2学年)
 柔軟性・走力・筋力を鍛えて、全国平均を超える種目60以上を目指す。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○瞬発力を高めるために、様々な姿勢からのスタート練習を繰り返し行った。合図に対する反応速度を速くするために、合図→ジャンプ・方向転換などの運動を取り入れた。
 ○柔軟性を高めるために、体育科の授業の準備体操や朝の会などを使って、柔軟運動を行った。
 ○体育朝会や体育科ミニ研修(体カテスト前)で瞬発力・柔軟性・筋力の記録向上が期待できる運動を紹介したり研修したりした。運動委員会を活用して、なわとび等の運動紹介タイムを実施した。
 ○外遊びを推進し、運動の日常化を図り、遊びながら体力向上を目指した。
 ○50m走・長座体前屈・上体起こしにおける全国平均と個人記録を比較し一人一人の目標値を設定させて運動に取組み、12月に3種類のミニ体カテストを実施した。
 【ミニ体カテストの結果】
 50m走(男子2→3種目 女子(2→6種目)
 長座体前屈(男子2→6種目 女子2→6種目)

平成31年度新体カテストの結果(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	9.29	11.10	21.92	26.96	12.50	10.97	103.73	9.98	27.76	第1学年	8.45	11.88	24.38	26.71	14.64	11.32	95.86	4.83	28.15
第2学年	10.92	14.39	28.92	25.26	23.95	10.07	121.37	11.90	35.19	第2学年	10.65	14.32	30.76	25.46	23.30	10.61	115.27	7.68	37.46
第3学年	12.95	17.95	28.07	36.00	41.02	9.70	134.90	14.49	44.11	第3学年	12.33	16.56	31.94	35.08	31.26	10.01	130.77	10.10	45.67
第4学年	15.08	20.78	31.50	40.68	43.86	9.23	144.02	20.95	51.08	第4学年	15.27	18.66	36.02	39.69	33.44	9.56	137.59	12.50	53.08
第5学年	18.40	21.72	32.33	42.09	45.67	9.22	144.91	22.72	53.09	第5学年	16.72	23.37	36.79	40.90	43.51	9.26	147.26	14.03	57.87
第6学年	19.80	21.69	34.51	46.02	62.18	8.87	160.32	24.84	58.27	第6学年	20.27	21.95	40.95	46.58	56.12	8.85	160.51	16.44	64.10

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体カテストの結果(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	9.29	11.10	21.92	26.96	12.50	10.97	103.73	9.98	27.76	第1学年	8.45	11.88	24.38	26.71	14.64	11.32	95.86	4.83	28.15
第2学年	10.92	14.39	28.92	25.26	23.95	10.07	121.37	11.90	35.19	第2学年	10.65	14.32	30.76	25.46	23.30	10.61	115.27	7.68	37.46
第3学年	12.95	17.95	28.07	36.00	41.02	9.70	134.90	14.49	44.11	第3学年	12.33	16.56	31.94	35.08	31.26	10.01	130.77	10.10	45.67
第4学年	15.08	20.78	31.50	40.68	43.86	9.23	144.02	20.95	51.08	第4学年	15.27	18.66	36.02	39.69	33.44	9.56	137.59	12.50	53.08
第5学年	18.40	21.72	32.33	42.09	45.67	9.22	144.91	22.72	53.09	第5学年	16.72	23.37	36.79	40.90	43.51	9.26	147.26	14.03	57.87
第6学年	19.80	21.69	34.51	46.02	62.18	8.87	160.32	24.84	58.27	第6学年	20.27	21.95	40.95	46.58	56.12	8.85	160.51	16.44	64.10

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○50m走のタイムの向上を目指す。
 全国平均を超えている種目を2種目から7種目以上にする。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○瞬発力を高めるために様々な姿勢からのスタート練習を継続的に行う。
 ○体育の授業の始めに走る活動を取り入れる。
 ○外遊びを推進し、運動の日常化を図る。色々な鬼ごっこを紹介して、遊びながら走力をつけていく。
 ○50m走の全国平均と個人記録を比較させて、一人一人の目標値を設定し、活動の意欲につなげていく。
 ○50m走の記録会を12月に実施する。
 ○全国平均と個人記録を比較させ、50m走の目標値を決めて実施する。
 6月の時点で、目標達成種目数が2種目(男子0 女子2)
 ミニ体カテスト(12月の50m走の記録を入力)
 H30(県)H29(国)との比較 目標達成種目数が10(男子4 女子6)
 H31(県)H30(国)との比較 目標達成種目数が12(男子6 女子6)

平成32年度の目標値 走力を鍛えて、50m走タイムの全国平均以上の種目数を7以上にする。