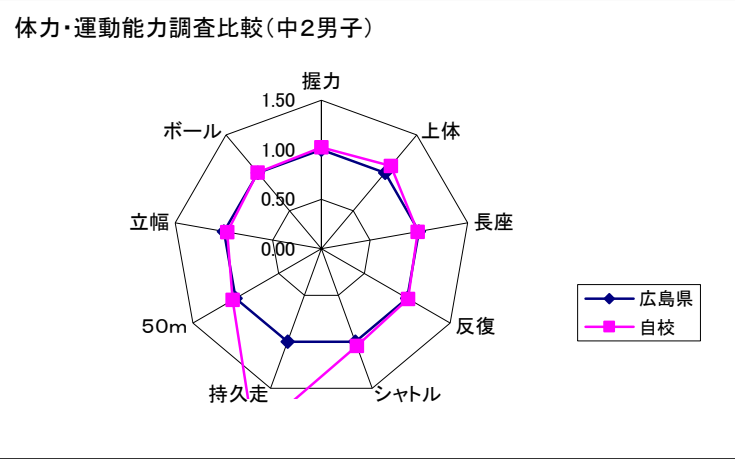
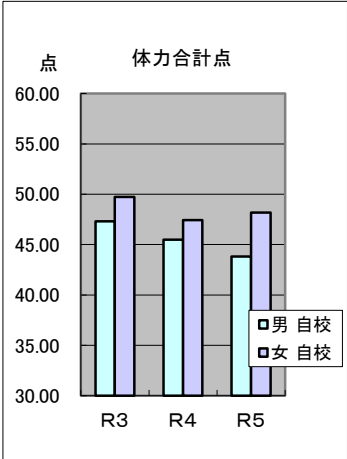
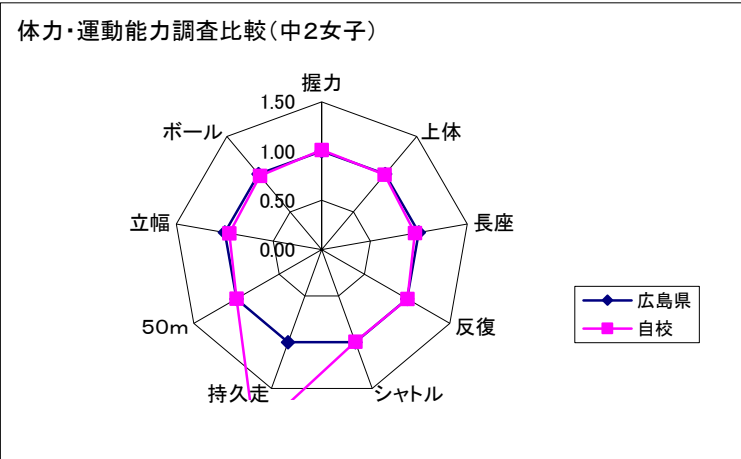


男子の体力合計点 学校 43.82点 県平均 42.28点



女子の体力合計点 学校 48.19点 県平均 48.60点



R5体力・運動能力調査の結果と分析

結果と分析

① 50m走(呉市の課題種目)  
・女子は全学年、全国・県と全てにおいて下回っている。3年男子は県。2年男子は全国・県を上回っているが、1年男子は全国・県ともに下回っており、特に女子の筋力・瞬発力アップを目指したトレーニングが必要である。

②(中学校区の課題種目)⇒20mシャトルラン  
・2年男子を除く、全学年の男女において、全国・県ともに下回っている。昨年度から継続して持久力向上を目指してきたが、トレーニングはもちろんだが、粘り強く取り組む心も育てる必要があると感じる。  
持久走の授業では、ペア学習を取り入れたりしながらの工夫も展開しているが、さらなる、場の工夫や、有酸素運動を取り入れた授業も展開する必要がある。

③(自校の課題種目)⇒反復跳び  
・2年男女と1年女子は全国または県のどちらかが上回っているが、3年男女と1年男子は全国、県ともに下回っており、全体的に敏捷性の動きに関わるトレーニングが必要であり、授業だけでなく、部活動でのトレーニングも顧問と連携しながら考えていく必要がある。

課題解決のための今後の取組及び数値目標

|                           |                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①呉市の課題種目<br>(50m走)        | 具体的な取組内容<br>・引き続き、登下校の環境を最大限利用しながら、筋力アップや瞬発力アップに向けたトレーニングを、授業開始時に取り入れていく。<br>・部活動でも、筋力や瞬発力アップを目指すトレーニングを取り入れていくように顧問とも連携していく。                                                                                           |
| ②中学校区の課題種目<br>(20mシャトルラン) | 具体的な取組内容(中学校区で1つ以上共通の取組を設定)<br>・中学校区で共通した取り組みとして、授業開始時に「3分間走」などウォーミングアップも兼ねて持久的な運動を取り入れていく。※「短縄」や呉チャレンジマッチの「8の字跳び」「みんなでジャンプ」などを利用していく。<br>・部活動でも、特に寒冷期において持久的なトレーニングを取り入れていくように顧問とも連携していく。<br>・定期的に持久力のテストを実施する。(学期に1回) |
| ③自校の課題種目<br>(反復横跳び)       | 具体的な取組内容<br>・継続して授業開始時に、「アジリティトレーニング」の工夫や「短縄」「ダブルダッジ」などを取り入れながら、生徒が興味を持って楽しく取り組めるように工夫していく。                                                                                                                             |

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)