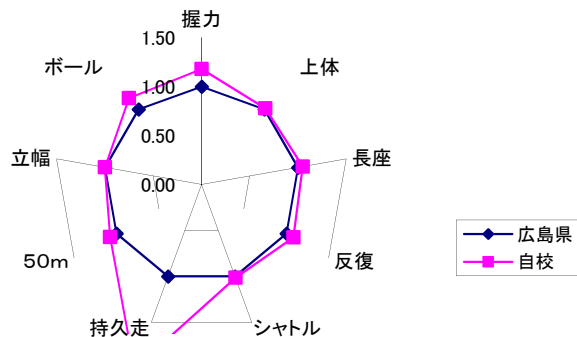


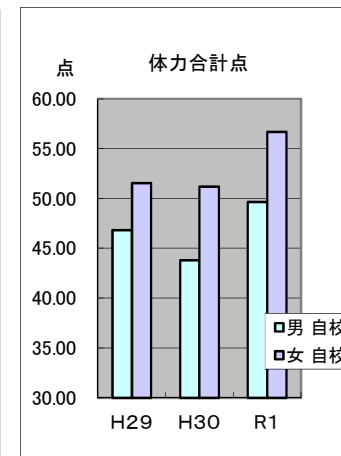
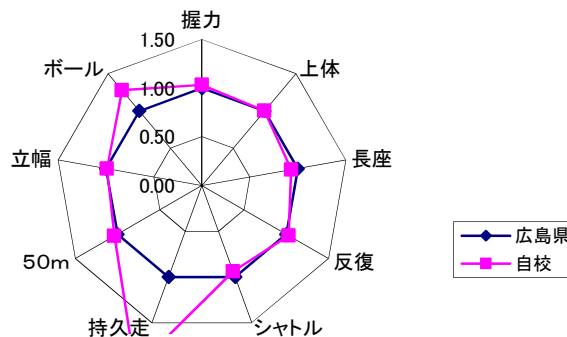
男子の体力合計点 学校 49.65点 県平均 44.04点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 56.67点 県平均 52.57点

体力・運動能力調査比較(中2女子)



R1体力・運動能力調査の結果と分析

結果と分析 (全学年の状況も踏まえて記入すること)

- ① 50m走(呉市の課題種目)
  - ・前年度と比較すると、2年男子は0.37秒、2年女子も0.35秒伸びている。3年女子が0.09秒県平均を下回ったが、他は全て県平均を上回っている。
  - ・引き続き、生徒に目標をもたせ、継続的に取組を進めていきたい。
- ② 上体起こし(中学校区の課題種目)
  - ・昨年度は全学年の男女で県平均を下回ってしまったが、2年男女と1年女子で0.42回～1.16回県平均を上回ることができた。
  - ・今後も筋持久力を高める運動を重点的に進めていく。
- ③ 20mシャトルラン(自校の課題種目)
  - ・2年女子で県平均-3.45回、3年男子で県平均-3.09回、3年女子では県平均-12.40回と県平均を大きく下回っている。
  - ・全身持久力の体力面と粘り強さといった精神面の双方に課題が見られる。

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 (50m走)	具体的な取組内容 ・保健体育科の授業で、準備運動や補強運動の中に、走るフォームや歩幅を意識して走らせたり、走るための筋力を高めたりする運動を取り入れる。 ・陸上競技(短距離走)の指導においては、スタート、中間疾走、フィニッシュを意識して走ることができる理論的な指導を行う。
具体的な数値目標 (男子0.1秒、女子0.1秒)	
②中学校区の課題種目 (上体起こし)	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) ・毎日、小中全学級の「朝の会」で計画的、継続的に腹筋運動を実施する。 ・保健体育科の授業や部活動の準備運動や補強運動において、腹筋運動を積極的に取り入れ、筋持久力を高める。
具体的な数値目標 (男子3回、女子2回)	
③自校の課題種目 (20mシャトルラン)	具体的な取組内容 ・保健体育科の授業で、リラックスしたフォームで走ることや、5～12分間走で自分の限界に挑戦して粘り強さを養う。 ・呉市や地域のロードレース大会などを目標に、体育授業や部活動で長距離走の練習を位置づける。
具体的な数値目標 (男子6回、女子4回)	

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)