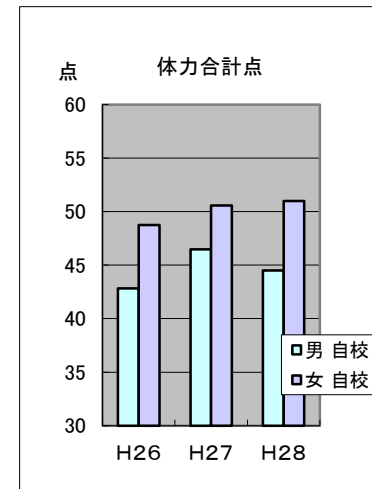
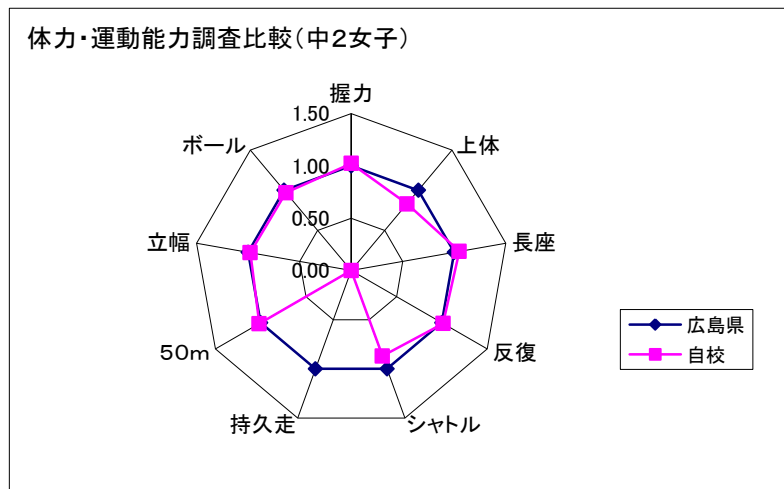
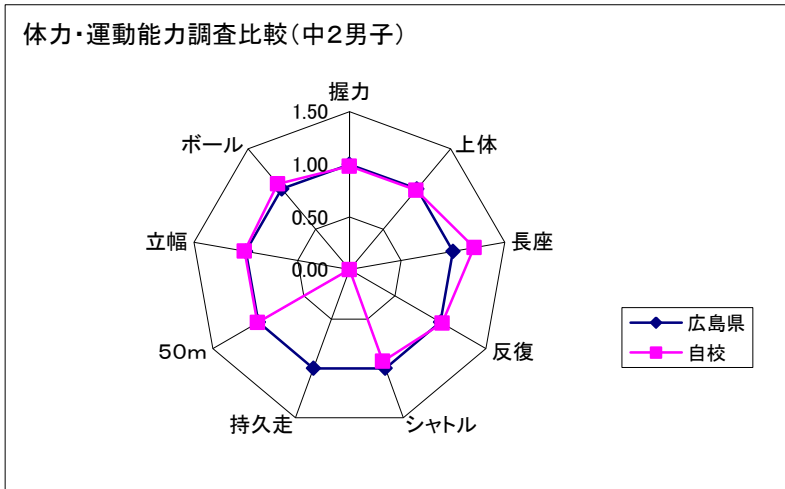


男子の体力合計点 学校 44.50 点 県平均 44.03 点

女子の体力合計点 学校 51.00 点 県平均 51.57 点



H28体力・運動能力調査の結果と分析

課題解決のための今後の取組及び数値目標

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)
男子は、1, 3年は県平均並み、2年は県平均を上回っている。女子は、全学年県平均を上回っている。昨年度よりも、全体的に数値が上がっている。
短距離走の走り方やコツを指導したことが結果となっている。

②(中学校区の課題種目)ハンドボール投げ
男子は、2, 3年が上回ってはいるが、男子1年, 女子全学年は県平均を下回っている。
体育の授業や部活動において、年間を通して筋パワーを高めるトレーニングができなかった。

③20mシャトルラン(自校の課題種目)
全学年男女ともに、平均値を上回っていない。昨年度と比較しても、あまり数値が上がっていない。
体育や部活では、冬場に持久力をつけるトレーニングを行ったが、結果に結びついていない。これまで以上に高頻度に、負荷がかかるトレーニングを行う必要がある。

①呉市の課題種目 (50m走)	具体的な取組内容 保健体育の授業においてラダートレーニングや補強運動を取り入れ、瞬発力や敏捷性を高める。50m走に必要なスピードの向上を図る。 陸上競技の単元において、短距離走を取り上げ、スタート方法や中間疾走、フィニッシュについて理論的な指導方法を工夫して効率的な走姿勢をさらに習得させる。また、効率の良い走り方やフォームを習得させる。
具体的な数値目標 (男子 7.70, 女子 8.50)	
②中学校区の課題種目 (ハンドボール投げ)	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) ・各部活動においても、筋パワーを高めるような取組を促していく。 ・バレーボールやバスケットボールなど球技や体づくり運動の授業時にキャッチボールなどを行い、筋パワーを高め、ボールの操作方法を習得させる。 呉チャレンジマッチスタジアムを利用し、生徒の意欲を高めながら、投げることに親しませる。
具体的な数値目標 (男子 23m, 女子 14m)	
③自校の課題種目 (20mシャトルラン)	具体的な取組内容 ・小中共に長期休業中の課題としてなわとびを使ったトレーニング等、持久的なトレーニング課題に取り組む。 ・各部活動においても、全身持久力を高めるような取組を促していく。 ・体育の授業において、長距離走を取り上げ、走法の習得させ、サーキットトレーニングや校内マラソン大会を行い、全身持久力の向上に取り組ませる。
具体的な数値目標 (男子 86回, 女子 59回)	

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)