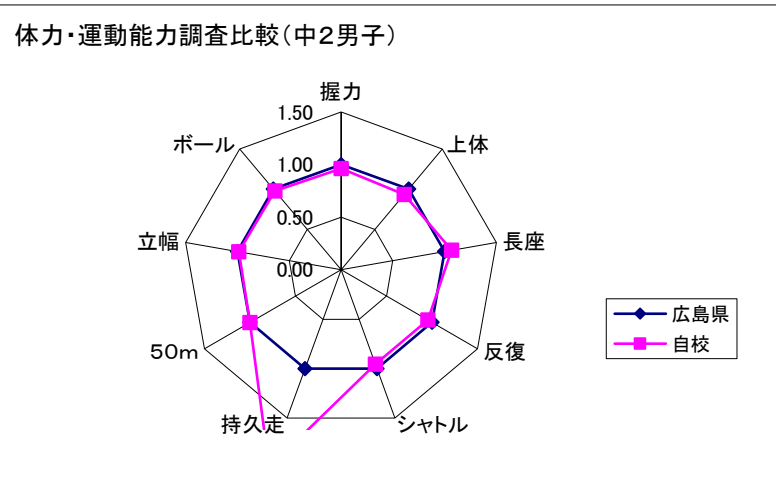
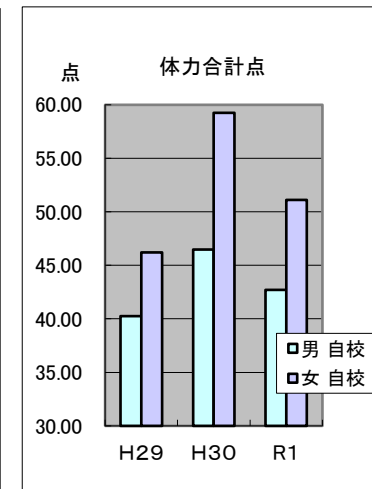
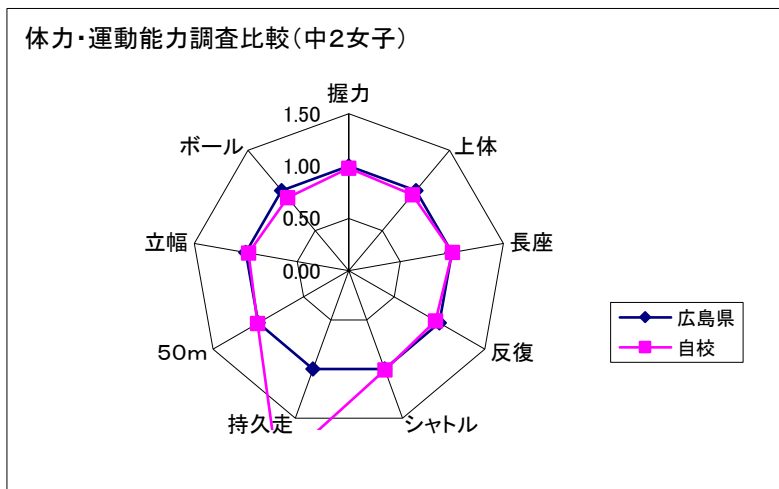


男子の体力合計点 学校 42.70点 県平均 44.04点



女子の体力合計点 学校 51.10点 県平均 52.57点



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)  
 ・1年男女, 3年男女は全国, 県平均を, 2年男女は県平均を上回っている。昨年度と比較すると, 2, 3年男子は数値が上がっている。特に2年男子は, 0.40秒数値があがっている。女子は下がっている。自分に合った走り方が身に付いていないと考える。

②(中学校区の課題種目)ハンドボール投げ  
 ・1, 3年男子は全国, 県平均を1年女子は全国平均を上回っている。2年男女, 3年女子は, 全国, 県平均を下回っている。しかし, 2年男女については昨年の自分たちの記録より数値が伸びている。  
 ・運動部に所属していない生徒は, 保健体育科の授業以外でボールを投げる機会が少ない。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。

③(自校の課題種目)20mシャトルラン  
 ・1年男子は全国, 県平均を2, 3年女子は県平均を上回っているが, 1年女子, 2年男子は全国, 県平均を下回っている。特に2年男子は全国平均を大きく下回っている。全国には及ばないが, 継続して伸ばしていく必要がある。

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 ( 50m走 )	具体的な取組内容 ・昨年と同様に, 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7.8秒, 女子8.5秒)	
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。 ・ソフトボールやバレー, バスケットなどの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する。 ・呉チャレンジマッチを利用し, 生徒の意欲を高めながら, 投げることに親しませる。昼休憩においてもボール運動に取り組ませる。
具体的な数値目標 (男子22m, 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, 持続的なトレーニングの課題に取り組む。 ・各部活動において, 長距離走を取り上げ, 走法を習得させ, 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。呼吸法やリラックスした走り方を, 身に付けさせる。
具体的な数値目標 (男子85回, 女子60回)	

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)