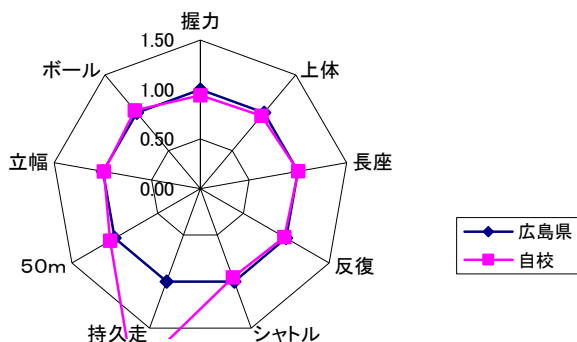


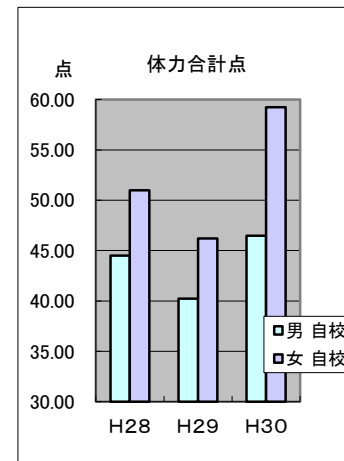
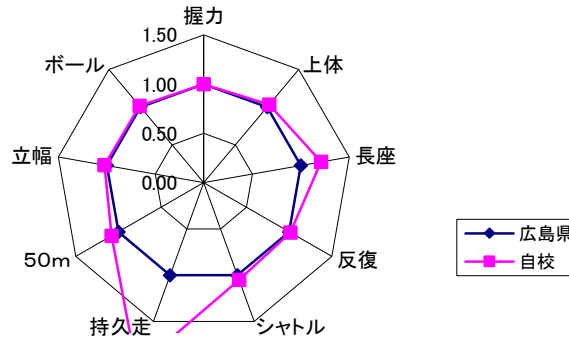
男子の体力合計点 学校 46.47 点 県平均 44.7

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 59.24 点 県平均 52.

体力・運動能力調査比較(中2女子)



H30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)  
全学年男女とも全国、県平均を上回っている。昨年度と比較をしても、全学年男女とも数値が上がっている。特に2年生女子は0.98も数値があがっている。短距離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  
1年男子、2年男女は全国、県平均を上回っているが、3年男女は全国、県平均を下回っている。しかし3年女子については昨年の自分たちの記録より数値が増えている。ボールを投げる機会は増えたが、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。

③(自校の課題種目)20mシャトルラン  
2年女子が全国、県平均を上回っているが、1, 3年、2年男子は全国、県平均を下回っている。しかし、2, 3年男子は昨年の自分たちの記録より数値が増えている。全国、県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
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り組みを促していく。 ・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
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。

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)