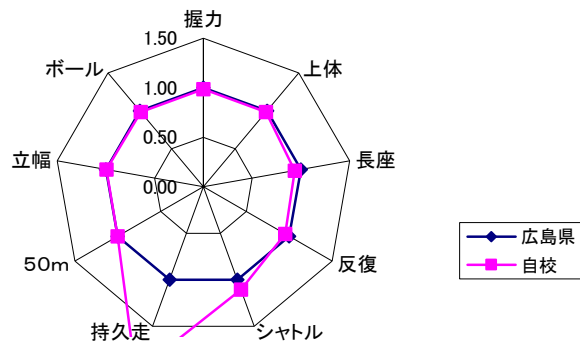


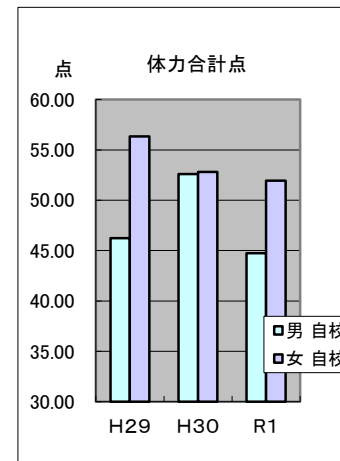
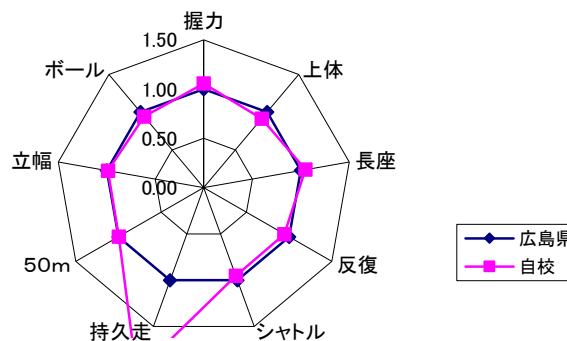
男子の体力合計点 学校 44.75点 県平均 44.04点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 51.93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、3年男子が伸びているが、2年男子が0.27秒、2年女子が0.29秒下回っている。
 ・走る姿勢、腕ふりが適切でないことや地面への接地時間が長く、膝を前に出す技能が身に付いていない。特にピッチ走を多く取り入れたい。

②立ち幅跳び(中学校区の課題種目)

・特に1年男子は、全国平均-5cmと下回っている。ほとんどの生徒が電車やバス通学、送り迎えで登校しており、基本的な筋力が不足している。これは、保健体育の授業以外での、瞬発力を向上させる基礎体力づくりに対する取組不足が原因と考えられる。各部活動で、基礎体力づくりトレーニングを導入していく。

③反復横跳び(自校の課題種目)

・県平均全国平均と比較すると、3年男女は上回ったが、2年男女とも下回った。前年度と比較すると、2年生男子は-7点となっている。
 ・3年生は3年間を通じて行ってきた指導が実ったが、2年生は俊敏性を高める動作経験不足が顕著になってきている。

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

・保健体育の授業で、補強運動の中に膝を前に出す意識を高めるためにバウンディング、地面への接地時間を短くするために片足ダッシュ、マーカダッシュなど運動を取り入れる。
 ・陸上競技(リレー・ハードル走)の指導において、同調走やミニハードルを使用したリズム走を取り入れる。

具体的な数値目標 (男子0.3秒、女子0.3秒)

②中学校区の課題種目 (立ち幅跳び)

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)

・3年生は継続的な指導の効果があつたので、引き続き、走り幅跳び、走り高跳びの指導において、跳ぶために必要な体(膝のバネ)の使い方や腕の振り方、タイミングをつかませる。
 ・小中で連携し、児童生徒が意欲をもってできるような運動(ミニハードルなどのアップメニュー)を実施する。また、授業の補強運動に立ち幅跳びを仕組む。

具体的な数値目標 (男子 2cm、女子 2cm)

③自校の課題種目 (反復横跳び)

具体的な取組内容

・保健体育の授業を中心に、継続的に補強運動を行う。
 ・各部活動で、反復横跳びを基礎体力づくりトレーニングを導入していく。

具体的な数値目標 (男子 2点、女子 2点)

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)