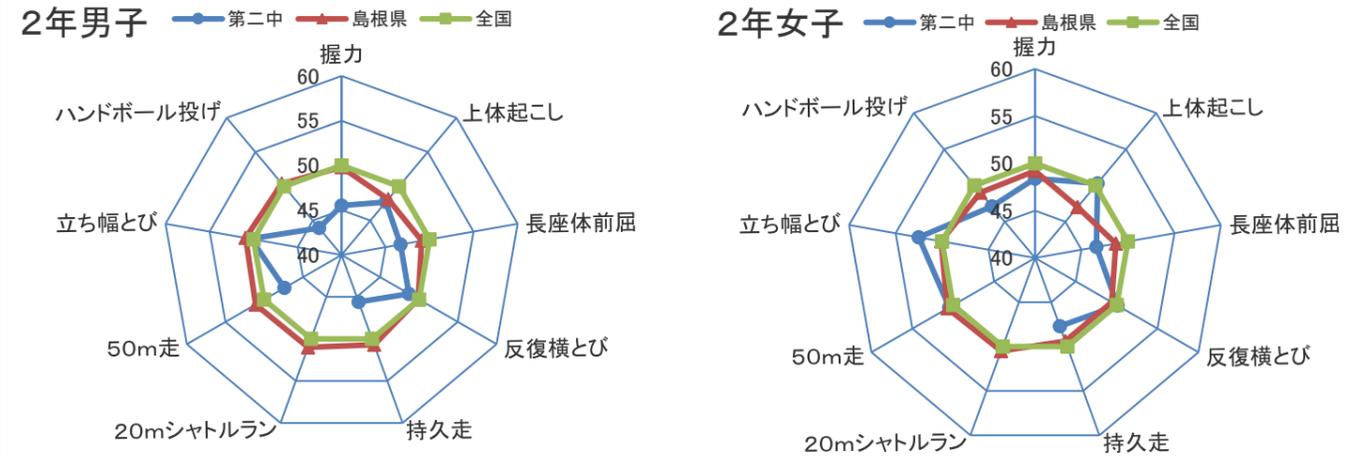


(1)生徒の体力の現状

- 男子は立ち幅跳び・反復横跳びが、女子は立ち幅跳び・上体起こし・反復横跳びが全国の数値に近い数値が出ている。
- 男子は3種目、女子は5種目において、島根県の数値に近い数値が出ている。
- 瞬発力について、よい結果が出ている。
- 男女とも、ハンドボール投げ、長座体前屈が全国、県の数値を下回っている。
- 特に男子においては、全国の数値を上回る種目がなく、体力・運動能力の課題が大きい。
- 持久力においては、全学年を通じて長距離走を授業で行っているが十分な結果として成果が出ていない。

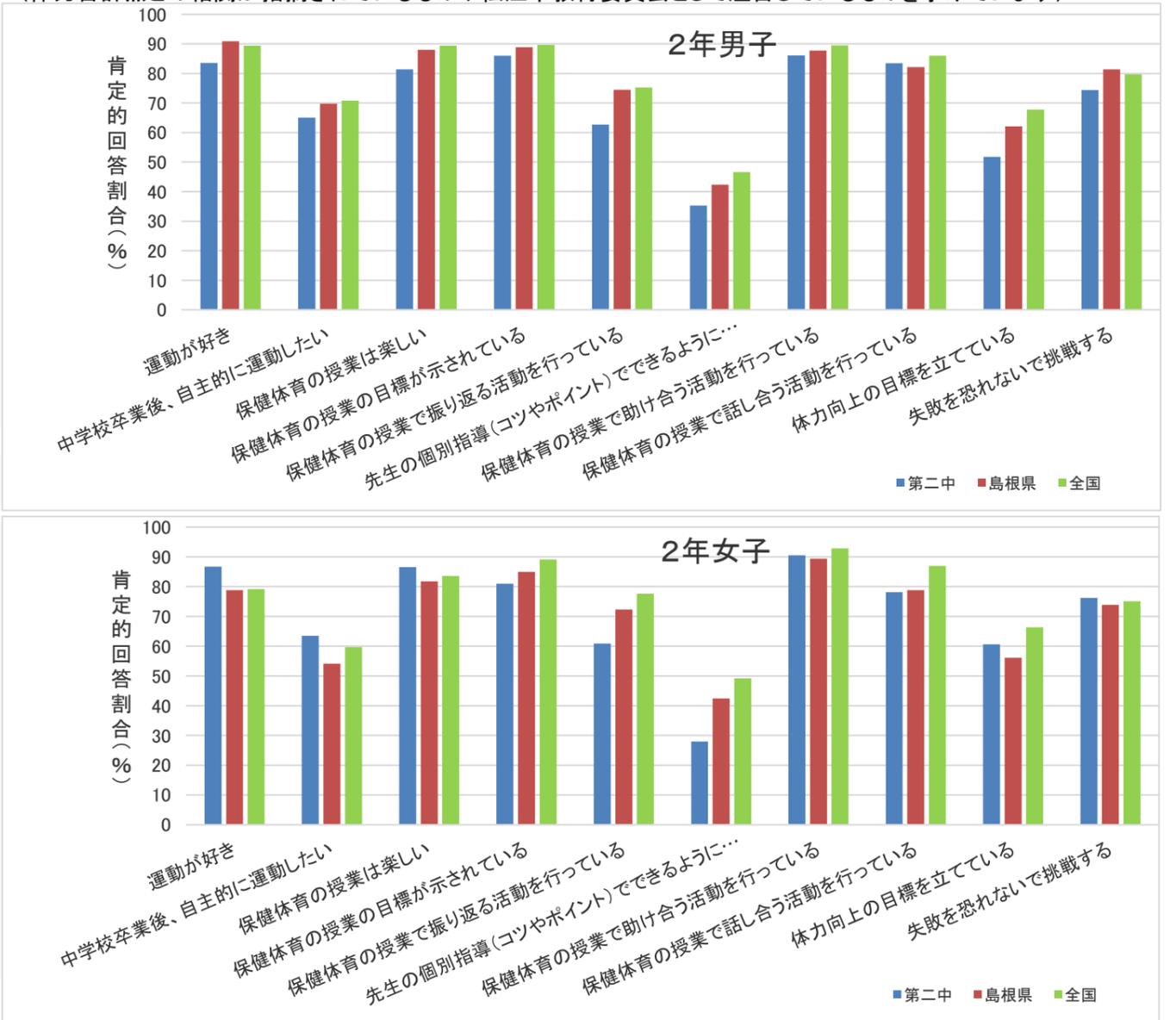
(4)2年生 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果(全国平均を50としたときの比較)



(2)令和元年度の具体目標の達成状況と課題

- 生徒一人ひとりに、自らのスポーツテストの結果を元に、自身の課題や体力向上に必要なことを考えさせることができた。それにより各単元で行うトレーニング的な要素を含む準備運動等を、肯定的に捉えて取り組む生徒が増えている。
- ペア活動やグループ活動を通してお互いの体力を知ることで、お互いを目標にしたり、体力や技能の向上に向けた取り組みができた。
- 学校の課題と位置づける持久力について、毎月1回の持久走を全学年で実施し、積極的に取り組む生徒も多いが、成果としては見えにくい。
- 投げる力に関して、球技の授業(主にベースボール型)と関連付けながら育成に取り組んでいるが、現状は全学年を通して低い数値である。投げる動作の未熟さもあることも課題として考えられる。

(5)全国体力・運動能力調査、運動習慣等調査 2年生意識調査の結果 (体力合計点との相関が指摘されているものや松江市教育委員会として注目しているものを挙げています)



(3)令和2年度の取組【対策】

- ①学校における取組
 - ・持久力向上のため、全学年における長距離走を継続して実施する。生徒が抵抗感なく走ることができる工夫に努める。ただし実施時期や月毎の実施回数、現在1年生1600m、2、3年生は2000mで行っている距離については検討し、次年度の年間計画に盛り込む。
 - ・投げる力について、主に球技の授業を通し、投げる力の向上と、ボールや体の扱い方の両面を高める工夫を行っていく。
 - ・柔軟性について、授業開始時の準備運動や柔軟運動を意識的に取り入れる。
 - ・現在良い数値が得られている瞬発系種目に関しても、継続的に体力づくりに取り組んでいく。
- ②地域や家庭との連携による取組
 - ・校区内の小学校と連携し、中学校までにつけておきたい力を確認しており、その取り組みを継続していく。
 - ・家庭でもできるようなトレーニングや柔軟運動を授業や部活動を通して発信していく。
- ③体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組
 - ・保健、体育理論の授業を通し、体力向上における生活習慣の確立や食生活の重要性を伝えていく。
 - ・他教科(家庭科等)や栄養教諭と連携した食生活について考える機会を設けていく。「食育だより」、「保健だより」などでの発信につとめていく。

調査実施者数(人) 1年(男子116・女子109) 2年(男子80・女子103) 3年(男子92・女子87)