

(1)生徒の体力の現状

- 男女とも全体的に県平均を上回っている。
- 意識調査では、おおむね肯定的な回答が多い。
- 体力・運動能力調査結果から、ハンドボール投げの結果が島根県平均を下回っている。
- 男子の20mシャトルランが県平均を下回っている。
- 体育の授業で目標や振り返りをしているという意識が低かった。

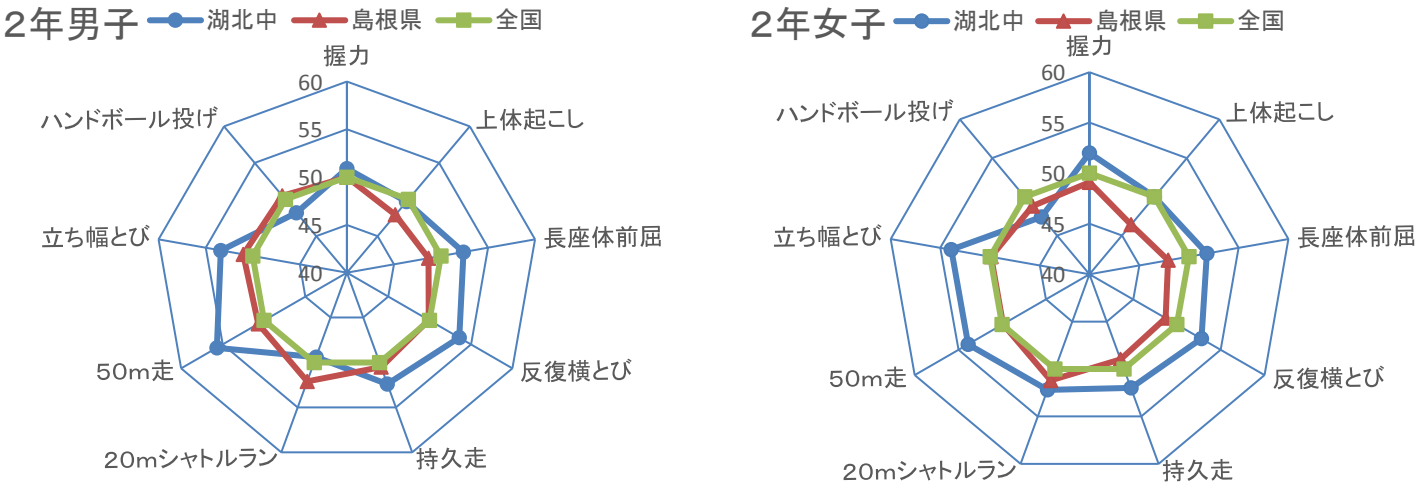
(2)30年度の具体目標の達成状況と課題

- 筋持久力や瞬発力を高めるために、始業時のサーキットトレーニングを徹底して実施した。それが奏効して、生徒の多くが体力を高めていると思われる。
- 全校で取り組めるスポーツ大会等の実施をめざして、生徒会活動(体育委員会)でも検討を行ったが、実施できていない。引き続き今後の目標にしたい。

(3)31年度の実施【対策】

- ①学校における取組
- ・瞬発力、敏捷性の向上を図るために、始業時のサーキットトレーニングを継続して実施する。また、ボールを投げる機会を増やし、ソフトボール投げのスコアを伸ばす。
 - ・体力テストの総合成績C以上の生徒の割合を、男子80%以上、女子95%以上にする。
 - ・体育の授業で振り返る活動を増やしていく。
- ②地域や家庭との連携による取組
- ・自家用車での送迎をできるだけ控えるよう、保護者への啓発・依頼。
 - ・地区運動会への積極的な参加を呼びかける。
- ③体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組
- ・歩き方、座り方(立腰)などの姿勢を日常生活で実践。
 - ・給食指導や保健の授業、生徒会活動(保健委員会)を通じて、食生活についての意識を高める工夫。

(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)



(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

