

(1)生徒の体力の現状

- 県平均を上回ったのは、次のとおりである。
1年生では男子の上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、50M、立ち幅跳びの5種目。
女子の反復横跳び、ハンドボール投げの2種目である。
2年生では男子の握力、立ち幅跳び、50M、の3種目。女子は長座体前屈の1種目である。
3年生では男子の反復横跳びの1種目。女子の反復横跳びの1種目である。
 - 前年度に引き続き、全学年での反復横跳びの結果は高い水準である。
 - 女子のA判定生徒は8名で、全体的に見ると高い水準である。特に1年生は運動に対して意欲的である。
- 上体起こしの記録は、1年生男子以外県平均よりかなり低い。
 - 長座体前屈の記録は、2年生女子以外昨年同様、県平均より低い。
 - 昼休み等に体育館や校庭で遊んで体を動かす生徒があまりいない。
 - ほとんどの生徒が自転車通学であるが、保護者の車で送迎が多い現状は変わらない。

(2)30年度の具体目標の達成状況と課題

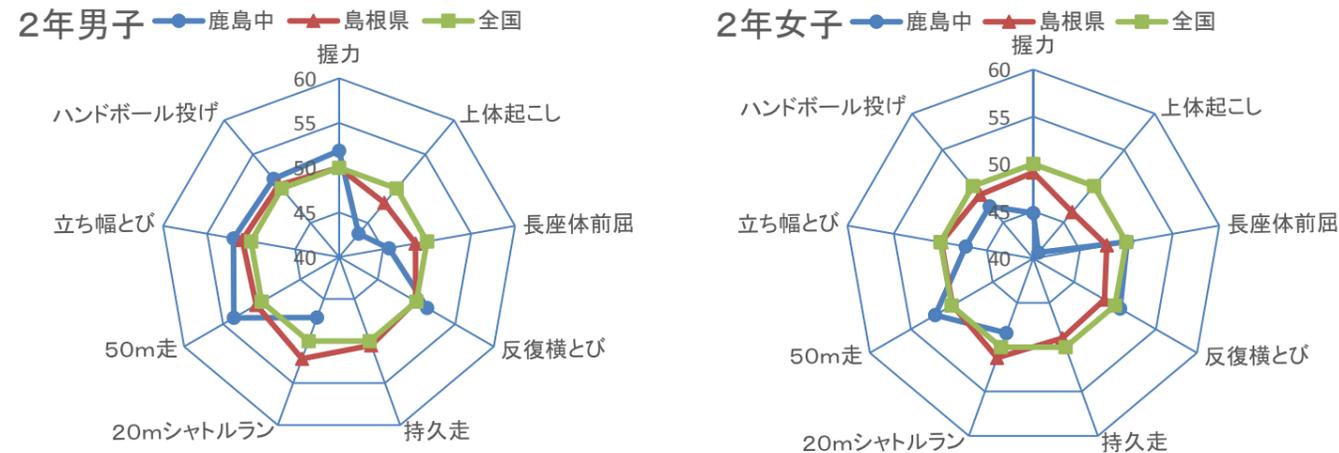
- 「保健体育の授業は楽しい」と答える生徒が、どの学年も高く(2年生は男女とも100パーセント)、意欲的に取り組んでいる。
 - 本校が弱い柔軟性や筋持久力のポイントが少しずつ伸びてきている。
 - 「保健体育の授業で助け合う活動を行っている」と答えている生徒も多く、お互い助け合いながら運動を楽しむ生徒が増えてきている。
- 体育授業前にランニングをシャトルラン形式に変更したり、体幹トレーニングの後に柔軟運動を取り入れたが、体力向上までにはまだ繋がっていない。
 - 2年生女子は個々の運動能力は高いが、全体的におとなしく、ペア学習やグループ学習を好むため、個々の「体力向上の目標を立てている」と答える生徒がかなり少ない。

(3)31年度の取組【対策】

- ①学校における取組
- ・体育授業前の準備運動の見直し(ランニング・体幹トレーニング・柔軟運動)
 - ・冬場に運動部活動合同練習の実施(各部のトレーニングメニューの紹介と実施)
 - ・生徒会の保健体育委員会による呼びかけ(昼休みに校庭や体育館で体を動かす。)
 - ・学期ごとに体力テストを行い、意欲の向上や個々の目標の設定、自己評価の徹底を図る。
- ②地域や家庭との連携による取組
- ・地元企業が開催する中学生陸上教室の継続。
 - ・小中一貫教育の取組として、小学校と連携し共通の取組の実施。
 - ・体力、運動能力の向上に向けた啓発のための情報発信。
 - ・校内ロードレース大会における保護者の役員依頼、地域への広報。
- ③体力向上をめざした生活習慣の確立、食育推進の取組
- ・栄養教諭による運動、体力と食についての指導の継続。
 - ・生活習慣を振り返る取組(健康チャレンジ週間)の内容の見直し。

調査実施者数(人) 1年(男子13・女子22) 2年(男子18・女子22) 3年(男子22・女子20)

(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 (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)

