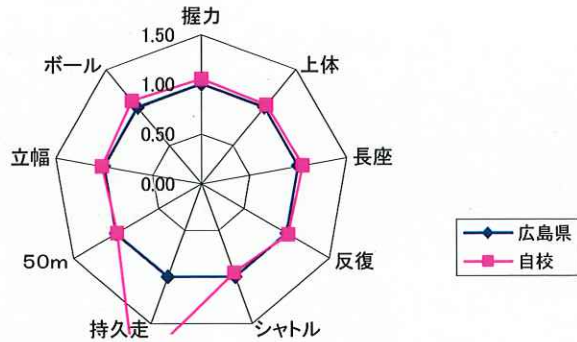


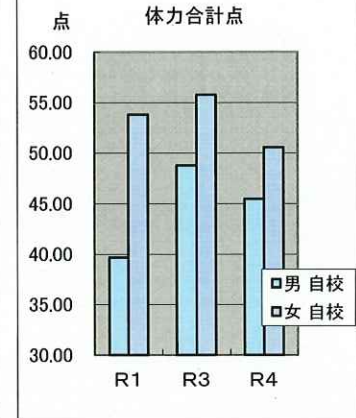
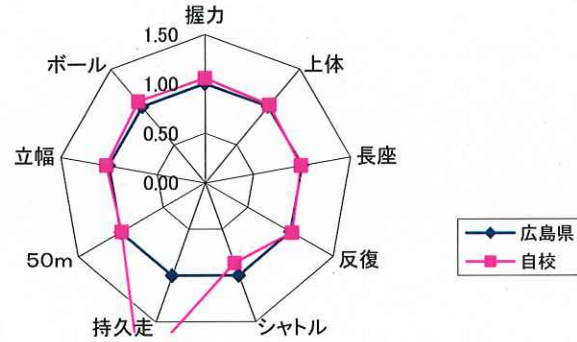
男子の体力合計点 学校 45.49点 県平均 42.82点

女子の体力合計点 学校 50.58点 県平均 49.1点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



体力・運動能力調査比較(中2女子)



R4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)
  - ・全学年男女ともに全国及び県平均を下回っている。
  - ・3学年は昨年度の調査で全国及び県平均を上回っていたが、本年度は下回っている。
  - ・本年度は体育大会の種目変更により、走運動の機会が減少したことも影響していると考えられる。
- ② 20mシャトルラン(中学校区の課題種目)
  - ・全学年男女ともに全国及び県平均を下回っている。
  - ・特に1・2学年は全国及び県平均を大きく下回っている。
  - ・新型コロナウイルス感染症による部活動の活動制限等が影響し、全身持久力を鍛える機会が減少していると考えられる。
  - ・体育科授業の中でも、全身持久力を鍛える活動ができていない。
- ③ 立ち幅跳び(自校の課題種目)
  - ・2学年以外は全国平均を下回っている。
  - ・2学年は昨年度スポーツリズムトレーニングを取り入れ、跳運動を通して筋パワーを鍛えた成果が出たと考えられる。
  - ・体育科授業において、ウォーミングアップ含め、筋パワーを鍛えるための活動が十分にできていない。

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 ・体育大会前に行う短距離走の指導(フォーム確認, ポイント指導など)に加えて、定期的に走運動の指導を行う。 ・体育授業内で行う補強運動の中で、変形ダッシュ等を取り入れる。 ・スポーツリズムトレーニングを部活動等にも取り入れる。
具体的な数値目標 (男子0.5秒, 女子0.5秒)	
②中学校区の課題種目 (20mシャトルラン)	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) ・体育授業内で行う準備運動の中で、有酸素運動(ジョギング, 縄跳び, スポーツリズムトレーニングなど)を必ず取り入れる。 ・休憩時間に外で体を動かして遊ぶ習慣を付けさせる。 ・保健の授業で、第二発育急進期は呼吸器・循環器の機能が向上しやすい時期であり、継続的な運動習慣をつけることがより効果的であることをしっかり抑える。
具体的な数値目標 (男子5回, 女子10回)	
③自校の課題種目 (立ち幅跳び)	具体的な取組内容 ・体育授業で、下半身を鍛える補強運動を取り入れる。 ・体育授業の準備運動で、スキップ走などを取り入れ、手と足のタイミングを合わせる練習を取り入れる。
具体的な数値目標 (男子10cm, 女子10cm)	

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)