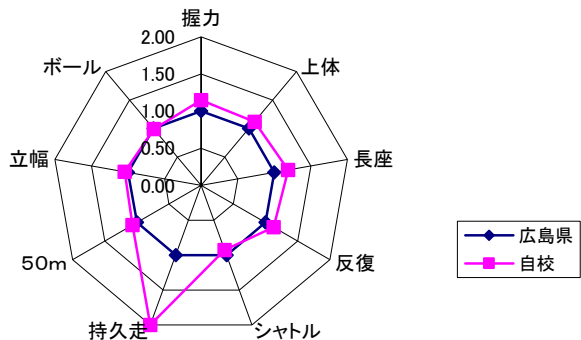


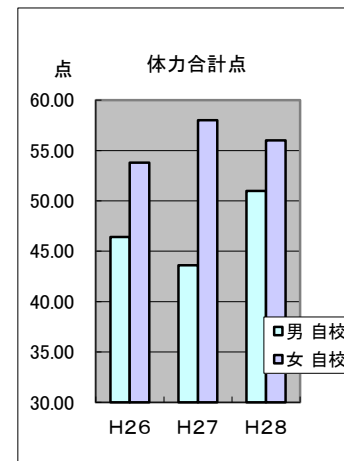
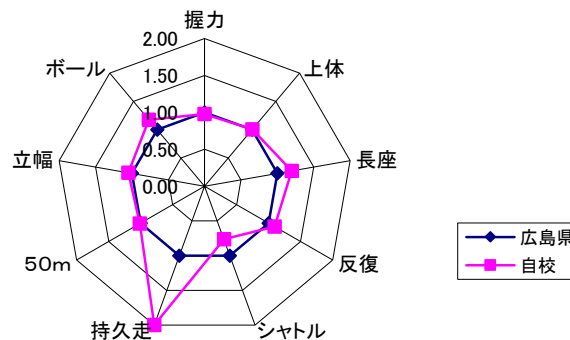
男子の体力合計点 学校 51.00点 県平均 44.03点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 56.00点 県平均 51.57点

体力・運動能力調査比較(中2女子)



H28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)  
男女ともに全国・県平均ともに上回っている。男子は、昨年度比において0.61秒上がった。しかし、女子は、昨年度比において、0.26秒下がっている。女子は特に、継続して筋力を高めるトレーニングが必要である。
- ② 20mシャトルラン(中学校区の課題種目)  
男女ともに、全国・県平均を下回っている。昨年度比では、男子は8回下がり、女子は15回下がっている。トレーニング強度、頻度の工夫が必要である。
- ③ 握力(自校の課題種目)  
女子が、全国、県平均ともに下回っている。昨年度比では、0.9kg下がっている。昨年同様、日ごろから握力を使った運動が少ないことが背景に考えられる。

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) 具体的な数値目標 (男子0.3秒, 女子0.3秒)	具体的な取組内容 ・小中で連携を図り、小学校1年生～中学校3年生までの発達段階を考慮したサーキットトレーニングを実施する。トレーニングは、「段踏みジャンプ」、「30mダッシュ」、「50mのウィンドスプリント」を取り入れ、体育授業及び部活動の初めに実施する。
②中学校区の課題種目 (20mシャトルラン) 具体的な数値目標 (男子10回, 女子15回)	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) ・小中で連携を図り、小学校1年生～中学校3年生までの発達段階を考慮したサーキットトレーニングを実施する。 ・中学生は、冬季は体育授業及び部活動の初めに持久走を実施する。
③自校の課題種目 (握力) 具体的な数値目標 (男子3kg, 女子3kg)	具体的な取組内容 ・体育館での体育の授業時には「グーパー運動」、「バーピー運動」を、グラウンドでの授業時には、「のぼり棒」、「雲梯」、「鉄棒ぶらさがり」を取り入れる。

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)