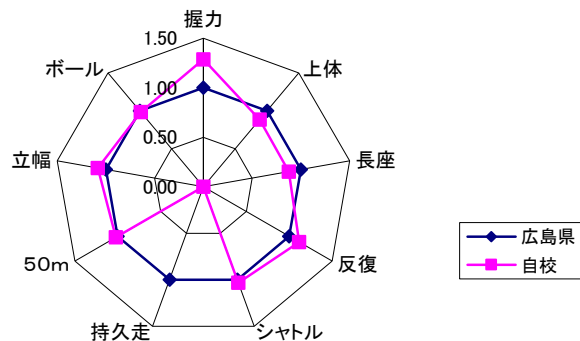


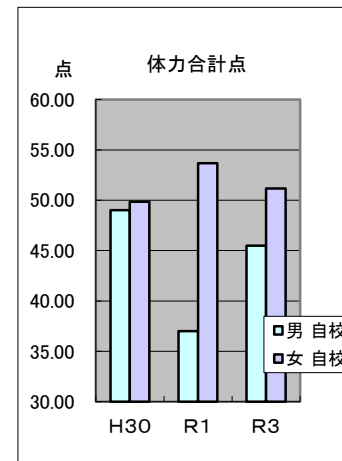
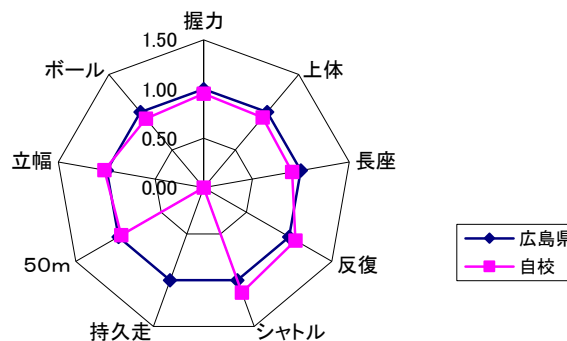
男子の体力合計点 学校 45.50 点 県平均 43.19点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 51.17 点 県平均 50.88点

体力・運動能力調査比較(中2女子)



R3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)
 - ・2年生男子は県平均を0.16秒上回った。2年生男子以外は下回る結果となった。特に3年生男子は0.78秒, 1年生女子は0.66秒と大きく下回った。
 - ・脚の回転速度が遅く, 上半身と運動できていない生徒が多いことがわかった。
- ② 握力(中学校区の課題種目)
 - ・県平均と比較して2年生女子は1.48kg, 3年生男子は3.11kg下回った。
 - ・2年生女子と3年生男子は体力テストの結果がどの項目も低い結果となっており, 筋力が弱いことが課題とわかった。その結果に比例したものと考えられる。
- ③ 上体起こし(自校の課題種目)
 - ・3年生女子以外, 県平均を下回った。特に2年生男子は4.49回, 2年生女子は3.37回と大きく下回った。
 - ・瞬間的に力を発揮することや, 重い負荷で運動する機会が少ないことが課題だと考える。

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)	具体的な取組内容 ・保健体育科の授業で, 準備運動や補強運動の中に, 上半身と下半身を運動させる動きを取り入れる。(ドリル運動, サーキットトレーニング)また, スキップや様々なステップを使った補強運動で脚力と足の動かし方を身につける。
具体的な数値目標 (男子0.5秒, 女子0.3秒)	
②中学校区の課題種目 (握力)	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) ・保健体育科の授業で, 投球動作と関連させて, 物を握る機会を増やしている。また, 投げるものの種類を変えながら, 力の入れ方を調整していく。
具体的な数値目標 (男子1.8kg, 女子1.5kg)	
③自校の課題種目 (上体起こし)	具体的な取組内容 ・体づくり運動では脚を上げたり, 脚でボールをはさんだり, 開閉する動きを取り入れ, 力強い動きを高めるための運動を充実させる。 ・部活動の練習に筋力を高めるメニューを取り入れる。
具体的な数値目標 (男子3回, 女子2回)	

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)