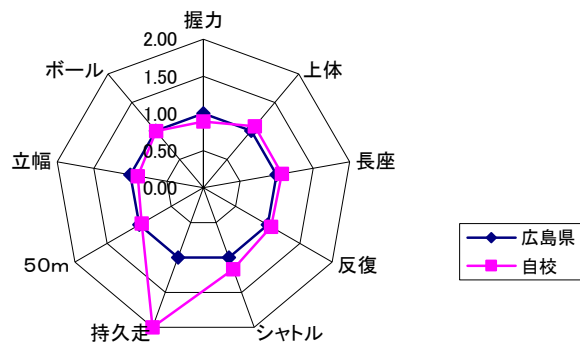


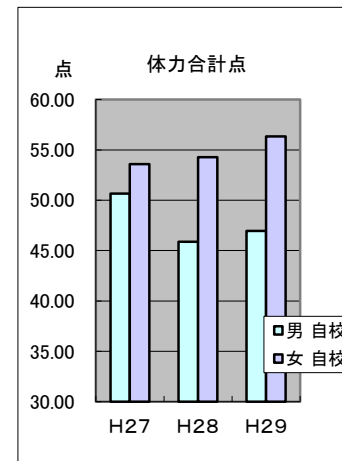
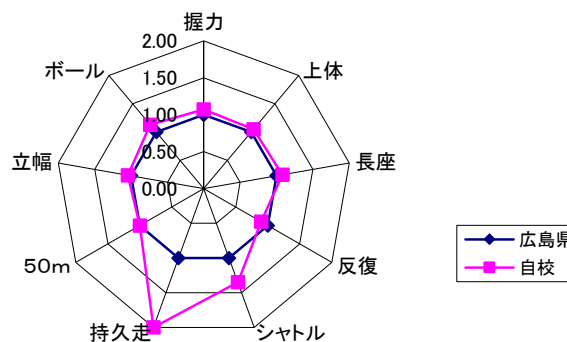
男子の体力合計点 学校 46.96点 県平均 44.40点

体力・運動能力調査比較(中2男子)



女子の体力合計点 学校 56.33点 県平均 52.24点

体力・運動能力調査比較(中2女子)



H29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)

・前年度と比較すると、2年男子が0.37秒下回ったが、2年生女子は0.07秒上回った。  
・走り方(腕ふり)や走る際の姿勢や視線を意識させる指導方法を工夫する。

②立ち幅跳び(中学校区の課題種目)

・特に2年男子は、県平均-20cmと下回っている。ほとんどの生徒が電車やバス通学、送り迎えで登校しているため、特に運動部に所属していない生徒は、授業以外での運動をする機会が少ないこと、運動部に所属している生徒は、筋パワーや瞬発力を向上させる基礎体力づくりに対する取組不足が原因と考えられる。

③反復横跳び(自校の課題種目)

・前年度と比較すると、2年生女子は-8回と少なくなり、県平均全国平均と比較しても下回ったが、2年男子は+3回と多くなり県平均全国平均を上回っている。  
・保健体育の授業を中心に継続的に筋力を高める補強運動を行う必要がある。

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 ・保健体育の授業で、準備運動や補強運動の中に、もも上げや両脚ジャンプなどの瞬発力を高める運動を取り入れる。 ・陸上競技(短距離走・リレー・ハードル走)の指導において、腕振りによるリズム走や姿勢によりスピードに乗る走りができるようにする。
②中学校区の課題種目 (立ち幅跳び)	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) ・陸上競技(走り幅跳び、走り高跳び、長距離走)の指導において、跳ぶために必要な体(膝のバネ)の使い方や腕の振り方、タイミングをつかませる。 ・小中で連携し、児童生徒が意欲をもってできるような運動(ミニハードルなどのアップメニュー)を実施する。
③自校の課題種目 (反復横跳び)	具体的な取組内容 ・保健体育の授業で補強運動を必ず実施するとともに、様々なトレーニングメニューを紹介し、部活動でも取り入れるさせる。 ・体づくり運動で、重心を下げて軸がブレない姿勢を維持することを意識させた後、ラダートレーニングで同じような動作で俊敏性を高める。

※ 具体的な数値目標(記録の伸びを数値化)