

平成30年度の重点課題

平成31年度（令和元年度）開校。全寮制の学校であるため、登下校での運動量が見込めない。また、放課後の体育的活動時間の確保が大きな課題であると考えられる。

上記の課題を受けて具体的に取組んだ事項

○保健体育科での指導
 ・2時間連続の授業にすることにより、生徒の活動時間を多く確保することができた。また、ウォーミングアップに走動作を取り入れるように活動することが生徒にとって貴重な運動時間となるため、質の向上に努めた。
 ○放課後活動での指導
 ・放課後英語活動での指導
 週に1度、放課後1時間程度の時間で、外国人教諭による体育的活動を年間を通して行った。前期は、アルティメット、5ベースボール、クリケットを、後期は日照時間の関係上グラウンドが使用できなかったため、屋内においてフィットネストレーニングを中心に行った。
 ・選択型放課後活動での指導
 後期から週に2～3度の時間を確保した。生徒は自由に自分の取り組みたい活動を選択でき、選択しないことも可能である。体育系及び文化系の活動を用意し、体育系では、タッチラグビー、バスケットボール、アルティメット、駅伝、サイクリング、テニス、ヨガを設置した。半数以上の生徒において、体育系活動を選択する生徒がみられた。

平成31年度新体力テストの結果（県平均値（平成30年度）・全国平均値（平成29年度）との比較）

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年	22.70	22.45	34.20	49.30		411.60	8.91	172.70	14.45	29.25	第1学年	24.25	21.25	46.30	47.50		288.55	9.02	169.45	11.65	47.15	
第2学年											第2学年											
第3学年											第3学年											

県平均値かつ全国平均値未満

平成31年度新体力テストの結果（県平均値（平成31年度）・全国平均値（平成30年度）との比較）

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	体力合計点	
第1学年	22.70	22.45	34.20	49.30		411.60	8.91	172.70	14.45	29.25	第1学年	24.25	21.25	46.30	47.50		288.55	9.02	169.45	11.65	47.15	
第2学年											第2学年											
第3学年											第3学年											

県平均値かつ全国平均値未満

重点課題

○男子
 ・体力合計点が県平均及び全国平均を下回る。
 ・「持久走」以外の7つの項目において、県平均及び全国平均を下回る。中でも、50m走は、全国平均と比較しておよそ0.5秒の開きがある。
 ○女子
 ・3つの項目「50m走」「ボール投げ」「上体起こし」において、県平均及び全国平均を下回った。
 ○男女共通
 運動・スポーツの実施状況について、週3日以上の子の割合が、県平均及び全国平均より高い。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

○50m走において、男女ともに今年度平均タイム-0.2秒を目標とする。
 ・体育の授業でのウォーミングアップにおいて、走動作におけるスタート局面の動作の改善をねらった補強運動を実施する。
 ○上体起こしにおいて、男女ともに今年度平均回数+3回を目標とする。
 ・放課後英語活動において、冬季に実施しているフィットネストレーニングを年間を通して行う。今年度生徒が作成したトレーニングビデオを用いて、基礎的な体力及び筋力の向上をねらった継続的な運動トレーニングを実施する。
 ○ボール投げにおいて、男女ともに今年度平均記録+3mを目標とする。
 ・令和2年度には、体育館が完成するため、選択型放課後活動において、球技系の種目を多く設置し、授業以外においてもボールに触れる機会を増やす。
 ○運動実施状況
 ・選択型放課後活動において、体育系活動の種類を増やし、より多くの生徒が自分の好みにあった運動を選択し、経験することができるようにする。

平成32年度の目標値

○新体力テストの総合評価のAB率を50%以上、DE率を25%以下にする。（(AB-DE)率25%以上）
 ○男女ともに、「上体起こし」を、全国平均値以上にする。
 ○男子の体力合計点を35点以上とする。
 ○運動・スポーツの実施状況において、「週3日以上」の生徒を男女ともに30%以上とする。