別紙 （参考様式）

令和8年度　体育に関する指導改善計画

世羅町　　立　　甲山　　中学校

令和7年度の重点課題

・男子生徒の「長座体前屈」、「50m走」において、県平均値かつ全国平均値以下である。
・女子生徒の「立ち幅跳び」以外の項目で県平均値かつ全国平均値以下である。
・女子生徒の「50m走」が県平均値、全国平均値を大きく下回っている。
・1日の運動実施時間が「30分未満」、「30分以上1時間未満」と回答した女子生徒の割合が44%である。
・運動やスポーツが「やや嫌い」「嫌い」と答える生徒の割合が、男子12.5%、女子が16,6%である。

上記の課題を受けて具体的に取り組んだ事項

・準備体操でのストレッチの意識するポイントを説明し正しいフォームを徹底した。
・準備体操での補強運動でジャンプ動作を実施し、瞬発力の向上を意図して指導した。
・昼休みにおける外遊びの充実。（ボールの使用を許可するなど）
・スモールステップでの成功体験を授業の中で味わわせ、スポーツや運動に対する興味・関心が高まるように取り組んだ。

令和8年度新体力テストの結果　県平均値（令和7年度）・全国平均値（令和7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
第2学年	27.73	24.85	43.75	52.45		400.00	8.08	188.42	21.40	39.67

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2学年	21.83	21.09	44.87	47.09		323.77	9.48	161.00	11.50	42.76

■県平均値かつ全国平均値未満

令和8年度新体力テストの結果　県平均値（令和8年度）・全国平均値（令和7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
第2学年	27.73	24.85	43.75	52.45		400.00	8.08	188.42	21.40	39.67

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2学年	21.83	21.09	44.87	47.09		323.77	9.48	161.00	11.50	42.76

■県平均値かつ全国平均値未満

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか

男子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	70.00	20.00	5.00	5.00

女子	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
第2学年	52.38	23.81	9.52	14.29

学校独自の意識調査

実施なし

重点課題

情意面での課題

・男女ともに「運動をやや嫌い、嫌い」と答える生徒の割合が10%を超えている。
・運動に対して肯定的な考えを持っている生徒が多いが、授業の様子では、積極的に行う生徒が少ないように思われる。

体力面での課題

・（AB―DE）率が-5.1%である。
・男子のA判定が0人である。

重点課題に対応した改善する取組内容及び方法

体育の授業で行う取組内容

・「握力」・・・各授業の準備体操の中に、補強運動としてグーパー運動や新聞紙握りを取り入れ、基礎的な筋力の向上を目指す。
・「上体起こし」「立ち幅跳び」・・・各領域に合ったコーディネーショントレーニングを取り入れ、体の動かし方や力の入れ方など、基本的な体の使い方を理解させる。
・「50m走」・・・体つくり運動や短距離走の授業で、変形ダッシュやスタートの切り方などの実践的な練習を行い、素早いスタートが切れるようにする。
・「長座体前屈」・・・マット運動の授業で柔軟を入念に行い、柔軟性がケガ予防につながることや技術の向上につながるこ

体育の授業以外で行う取組内容

冬休み課題で自己の体力を分析、自覚を持った状態で体力向上トレーニングの取組を行う。（ランニングやグーパー運動、スクワットなど）
スポーツ放送をピックアップし、スポーツに対する興味を持つ生徒を増やす。

令和9年度の重点目標値

・男女ともに、「運動が好き、やや好き」と回答する生徒の割合を合わせて90%以上にする。
・「柔軟性」の記録を前年度の数値よりも高い数値にする。
・ハンドボール投げ（巧緻性）において、前年度の数値よりも高い数値にする。