

【H30 年度 調査結果】

＜本校男子＞

【実技の状況について】

- 握力（筋力）  
→全国平均をやや下回っている。
- 上体起こし（筋パワー、筋持久力）  
→全国平均をやや下回っている。
- 長座体前屈（柔軟性）  
→全国平均をやや下回っている。
- 反復横跳び（敏捷性）  
→全国平均を下回っている。
- 20mシャトルラン  
（全身持久力、長距離走能力）  
→全国平均を下回っている。
- 50m走（疾走能力）  
→全国平均を下回っている。
- 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）  
→全国平均とほぼ同程度である。
- ソフトボール投げ  
（巧緻性、投球能力）  
→全国平均とほぼ同程度である。

＜本校女子＞

【実技の状況について】

- 握力（筋力）  
→全国平均とほぼ同程度である。
- 上体起こし（筋パワー、筋持久力）  
→全国平均をやや下回っている。
- 長座体前屈（柔軟性）  
→全国平均とほぼ同程度である。
- 反復横跳び（敏捷性）  
→全国平均を下回っている。
- 20mシャトルラン  
（全身持久力、長距離走能力）  
→全国平均を下回っている。
- 50m走（疾走能力）  
→全国平均を下回っている。
- 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）  
→全国平均をやや下回っている。
- ソフトボール投げ  
（巧緻性、投球能力）  
→全国平均を下回っている。

今回の調査結果の傾向

【実技の状況について】

- 男女ともに、ほぼ全種目において全国平均を下回っている。
  - 特に、以下の種目で全国平均との開きが大きいことが、課題として挙げられる。
    - ・男子→反復横跳び  
20mシャトルラン
    - ・女子→反復横跳び  
20mシャトルラン
- ※男女ともに、「敏捷性」と「持久力」が課題である。

改善の方向

- ドッジボールコートの特設や、跳び箱週間の実施など、活動がしやすい場の設定と整備をしていく。
- 休み時間や体育の時間を通して、縄跳び運動を推進していく。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」の啓発など、基本的な生活習慣の確立に向け、家庭との連携を強化していく。