

「体力向上プラン2011」

高等学校③

1 本校の体力の現状（全国平均値や過去の学校データとの比較）

・本校では、持続的な体力増強を目指している。20Mシャトルランで22年度の結果を見ると以下の通りである。（大修館、22年度スポーツテストデータより）

（男子について）

	1年	2年	3年
全国	82.16	87.54	89.74
県	83.20	90.50	87.10
本校一昨年	95.23	96.63	103.66
本校昨年	92.76	107.44	102.50

（女子について）

	1年	2年	3年
全国	46.62	49.64	50.02
県	45.40	48.40	45.90
本校一昨年	56.50	60.95	65.11
本校昨年	57.42	59.00	61.24

男女とも全国・県の平均を上回っている。又、一昨年95.23の1年男子生徒は、2年の昨年になり107.44と記録を伸ばしているように、学年を増すごとに全ての学年で男女とも平均値が伸びている。

2 昨年度の取り組みの概要と評価

(1) 取り組みの概要

体育の授業でも、毎時のランニング、強歩に向けて、また運動会（文化祭）に向けての大縄跳びと体力を高める運動を行っているが、体育授業が7単位ではとても十分とはいえない。日常的に運動を行う運動部員を増やすことが、生徒の体力を高めるだけではなく活気ある学校を作ることもつながる。

(2) 評価（具体的な数値やデータを指標として）

昨年度、春の運動部入部生徒は、全校の48%（男子58%、女子34%）であった。女子については低い加入率であり、団体スポーツ女子は、一部のクラブは大会参加ができない状況である。男子については、全体の数値は高いものの、一部のクラブに集中し、複数の団体スポーツがギリギリで行っていた。また、途中退部をせずに継続的に活動を行った割合は41%であった。運動部に入部する生徒は増やすことができたが、途中退部者が男子17%（女子4%）いたことが課題であった。また、前期選抜、クラブ推薦で、年々、成績上位校にいける生徒が本校に入学する例が増えており、学校全体の活気の向上、全校生徒の体力向上に寄与していると思われる。

3 今年度の取り組み

(1) 具体目標（数値やデータを指標として）

春の運動部入部生徒を全校の50%にすること。特に女子の入部率を40%に上げる。また、途中退部者を一桁のパーセントにする。

(2) 内容と方法

・運動部顧問の放課後における指導体制を確立させ、やる気のない生徒にも積極的に声をかけ、退部させないでクラブを3年間継続させるよう学校全体で取り組む。

4 評価計画（実施後の評価方法）

・4月の登録時の加入率調査及び3月に部員数を調査することで増減を把握し、実質の活動状況とその実績を昨年度と比較する。・大会実績の総括を行なう。