

16歳（高校2年生）

【体力の状況】

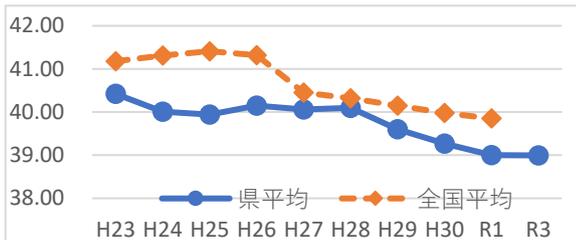
注目1 上体起こしは男女とも全国水準より高い数値を保っています。

注目2 反復横跳びは向上傾向にあり、全国水準とほぼ同じ数値です。

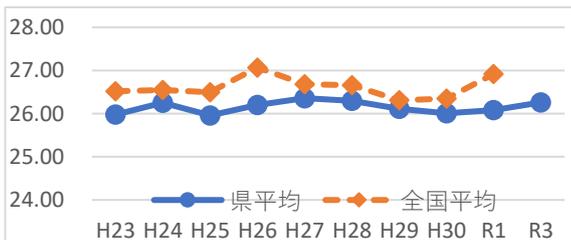
注目3 50m走は男女とも向上傾向にあるが依然として全国水準より低いです。

過去10年間の調査結果の推移グラフ

【男子】 ①握力



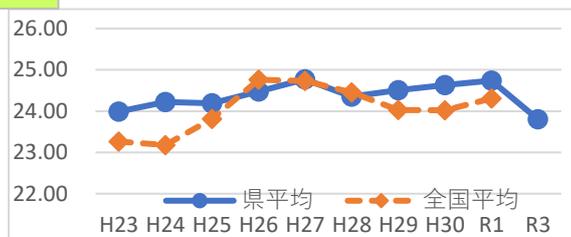
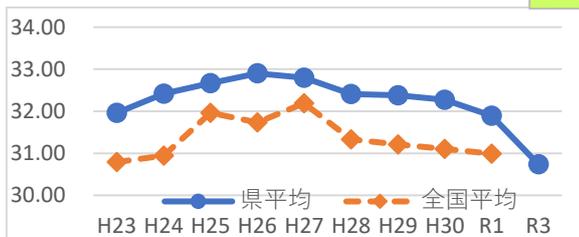
【女子】 ①握力



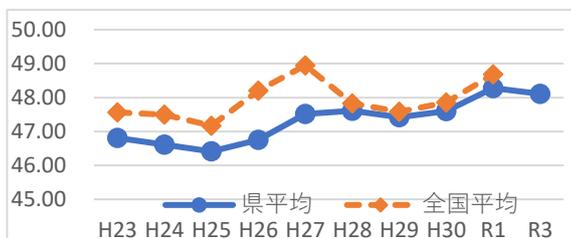
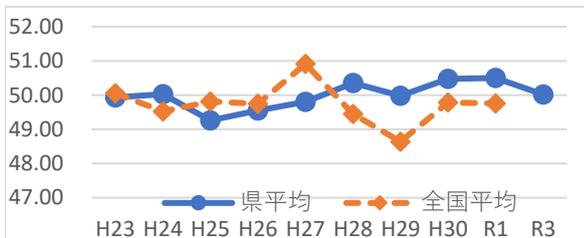
②上体起こし

注目1

②上体起こし



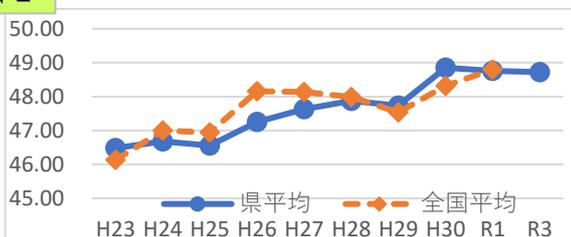
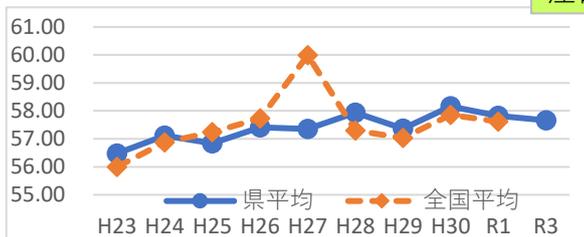
③長座体前屈



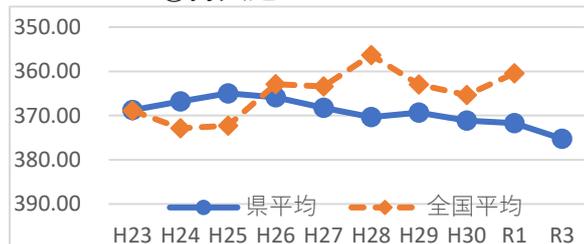
④反復横跳び

注目2

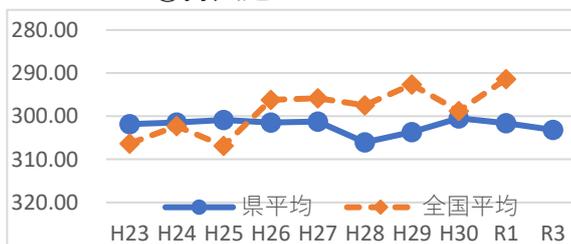
④反復横跳び



⑤持久走

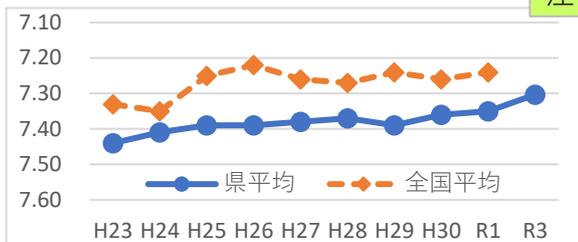


⑤持久走

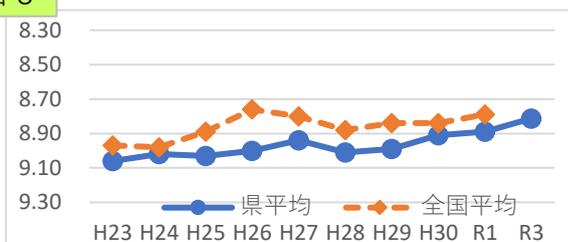


⑥ 50m走

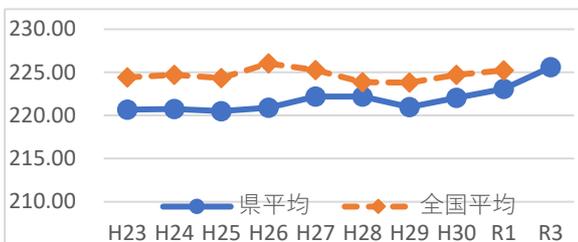
注目3



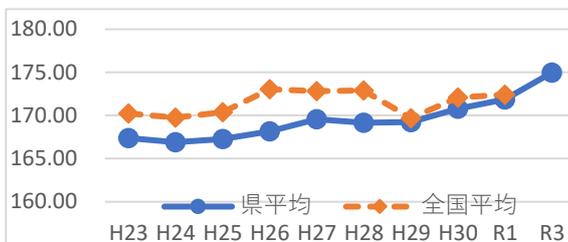
⑥ 50m走



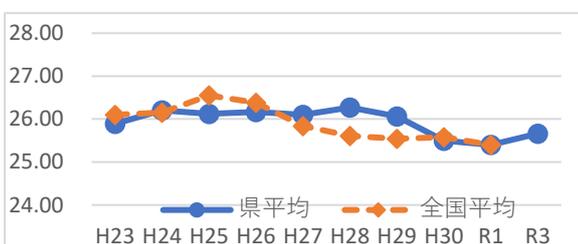
⑦ 立ち幅跳び



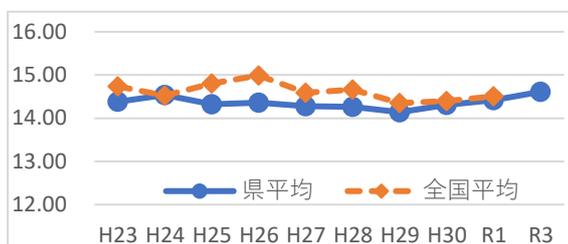
⑦ 立ち幅跳び



⑧ ボール投げ

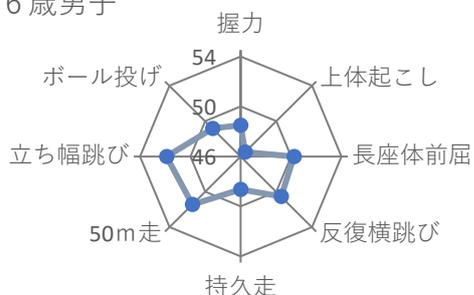


⑧ ボール投げ

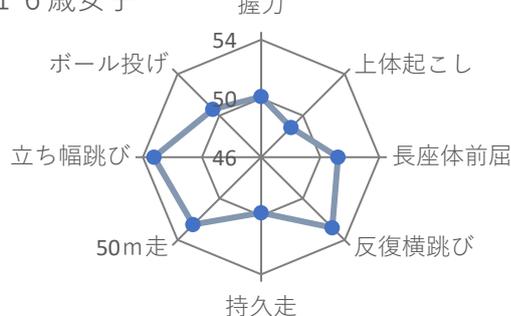


県基準値を50としたときの本年度の平均値のTスコアによるレーダーチャート

16歳男子



16歳女子



【指導上のポイント】

高等学校の保健体育科の目標は、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる」です。

義務教育を基礎とした高等学校段階において、生徒が運動の合理的かつ計画的な実践を通して、これまで学習した知識を深め、技能を高めることで、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるように授業を工夫する必要があります。また、生徒が現在及び将来の自己の状況に応じて体力の向上及び健康の保持増進を図るとともに、卒業後に少なくとも一つの運動が継続できるようにし、生涯にわたって豊かなスポーツライフの実現ができるよう指導していくことが大切です。

