

## 令和4年度 体力向上における各校の成果(中学校)

若狭町

教育委員会

No	学校名		成 果
1	三方	中学校	<p>基礎体力の向上のための取組(ランニング・補強運動・ストレッチ・4分間走)から、粘り強い心とたくましい体づくりに力を入れている。冬場には、サーキットトレーニングを取り入れた。持久走の取組を生徒玄関前に掲示するなど意識を高めた。</p> <p>男女共習の授業展開により、男女の教え合いが生まれたり、お互いを認めたりする機会が増えた。その結果、バレーボールやバドミントン、バスケットボールの単元では、男女混合チームで協力し合って活動に取り組むことができた。</p>
2	上中	中学校	<p>体力テストでは、昨年度に引き続き握力は全学年男女で全国平均を上回っている。また、持久走においては3年男子を除くすべての学年男女で全国平均を上回っているが、これは授業前に継続して取り組んでいる1km走の成果のひとつと考えられる。</p> <p>バスケットボールの男女共習を今年度初めて行った。一人一人のシュートやボールに触った回数等を記録し、それらに偏りがないようにするためにどうしたらよいかということを中心に振り返りを行った結果、性別、技術の高低に関わらず、みんなが楽しみ高め合える雰囲気を作れたと考える。</p>