

令和7年度 体力向上における各校の取組みと成果(中学校)

小浜市

教育委員会

No	学校名		項目	具体的な取組み	成果
1	小浜	中学校	本校の体力向上の取組みについて	<p>昨年度取り組んだスタートのスピードアップに加え、本年度は中間走のスピード維持を意識した5分間走を、年間通して実施する。</p> <p>年間を通して、部活動開始時に5分間走を行う。</p>	<p>スピードを維持して走る生徒が増え、それに伴い粘り強く取り組む生徒も増えた。</p> <p>体力テストの20mシャトルランでは、男女3学年全てにおいて、全国・県平均を大きく上回った。(R6は、6項目中5項目が県平均を下回っていた。)</p> <p>地区の駅伝大会に向けて69名もの生徒が有志で集まり、男子は県駅伝で優勝し、全国駅伝競走大会11位という成果を上げた。</p>
2	小浜第二	中学校	本校の体力向上の取組みについて	<p>昨年度の体力テストの持久走(男子1500m、女子1000m)では、男女共に全国平均や県平均よりもよい結果となっているが、男子に比べて女子の値が低い。そのため、女子の持久走への意識向上を適宜行い、持久力の改善につなげていきたい。</p>	<p>体力テストの持久走において、男子は3学年、女子は1・2年が県平均より速い結果となった。3年女子では、県平均よりも6秒遅くなっている。しかし、個々にあったペース走などを取り入れることで、気持ちよく走る場面を多く設定することができた。</p>