2020/1/27

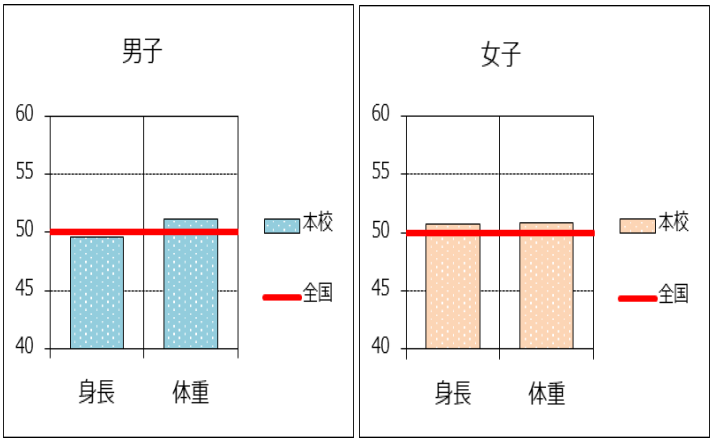
令和元年度
全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果報告（善防中学校）

２年生を対象に実施した「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について、本校の概要を報告します。

１　調査の目的

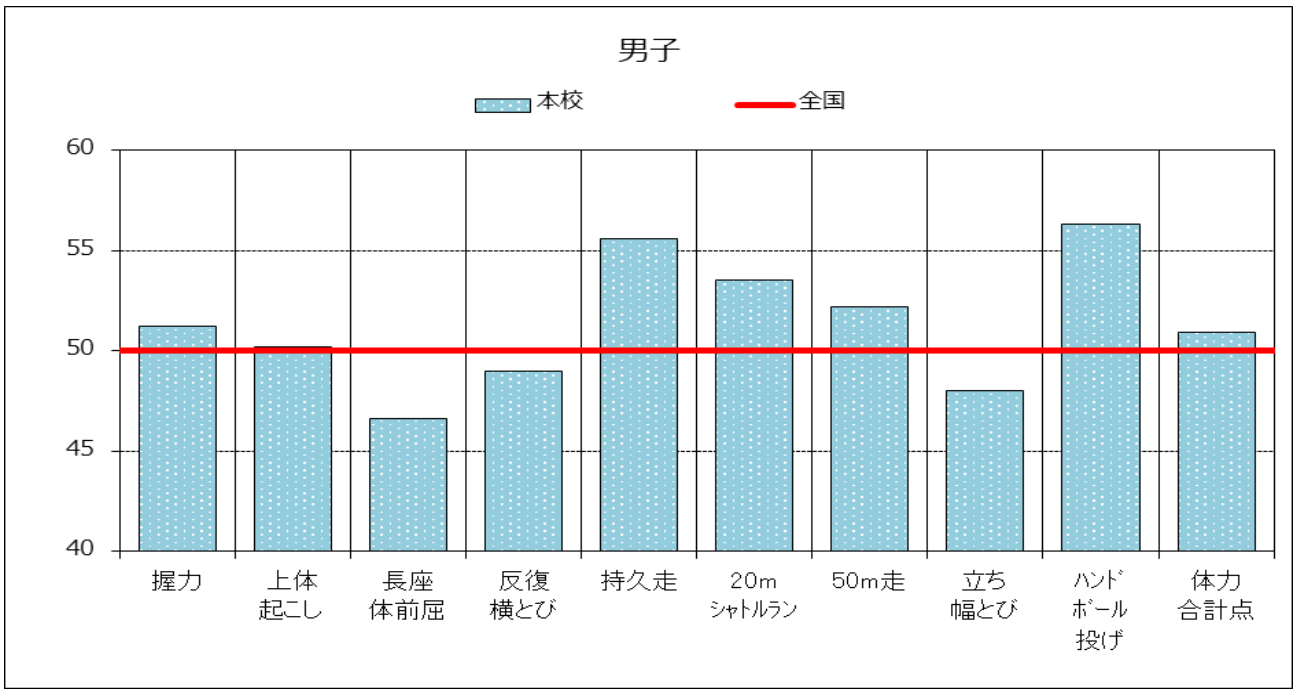
○　国が全国的な子供の体力状況を把握・分析することにより、子供の体力向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
○　各教育委員会が自らの子供の体力向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供の体力向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
○　各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

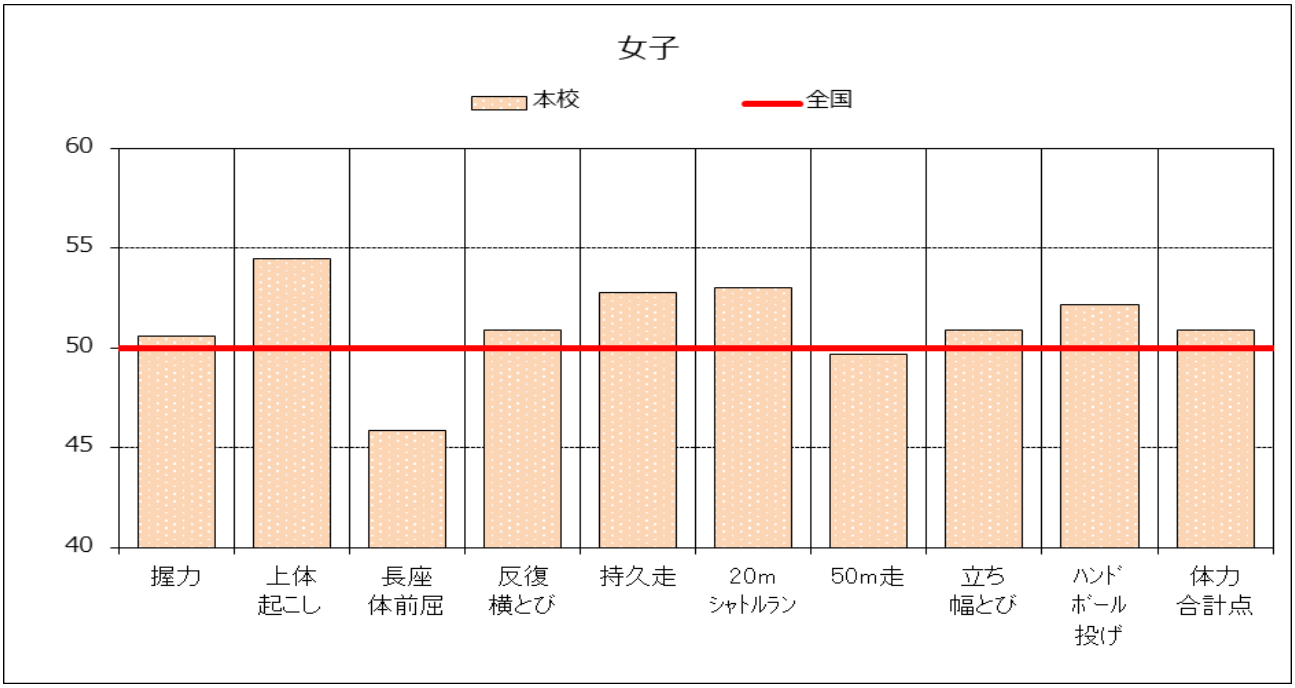
２　体格調査の結果



左のグラフは、本校生徒の身長と体重について、全国平均と比較したものです。全国平均を５０として表しています。

３　実技調査の結果



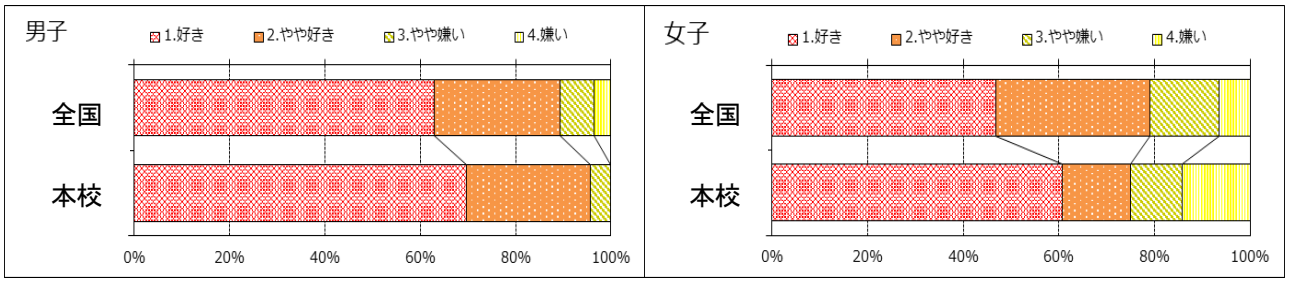


※　上記の実技調査の男子・女子のグラフは、全国平均を５０として、本校生徒の数値を相対的に表しています。
なお、種目説明については、下記の表をご覧ください。

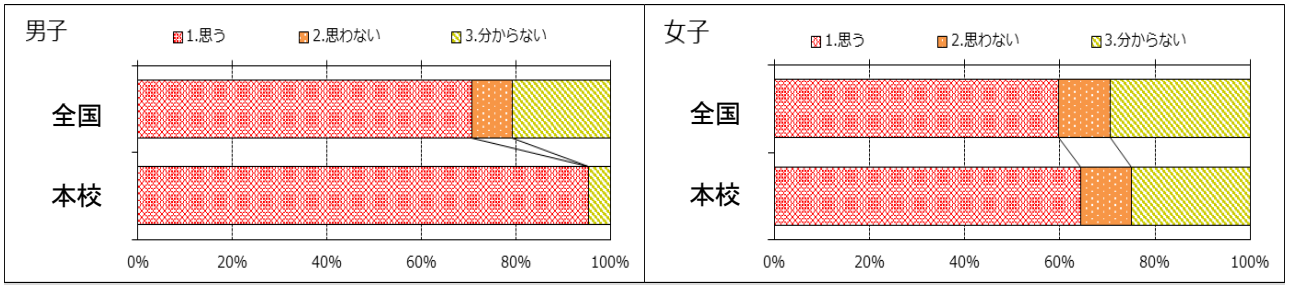
体力テスト種目		体力要素	測　定
①	握力	筋力	左右握力の平均値
②	上体起こし	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③	長座体前屈	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④	反復横とび	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤−1	持久走	全身持久力・長距離走能力	男子1500m，女子1000mの走行時間
⑤−2	20mシャトルラン	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥	50m走	疾走能力	50mの疾走時間
⑦	立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧	ハンドボール投げ	巧緻性・投球能力	ハンドボールを遠投した距離
体力合計点		８種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	

５　生徒質問紙（抜粋）

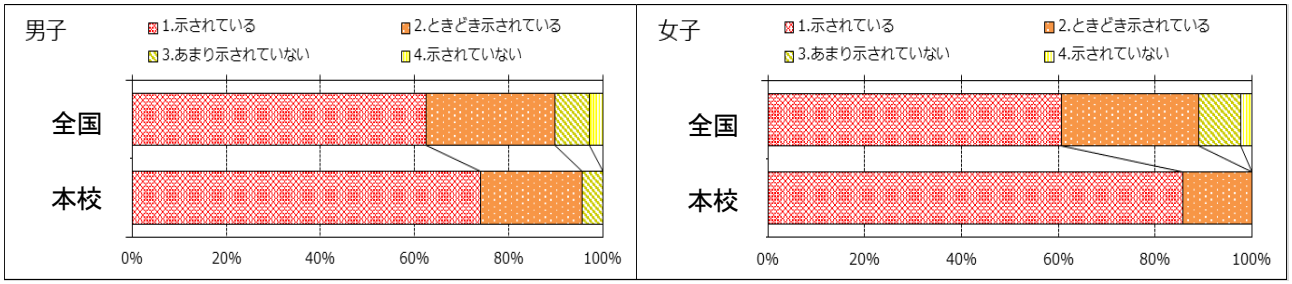
Q1.運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



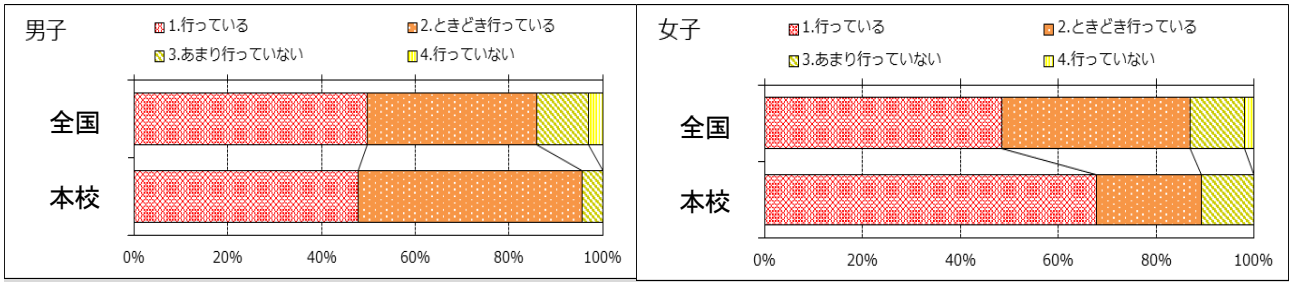
Q2.中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



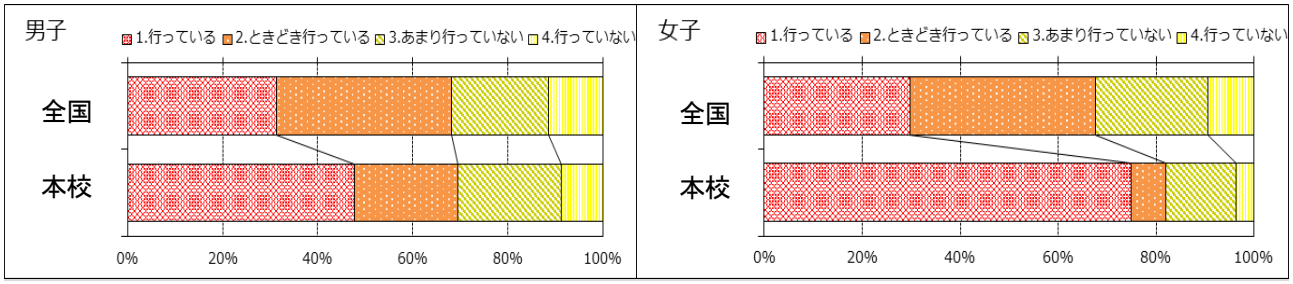
Q3.保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て･ねらい)が示されていますか。



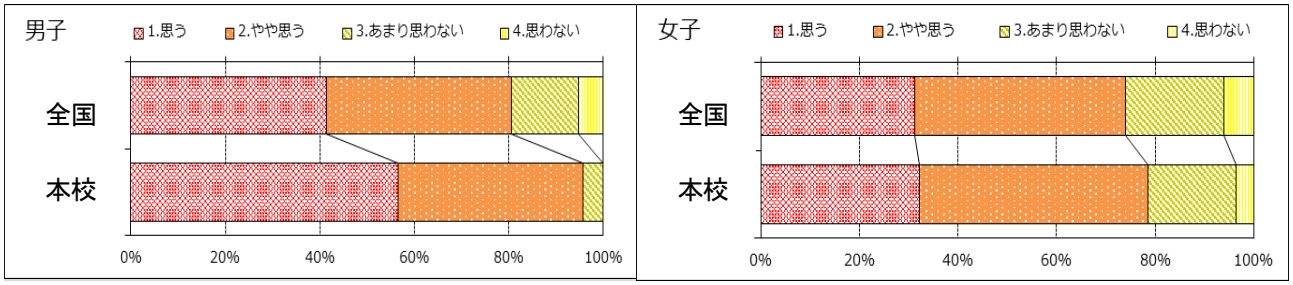
Q4.保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



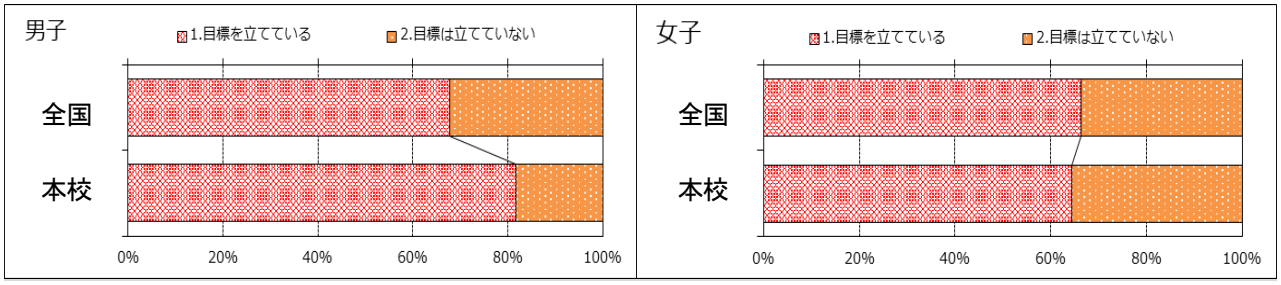
Q5.保健体育の授業で、自分に合った練習や場を自分なりに選んで活動することを行っていますか。



Q6.保健体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。



Q7.体力テストの結果などを基に体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



※ Q１～７の項目は、質問紙の２６項目の内、特徴的なものを抜粋して掲載しています。

４　考　　察

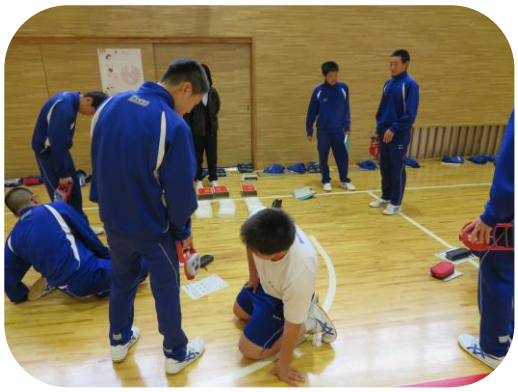
（１） 体格調査の結果より

体格調査の結果を見ると、男女ともに全国平均とほぼ同程度であることがわかります。女子については、身長・体重ともにやや上回っており、バランスの良い発育状況であると言えます。

（２） 実技調査の結果より

【男子】

男子は、握力（筋力）、持久走（全身持久力）、２０ｍシャトルラン（全身持久力）、５０ｍ走（疾走能力）、ハンドボール投げ（巧緻性・投球能力）について、全国平均を上回っています。特に、持久走とハンドボール投げは、全国平均を５ポイント以上超えており、大変良好な状況であると言えます。この要因として考えられるのは、体育授業における準備運動や補強運動の中に、走トレーニングや筋力トレーニングを多く取り入れていること。そして、年間のカリキュラムにハンドボールを取り入れるなど、投動作を積極的に行ったことなどが考えられます。反面、長座体前屈（柔軟性）、立ち幅跳び（筋パワー・跳躍能力）、反復横跳び（敏捷性）に課題が見られることから、日常生活の中でも、ストレッチ体操や瞬発的な動き、敏捷性を高める運動を意識して行うよう働きかけることが必要です。



【女子】

女子は、多くの種目で全国平均と同程度かそれ以上の結果となっています。この結果から、保健体育の授業や部活動でのトレーニングが、体力要素をバランス良く高める結果につながっているのではないかと考えます。ただし、長座体前屈においては課題が見られることから、日常生活の中でも、ストレッチ体操を意識的に行う習慣を持たせる必要があります。

（３）生徒質問紙の結果より

運動や体育授業に関する意識調査においては、男子は運動やスポーツが「嫌い」と答えた生徒が 0%、「やや嫌い」と回答した生徒が 4.3%で、運動することを好む生徒が全国平均より多い状況です。一方女子は、「好き」と回答した生徒が全国平均を大きく上回っている反面、「嫌い」と回答した生徒も全国より多い結果となっています。このことから、運動嫌いや苦手意識をもつ生徒に対して、いかに運動への興味関心をもたせ、主体的に運動に取り組む姿勢をつくるかが課題だと言えます。

また、男女ともに、中学校卒業後も、自主的に運動やスポーツする時間を持ちたいと回答した生徒の割合は多いですが、今後もキャリア教育を推進する中で、「生涯スポーツ」の重要性を説いていきたいと考えています。

授業に関しては、男女ともに、授業の目標を確認し、目的意識を持った取組ができています。しかし、対話的な活動については、さらに充実を図る必要があります。また、体力テスト等の結果を踏まえ、自分なりの目標を持った取組ができるように指導していきます。

５　今後の取り組みについて

本調査で明らかになった課題を踏まえ、保健体育科授業の改善と、生活の中での運動意識の向上を図るため、下記の取組を推進します。

① 男子「瞬発力」系の補強運動、男女ともに「柔軟性」の向上を目指した体育指導。（定期的な柔軟チェックシートの活用）
② スポーツや日常生活における「柔軟性」向上に向けた取組。
③ 運動嫌いをなくし、「楽しい、好き」と感じられるように、主体的・対話的な体育の授業作り。
④ 体力テスト等の結果を踏まえ、個々に目標を持たせた運動実践。

以上の取り組みを通して、生徒一人ひとりが、生涯にわたって豊かな健康、スポーツライフを実現していけるように指導していきます。