

令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

調査対象：2年生

調査事項

ア 実技に関する調査

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査）

1 結果と分析

- 男女ともに、特に大きな力を出す能力である筋力（握力）やすばやく動き出す能力である瞬発力（立ち幅跳び）が優れている。
- 女子は、特に運動を持続する能力である全身持久力（20m シャトルラン）が優れている。
- 運動の愛好度について、女子は肯定的な回答が全国平均を上回っている。
- 男女とも、筋力を持続する能力である筋持久力（上体起こし）と素早く動作を切り返す能力である敏捷性（反復横跳び）に課題がある。
- 運動の愛好度について、男子は肯定的な回答が全国平均を下回っている。

2 取組についての評価

(1) 保健体育科の学習指導

①効果があった取組

- ・級友との交流を通して、動きのポイントや技のコツ等を伝える学び合い活動の設定
- ・体育授業の準備運動の1つとして行う、筋力向上をねらった体づくり運動の実施
- ・できるようになったことを自覚させる自己評価や振り返り活動の設定

②改善を図る点

- ・敏捷性や筋持久力を高める運動を、体育授業の準備運動を通して継続して行うこと
- ・保健体育科の授業の中で、生徒が主体的に活動に取り組む場づくりを行うこと
- ・学習中にタブレットを活用し、自分の動きを評価する機会を設定すること

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・日常的に運動することへの意識を向上させるため、体力アップシートを活用して定期的に評価を行う。
- ・体づくり運動において個人の体力の現状に応じた運動計画を作成させ、家庭で運動を実施させる。
- ・敏捷性や筋持久力を高める運動を、体育授業の準備運動を通して継続して行う。