

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：5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、ソフトボール投げ

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、長座体前屈の「大きく関節を動かす力である柔軟性」が優れている。
- 男女とも、立ち幅跳びの「すばやく動き出す能力である瞬発力」に課題がある。
- 男女ともに、反復横跳びの「すばやく動作を繰り返す運動である敏捷性」に課題がある。
- 男女ともに、ソフトボール投げの「大きな力を出す力、大きく関節を動かす力、運動を調整する力」に課題がある。

2 取組についての評価

(1) 体育科の学習指導

①効果があった取組

- ・タブレットを活用して、手本と自分の動きを比べたり自分の動きを確認したりする活動の設定
- ・個の課題に応じる場の設定
- ・友だちとの交流を通して、お互いに教え合ったり認め合ったりする活動や場の設定

②改善を図る点

- ・児童の運動量が確保できる場の設定や活動の工夫
- ・瞬発力・俊敏性をあげるための運動を、体育の時間の準備運動を通して継続実施
- ・体育の授業の中で、児童が主体的に練習に取り組むことができるような場やルール設定
- ・動きのポイントや技のコツ等を知ることができる学び合う活動の設定

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・準備体操で「立ち幅跳び」、「反復横跳び」の動きを加えて、慣れていく。
- ・毎朝行うスッキリ体操において、エクササイズがもつ特性を意識しながら取り組みを継続して行う。
- ・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たり、体育委員会主催を開催したりして、体力向上に向けての取り組みを行う。