

令和6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、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が優れている。
- 男女とも、長座体前屈の柔軟性が優れている。
- 男女とも、握力の大きな力を出す能力である筋力に課題がある。
- 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。

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

- ・体育で行う運動に応じて、準備運動で行う体づくり運動の吟味
- ・タブレット等のICTを活用し、自分の動きを確認し、課題解決にむけてアドバイスし合う活動の設定
- ・友達との交流を通して、動きのポイントや技のコツを知ることができる学び合う活動の設定

②改善を図る点

- ・児童の運動量が確保できるようにそれぞれの目標や実態に合わせた場の設定や活動の工夫を行う。
- ・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において取り入れる。
- ・児童一人一人の目標設定と、できるようになったことを自覚できる自己評価や振り返り活動の設定をする。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・準備運動で「立ち幅跳び」につながる動きを取り入れる。（足を高く上げてのステップや前後に大きくジャンプする運動など）
- ・雑巾絞りやすつきり体操の動き等の日常的な活動で握力を鍛える動きを意識させる。
- ・児童が毎朝行うスッキリ体操を、エクササイズがもつ特性を意識させ継続して行う。
- ・体力アップシートの活用（夢かなえノートに絡めた活用）、大縄記録会や縄跳び検定の実施を継続し、運動の意識の向上を図る。

