

令和４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。

２ 取組についての評価

(１) 体育科の学習指導

①効果があつた取組

- ・タブレットを活用して手本となる動きと自分の動きを比較させたり、自分に合った課題を選択させて取り組ませたりする活動の設定。
- ・友だちとの交流を通して、お互いに認め合ったり助け合ったりする活動や場の設定

②改善を図る点

- ・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
- ・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で行う継続的な取組
- ・授業の中で、タブレットなどの ICT を活用し、前時までの自分の動きと本時の自分の動きを比較し、できるようになったポイントを児童自ら評価する機会の設定
- ・体育の授業中、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の設定

(２) 今後の体力向上に対する取組

- ・毎朝行う「スッキリ体操」において、それぞれのエクササイズがもつ特性を意識しながら取り組ませる。
- ・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、体育委員会主催の体力向上に向けた取組を実施したりする。