

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

- 女子の長座体前屈以外の種目において、男女ともに全国平均を上回っている。
- 男女ともに、特に握力や反復横跳びなどの大きな力を出す能力やすばやく動作を繰り返す運動が優れている。
- 女子は、長座体前屈の大きく関節を動かす能力に課題がある。
- 男子は、週の運動時間が60分未満の割合が全国平均に比べて多い。

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

- ・友達との交流を通して、動きのポイントやコツを教え合うことができる活動の設定
- ・準備運動の中にスポコンフェスタに向けた活動の設定

②改善を図る点

- ・体育の運動の時間を十分に確保できるように、短時間の帯活動として全身持久力を高めるための運動を持続する活動を継続的に行うこと。
- ・柔軟性を高められる準備運動を設定し、継続して取り組むこと

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・計画的な練習の期間を設定し、福岡県のホームページ（スポコン広場）を活用したスポコンフェスタ（校内の取組）の実施。
- ・日常の体育科の学習において、課題になっている項目を意識して指導を進める。
- ・休み時間に外遊びで楽しめるよう体育委員会を中心とした運動遊びの提案。
- ・朝食摂取率を高めたり、睡眠時間を長く確保したり、スマホやタブレット・テレビなどの視聴時間を短くしたりするため、家庭への啓発と子どもへの指導を行う。
- ・ICT機器（タブレット端末）を活用することで自己の動きを振り返る活動を行う。
- ・これまでと同様に、休み時間には職員も一緒に体を動かすことを継続する。