

令和元年度 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、特に反復横跳びやシャトルランなどのすばやく運動を繰り返す能力や運動を持続する能力が優れている。
- 例年課題となっていた立ち幅跳びのようなすばやく動き出す能力に伸びが見られた。
- 男子は、長座体前屈の大きく関節を動かす能力に課題がある。
- 女子は、ソフトボール投げのすばやく動き出す能力、運動を調整する能力に課題がある。

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

- ・体づくり運動遊びや体づくり運動において、多様な動きを身につける1つとして、なわとび運動の設定
- ・準備運動の中に腕を振って高く飛ぶ内容を設定

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なわとびタイム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たスポコンフェスタ（校内の取組）の実施
- ・教職員で結果の交流を行う
- ・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
- ・とび箱や幅跳びを重点単元とし、ひざの曲げ伸ばしについての指導を行い、跳躍力の更なる向上を図る
- ・朝食摂取率を高めたり、睡眠時間を長く確保したりするため、家庭への啓発と子どもへの指導を行う