

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、上体起こしやソフトボール投げなどの筋力に加え、筋力を維持する筋持久力や運動を調整する能力の巧緻性が優れている。
- 男女ともに、反復横跳びなどのタイミング良く動き、すばやく動作を繰り返す能力の敏捷性が優れている。
- 男女とも、握力などの大きな力を出す能力の筋力に課題がある。
- 女子は、立ち幅とびや50m走などのすばやく動き出したり、すばやく移動したり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

- ・友だちとの交流を通して、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
- ・一校一取組の体育通信を使ったショートでの体力向上の場の設定
- ・できるようになったことを自覚させる自己評価や友だちからの他者評価、振り返り活動の設定

②改善を図る点

- ・筋力をあげるための運動を、体育通信を参考に、体育の時間の準備運動を通して継続して行うこと。
- ・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づくりを行うこと。
- ・体育の授業の中で、タブレットを活用し、自分の動きを撮影し、評価したり友だちと話し合い動きを修正したりする機会を設定すること。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・短時間にもできる運動（グーパー運動）を取り入れ、筋力の向上を促す。
- ・運動への関心や朝食摂取率を向上させるため、家庭への呼びかけを行う。