

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

- 男子は、特に50m走のすばやく移動する能力である「スピード」や、立ち幅跳びのすばやく動き出す能力である「瞬発力」が優れている。
- 女子は、特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、握力の大きな力を出す能力である「筋力」、ボール投げの運動を調節する能力である「技巧性」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効果があった取組

- ・体育の内容に応じて、準備運動で体づくり運動を行った。
- ・体力テストに向けての練習や、運動を反復して行うことができる場を体育館に設け、児童が自主的に活動できるようにした。
- ・校内長縄記録会を2月に行い、継続的に長縄跳びを行った。

②改善を図る点

- ・筋力をあげるための運動を、体育の時間の準備運動や、ぜんりよくタイム等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や手立てを講じること。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・週1回、朝タイムに、友だちと一緒に体を動かす「ぜんりよくタイム」を位置付けている15分間の活動の充実を図る。
- ・日常的に運動することへの意識をさらに向上させるため、2月の長縄記録会に向けた取組において、児童の意欲向上につながる評価を行う。