

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、特に握力や立ち幅とびなどの大きな力を出す能力である筋力やすばやく動き出す能力である瞬発力が優れている。
- 男女とも、運動を持続する能力である全身持久力に課題がある。

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

- ・ 体育の授業の中で、児童の課題に応じた場づくりを行い、児童が場を選択して運動に取り組むようにして、児童の主体性を引き出すとともに、児童の体力向上を図った。
- ・ 体育の授業の中で、タブレットを活用して自分の動きを撮影・評価する機会を設定した。
- ・ 体育の授業では、児童の運動時間を30分間確保することを目標として、全学級で取り組んだ。

②改善を図る点

- ・ 体育の授業の最初に3分間走や縄跳びを取り入れることで、持久力を高める。
- ・ 体育の授業の中で、児童が楽しく運動に取り組めるようにサーキットコースを使った運動を行う。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・ 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定期的に評価を行う。
- ・ 運動する楽しさを実感させるため、体育委員会を中心にクラスマッチやスポーツ大会を開催する。

