

令和6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、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、上体起こし

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、特に立ち幅跳びのすばやく動き出す能力や、ソフトボール投げの運動を調整する能力やすばやく動き出す能力が優れている。
- 女子は、特にソフトボール投げの運動を調整する能力とすばやく動き出す能力が優れている。
- 長座体前屈や上体起こしの結果が低いことから、男女とも大きく関節を動かす運動の能力や筋力を持続する能力に課題がある。また、シャトルランや50m走などの運動を持続する能力やすばやく移動する能力にも課題がある。

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

- ・授業開始の準備運動における全校ドッチボールラリーの取組
- ・できるようになったことを自覚できる「振り返り」の場の設定
- ・個の運動能力に応じた方法や内容を選択できる場の設定

②改善を図る点

- ・関節を動かし、瞬発力を上げる運動を体育科の時間の準備運動を通して継続して行う。
- ・体育科の授業の中で、ICTを活用し、自分の動きを評価する機会を設定する。
- ・ペア活動などを通して、ともに学び合い、高め合う場を設定する。

(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できるように、体力アップシートを活用し、月に1度、体育レクリエーション委員会によるチェックを行う。
- ・体育レクリエーション委員会によるレクリエーションを定期的に行い、休み時間の運動の機会を設ける。
- ・準備運動に1校1取組を取り入れ、競い合いながら体力向上に努める。