

令和5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20mシャトルランの運動を持続する能力や50m走のすばやく移動する能力、立ち幅跳びの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瞬発力、20mシャトルランの運動を持続する運動の能力が優れている。
- 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。

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

- ・児童の待ち時間を減らし運動量を増やすために活動の場や教具の工夫をしたこと
- ・運動意欲を高めるために、「振り返り」の場を位置づけ、できるようになったことを自覚させたこと
- ・体育の授業の中で個の運動能力に応じて選択できる場の設定をしたこと

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を通して継続して行うこと
- ・体育の授業の中で、ICTを活用し、自分の動きを評価する機会を設定すること
- ・友達と関わり運動をする楽しさを味わわせる工夫をすること

(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に、体力アップシートを活用し、体育レク委員会を中心に定期的に評価を行うこと
- ・学級レクを定期的に取り入れ、休み時間の運動機会を設けること
- ・1校1取組を年間で取り入れ、競い合いながら自らの体力向上に努めること