

## 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：2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，ハンドボール投げ

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，体力合計点が全国平均・県平均より優れている。
- 男女ともに，特に50m走や反復横とびなどの，スピード，敏捷性が優れている。
- 男女ともに，握力や立ち幅跳びなどの，筋力や瞬発力に課題がある。
- 男女ともに，テレビやゲーム，スマートフォンなどの画面を見ている時間が多い課題がある。
- 男女ともに，朝食を毎日食べている生徒が少ない課題がある。

### 2 取組についての評価

#### (1) 保健体育科の学習指導

##### ①効果があった取組

- ・保健体育の授業時における，毎時間の補強運動や縄跳びの実施
- ・動きのポイントや技のコツ等を知ることができる活動の設定
- ・できるようになったことを自覚させる自己評価や振り返り活動の設定
- ・生徒の運動意欲を高める掲示物

##### ②改善を図る点

- ・保健体育の授業時において，筋力をあげるための運動を継続して行う。
- ・保健体育の授業時において，ICT機器を活用し，自分の動きや仲間の動きを分析させる場を設ける。
- ・日常生活と運動を関連づける資料や方法を提示する。

#### (2) 今後の体力向上に対する取組

- ・日常的な運動への意識を向上させるために，体力アップシートの活用と定期的な評価を行う。
- ・睡眠時間を確保させるために，スマートフォンの使用やゲーム等を行う時間を考えさせるとともに，SNSに関する3つのルール（糸島市）を生徒に確認させる。
- ・毎日の朝食を推奨するために，朝食を食べるメリットをまとめた掲示物を作成する。