

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：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、特にハンドボール投げなど高地性や瞬発力が優れている。
- 男女とも、全国平均を超えている項目が多い。
- 男女とも、握力などの大きな力を発揮する能力である筋力に課題がある。
- 女子は、50m走などのすばやく移動する能力であるスピードに課題がある。

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

- ・準備運動の中で補強運動を行い、基礎体力の向上を図った。
- ・動きのポイントを確認し、自己の動きと理想の動きの調整を行った。
- ・技能や体力に応じた課題設定を行った。

②改善を図る点

- ・握力に関する補強運動を取り入れる。
- ・授業内での運動量や強度を確保していく。
- ・保健体育科の授業の中で、タブレットを活用し、自分の動きを評価する機会を設定する。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・自己の体力の分析を行うために、体力アップシートを活用し定期的に評価を行う。
- ・朝食摂取率を向上できるよう、家庭への呼びかけを行う。
- ・保健体育の授業が日常の生活にどのように繋がるか考える時間を設ける。
- ・日常生活に繋がる取組を行い、自分の生活を振り返る。