

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

- 男子・女子共に，特に上体起こしや20mシャトルランなどの筋力を持続する能力や動きを持続する能力が優れている。
- 男子は，特に長座体前屈の大きく関節を動かす能力や立ち幅跳び・ハンドボール投げなどのすばやく動き出す能力や運動を調整する能力に課題がある。
- 女子は，特に反復横とびやハンドボール投げなどのすばやく動作を繰り返す能力や運動を調整する能力に課題がある。

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

- ・生徒の実態に合わせた「めあて」「目標」の具体的な設定。
- ・単元に応じて，準備体操で行う補強や体づくり運動の吟味。

② 改善を図る点

- ・柔軟性をあげるためのストレッチや力強い動きを高める運動，特にジャンプ系の運動を，準備体操で継続的に行ったり，積極的に授業の中に取り入れたりしていく。
- ・仲間の動きや自分の動きを理解しやすくするために，タブレットを活用する授業をさらに増やす。
- ・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を確実に行う。

(3) 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，ボール貸し出しなどの生徒会活動を推進していく。
- ・朝食摂取率を向上させるために，食育教育などを活用し，食事や生活リズムの大切さなどの授業を行う。