

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：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

- 男子は、50m走やハンドボール投げの数値が高く、素早く移動する能力や運動を調整する能力が優れている。
- 女子は、長座体前屈やハンドボール投げの数値が高く、大きく関節を動かす能力や運動を調整する能力が優れている。
- 男子は、特に握力の大きな力を出す能力に課題がある。
- 女子は、特に20mシャトルランや立ち幅とびなどの運動を持続する能力やすばやく動き出す能力に課題がある。

2 取組についての評価

(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
- ・生徒ができるようになったことを自覚する自己評価や振り返り活動の設定
- ・単元に応じた、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

- ・男女ともに運動を持続する能力に課題があるため、全身持久力アップにつながる補強運動や体づくり運動を積極的に取り入れる。
- ・昼休み等に運動に親しめる環境を作り、体を動かす機会を増やす。
- ・体育の授業の導入や保健の授業で、中学生の時期に全身持久力を高めることの重要性について理解を深める場を設定する。

(3) 今後の体力向上に対する取組

- ・体育授業の中で、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。
- ・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。