

令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査における

北九州市立 柄杓田 小学校の結果分析と今後の取組について

スポーツ庁による「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」について、令和5年6～7月に、5年生を対象として、「体力・運動能力」と「運動習慣等」についての調査を実施いたしました。

この度、本年度の調査結果を分析し、今後の取組についてまとめましたので、お知らせいたします。

本結果は、学校の現状を知っていただくとともに、ご家庭での取組の参考にしていただきたいと思います。また、運動習慣については、学校のみでなく、家庭で運動と一緒に「する・みる・話す」ことが大切です。本校では、運動習慣の確立と授業の充実により、総合的に体力の向上を目指しています。ご家庭でも運動習慣の確立に向けた取組の充実をお願いします。

※ 本調査により測定できるのは、体力・運動能力の特定の一部です。

1. 調査の目的

- (1) 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力の向上にかかる施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会が自らの子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供の体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2. 調査内容

(1) 実技に関する調査

[8種目] 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、ソフトボール投げ

(2) 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

※ 本校の5年生は単学級ですので、個人が特定されないことがないよう、公表の方法について配慮しています。

3. 体力・運動能力に関する調査結果の概要

全国・本市の実技調査の結果

<男子>

本年度の結果	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	ソフトボール投げ	体力合計点
全国	16.13	19.00	33.99	40.61	46.91	9.48	151.16	20.51	52.60
本市	16.30	19.17	34.49	40.75	49.29	9.48	152.47	21.39	53.38

<女子>

本年度の結果	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	ソフトボール投げ	体力合計点
全国	16.02	18.05	38.47	38.74	36.81	9.71	144.34	13.22	54.29
本市	16.35	18.36	38.88	38.78	39.26	9.70	145.97	13.51	55.18

4. 運動習慣や生活習慣等に関する質問紙調査結果の概要

質問紙調査の結果分析

本校の児童は、運動やスポーツをすることが「好き」「やや好き」と回答した児童の割合は約7割(70.3%)であった。運動やスポーツに対する関心が高く、日頃から運動やスポーツに親しんでいる児童が多いことが分かる。しかし、そのうち「毎日運動やスポーツをする」と回答した児童は約3割(31.4%)にとどまり、運動量が不足している児童も少なくないことが課題である。また、運動やスポーツに対して関心が低い、または苦手意識をもっている児童も約3割(29.7%)いる。これらの児童に対しては、運動やスポーツの楽しさや魅力を伝える工夫が必要である。一方で、「体育の授業は楽しい」の項目に対して「楽しい」「やや楽しい」と肯定的な回答をした児童の割合が100%であった。これは、体育の学習内で、めあてを意識し、友達と助け合ったり、教え合ったりする活動を通して、できることが増えた成果と考えられる。例えば、ソフトボール投げでは、前年度よりも平均距離が10m以上伸びた。また、立ち幅とびでは、平均が150cmを超えた。これらの結果は、児童の体力や運動能力の向上につながっていると考えられる。

5. 調査結果から明らかになった、課題解決のための重点的な取組

① 教科(授業)に関する取組(全校で・学年で・学級で)

本校では、以下のような取組を行って、児童の運動習慣の確立と体力の向上を目指している。

- 体育の授業では、北九州市体力向上プログラムを活用して、主運動につながる準備運動をしっかりと行い、安全に学習を進めることができるようにする。(全学年) 準備運動では、体の各部位の柔軟性や関節の可動域を高めるストレッチを行う。また、主運動では、児童の興味やニーズに応じて、様々な運動ゲームや補助運動をさせる。これを通して児童の運動技能や運動知能を高めるとともに、運動やスポーツの楽しさや魅力を感じさせる。
- 運動やスポーツに対する意欲の向上や、個々の体力の向上を目指し、課題練習の際は一人一人の目標に合った練習の場を設けるようにする。課題練習では、児童が自分のできることやできないことを自己評価し、自分に合った目標を設定する。そして、その目標に向かって、効果的な練習方法を選択し、継続的に取り組む。例えば、反復横とびでは、自分の記録を上回るために、足の筋力やスピードを高める練習や、リズム感やバランス感覚を養う練習を行う。また、友達と一緒に練習したり、互いに励まし合ったりすることで、協力や友情を育む。

② 運動習慣等に関する取組(1校1取組)

- 毎週水曜日8:35~8:50に体力アップタイムを設け、運動習慣の定着を図る。体力アップタイムでは、全校一斉にランニングやゲームなどの運動を行う。これらの運動は、体の柔軟性や関節の可動域を高めるだけでなく、心肺機能や循環器系の働きを良くする効果もある。また、朝から運動をすることで、脳の活性化や気分の向上にもつながる。さらに、全校で一緒に運動をすることで、学校全体の一体感や活気を高めることにつながった。
- 長期休業期間における運動習慣の定着を図る取組 長期休業期間が始まる前に、家庭で取り組める運動例を紹介したカード(運動チャレンジカード)を配布し、家庭における運動習慣の定着を図る。(取り組んだ内容、日時はカードに記入し、休業期間あけに担任が確認し、児童を賞賛、励ましなどを行った。)