

令和4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 本城 中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4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させていただきたいと思えます。また、運動習慣については、学校のみでなく、家庭で運動を一緒に「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、学校における保健体育・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、持久走・20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択するため8種目となる

(2) 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

3. 体力・運動能力に関する調査結果の概要

全国・本市・本校の実技調査の結果

<男子>

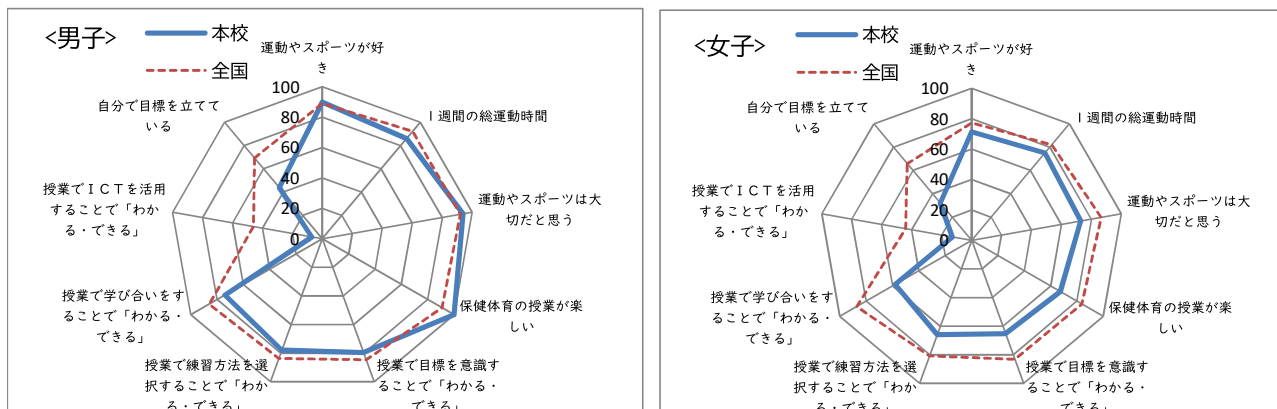
本年度の結果	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
全国	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
本市	29.89	26.05	45.62	51.43	411.48	79.38	7.98	200.49	20.64	42.89
本校全国平均以上の種目							○			

<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	持久走	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	23.21	21.67	46.07	45.81	302.89	51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
本市	23.48	21.58	47.11	45.64	303.38	50.85	8.95	169.09	12.41	48.27
本校全国平均以上の種目								○		

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

質問紙調査レーダーチャート



質問紙調査の結果分析

本校では運動やスポーツが好きな生徒が多く、保健体育の授業にも積極的に参加している。体育の授業では、「できた」と感じることができた生徒が多く、そのうち男子の68%、女子の88%が「友達に教えてもらって「できた」と感じた生徒が多かった。しかし、1日の睡眠時間が6時間未満の生徒が全国平均以上、スマホ等の平日の視聴時間が5時間以上の生徒が、全国平均より男子は10%以上高く、女子は30%程度高かった。健康的な生活をするためには、運動・食事・睡眠の3つが重要となり、その中の睡眠が十分に取れていないということは、次の日の活力等に影響し、運動のみならず、学習においても効果が得られない可能性がある。そのため家庭でも注意をお願いしたい。

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）

○体育の授業では、各生徒、各種目において、得意・不得意がある中、一人一人が少しでも「できた」と感じられるよう、段階に応じた授業をしている。また、運動が苦手な生徒も「運動が楽しい」と感じることができるよう、気軽に生徒同士の教え合いや応援をし合う環境づくりを行っている。
○保健・体育理論の授業では、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現のため、運動の大切さ、スポーツの学び方、スポーツの安全な行い方等を実践を交え学習した。

② 運動習慣等に関する取組（1校1取組）

体育の授業では、準備体操後、種目に合わせて、腕立て伏せ、腹筋、スクワット等の補強運動を取り入れている。