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　　東郷　　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5年6～7月に、2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。（熱中症等の予防の観点から、20mシャトルランについては、5月中旬から6月上旬に実施しています。）

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分です。

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、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

※ 本校の2年生は単学級ですので、個人が特定されることがないよう、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	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	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	41.32
本市	29.72	26.24	46.29	51.95	413.28	80.12	7.86	201.52	20.51	43.46

＜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	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22
本市	23.64	22.08	47.52	46.35	320.97	51.41	8.86	170.70	12.13	48.65

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
・「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。」という質問の回答結果は、男子生徒は62.5%の生徒が肯定的な回答をしている。また、女子生徒は83.4%の生徒が肯定的な回答をしている。全体で約73%の生徒が肯定的な回答であった。 ・1週間の運動時間状況では、男子平均が約84分、女子平均が約71分であった。 ・「毎日どのくらい寝ていますか。」という質問の回答結果について、睡眠時間を7時間以上とっている生徒は、男子が約63%、女子が50%であった。

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）

・「握力」や「立ち幅跳び」など、全国平均や北九州市平均を上回っている種目について、体育の授業時に補強運動を行っている成果が表れていると結果となった。しかし、「反復横跳び」や「上体起こし」、「50m走」は、平均値をやや下回っている結果となったため、継続可能な運動習慣を身に付けさせる必要がある。
・睡眠時間についても、「早寝早起き朝ごはんで輝く君の未来(文部科学省)」を利用し、啓発を行う。

② 運動習慣等に関する取組（1校1取組）

・体力向上を目指し、体育授業時に「補強運動」を行っている。普段、運動をしない生徒も体育の授業内容だけでなく、筋力・体力強化として実施した。内容は、腕立て伏せ、腹筋、スクワットジャンプを取り入れている。今後も継続していきたい。
・運動習慣や生涯スポーツを意識した体力アップ運動やスポーツに取り組んでいきたい。