

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 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

※ 本校の2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	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

<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

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
・運動やスポーツへの愛好度の結果としては、男子生徒は全体的に肯定的な回答が多く、女子生徒も6割の生徒が肯定的な回答であった。 ・1週間の運動実施時間状況は、男子平均50分、女子平均40分行っている。 ・睡眠時間を7時間以上をとっている生徒は、男子が5割以上であるが、女子は1割程度しかない。

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）

体育の授業でストレッチやサーキットトレーニングを行ったことで、男子は瞬発力、女子は柔軟性で優れた結果となった。男女ともに筋持久力（上体起こし）は全国と比べ平均的であるが、今後は授業だけではなく家庭でもできるインターバルトレーニングを紹介しながら更なる向上につなげる。また、睡眠時間の大切さについても、「早寝早起き朝ごはんて輝く君の未来（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）

体力向上を目的として、部活動生徒を中心とした「体力アッププログラム」を今年度実施した。部活動に入っていない生徒も参加できるようにし、運動する時間の確保につなげた。来年度は、開催時期や期間を見直し、さらに運動習慣の定着につなげるように、体力アップや運動・スポーツに関心をもてる取組にする。