

# 令和6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 湯川 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6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っております。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

### 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>

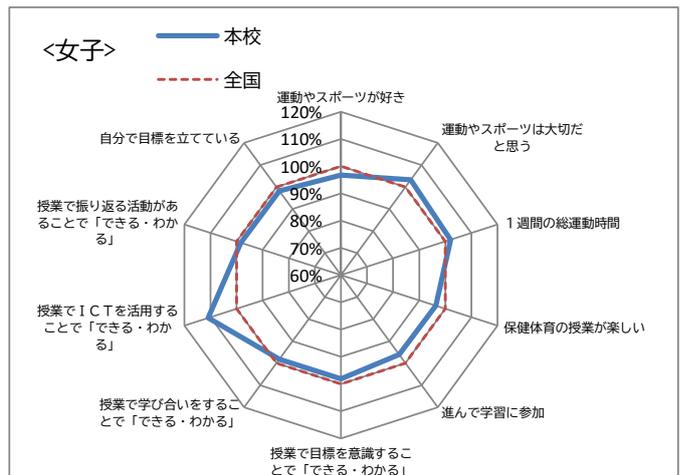
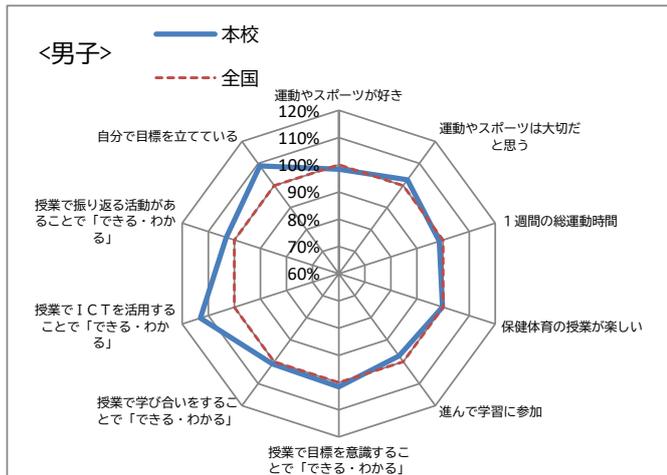
本年度の結果	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
全国	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57	41.86
本市	29.93	26.34	45.51	52.15	463.01	81.17	7.88	201.59	20.38	43.31
本校全国平均以上の種目	○		○				○	○		○

<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	ハンドボール投げ	体力合計点
全国	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.40	47.37
本市	23.47	21.97	46.62	46.51	330.19	52.35	8.85	171.43	11.75	48.44
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

湯川中学校では、多くの生徒が部活動に所属しており、1週間の運動量は全国平均を大きく上回っている。しかし、中には全く運動をしていない生徒も一定数存在しているため、運動の大切さや心身への影響を授業を通じて、実感できるよう進めてきた。その結果、いくつかの生徒が自分の生活習慣を見直すきっかけを得ることができた。グラフの結果からも、運動やスポーツが大切であるという認識を持つ生徒は全国平均を上回っており、この認識をさらに広げていくことが全体的な運動能力の向上に繋がると考えられる。

ICTの活用においては、例えば器械体操の動きをグループで撮影し、自分の動きを確認するだけでなく、友達同士でアドバイスし合うことで「できる」「わかる」と感じ、技能の習得につながっている、しかし、ICTの活用することで運動量の減少が課題となっており、生徒が手軽に使えるツールを導入することやICT活用時間を計画的に設けることで、運動量とICT活用のバランスを取ることが重要である。

### 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)

年度当初、本校では体力テストの結果や歴代の記録等を掲示し、学年ごとに取り組みを行った。この掲示により、多くの生徒が個人の目標設定を行い、モチベーションアップに繋がっている。本校の大きな課題として、運動嫌いな生徒が一定数存在するという点が挙げられたため、運動やスポーツの楽しさや達成感を実感させることが必要である。授業の中で個々の能力に応じたグループを作成し、技術習得までの段階を設けるなど、個人の能力に合わせて取り組めるように配慮を行った。また、基礎体力の向上を目指して、全学年の準備運動に縄跳びを取り入れて運動の楽しさを実感しながら、基礎体力の向上を図るために、今後もこの取り組みを継続していく。

#### ② 運動習慣等に関する取組(1校1取組)

「運動やスポーツは大切だと思う」という質問に対して、男子95.3%、女子88.3%が「思う」と答えているので、運動に対して前向きに捉えていることがわかる。今後は、自宅で簡単にできる柔軟体操や補強運動を体育の授業で紹介したり、授業内でも毎時間取り組んだりしたい。また、運動習慣を身につけさせるためには、体の仕組みや運動をする利点を理解させる必要があると考える。さらには、保健の授業も話し合い活動を通して、深い学びにつなげていく。