

## 令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

全国的な生徒の体力や運動能力・運動習慣等を把握・分析し、学校における生徒への教育指導の充実や改善等に役立てる目的で、毎年第2学年を対象に実施しています。以下はその結果をまとめたものです。

### 1 体格調査の結果について

男子…身長は全国平均を上回り、体重は全国平均を下回りました。

女子…身長・体重とも全国平均を上回りました。

### 2 実技に関する調査（新体力テスト）の結果と課題について

#### 【調査種目】

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、ハンドボール投げ

#### 【調査結果】

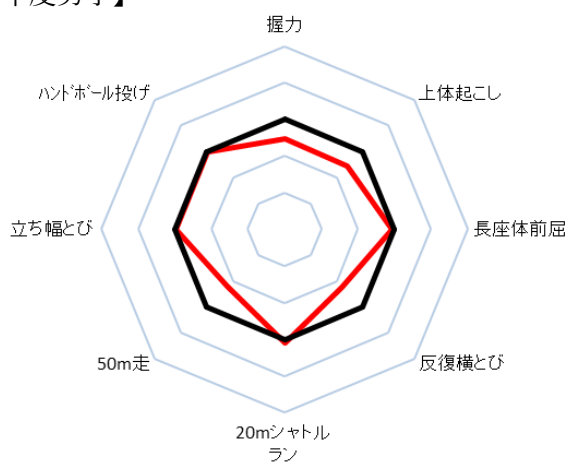
男子…すべての項目で全国平均を下回っています。特に「長座体前屈」に課題が見られます。

女子…すべての項目で全国平均を下回っています。特に「上体起こし」「反復横とび」に課題が見られます。

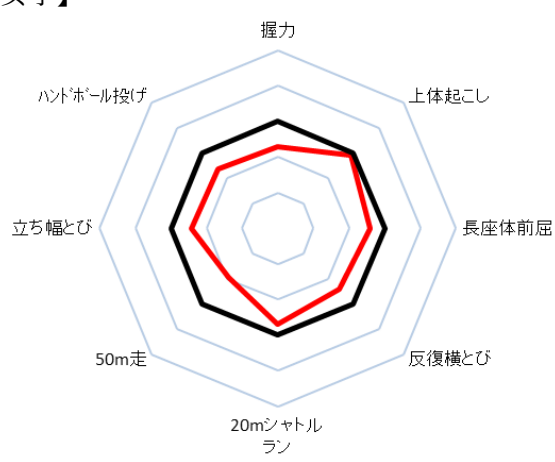
### 3 経年変化についての分析と課題について

(全国 ——— 翔陽中 ———)

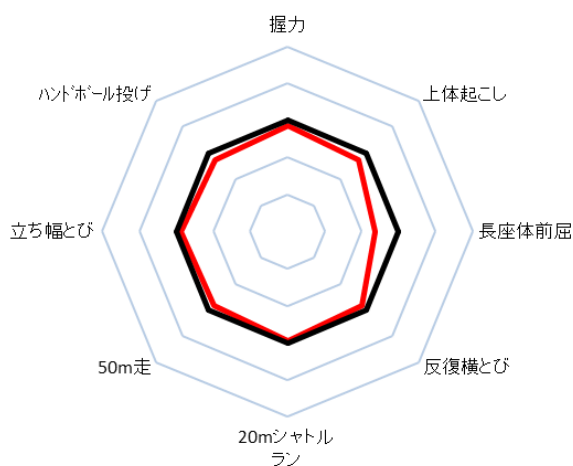
#### 【R4 年度男子】



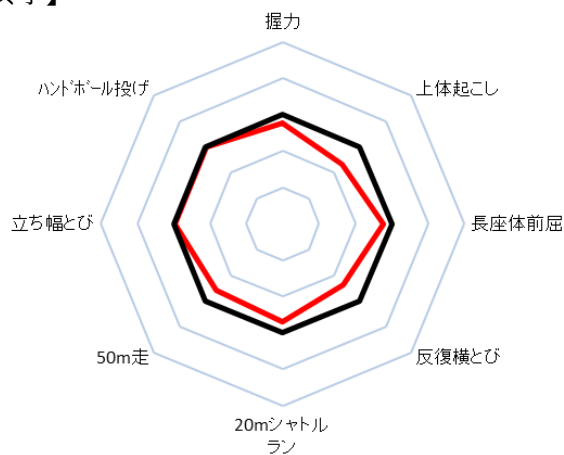
#### 【R4 年度女子】



#### 【R5 年度男子】



#### 【R5 年度女子】



男子…全国平均よりも下回った結果となったものの、昨年度と比較し、改善傾向が見られます。

特に、「握力」と「50m走」の結果が改善され、全国平均に近づく結果となりました。「長座体前屈」に課題が見られます。

女子…全国平均よりも下回った結果となったものの、昨年度と比較し、改善傾向が見られます。

特に、「ハンドボール投げ」と「立ち幅とび」の結果が改善され、全国平均に近づく結果となりました。「上体起こし」「反復横とび」に課題が見られます。

#### 4 生徒質問紙の分析結果と課題について（○→成果、▲→課題）

○「保健体育の授業は楽しい」と回答した生徒が、全国よりも上回っています。

○「保健を学習して、もっと運動しようと思った」と回答した生徒が、全国よりも上回っています。

▲「保健の授業で学習した運動、食事、栄養、睡眠に気をつけた生活を送れていると“あまり思わない・思わない”」と回答した生徒が全国よりも上回っています。

▲「スクリーンタイムが3時間以上4時間未満」と回答した生徒が全国よりも上回っています。

#### 5 今後の改善の方策

##### （1）体育の授業の一層の充実

- ・体育の授業における生徒質問紙の結果から、生徒は意欲的に学習に取り組んでいると考えられます。今後も、体育の授業の一層の充実を図るために、授業でICTを活用することなどにより、「できた」、「わかった」の実感をもたせるよう工夫します。
- ・運動習慣が少ない生徒がいることから、体育の授業において一定の運動量を確保するとともに、「運動が苦手な児童生徒」が自己の変容に目を向けられるよう授業展開を工夫します。

##### （2）生活習慣の改善

- ・平日の学習以外の画面の視聴時間が長くなると、1週間の運動時間が少なくなる傾向が見られることがこれまでの調査から明らかになっていることから、本校においても、視聴時間を適切に管理するよう学校便りや学級通信等で啓発し、家庭にも呼びかけていきます。
- ・体力が「人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、『生きる力』を支える重要な要素である」ことを踏まえ、保健体育の授業や各教科等で指導し、生徒に生活習慣についての正しい知識を理解させていきます。

##### （3）全教職員で生徒の実態を踏まえた指導の工夫

- ・体育の授業だけではなく、体育祭やSリーグの取組を通して、目標をもって主体的に運動したり、運動することを楽しんだりする習慣ができるように指導していきます。
- ・基本的な生活習慣（朝食を毎日食べる・平日の学習以外の画面の視聴時間の適正化）が確立するように、特別活動や教育相談を活用し、個に応じた指導をしていきます。