

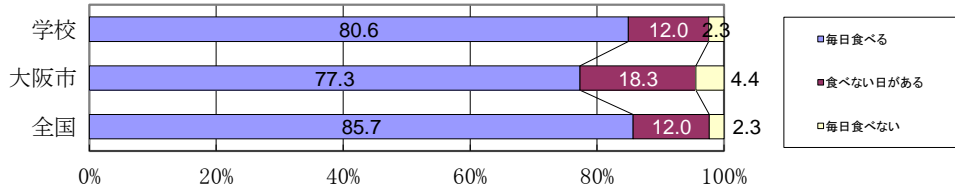
中学校男子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

結果の概要

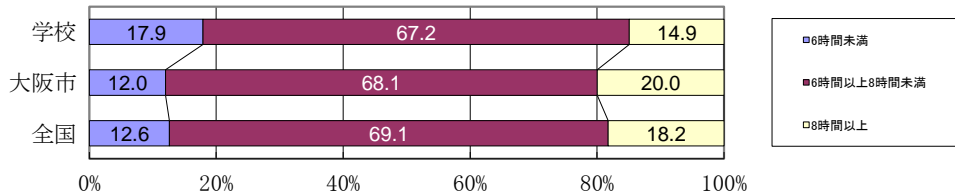
朝食に関しては、全国レベルなみに採れているようであるが、睡眠に関してはやや少なくなっている。特に6時間未満の割合が高いのが気になる。塾に行っている割合が高いのも睡眠時間に影響していると思われる。運動のきっかけに関しては、やはり場所がないというのが、運動やスポーツをする機会が少なくなっている大きな原因であると思われる。

質問番号 質問事項

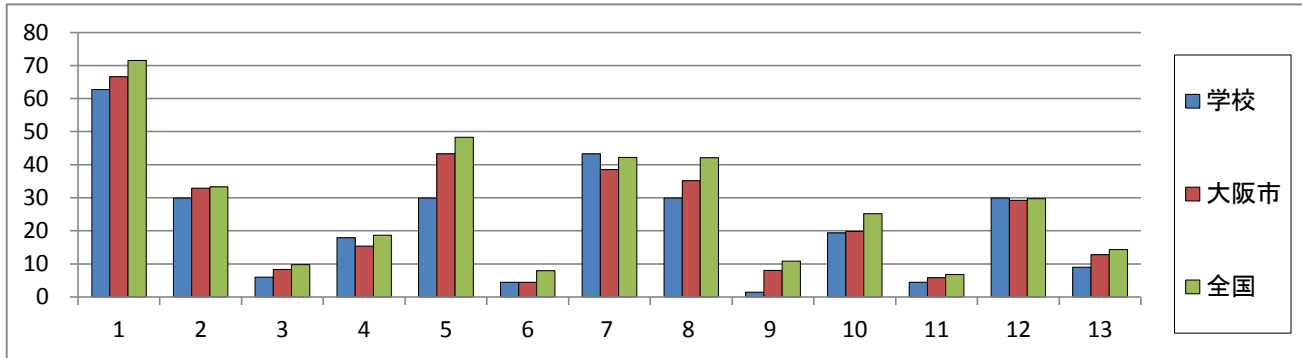
9
朝食は食べますか



10
1日の睡眠時間



12
今後どのようなことがあれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみようと思いますか。



成果と課題

みんなでスポーツ・運動をする機会や場所が不足している。運動部に入らずに放課後公園や広場で運動やスポーツをすることがほとんどないという状態である。環境が変わらない限り難しい。

今後の取組

学校自体、非常に敷地が狭いので難しいが、運動部の入部率を上げるしかないと思われる。週3回の体育だけで、運動量を確保するのに限界があるが、運動に積極的に取り組めるような教材を研究していく。