

平成25年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」検証シート

大阪市立夕陽丘中学校

生徒数

161

平均値

	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	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
単位	kg	回数	cm	回数	回数	秒	cm	m	
男子	26.48	27.19	42.29	51.97	84.55	8.28	192.73	19.25	40.33
大阪市	29.52	27.12	40.76	49.98	83.27	8.13	189.16	20.66	40.28
全国	29.21	27.58	43.11	51.08	84.98	8.04	193.68	21.01	41.78
女子	24.17	21.42	47.74	46.66	54.40	8.76	176.62	11.80	49.07
大阪市	24.16	22.45	43.56	44.40	55.54	9.05	163.23	13.07	47.03
全国	23.76	23.03	45.12	45.27	57.20	8.88	166.18	12.97	48.42

結果の概要

男子は総合的に大阪市レベルとほぼ同じである。種目ごとで見ると握力が極端に低い。その影響か、ボール投げも低い。50m走が低いのが今年の特徴である。女子は総合的にも全国を上まわっている。持久力は低いものの50m走では大きく上まわっている。ボール投げに関しては男子同様に低くなっている。女子は、上体起こし、ボール投げ、シャトルラン(持久力)の3種目がやや弱く、その他の5種目は全国平均値、大阪市平均値より上回っている。体力の合計点も高い。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

成果が現れるような取組みはできていないが、限られた環境の中でめいっぱい体を動かす教材を選択していかなければならない。体育の時間だけで体力アップをはかるのには限界があるので、もっと運動・スポーツをしたいという気持ちを上げるような取組みをしなければならない。運動部の活動をもっと活発にするのも有効であるが、これも環境的に難しい。自分の体力や運動能力を伸ばしたいと思うような取組みを行うべきである。女子、体育授業時に準備運動の後にトレーニングと柔軟性を高めるストレッチなどをおこなっているので、多少、体力の維持や効果がでていないかと思われる。また、その中で腕立て伏せが正確にできない生徒が多いことが筋力にもでていと思う。ボールを投げたりする機会が日ごろ少ないので、ボールを使う競技の中で意識をして取り入れていきたい。