

# 令和3年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果検証

## 学校の概要

清水	小学校	児童数	53
----	-----	-----	----

### 平均値

5年生	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20m シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ソフトボール 投げ	体力合計点
男子	13.13	18.03	27.65	39.35	47.97	9.46	138.42	18.22	48.59
大阪市	16.11	18.48	32.94	37.73	42.24	9.50	147.79	20.23	50.79
全国	16.22	18.90	33.48	40.35	46.83	9.45	151.41	20.58	52.52
女子	16.00	17.95	34.26	36.42	36.89	9.35	141.75	12.15	52.94
大阪市	16.00	17.64	37.71	36.25	34.55	9.70	140.60	12.84	52.81
全国	16.09	18.08	37.90	38.72	38.15	9.64	145.18	13.30	54.64

### 結果の概要

男子は20mシャトルランが全国平均より、反復横跳び・50m走は、大阪市平均を上回った。握力・長座体前屈・立ち幅跳び・ソフトボール投げは、全国・大阪市平均を下回り、上体起こしは、全国・大阪市の平均とほぼ同じであった。

女子は50m走が全国平均より、20mシャトルランは、大阪市平均を上回った。長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び・ソフトボール投げは、全国・大阪市の平均を下回り、握力・上体起こしは、全国・大阪市とほぼ同じであった。

体力合計点では、女子が大阪市平均をわずかに上回ったが、男女ともに全国平均を下回る結果となった。また、男女どちらも全国平均値よりも低い種目が多く、特にソフトボール投げでの投動作、長座体前屈の柔軟性に課題がある。

### これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

本校では、学級でのみんな遊びや縄跳び週間を学校の取り組みに設定し、体を動かす機会を増やしている。運動場も広く、2つあるので児童は広々と体を動かすことができるとともに、遊具や鉄棒、一輪車、ボール等も充実しているので、多くの児童が外遊びを楽しめている。また、各教室にハンドグリップを常設し、握力の向上に努めた。みんな遊びで、大なわに挑戦しているクラスもある。「運動やスポーツをすることが好きですか」のアンケートでは、男子が100%、女子が81%の肯定的回答となった。

今年度は、体力測定値の伸び幅を調べるために春と秋に2回の体力テストを予定していたが、コロナウイルスの感染拡大や欠席状況により1回の実施のみとなった。また、かけあし集会は感染予防のため中止となった。

体育科の授業では、例えば、跳び箱等、個に応じた場の設定を行い、基本的な運動量を確保するよう努めた。また、トップアスリート夢授業や区の体力向上サポート授業を活用し、専門家からの指導を受け、苦手意識をなくす努力を行ってきた。しかしながら、体力テストの結果をみるとまだ不十分と言える。

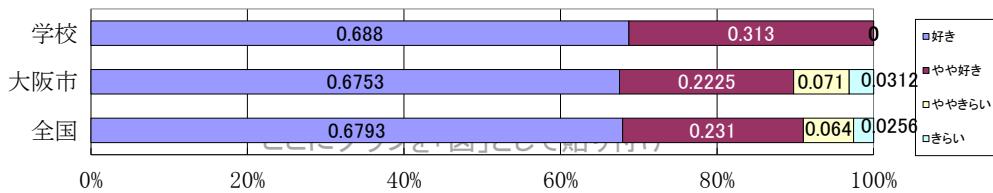
今後は、学校全体で系統だった学習を考えていく必要がある。長座体前屈の記録が男女ともに下回っていたので、授業の初めに、ストレッチに取り組むなど柔軟性を身につける学習を取り組んでいきたい。また、投動作を扱う取り組みや場の設定を工夫し、ソフトボール投げの記録向上にも取り組んでいきたい。

## 運動やスポーツについて（男子）

### 本校の特徴的な結果

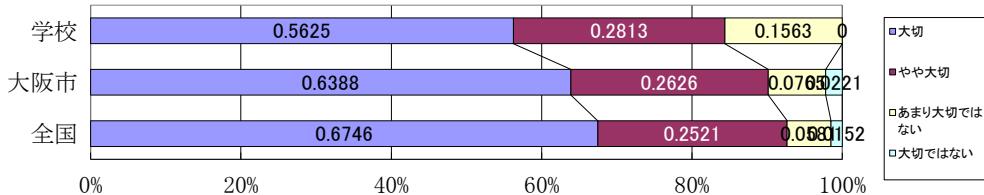
#### 検証項目1

Q1.運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



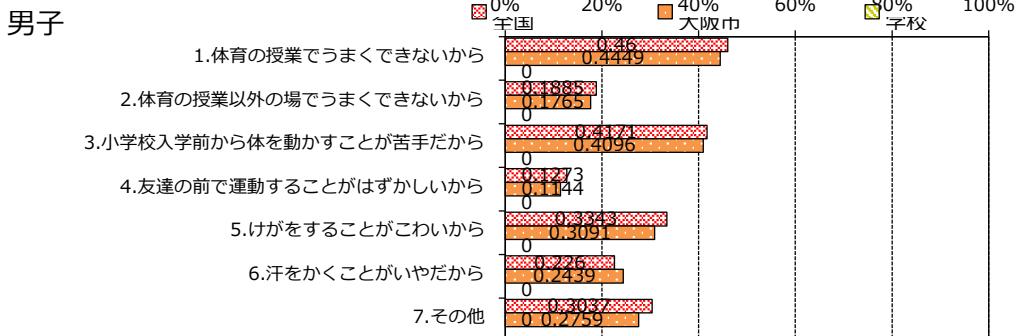
#### 検証項目2

あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切ですか。



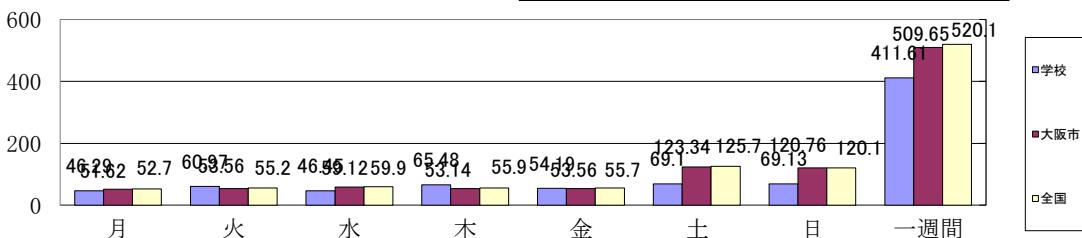
#### 検証項目3

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは嫌いな理由(質問1で「やややさしい」「きらい」と回答)(複数回答可)



#### 検証項目4

ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツを、合計で1日およそ何分くらいしていますか。



### 成果と課題

みんな遊びやトップアスリートの出前授業を活用したことにより、運動や体を動かす遊びへの興味をもち、アンケートでは「運動やスポーツが好き」という肯定的回答が100%となった。しかし、「学校での遊び、体育学習以外では、体を動かす機会がなく」1週間の運動量は、市や全国と比べ100分近く低い結果となった。

### 今後の取組

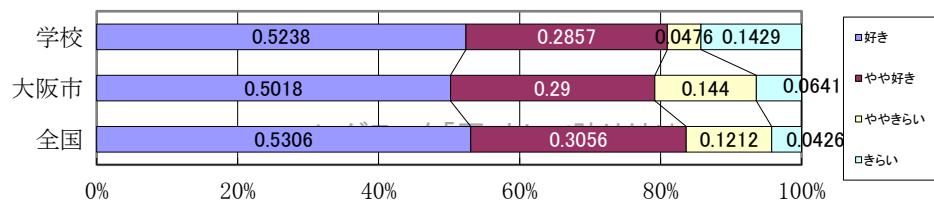
普段から運動する事が健康につながることを啓発したり、楽しめる運動遊びを伝えたりし運動への興味、関心をもたせたい。また、夢授業やトップアスリートによる指導を積極的に行い、運動の楽しさや喜び、充実感等、運動や体を動かすことの必要性を感じさせるような取り組みを進めていきたい。

## 運動やスポーツについて（女）

### 本校の特徴的な結果

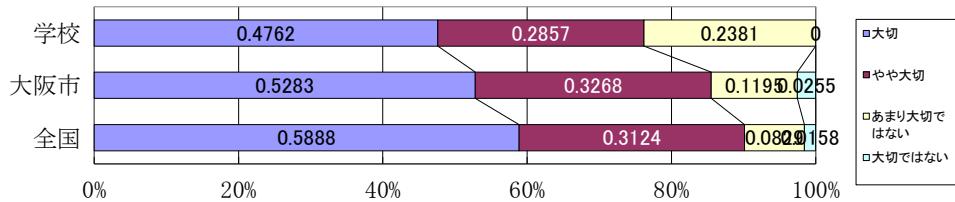
#### 検証項目1

Q1.運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



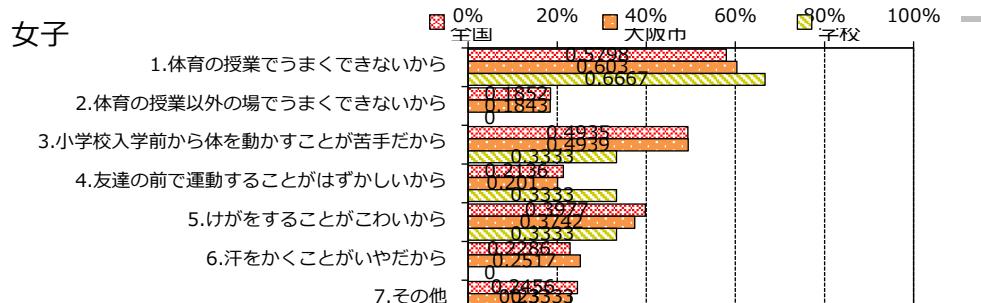
#### 検証項目2

あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切ですか



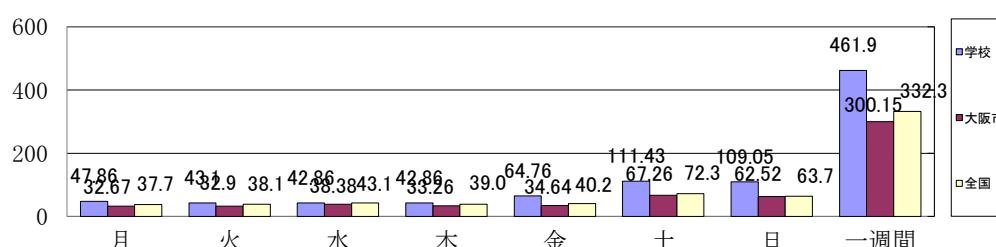
#### 検証項目3

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは嫌いな理由（質問1で「ややきらい」「きらい」と回答）（複数回答可）



#### 検証項目4

ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツを、合計で1日およそ何分くらいしていますか。



### 成果と課題

女子は「運動が好き」という割合が、男子児童と比べ低い回答となった。市の平均値に近い割合ではあるが、全国と比べると低い結果といえる。運動に対しての必要性を感じていない児童が女子にも多く、運動に対しての不安（自信をもてない、うまくできない、苦手）といったネガティブな理由が多数みられた。

### 今後の取組

教員の授業力を高め、児童が積極的に体を動かし、運動に自信をもてるような場の工夫を行う。児童に運動の成功体験を積み重ねることを増やし、運動に対して積極的になれるよう取り組みを進める。

# ふだんの生活について（男）

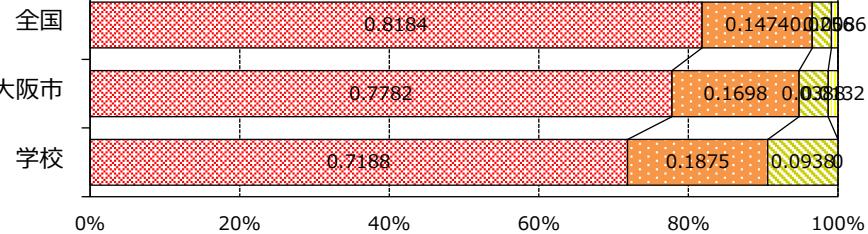
## 本校の特徴的な結果

### 検証項目1

Q5.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

### 男子

■ 1.毎日食べる ■ 2.食べない日もある ■ 3.食べない日が多い ■ 4.食べない



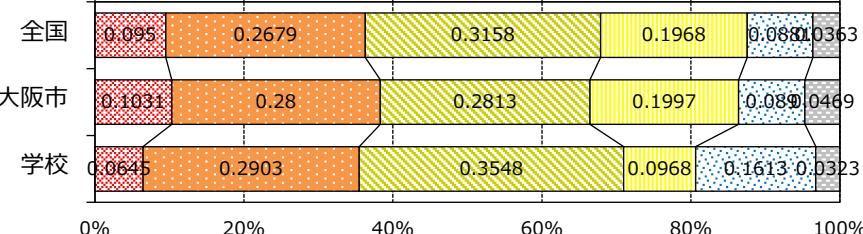
### 検証項目2

Q6.毎日どのくらいねていますか。

### 男子

■ 1.10時間以上 ■ 2.9時間以上10時間未満 ■ 3.8時間以上9時間未満

■ 4.7時間以上8時間未満 ■ 5.6時間以上7時間未満 ■ 6.6時間未満



### 検証項目3

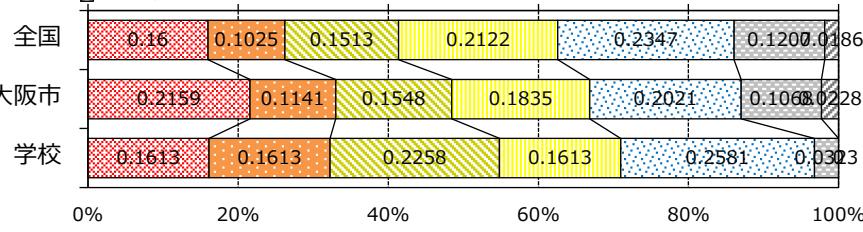
Q7.平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

### 男子

■ 1.5時間以上 ■ 2.4時間以上5時間未満 ■ 3.3時間以上4時間未満

■ 4.2時間以上3時間未満 ■ 5.1時間以上2時間未満 ■ 6.1時間未満

■ 7.全く見ない



### 検証項目4

Q9.放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。

### 男子

■ 1.よくある ■ 2.時々ある ■ 3.あまりない ■ 4.まったくない



## 成果と課題

「朝食は毎日食べますか」のアンケートでは、肯定的回答の児童が90%となった。しかしながら、睡眠時間のアンケートでは、「6時間未満」の児童が16%ともおり、全国・大阪市の平均より、寝ていない児童の割合が多い。また、テレビやスマホなどの電子機器の活用時間が、平日3時間以上（うち5時間以上16%）が54%と全国、大阪市と比べて多い。依存傾向にあるという結果である。

## 今後の取組

本校では、委員会活動による朝食調べ、生活調べを学期ごとに行っている。また、健康だよりや養護教諭による「就寝や朝食の大切さ」についての講話による生活習慣への呼びかけにも取り組んでいる。引き続き継続した取組を進め、基本的な生活に対し、意識を高めるようにする。また、「朝食の必要性」や「生活リズムの大切さ（睡眠等）」について、繰り返し家庭にも啓発を進めていく。

## ふだんの生活について(女)

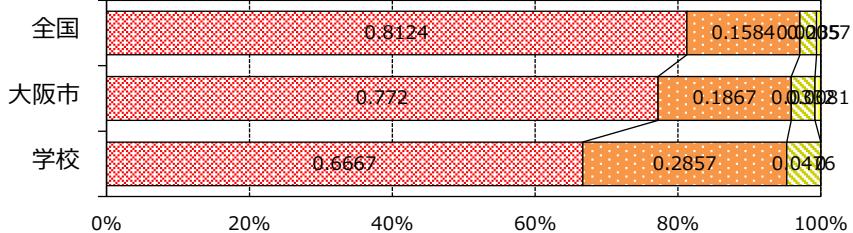
### 本校の特徴的な結果

#### 検証項目1

Q5.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

#### 女子

■ 1.毎日食べる ■ 2.食べない日もある ■ 3.食べない日が多い ■ 4.食べない

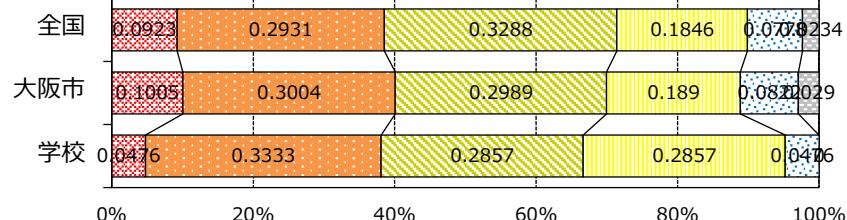


#### 検証項目2

Q6.毎日どのくらいねていますか。

#### 女子

■ 1.10時間以上 ■ 2.9時間以上10時間未満 ■ 3.8時間以上9時間未満  
■ 4.7時間以上8時間未満 ■ 5.6時間以上7時間未満 ■ 6.6時間未満

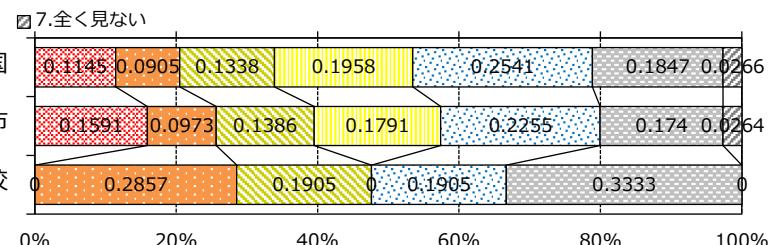


#### 検証項目3

Q7.平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

#### 女子

■ 1.5時間以上 ■ 2.4時間以上5時間未満 ■ 3.3時間以上4時間未満  
■ 4.2時間以上3時間未満 ■ 5.1時間以上2時間未満 ■ 6.1時間未満

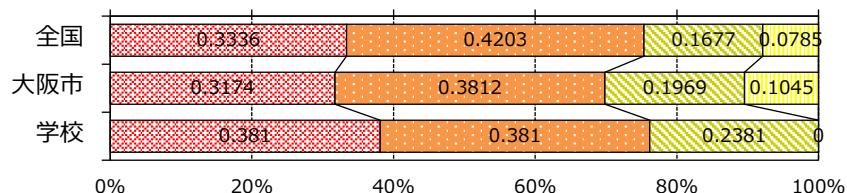


#### 検証項目4

Q9.放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。

#### 女子

■ 1.よくある ■ 2.時々ある ■ 3.あまりない ■ 4.まったくない



### 成果と課題

「平日スマホやテレビ、ゲーム等、どのくらいの時間見ていますか」では、1時間未満の児童が33.3%と全国・大阪市と比べ、見ていない児童の割合が多かったが、逆に3時間以上見る児童も47.5%となり、2極化している。「放課後や休日に体を動かす遊びをしている」では、肯定的回答が76%と大阪市、全国と比べても上回る高い結果となった。しかし、「朝食を毎日食べる」と回答した児童の割合は、全国と比べ、14.6%低い結果となり、食べない児童の割合が男子より多かった。

### 今後の取組

「朝食や睡眠の大切さ」についての学習を保健指導や学級活動を活用し、引き続き取り組んでいく。また、養護教諭や栄養教諭との連携を密にするとともに「保健だより」や「栄養だより」を学級で振り返る時間を設けるなどして、児童の意識づけをしていく。「早寝・早起き・朝ごはんの大切さ」や「スマホ依存の恐ろしさ」を伝える取組みや懇談会や手紙等の配布で、保護者への啓発も引き続き、進めていく。