

# 平成27年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」検証シート

大阪市立梅香中学校

生徒数

173

## 平均値

	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
男子	28.25	26.68	45.91	48.24		82.14	8.29	186.31	20.39	39.70
大阪市	29.04	27.17	41.05	51.03	406.99	83.23	8.13	189.56	20.23	40.62
全国	28.93	27.43	43.08	51.62	392.63	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
女子	22.64	24.70	47.32	49.05		55.06	8.91	163.55	13.34	49.93
大阪市	23.89	22.98	44.11	45.89	304.14	57.34	8.99	166.02	12.84	48.12
全国	23.68	23.26	45.53	46.09	290.03	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08

## 結果の概要

### 【男子】

○「長座体前屈」は、全国平均・大阪市平均ともに上回っている。また、「ハンドボール投げ」については、大阪市平均のみ上回っている。その結果、体力合計点は全国平均を2.19ポイント下回った。

### 【女子】

○「上体起こし」・「長座体前屈」・「反復横とび」・「ハンドボール投げ」と、8項目中4項目で全国平均を上回り、体力合計点においても、全国平均・大阪市平均を上回った。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

### 【これまでの取組の成果】

保健体育の授業で実技を重視した内容を充実させるとともに、学年ごとにスポーツ行事を実施したり、学校行事・学年行事の中に、体を動かすことを目的とした活動メニューを取り入れてきた。また、各運動部顧問の努力により、部活動の活動日数と時間を増やし、大会参加の機会を拡大することもできた。それらの取組の大きな成果として、女子では、8項目中4項目において全国平均を上回る結果を出すことができ、体力合計点についても全国平均を上回った。

### 【今後取り組むべき課題】

男子では、「20mシャトルラン」・「立ち幅とび」・「50m走」の3項目に課題がみられる。保健体育や部活動といったスポーツの機会には、負荷を考えた補強運動を取り入れ、瞬発力や持久力を高めさせる。

女子では、「筋力」・「瞬発力」にやや課題がみられる。体育の授業はもちろんのこと、部活動や学年行事等の中で、楽しみながら「筋力」・「瞬発力」を向上させるような活動メニューを工夫していく。

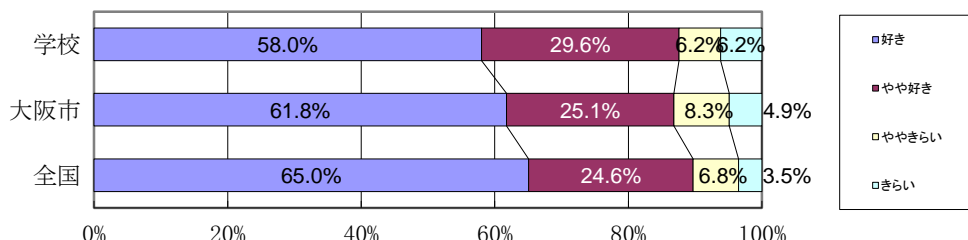
# 運動やスポーツについて（男子）

質問  
番号

質問事項

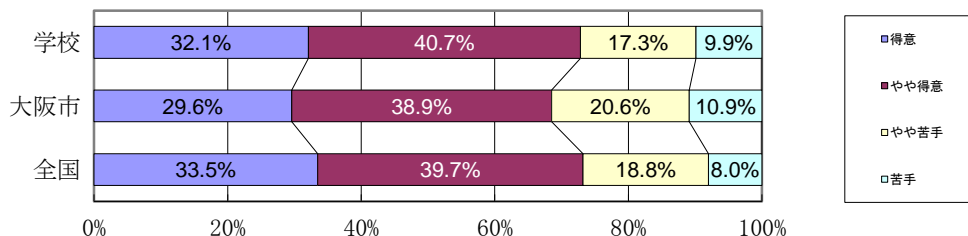
1

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



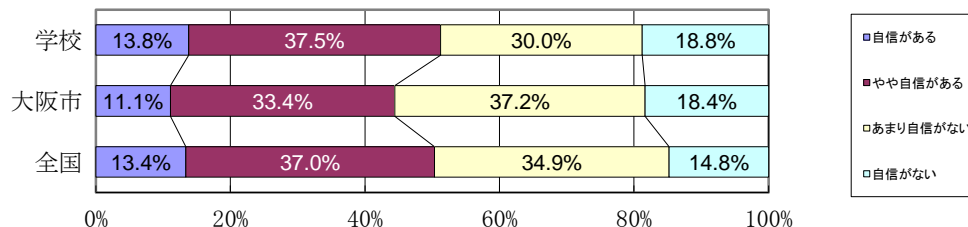
2

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは得意ですか



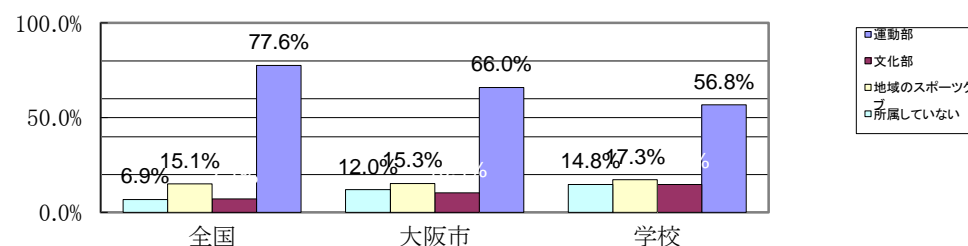
3

自分の体力に自信がありますか



5

学校の運動部や地域のスポーツクラブに所属していますか。当てはまるもの全てを選んでください。



## 成果と課題

成果：「運動やスポーツが好き」・「得意」という生徒は、全国平均とほぼ同じ数値である。また、「体力に自信がある」と答えた生徒は全国平均を上回っていることから、多くの生徒が自ら積極的に何らかの運動やスポーツをしていると考えられる。

課題：学校の運動部や文化部、地域のスポーツクラブも含め部活動に参加していない生徒が全国平均より約8ポイントも高い数値である。より多くの生徒が、部活動やスポーツクラブに参加するよう啓発する必要がある。

## 今後の取組

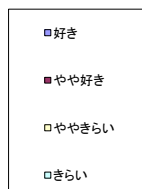
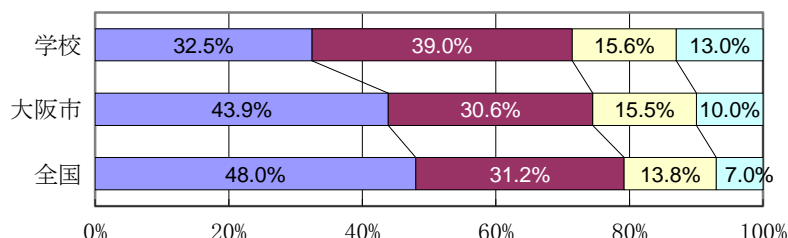
- ・運動部顧問を中心に、運動やスポーツの意義や楽しさをこれまで以上に生徒に浸透させ、より一層自信を持ち自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う生徒を増加させる。
- ・行事をとおり、運動の楽しさに気づかせ、運動嫌いをより減少させる。

# 運動やスポーツについて（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

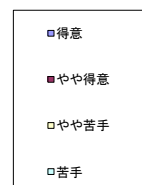
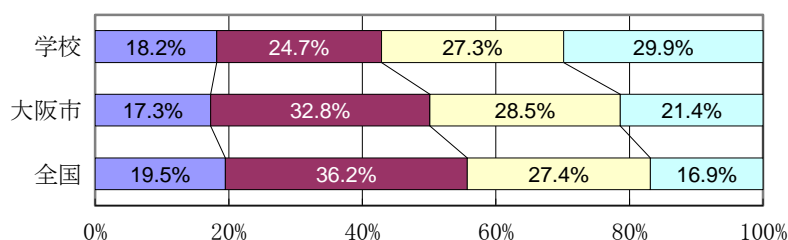
1

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



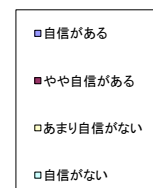
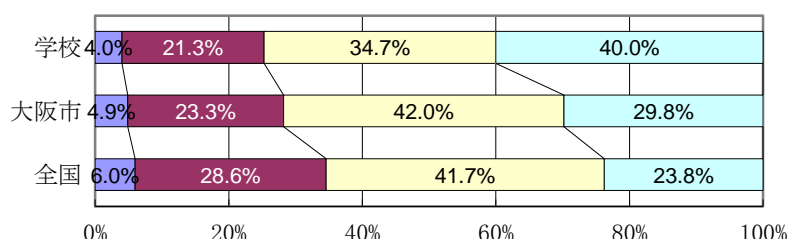
2

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは得意ですか



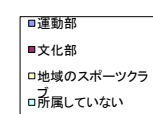
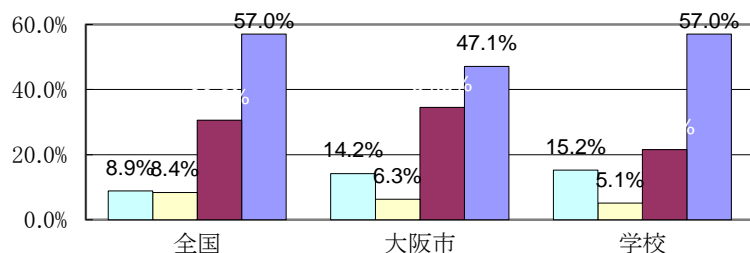
3

自分の体力に自信がありますか



5

学校の運動部や地域のスポーツクラブに所属していますか。当てはまるものを全て選んでください。



## 成果と課題

成果：「運動やスポーツが好き」という生徒は、全国平均を約8ポイント下回る。また、「運動やスポーツが得意」「体力に自信がある」と答えた生徒も、全国平均を大幅に下回っている。

課題：運動が苦手と答える生徒が多い割には、運動部に所属する生徒の割合は全国平均と同じである。運動やスポーツをすることに興味を持っている生徒が多いことから、楽しさや喜びを体感させる必要がある。

## 今後の取組

- ・運動やスポーツをすることに楽しさや喜びを体感させるために、運動やスポーツの楽しさを再発見させられる、レクリエーション的な取組を学年行事等に取り入れていく。
- ・効果的に楽しさや喜びを体感させるために、運動部顧問を中心に、運動やスポーツの意義や楽しさをこれまで以上に生徒に浸透させ、より一層自信を持ち自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う生徒を増加させる。また、充実した運動部の活動環境を提供していく。

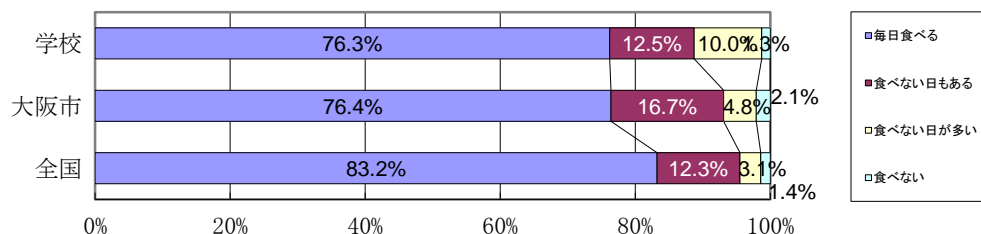
## ふだんの生活について（男子）

質問  
番号

質問事項

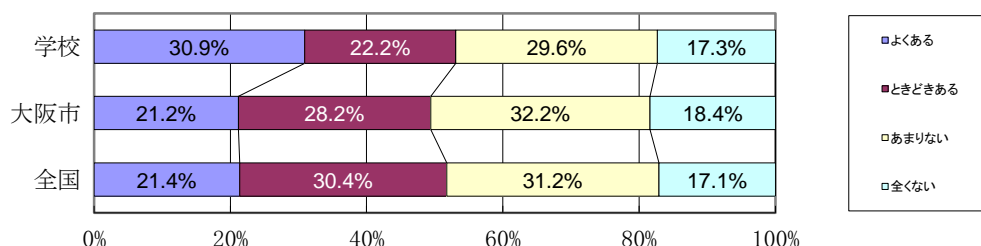
8

朝食は毎日食べますか(学校  
が休みの日も含める)



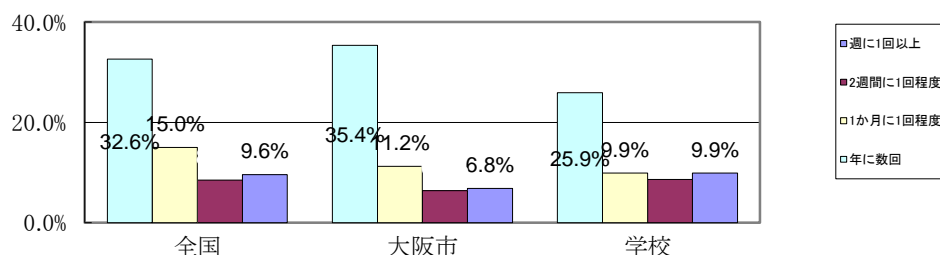
15

家の人から運動やスポーツを  
積極的に行うことを勧められ  
ることがありますか



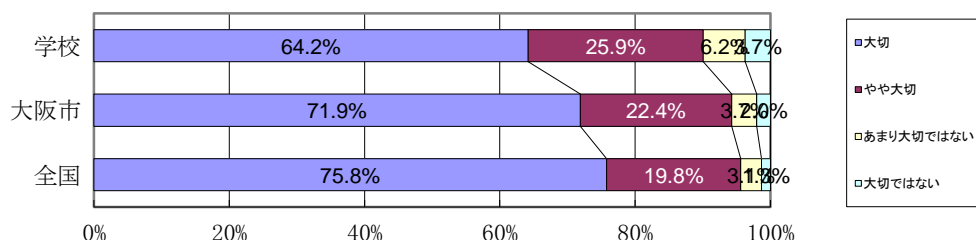
16

家の人と一緒に、運動  
やスポーツをどのくらいしま  
すか。



19-1

あなたが健康であるために  
運動を行うことはどのくらい  
大切だと考えていますか。



### 成果と課題

「家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか」の問いについて、肯定的な意見が全国平均を上回る。同じく「家の人と一緒に、運動やスポーツをどのくらいしますか」についても、頻繁に家族とスポーツに関わっていることが考えられる。そのことを学校体育に、どのようにつなげていくのが今後の課題である。

### 今後の取組

- これまで以上に家庭との連携を深め、運動部や地域のスポーツクラブに所属していない生徒にも、地域で催されているスポーツ行事への参加を促していく。
- 運動部に所属する生徒には、種目に特化しない『走・跳・投』の総合的な運動能力を育成できるよう、基礎トレーニングのメニューを工夫していく。

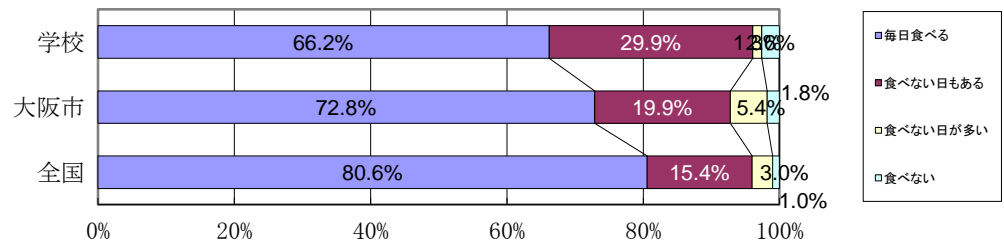
## ふだんの生活について（女子）

質問  
番号

質問事項

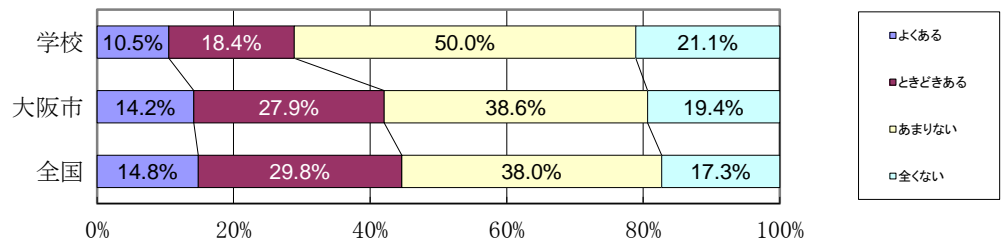
8

朝食は毎日食べますか  
(学校が休みの日も含める)



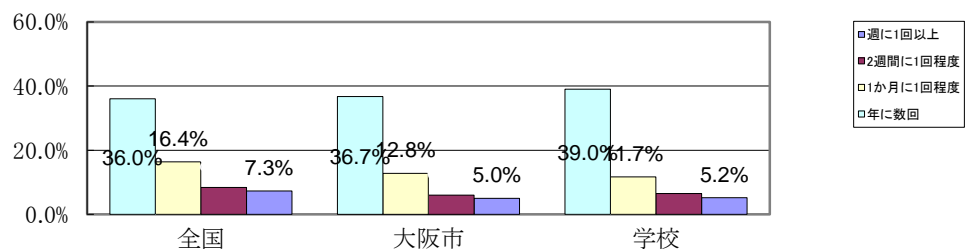
15

家の人から運動やスポーツを  
積極的に行うことを勧められる  
ことがありますか



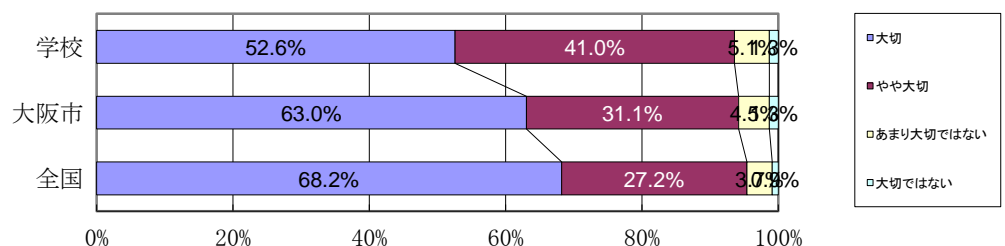
16

家の人と一っしょに、運動  
やスポーツをどのくらいしま  
すか。



19-1

あなたが健康であるために  
運動を行うことはどのくらい  
大切だと考えていますか。



### 成果と課題

「朝食は毎日食べますか」や「あなたが健康であるために運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか」の回答から、健康に関する意識は全国平均と同等である。しかし家庭における運動意識は全国平均を下回る。今後は、家庭を巻き込んだ「運動」や「スポーツ」の定着に努める必要がある。

### 今後の取組

- これまで以上に家庭との連携を深め、運動部や地域のスポーツクラブに所属していない生徒にも、地域で催されているスポーツ行事への参加を促していく。
- 運動部に所属する生徒には、種目に特化しない『走・跳・投』の総合的な運動能力を育成できるよう、基礎トレーニングのメニューを工夫していく。

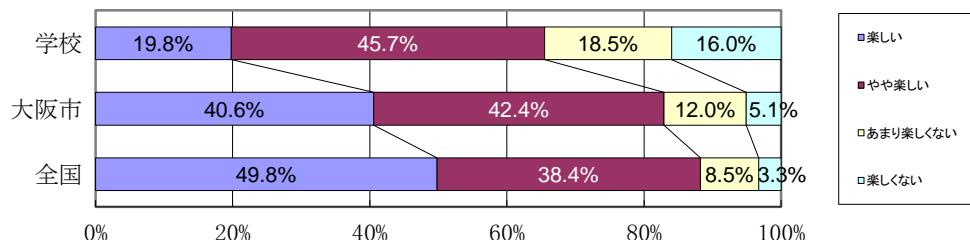
## 保健体育の授業について（男子）

質問  
番号

質問事項

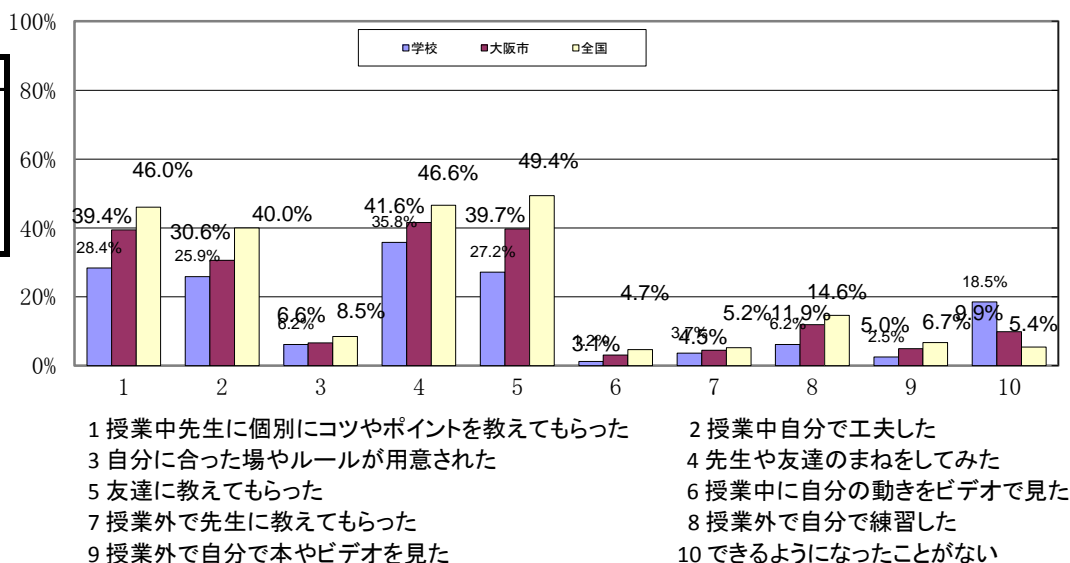
20

保健体育の授業は  
楽しいですか



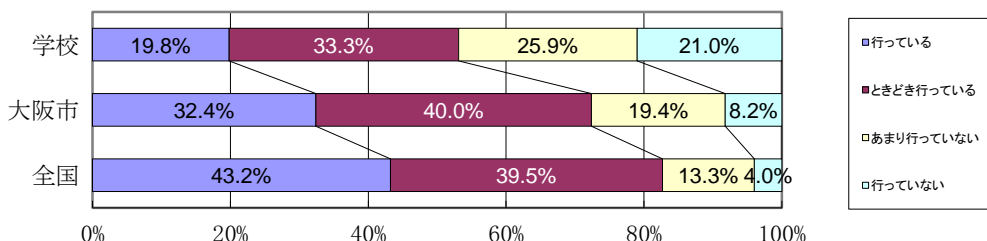
26

これまでの体育の授業で  
「できなかったことができる  
ようになった」きっかけ、理  
由はどのようなものがありま  
したか



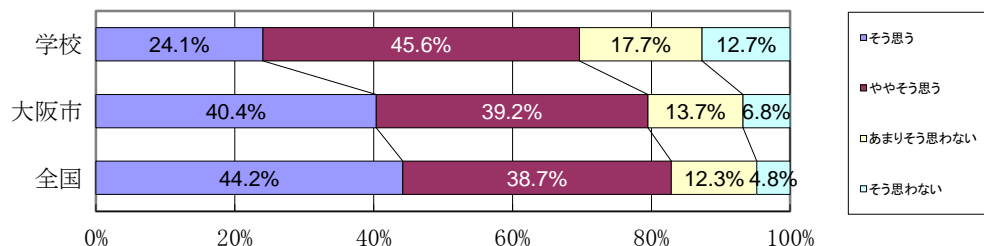
23

ふだんの体育の授業では、  
友達と助け合ったり、役割  
を果たすような活動を行っ  
ていますか。



29

今、体育の授業で学習して  
いる内容は、あなたの将来  
に役に立つと思いますか。



### 成果と課題

成果：「保健体育の授業は楽しいですか」の問いに対して肯定的に答えた生徒は、全国平均を22.7ポイント下回っている。運動やスポーツをすることの楽しさを感じさせる工夫が必要である。

課題：運動やスポーツをすることの楽しさや喜びを生徒に体感させる必要がある。しかし、運動やスポーツの「楽しさ」は、一般的な「面白さ」だけではなく、相手と競い合っの「満足感」や、記録にチャレンジすることによって得られる「達成感」が主な狙いであり、厳しさや忍耐力をどのように生徒に理解させるかが課題である。

### 今後の取組

- ・ つらいことやしんどいことから逃げ出さないで、どのような実技内容に対しても、積極的・意欲的に取り組む習慣をつけさせる。
- ・ 『走・跳・投』の総合的な運動能力を育成するため、意義づけをしっかりとおこないつつ、幅広い種目のスポーツに取り組ませる。
- ・ 生徒どうしで向上心を刺激しあえるよう、グループによる活動を重視していく。

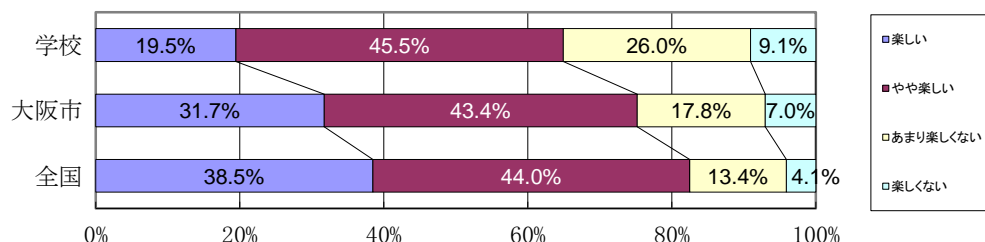
# 保健体育の授業について（女子）

質問  
番号

質問事項

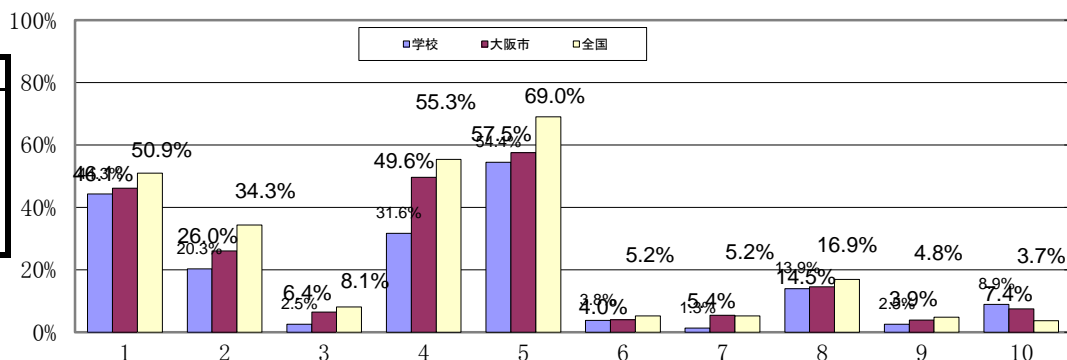
20

保健体育の授業は  
楽しいですか



26

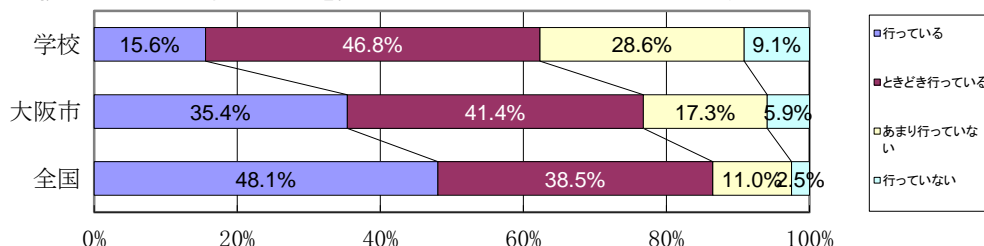
これまでの体育の授業で  
「できなかったことができる  
ようになった」きっかけ、理  
由はどのようなものがありま  
したか



- 1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 2 授業中自分で工夫した
- 3 自分に合った場やルールが用意された
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 5 友達に教えてもらった
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 7 授業外で先生に教えてもらった
- 8 授業外で自分で練習した
- 9 授業外で自分で本やビデオを見た
- 10 できるようになったことがない

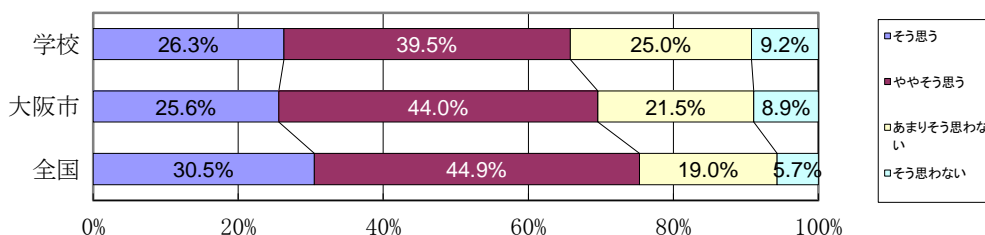
23

ふだんの体育の授業では、  
友達と助け合ったり、役割  
を果たすような活動を行っ  
ていますか。



29

今、体育の授業で学習して  
いる内容は、あなたの将来  
に役に立つと思いますか。



## 成果と課題

成果：「保健体育の授業は楽しいですか」の問いに対して肯定的に答えた生徒は、全国平均を17.5ポイント下回っている。運動やスポーツをすることの楽しさを感じさせる工夫が必要である。

課題：運動やスポーツをすることの楽しさや喜びを生徒に体感させる必要がある。しかし、運動やスポーツの「楽しさ」は、一般的な「面白さ」だけではなく、相手と競い合っの「満足感」や、記録にチャレンジすることによって得られる「達成感」が主な狙いであり、厳しさやしんどいことをどのように生徒に理解させるかが課題である。

## 今後の取組

- ・ つらいことやしんどいことから逃げ出さず、どのような実技内容に対しても積極的・意欲的に取り組む習慣をつけさせる。
- ・ 『走・跳・投』の総合的な運動能力を育成するため、意義づけをしっかりとおこないつつ、幅広い種目のスポーツに取り組ませる。
- ・ 生徒どうして向上心を刺激しあえるよう、グループによる活動を重視していく。



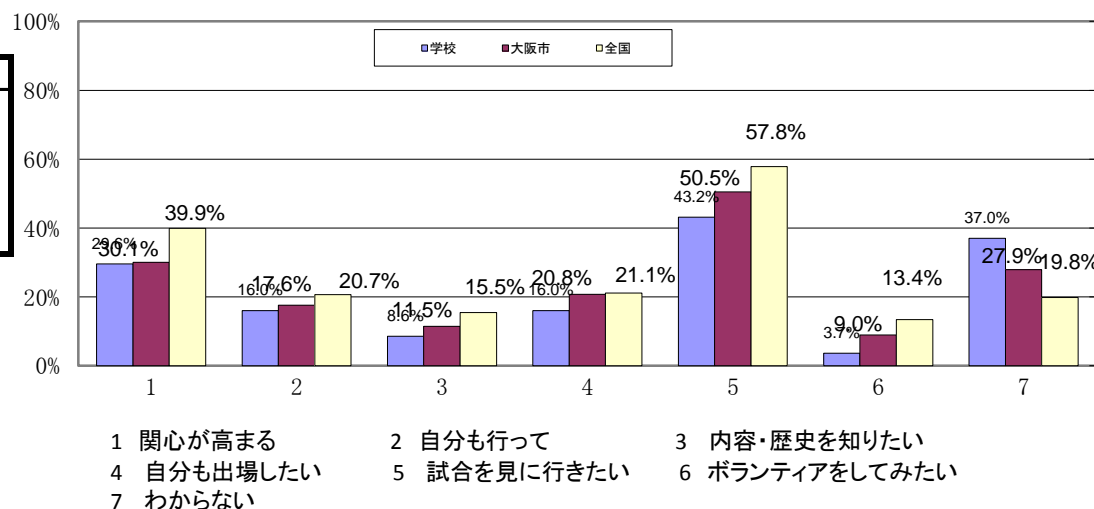
## その他（男子）

質問  
番号

質問事項

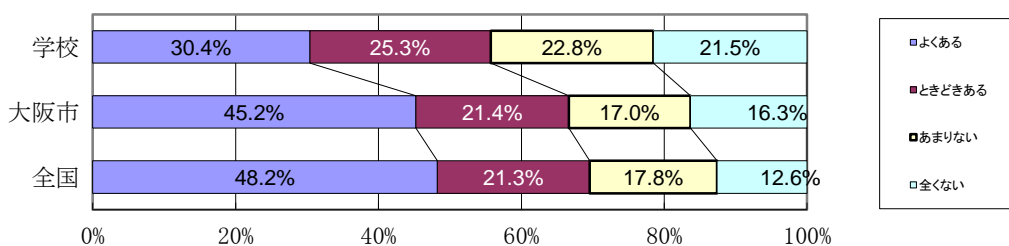
31

オリンピック・パラリンピックを日本で行うことになりましたが、あなたの今の気持ちに当てはまるものを全て選んでください。



30

放課後や学校が休みの日に、ボールなどを使って投げる運動をすることがありますか。



### 成果と課題

生徒は、オリンピックやパラリンピックが自分とはかけ離れた世界の物であるという感覚でとらえている。これは、本校生徒の課題である「向上心」や「自尊感情」が乏しいことも関係していると思われる。また日頃から、ボール等を使って投げる運動をすることが、全国や大阪市平均と比べて低位にある。

### 今後の取組

機会あるごとに、トップアスリート的话题を生徒に紹介する。そのことで、トップアスリートが身近な存在であるという意識改革を促進させる。また、昼休みや放課後に自由に使える各種ボールを用意し、気軽にボール運動を行える環境を整える。



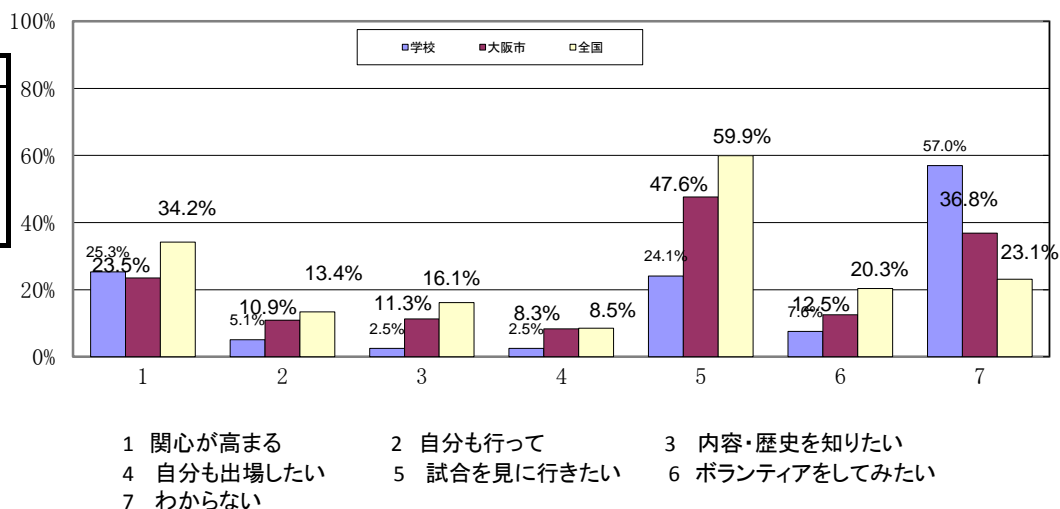
## その他（女子）

質問  
番号

質問事項

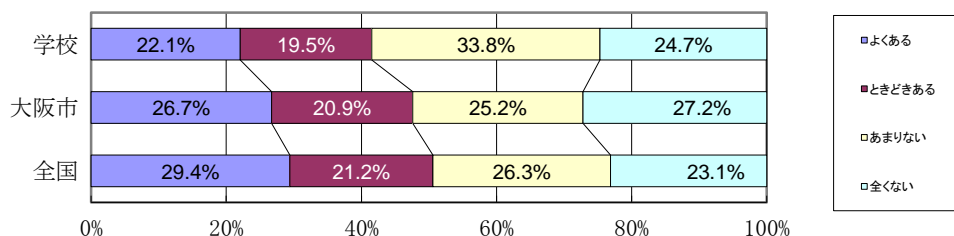
31

オリンピック・パラリンピックを日本で行うことになりましたが、あなたの今の気持ちに当てはまるもの全て選んでください。



30

放課後や学校が休みの日に、ボールなどを使って投げる運動をすることがありますか。



### 成果と課題

生徒は、オリンピックやパラリンピックが自分とはかけ離れた世界の物であるという感覚でとらえている。これは、本校生徒の課題である「向上心」や「自尊感情」が乏しいことも関係していると思われる。また日頃から、ボール等を使って投げる運動をすることが、全国や大阪市平均と比べて低位にある。

### 今後の取組

機会あるごとに、トップアスリート的话题を生徒に紹介する。そのことで、トップアスリートが身近な存在であるという意識改革を促進させる。また、昼休みや放課後に自由に使える各種ボールを用意し、気軽にボール運動を行える環境を整える。