

# 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

大阪市立此花中学校

生徒数

198

人

## 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	立ち幅跳び	ボール投げ	体力合計点
男子	27.51	26.83	42.83	49.85		82.42	8.11	194.05	19.70	40.17
大阪市	29.52	27.12	40.76	49.98	410.24	83.27	8.13	189.16	20.66	40.28
全国	29.21	27.58	43.11	51.08	393.90	84.98	8.04	193.68	21.01	41.78
女子	22.55	21.46	43.13	44.43		54.75	9.23	173.19	13.78	48.22
大阪市	24.16	22.45	43.56	44.40	292.71	55.54	9.05	163.23	13.07	47.03
全国	23.76	23.03	45.12	45.27	307.17	57.20	8.88	166.18	12.97	48.42

## 結果の概要

男子で多くの種目、女子はすべての種目で、昨年の記録を上回る結果を収めている。一年を通して、集団育成をめざした学習規律の徹底に重点をおいた授業を展開した成果と考えられる。今後も引き続き、体育の授業を通じた集団育成をめざすとともに、「何事にも全力で取り組める精神」の育成に努めることでより一層の改善をめざしたい。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

準備運動で毎時間、腕立て・腹筋・背筋・倒立・馬跳び等の補強運動を行い、多くない回数ではあるが毎日の積み重ねを大切にしている。また、長距離走では男子は3km・女子は2kmの校内記録会を設け目標を持って走ることに取り組ませた。1年生においては完走率90%以上にも達し、授業において少しずつではあるが筋力・体力ともに成長していると思われる。今後の課題としては、さらなる運動能力向上を目指し、現在行っている補強運動や長距離走など日々の取り組みを継続させ、進んで体を動かす生徒を育てることである。また、体育授業やクラブ活動の生徒の動きをみていると、運動能力は新体力テストの結果に出ているよりも高いように感じる場面がある。真面目に取り組めない、途中であきらめてしまう、周りの目を気にして一生懸命できないなどの内面部分の要因も関係しているのではないかと考えられる。そのため、心も共に成長させることも今後の課題である。

## 中学校男子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

### 結果の概要

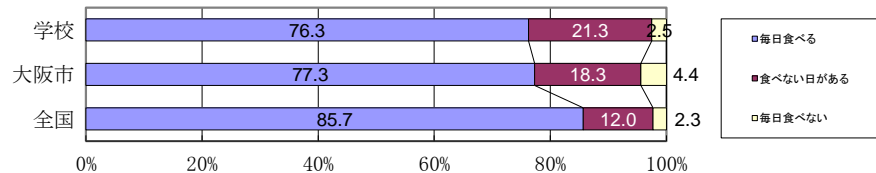
全体としてみると朝食は約75%が毎日食べ、睡眠は約80%が6時間以上寝ており、大半の生徒は基本的生活習慣が身についていると考えられる。ただし、朝食を毎日食べない、食べない日がある生徒が全体の約25%を占めており、女子同様全国・大阪市と比較しても多くの生徒が朝食を取らずに登校していることがわかる。

睡眠時間においては、6時間未満が全体の約20%を占めており、多くの生徒が寝不足の状態で1日を過ごしていることがわかる。ただし、約25%の生徒が8時間以上睡眠をとれており、積極的に睡眠をとることができている生徒も多くいることがわかる。

今後の運動やスポーツに取り組む意識に関しては、自分が好きな種目やできそうな種目、友達と一緒にできる機会があると高くなるようである。

質問 番号	質問事項
----------	------

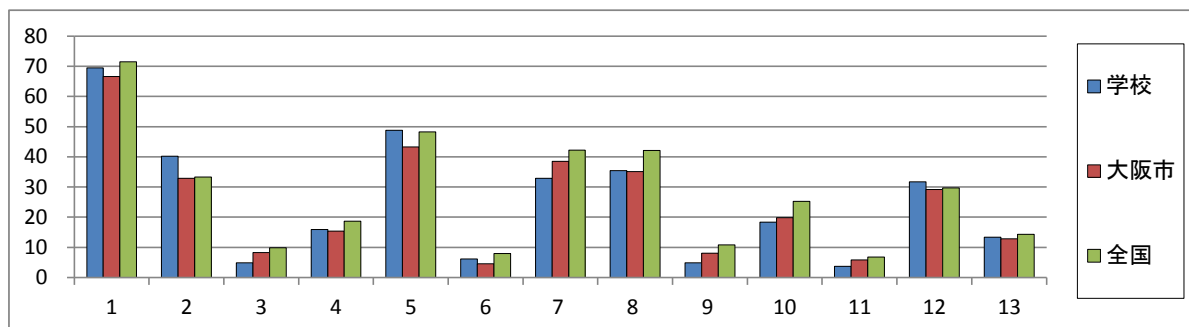
9
朝食は食べますか



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。



- 自分が好きな種目、できそうな種目があったら
- 上手にできなくても自分のペースで運動やスポーツを行うことができたなら
- 授業でいいねいに教えてもらえたら
- 一人でもできるものがあったら
- 友達といっしょにできたら
- 家族といっしょにできたら
- いつでも自由に使えたり遊べたりする場所があったら
- 学校の中で自由な時間があったら
- 自分の体力、運動能力や体のことで不安なことがあったら
- 友達にさそわれたら
- 先生や家族からすすめられたら
- 運動やスポーツで活やくしている選手、有名人に教えてもらえたら
- 体型の変化に効果があると分かったら

### 今後の取組

基本的生活習慣に関しては、保健の授業を通して生徒自身に重要性を理解させる。また、保健室だよりによって朝食・睡眠の重要性を保護者にも理解してもらい、学校・家庭の両面から改善を促していけるよう働きかけていく。

スポーツに取り組む意識に関して、中学生時期においては好きな競技・嫌いな競技にかかわらず、様々な競技を体験し学ぶことが重要である。また、気が合う・合わないにかかわらず、多くの仲間と触れ合うことも大切である。生徒の思いも大切にしながら、興味を引く種目の実施や友達と一緒にできる場面も作りつつ様々な競技・仲間との体験を実施していく。

## 中学校女子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

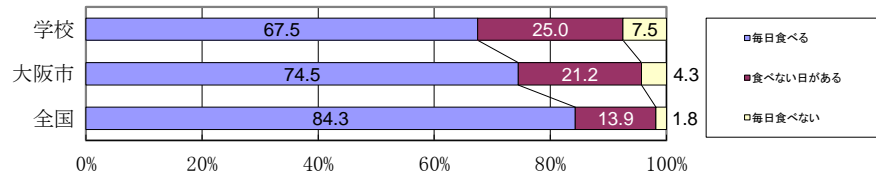
### 結果の概要

全体としてみると朝食は約70%が毎日食べ、睡眠は約80%が6時間以上寝ており、大半の生徒は基本的生活習慣が身についていると考えられる。ただし、朝食を毎日食べない、食べない日がある生徒が全体の約30%を占めており、全国・大阪市と比較しても多くの生徒が朝食を取らずに登校していることがわかる。特に毎日食べない生徒が7.5%もいることは注目すべき点であり、改善を促していかなければならない。

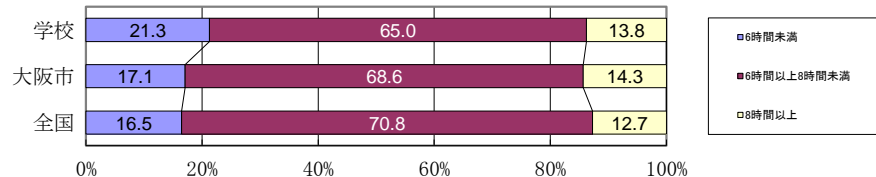
睡眠時間においても、6時間未満が全体の約20%を占めており、多くの生徒が寝不足の状態ですぐ1日を過ごしていることがわかる。このことから、寝不足や空腹による遅刻や集中力・やる気の低下も考えられる。今後の運動やスポーツに取り組む意識に関しては、自分が好きな種目やできそうな種目、自分のペースでできる、友達と一緒にできる機会があると高くなるようである。

### 質問番号 質問事項

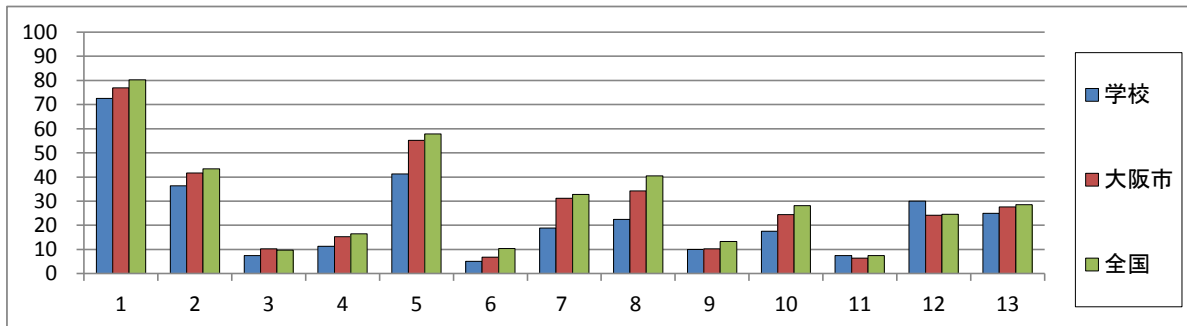
9
朝食は食べますか



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。



- |                                    |                                   |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 自分が好きな種目、できそうな種目があったら            | 8 学校の中で自由な時間があったら                 |
| 2 上手にできなくても自分のペースで運動やスポーツを行うことができた | 9 自分の体力、運動能力や体のことで不安なことがあったら      |
| 3 授業でいいねに教えてもらえたら                  | 10 友達にさそわれたら                      |
| 4 一人でもできるものがあったら                   | 11 先生や家族からすすめられたら                 |
| 5 友達といっしょにできた                      | 12 運動やスポーツで活やくしている選手、有名人に教えてもらえたら |
| 6 家族といっしょにできた                      | 13 体型の変化に効果があると分かったら              |
| 7 いつでも自由に使えたり遊べたりする場所があったら         |                                   |

### 今後の取組

基本的生活習慣に関しては、保健の授業を通して生徒自身に重要性を理解させる。また、保健室だよりによって朝食・睡眠の重要性を保護者にも理解してもらい、学校・家庭の両面から改善を促していけるよう働きかけていく。

スポーツに取り組む意識に関して、中学生時期においては好きな競技・嫌いな競技にかかわらず、様々な競技を体験し学ぶことが重要である。また、気が合う・合わないにかかわらず、多くの仲間と触れ合うことも大切である。生徒の思いも大切にしながら、興味を引く種目の実施や友達と一緒にできる場面も作りつつ様々な競技・仲間との体験を実施していく。

## 中学校男子 運動・スポーツに対する意識

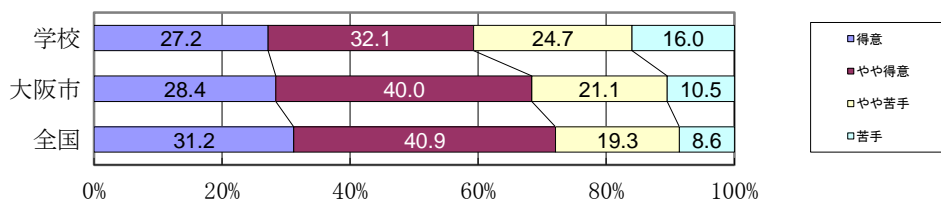
### 結果の概要

全体としてみると、半数以上が運動やスポーツが得意だと感じているが、大阪市・全国と比較すると低いことがわかる。しかし、小学生時と比較してもわかるように約85%の生徒が運動・スポーツが好きであることから、中学生になると競技性が高まることから苦手意識が芽生えてしまうのではないかと考えられる。

### 質問 番号 質問事項

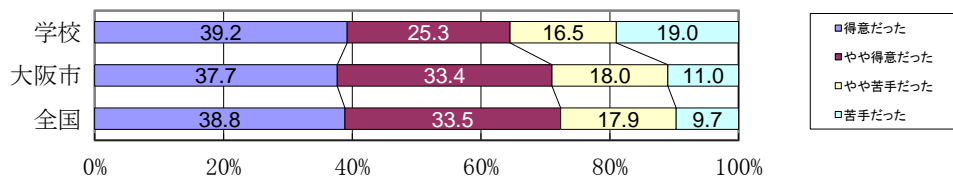
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



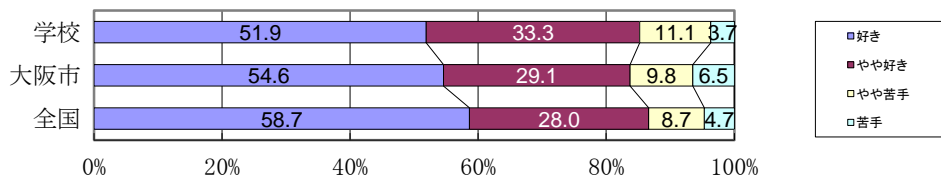
26

小学校5, 6年生のころは運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが得意でしたか



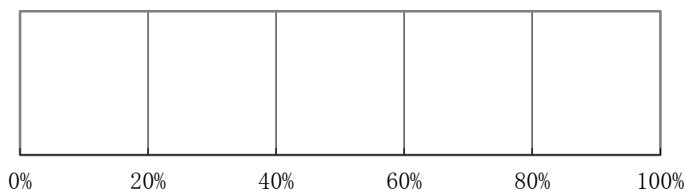
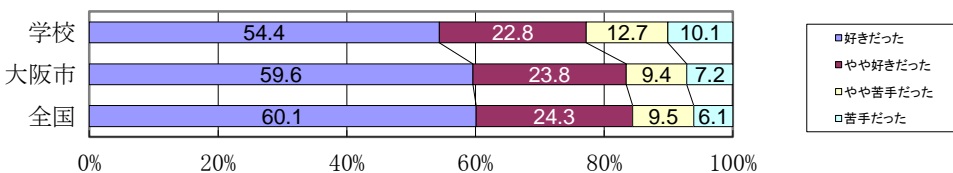
14

運動やスポーツをすることは好きですか



27

小学校5, 6年生のころは運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが好きでしたか



### 成果と課題

大半の生徒が運動やスポーツが好きということから、ほとんどの生徒に体を動かすことの楽しさを伝えることができているのではないかと考える。課題としては、小学校の時に行われていた遊びを取り入れた運動から、競技性が高まった運動に移行していく段階で苦手意識を持たせないようにすることである。

### 今後の取組

競技性が高まった運動に移行していく段階で苦手意識を持たせないように、個人の能力にあった指導・助言ができるよう取り組んでいく。

## 中学校女子 運動・スポーツに対する意識

### 結果の概要

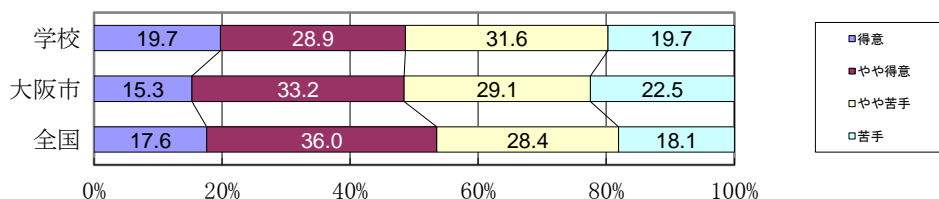
全体としてみると、大阪市同様約半数が運動やスポーツが苦手だと感じている。小学生時と比較しても、苦手意識をもった生徒が増えていることがわかる。しかし、小学校時よりもわずかではあるが運動・スポーツが好きだという生徒が増えている。約70%の生徒が運動・スポーツが好きであることから、中学生になると競技性が高まることから苦手意識が芽生えてしまうのではないかと考えられる。

質問  
番号

質問事項

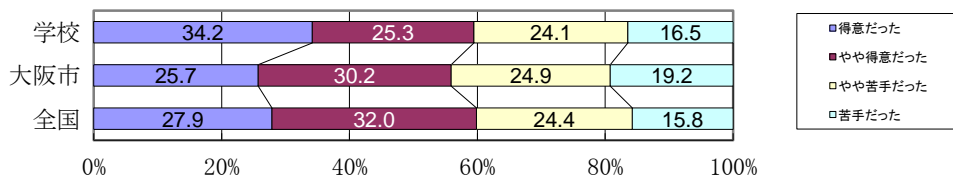
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



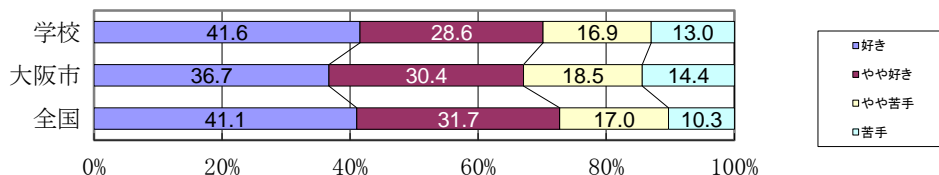
26

小学校5, 6年生のころは運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが得意でしたか



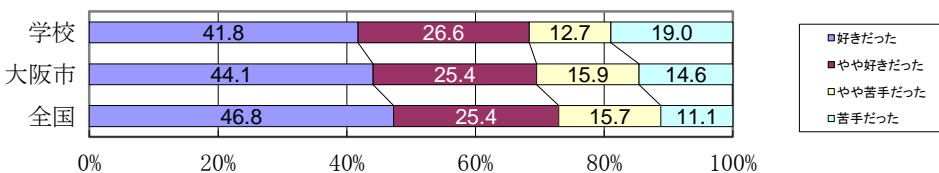
14

運動やスポーツをすることは好きですか



27

小学校5, 6年生のころは運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが好きでしたか



### 成果と課題

大半の生徒が運動やスポーツが好きということから、ほとんどの生徒に体を動かすことの楽しさを伝えることができているのではないかと考える。課題としては、小学校の時に行われていた遊びを取り入れた運動から、競技性が高まった運動に移行していく段階で苦手意識を持たせないようにすることである。

### 今後の取組

競技性が高まった運動に移行していく段階で苦手意識を持たせないように、個人の能力にあった指導・助言ができるよう取り組んでいく。