

平成 28 年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 における市岡中学校の結果の分析と今後の取組について

スポーツ庁による「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」について、平成28年4月から7月末までの期間に、2年生を対象として、「実技に関する調査」と「質問紙調査」を実施いたしました。

大阪市教育委員会では、保護者や地域の皆様等に説明責任を果たすとともに、より一層教育に関心をお持ちいただき、教育活動にご協力いただくため、各学校が調査結果や調査結果から明らかになった現状等について公表するものとしています。

本校でも、調査結果の分析を行い、これまでの成果や今後取り組むべき課題について明らかにしてまいりましたので、本市教育委員会の方針に則り公表いたします。

なお、本調査により測定できるのは、体力等の特定の一部分であり、学校における教育活動の一側面に過ぎません。本校では、他の教科も含め、総合的に子どもの体力向上をめざしています。学校の現状や取組の参考にしていただきたいと思います。

1 調査の目的(全国体力・運動能力、運動習慣等調査に関する実施要領より抜粋)

- (1) 子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会、各国公私立学校が全国的な状況との関係において自らの子供の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子供の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各国公私立学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる

2 調査の対象

- ・国・公・私立学校の中学校第2学年、中等教育学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年の原則として全生徒
- ・市岡中学校では、2年生 161名

3 調査内容

・生徒に対する調査

ア 実技に関する調査(以下、「実技調査」という。測定方法等は新体力テストと同様) 中学校調査では、以下の種目を実施する。

[8種目] 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(※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択)

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査(以下「生徒質問紙調査」という。)を実施する。

平成28年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」検証シート

大阪市立市岡中学校

生徒数

161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	立ち幅とび	ハンドボール 投げ	体力合計点
男子	33.33	30.28	41.51	52.56	実施無し	88.45	8.06	198.36	21.45	44.82
大阪市	29.29	27.51	40.96	51.76	411.55	83.43	8.09	191.49	20.42	41.25
全国	28.91	27.46	43.06	51.93	391.72	86.24	8.03	194.69	20.59	42.13
女子	26.52	25.18	47.22	46.00	実施無し	59.48	8.70	172.59	13.34	52.54
大阪市	24.15	23.41	44.39	46.77	303.34	57.97	8.92	167.47	12.97	49.20
全国	23.75	23.48	45.46	46.60	288.51	58.80	8.83	168.28	12.85	49.56

結果の概要

男女共「握力」・「上体起こし」・「ハンドボール投げ」・「20mシャトルラン」・「立ち幅とび」の5種目で、さらに男子は「反復横跳び」が、女子は「長座体前屈」・「50m走」の2種目も全国平均を上回る結果であった。

また男子の「長座体前屈」と「50m走」2種目は、大阪市平均を上回る結果であった。

一方、女子の「反復横跳び」は大阪市・全国平均を下回ったものの、その差はごく僅かであった。今年度は、男女ともほとんどの種目で大阪市・全国平均を上回り、体力合計点も全国平均点を大きく上回る結果となった。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

昨年同様、準備運動でランニング・ラジオ体操第2を継続して行っている。また、それ以外にも昨年度の課題であった「筋力」や「敏捷性」「疾走能力」の体力要素を向上させるため、「ラダートレーニング」や「スクエアステップ」・「10mダッシュ」を行った。持久走の授業においても、昨年同様インターバルトレーニングやレペティショントレーニングなど様々なトレーニングを積みながら行っている。今年度も体力づくりのための取り組みとして、陸上世界選手権出場の専門的な指導者から実技指導のアドバイスを受け、瞬発力強化のトレーニングを授業内で取り入れた。さらに「ハンドボール投げ」にみられる「投力」においては、昼休み時のボールを使っの活発な活動と、男女ともに多くの生徒が運動部に入部し、投げることを日常的によく行っている事が大きく関与していると考えられる。

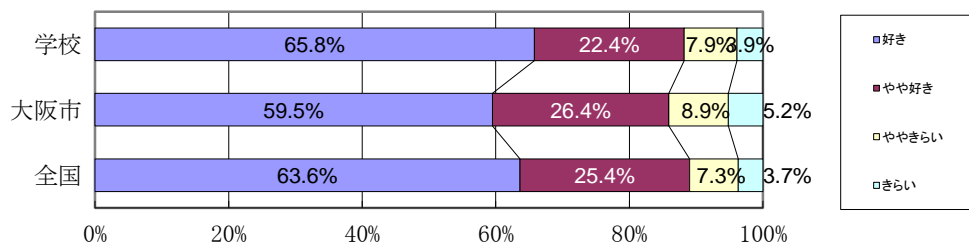
今後、男子に関しては「柔軟性」、女子は「敏捷性」といった体力要素をより向上させていくことが課題である。

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	自分の体力に自信がありますか
3	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
4	中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか

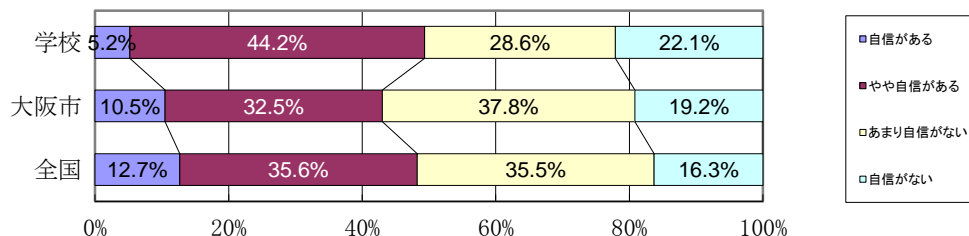
1

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



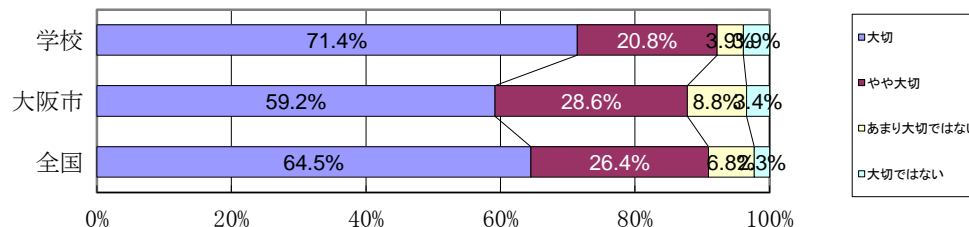
2

自分の体力に自信がありますか



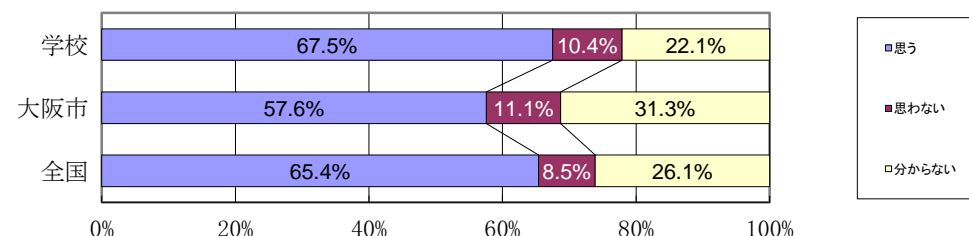
3

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



4

中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか



成果と課題

男子は運動やスポーツに興味があり、運動やスポーツが「好き」と答える生徒の割合が大阪市と全国の平均を上回っている。また、運動やスポーツは「大切」と答える生徒や自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと答える生徒の割合も大阪市と全国の平均を上回った。この結果が体力合計点の平均の高さにも現れていると考えられる。今後は、その体力に自信が持てるよう測定値の目標設定をさせ、達成感を味わえる授業展開をしていくことが課題である。

今後の取組

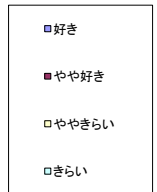
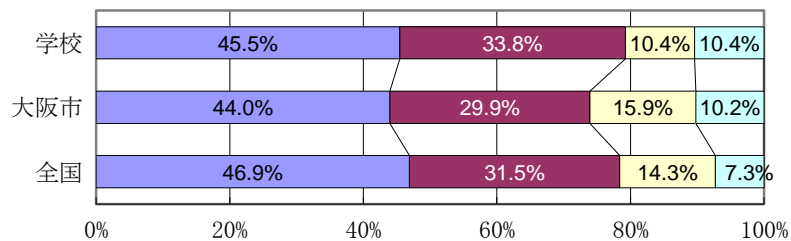
より一層、運動やスポーツに興味を持ち、「好き」になってもらうよう、種目によって異なる細かい動きやルールなどを理解させながら基本練習はもちろん、ゲーム形式を取り入れ、楽しみや達成感を味わえる授業展開をしていく。

運動やスポーツについて（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

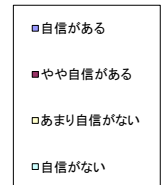
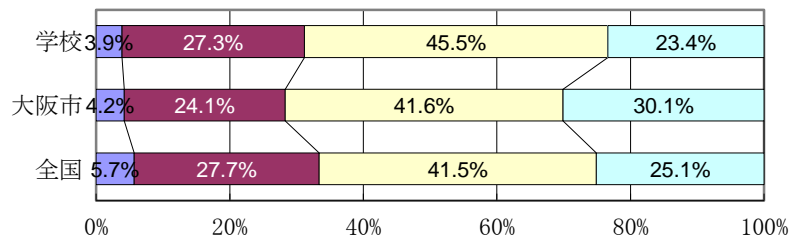
1

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



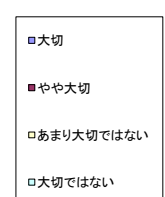
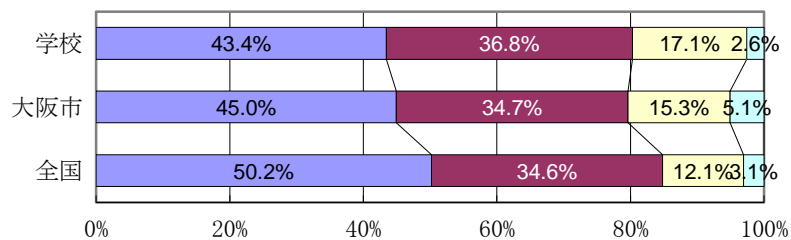
2

自分の体力に自信がありますか



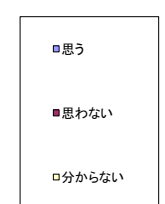
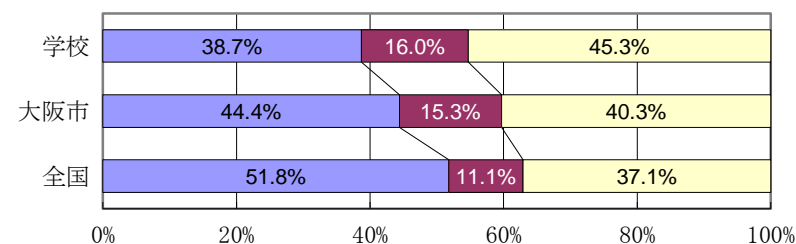
3

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



4

中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか



成果と課題

女子は運動やスポーツが「好き」と答える生徒の割合が昨年に比べて20%以上高くなっていた。また、大阪市平均を上回る結果となった。これは昨年に比べ、運動部の加入率が高いことが関係していると考えられる。しかし、卒業後の運動やスポーツをしたいと答える生徒の割合が大阪市・全国平均を大幅に下回っている。今後、運動やスポーツをすることの重要性を理解させていくことが課題である。

今後の取組

生涯スポーツの観点から、健康な体作りには、運動やスポーツを行うことで、体力を向上させることが大きく関係しているということを理解させるような授業展開をしていく。

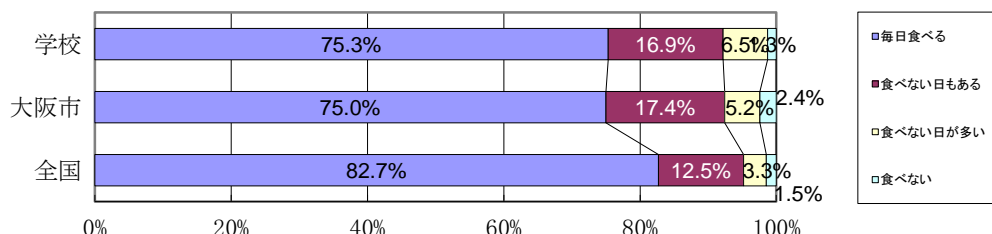
ふだんの生活について（男子）

質問
番号

質問事項

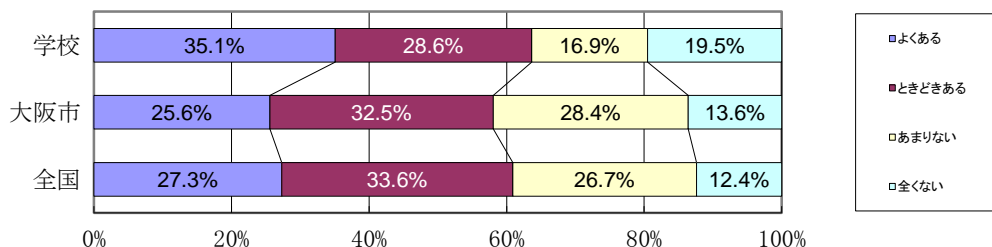
6

朝食は毎日食べますか(学校が休みの日も含める)



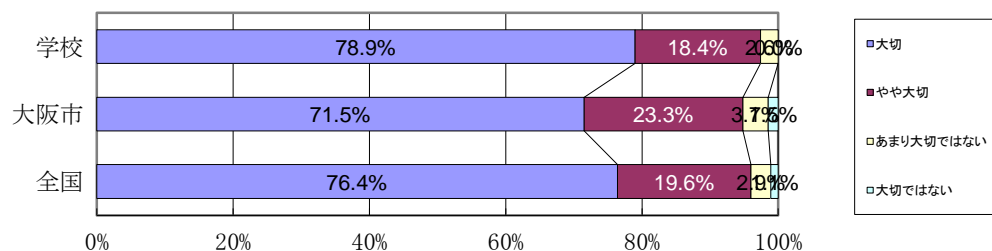
12

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



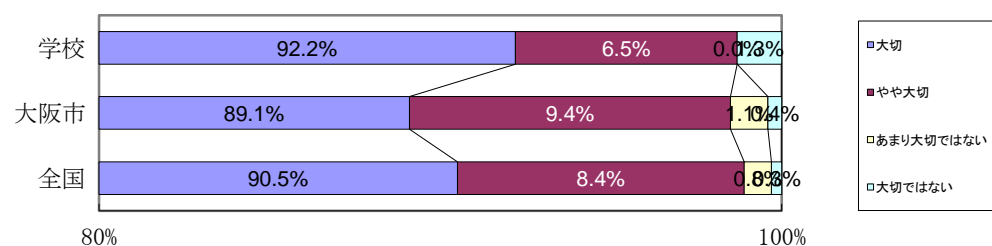
13

あなたが健康でい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。



14

あなたが健康でいるために食事をしっかり取ることはどのくらい大切だと考えていますか。



成果と課題

運動やスポーツをすることを家の人に勧められる生徒の割合が大阪市・全国平均を上回っており、生徒自身も運動やスポーツをすることが健康にも繋がると理解している生徒が多い結果となった。しかし、同じように食事でも健康と関係していると理解している生徒が多いものの、朝食を毎日食べると答えた生徒の割合が全国平均を下回っているということが今後の課題である。

今後の取組

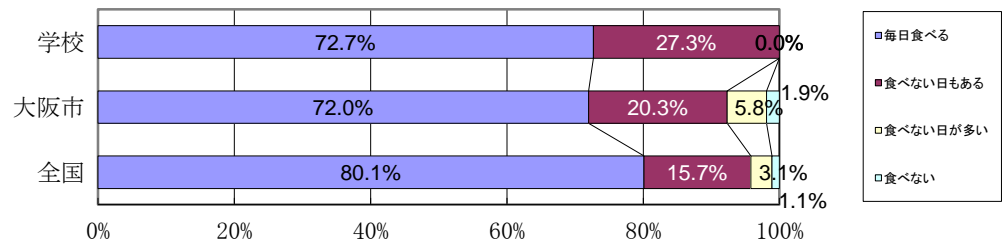
昨年同様、今後も継続して日々の規則正しい生活習慣が体力向上に大きく関わるということを理解させる指導を学校全体で行っていく。また、生徒に対してだけでなく保護者への啓発にも取り組んでいく。

ふだんの生活について（女子）

質問 番号 質問事項

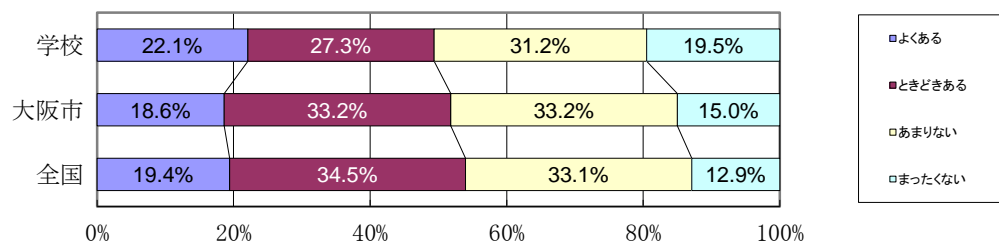
6

朝食は毎日食べますか
(学校が休みの日も含める)



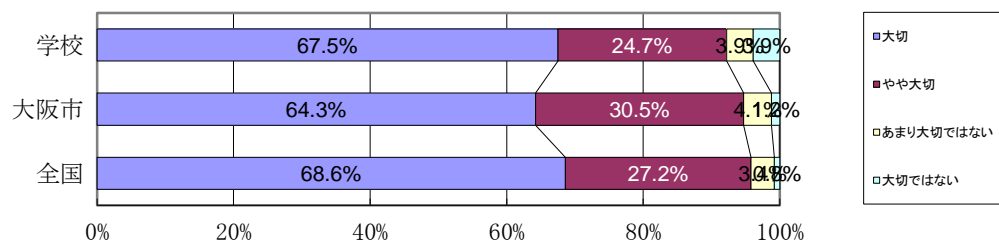
12

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



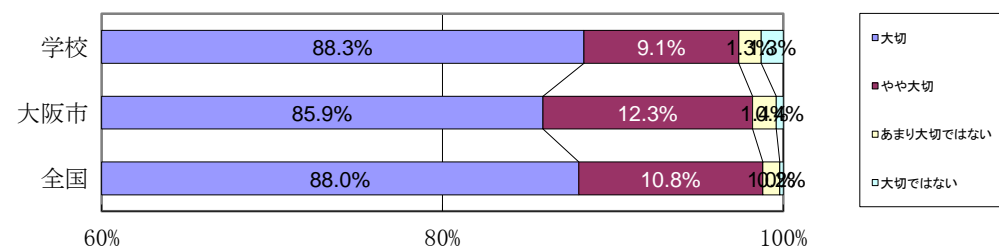
13

あなたが健康でいるために運
動を行うことはどのくらい大切
だと考えていますか。



14

あなたが健康でいるために食
事をしっかり取ることはどのくら
い大切だと考えていますか。



成果と課題

運動やスポーツ・食事が健康面に関連していると答える生徒の割合が昨年よりも上回っており、大阪市平均も上回る結果となった。しかし、男子同様朝食を毎日食べると答える生徒の割合が全国平均を下回っていることが課題である。

今後の取組

男子同様、今後も継続して日々の規則正しい生活習慣が体力向上に大きく関わるということを理解させる指導を学校全体で行っていく。また、生徒に対してだけでなく保護者への啓発にも取り組んでいく。

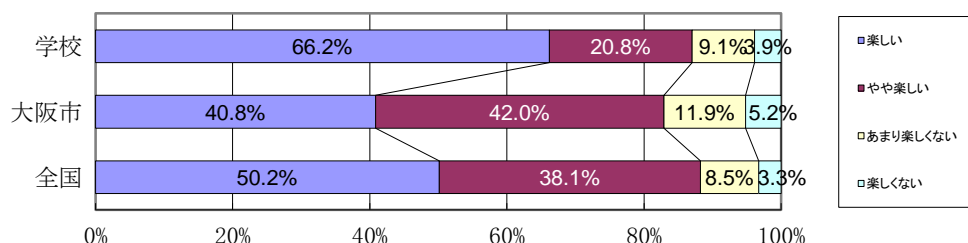
保健体育の授業について（男子）

質問
番号

質問事項

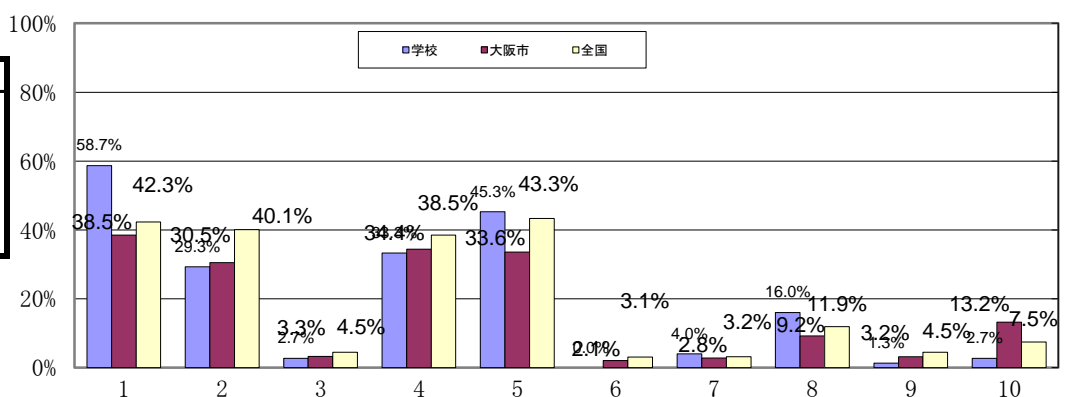
16

保健体育の授業は楽しい
ですか



21

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

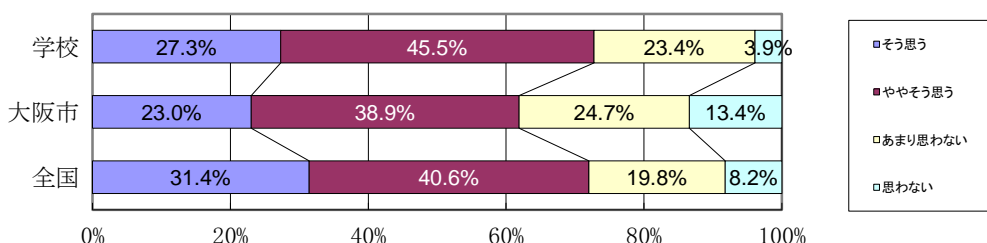


- 1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 2 授業中自分で工夫した
- 3 自分に合った場やルールが用意された
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 5 友達に教えてもらった
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 7 授業外で先生に教えてもらった
- 8 授業外で自分で練習した
- 9 授業外で自分で本やビデオを見た
- 10 できるようになったことがない

- 2 授業中自分で工夫した
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 8 授業外で自分で練習した
- 10 できるようになったことがない

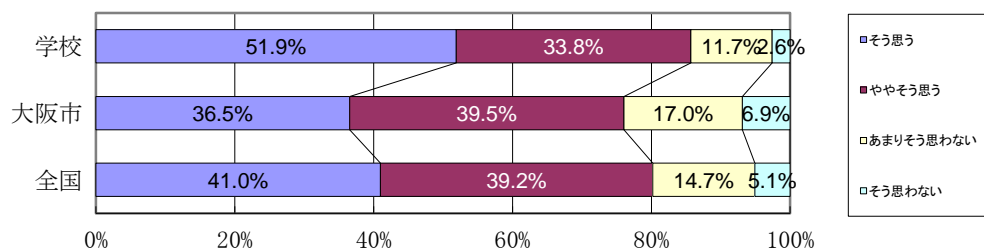
22

保健体育の授業で学んだ
ことを、授業以外の時にも
行ってみようと思いますか。



23

今、保健体育の授業で学
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

保健体育の授業を「楽しい」と答える生徒や「将来役に立つ」と答える生徒の割合が昨年に比べ大幅に上回っており、また、大阪市・全国平均も上回る結果となった。これは運動量を確保することを念頭に入れた授業展開をしてきたことが原因の1つと考えられる。

今後の取組

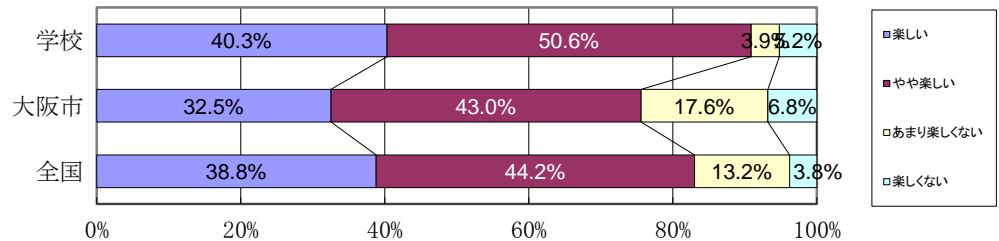
さらに生徒の割合が高くなるよう、運動量の確保するために今後も継続して授業展開をしていく。

保健体育の授業について（女子）

質問 番号 質問事項

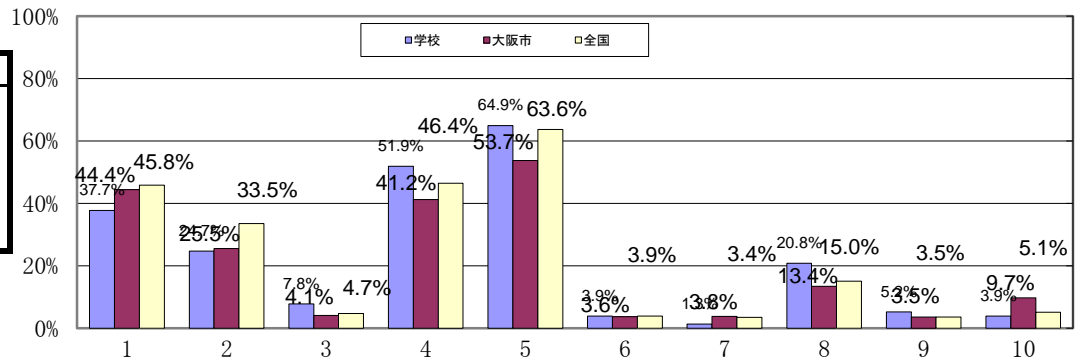
16

保健体育の授業は楽しい
ですか



21

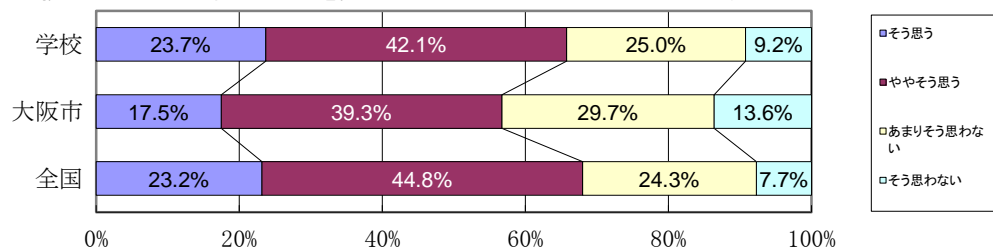
これまでの体育の授業で
「できなかったことができる
ようになった」きっかけ、理
由はどのようなものがありま
したか



- 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

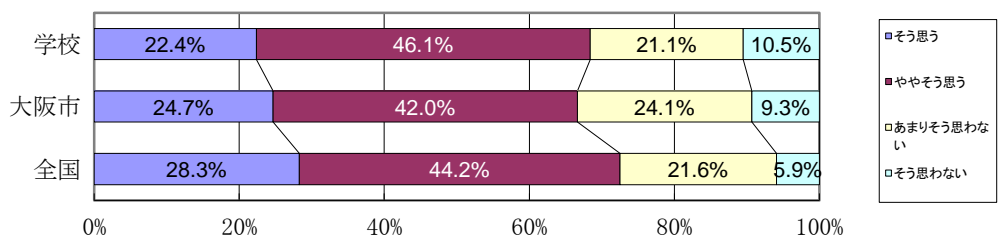
22

保健体育の授業で学んだ
ことを、授業以外の時にも
行ってみようと思いますか。



23

今、保健体育の授業で学
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

男子以上に保健体育の授業は「楽しい」と答える割合が昨年に比べ大幅に高くなった。また、大阪市・全国の平均を上回る結果となった。しかし、保健体育の授業が「将来役に立つ」と答える生徒の割合が昨年に比べ大幅に上がっているものの、大阪市・全国の平均を下回る結果となったことが今後の課題である。

今後の取組

今後、今まで以上に様々な種目を取り入れる。また、運動能力に差があるので、グループ学習なども取り入れることで互いにアドバイスを出しながら、また、1人1人に運動及び自分の体力などのふりかえりをさせながらの授業展開を考えていく。保健体育の授業を行う中で特に自らの健康・社会性に意識させ、必要な教科であることを理解させる。

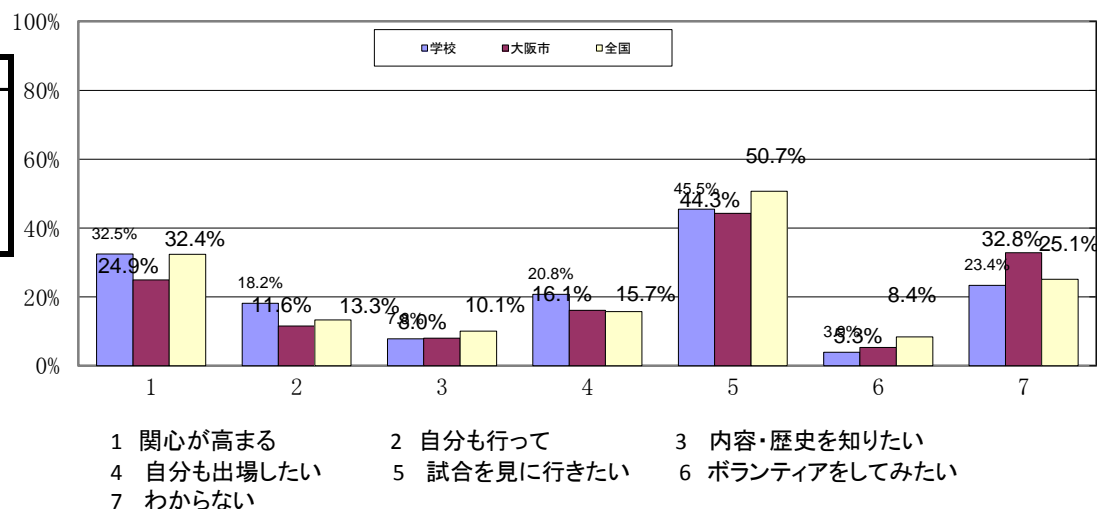
その他（男子）

質問
番号

質問事項

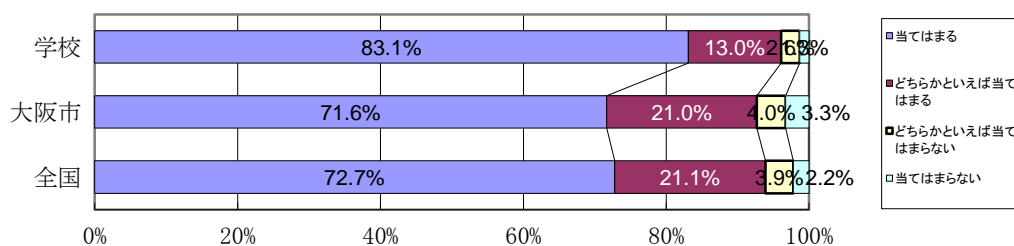
29

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



30

ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある



成果と課題

オリンピック・パラリンピックに対する興味・関心等については、それほど高くない。保健体育テスト等で国際大会など大きな試合や大会についての時事問題を取り入れてきたが、興味関心を向上させられなかったことが大きな課題である。一方、自分自身が最後までやり切ることにより喜びを感じている生徒が全国を大きく上回り83%以上あることは、保健体育授業の大きな成果であったと考えられる。

今後の取組

東京オリンピックを4年後に控え、スポーツを観て楽しんだり、メジャースポーツだけでなく、普段なかなか親しむ機会の少ないスポーツも含めて、この機会に様々なスポーツに関する興味・関心を高めたり、日本代表選手を応援する意識を高める取り組みが必要である。

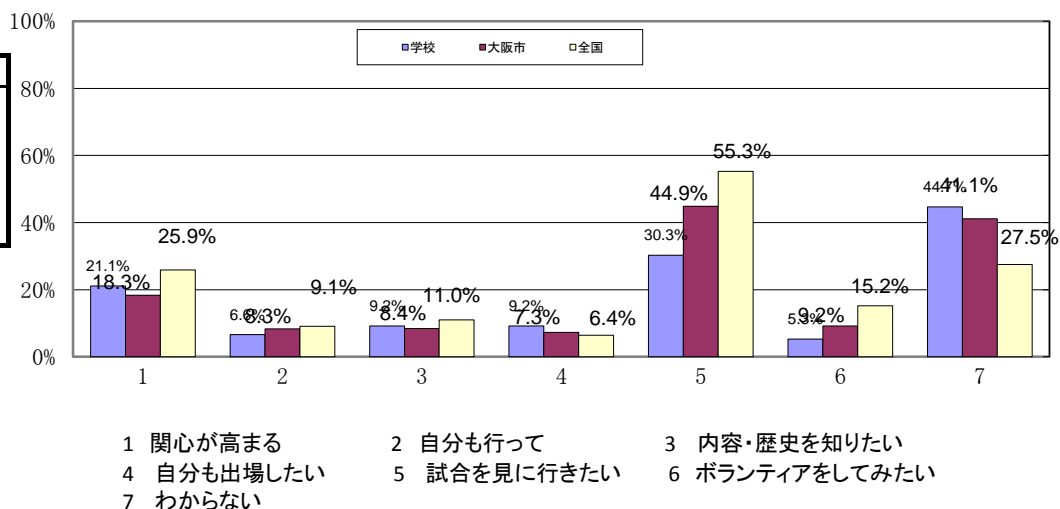
その他（女子）

質問
番号

質問事項

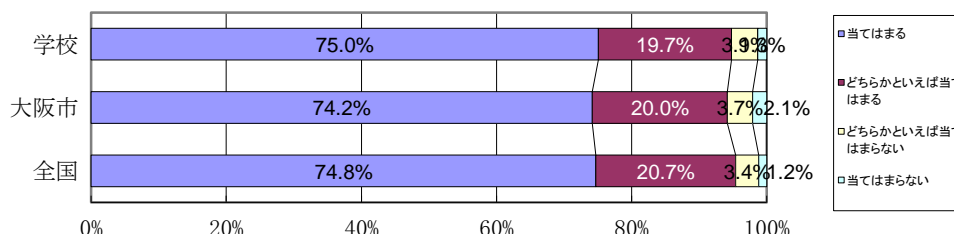
29

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



30

ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある



成果と課題

女子はオリンピック・パラリンピックに対する興味・関心等については、極めて低い。男子同様、保健体育テスト等で国際大会など大きな試合や大会についての時事問題を取り入れてきたが、興味関心を向上させられなかったことが大きな課題である。一方、自分自身が最後までやり切ることに喜びを感じている生徒については、男子同様全国値を上回る結果を示し、保健体育授業の大きな成果であったと考えられる。

今後の取組

男子以上に、東京オリンピックを4年後に控え、スポーツを観て楽しんだり、メジャースポーツだけでなく、普段なかなか親しむ機会の少ないスポーツも含めて、この機会に様々なスポーツに関する興味・関心を高めたり、日本代表選手を応援する意識を高める取り組みが必要である。