

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

大阪市立港中学校

生徒数

94名

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	32.67	29.07	52.82	56.22	――	92.95	7.90	203.26	22.36	48.88
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	27.16	24.24	54.07	49.12	――	61.55	8.90	172.90	15.40	56.20
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

男子は体力合計点が、大阪市、全国の平均を大きく上回る結果となった。また、全種目において、大阪市、全国の平均値を大きく上回っている。
女子も体力合計点が、大阪市、全国の平均を大きく上回る結果となった。また、50m走以外の種目において、大阪市、全国の平均値を大きく上回っている。50m走の記録のみ大阪市平均を上回ったものの、全国平均を上回ることができなかった。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

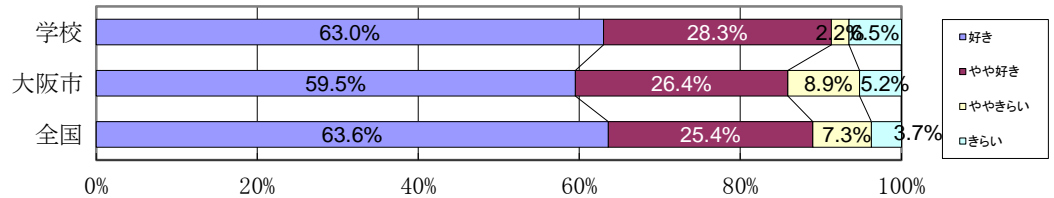
前年度全国平均を上回らなかった長座体前屈に関しては日々の柔軟運動の強化と測定前のウォーミングアップを念入りに行うことで大幅に記録が伸びる結果となった。
今後もさらに体力向上に向けて意識を高く持ち取り組んでいく。
女子の50m走の結果から、日々の体育の授業で瞬発力を上げるようなトレーニングを行い、記録向上に向けて取り組んでいく。

運動やスポーツについて（男子）

質問番号	質問事項
------	------

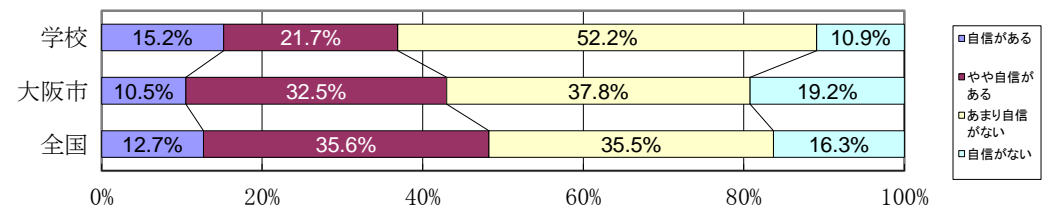
1

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



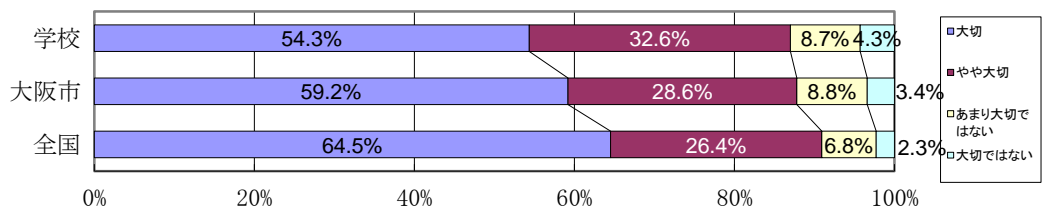
2

自分の体力に自信がありますか



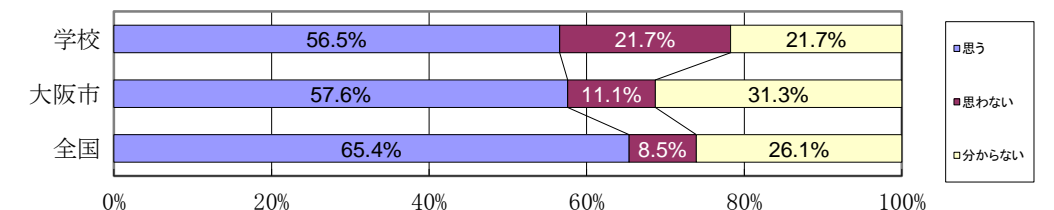
3

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

質問事項1で体を動かすことが好きかという質問では、好きと答えた値が国平均を上回っている。しかし、体力に自信がありますか、という質問では全国平均からみると、自信がない傾向にある。スポーツは大切ですかという質問の値が全国平均から見ると低くなっている。

今後の取組

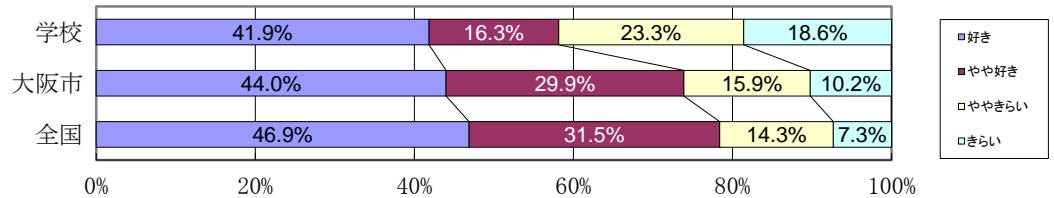
自校では運動することは好きという傾向が高いのに、運動やスポーツの大切さや、今後自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う気持ちが小さいので、授業や部活動で今回の結果を知らせ、生徒一人ひとりに自信を持たせ、スポーツの大切さを教えていく必要がある。

運動やスポーツについて（女子）

質問番号	質問事項
------	------

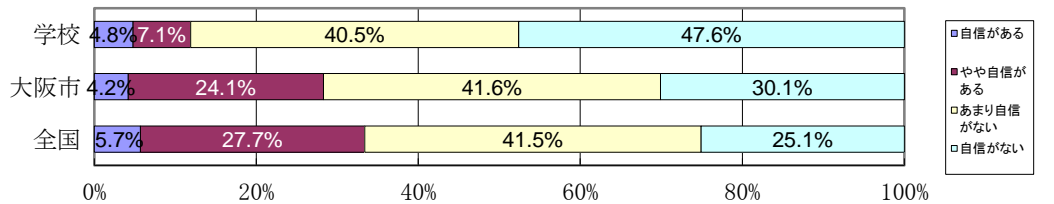
1

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



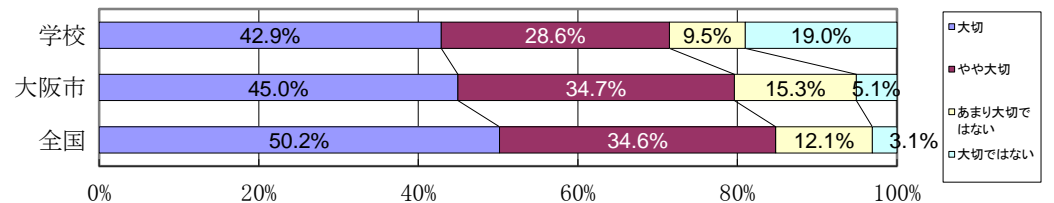
2

自分の体力に自信がありますか



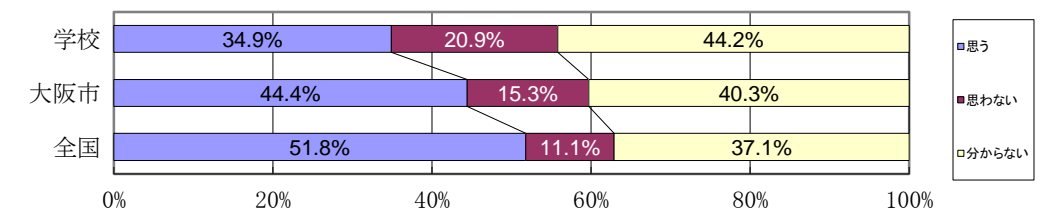
3

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、授業以外でも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

運動することが好きかという質問では、半数以上の生徒が好きと答えているが、全国平均から見ると低い値になっている。体力に自信があるかという質問では自信があると答えた生徒が生徒が少ない傾向にある。全国平均から見ても低い値になっている。運動の大切さも半数以上の生徒がわかっているが全国平均から見ると低い値になっている。

今後の取組

全国平均を大きく上回っている結果を生徒に教え、運動やスポーツに自信を持たせる。体育の授業などで、スポーツや運動の大切さを教えていく。

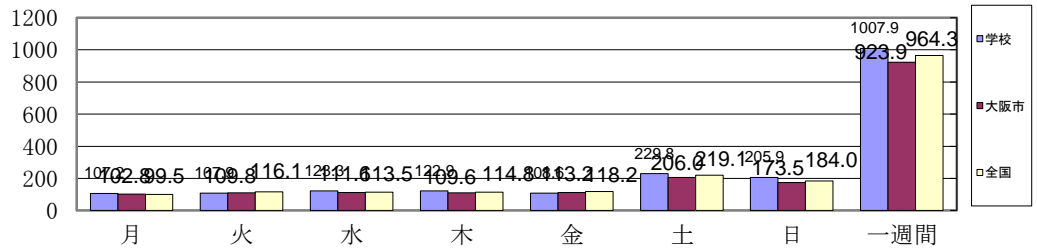
ふだんの生活について（男子）

質問
番号

質問事項

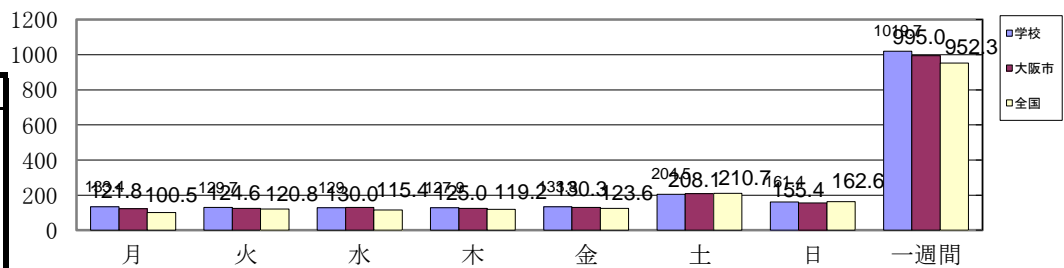
5

ふだんの1週間について聞きます。学校の保健体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを、合計で1日およそどのくらいの時間していますか。



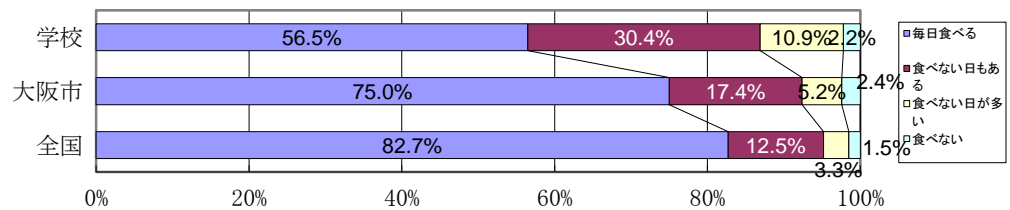
5-2

運動時間のうち、部活動に占める時間は、どれくらいですか。



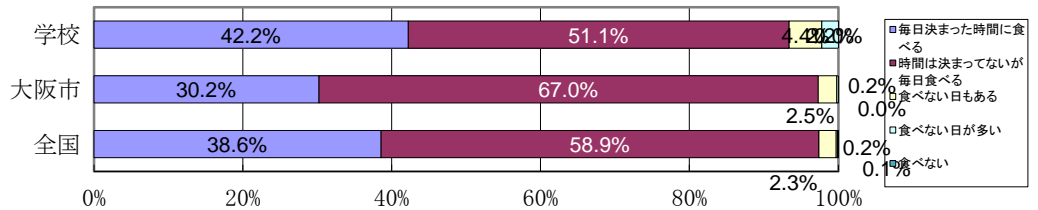
6

朝食は毎日食べますか。
(学校が休みの日も含む)



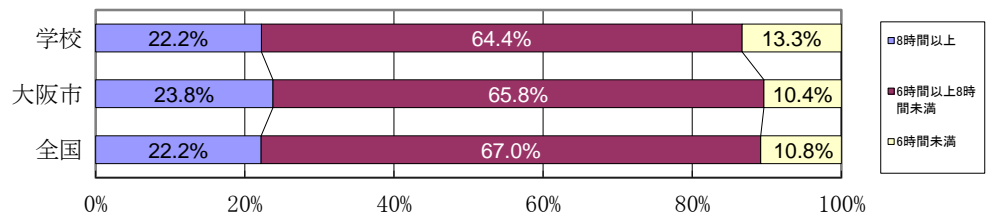
7

夕食は毎日食べますか。
(学校が休みの日も含む)



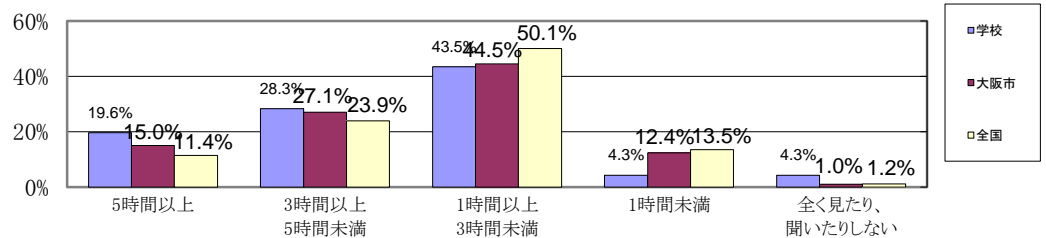
8

毎日どのくらい寝ていますか。



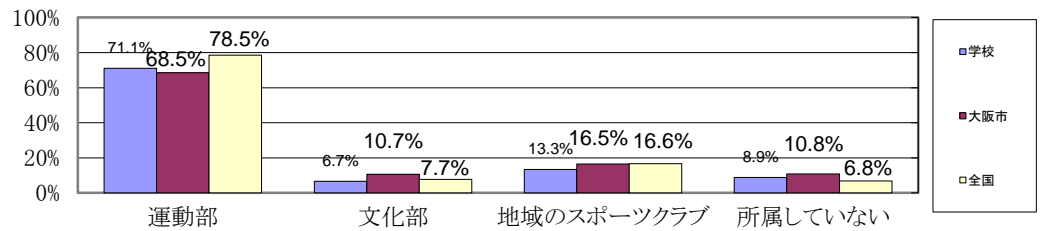
9

ふだんの平日(月一金曜日)について聞きます。1日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりしますか(テレビゲームをする時間は除く)



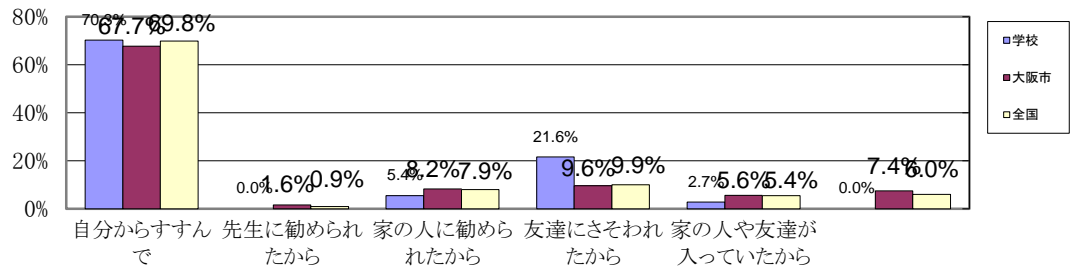
10

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。



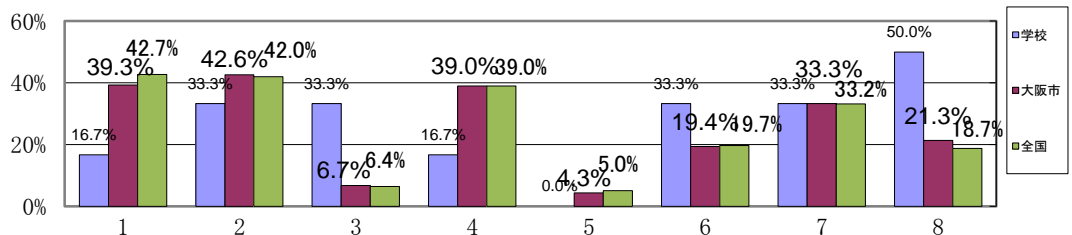
10-2

質問10で、「運動部」「地域のスポーツクラブ」と答えた人は、そこに入った一番のきっかけはどのようなことですか。1つだけ選んでください



10-3

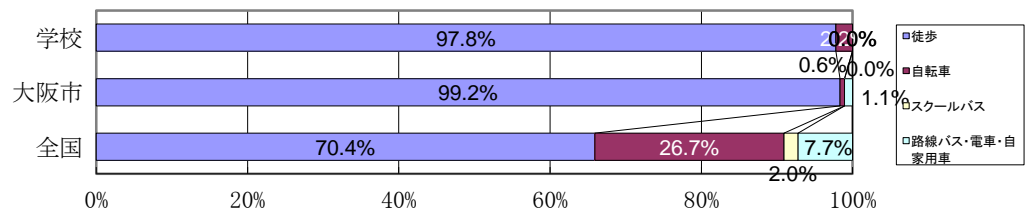
質問10で、「文化部」「所属していない」と答えた人(運動部や地域のスポーツクラブに所属していない)は、どのような条件があれば、運動部活動に参加したいと思いますか。当てはまるものを全て選んでください



- 1 好きな、興味のある種目を行うことができる 2 自分のペースで行うことができる
 3 できるだけ生徒同士で計画し、取り組むことができる 4 友達と楽しめる
 5 様々な種目を行うことができる 6 よい指導者に教えてもらえる
 7 練習日数、時間がちょうどよいくらい 8 部活動等として運動やスポーツは行いたくない

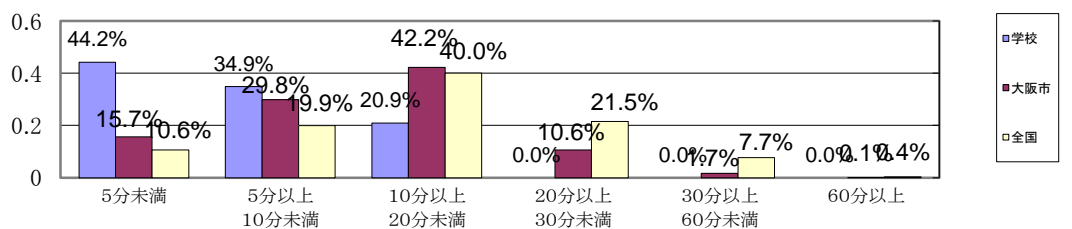
11

ふだんの登校方法について聞きます。当てはまるものを全て選んでください



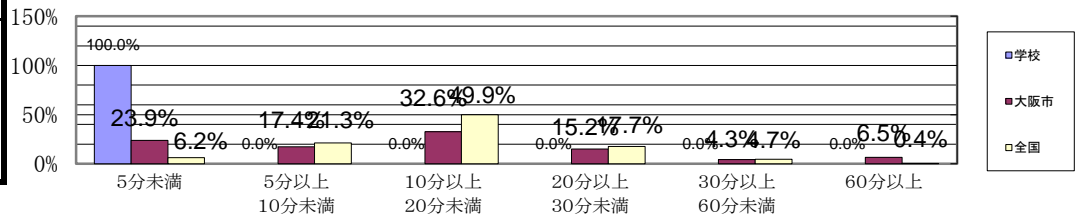
11-2

質問11で「徒歩」で答えた人は、その時間を教えてください。



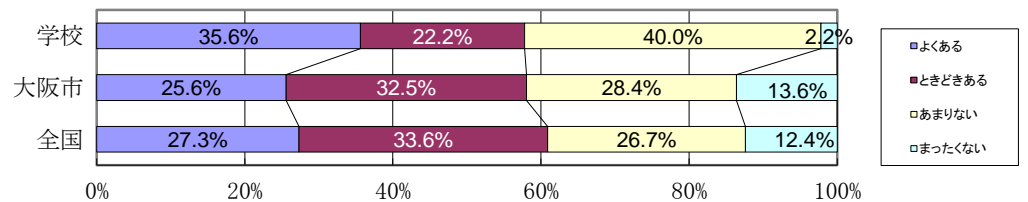
11-3

質問11で「自転車」と答えた人は、その時間を教えてください。



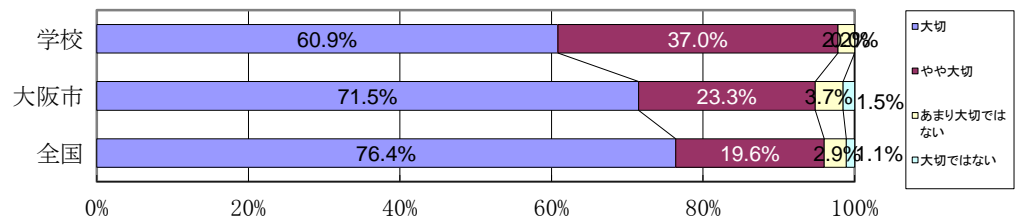
12

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はありますか。



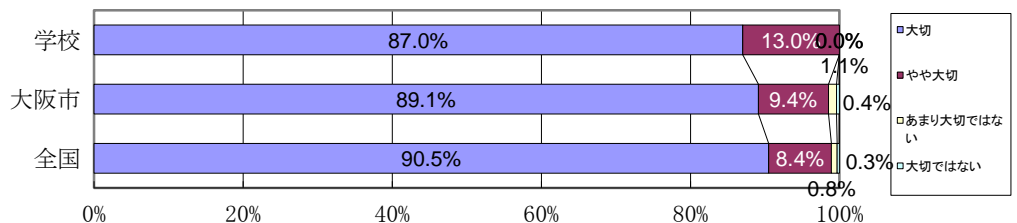
13

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。



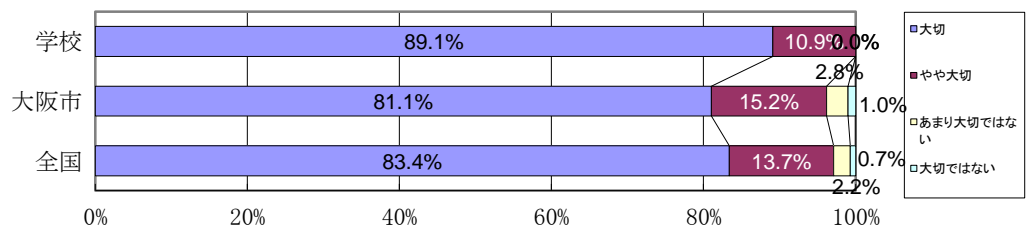
14

あなたが健康であ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。



15

あなたが健康であるためによくね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

保健体育以外で運動する生徒が全国平均から見ても多い傾向にある。そのうち部活動についてやしてる、時間も全国平均より大きい値になっている。健康である為に食事を摂ることと、ねることは大切だとほとんどの生徒が考えている。

今後の取組

今後も継続して部活動の取組を活発に行っていききたい。

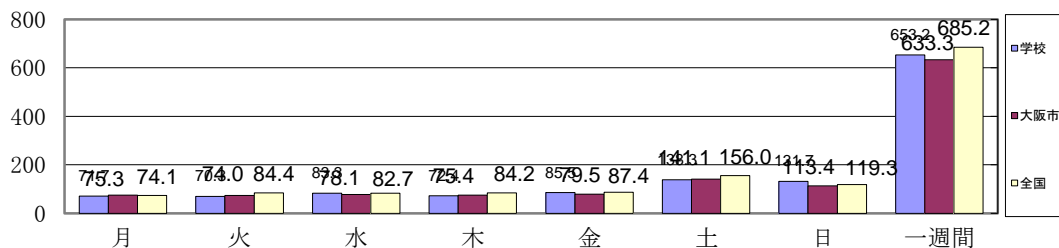
ふだんの生活について（女子）

質問
番号

質問事項

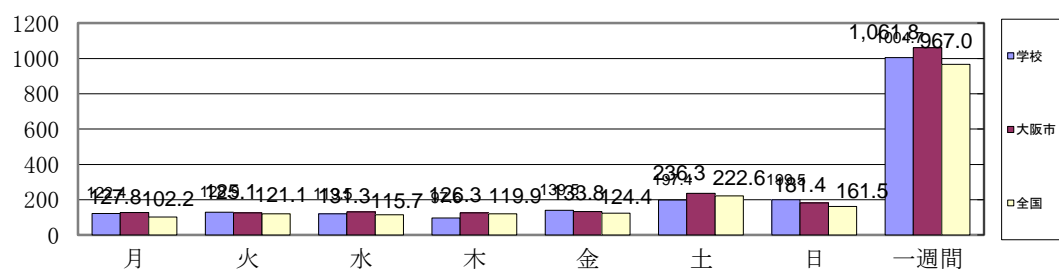
5

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（体を動かす遊びを含む）やスポーツを、合計で1日おおよそ何分くらいしていますか。



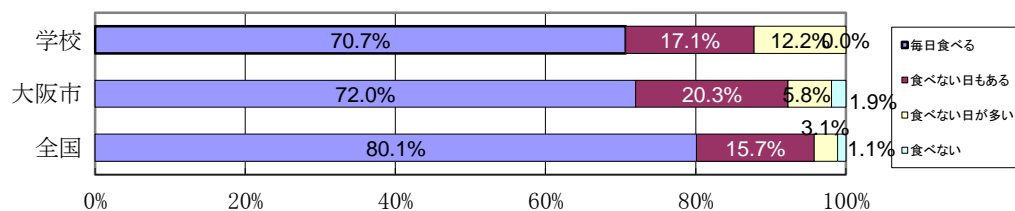
5-2

運動時間のうち、運動部活動に占める時間は、どれくらいですか。



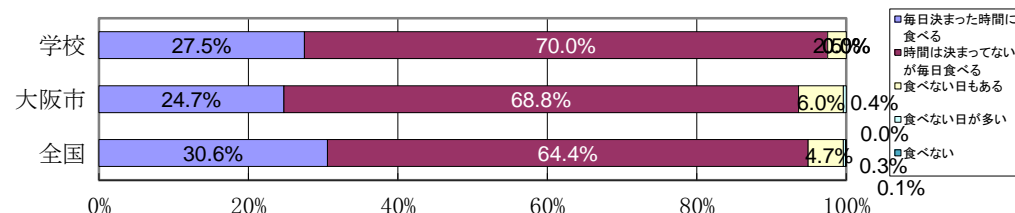
6

朝食は毎日食べますか。
(学校が休みの日も含める)



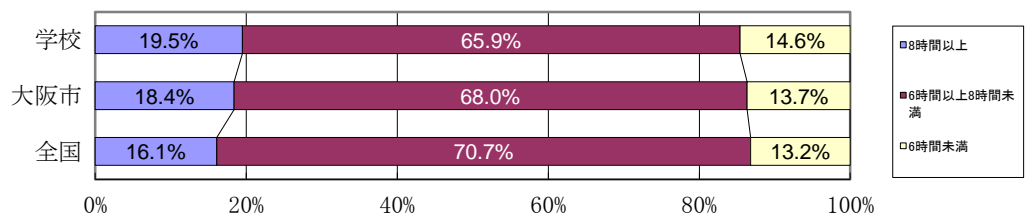
7

夕食は毎日食べますか。
(学校が休みの日も含める)



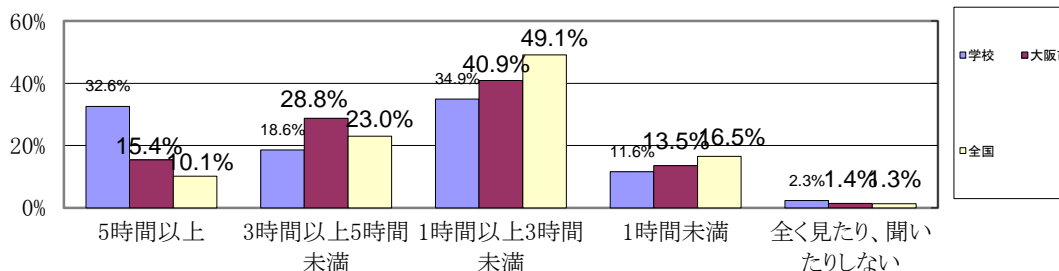
8

毎日どのくらい寝ていますか。



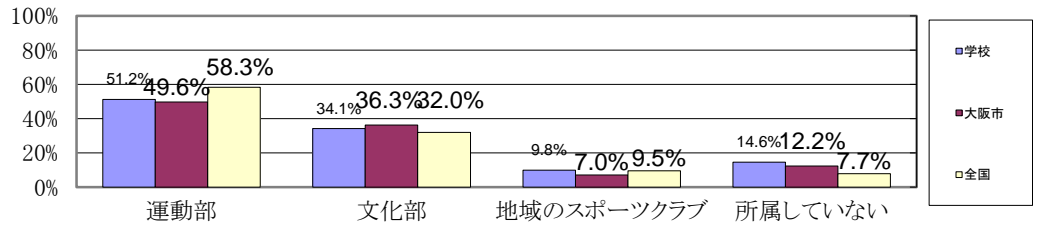
9

ふだんの平日(月一金曜日)について聞きます。1日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりしますか(テレビゲームをする時間は除く)



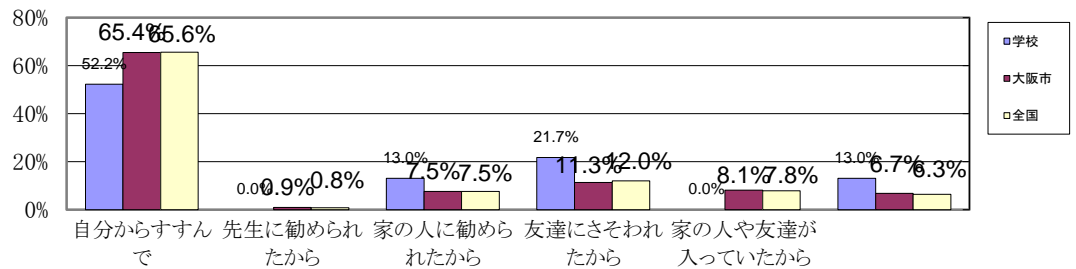
10

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選んでください。



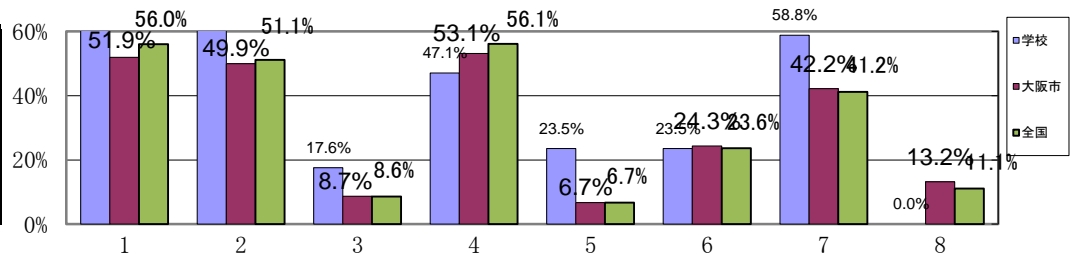
10-2

質問10で、「運動部」「地域のスポーツクラブ」と答えた人は、そこに入った一番のきっかけはどのようなことですか。1つだけ選んでください



10-3

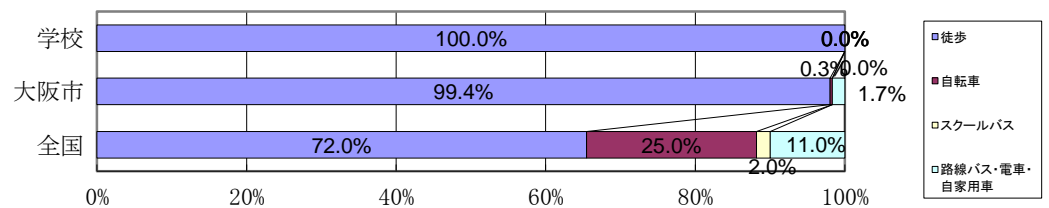
質問10で、「文化部」「所属していない」と答えた人(運動部や地域のスポーツクラブに所属していない)は、どのような条件があれば、運動部活動に参加したいと思いますか。当てはまるものを全て選んでください



- 1 好きな、興味のある種目を行うことができる 2 自分のペースで行うことができる
 3 できるだけ生徒同士で計画し、取り組むことができる 4 友達と楽しめる
 5 様々な種目を行うことができる 6 よい指導者に教えてもらえる
 7 練習日数、時間がちょうどよいくらい 8 部活動等として運動やスポーツは行いたくない

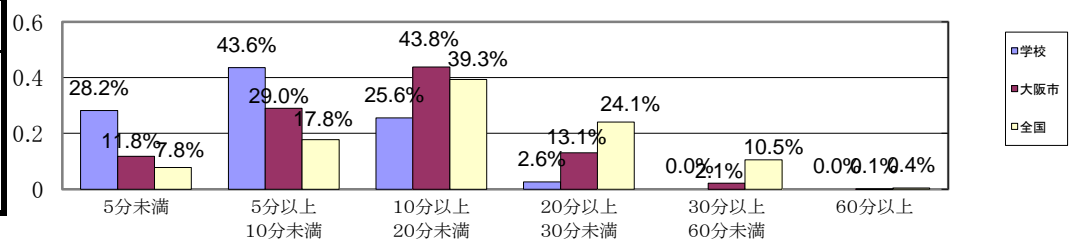
11

ふだんの登校方法について聞きます。当てはまるものを全て選んでください



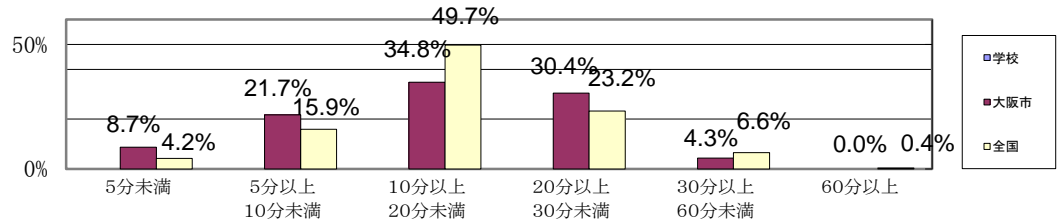
11-2

質問11で「徒歩」で答えた人は、その時間を教えてください。



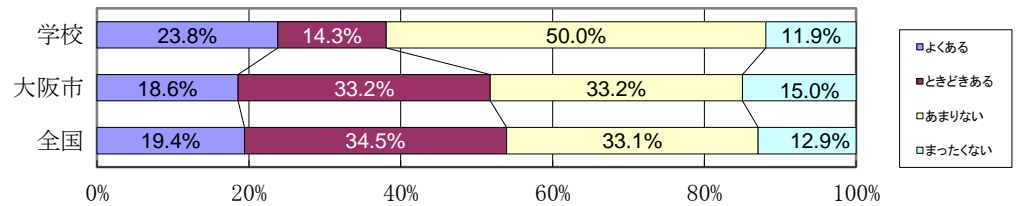
11-3

質問11で「自転車」と答えた人は、その時間を教えてください。



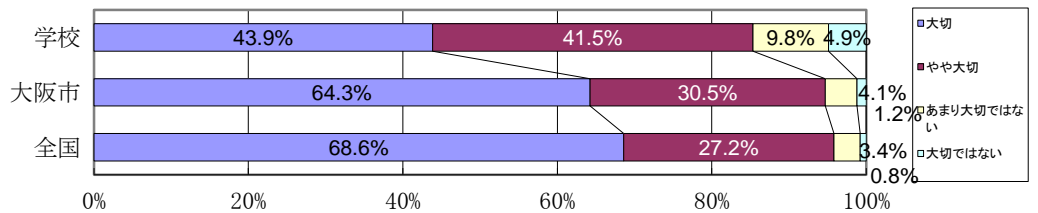
12

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はありますか。



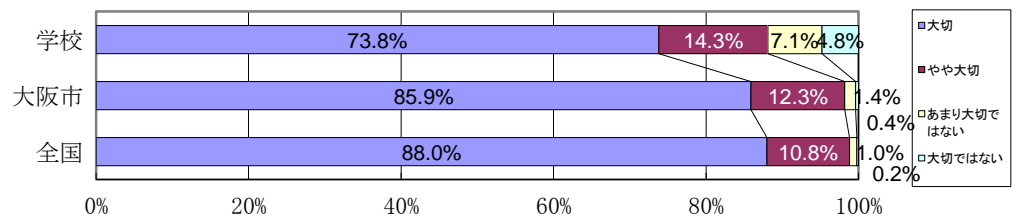
13

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。



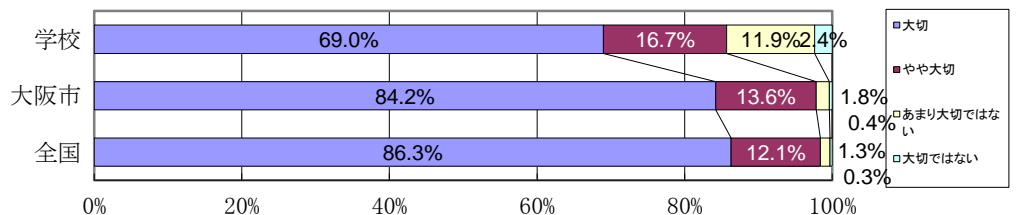
14

あなたが健康であ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。



15

あなたが健康であるためによくね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

朝食は全国平均、大阪市平均よりとれている値が低かった。しかし、夕食は全国平均、大阪市平均より高い値になっている。ふだんテレビやゲームDVDを観たり聞いたりしますかといった質問では5時間以上する生徒が大きく全国平均よりも上回っている。健康であるために、食事や睡眠の大切さを考えているかとの質問では全国、大阪市平均より低い値になっている。

今後の取組

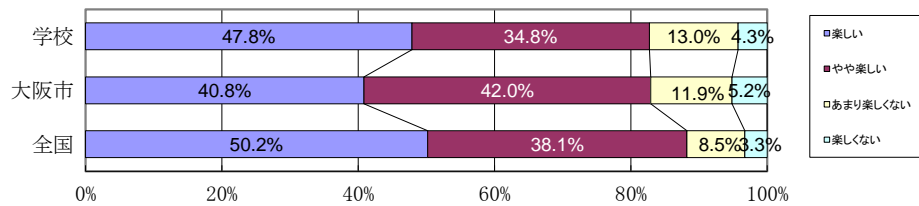
健康であるためには、睡眠や、食事の大切さを保健の時間などを使って教えていく。

保健体育の授業について（男子）

質問 番号 質問事項

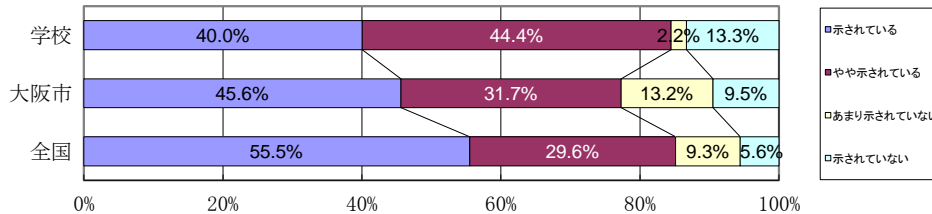
16

保健体育の授業は楽しいですか。



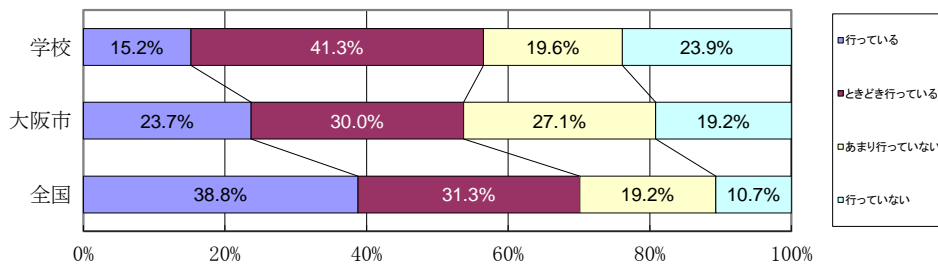
17

ふだんの保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



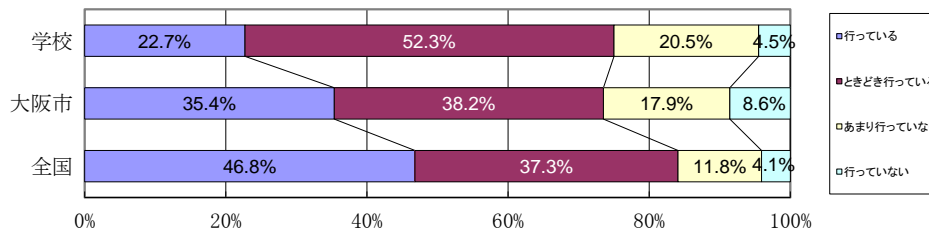
18

ふだんの保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容をふり返る活動を行っていますか。



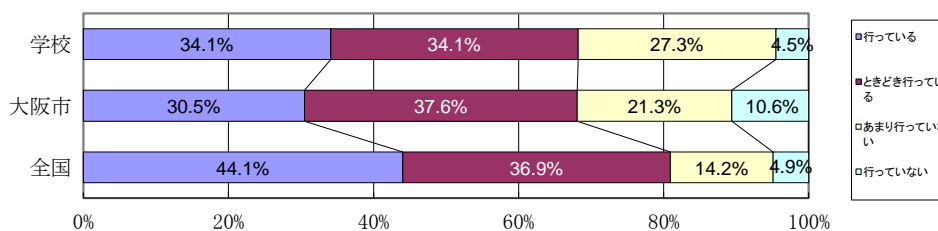
19

ふだんの保健体育の授業では、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。



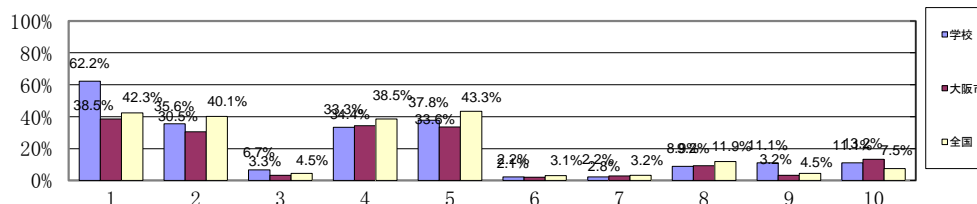
20

ふだんの保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



21

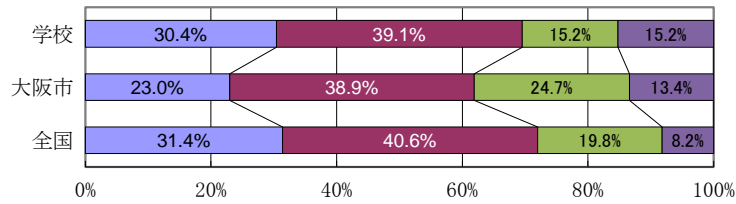
これまでの保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。当てはまるものを全て選んでください。



- 授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 授業中に自分で工夫して練習した
- 自分に合った場やルールが用意された
- 先生や友達のまねをしてみた
- 友達に教えてもらった
- 授業中に自分の動きを撮影したビデオを見た
- 授業外の時間に先生に教えてもらった
- 授業外の時間に自分で練習した
- 授業外の時間に先生に教えてもらった
- 授業外の時間に自分で本を読んだりビデオを見たりした
- できるようになったことがない

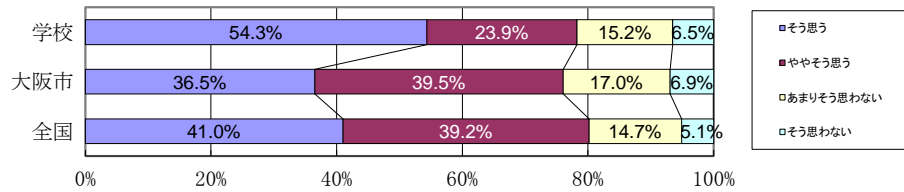
22

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思う生徒は半数以上いるが全国平均から見ると低い値になっている。体育の授業でできるようになったかという質問では、全校平均よりできるようになったという回答が、高い値になっているが、授業の振り返りのところでは、大きく全校平均より下回っている。

今後の取組

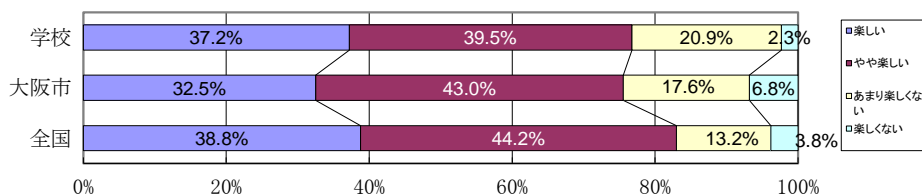
保健体育の授業をもっと魅力的なものにし、授業を楽しいと思う生徒を増やす。授業の中でチームや友達と話し合ったりする値が、低くなっているので、今後工夫してそういった時間をより一層とっていくようにする。

保健体育の授業について（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

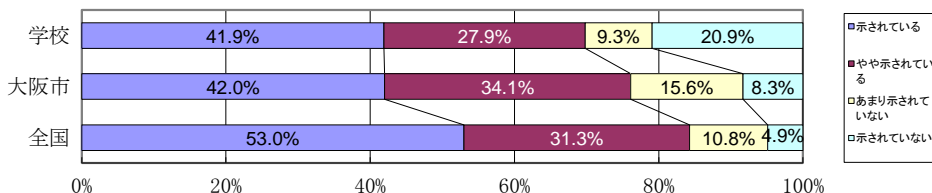
16

保健体育の授業は楽しいですか。



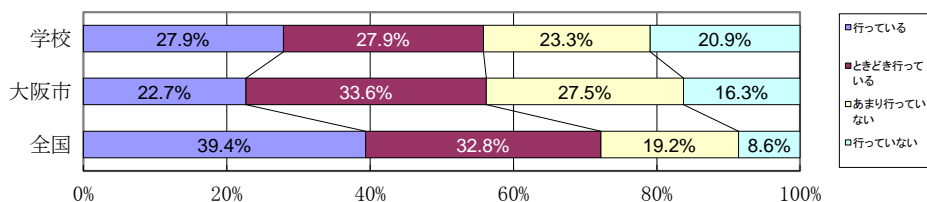
17

ふだんの保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



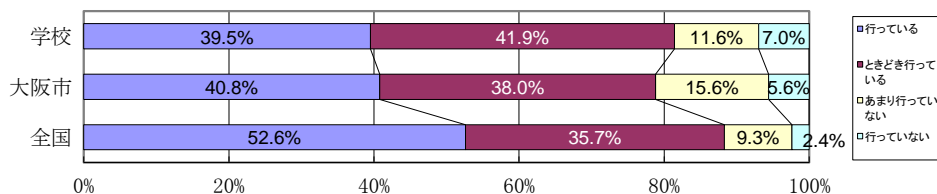
18

ふだんの保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容をふり返る活動を行っていますか。



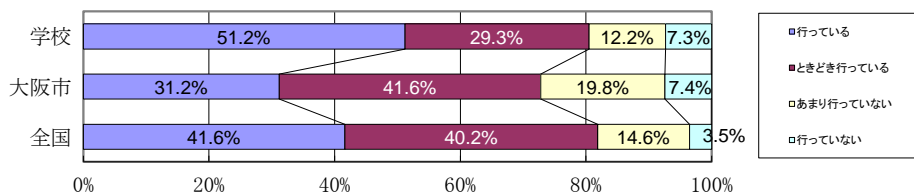
19

ふだんの保健体育の授業では、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。



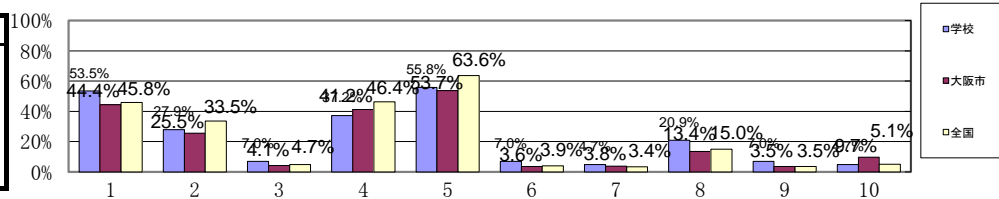
20

ふだんの保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



21

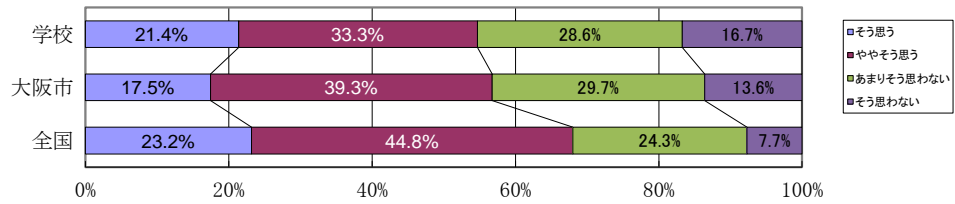
これまでの保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。当てはまるものを全て選んでください。



- 授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 授業中に自分で工夫して練習した
- 自分に合った場やルールが用意された
- 先生や友達のまねをしてみた
- 友達に教えてもらった
- 授業中に自分の動きを撮影したビデオを見た
- 授業外の時間に先生に教えてもらった
- 授業外の時間に自分で練習した
- 授業外の時間に自分で本を読んだりビデオを見たりした
- できるようになったことがない

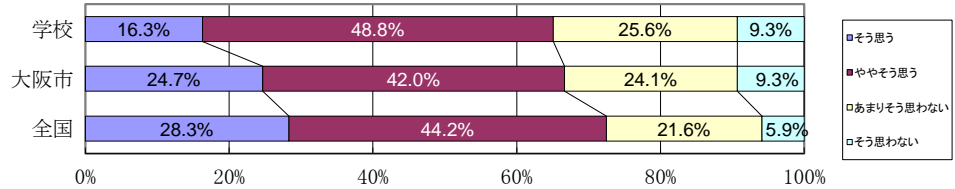
22

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う。



23

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

保健体育の授業は楽しいかといった質問では楽しいと答える生徒は大阪市平均より多いが、全国平均より少ない傾向である。保健体育の授業で学習している内容は将来役に立つと思いますかという質問では、そう思う生徒は全国平均、大阪市平均よりも少ない傾向にある。

今後の取組

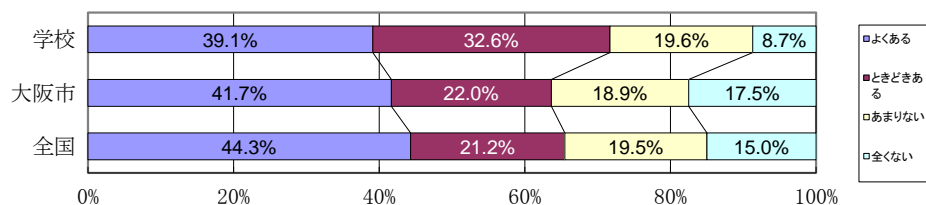
保健体育の授業をもっと魅力的なものにし、授業を楽しみと思う生徒を増やす。

その他（男子）

質問番号	質問事項
------	------

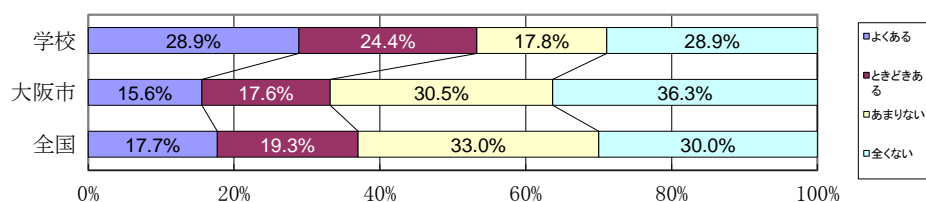
24

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。



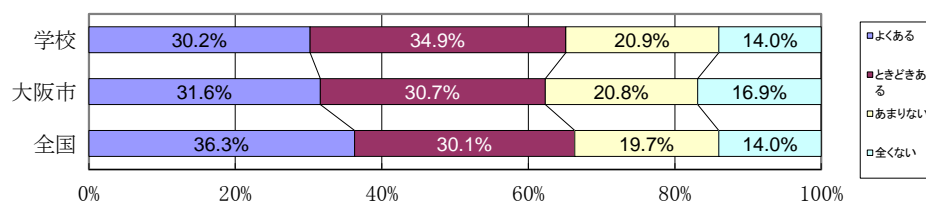
25

放課後や学校が休みの日に、鉄棒やうんていなど腕の力を使う運動をすることがありますか。



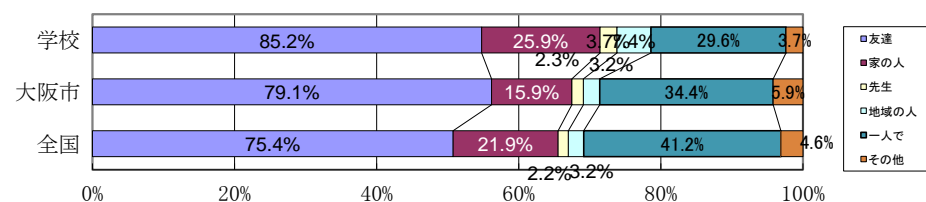
26

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



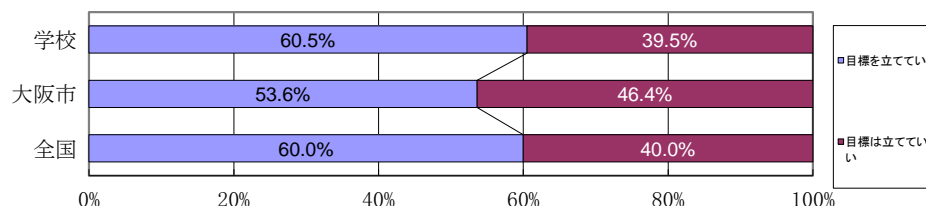
26-2

質問26で「よくある」「ときどきある」と答えた人は、主に誰と運動やスポーツをしていますか。当てはまるものを全て選んでください。



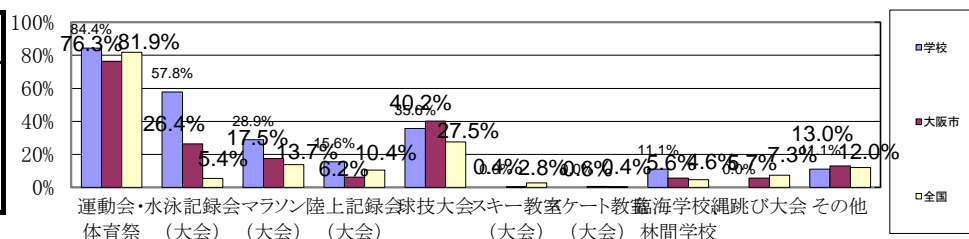
27

体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

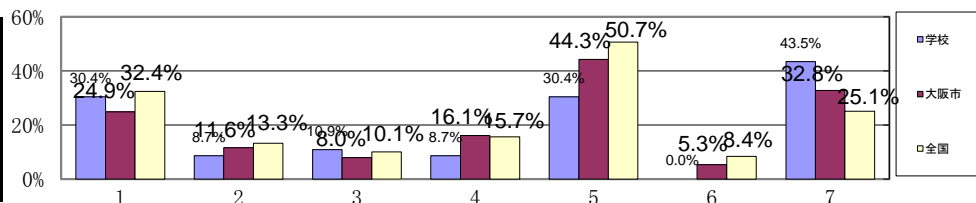


28

学校で行う運動会などの行事で、目標をもって取り組んでいるのはどれですか。学校で行事の名前が違っていても、近いものを全て選んでください。

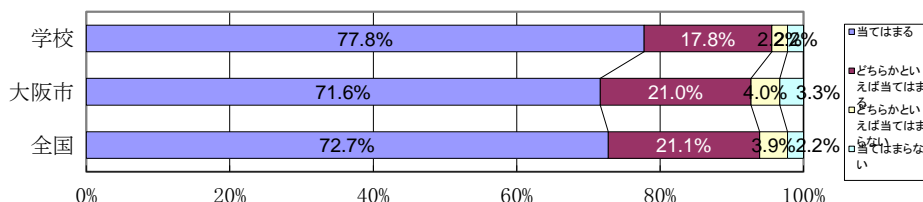


29
オリンピック・パラリンピックを日本で行うことになりましたが、あなたの今の気持ちに当てはまるもの全て選んでください。

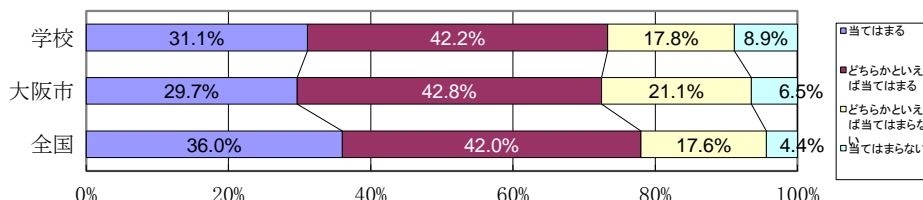


- 1 運動やスポーツに関心が高まってきた 2 オリンピック・パラリンピックの種目を自分も行ってみたい
3 オリンピック・パラリンピックの内容・歴史を知りたい 4 自分も選手として出場してみたい
5 試合を見に行ってみたい 6 大会開催の手伝いやボランティアをしてみたい 7 わからない

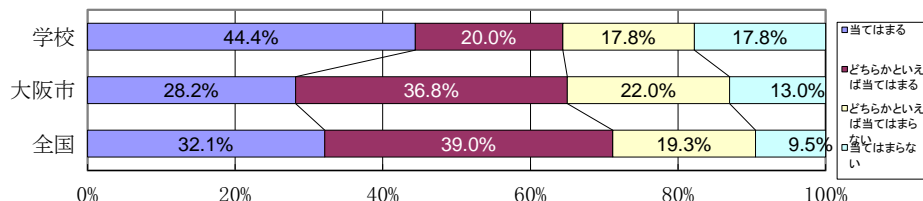
30
ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある



31
難しいことでも、失敗を恐れずに挑戦している



32
自分には、よいところがあると思う



成果と課題

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という質問では当てはまると答えた生徒は全国平均、大阪市平均を大きく上回っている。

今後の取組

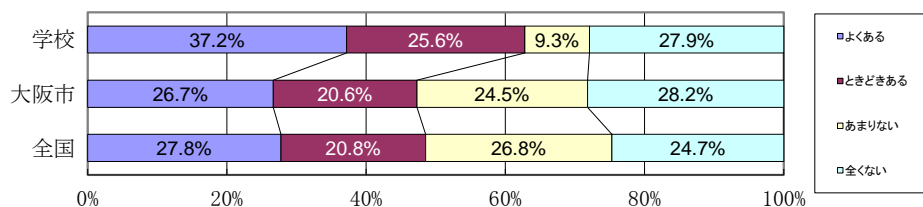
今後も達成感をもたせながら最後までやり遂げる生徒を育成していく授業を行う。

その他（女子）

質問番号	質問事項
------	------

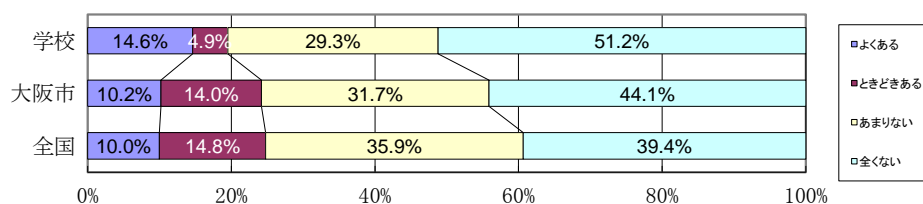
24

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。



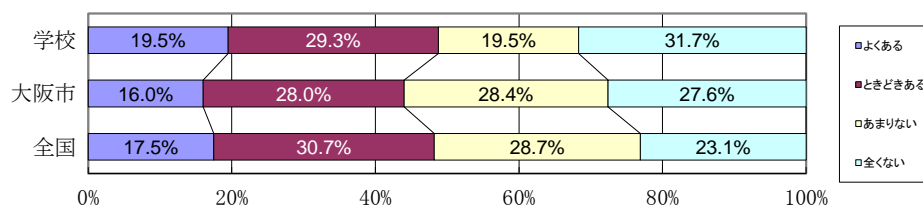
25

放課後や学校が休みの日に、鉄棒やうんていなど腕の力を使う運動をすることがありますか。



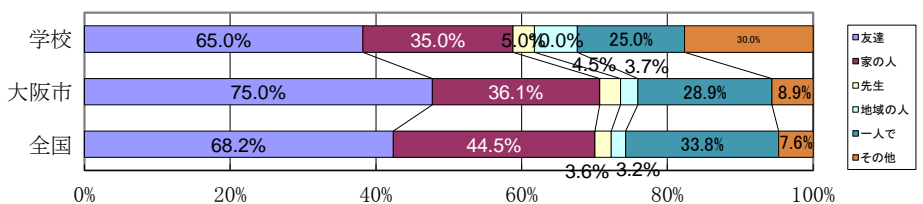
26

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



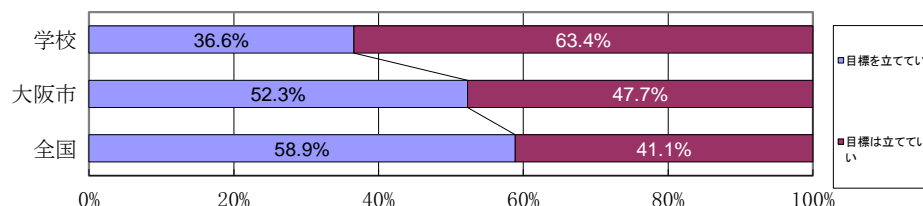
26-2

質問26で「よくある」「ときどきある」と答えた人は、主に誰と運動やスポーツをしていますか。当てはまるものを全て選んでください。



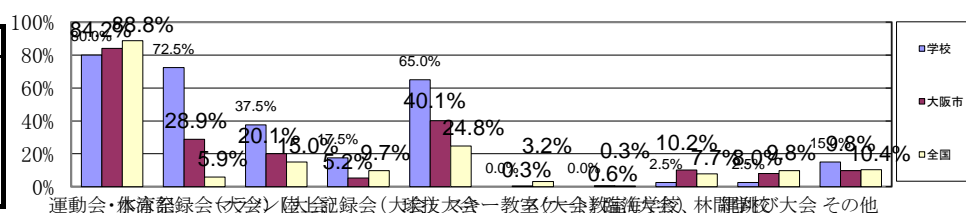
27

体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



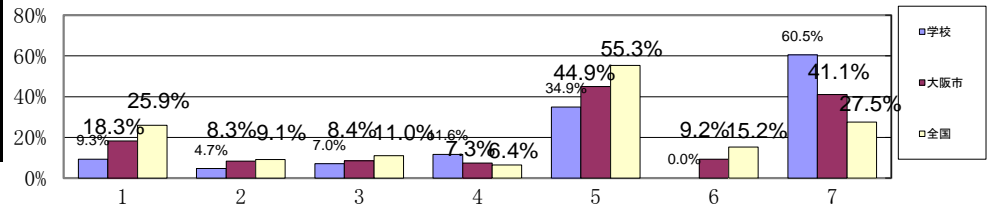
28

学校で行う運動会などの行事で、目標をもって取り組んでいるのはどれですか。学校で行事の名前が違っていても、近いものを全て選んでください。



29

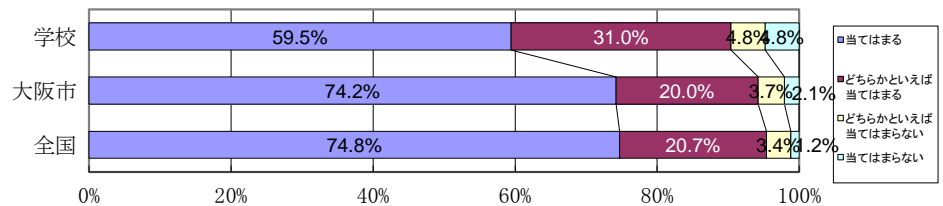
オリンピック・パラリンピックを日本で行うことになりましたが、あなたの今の気持ちに当てはまるもの全て選んでください。



- 1 運動やスポーツに関心が高まってきた 2 オリンピック・パラリンピックの種目を自分も行ってみたい
 3 オリンピック・パラリンピックの内容・歴史を知りたい 4 自分も選手として出場してみたい
 5 試合を見に行ってみたい 6 大会開催の手伝いやボランティアをしてみたい 7 わからない

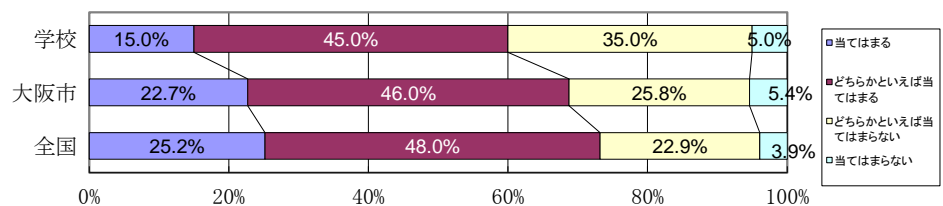
30

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



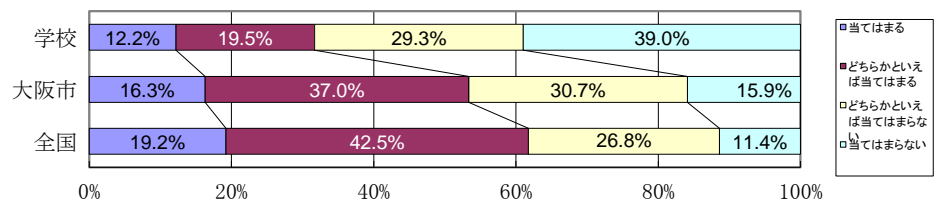
31

難しいことでも、失敗を恐れずに挑戦している



32

自分には、よいところがあると思う



成果と課題

全国平均、大阪市平均より大きく下回っている項目が多い。

今後の取組

自己肯定感の低い生徒が多いので、達成感をもたせられるように授業を工夫していく。