

# 令和元年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果検証シート

## 全体の概要

大阪市立 大正東 中学校

生徒数

175

## 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	31.20	28.46	47.12	53.41		78.37	8.05	198.18	22.00	44.11
大阪市	28.76	27.39	41.41	51.68	414.79	82.53	8.11	192.16	20.17	41.04
全国	28.65	26.96	43.50	51.91	398.98	83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
女子	25.37	22.58	44.36	46.26		56.24	8.90	174.70	14.51	50.81
大阪市	24.12	24.15	45.67	47.38	307.41	58.40	8.92	169.36	12.99	
全国	23.79	23.69	46.32	47.28	289.82	58.31	8.81	169.90	12.96	50.22

## 結果の概要

男子においては、握力(筋力)、上体おこし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、反復横とび(敏しよう性)、立ち幅とび(筋パワー)、ハンドボール投げ(巧ち性・筋パワー)で全国平均・大阪市平均を上回った。

女子においては、握力(筋力)、立ち幅とび(筋パワー)、ハンドボール投げ(巧ち性・筋パワー)で全国平均・大阪市平均を上回った。

男子は全8種目中6種目が、女子は3種目が全国平均・大阪市平均を上回った。しかし、男女とも20mシャトルラン(全身持久力)が全国平均・大阪市平均を下回った。男女とも全身持久力が平均を下回っているので、今後全身持久力を高める運動にも積極的に取り組む必要がある。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

今年度、男子は全8種目中6種目、女子は3種目で全国平均・大阪市平均をどの種目も僅かではあるが上回ることができている。これは、保健体育の授業や部活動で粘り強く取り組んだ成果ではないかと思われる。ただ、今回の結果が一過性のものにならないよう、今後も粘り強く継続して取り組んでいきたい。また、課題の種目である、20mシャトルラン(全身持久力)であるが、全身持久力を高めるためのトレーニングを工夫し、授業の中で継続して行うことによって、体力の向上を目指したい。