

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

大阪市立大正東中学校

生徒数

195

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	30.50	26.22	34.67	50.14		77.16	8.12	182.65	20.01	38.11
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	25.36	22.66	39.56	48.73		50.99	8.91	163.45	13.40	48.57
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

男子においては、握力で全国平均を上回ったが、その他の種目はすべて下回った。特に、長座体前屈(柔軟性)と20mシャトルラン(全身持久力)で、全国平均を大きく下回っている。

女子においては、握力・反復横とび・ハンドボール投げで全国平均を上回ったが、その他の種目はすべて下回った。特に、長座体前屈(柔軟性)と20mシャトルラン(全身持久力)で、全国平均を大きく下回っている。
男女とも、柔軟性と全身持久力が全国平均を下回っているので、この結果をふまえて、今後、柔軟性と全身持久力を重点的に取り組み向上させていく必要がある。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

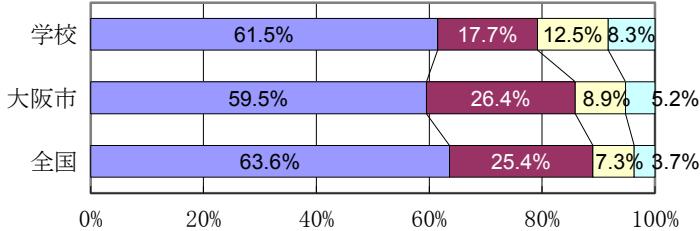
平成25年度からの結果をもとに、全国平均を男・女共に毎回下回っている20mシャトルラン(全身持久力)の向上を中心に基盤体力の向上を目指し、保健体育の授業の導入時にランニングや筋力トレーニングを取り入れている。その成果としては、少しづつではあるが全身持久力の平均値のポイントも年々上がってきている。今後も継続して、取り組んで行き、少しづつでも全国平均に近づけるようにしていきたい。今年度は、男・女共に長座体前屈(柔軟性)のポイントが全国平均を大きく下回っていたので、柔軟系の準備体操やストレッチを保健体育の授業はもちろん運動部にも積極的に取り組ませ柔軟性の重要性などを理解させて行きたい。

運動やスポーツについて（男）

質問番号	質問事項
------	------

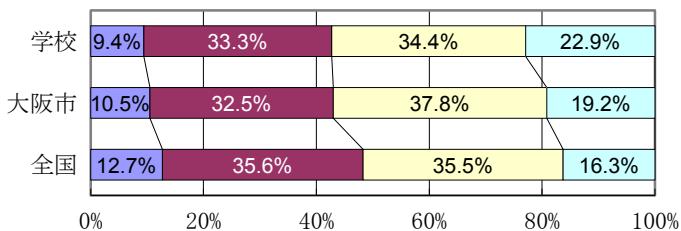
1

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



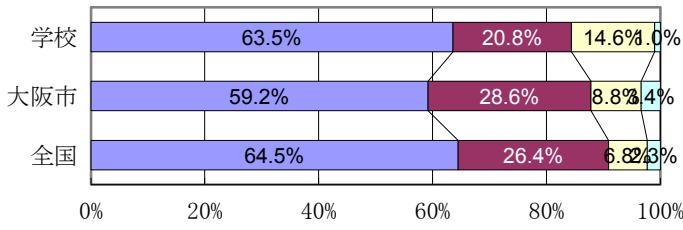
2

自分の体力に自信がありますか



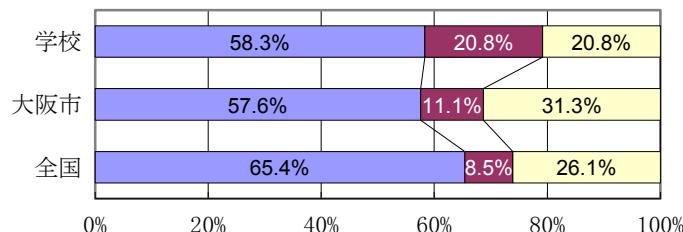
3

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1・3・4については、「好き」、「大切」、「思う」の数値が全国平均には及ばないものの、大阪市平均を上回っている。質問2については、「自信がある」「やや自信がある」の数値が全国平均・大阪市平均より下回っている。このことから、生徒は、運動の大切さを理解しているものの、体力的には自信の無い者が多いと考えられる。

今後の取組

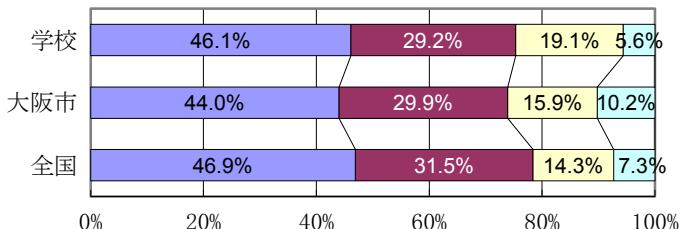
スポーツ的行事の内容や方法の検討をし、運動が苦手な生徒も楽しめるものを考え「運動きらい」を少なくしていきたい。保健体育の授業でも運動の大切さを理解させ、卒業後も運動に親しむ心を育てたい。自分の体力に自信がない者が多いので、トレーニング的要素の運動への取組みも検討していきたい。

運動やスポーツについて（女）

質問番号 質問事項

1

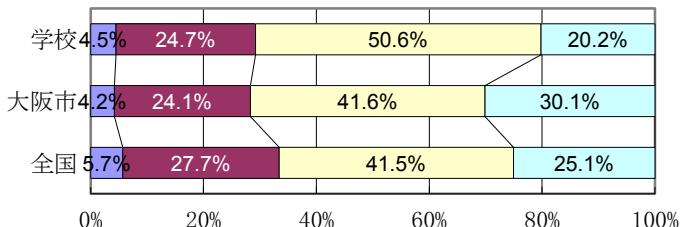
運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか



□好き
■やや好き
□ややきらい
□きらい

2

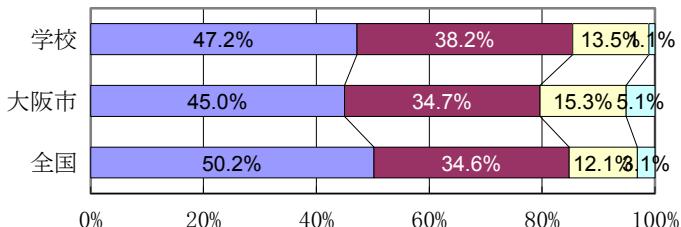
自分の体力に自信がありますか



□自信がある
■やや自信がある
□やや自信がない
□自信がない

3

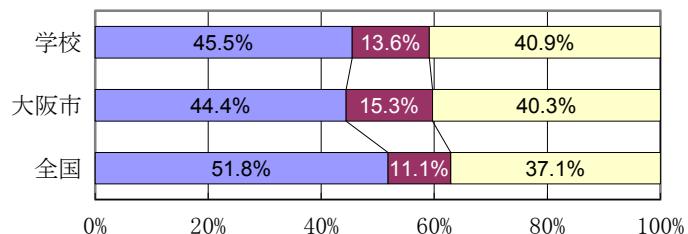
あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切ですか



□大切
■やや大切
□やや大切なない
□大切ではない

4

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



□思う
■思わない
□分からない
□その他

成果と課題

質問事項1・2・4については、「好き」「やや好き」、「自信がある」「やや自信がある」、「思う」の数値が全国平均には及ばないものの、大阪市平均を上回っている。質問事項3については、「大切」「やや大切」の数値が全国平均も上回っている。このことから、本校女子生徒は、運動の大切さを理解している者が多いと考えられる。また、運動が好きな者も多い反面、自分の体力に自信がない者も多い。

今後の取組

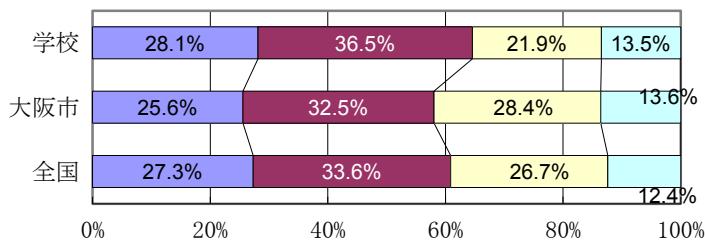
スポーツ的行事の内容や方法の検討をし、運動が苦手な生徒も楽しめるものを考え「運動きらい」を少なくしていきたい。保健体育の授業でも運動の大切さを理解させ、卒業後も運動に親しむ心を育てたい。自分の体力に自信がない者が多いので、トレーニング的要素の運動への取組みも検討していきたい。

ふだんの生活について（男子）

質問番号 質問事項

12

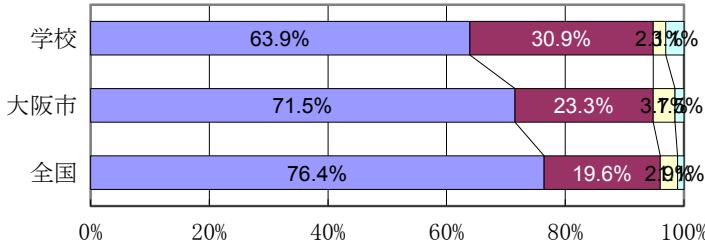
家人の人から運動やスポーツを積極的に行なうことを勧められることがありますか。



■よくある
■ときどきある
□あまりない
□まったくない

13

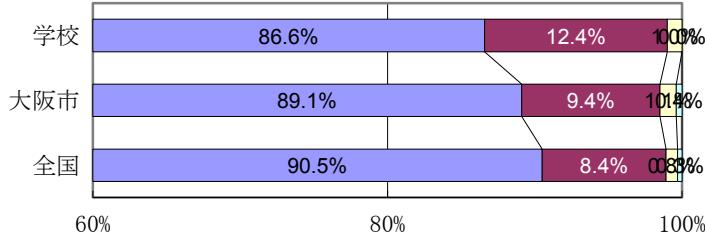
あなたが健康でいるために運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか。



■大切
■やや大切
□あまり大切ではない
□大切ではない

14

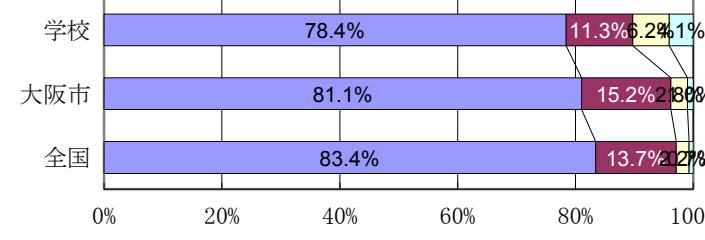
あなたが健康でいるために食事をしっかり取ることはどのくらい大切だと考えていますか。



■大切
■やや大切
□あまり大切ではない
□大切ではない

15

あなたが健康でい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。



■大切
■やや大切
□あまり大切ではない
□大切ではない

成果と課題

質問12に対し、「よくある」「ときどきある」と答えた数値が全国平均・大阪市平均よりも高く、運動やスポーツに対する保護者の意識は高い。また、質問13に対し、「大切」「やや大切」と答えた数値が全国平均・大阪市平均とほぼ同等であり、生徒も運動の大切さを理解しているようである。その他、食事に対しても大切さを理解しているようである(質問14)が、睡眠について(質問15)は全国平均・大阪市平均とも数値が下回った。

今後の取組

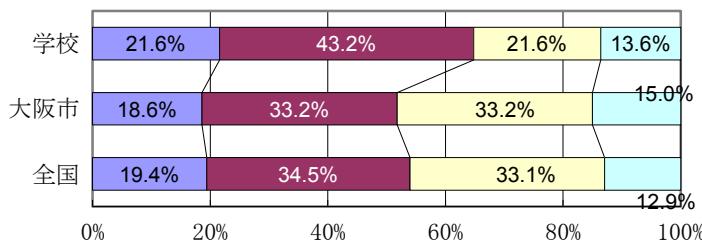
保健体育の授業を通して、運動と健康についての関連性や重要性を今後も徹底していきたい。また、同時に食事や睡眠についても健康に大変重要な事柄だということを認識させ、生徒自身に気付かせていきたい。

ふだんの生活について（女子）

質問番号 質問事項

12

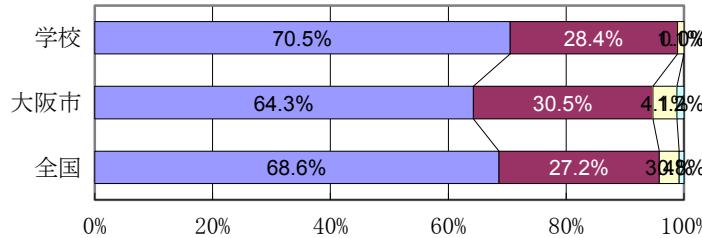
家人の人から運動やスポーツを積極的に行なうことを勧められることがありますか。



- よくある
- ときどきある
- あまりない
- まったくない

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。



- 大切
- やや大切
- あまり大切ではない
- 大切ではない

14

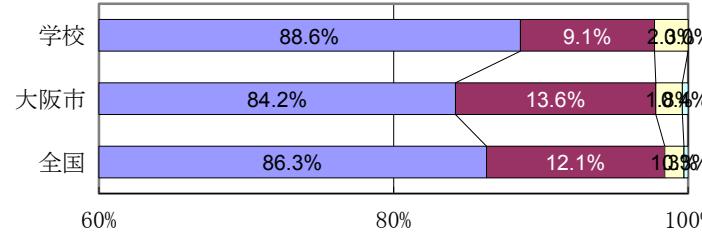
あなたが健康でいるために食事をしっかりと取ることはどのくらい大切だと考えていますか。



- 大切
- やや大切
- あまり大切ではない
- 大切ではない

15

あなたが健康でい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。



- 大切
- やや大切
- あまり大切ではない
- 大切ではない

成果と課題

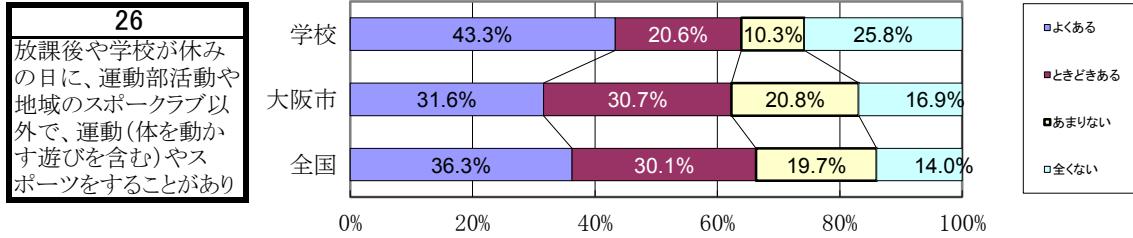
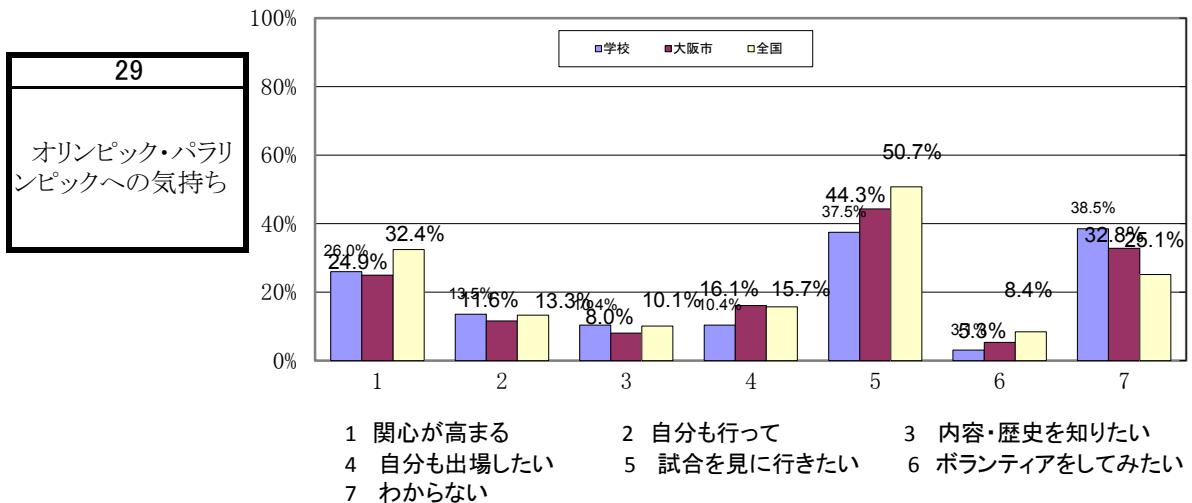
質問事項12については、「よくある」「ときどきある」の数値が全国平均と大阪市平均を上回っている。保護者の方も運動やスポーツに関心を持っていると考えられる。質問事項13・14・15については、「大切」と答えた数値が全国平均と大阪市平均を上回っている。このことから健康でいるために、「運動」「食事」「睡眠」が大切だと理解している生徒が多い。

今後の取組

保健体育の授業を通して、運動と健康についての学習や重要性を今後も取り組んでいきたい。また、食事や睡眠についても健康に重要な事だということを認識させ、身につけさせたい。

その他（男子）

質問番号 質問事項



その他（女子）

質問番号 質問事項

