

# 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 中 島 中 学 校

生徒数

42

## 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	26.74	25.89	39.11	48.84		75.21	8.25	192.42	20.21	38.50
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	22.46	21.67	39.31	46.23		58.85	9.29	162.00	14.42	46.55
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

女子は「反復横とび」「20mシャトルラン」「ボール投げ」の3つの項目で全国平均を上回る数値があるものの、男子はすべての項目で全国平均および大阪市平均を下回る数値となっており、全体として、体力・運動能力はやや劣っている現状である。小規模校であり単純な経年比較はできないが、対象学年である2年生は、体格が小柄で運動能力が十分身についていない生徒が多いこと、部活動に参加せず、毎日の運動習慣がない生徒が多いことも要因として考えられる。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

○男女とも体育の授業では、腹筋・背筋・腕立て伏せなどの補強運動を継続しておこなっている。また、それらにプラスして、種目に応じたトレーニングを工夫しておこなっている。また、運動に対する意識を高めるために、体力向上や技術習得のための効果的な方法について丁寧な説明を継続しておこなっている。  
○体育大会・球技大会などの体育的行事では、運動の苦手な生徒でも意欲的に取組めるように、種目やルールを工夫をおこなった。  
○運動部顧問を中心に、部活動で得られる充実感を伝え、部活動への参加率を高める努力をおこなった。

これらの取組の成果は前述のように十分とは言えない現状であるが、今後も継続して取組を進め、成果に結びつけることをめざす。また、ストレッチなど、柔軟性を高めるトレーニングや器具を使った補強運動も取り入れ、生徒が少しでも意欲的に運動に取組める工夫を、より柔軟な発想でおこなっていく。

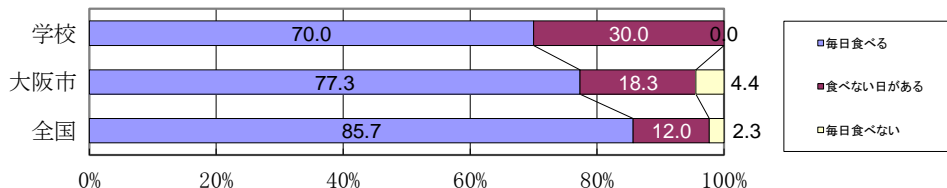
## 中学校男子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

### 結果の概要

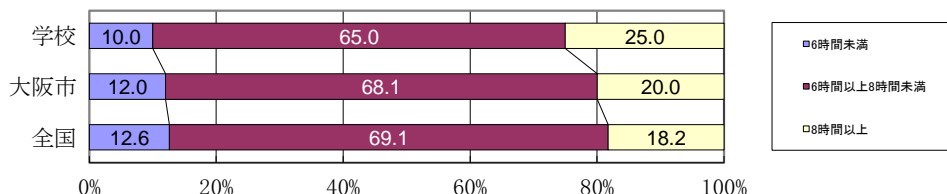
○睡眠時間については、大阪市平均・全国平均よりも睡眠時間6時間未満の生徒の割合が少ない。十分な睡眠時間が確保されている生徒が多いといえる。  
○朝食については、毎日食べる習慣が確立されている生徒の割合が大阪市・全国平均よりもかなり少なく、大きな課題であるといえる。  
○今後どのようなきっかけがあれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみたいかを問う質問への回答は、ほぼすべての項目で大阪市平均・全国平均を上回っている。

質問番号	質問事項
------	------

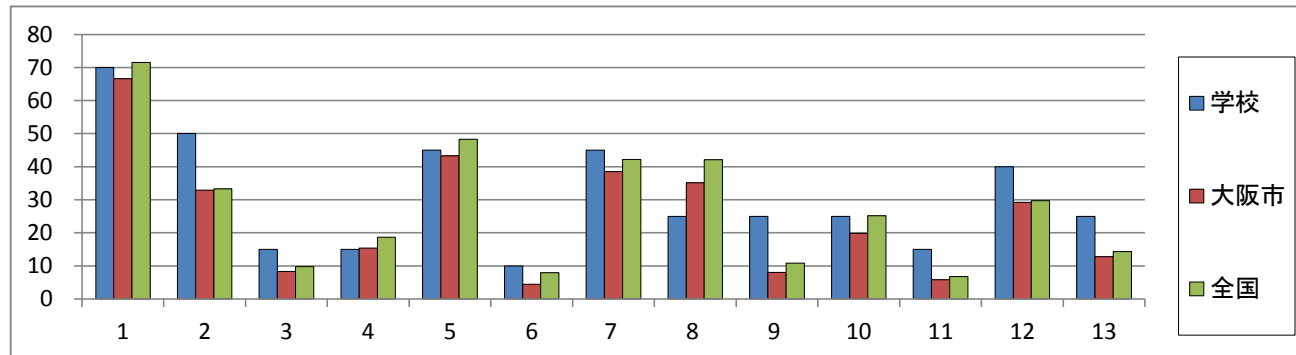
9
朝食は食べますか



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。



### 成果と課題

小学校から継続して食育の取組を進め、保健だより・学級通信等でも、基本的生活習慣を確立することの大切さを継続して伝えている。睡眠・朝食の状況については前述のとおりであるが、どの学年も基本的生活習慣の確立にむけては課題が多い。

### 今後の取組

○基本的生活習慣の確立にむけては、家庭との連携が不可欠であり、今後もさまざまな機会に粘り強く協力を呼びかけていく。  
○運動やスポーツに対する基本的な意欲は高いことが推察される現状であり、継続して個々の能力に応じた丁寧な指導、体育の授業・体育的行事の工夫・充実をはかっていく。

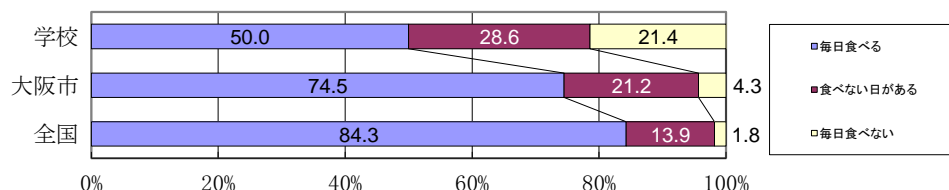
## 中学校女子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

### 結果の概要

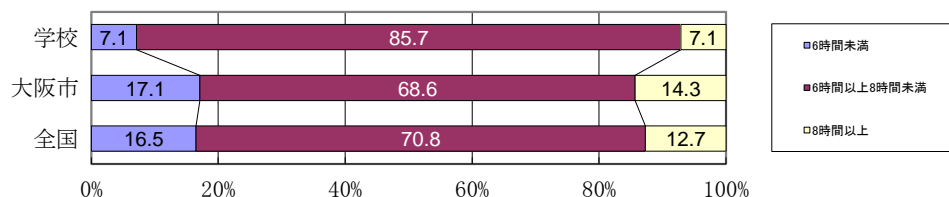
○大阪市平均・全国平均よりも睡眠時間6時間未満の生徒の割合が少ない状況は、女子のほうがより顕著であり、男子と同様に十分な睡眠時間が確保されている生徒が多いといえる。  
○朝食を毎日食べる習慣が確立されている生徒の割合が大阪市平均・全国平均よりも少ない状況も、女子のほうがより顕著であり、おおいに懸念される。  
○今後どのようなきっかけがあれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみたいかを問う質問への回答がほぼすべての項目で大阪市平均・全国平均を上回っている状況も男子と同様である。

質問番号	質問事項
------	------

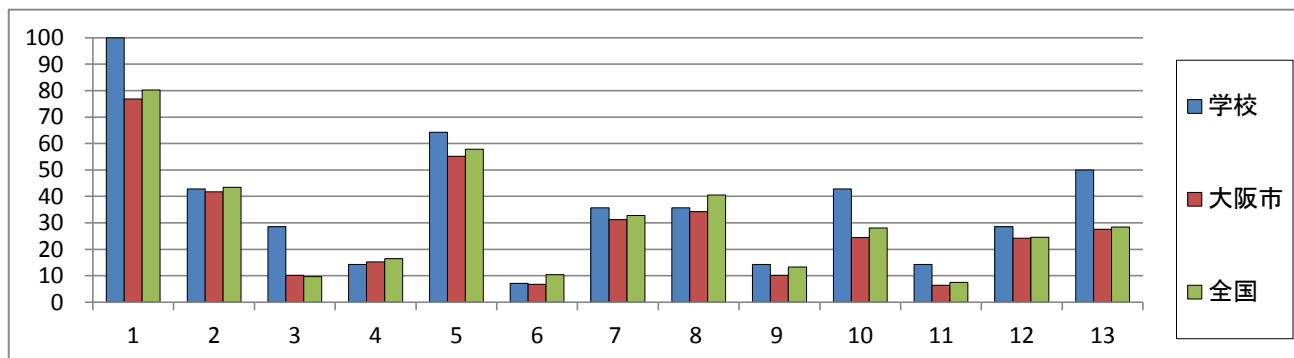
9
朝食は食べますか



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。



### 成果と課題

男子同様に、小学校から継続して食育の取組を進め、保健だより・学級通信等でも、基本的生活習慣を確立することの大切さを継続して伝えている。睡眠・朝食の状況については前述のとおりであるが、どの学年も基本的生活習慣の確立にむけては課題が多い。

### 今後の取組

○男子同様に、基本的生活習慣の確立にむけては、家庭との連携が不可欠であり、今後もさまざまな機会に粘り強く協力を呼びかけていく。  
○男子同様に、運動やスポーツに対する基本的な意欲は高いことが推察される現状であり、継続して個々の能力に応じた丁寧な指導、体育の授業・体育的行事の工夫・充実をはかっていく。

## 中学校男子 運動・スポーツに対する意識

### 結果の概要

○運動やスポーツが「得意」「好き」と回答した生徒の割合は、大阪市平均・全国平均を大きく上回っている状況である。

○小学校5・6年生のころ運動やスポーツが「得意」「好き」だったと回答した生徒の割合も、大阪市平均・全国平均を大きく上回っている。

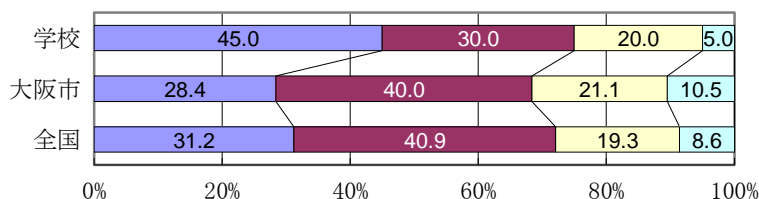
○体育の授業が大切と思う生徒の割合は、やや思うまで含めると、全国平均とほぼ同等の数値となっており、約80%の生徒がそのように思っている状況である。

質問  
番号

質問事項

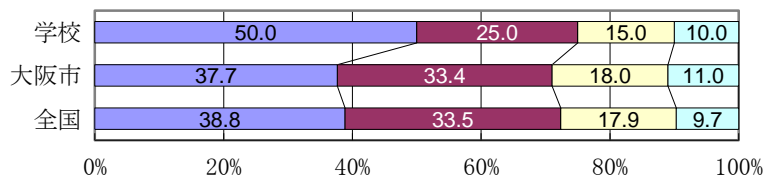
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



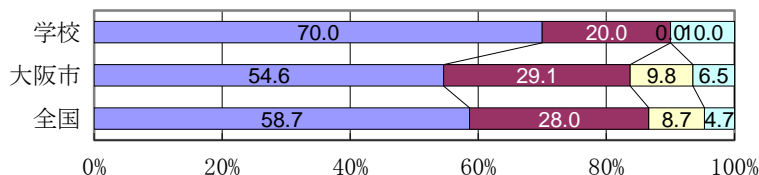
26

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



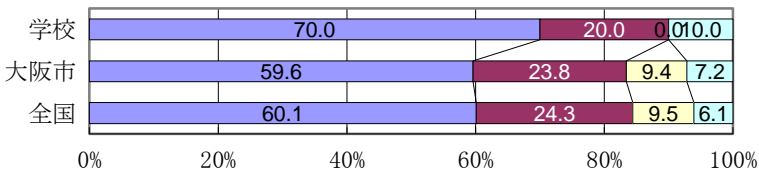
14

運動やスポーツをすることは好きですか



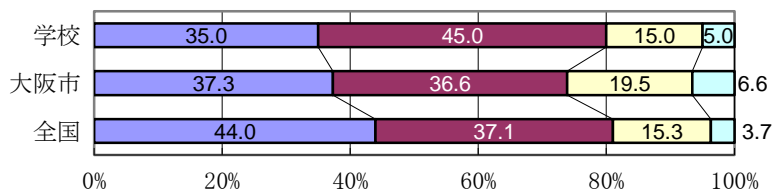
27

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



20

保健体育の授業は自分にとって大切なものである。



### 成果と課題

○小中連携を深め、専門性が高まる小学校から中学校への移行がうまくいったと思う。

○保健体育の授業に対しても前向きに取り組む意識を醸成することができた。

○こうした前向きな意識を、体力・運動能力の向上に結びつけていく必要がある。

### 今後の取組

○努力や成果を積極的に評価する姿勢をもち、運動をしたい、体力・運動能力を高めたいという意識を今以上に醸成していく。

○個々の能力に応じた丁寧な指導と、体育の授業・体育的行事の工夫・充実をよりいっそう進めていく。

## 中学校女子 運動・スポーツに対する意識

### 結果の概要

○運動やスポーツをすることが「得意」と回答した生徒の割合がたいへん低い数値となっており、小学校5・6年の段階からほぼ半減している現状である。

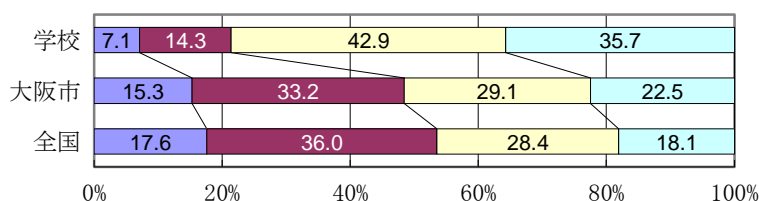
○運動やスポーツをすることが「好き」と回答した生徒の割合は、大阪市平均・全国平均を下回っているものの、やや好きまで含めると約60%の生徒がそのように思っている現状である。

○体育の授業が大切と思う生徒の割合は、大阪市平均をやや上回り、低い数値とはいえないが、まったく大切と思わないと回答した生徒の割合が高く、今後の課題といえる。

質問  
番号 質問事項

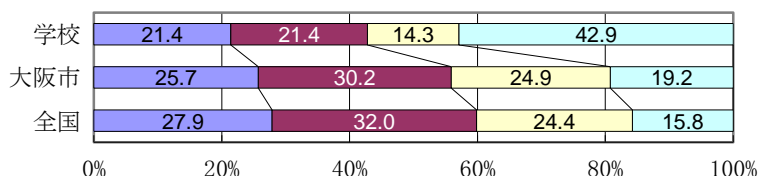
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



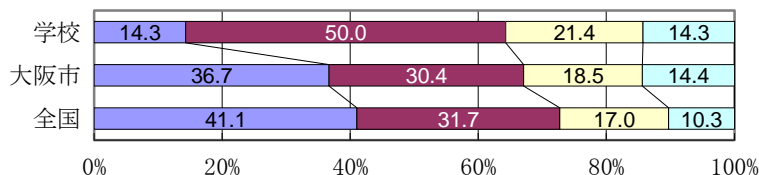
26

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



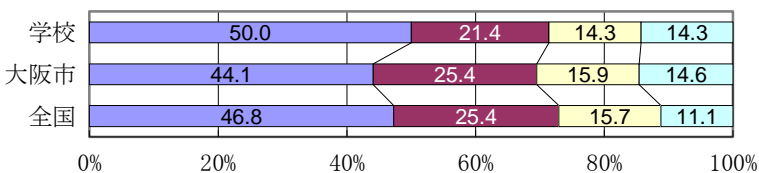
14

運動やスポーツをすることは好きですか



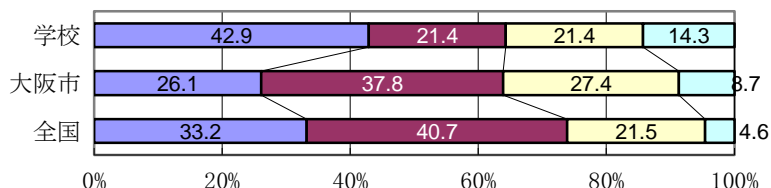
27

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



20

保健体育の授業は自分にとって大切なものである。



### 成果と課題

体育の授業は大切だと思っているが、中学に入って運動の技術の習得や負荷の高まりで、苦手意識をもってしまう生徒が増えてしまっている。発達や能力に応じた段階的な指導と、達成感を感じられる授業展開を今以上に進めていく必要がある。

### 今後の取組

体育の授業・体育的行事をはじめ、すべての運動する機会でも成功体験を多くさせ、苦手意識を少しでも軽減させることが大きな課題である。苦手意識の軽減から運動習慣の改善、体力・運動能力の向上へと少しずつつなげていく。