

# 令和元年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 における大池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31年4月から令和元年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。

## 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、特別支援学校中学校第2学年の原則として全生徒
- ・ 大池中学校では、2年生 78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。

# 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

大池	中学校	生徒数	78
----	-----	-----	----

## 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	25.17	25.83	38.98	48.98		84.05	7.97	191.36	20.25	40.65
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	24.08	22.51	42.00	46.54		62.50	8.61	171.47	13.17	50.67
大阪市	24.12	24.15	45.67	47.38	307.41	58.40	8.92	169.36	12.99	50.13
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

男子の結果は、20mシャトルラン・50m走の2種目において、全国平均・大阪市平均を上回った。ハンドボール投げは、大阪市平均は上回ったものの全国平均には届かなかった。握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とびの種目においては、全国平均・大阪市平均を下回り、その結果体力合計点が全国平均より約1ポイント下回った。

女子の結果は、20mシャトルラン・50m走・立ち幅とび・ハンドボール投げの4種目で、全国平均・大阪市平均を上回り、握力においては、全国平均を上回ったが大阪市平均には届かなかった。また、上体起こし・長座体前屈・反復横とびは全国平均・大阪市平均を下回ったが、体力合計点では4年連続全国平均・大阪市平均を上回った。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

毎時間の体育授業の始めに、補強運動を取り入れ体力を高める活動を実施した。また、校内スポーツ大会や駅伝大会などの行事を通じて協力し、楽しみながら体力を高めるよう工夫して体育的行事にも取り組んだ結果、20mシャトルランや50m走など、走力や全身持久力の項目では全国平均・大阪市平均上回る成果を得ることができた。

しかしながら、反復横とびや立ち幅とびなどの瞬発力や、長座体前屈など柔軟性を要する項目においては、数値が全国平均・大阪市平均より下回っていることから、毎時間の補強運動にストレッチや柔軟体操等の運動を取り入れ柔軟性を高めることが今後は必要であると考えられる。

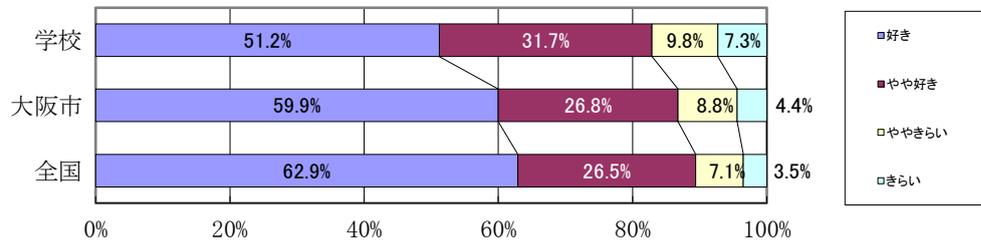
また、経年変化を見ても全般的に体力の低下傾向が見られることから、特に男子においては、運動部や地域スポーツクラブ離れによる運動する機会の減少が要因として考えられる。運動・スポーツの楽しさや爽快感、達成感などが授業で経験できるよう授業内容を工夫し、運動・スポーツに親しむ習慣をつけていきたい。

# 運動やスポーツについて（男子）

質問番号	質問事項
------	------

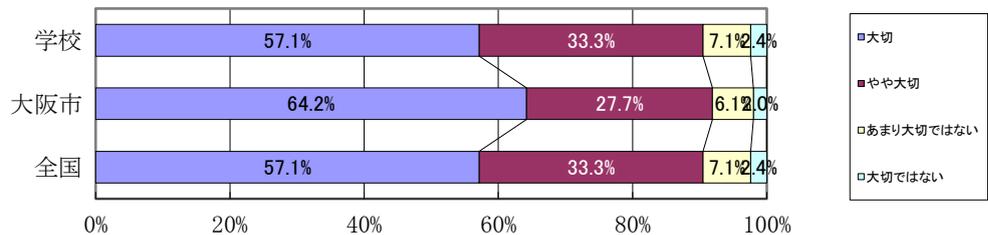
1

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。



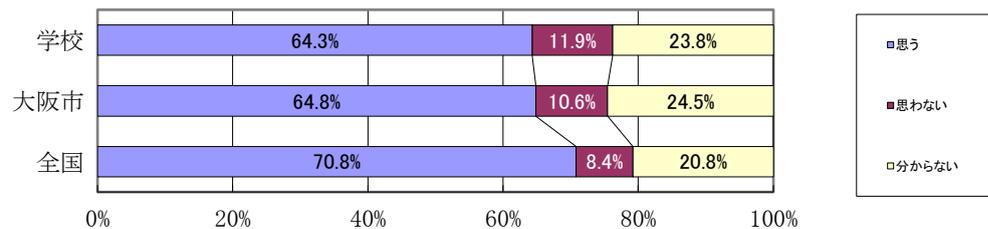
3

あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切なものですか。



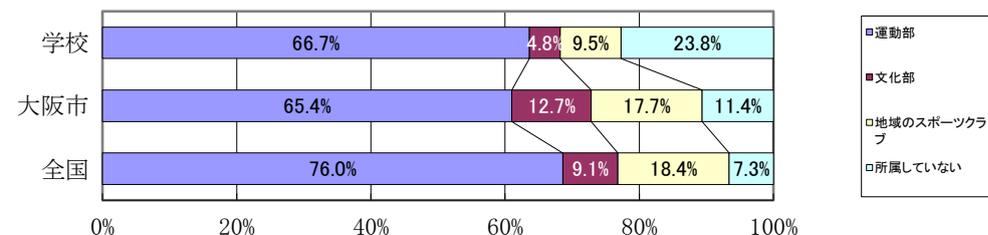
4

中学校を卒業した後、自主的に運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



5

学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



## 成果と課題

項目3「運動やスポーツは大切ですか」や項目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を思いますか」の項目では全国平均・大阪市平均との間に大きな差はなかった。

項目1「運動やスポーツをすることは好きですか」においては肯定的な回答が全国平均より7.5ポイント低く、項目5「学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか」における全国平均・大阪市平均との差に関連し、部活動にも地域のスポーツクラブにも所属していないポイントが高くなっている。

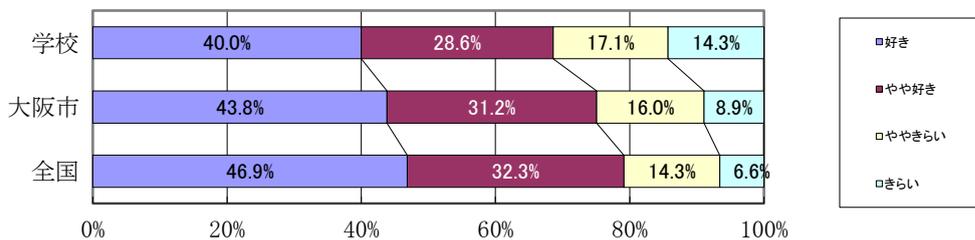
## 今後の取組

運動・スポーツは、自分自身が健康な生活を送るためにも大切であり中学校を卒業後も自主的に運動・スポーツをする機会を持ちたいとは考えているが、運動・スポーツに対してあまり好意的ではない。健康な生活を保持増進させるためにも、運動・スポーツを行うことを通じて得られる充実感や達成感、爽快感等を経験させるとともに、基本的な技能の習得と体力を養えるよう、授業内容を工夫改善していく。

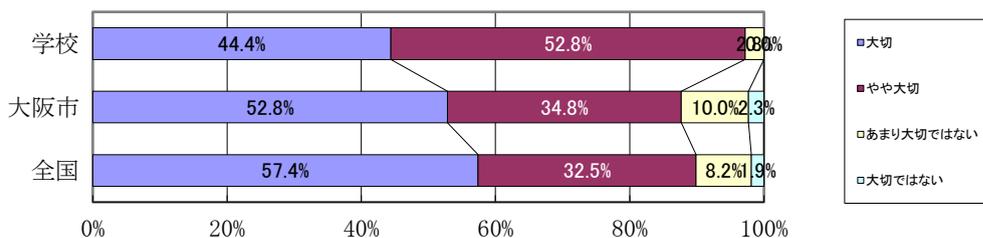
# 運動やスポーツについて（女子）

質問番号	質問事項
------	------

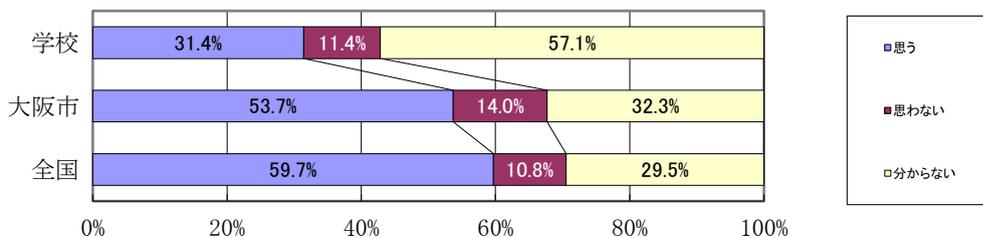
1  
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



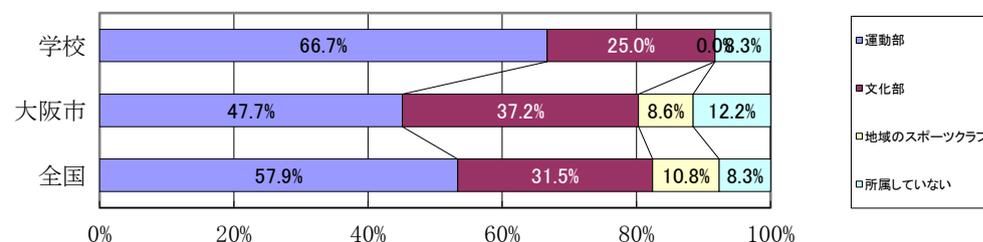
3  
あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切なものですか。



4  
中学校を卒業した後、自主的に運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



5  
学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



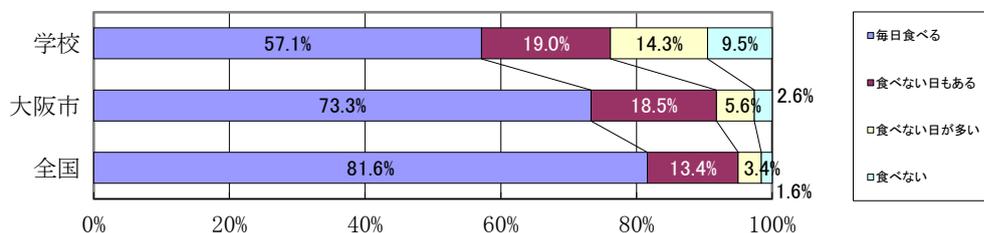
**成果と課題**  
 学校の運動部に参加している割合が高く、全国平均・大阪市平均より大きく上回っている。また、運動・スポーツは大切なものと97%以上が考えている。  
 しかし、運動・スポーツを好きだと回答した割合が全国平均・大阪市平均より低く、また、卒業後も自主的に運動・スポーツに取り組もうと考えている割合も低いことから、体を動かす習慣をつけさせなければならぬ。

**今後の取組**  
 学校の運動部に参加している割合が高いので、部活動において今後とも運動・スポーツで得られる充実感や達成感、爽快感等を経験させられるように指導工夫を行っていく。  
 また、授業時にも運動・スポーツを行うことで得られる楽しさや達成感を経験させるとともに、体力に自信をつけさせられるよう、授業内容を工夫改善していく。

# ふだんの生活について（男子）

質問番号	質問事項
------	------

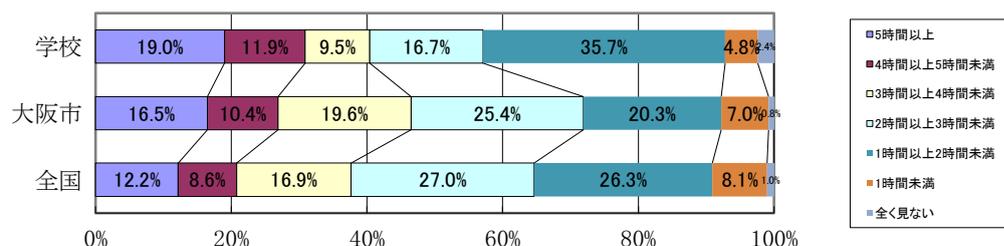
7  
朝食は毎日食べますか(学校が休みの日も含める)



8  
毎日どのくらい寝ていますか。



9  
平日（月～金曜日）について聞きます。1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



10  
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。



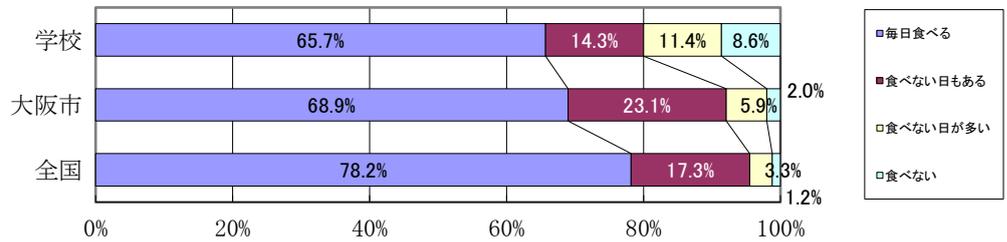
**成果と課題**  
朝食を毎日食べている割合が60%以下であり、食べない、食べない日が多い割合が20%以上となっている。8時間以上睡眠時間をとっている割合は全国平均・大阪市平均より上回っている。休日に運動部や地域のスポーツクラブでの活動以外の時間に運動・スポーツに親しんでいる割合は全国平均・大阪市平均とほぼ変わらないのが、平日にスマートフォンなどを視聴している時間は全国平均・大阪市平均より長く、平日の生活時間の改善を啓発していかなければならない。

**今後の取組**  
しっかりと睡眠時間を確保できている反面、スマートフォンなどを視聴する時間が長く、平日の運動時間の確保ができていない状況にある。また、朝食を食べていない状態では運動・スポーツで積極的に体を動かすことが難しいと考えられるため、学習面にも関連する食育を保健体育科の授業のみならず、様々な場面でを行い、家庭にも啓発を行っていく。

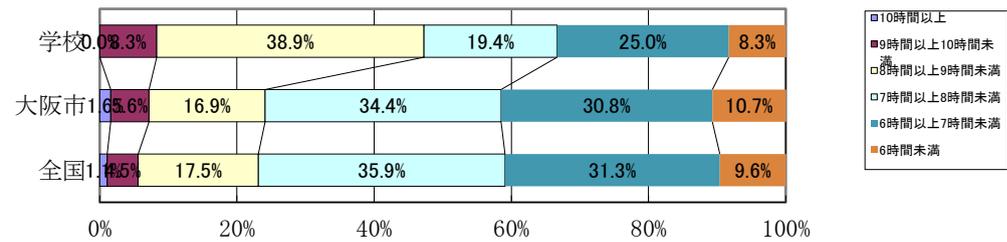
# ふだんの生活について（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

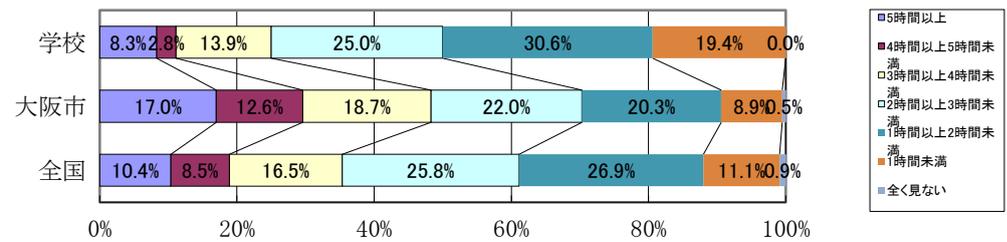
7  
朝食は毎日食べますか（学校が休みの日も含める）



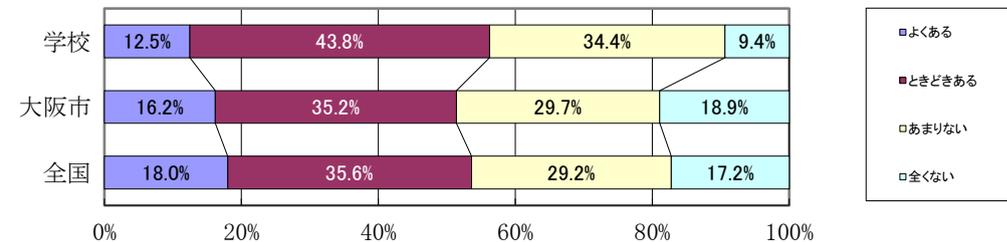
8  
毎日どのくらい寝ていますか。



9  
平日（月～金曜日）について聞きます。1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



10  
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。



**成果と課題**  
8時間以上の睡眠時間を確保できている反面、朝食を食べない割合が20%と多い。平日にスマートフォンなどを視聴する時間も全国平均・大阪市平均と比較しても短くなっている。

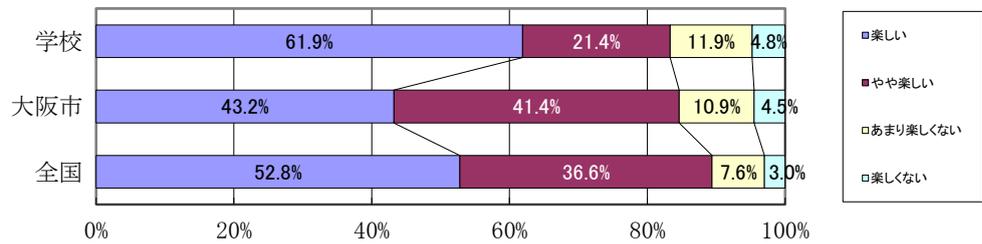
**今後の取組**  
休日の活動の中でも、運動・スポーツに関わる時間を持っている割合が高く、健康的な生活が送られているが、朝食をとらない割合も多い。食生活の改善し朝食を必ず食べるように呼び掛けるとともに、家庭にも働きかけ、より健康的な生活習慣を確立させ、運動・スポーツに取り組ませていきたい。

# 保健体育の授業について（男子）

質問番号 質問事項

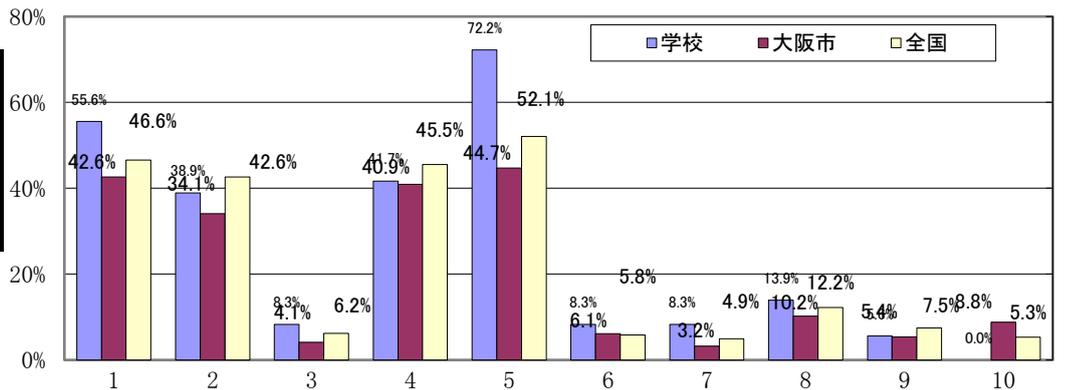
11

保健体育の授業は楽しいですか



17

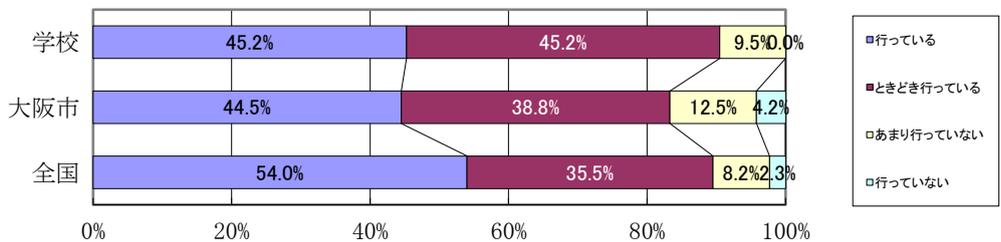
これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか



- 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

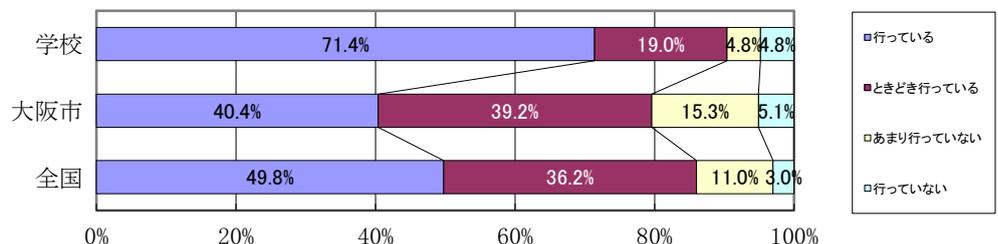
15

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。



16

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。



## 成果と課題

保健体育の授業を楽しく受けている割合は全国平均・大阪市平均よりも高く、授業の中で先生や友人に教えてもらったりしたこと、できなかった課題ができるようになっている。また、友達を話し合う活動や助け合う活動が多く、集団作りを通じて運動・スポーツに積極的に参加できるような雰囲気作りが行えている。

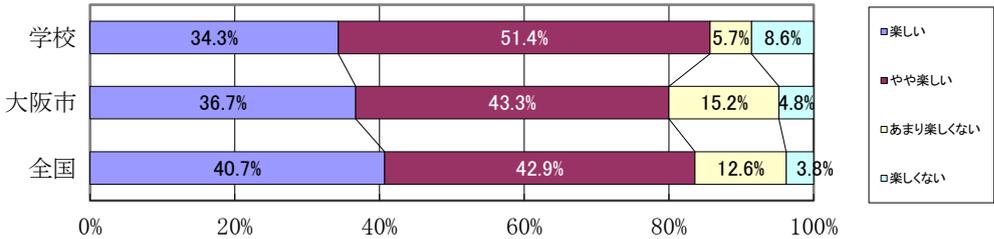
## 今後の取組

運動の強度を上げ、特に瞬発力や柔軟性等の体力の向上が図れるよう、授業内容の改善をしなければならない。

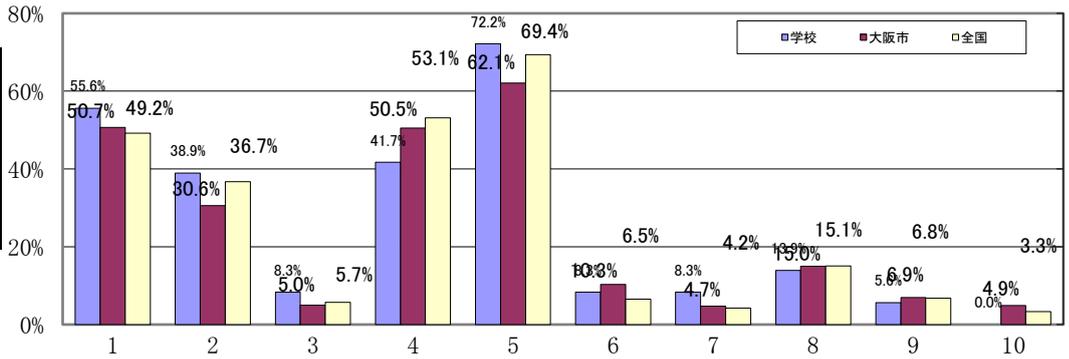
# 保健体育の授業について (女子)

質問番号	質問事項
------	------

11  
保健体育の授業は楽しいですか

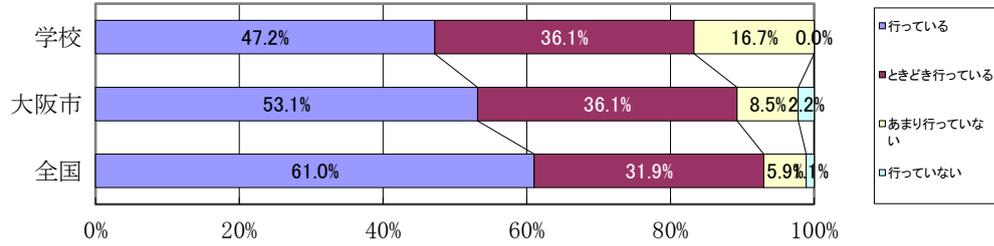


17  
これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか

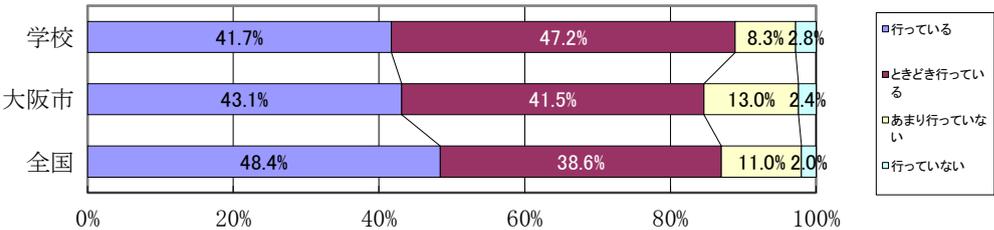


- 1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 2 授業中自分で工夫した
- 3 自分に合った場やルールが用意された
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 5 友達に教えてもらった
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 7 授業外で先生に教えてもらった
- 8 授業外で自分で練習した
- 9 授業外で自分で本やビデオを見た
- 10 できるようになったことがない

15  
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。



16  
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。



**成果と課題**  
保健体育の授業は楽しいと回答した割合は全国平均・大阪市平均よりも高く、授業内で友達同士やチームの中で話し合う活動を行い、できなかったことができるようになった成果であると考えられる。

**今後の取組**  
今後も運動・スポーツの楽しさを実感させられるような雰囲気づくりを行いながらも、特に瞬発力や柔軟性を高められるような運動を取り入れ、体力の向上を図れる授業内容を行っていく。

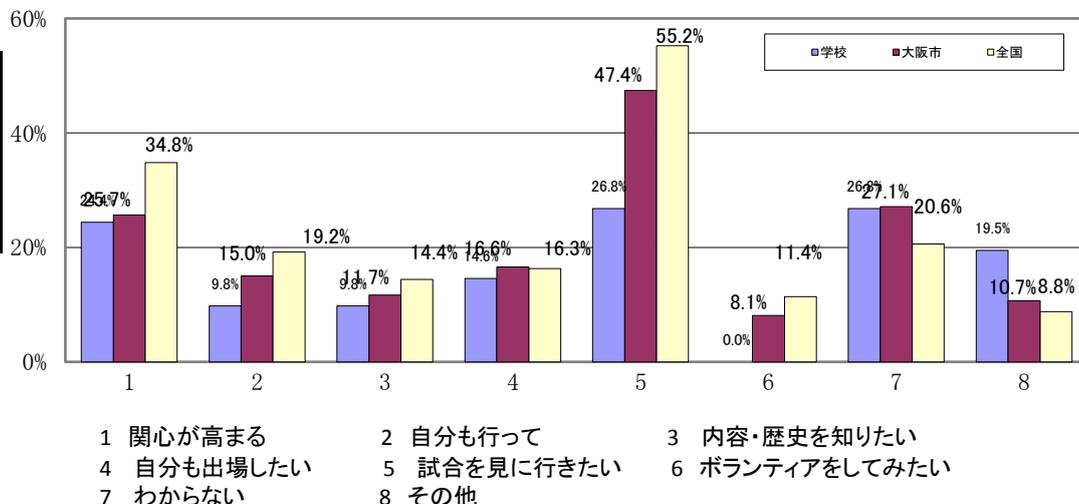
## その他（男子）

質問  
番号

質問事項

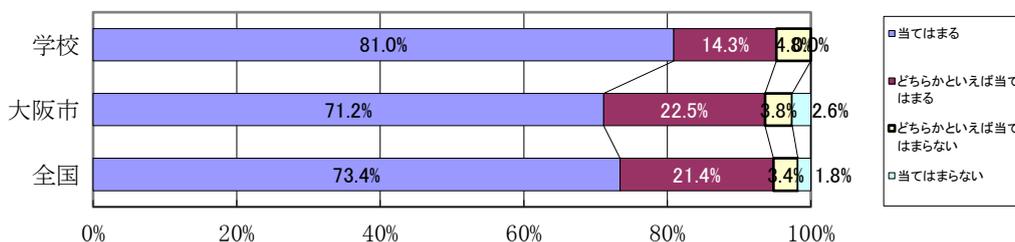
23

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



24

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・パラリンピックへの関心は、まだそれほど高まっていないが開催日が近づき開催されると関心が高くなっていくと予想される。

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経験は全国平均・大阪市平均よりも高く、20mシャトルランなどの持久力の結果にも関連しており、今後も継続して取り組んでいきたい。

### 今後の取組

保健体育の授業のみならずあらゆる場面において、オリンピック・パラリンピックの啓発を行い、関心を高めていかなければならない。

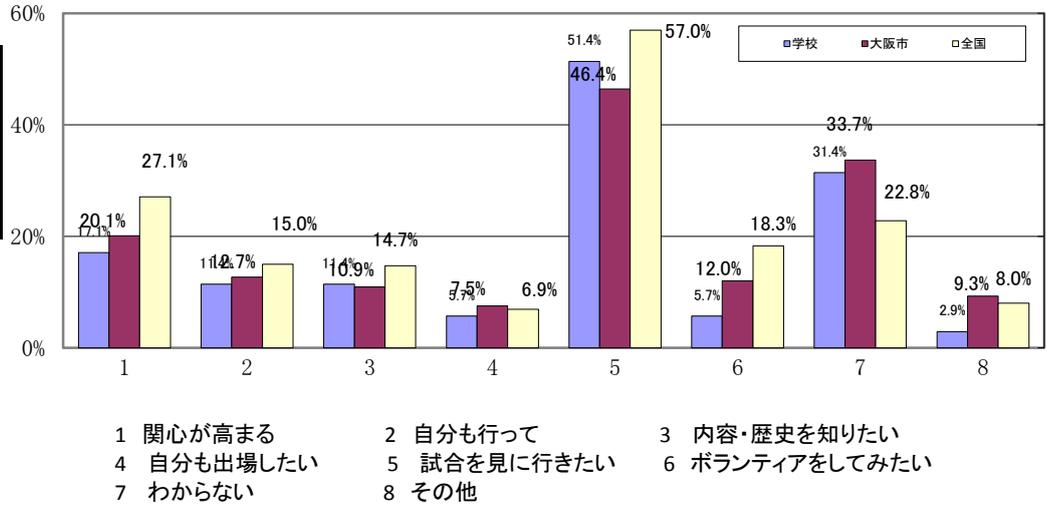
また、20mシャトルランなどの持久力は全国平均・大阪市平均よりも上回っているものの、その差は縮んでおり低下傾向にあるため、今後も持久走などを行い、自己肯定力を高めていきたい。

## その他（女子）

質問番号 質問事項

23

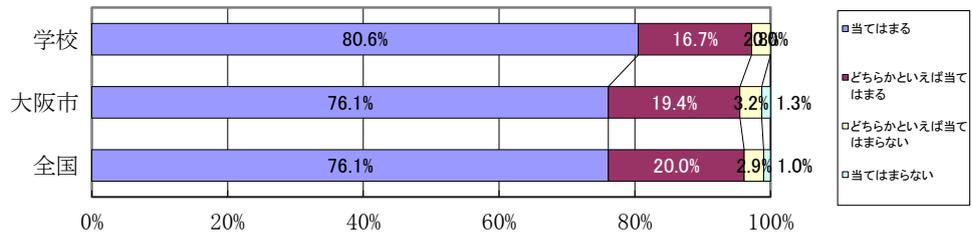
オリンピック・パラリンピックへの気持ち



- 1 関心が高まる
- 2 自分も行つて
- 3 内容・歴史を知りたい
- 4 自分も出場したい
- 5 試合を見に行きたい
- 6 ボランティアをしてみたい
- 7 わからない
- 8 その他

24

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。パラリンピックへの関心は、まだまだ高いとは言えないが、開催日が近づき開催されると関心が高くなっていくと予想される。

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経験は全国平均・大阪市平均よりも高く、20mシャトルランなどの持久力の結果にも関連しており、今後も継続して取り組んでいきたい。

### 今後の取組

保健体育の授業のみならずあらゆる場面において、オリンピック・パラリンピックの啓発を行い、関心を高めていかなければならない。

また、20mシャトルランなどの持久力は全国平均・大阪市平均よりも上回っているものの、全体的な体力は低下傾向にあるため、授業の運動強度を徐々に高めていくなど、体力を向上させられる取組みを行っていく。