

# 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

大阪市立今市 中学校

生徒数

126名

## 平均値

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	20m シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ハンドボール 投げ	体力合計点
男子	27.98	31.10	41.02	53.25		90.39	8.13	193.13	17.86	41.14
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	23.78	24.69	44.49	48.67		56.65	8.83	180.17	12.68	50.92
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

体力テストにおいて、男子は上体おこし、反復横跳び、20mシャトルランの項目が全国平均を上回った。特に、20mシャトルランについては、平均90回を越えており、かなり高い結果を残すことができた。また、上体おこしについても平均30回を越えており、高い数値となった。

女子においても、上体おこし、反復横跳び、立ち幅跳びの項目が全国平均を上回ることができた。特に立ち幅跳びの数値は平均180cmを越えており、高い数値となった。また、女子においては体力合計点が、全国平均を上回った。

しかし、男子については握力、長座体前屈、ハンドボール投げ、女子は長座体前屈、20mシャトルラン、ハンドボール投げの項目が全国平均、大阪市平均を大きく下回っていた。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

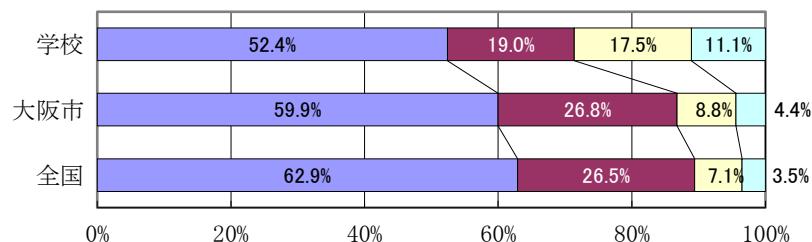
これまでの取り組みの中で、ウォーミングアップ時の工夫や、体育における運動量の確保などで、大きな成果を得ることができた。特に、男子の20mシャトルラン、上体起こし、女子の立ち幅跳び、反復横跳びは全国平均を上回り非常に高い数値となった。文化部に所属している生徒が多い学年であるが、積極的に体育の授業も取り組んでいる。グループ学習などを通して、友達や先生に教えてもらうだけでなく、自分から進んで取り組む姿勢を養うことができた。しかし、昨年度も課題にしていた長座体前屈の数値向上について、大きな変化がなかったことから、柔軟運動について取り組み方を変化させる必要がある。また、スマホやゲームなどの電子機器の使用時間が多く、運動する機会が減っていると感じる。運動の機会を増やすきっかけづくりや、長時間の使用による弊害などを伝えていくことが課題である。

## 運動やスポーツについて（男子）

質問番号	質問事項
------	------

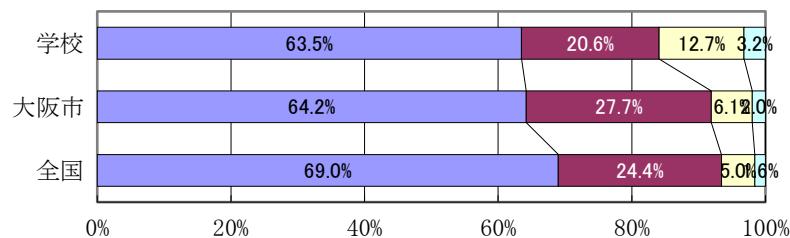
1

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。



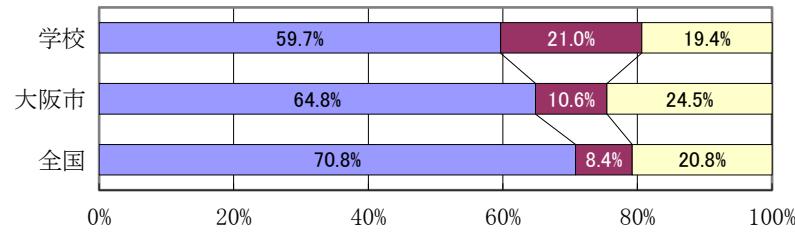
3

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。



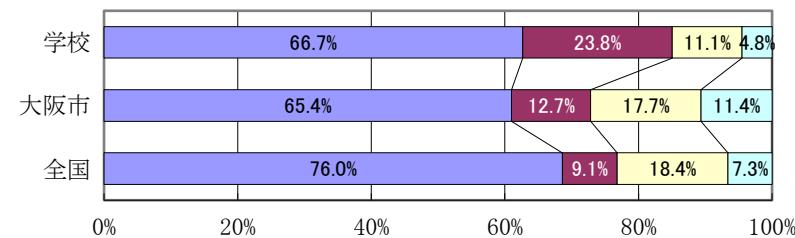
4

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。



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

部活動の加入率は全国平均よりも高かった。しかし、運動やスポーツが好きな生徒は全国平均などに比べて低く、文化部に所属している生徒の割合が多い。その中で、スポーツが苦手な生徒や運動は大切ではない感じる生徒の割合が多い。

### 今後の取組

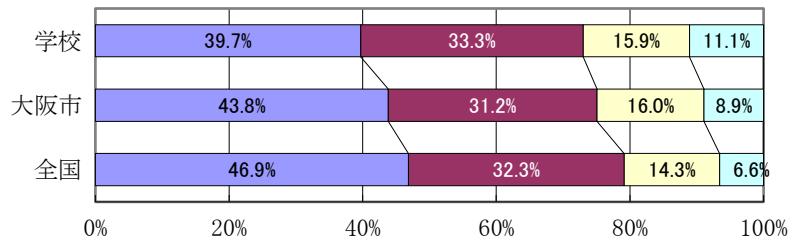
運動を楽しんで行うことができたり、大切に思う気持ちを育てていくとともに、運動やスポーツの重要性を考えさせ運動を生涯スポーツとして捉えさせる授業展開をしていきたい。

## 運動やスポーツについて（女子）

質問番号	質問事項
------	------

1

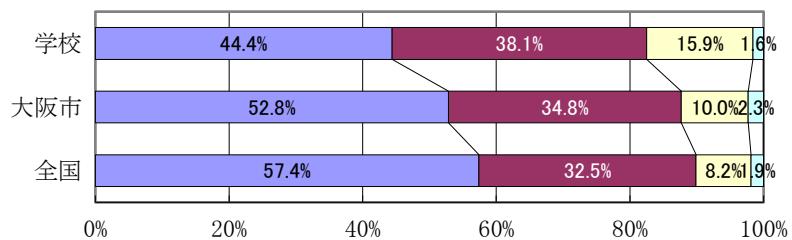
運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすること好きですか。



- 好き
- やや好き
- やややきらい
- やきらい

3

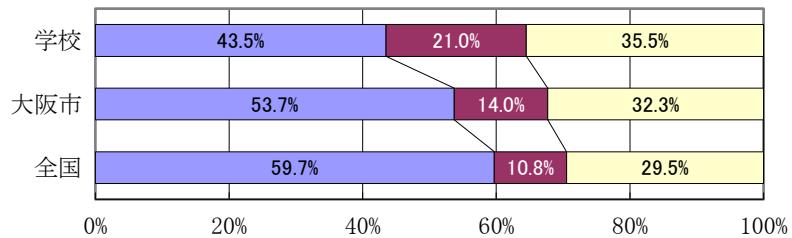
あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切ですか。



- 大切
- やや大切
- あまり大切ではない
- 大切ではない

4

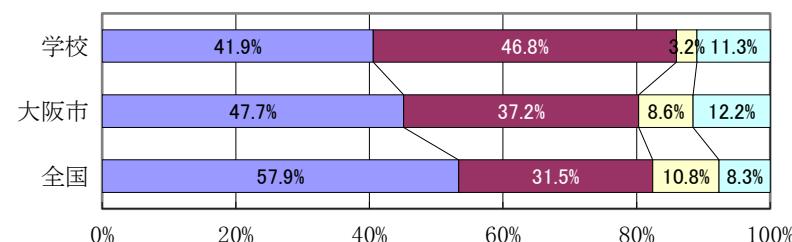
中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



- 思う
- 思わない
- 分からない

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。



- 運動部
- 文化部
- 地域のスポーツクラブ
- 所属していない

### 成果と課題

部活動の加入率は男子同様全国平均よりも高かった。その中で、文化部に所属している生徒の割合が多い。男子と同様運動やスポーツが好きな生徒は全国平均などに比べて低く、スポーツが得意な生徒や運動を大切と感じている生徒の割合が少ない。そのため、卒業後も自主的に運動する時間が必要と感じる生徒が少ない。

### 今後の取組

運動を楽しんで行うことができたり、大切に思う気持ちを育てていくとともに、運動やスポーツの重要性を考えさせ運動を生涯スポーツとして捉えさせる授業展開をしていきたい。

## ふだんの生活について（男子）

質問番号	質問事項
------	------

7

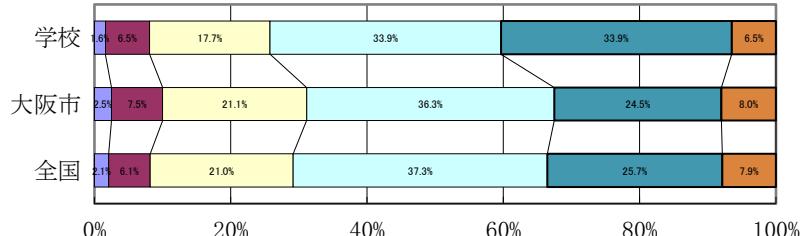
朝食は毎日食べますか  
(学校が休みの日も含める)



- 毎日食べる
- 食べない日もある
- 食べない日が多い
- 食べない

8

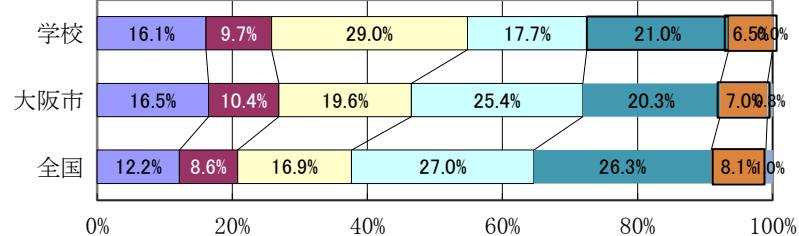
毎日どのくらい寝ていますか。



- 10時間以上
- 8時間以上10時間未満
- 8時間未満
- 9時間以上9時間未満
- 8時間未満
- 7時間以上8時間未満
- 6時間以上7時間未満
- 6時間未満

9

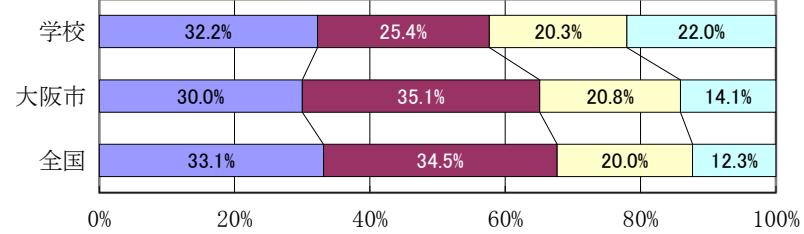
平日(月～金曜日)について聞きます。1日にどれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



- 5時間以上
- 4時間以上5時間未満
- 3時間以上4時間未満
- 3時間未満
- 2時間以上3時間未満
- 2時間未満
- 1時間以上2時間未満
- 全く見ない

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やスポーツをすることがありますか。



- よくある
- ときどきある
- あまりない
- 全くない

### 成果と課題

男子については、毎日の朝食の喫食率は大阪市平均よりも上回り、全国平均並みである。  
1日のテレビ機器やゲーム、スマートフォンなどの電子機器の使用時間は、全国平均と比べてとても高い。  
そのため、睡眠時間が減っていたり、休日に運動やスポーツする機会が減っていると考えられる。

### 今後の取組

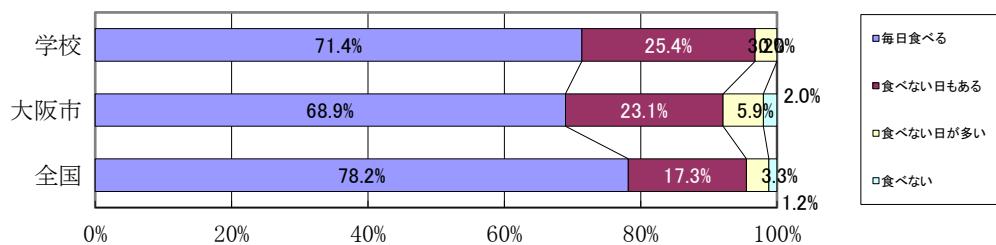
毎日の朝食の喫食率さらに上げるための声かけや、啓発活動を行っていく。  
また、睡眠時間を確保することの重要性や、電子機器の使用時間が、多すぎることでの弊害を伝えるとともに、規則正しい生活を心がけるよう指導していく。

## 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)



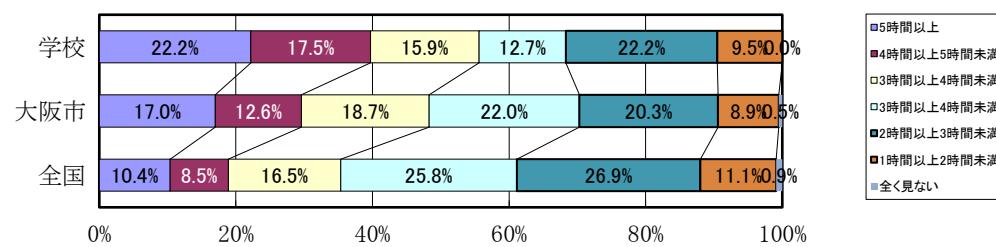
8

毎日どのくらい寝ていますか。



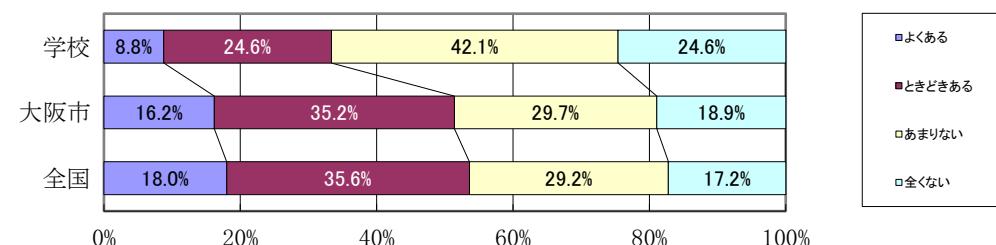
9

平日(月～金曜日)について聞きます。1日にどれくらいの時間、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やスポーツをすることがありますか。



### 成果と課題

毎日の朝食の喫食率は大阪市平均を上回っている。睡眠時間は、全体的に少ない傾向にあり、6時間未満の生徒が多い。スマホや電子機器の使用時間は、5時間以上使用している子どもは全国平均の2倍以上に達しており、全体の半分以上の生徒が3時間以上使用している。長時間使用することで、学習時間の確保や運動時間の確保が難しいと考えられる。

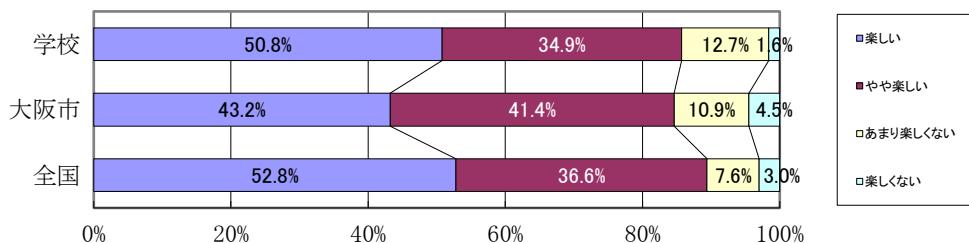
### 今後の取組

毎日の朝食の喫食率をさらに上げるための声かけや、啓発活動を行っていく。また、睡眠時間を確保することの重要性や、休日に運動する習慣をつけるとともに、電子機器の使用時間についても課題として捉え、長時間使用することの弊害を伝えたり、規則正しい生活を心がけるよう指導していく。

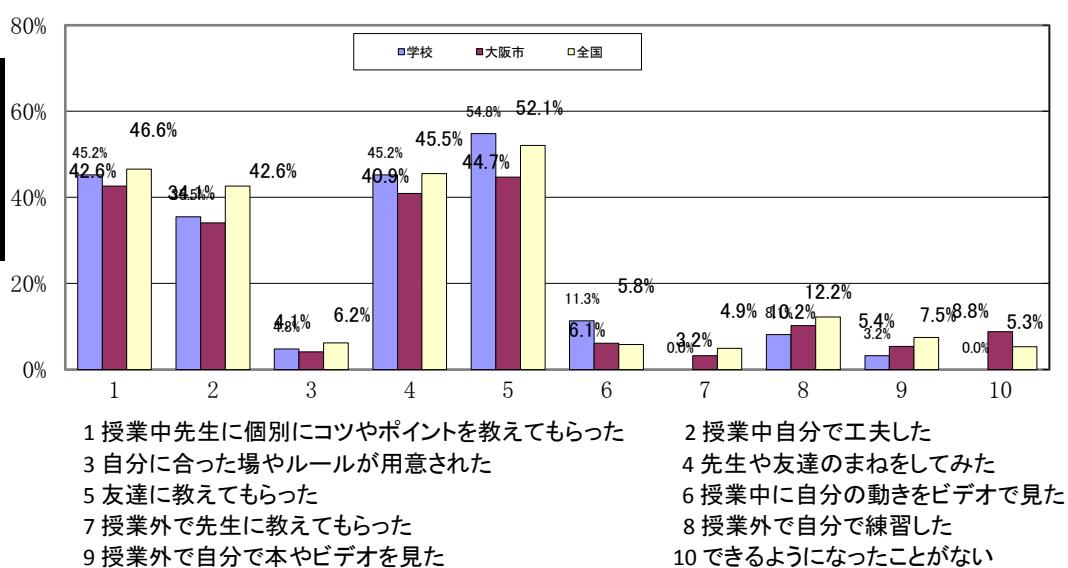
## 保健体育の授業について（男子）

質問番号	質問事項
------	------

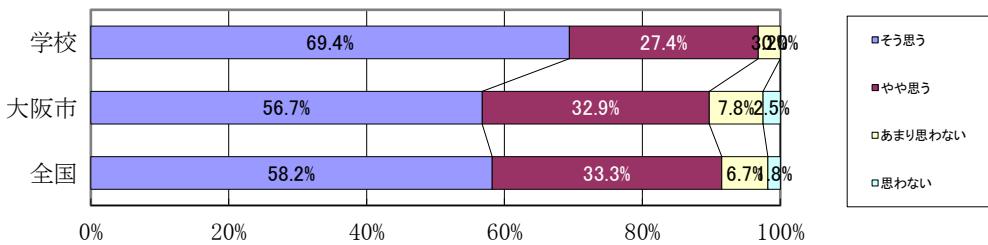
11	保健体育の授業は楽しいですか
----	----------------



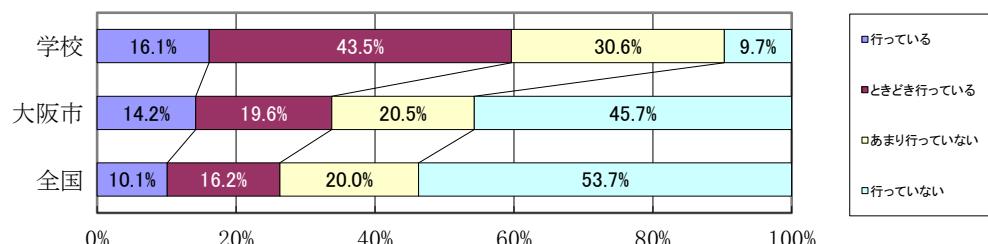
17	これまでの体育の授業で「できなかつたことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか
----	---



12	保健体育の授業では、十分に体を動かしていると思いますか。
----	------------------------------



18	保健体育の授業で、ビデオ・デジタルカメラ、タブレット端末などを用いて、自分や友達の動きを撮影して活用する活動を行っていますか。
----	---



### 成果と課題

体育の授業での運動量は全国平均や大阪市平均と比べても高く、十分な運動量が確保されている。グループ学習が多く、友達に教えてもらうことや真似をすることできなかつたことができるようになった生徒が多くいた。また、タブレットを使って動画を撮影しながら、自分の動きや友達の動きを見る機会が増えたことによって、できることが増えた生徒も多くいた。

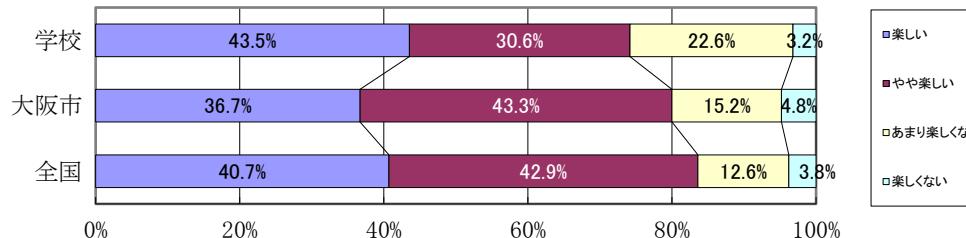
### 今後の取組

運動を生涯スポーツとして捉え、将来必要であると感じながら授業を受けることができるかという点を考えさせる授業をしていく。また、引き続きICT機器を活用しながら、運動量を減らすことなく授業展開できるようにしていきたい。

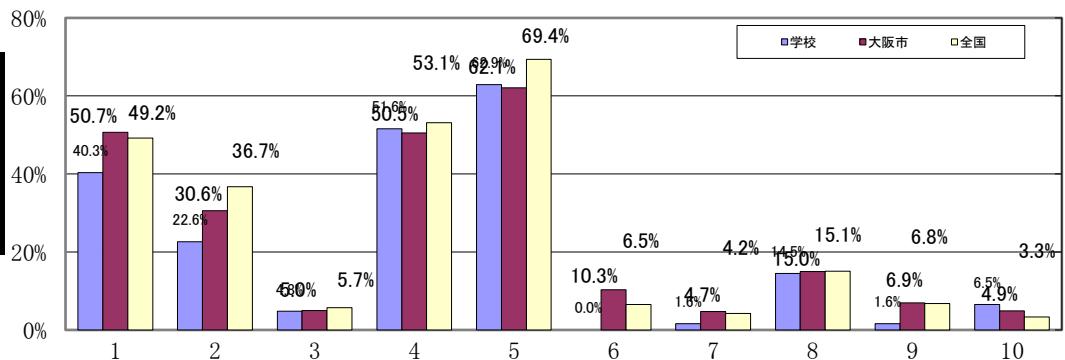
## 保健体育の授業について（女子）

質問番号	質問事項
------	------

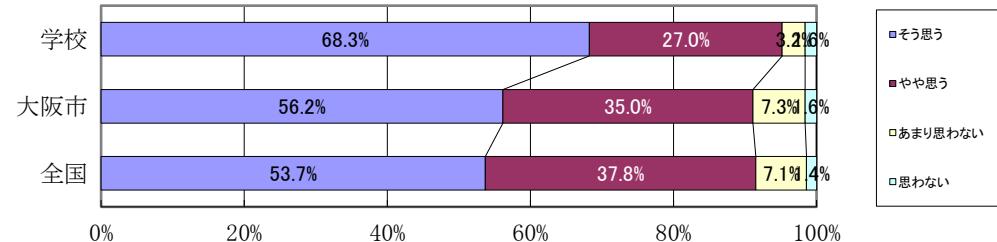
11 保健体育の授業は楽しいですか



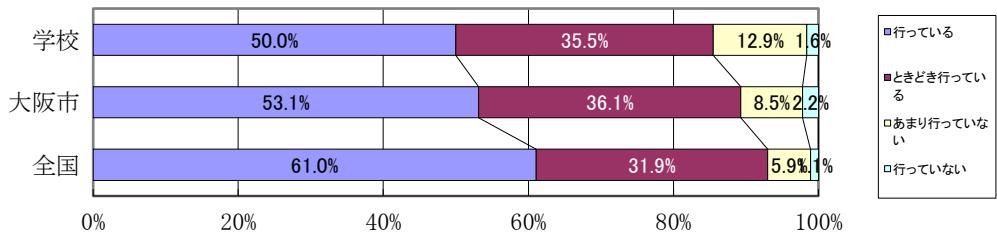
17 これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか



12 保健体育の授業では、十分に体を動かしていると思いますか。



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。



### 成果と課題

運動が苦手であったり、文化部に所属する生徒が多い中、体育が楽しいと感じている生徒は多いと感じる。また、体育における運動量はほとんどの生徒が「十分な運動量がある」と感じており、高い運動量が確保されている。しかし、一方で言語活動などは充実して行う機会が少なく、めあてや振り返りの時間がもう少し必要だと感じる。

### 今後の取組

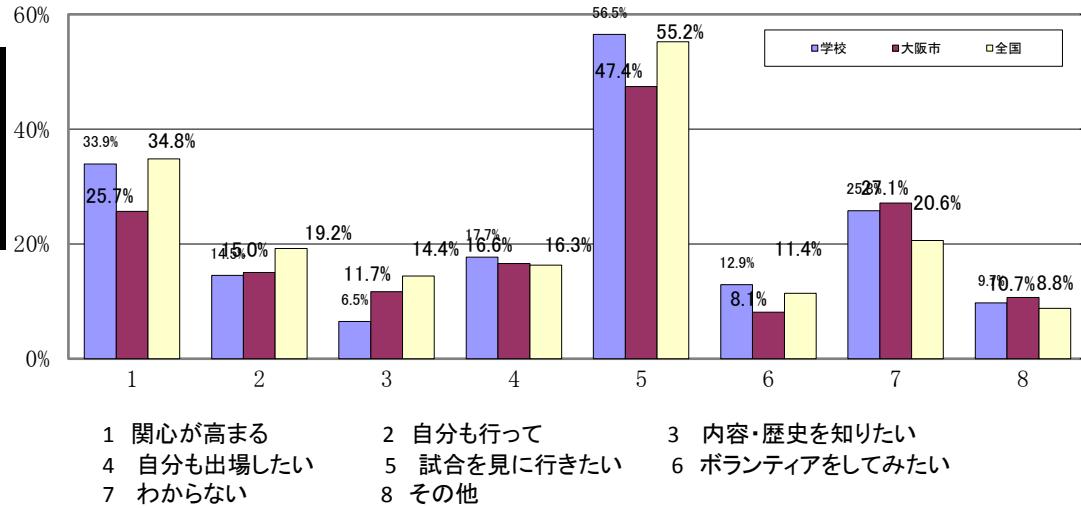
言語活動の充実のため、振り返りシートを作成したり、書く作業を授業の中で行っていきたい。仲間との助け合いや、学びあう力を身に付けるために、グループワークを通して、役割分担をしながら自己肯定感を高めたり、さらに運動が楽しいと感じられる授業展開を行う。

## その他（男子）

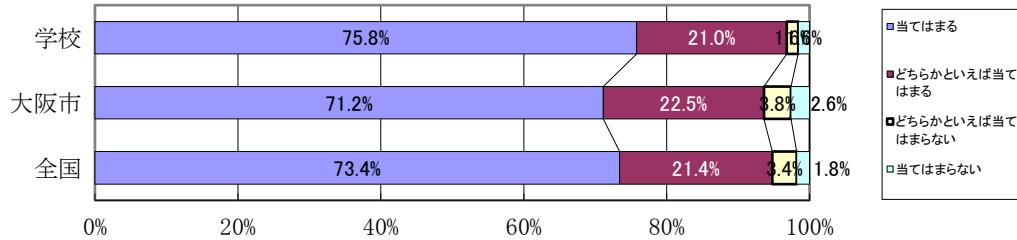
質問番号

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

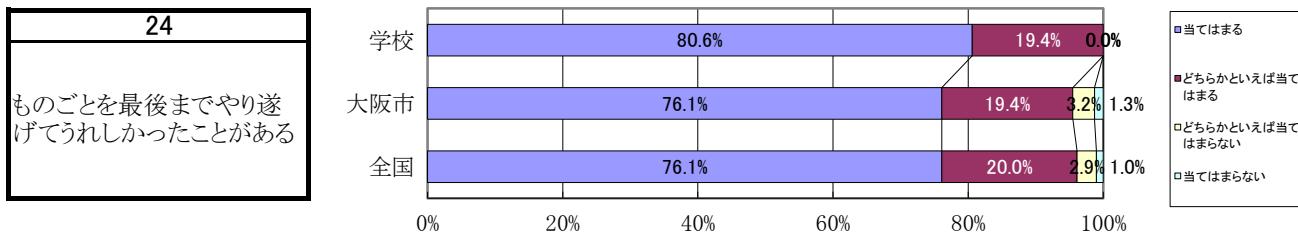
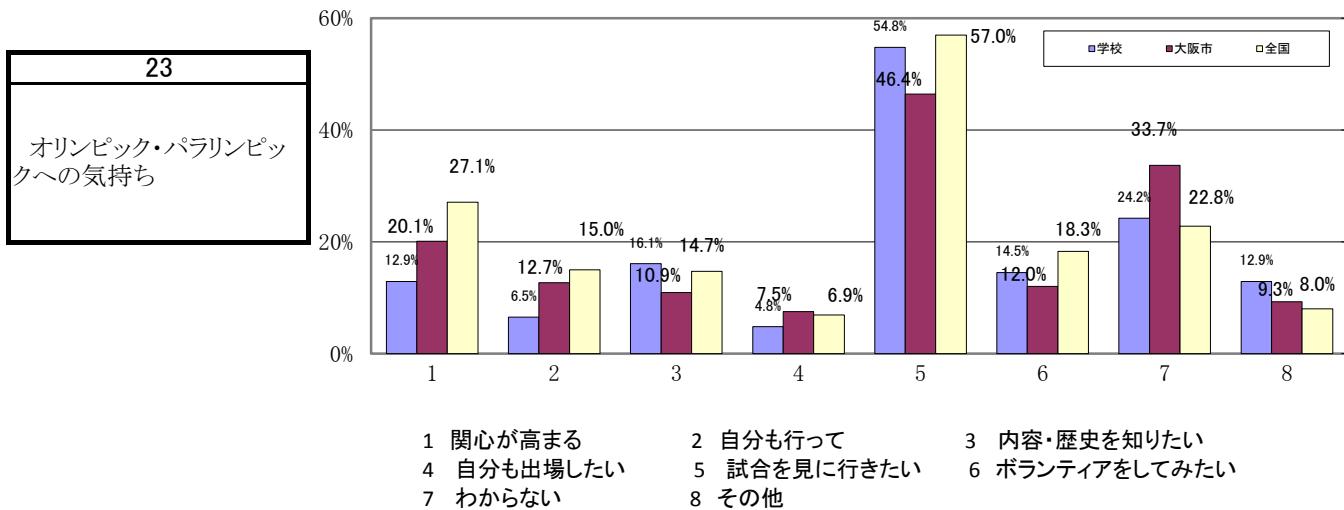
東京オリンピックへの興味関心は、全国平均や大阪市平均で見ても高いと感じる。  
ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがあるという項目については、男女ともに高かった。  
そのほかにも、体力テストの結果や体力向上について、自分なりに目標を立てている生徒が多く、興味関心が高いことが分かった。

### 今後の取組

体力テストにおいては、経年比較を行い、自分の成長を視覚的にも読み取れるように指導していく。  
また、何事にも挑戦する気持ちを大切にしたり、自己肯定感を高める指導をしていく。

## その他（女子）

質問番号	質問事項
------	------



### 成果と課題

女子は東京オリンピックへの興味・関心はそこまで高くなかったが、歴史や内容について知りたいという項目が高かった。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項目については、全員が当てはまり、当てはまらない生徒はいなかった。

### 今後の取組

体力テストの結果や体力向上について、自分なりに目標を立てている生徒は多いので、来年度も経年比較をしながら取り組ませたい。  
チャレンジ精神を持たせ、難しいことでも失敗を恐れずに取り組む力をつけさせていきたい。