

平成 28 年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 における放出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 28 年 4 月から 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分であり、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。学校の現状や取組の参考にしていただきたいと思います。

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、特別支援学校中学部第 2 学年の原則として全生徒
- ・放出中学校では、2 年生 161 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。

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 放出 中学校

生徒数

161 名

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	33.49	29.32	45.36	54.69		72.62	8.09	194.88	21.45	43.74
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	26.09	25.15	43.11	47.15		54.97	8.89	171.26	12.88	50.47
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	46.80	288.51	58.80	8.83	168.28	12.85	49.56

結果の概要

男子は、シャトルランと50m走については全国平均を下回ったが、他の6種目は上回った。特に、例年、平均に届かなかった長座体前屈が、ストレッチを繰り返し行ったことで、記録は伸びた。女子は長座体前屈、シャトルラン、50m走が全国平均を下回り、他の5種目が上回った。男女ともに、体力合計点は全国、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

1年入学時、肥満傾向の男子が多く、体力づくりに困難が予想されたが、校長戦略予算で、たくさんの運動機器を購入してもらったおかげで、授業のみならず、部活動時にも機器を活用し、かなりの成果を上げることができた。

特に、デジタイマーを使つての反復横跳びのトレーニングや、ソフトボール、ハンドボールを使つての投力のトレーニングは好結果を生むことができた。

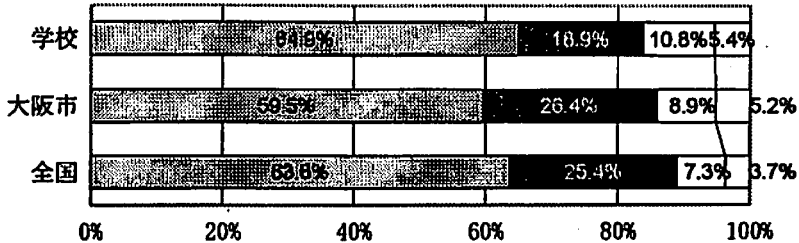
今後は持久力の向上を狙い、ランニングを中心に指導していきたい。

運動やスポーツについて（男子）

質問 番号	質問事項
----------	------

1

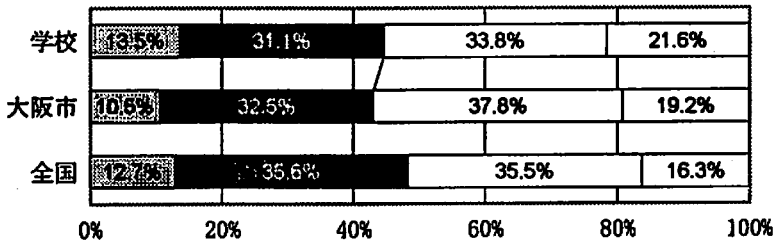
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



- ☐ 好き
- ☐ やや好き
- ☐ やや嫌い
- ☐ 嫌い

2

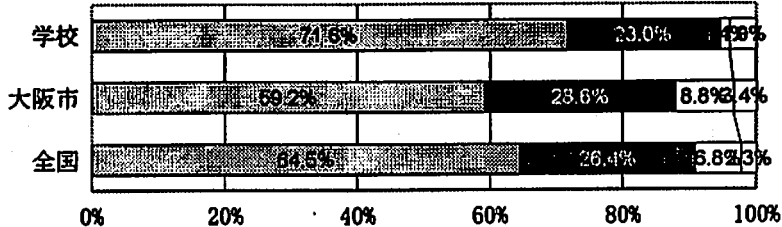
自分の体力に自信がありますか



- ☐ 自信がある
- ☐ やや自信がある
- ☐ あまり自信がない
- ☐ 自信がない

3

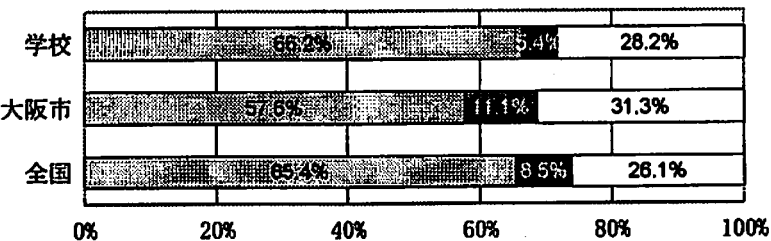
あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切ですか



- ☐ 大切
- ☐ やや大切
- ☐ 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
- ☐ その他

成果と課題

運動・スポーツをすることが好きな生徒は多く、その大切さも理解しているようである。
 将来的にも運動・スポーツをやっていききたいと答えた生徒は全国平均に比べ多く、良い傾向にあると思われる。
 一方、運動嫌いの生徒も多いのが課題である。

今後の取組

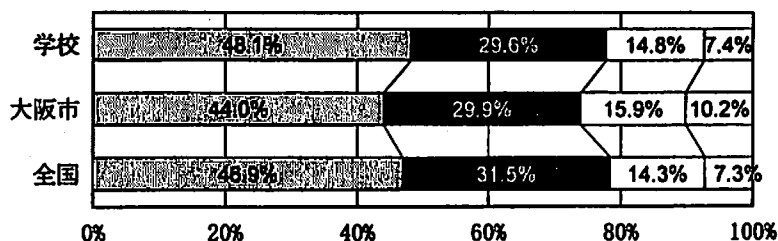
今行っている運動系の部活動をより活性化させるとともに、授業でできるだけ多種目のスポーツを経験させる中で、運動の楽しさ、大切さを味わえるようにしていきたい。

運動やスポーツについて（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

1

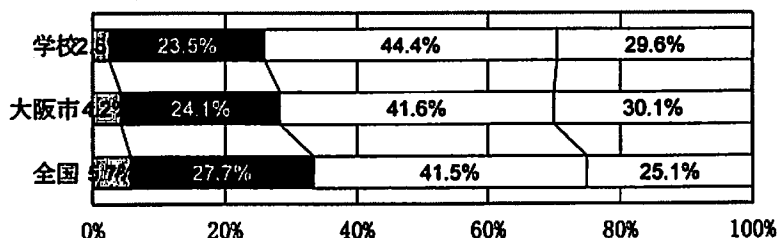
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



□好き
■やや好き
□やや嫌い
□嫌い

2

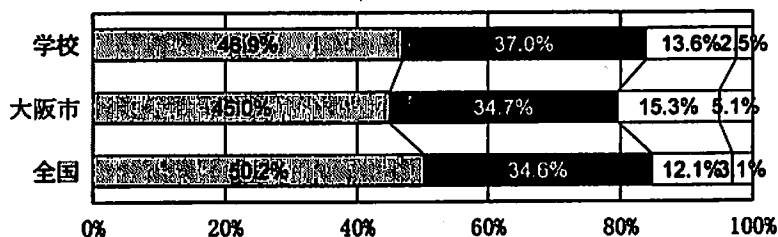
自分の体力に自信がありますか



□自信がある
■やや自信がある
□あまり自信がない
□自信がない

3

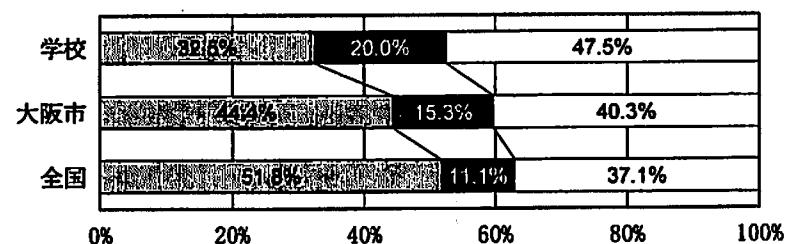
あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切ですか



□大切
■やや大切
□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、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

運動・スポーツをすることが好きな生徒は、全国平均を上回ったが、体力に自信のない生徒が多く、運動の大切さを理解できていない生徒も多い。また、卒業後のスポーツにも関心のない生徒が多いことが課題である。

今後の取組

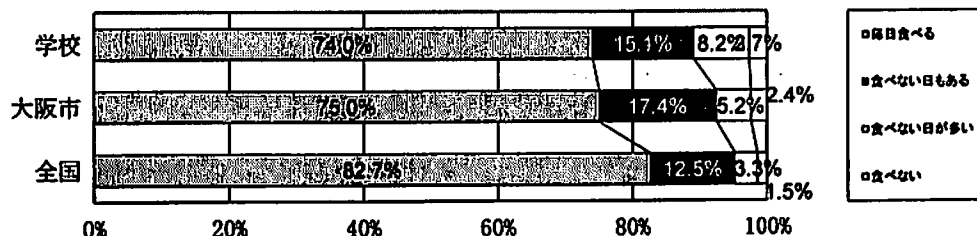
積極的に運動に取り組み、達成感や楽しい思いが実感できるように、授業でのスポーツの種類を増やし、工夫していくことが大切である。また、運動系の部活動への参加率を高めていくよう努力したい。

ふだんの生活について (男子)

質問番号 質問事項

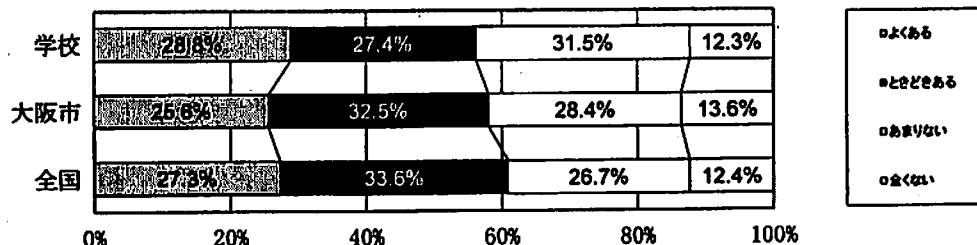
6

朝食は毎日食べますか(学校が休みの日も含める)



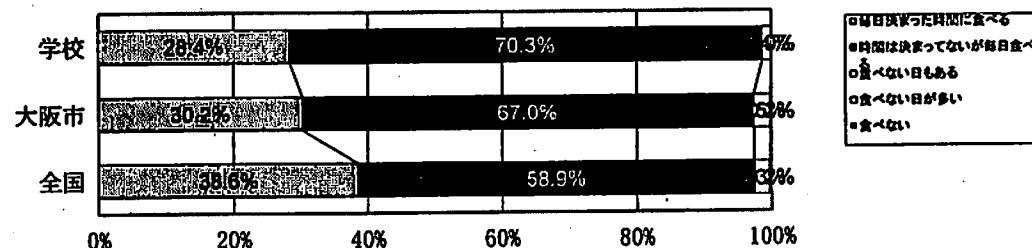
12

家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められますか



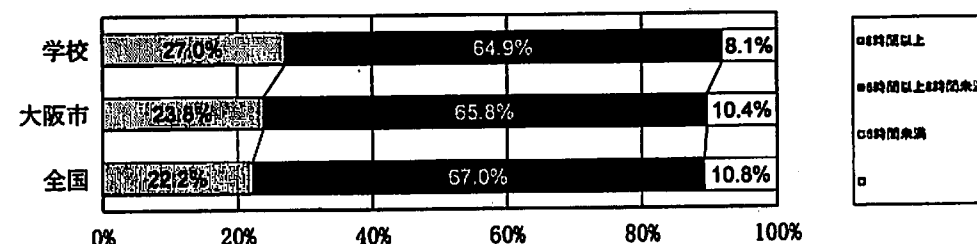
7

夕食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含む)



8

毎日どのくらい寝ていますか。



成果と課題

朝・夕に食事が全国平均に比べ不規則になっているように思われるが、睡眠時間は全国に比べて多く確保されている。この学年の生徒は肥満傾向の生徒が多いため、規則正しい食生活と運動量の増加が課題である。

今後の取組

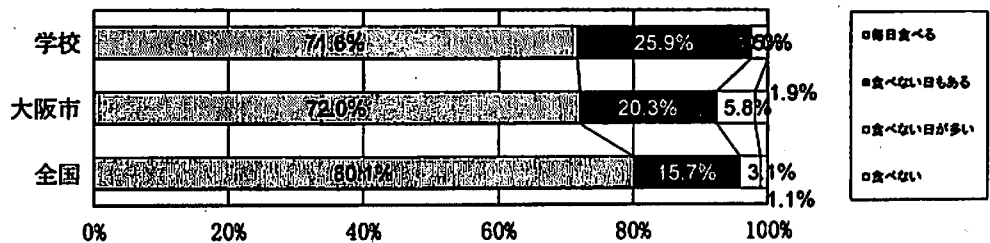
学年通信や学級通信で、朝・夕の食事の重要性を知らせていき、日頃の運動量と生徒の肥満傾向の改善を図るよう意識を変える取り組みを進めていきたい。

ふだんの生活について（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

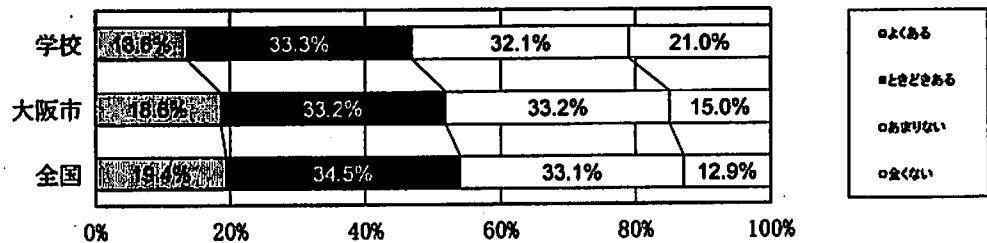
6

朝食は毎日食べますか
(学校が休みの日も含める)



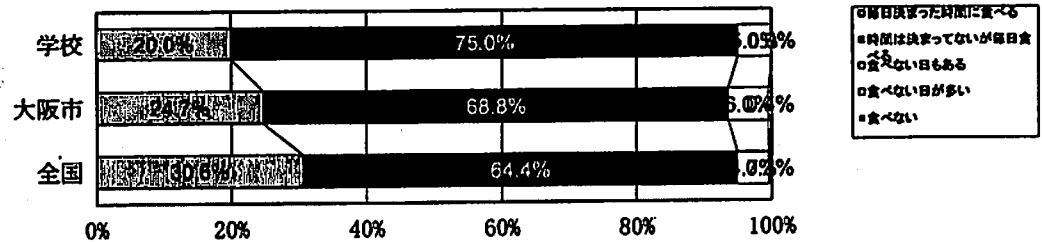
12

家の人から運動やスポーツ
を積極的に行うことを勧められ
ることがありますか



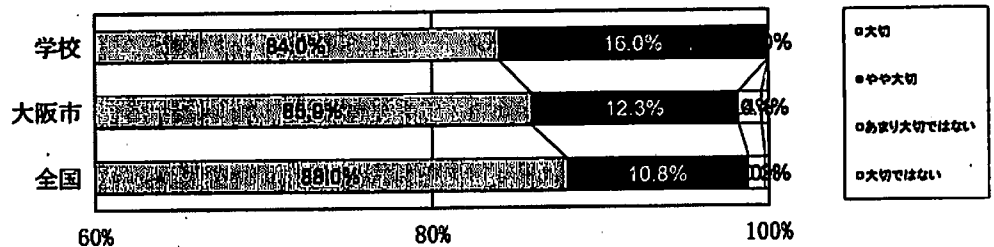
7

夕食は毎日食べますか。(学
校が休みの日も含める)



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。



成果と課題

全国に比べ朝食を食べない日のある生徒がとて多く、夕食も時間の決まっていない生徒が多い。食事の重要性については、ほとんどの生徒がそれを理解しているので、生活の中での時間の使い方を含め、朝・夕の食事をしっかりとりことが課題である。

今後の取組

学年・学級通信などを活用し、規則正しい食生活の在り方、重要性について知らせていきたい。

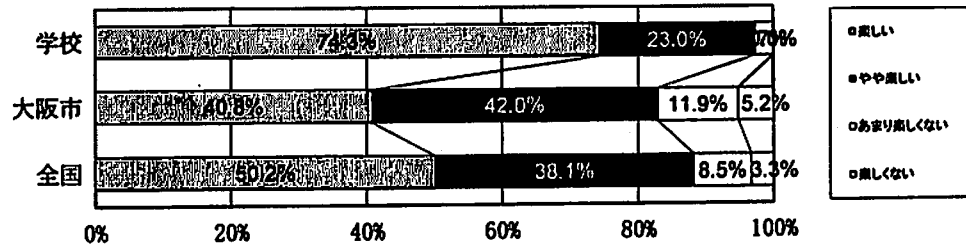
保健体育の授業について（男子）

質問
番号

質問事項

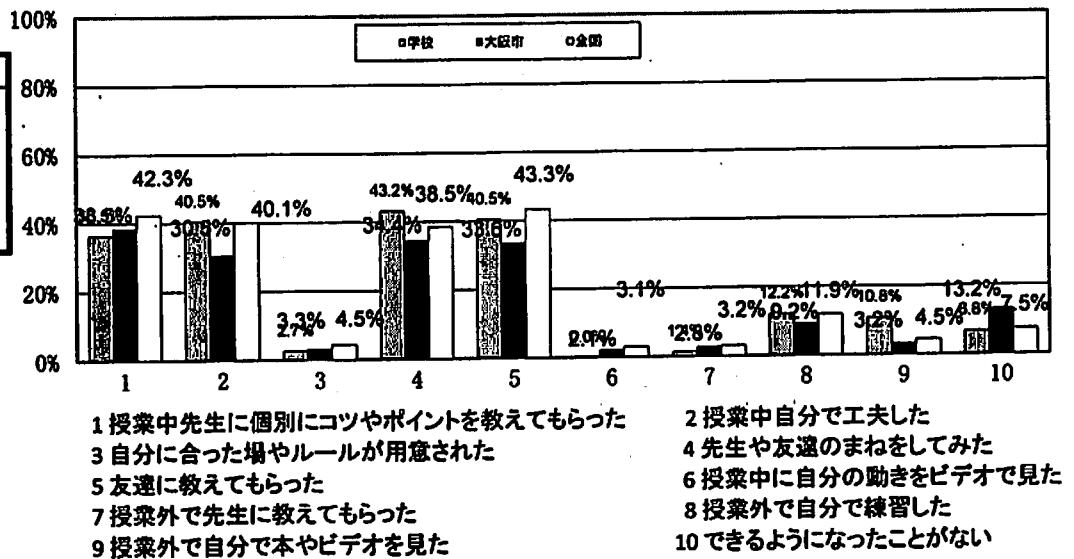
16

保健体育の授業は楽しい
ですか



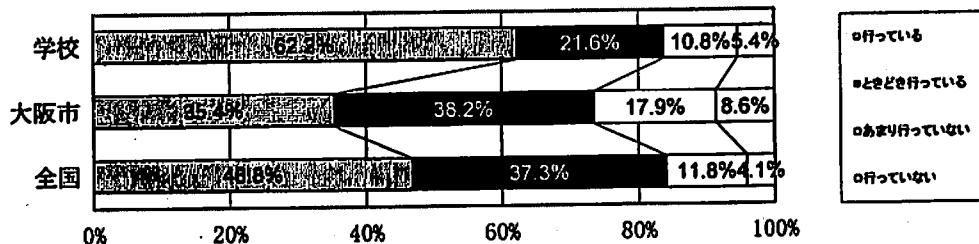
21

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

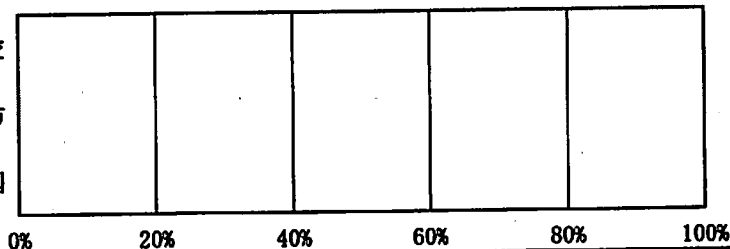


19

ふだんの保健体育の授業
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。



学校
大阪市
全国



□ 行っている
□ ときどき行っている
□ あまり行っていない
□ 行っていない

成果と課題

保健体育の授業を楽しんでいる生徒が非常に多く、友達と助け合える授業ができていると思われる。水泳や器械運動など自分の技能が高まることに意欲を持ち、友達と相談したり、教えてもらったりと活発な授業が行えている。

苦手種目の克服にさらなる意欲を持たせることが課題である。

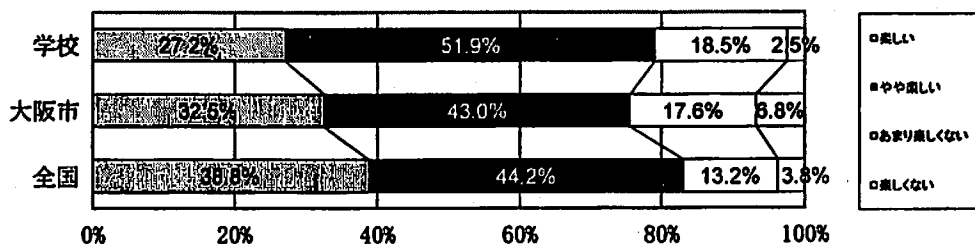
今後の取組

体力の向上とスポーツの楽しさをより味わえるよう、多種多様なスポーツに取り組んでいきたい。

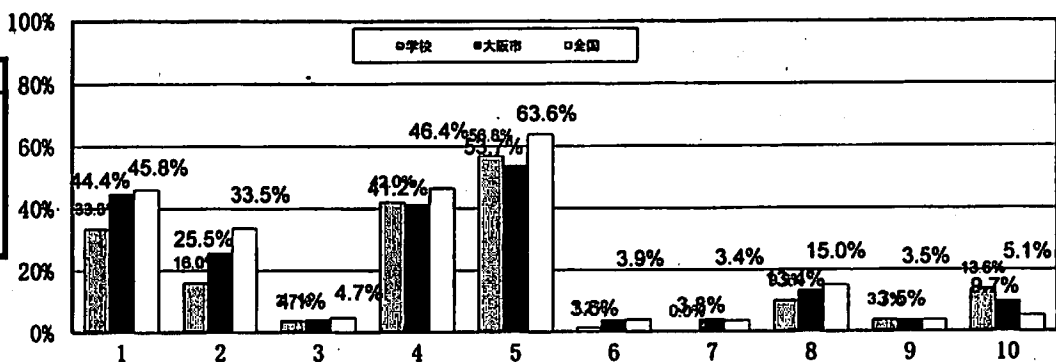
保健体育の授業について（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

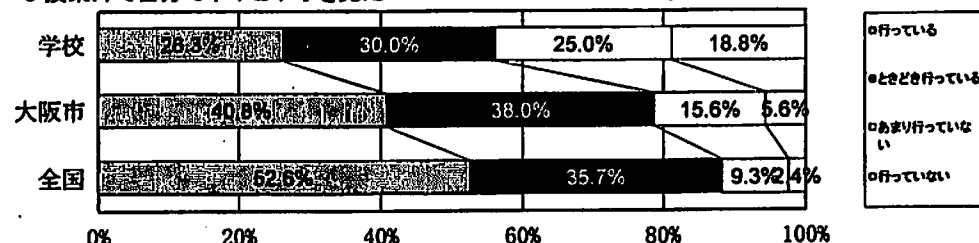
16
保健体育の授業は楽しい ですか

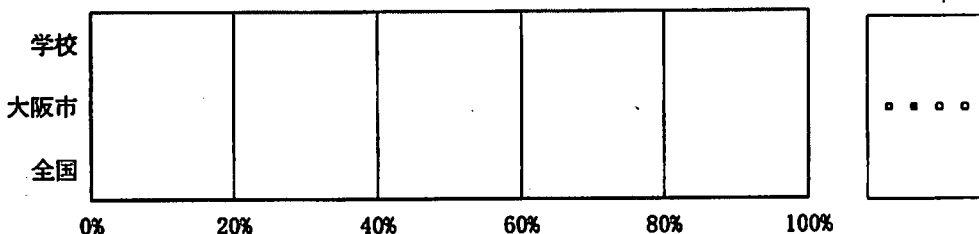


21
これまでの体育の授業で 「できなかったことができる ようになった」きっかけ、理 由はどのようなものがありま したか



19
ふだんの保健体育の授業 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

保健体育の授業について楽しいと答えた生徒が全国平均に比べ少なかった。ただ、やや楽しいと答えた生徒は多く、合わせると大阪市平均より上回る。

19の質問にあるように友達との協力が必要な授業展開が課題となる。

今後の取組

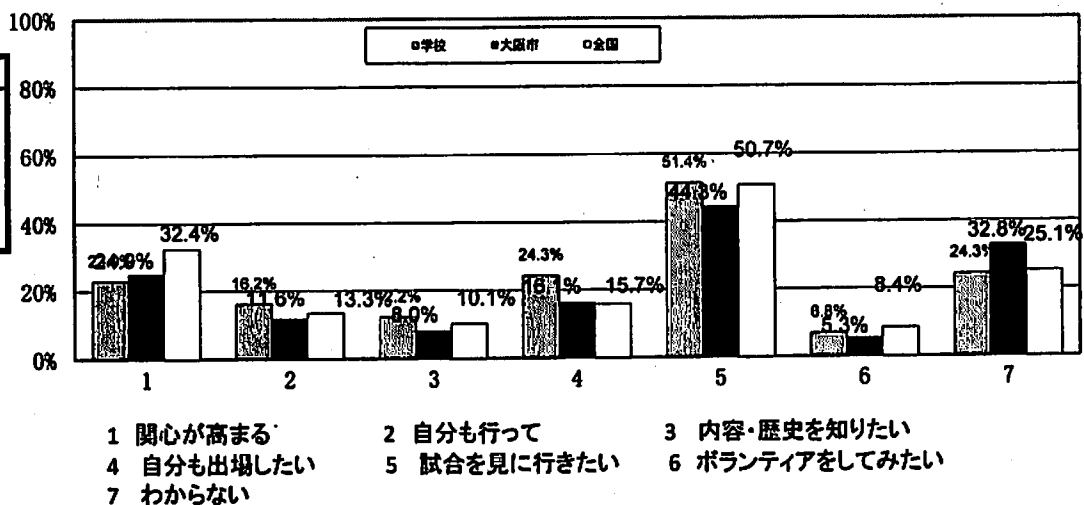
グループ学習の形態をとり、互いに助け合いながら上達・発展するような授業の展開を工夫していきたい。

その他（男子）

質問番号 質問事項

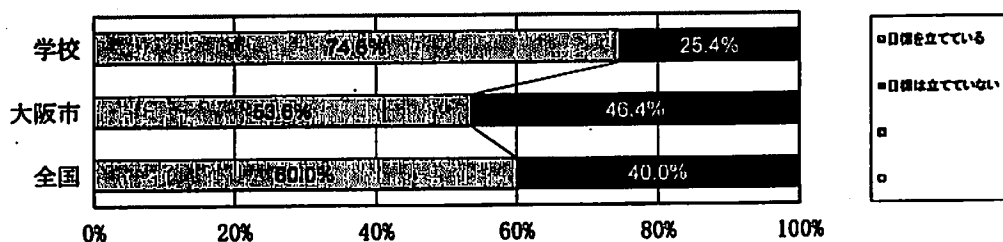
29

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



27

体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか



成果と課題

オリンピック・パラリンピックの質問に対しては「自分も出場したい」「試合を見に行きたい」が全国平均を上回っており、自分の今行っているスポーツに対する向上心はかなり高いと思われる。
体力テストにおいても日頃から全国平均の数値を知らせることにより、高い目標を設定し取り組めるようになった。今後もっと将来的なスポーツに目が向けられるよう取り組んでいくことが課題である。

今後の取組

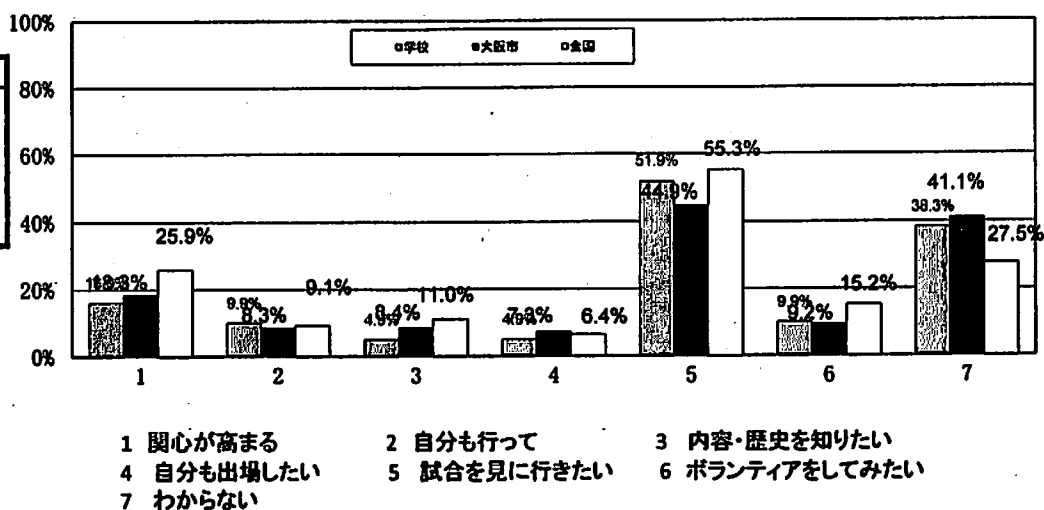
授業で行えないようなスポーツにも関心をもてるよう国内外のスポーツを紹介していきたい。

その他（女子）

質問 番号	質問事項
----------	------

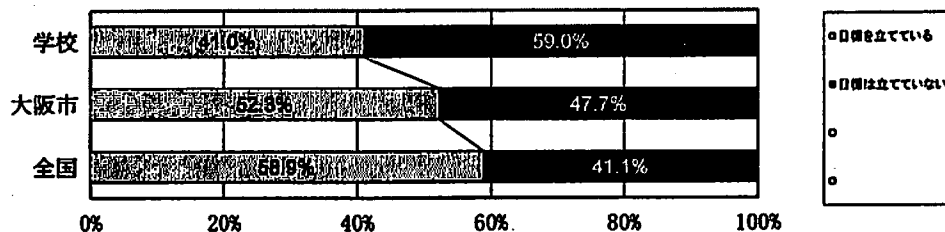
29

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



27

体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか



成果と課題

オリンピック・パラリンピックについては、どの質問も全国平均を下回る結果になった。27の質問に対しても、自分の体力の向上についての目標設定ができている生徒も少なく、もっと運動に対して興味・関心を持たせるところが課題である。

今後の取組

より運動に興味・関心を持たせるよう授業のみならず、体育大会や球技大会、水泳大会等、工夫を凝らして行事を進めていきたい。

平成29年度 体力づくりアクションプラン 中学校

区名(城東 区)

学校名(大阪市立 放出 中学校)

校長名(向井 雅一)

◆平均値

	種目別平均									
	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	33.49	29.32	45.36	54.69		72.62	8.09	194.88	21.45	43.74
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	26.09	25.15	43.11	47.15		54.97	8.89	171.26	12.88	50.47
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

男子はシャトルランと50m走については全国平均を下回ったが、他の6種目は上回った。特に、例年、平均に届かなかった長座体前屈が、毎授業で繰り返しストレッチを行ったことで、記録を伸ばすことができた。
女子は長座体前屈、シャトルラン、50m走が全国平均を下回ったが、他の5種目は上回った。
男女ともに体力合計点が全国・大阪平均を上回ることができた。

これまでの成果と今後取り組むべき課題

評価(A)

1年生の入学時、肥満傾向の男子が多く、体力づくりに困難が予想されたが、校長戦略予算でたくさんの運動機器を購入していただき、授業のみならず、部活動時にも活用する中で、持久力以外についてはかなりの成果を上げることができた。特にデジタイマーを使つての反復横跳びのトレーニングや、ソフトボール、ハンドボールを使つてのボール投げのトレーニングで、良い結果を生むことができた。

今後は持久力の向上を狙い、ランニングを中心に取り組みの在り方を検討していきたい。

評価 A: 達成できた B: 概ね達成できた C: あまり達成できなかった D: 達成できなかった

◆基本的生活習慣

これまでの成果と今後取り組むべき課題

評価(B)

朝・夕の食事を決まった時間に毎日とれているという生徒が全国に比べて少ないが、睡眠時間はしっかりとれているようである。

しかし、一部には全く朝食をとらないとか、日常の生活の中で、家の人からスポーツを勧められることが全くないという生徒が非常に多く、残念な結果が表れている。

この学年は肥満傾向の生徒が多いので、健康と運動の関連について学年通信などを活用し、考えさせていきたい。

◆運動・スポーツに対する意識

これまでの成果と今後取り組むべき課題

評価(B)

男女とも、運動・スポーツをすることが好きな生徒は全国平均を上回った。運動の大切さはよく理解しているが、体力に自信のある生徒は少ない。

また、運動をするのが好きではない生徒も全国平均を少し上回っており、今後、授業でできる限り多種多様のスポーツに取り組んでいきたい。

◆体力づくりのための取組内容

○体育的活動での改善点及び取組(学校行事、学年行事、部活動、PTA、地域とのかかわり等)

校長戦略予算において、さまざまな運動機器を購入していただき、授業のみならず、部活動においても活用している。

体育大会では、大縄跳びを実施しているが、休み時間にも練習するなど運動の機会が増えた。

水泳大会や球技大会についてもすべての学年で実施するようになり、内容の工夫も加えていきながら誰もが参加しやすい運動の取り組みになってきた。

○保健体育の授業での改善点及び取組

体力づくりの面においてはこれまでも補強運動を毎授業時に行ってきたが、近年、トレーニングの工夫・改善を行い、放出中学校の生徒の体力の弱点に関して、時間をかけて取り組んできた。

一方、スポーツに対する興味・関心を高める意味でも、できる限り多種多様なスポーツに親しませるよう教材を研究している。