

# 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

大阪市立阪南中学校

生徒数

265

## 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	31.25	26.77	39.99	53.70		94.04	7.84	193.42	21.40	43.45
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	25.77	22.30	46.03	46.83		64.63	8.85	173.32	12.77	51.11
大阪市	24.16	22.45	43.56	44.40	307.17	55.54	9.05	163.23	13.07	47.03
全国	23.76	23.03	45.12	45.27	292.71	57.20	8.88	166.18	12.97	48.42

## 結果の概要

- 男女とも、体力合計点で全国平均を上回った。
- 男女とも、握力・反復横とび・20mシャトルラン・50m走で全国平均を上回った。特に、20mシャトルランでは大きく上回った。
- 男子は、ボール投げが、女子は、長座体前屈・立ち幅跳びで全国平均を上回った。
- 上体起こしは、男女とも全国平均及び大阪市平均を下回った。また、男子は、長座体前屈で、女子は、ボール投げで全国平均・大阪市平均とも下回った。

## これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

### <これまでの取組の成果>

- 保健体育の授業・部活動・体育的行事等を通して、積極的に運動に関わる環境づくりと体力向上を図ることに努めている。
- 保健体育の授業では、毎時間補強運動を行い基礎体力の向上を図ることができた。
- 体育大会、マラソン大会、球技大会等、体育的行事の充実を図り、生徒が行事に向けて自主的・意欲的に取り組むことで、行事自体の盛り上がりにもつながった。

### <今後取り組むべき課題>

- 体力向上に向けた効率の良いカリキュラムの工夫改善を行う。
- 生徒が意欲的に授業や体力づくりに取り組めるよう指導の充実を図る。
- 教員の指導力向上のため、授業研究を伴う研修の充実を図る。
- 積極的なICT機器の活用を図る。

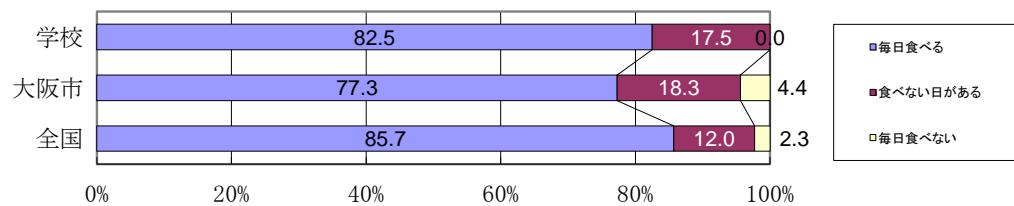
## 中学校男子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

### 結果の概要

- 朝食を「毎日食べる」生徒の割合は、全国と比べて低い。しかし、朝食を「毎日食べない」生徒はいない。
- 1日の睡眠時間が「8時間以上」の生徒の割合は、全国及び大阪市と比べて低いが、「6時間以上8時間未満」の生徒の割合は非常に高い。

質問番号	質問事項
------	------

9	朝食は食べますか
---	----------

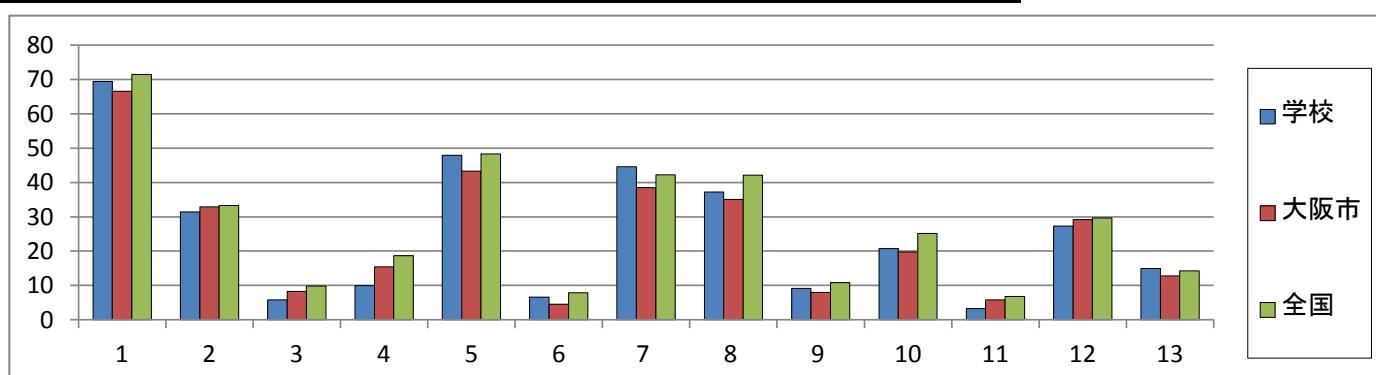


10	1日の睡眠時間
----	---------



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。
----	--

※横軸の項目(数字)は別頁参照



### 成果と課題

- 基本的生活習慣について、「食育つうしん」などを通じて朝食の大切さを啓発した成果もあり、朝食の摂食率は高くなった。
- 睡眠については、十分ではないがある程度の睡眠時間はとてはいるが、通塾やケータイ・スマートフォンの利用率の高さなど、不安定な要素も見られる。

### 今後の取組

- 基本的生活習慣の確立をめざし、通信やホームページなどを通じ広く情報発信し、家庭地域との連携を深める。
- 運動のきっかけとなるような、取り組み(アスリートの講話・交流等)を計画・実施する。

## 中学校女子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

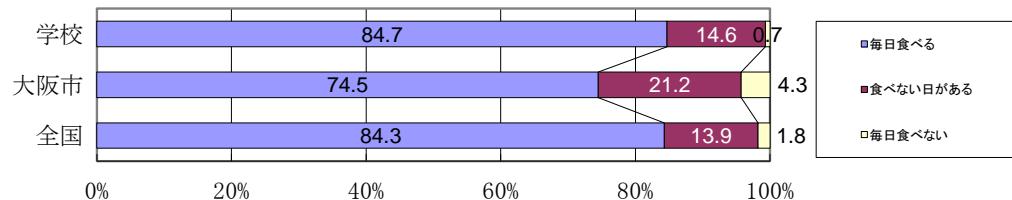
### 結果の概要

○朝食を「毎日食べる」生徒の割合は、全国と比べて高いが、朝食を「毎日食べない」生徒がわずかにいる。

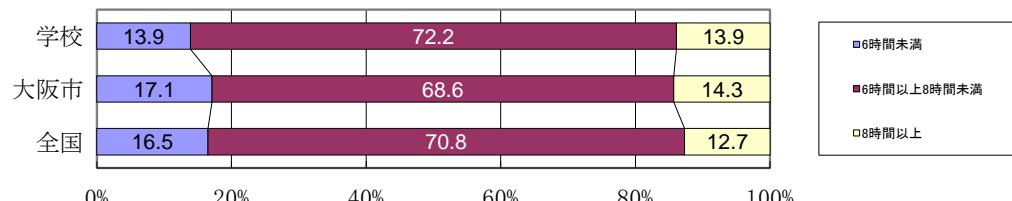
○1日の睡眠時間が「8時間以上」の生徒の割合は、全国と比べて高いが、大阪市と比べて低い。また、「6時間未満」の生徒の割合は全国及び大阪市と比べて低い。

質問番号	質問事項
------	------

9
朝食は食べますか

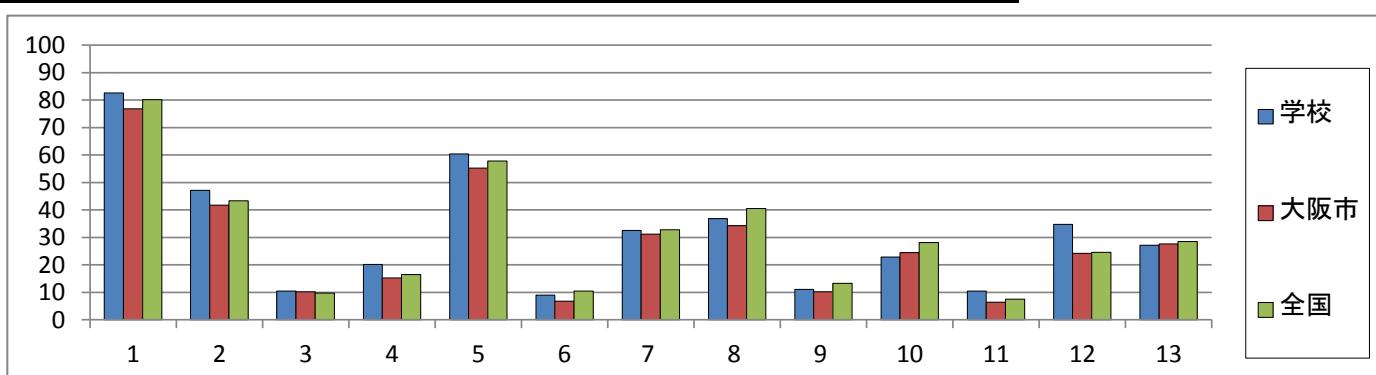


10
1日の睡眠時間



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。

※横軸の項目(数字)は別頁参照



### 成果と課題

○基本的生活習慣について、「食育つうしん」などを通じて朝食の大切さを啓発した成果もあり、朝食の摂食率は高くなった。

○睡眠については、十分ではないがある程度の睡眠時間はとてはいるが、通塾やケータイ・スマートフォンの利用率の高さなど、不安定な要素も見られる。

### 今後の取組

○基本的生活習慣の確立をめざし、通信やホームページなどを通じ広く情報発信し、家庭地域との連携を深める。

○運動のきっかけとなるような、取り組み(アスリートの講話・交流等)を計画・実施する。

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せんか。

- 1 自分が好きな種目、できそうな種目があったら
- 2 上手にできなくても自分のペースで運動やスポーツを行うことができたから
- 3 授業でていねいに教えてもらえたから
- 4 一人でもできるものがあったら
- 5 友達といっしょにできたら
- 6 家族といっしょにできたら
- 7 いつでも自由に使えたり遊べたりする場所があったら
- 8 学校の中で自由な時間があったら
- 9 自分の体力、運動能力や体のことで不安なことがあったら
- 10 友達にさそわれたら
- 11 先生や家族からすすめられたら
- 12 運動やスポーツで活やくしている選手、有名人に教えてもらえたから
- 13 体型の変化に効果があると分かったら

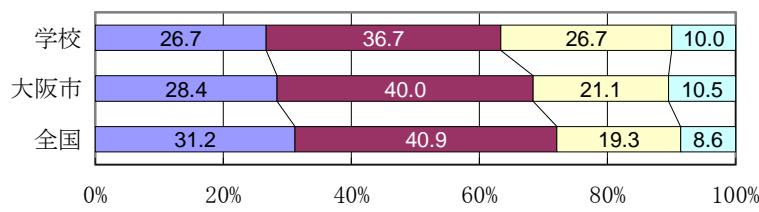
## 中学校男子 運動・スポーツに対する意識

### 結果の概要

- 運動やスポーツをすることが「得意」な生徒の割合は、全国及び大阪市と比べて低い。また、小学校5, 6年生のころと比べ、「得意」な生徒の割合は低くなっている。
- 運動やスポーツをすることが「好き」な生徒の割合は、全国及び大阪市と比べて低い。
- 体育の授業が「楽しい」生徒の割合は、全国に比べやや低いが、大阪市と比べて高い。

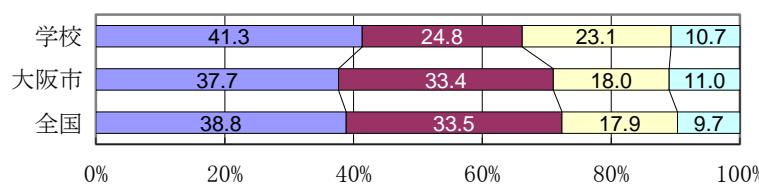
質問番号	質問事項
------	------

13
運動やスポーツをすることは得意ですか



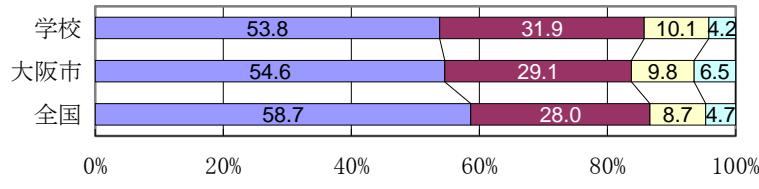
□得意  
■やや得意  
□やや苦手  
□苦手

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



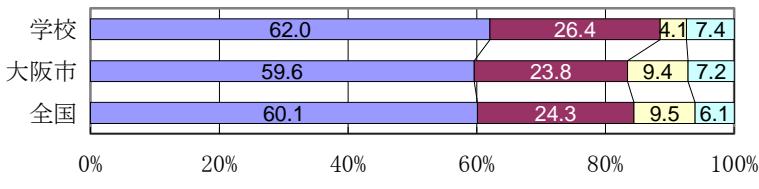
□得意だった  
■やや得意だった  
□やや苦手だった  
□苦手だった

14
運動やスポーツをすることは好きですか



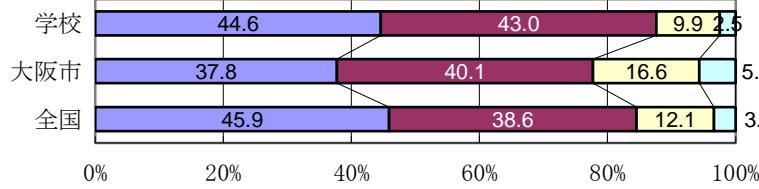
□好き  
■やや好き  
□やや苦手  
□苦手

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



□好きだった  
■やや好きだった  
□やや苦手だった  
□苦手だった

15
保健体育の授業は楽しい



□そう思う  
■ややそう思う  
□あまりそう思わない  
□まったくそう思わない

### 成果と課題

- 学習の流れを工夫したり、TTでの指導を行うことにより、授業時間内でより多くの運動に取り組む時間を増やすことができた。
- 運動やスポーツが「できる」喜びを味わうことのできる指導や取り組みの工夫・改善を行う必要がある。

### 今後の取組

- 保健体育の授業における指導方法の工夫・充実を図る。
- 体育的行事や部活動、委員会活動の取組との連携を深める。
- 運動部活動の充実と、教員の指導力向上を図り、部活動への積極的な参加を促す。

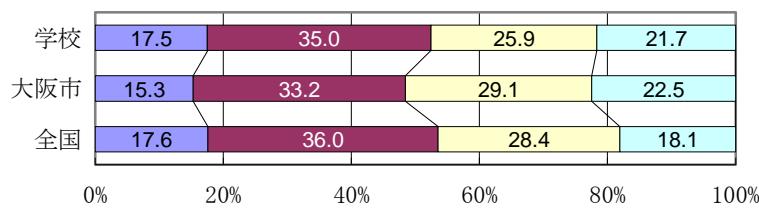
## 中学校女子 運動・スポーツに対する意識

### 結果の概要

- 運動やスポーツをすることが「得意」な生徒の割合は、全国とほぼ同様である。
- 運動やスポーツをすることが「好き」な生徒の割合は、全国及び大阪市と比べて高い。小学校5, 6年生のころと比べると、その差異は小さくなっている。
- 体育の授業が「楽しい」生徒の割合は、全国及び大阪市と比べて高い。

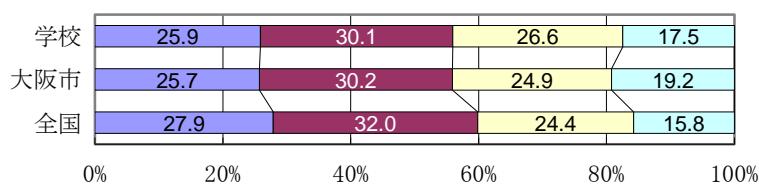
質問番号	質問事項
------	------

13
運動やスポーツをすることは得意ですか



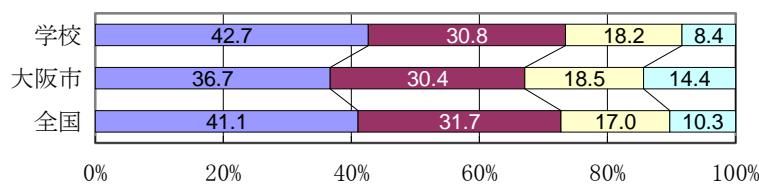
得意  
やや得意  
やや苦手  
苦手

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



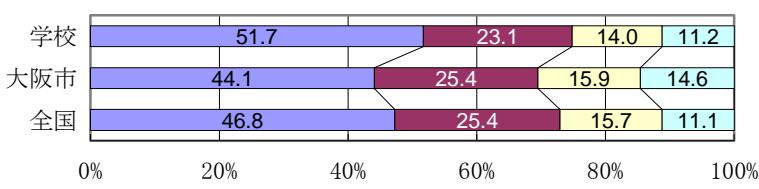
得意だった  
やや得意だった  
やや苦手だった  
苦手だった

14
運動やスポーツをすることは好きですか



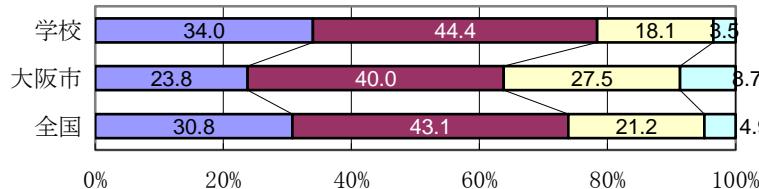
好き  
やや好き  
やや苦手  
苦手

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



好きだった  
やや好きだった  
やや苦手だった  
苦手だった

15
保健体育の授業は楽しい



そう思う  
ややそう思う  
あまりそう思わない  
まったくそう思わない

### 成果と課題

- 学習の流れを工夫したり、TTでの指導を行うことにより、授業時間内でより多くの運動に取り組む時間を増やすことができた。
- 運動やスポーツが「できる」喜びを味わうことのできる指導や取り組みの工夫・改善を行う必要がある。

### 今後の取組

- 保健体育の授業における指導方法の工夫・充実を図る。
- 体育的行事や部活動、委員会活動の取組との連携を深める。
- 運動部活動の充実と、教員の指導力向上を図り、部活動への積極的な参加を促す。