

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 矢 田 西 中 学 校

生徒数

50

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	26.93	27.42	33.78	46.56	434.11	81.62	8.30	184.93	23.19	36.92
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	25.87	22.13	46.68	43.32	309.05	55.45	9.30	163.09	16.22	49.41
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

男子では、体力合計点において、全国平均に比べて4.8ポイント低く、大阪市平均からも3.3ポイント下回っている。特に、長座体前屈や持久走、立ち幅跳びでその差が大きい。ボール投げだけが上回っている状況であった。

女子では、逆に、体力合計点で全国平均を1ポイント、大阪市平均を2.4ポイント上回っている。ただ、持久走やシャトルラン、50m走といった走力に関する種目が若干弱いようである。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

学校全体では、これまでの取り組みの成果が、徐々に表れてきている。女子については、合計点がここ数年ずっと全国平均を上回っており、着実に体力は向上してきている。男子については、合計点の低い生徒が減少し、一定の成果が挙げられたが、得点上位の生徒も減少しており、全体の成績が下がった。より一層の取り組みが必要である。

今後も、これまでの取り組みである、運動の奨励、球技大会や駅伝大会の開催などに引き続き取り組むとともに、体育の授業や部活動などで、これまで以上に柔軟運動や筋力トレーニングを行ない、基礎体力のアップを図る。また、朝食と運動能力が密接に関係していることから、食育についても取り組んでいく。

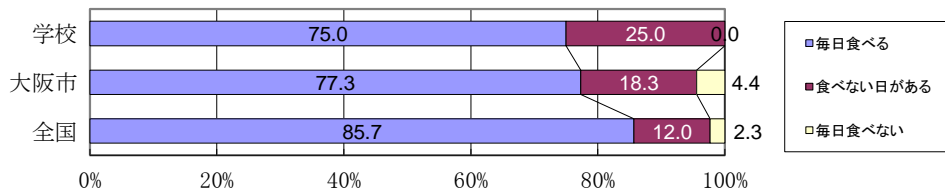
中学校男子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

結果の概要

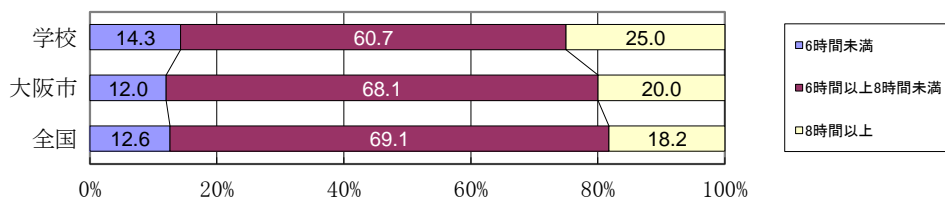
1日の睡眠時間は、ほぼ全国平均と同じであるが、朝食を食べない日がある生徒が多い。また、ここにはあげていないが、1日のテレビ視聴時間が3時間以上の生徒が、全国平均より15ポイント高くなっている。

質問番号	質問事項
------	------

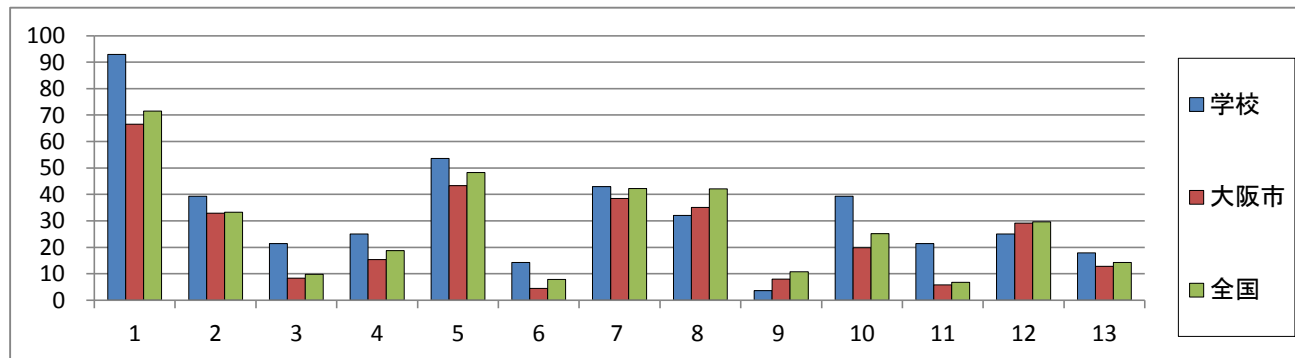
9
朝食は食べますか



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。



- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 自分が好きな種目、できそうな種目があったら | 8 学校の中で自由な時間があったら |
| 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 | 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 |
| 3 授業でいいねに教えてもらえたら | 10 友達にさそわれたら |
| 4 一人でもできるものがあったら | 11 先生や家族からすすめられたら |
| 5 友達といっしょにできたら | 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ら |
| 6 家族といっしょにできたら | 13 体型の変化に効果があると分かったら |
| 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 | |

成果と課題

朝食を食べない日があるのは、テレビやゲーム、ケータイなどに夢中となり、就寝時間と起床時間がそれぞれ遅くなり、朝食の時間が取れないと考えられる。基本的生活習慣の乱れにつながり、運動不足による体力低下や疾病を引き起こす恐れもある。

今後の取組

授業や学活等で、朝食の大切さについて考えさせるとともに、テレビやゲームのやりすぎや夜更かしをしないように指導し、早寝早起き朝ごはんといった基本的生活習慣を身につけさせる。また、運動の楽しさを伝え、日頃から部活動や遊びの中で運動をすることにより体力の向上を目指す。

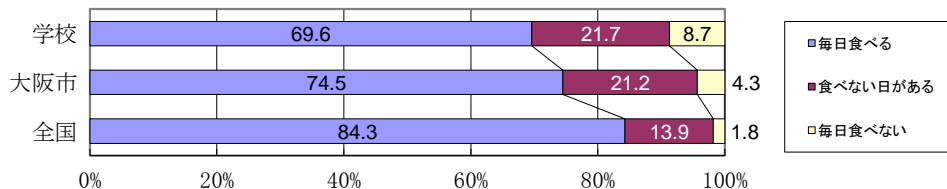
中学校女子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

結果の概要

1日の睡眠時間は、ほぼ全国平均と同じであるが、朝食を食べない生徒が大幅に多くなっている。また、ここにはあげていないが、土曜や休日に運動をしていない生徒が、全国平均から20ポイントも高くなっている。

質問番号	質問事項
------	------

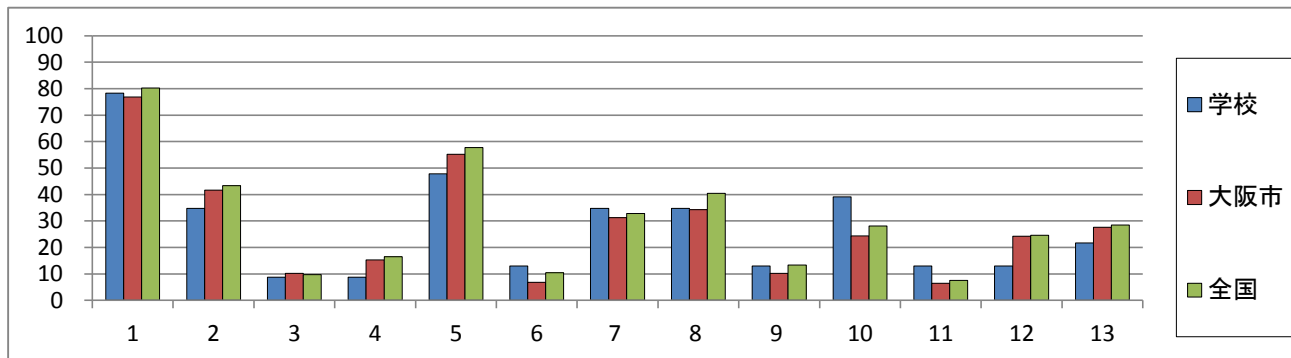
9
朝食は食べますか



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。



- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 自分が好きな種目、できそうな種目があったら | 8 学校の中で自由な時間があったら |
| 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 | 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 |
| 3 授業でていねいに教えてもらえたら | 10 友達にさそわれたら |
| 4 一人でもできるものがあったら | 11 先生や家族からすすめられたら |
| 5 友達といっしょにできたら | 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ら |
| 6 家族といっしょにできたら | 13 体型の変化に効果があると分かったら |
| 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 | |

成果と課題

朝食を食べない生徒が全国平均に比べて大幅に多くなっているのは、就寝時間と起床時間がそれぞれ遅くなり、朝食の時間が取れないと考えられる。また、朝の身支度に時間がかかるため朝食が取れない生徒も一部にいます。基本的生活習慣の乱れにつながり、運動不足による体力低下や疾病を引き起こす恐れもある。早寝早起きと朝食をとることの大切さを伝える必要がある。

今後の取組

授業や学活等で、朝食の大切さについて考えさせるとともに、早寝早起き朝ごはんといった基本的生活習慣を身につけさせる。また、運動をすることの楽しさや効果を伝え、日頃から運動することにより体力の向上を目指す。

中学校男子 運動・スポーツに対する意識

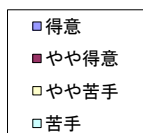
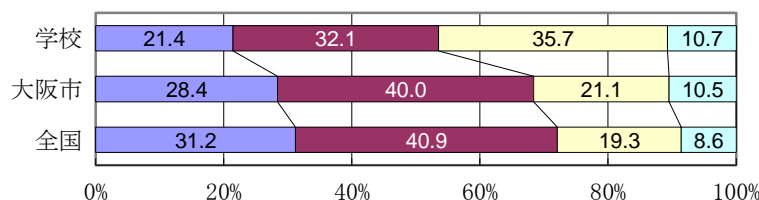
結果の概要

本校においては、運動やスポーツをすることが、得意である・好きであると答えた生徒の割合が、全国や大阪市の平均に比べて、小学校低学年の頃から下回っている。

質問 番号 質問事項

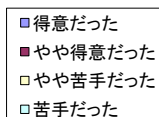
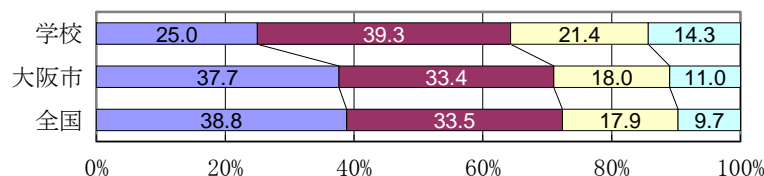
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



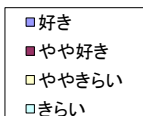
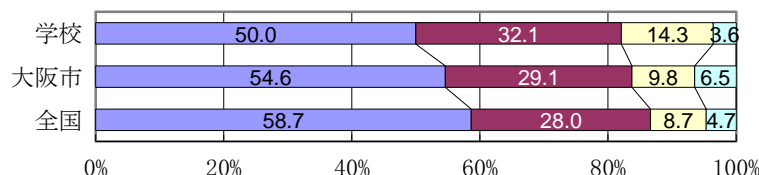
26

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



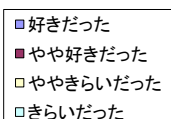
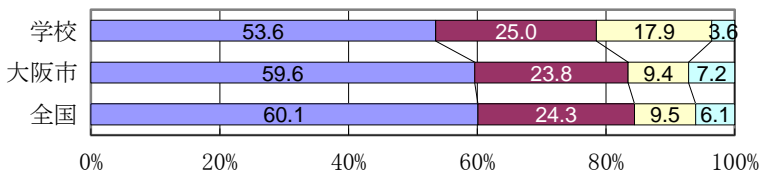
14

運動やスポーツをすることは好きですか



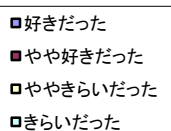
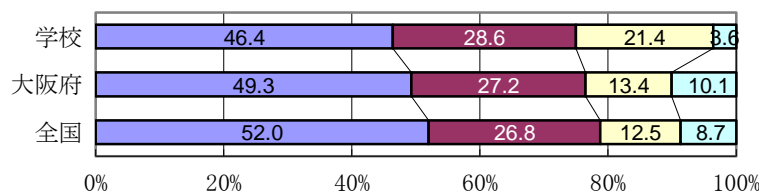
27

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



40

小学校1, 2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



成果と課題

小学校低学年から低かった「運動やスポーツをすることが、得意である・好きである（「やや」を含める）」と答えた生徒の割合が向上しているのは、本校の取り組みの成果である。全国平均を上回ることができるよう取り組みを一層進める必要がある。

今後の取組

本校の取り組みにより、運動の楽しさや効果を伝えることについては一定の効果があらわれ、運動やスポーツについて関心を持つ生徒が増えた。小学校と連携して、引き続き運動の楽しさや効果を伝える取り組みを進め、運動やスポーツに対する意識を高めるとともに、実際に運動する環境を整える取り組みを行なう。

中学校女子 運動・スポーツに対する意識

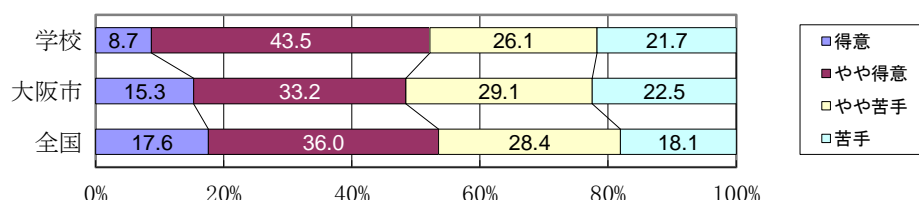
結果の概要

本校においては、運動やスポーツをすることが、得意である・好きである（「やや」を含める）と答えた生徒の割合は、全国平均と同じくらいであり、大阪市の平均より上回っている。しかし、小学校5、6年生の頃では極端に下がっている。

質問番号 質問事項

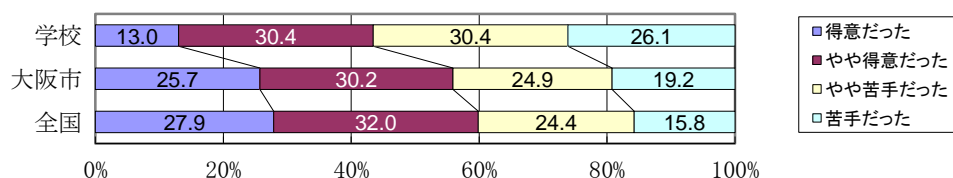
13

運動やスポーツをすることは得意ですか



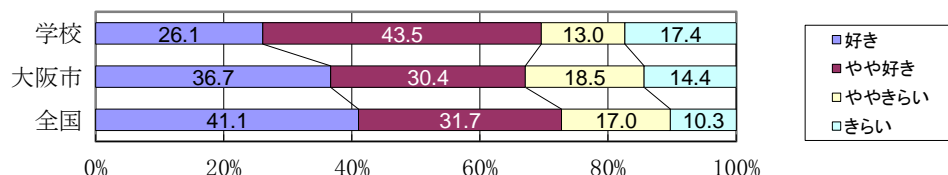
26

小学校5、6年生の頃は運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが得意でしたか



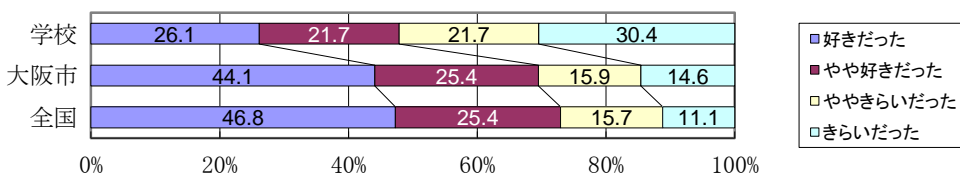
14

運動やスポーツをすることは好きですか



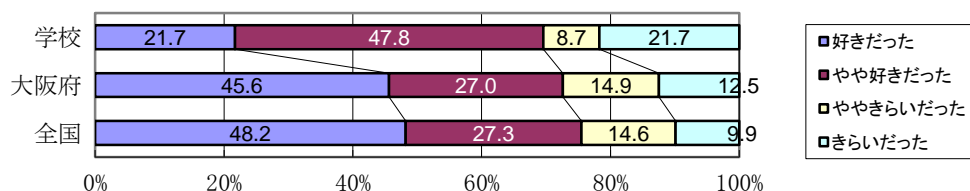
27

小学校5、6年生の頃は運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが好きでしたか



40

小学校1、2年生の頃は運動やスポーツ、運動遊びなどをすることが好きでしたか



成果と課題

小学校5、6年生の頃では極端に下がっていた、「運動やスポーツをすることが、得意である・好きである（「やや」を含める）」と答えた生徒の割合が向上しているのは、本校の取り組みの成果である。全国平均を上回るように取り組みを一層進める必要がある。

今後の取組

本校の取り組みにより、運動の楽しさや効果を伝えることについては一定の効果があらわれ、運動やスポーツについて関心を持つ生徒が増えた。次のステップとして、基本的な生活習慣を身につけさせて時間的な環境を、また、休み時間や放課後、部活動などを利用した場所的な環境などを、実際に運動する環境として整える取り組みを行なう。