

平成27年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」検証シート

大阪市立今宮中学校

生徒数

58

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	26.04	24.86	33.79	54.04	-	82.82	8.18	189.21	18.04	37.04
大阪市	29.04	27.17	41.05	51.03	406.99	83.23	8.13	189.56	20.23	40.62
全国	28.93	27.43	43.08	51.62	392.63	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
女子	24.96	24.36	40.29	47.36	-	54.44	9.04	167.23	13.04	50.22
大阪市	23.89	22.98	44.11	45.89	304.14	57.34	8.99	166.02	12.84	48.12
全国	23.68	23.26	45.53	46.09	290.03	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08

結果の概要

<男子>

・反復横跳び以外の種目は全国平均を下回った。下回った種目のうち、50m走、20mシャトルランについては、大阪市と大きな差は無かったが、全国平均と比較すると大きな差がある。他の種目については、全国、大阪市の平均と大きな差があり、特に筋力、柔軟性を要する種目での差が顕著であった。筋力については、体格面との関連が考えられ、身長は全国、大阪市と同程度なのに対して、体重は平均の2kg近く軽く、筋肉量の差があるとも考えられる。

<女子>

・女子は昨年に引き続き、「握力」「上体起こし」「ハンドボール投げ」で全国平均を上回り、「反復横跳び」でも全国平均を上回った。加えて、体力合計点でも全国平均点を上回った。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

<男子>

男子では、補強運動、柔軟運動の増加、運動する機会の増加、食生活（特に朝食）の改善などがこれからの課題だと考える。

<女子>

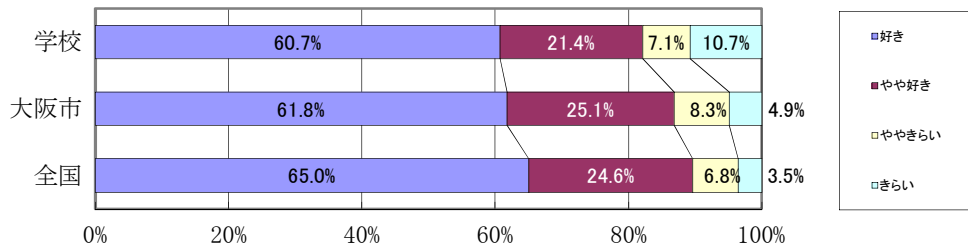
筋力、瞬発系の数値は高いが、柔軟、持久系の数値が低い。授業ごとの柔軟体操の徹底と運動量の増加を図ることが大切である。

運動やスポーツについて（男子）

質問 番号	質問事項
----------	------

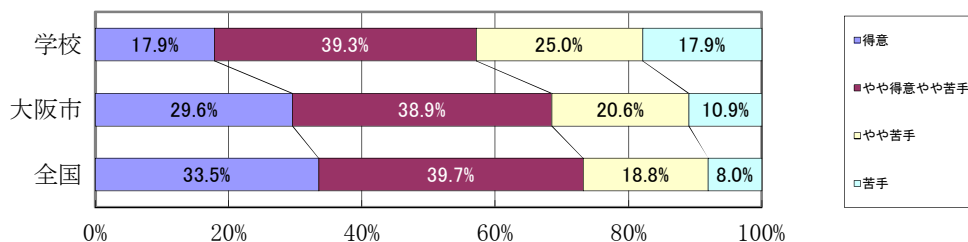
1

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



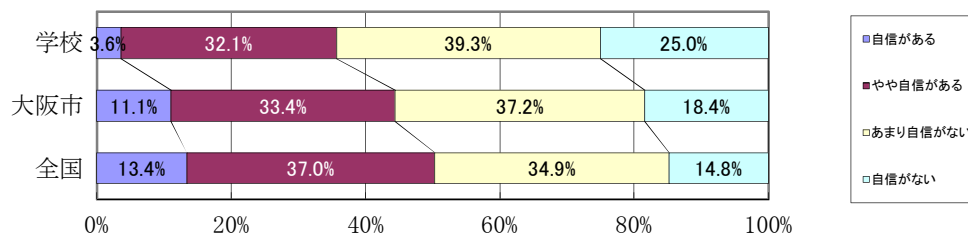
2

運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは得意ですか。



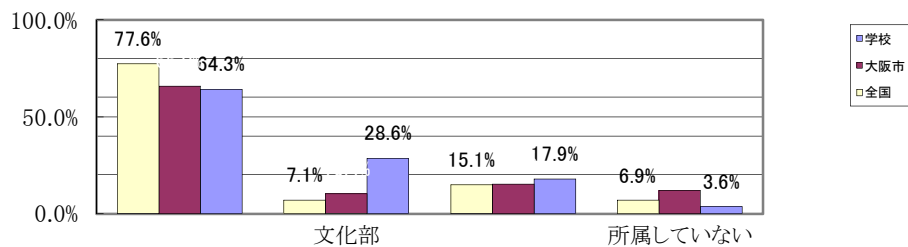
3

自分の体力に自信がありますか。



5

学校の運動部や地域のスポーツクラブに所属していますか。当てはまるものを全て選んでください。



成果と課題

・①～③の肯定的な意見の割合が他よりもかなり低く、スポーツに対しての苦手意識が強迫いように感じられる。新体力テストでの結果が低かったことも影響して、自信が得にくかったのではないかと。他校と比較すると文化庁への加入率が高い。

今後の取組

- ・楽しみながらできる運動（種目）の増加と補強運動の量を増加して、基礎体力の向上をめざす。
- ・運動部の加入率を高める。

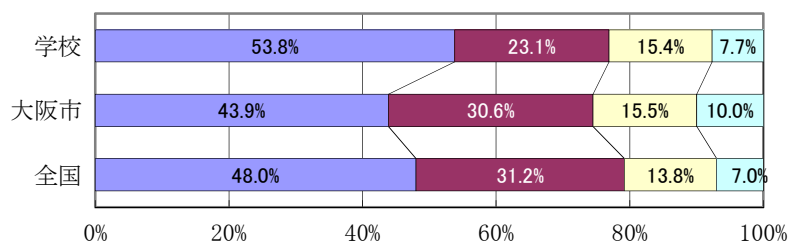
運動やスポーツについて（女子）

質問
番号

質問事項

1

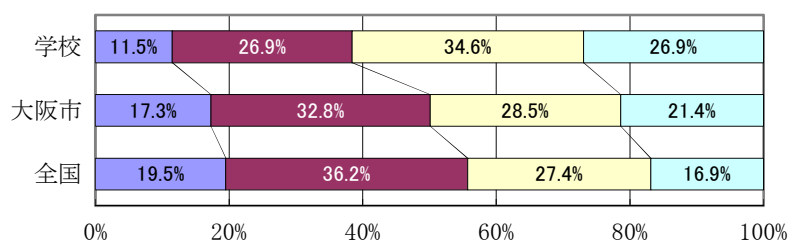
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



■好き
■やや好き
■ややきらい
■きらい

2

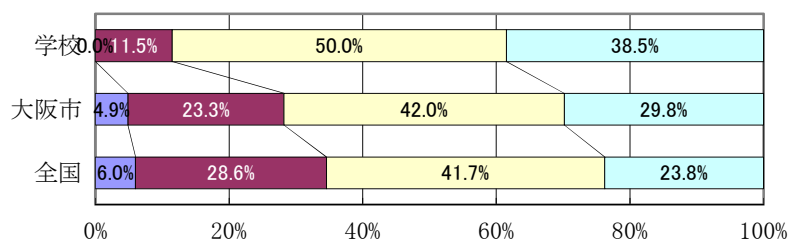
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは得意ですか。



■得意
■やや得意
■やや苦手
■苦手

3

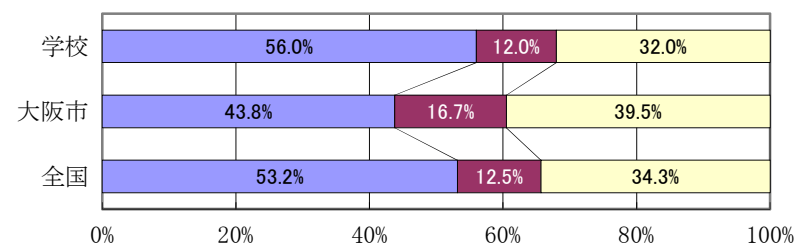
自分の体力に自信がありますか。



■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

6

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
■

成果と課題

- ・体を動かすことは好きであるが、運動やスポーツに対する苦手意識が高く、体力に対する自信もない。
- ・卒業後も自主的に運動しようとする意識はかなり高い。

今後の取組

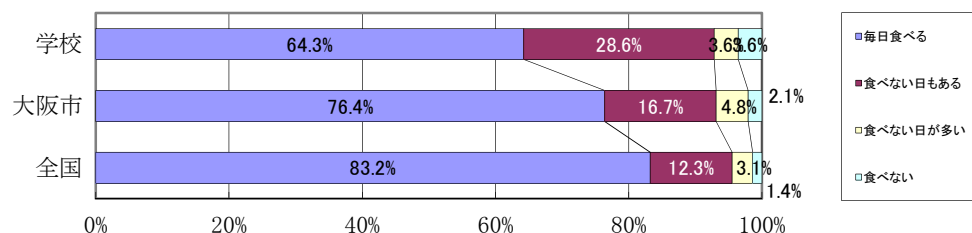
「体力の自信がない」と「運動が得意」の数値が低いだが、決して能力が劣っているわけではないので、生徒たちの意識を高めるように留意したい。

ふだんの生活について（男子）

質問
番号 質問事項

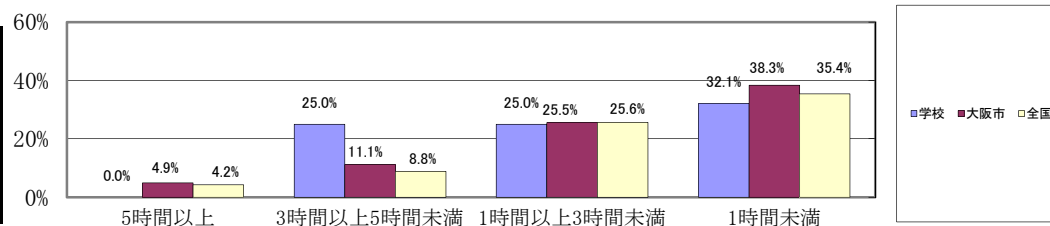
8

朝食は毎日食べますか(学校が休みの日も含める)



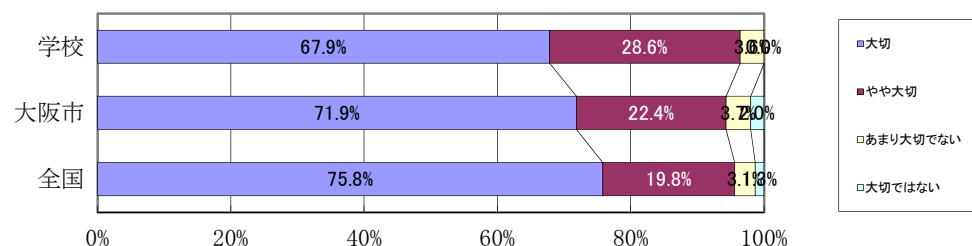
14

ふだんの平日(月～金曜日)について聞きます。一日にどれくらいの時間、携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをしますか。(携帯電話やスマートフォンを使ってゲームをする時間を除く)



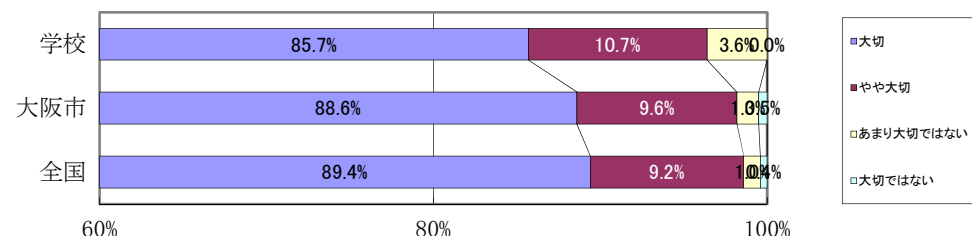
19-1

あなたが健康でいるために運動を行うことはどこくらい大切だと考えていますか。



19-2

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

- ・8「朝食を毎日食べる」の割合が全国、大阪市よりもかなり低く、必然的に朝食抜きで登校している生徒の割合が高いと考えられる。朝食抜きでは学習面、体力面の向上への期待が低くなるのではないかな。
- ・14「スマートフォンの使用時間」が3時間以上～5時間未満の割合が全国、大阪市の倍以上高い。
- ・19-1では肯定的な意見の割合が大阪市、全国よりも高く、日常の授業や学級での呼びかけの成果が現れたのではないかな。
- ・19-2では肯定的な意見の割合が全国、大阪市よりも低い。

今後の取組

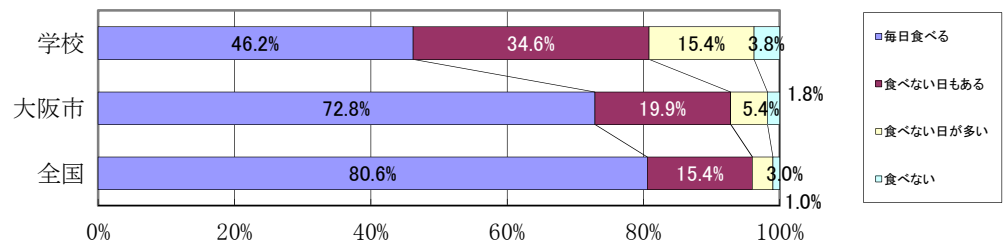
保健体育や家庭科、学級などが連携して朝食を含めて食事面での改善を呼びかけるとともに、「健康でいるための運動への意識」を自ら実践できるように助言していく必要がある。

ふだんの生活について（女子）

質問 番号 質問事項

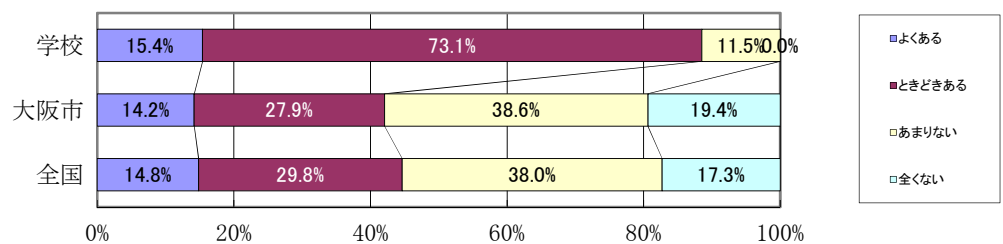
8

朝食は毎日食べますか
(学校が休みの日も含める)



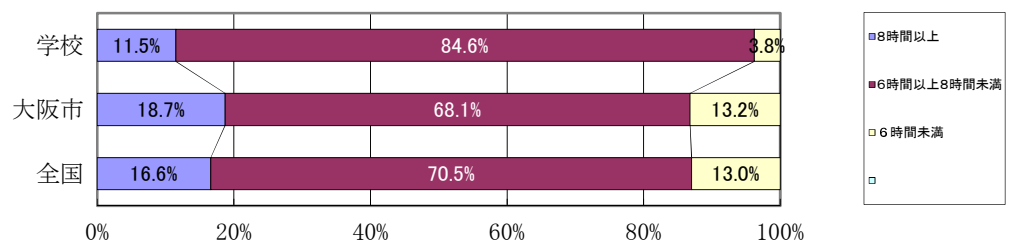
9

夕食は毎日食べますか。
(学校が休みの日も含める)



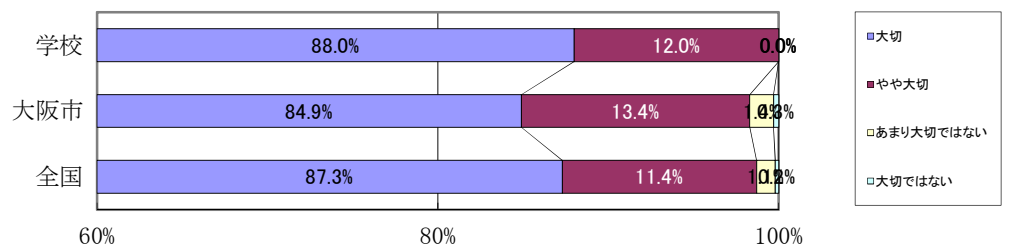
10

毎日どのくらい寝ていますか。



19-2

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

- ・「朝食を食べない日がある」「夕食を食べない日がある」の割合がかなり高い。
- ・「健康であるための食事は大切」の割合は「やや大切」とあわせて100%。
- ・睡眠時間は十分にとれている。

今後の取組

- ・食事の時間が不規則であるのは塾等の影響と思われる。
- ・「夕食を食べない日」を減らすような働きかけが必要。

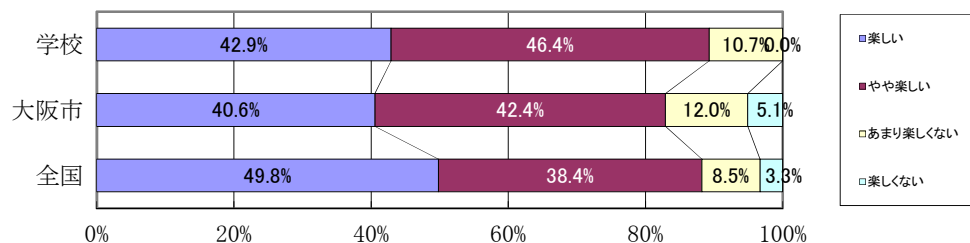
保健体育の授業について（男子）

質問
番号

質問事項

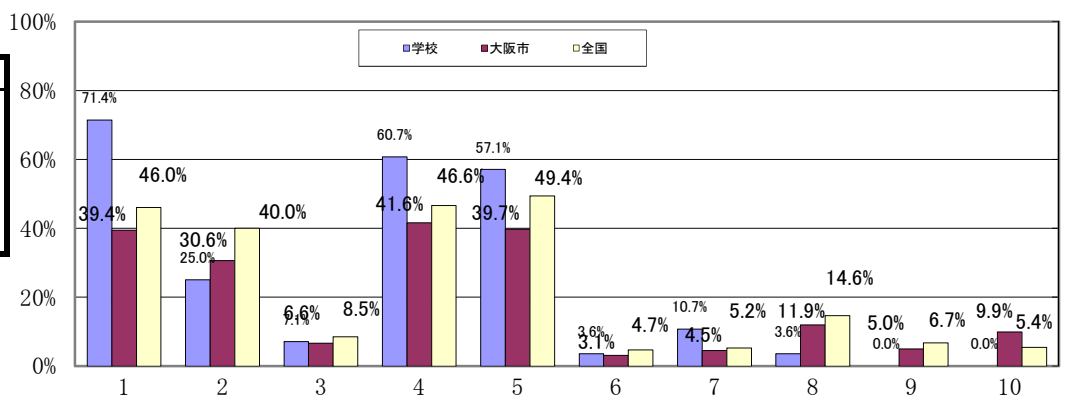
20

保健体育の授業は
楽しいですか。



26

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。

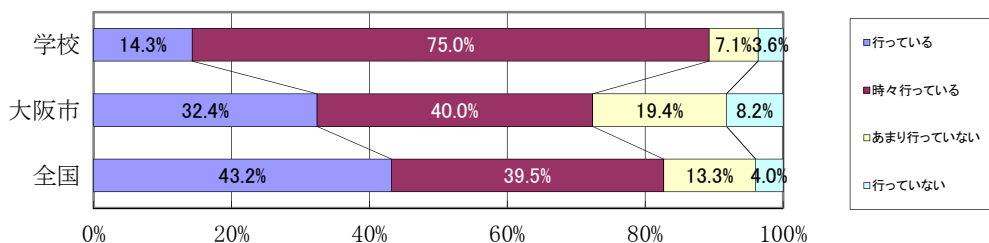


- 1 授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった
- 2 授業中自分で工夫した
- 3 自分に合った場やルールが用意された
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 5 友達に教えてもらった
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 7 授業外で先生に教えてもらった
- 8 授業外で自分で練習した
- 9 授業外で自分で本やビデオを見た
- 10 できるようになったことがない

- 2 授業中自分で工夫した
- 4 先生や友達のまねをしてみた
- 6 授業中に自分の動きをビデオで見た
- 8 授業外で自分で練習した
- 10 できるようになったことがない

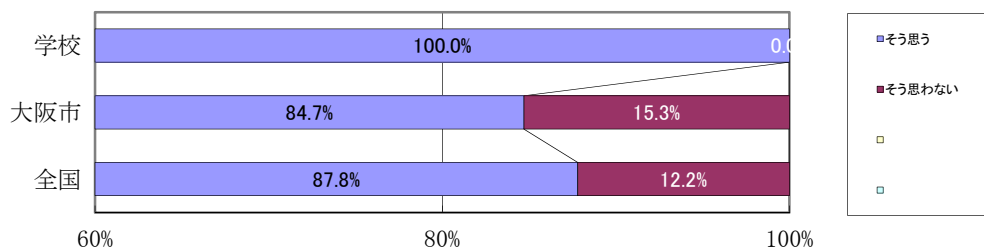
23

ふだんの体育の授業では、
友だちと助け合ったり、役
割を果たすような活動を行
っていますか。



25-2

体育の授業であなたはどの
ように感じていますか。
体育の授業では、たくさん
動く。

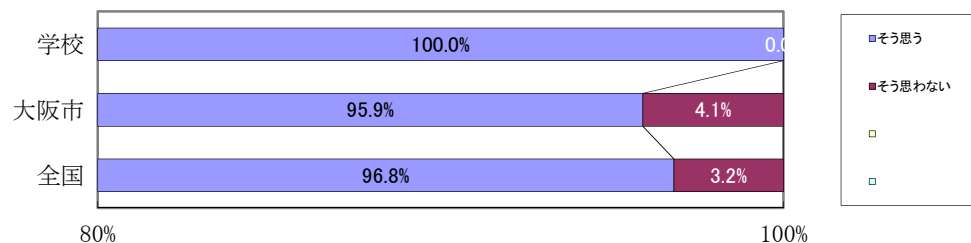


保健体育の授業について（男子）

質問 番号	質問事項
----------	------

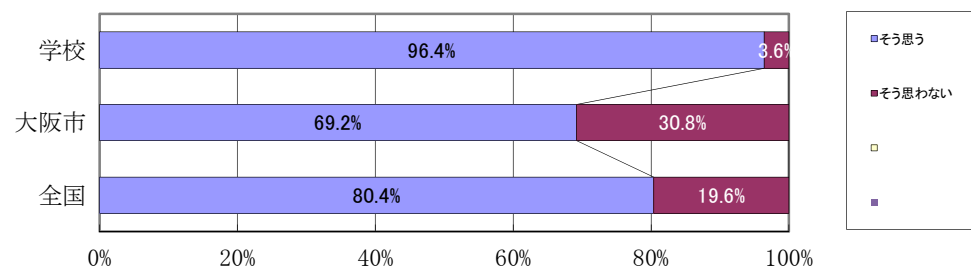
25-3

体育の授業であなたはどのように感じていますか。
きまりを守ることが大切だ。



25-5

体育の授業であなたはどのように感じていますか。
体育の授業では、仲間と協力して課題を解決することがある。



成果と課題

- ・全体的に楽しみながら授業に取り組んでいる。「運動やスポーツについて」の項を見ても分かるように、スポーツに対して苦手意識がある生徒が他よりも多いが、ペア学習や班学習を多く取り入れることで、23や25-5などの成果が現れていると思われる。また、互いに高め合う意識を持つことで、記録の向上や「運動やスポーツについて」の意識も変化も期待できるのではないかな。
- ・25-3では全員がきまりを守ることが大切と回答し、授業中の事故や怪我の予防に繋がっていると思われる。

今後の取組

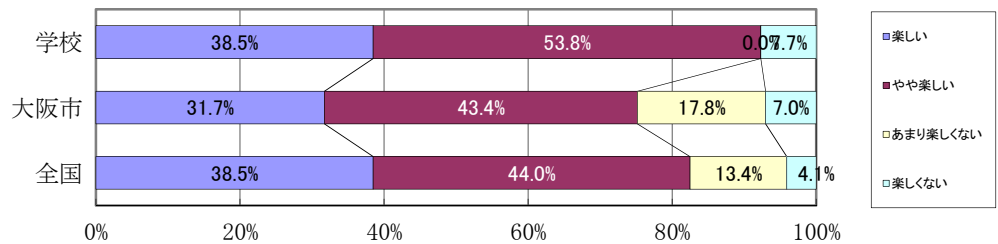
- ・現在の状況を維持向上しながら、楽しみながらできる運動量の増加及び強度を高めて記録の向上をめざす。

保健体育の授業について（女子）

質問
番号 質問事項

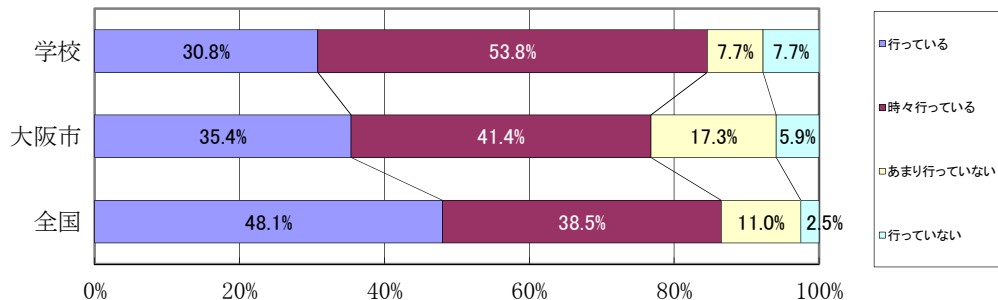
20

保健体育の授業は
楽しいですか。



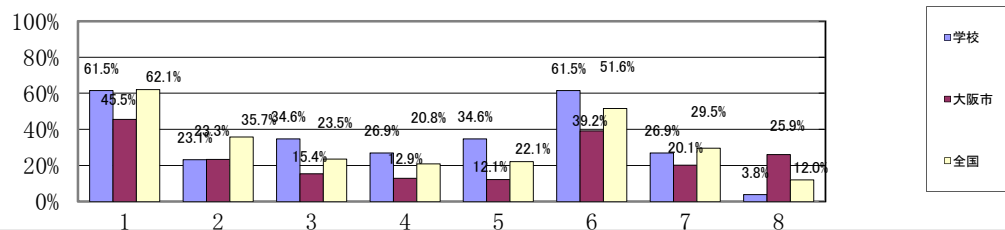
23

普段の体育の授業では、
友だちと助け合ったり、
役割を果たすような活動
を行っていますか。



27

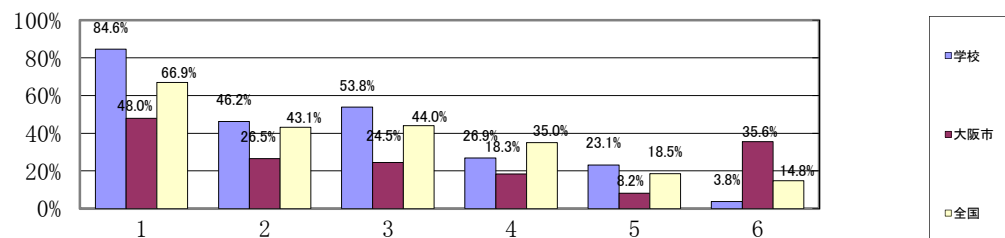
あなたは、武道の授業
で、どのようなことが
できたと思いますか。当て
はまるものを全て選んで
ください。



1 基本となる技を身につけること 2 技ができる楽しさを味わうこと 3 武道に積極的に取り組むこと 4 武道の伝統的な考え方を理解すること 5 相手を尊重すること 6 礼儀・作法など伝統的な行動の仕方を守ること 7 自己や仲間の安全に留意すること 8 入学してからまだ行っていない。

28

あなたはダンスの授業
で、どのようなことが
できたと思いますか。当て
はまるものを全て選んで
ください。



1 みんなで踊る楽しさを味わうこと 2 ダンスに積極的に取り組むこと 3 仲間と表現や踊りを通して交流すること 4 仲間の良さを認めること 5 自己や仲間の安全に留意すること 6 入学してからまだ行っていない。

成果と課題

- ・保健体育の授業が楽しいとやや楽しいの割合はあわせて94.3%。
- ・反面、助け合いや役割を果たす割合は市、全国と比べても低い。（30.8%）
- ・武道・ダンスの意義・特性は伝えられている。

今後の取組

- ・体育への意識を高めながら、授業内での各生徒の役割や協力しながらの授業展開を心がける。

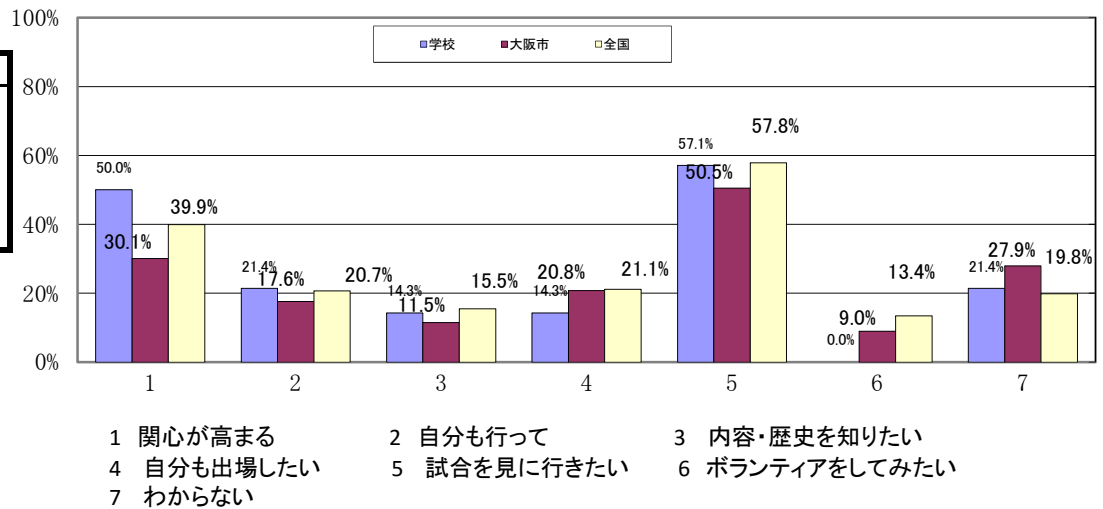
その他（男子）

質問
番号

質問事項

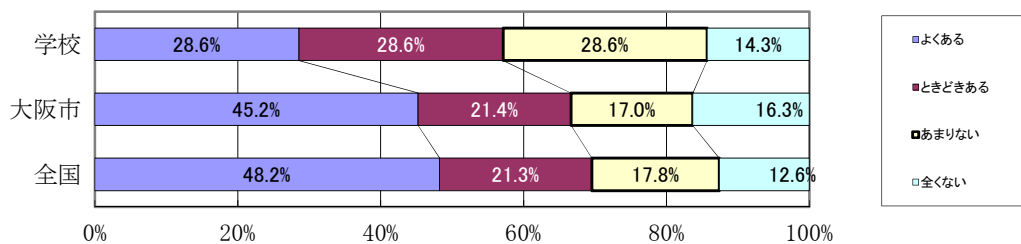
31

オリンピック・パラリンピック
への気持ち



30

放課後や学校が休みの日に、ボールなどを使って投げる運動をすることがありますか。



成果と課題

- ・実施種目への興味、試合観戦をしたいなど運動やスポーツへの関心の高まりが感じられる。
- ・学校外でのボールを投げる運動をする機会が全国、大阪市よりも低い。

今後の取組

いろいろな場所で気軽にボールスポーツを楽しめるように、普段の保健体育授業からルールや人数の工夫を考える機会を設けていく。

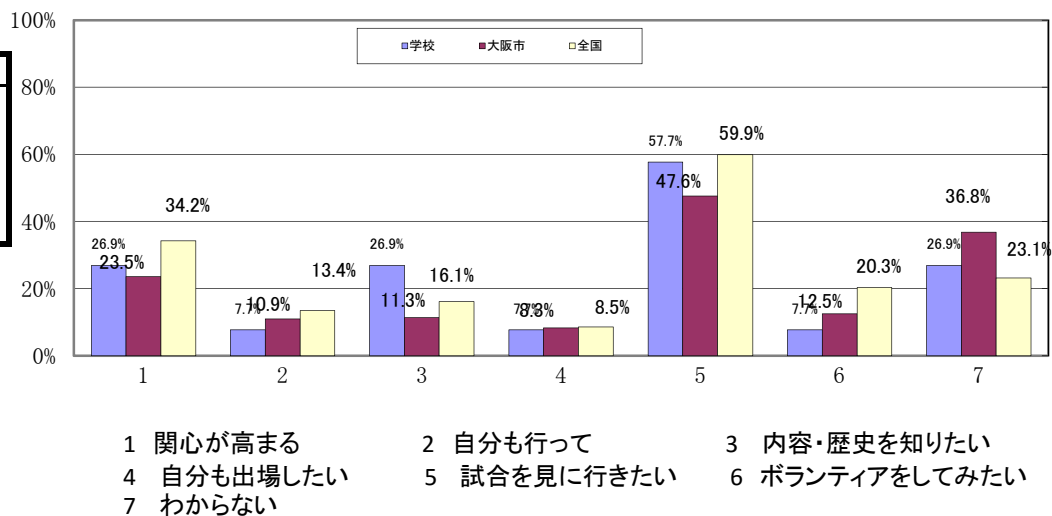
その他（女子）

質問
番号

質問事項

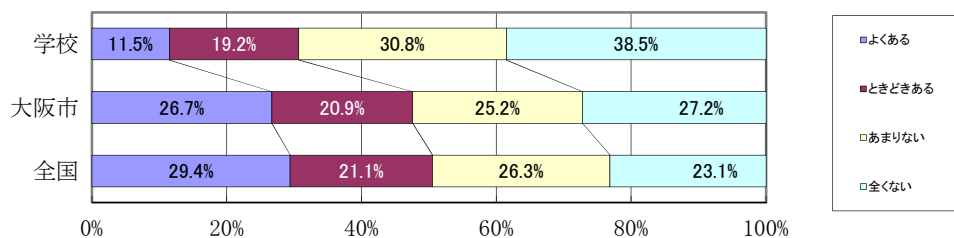
31

オリンピック・パラリンピックへの気持ち



30

放課後や学校が休みの日に、ボールなどを使って投げる運動をすることがありますか。



成果と課題

- ・放課後、休日の投運動の割合はかなり低い。
- ・オリンピック・パラリンピックの歴史を知りたい、試合を見たいの数値が高く、生徒の関心の高さがうかがえる。

今後の取組

- ・休日の投運動の低さは、女子運動部の少なさの影響が大きい。