

【求める15歳の姿】
受け入れ合い
支え合い
高め合う生徒
～互いの考えや意見を尊重
した発言・意見を通して～

鷺 中



TEL86-7950 fax86-7961

発行責任者：校長 鈴木 恭 朗

R4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 本校の結果

今週、各紙でも報道されましたが、いわゆる「体力テスト」（正式名称は上記のとおり）の結果から、北海道の小中学生の体力の低下が懸念されています。

しかし、体力を向上させることも大切ですが、それ以上に、生涯にわたって、健康に過ごすことのできる体力づくり、何歳になっても、気軽にスポーツを楽しむことができる態度や体力の育成が必要だと考えています。運動することを習慣化させてしまえば、体を動かすことを苦痛に感じなくなりますので、ご家庭でも声を掛け合い、家族みんなで運動する機会を設けていただければ幸いです。

1. 調査学年 小学校第5学年、中学校第2学年
2. 調査期間 令和4年4月～7月末
3. 調査の内容 (1)実技 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ
(2)運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

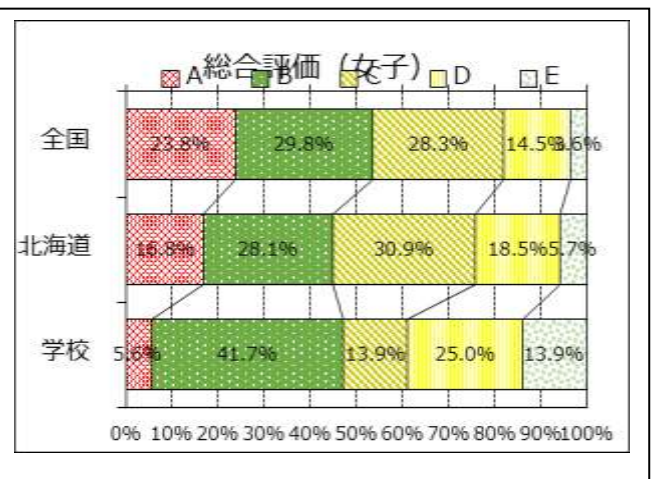
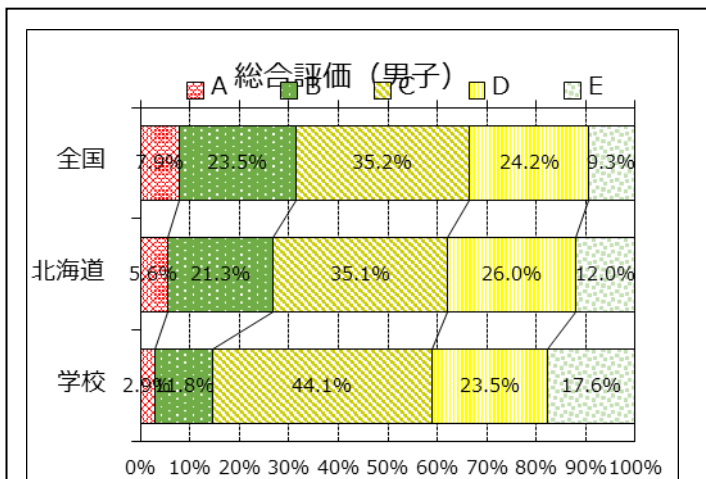
4. 調査の結果（本校）

【男子】黄色網掛けは全国平均値を上回っています。

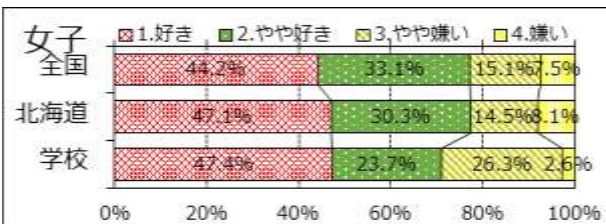
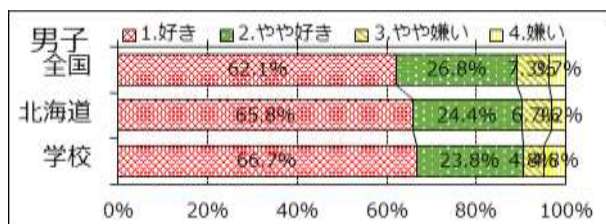
| | 握力(kg) | 上体起こし(回) | 長座体前屈(cm) | 反復横とび(点) |
|------|--------------|----------|-----------|-------------|
| 全国平均 | 28.99 | 25.74 | 43.87 | 51.05 |
| 本校平均 | 26.05 | 23.74 | 35.02 | 49.19 |
| | 20mシャトルラン(回) | 50m走(秒) | 立ち幅とび(cm) | ハンドボール投げ(m) |
| 全国平均 | 78.07 | 8.06 | 196.89 | 20.28 |
| 本校平均 | 75.30 | 8.16 | 199.56 | 18.32 |

【女子】

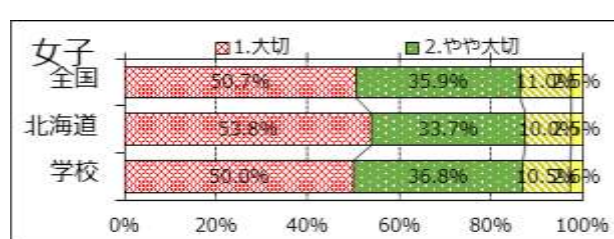
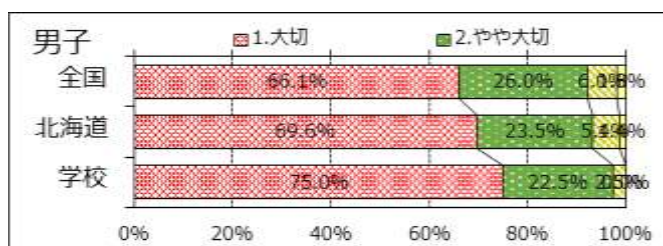
| | 握力(kg) | 上体起こし(回) | 長座体前屈(cm) | 反復横とび(点) |
|------|--------------|----------|-----------|-------------|
| 全国平均 | 23.21 | 21.67 | 46.07 | 45.81 |
| 本校平均 | 20.18 | 19.84 | 38.08 | 42.59 |
| | 20mシャトルラン(回) | 50m走(秒) | 立ち幅とび(cm) | ハンドボール投げ(m) |
| 全国平均 | 51.6 | 8.96 | 167.04 | 12.45 |
| 本校平均 | 46.92 | 9.03 | 158.76 | 11.54 |



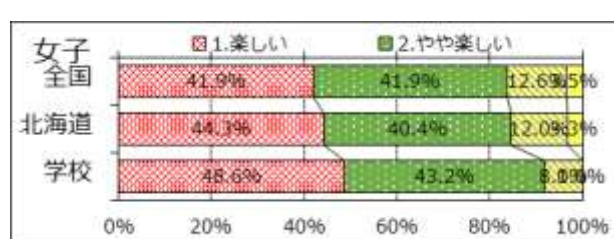
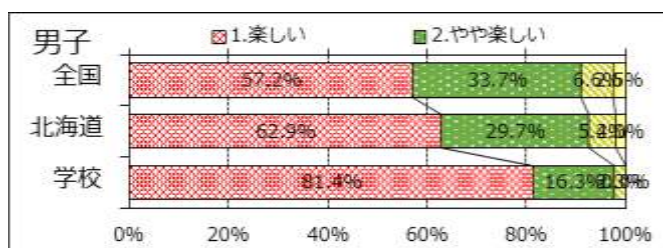
Q1.運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



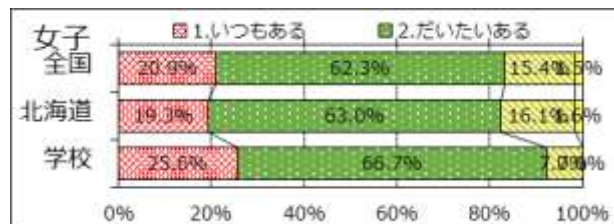
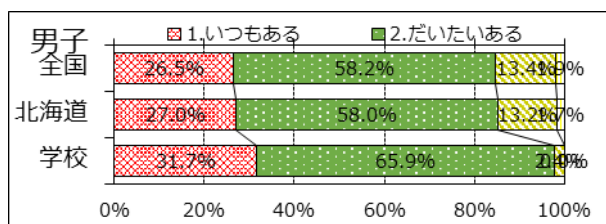
Q2.あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切なものですか。



Q3.保健体育の授業は楽しいですか。



Q4.保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



【考察】

- 実技においては、ほとんどの項目で全国平均値に届いていませんが、質問紙においては、運動することを肯定的に捉えている割合が、特に男子で高くなっています。
- 「保健体育の授業が楽しい」と回答した男子の割合は、全国平均、北海道平均を大きく上回り、女子においても、数ポイント上回っています。
- 本校の授業づくりにおいては、「めあて」と「振り返り」をしっかりと位置付けするように校内研修を重ねており、体育の授業では、そのことが徹底された結果ではないかと考察しています。

【ご家庭では】

- 朝食を必ず食べる習慣を付けさせてください。（全国平均値を下回っています）
- いっしょに散歩やサイクリング、軽スポーツに親しむ習慣をもっていただければ幸いです。
- 雑巾や掃除機がけ、雪かきでも相当な運動量です。家事の手伝いをさせてください。