

令和元年度 平岡中央中学校 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

〈本校2年男子〉

【実技の状況について】

- ☐ 握力（筋力）
→全国平均と同程度である
- ☐ 上体起こし（筋パワー、筋持久力）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ 長座体前屈（柔軟性）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ 反復横跳び（敏捷性）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ 20mシャトルラン（or 持久走）
（全身持久力、長距離走能力）
→全国平均をやや上回っている
- ☐ 50m走（疾走能力）
→全国平均と同程度である
- ☐ 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）
→全国平均と同程度である
- ☐ ソフト（or ハンド）ボール投げ
→全国平均と同程度である
- 【児童生徒質問紙について】
- ☐ 運動・スポーツが好き、やや好き
→94.0%（全国平均 89.4%）
- ☐ 保健体育の授業は楽しい、やや楽しい
→91.0%（全国平均 89.4%）
- ☐ 体育の時間を除く1週間の総運動時間が60分未満の生徒の割合
→7.6%（全国平均 7.1%）
- ☐ 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切、やや大切
→97.0%（全国平均 93.4%）
- ☐ 朝食は毎日食べる、ほぼ食べる
→98.5%（全国平均 95.0%）
- ☐ 1日の睡眠時間が平均6時間未満である。
→13.4%（全国平均 7.9%）

〈本校2年女子〉

【実技の状況について】

- ☐ 握力（筋力）
→全国平均を下回っている
- ☐ 上体起こし（筋パワー、筋持久力）
→全国平均を下回っている
- ☐ 長座体前屈（柔軟性）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ 反復横跳び（敏捷性）
→全国平均を下回っている
- ☐ 20mシャトルラン（or 持久走）
（全身持久力、長距離走能力）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ 50m走（疾走能力）
→全国平均と同程度である
- ☐ 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）
→全国平均をやや下回っている
- ☐ ソフト（or ハンド）ボール投げ
→全国平均を下回っている
- 【児童生徒質問紙について】
- ☐ 運動・スポーツが好き、やや好き
→92.7%（全国平均 79.2%）
- ☐ 保健体育の授業は楽しい、やや楽しい
→91.7%（全国平均 83.6%）
- ☐ 体育の時間を除く1週間の総運動時間が60分未満の生徒の割合
→37.7%（全国平均 19.4%）
- ☐ 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切、やや大切
→91.3%（全国平均 89.9%）
- ☐ 朝食は毎日食べる、ほぼ食べる
→95.7%（全国平均 95.5%）
- ☐ 1日の睡眠時間が平均6時間未満である。
→8.7%（全国平均 9.6%）



〈今回の調査結果の傾向〉

【実技の状況について】

- ☐ 男子は全国平均と同程度、女子は全国平均を下回っている種目が多いが、男子の20mシャトルランについては、全国平均を上回っている。男女とも体力合計点は札幌市平均を上回っている。
- ☐ 全国平均とある程度開きがある種目は次のものである。
- ・女子→握力、上体起こし、ハンドボール投げ
- 【運動習慣等について】
- ☐ 女子については、「運動・スポーツが好き」と考えている生徒が、全国平均よりもかなり高い。

☐ 「体育の授業は楽しい」と考えている生徒は、男女とも全国平均を超えている。

☐ 男女とも、「運動、食事、睡眠の大切さ」を理解している生徒が多い。

☐ 一週間の総運動時間が60分未満の生徒は男女とも全国平均より多く、昨年度と比較して一週間の運動量が60分を超えていない生徒が増加した。

〈改善の方向〉

- ☐ 健康であるために運動を行うことが大切であるという意識が高いが、運動時間が短いという現状が見られる。
- ☐ 運動をする機会を増やすために、陸上記録会、球技大会、学年レク、休業中の体力づくりレポートの課題を提出させる。
- ☐ 冬季の運動不足解消のために、スキー学習に取り組む。
- ☐ 家庭と連携し、特に食事、睡眠に關しての生活習慣の確立を図るために周知の充実を図る。
- ☐ 部活動の加入率が年々下がってきているので、部活動以外にも日頃から運動を行うことの大切さを授業等を通して、生徒に認識させる。