

〈本校男子〉

- 【実技の状況について】
- 握力（筋力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
 - 上体起こし（筋パワー、筋持久力）
→下回っている。
 - 長座体前屈（柔軟性）
→全国平均を上回っている。
 - 反復横跳び（敏捷性）
→全国平均を上回っている。
 - 20mシャトルラン（全身持久力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや下回っている。
 - 50m走（疾走能力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
 - 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
 - ハンドボール投げ（巧緻性、投球能力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
- 【生徒質問紙について】
- 運動・スポーツが好き、やや好き
→77.5%（全国平均 88.8%）
 - 保健体育の授業は楽しい、やや楽しい
→96.7%（全国平均 89.3%）
 - 健康であるために運動を行うことが大切、やや大切
→90.4%（全国平均 95.9%）
 - 健康であるために食事をしっかりとすることは大切、やや大切
→100%（全国平均 98.8%）
 - 健康であるためによく寝ることは大切、やや大切
→96.8%（全国平均 97.2%）
 - 平日、1日に3時間以上テレビやDVDゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている生徒の割合
→61.3%（全国平均 36.5%）

〈本校女子〉

- 【実技の状況について】
- 握力（筋力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
 - 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）
→全国平均を上回っている。
 - 反復横跳び（敏捷性）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや下回っている。
 - 20mシャトルラン（全身持久力）
→全国平均を下回っている。
 - 50m走（疾走能力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや下回っている。
 - 立ち幅跳び（筋パワー、跳躍能力）
→全国平均とほぼ同程度であるが、やや上回っている。
 - ハンドボール投げ（巧緻性、投球能力）
→全国平均を上回っている。
- 【生徒質問紙について】
- 運動・スポーツが好き、やや好き
→88.5%（全国平均 78.9%）
 - 保健体育の授業は楽しい、やや楽しい
→91.4%（全国平均 84.4%）
 - 健康であるために運動を行うことが大切、やや大切
→94.3%（全国平均 96.1%）
 - 健康であるために食事をしっかりとすることは大切、やや大切
→100%（全国平均 98.8%）
 - 健康であるためによく寝ることは大切、やや大切
→100%（全国平均 98.5%）
 - 平日、1日に3時間以上テレビやDVDゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている生徒の割合
→39.9%（全国平均 35.2%）

今回の調査の傾向

- 【実技の状況について】
- 男女ともに、長座体前屈のスコアが高くなっている。
 - 男子について、ハンドボール投げのスコアが高くなっている。
 - 男女ともに上体起こし（筋パワー、筋持久力）、20mシャトルラン（全身持久力）の種目のスコアが低くなっているため、課題として挙げられる。
- 【運動習慣等について】
- 「体育の授業が楽しいと考える子どもの割合は、高い値を示しており、授業で体を動かすことに対する肯定的な意識が伺える。
 - 健康を維持するために食事や睡眠などの生活習慣についても、高い意識を持つことができている。
 - 特に男子について、平日、1日に3時間以上テレビやDVDゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている生徒の割合が高い値を示しており、帰宅後の生活習慣改善が必要である。

改善の方向

- 毎回の体育授業において、準備運動として、上体おこしを取り入れる。
- 筋パワー、筋持久力や全身持久力向上に有効である「縄跳び運動」の体育授業での実施方法を工夫しながら、取組の継続・充実を図っていく。
- 体育授業での試合方法やルールを工夫することにより、運動量を確保して全身持久力の向上につなげる。
- 本校独自の特色ある体育的行事、「北中体育の日」や「こもれびの日」をさらに工夫し、日常、運動をあまりしない生徒にも気軽に取り組むことができる運動種目や運動方法を全校生徒に定着させていく。
- 生徒の基本的習慣の実態を把握し、たよりや教育相談等を通して、改善に向けた啓発を行う。
- 外部講師による楽しくわかりやすい健康指導や健康に関する体験学習を通して、自他の健康について深く考えさせる。
- ランチルーム給食や各教科での授業、特別活動などで横断的な食育指導を行い、食生活をより良いものとし、自らの健康を保持増進する意欲を高める。