

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

分析

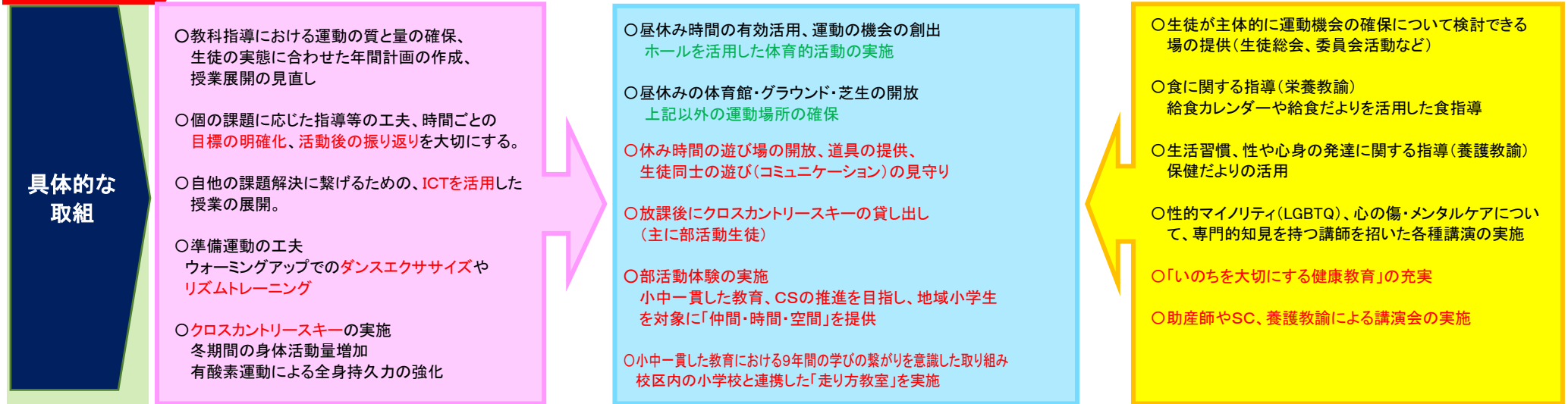
<p>体力・運動能力 <男子></p>	<p>【体力合計点・総合評価】 ○体力合計点は全国・札幌市平均より高い水準である。 ○総合評価におけるA・B評価の合計が51.4%と全国平均を15%以上、札幌市平均を20%以上も上回っている。A評価の生徒が20.0%、全国平均よりも9.8%高い水準である。 ○総合評価におけるD・E評価の合計が14.3%であり、札幌市平均の35.2%に比べると、運動を苦手とする生徒が少ない。</p>	<p>【種目】 ○ハンドボール投げは全国平均を大幅に上回っている。 ○体力合計の平均が53.4点で、総合的な運動能力が全国的に見てもかなり高いレベルにある。 ○立ち幅とび、50m走が優れており、握力、上体起こしについても平均以上の数値である。 ○反復横とび、20mシャトルランでは札幌市平均を下回った。</p>	<p>○本校男子生徒の体力は、全国平均と比較して高い水準であり、特に巧緻性は最も突出している項目である。投擲能力や上半身の瞬発力が極めて優れており、走力と瞬発力にもつながっているといえる。 ○札幌市平均と同様に、本校でも敏捷性や全身持久力が大きな課題となっており、冬期間の身体活動量低下が要因の一つとして考えられる。 ○保健体育の授業や学校生活を通して、生徒が主体的に運動の習慣を身につけられるような、運動に取り組みやすい環境作りや冬期間の身体活動量の確保など、運動機会を設定していくことが重要である。</p>
<p>体力・運動能力 <女子></p>	<p>【体力合計点・総合評価】 ○体力合計点は全国・札幌市平均より高い水準である。 ○総合評価におけるA・B評価の合計が全国・札幌市平均よりも高く、E評価の生徒は2.3%と大幅に少ない。 ○D・E評価の合計が、わずか9.1%。全国平均18.8%の半分以下の数値である。運動が苦手な子が少なく、活発な生徒が多くみられる。</p>	<p>【種目】 ○ハンドボール投げは全国平均を大幅に上回っている。 ○50m走が全国平均より約0.4秒速く、握力・上体起こしは、どちらも全国平均を上回る得点を記録している。筋力・筋持久力が高い傾向にある。 ○20mシャトルラン、長座体前屈、反復横跳びでは全国平均を大幅に下回る結果となった。</p>	<p>○本校女子生徒の体力は、札幌市平均と比較すると高い水準ではあるが、持久力、柔軟性、敏捷性については課題がある。 ○総合A・B評価の生徒が多く、D・E評価の生徒が少ない。 ○運動に関するアンケートでも、総じて運動に前向きな生徒が多くみられる。 ○運動に苦手意識がある生徒へのサポートを充実し、生徒の興味関心を引き出す取り組みを推進していく必要がある。</p>
<p>運動・スポーツへの意識 運動習慣</p>	<p>○運動は大切であると回答した生徒が多い。 (男子:91.7%、女子:78.4%) ○運動に興味や関心があると回答した生徒が多い。 (男子:91.7%、女子:78.4%) ○テレビやスマートフォン等を3時間以上使用している。 (男子:54.2%、女子:47.1%)</p>	<p>○1週間の総運動時間が420分(1日平均1時間以上)の生徒の割合が70%前後で、全国平均よりも多い傾向にある。 ○部活動やスポーツクラブなどへの加入率や活動頻度が高いことが、体力テストの良好な結果(A・B判定の多さ)に直結していると考えられる。(男子80.9% 女子82.3%) ○卒業後に自主的に運動をしたいと回答する生徒が多い。 (男子:86.9%、女子:88%)</p>	<p>○アンケート結果や体力テストの得点から、男女ともに「運動が好き」「興味がある」と回答している割合が、全国や札幌市平均と比較して高い傾向にある。 ○生徒が運動の必要性を実感したり、日常の中に運動を取り入れたりできる「空間」や「機会」を整えることで、さらなる体力向上につながると考えられる。</p>

三つの取組

① 体育・保健体育等の授業の充実

② 授業以外で子どもの運動機会を創出する取組

③ 子どもが自ら健康の保持増進を図る取組



具体的な取組

- 教科指導における運動の質と量の確保、生徒の実態に合わせた年間計画の作成、授業展開の見直し
- 個の課題に応じた指導等の工夫、時間ごとの**目標の明確化、活動後の振り返り**を大切にす。
- 自他の課題解決に繋げるための、**ICTを活用**した授業の展開。
- 準備運動の工夫
ウォーミングアップでの**ダンスエクササイズ**や**リズムトレーニング**
- クロスカントリースキーの実施
冬期間の身体活動量増加
有酸素運動による全身持久力の強化

- 昼休み時間の有効活用、運動の機会の創出
ホールを活用した体育的活動の実施
- 昼休みの体育館・グラウンド・芝生の開放
上記以外の運動場所の確保
- 休み時間の遊び場の開放、**道具の提供、生徒同士の遊び(コミュニケーション)の見守り**
- 放課後に**クロスカントリースキーの貸し出し(主に部活動生徒)**
- 部活動体験の実施
小中一貫した教育、CSの推進を目指し、地域小学生を対象に「**仲間・時間・空間**」を提供
- 小中一貫した教育における9年間の学びの繋がりを意識した取り組み
校区内の小学校と連携した「**走り方教室**」を実施

- 生徒が主体的に運動機会の確保について検討できる場の提供(生徒総会、委員会活動など)
- 食に関する指導(栄養教諭)
給食カレンダーや給食だよりを活用した**食指導**
- 生活習慣、性や心身の発達に関する指導(養護教諭)
保健だよりの活用
- 性的マイノリティ(LGBTQ)、心の傷・メンタルケアについて、専門的知見を持つ講師を招いた各種講演の実施
- 「いのちを大切にす健康教育」の充実**
- 助産師やSC、養護教諭による講演会の実施

家庭・地域との連携・協働

- 保健体育の評価規準に基づく、学習状況評価結果の活用(日常の実技観察やICTを活用した知識テストの取り組み等)
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の活用

