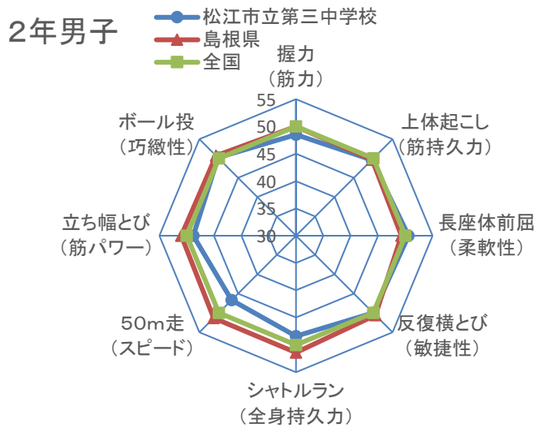
【資料1】

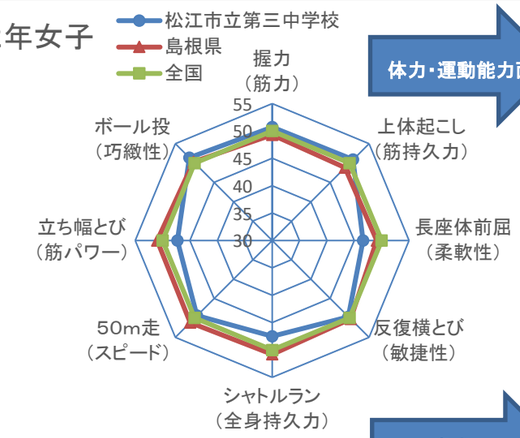
令和5年度　体力・運動能力調査結果及び分析・対策

令和6年3月29日

松江市立第三中学校

（1）令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果（全国平均を50としたときの比較）

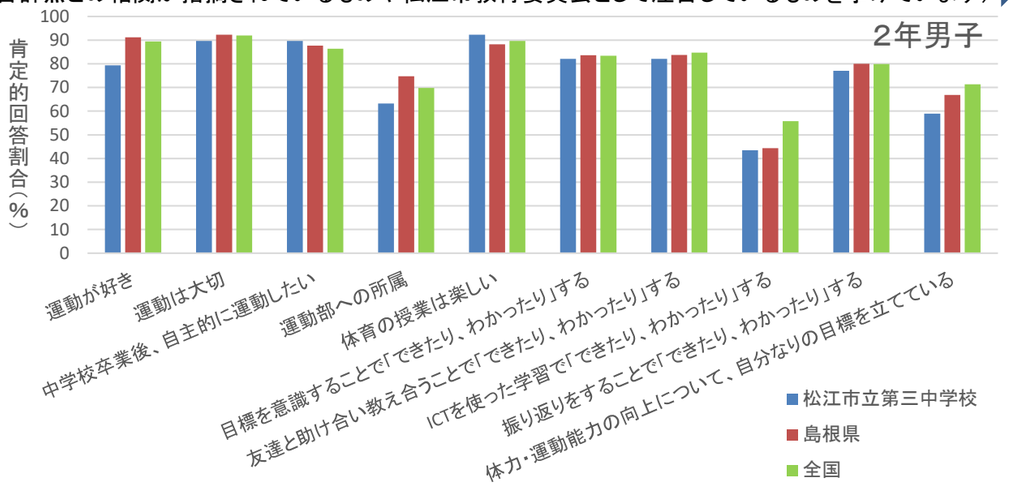


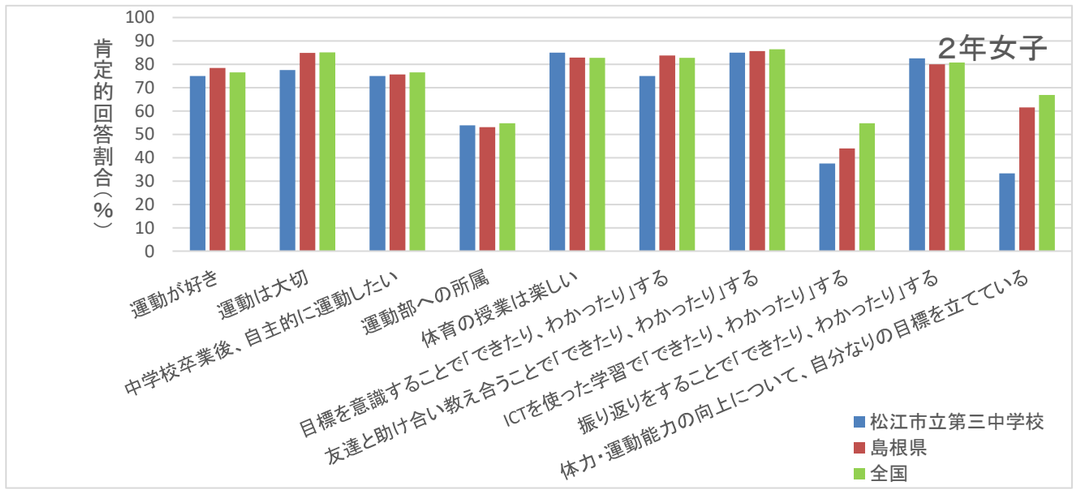


体力・運動能力面

意識

全国体力・運動能力調査、運動習慣等調査＜意識調査＞の結果
（体力合計点との相関が指摘されているものや松江市教育委員会として注目しているものを挙げています）





（2）調査結果の分析

①体力・運動能力面　全国（偏差値）との比較

	握力（筋力）	上体起こし（筋持久力）	長座体前屈（柔軟性）	反復横とび（敏捷性）	シャトルラン（全身持久力）	50m走（スピード）	立ち幅とび（筋パワー）	ボール投（巧緻性）
男子	−1.5	−0.4	0.6	0.0	−1.6	−3.3	−1.2	0.2
女子	0.7	0.9	−3.4	−0.3	−2.5	−0.6	−2.7	1.4

【−5p以上】【−5〜−2p】【−2〜0p】【0〜2p】【2〜5p】【5p以上】
弱み ← → 強み

②意識面　全国（割合%）との比較

	運動が好き	運動は大切	中学校卒業後、自主的に運動したい	運動部への所属	体育の授業は楽しい	目標を意識することで「できたり、わかったり」する	友達と助け合い教え合うことで「できたり、わかったり」する	ICTを使った学習で「できたり、わかったり」する
男子	−10.0	−2.3	3.3	−6.6	2.6	−1.3	−2.6	−12.3
女子	−1.5	−7.6	−1.5	−0.9	2.3	−7.7	−1.4	−17.2

	振り返りをすることで「できたり、わかったり」する	体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている
男子	−2.9	−12.4
女子	1.8	−33.5

【−7%以上】【−7〜−3%】【−3〜0%】【0〜3%】【3〜7%】【7%以上】
弱み ← → 強み

（3）令和6年度の方針【学校全体での取組】

（1）自校の体力的課題の解決に向けての授業での工夫・改善
・全体的に見て、スピードや筋持久力、全身持久力が劣っていることから、能率良くストレッチングやレーニング等を取り入れていくことが必要である。
・補強運動として総合的な運動能力を高められる、サーキットトレーニング等の実施を取り入れる。

（2）運動の二極化を防ぐための授業での工夫・改善
・昼休み等に体育館や運動場を解放して自由に運動ができる機会を設けているが、使用している生徒が固定化しているため、もっと幅広く活用できる方法を考える必要がある。自由に遊ぶ機会を増やし、そこから授業へと繋げていきたい。
・自己の伸び（成長）を確認できるようタブレットやワークシートの工夫と改善を行う。

（3）授業の過程で、知識を活用したり、表現したりする場面設定の工夫・改善
・ICTの活用に不慣れな所があり、生徒も教師も時間をとられてしまうところがあった。実践事例をもとに積極的に使用し、領域の 特性に合わせた活用につなげる。
・前年度の振り返り等ができるようタブレットやワークシートの工夫を行い、学習課題が明確になるようにする。