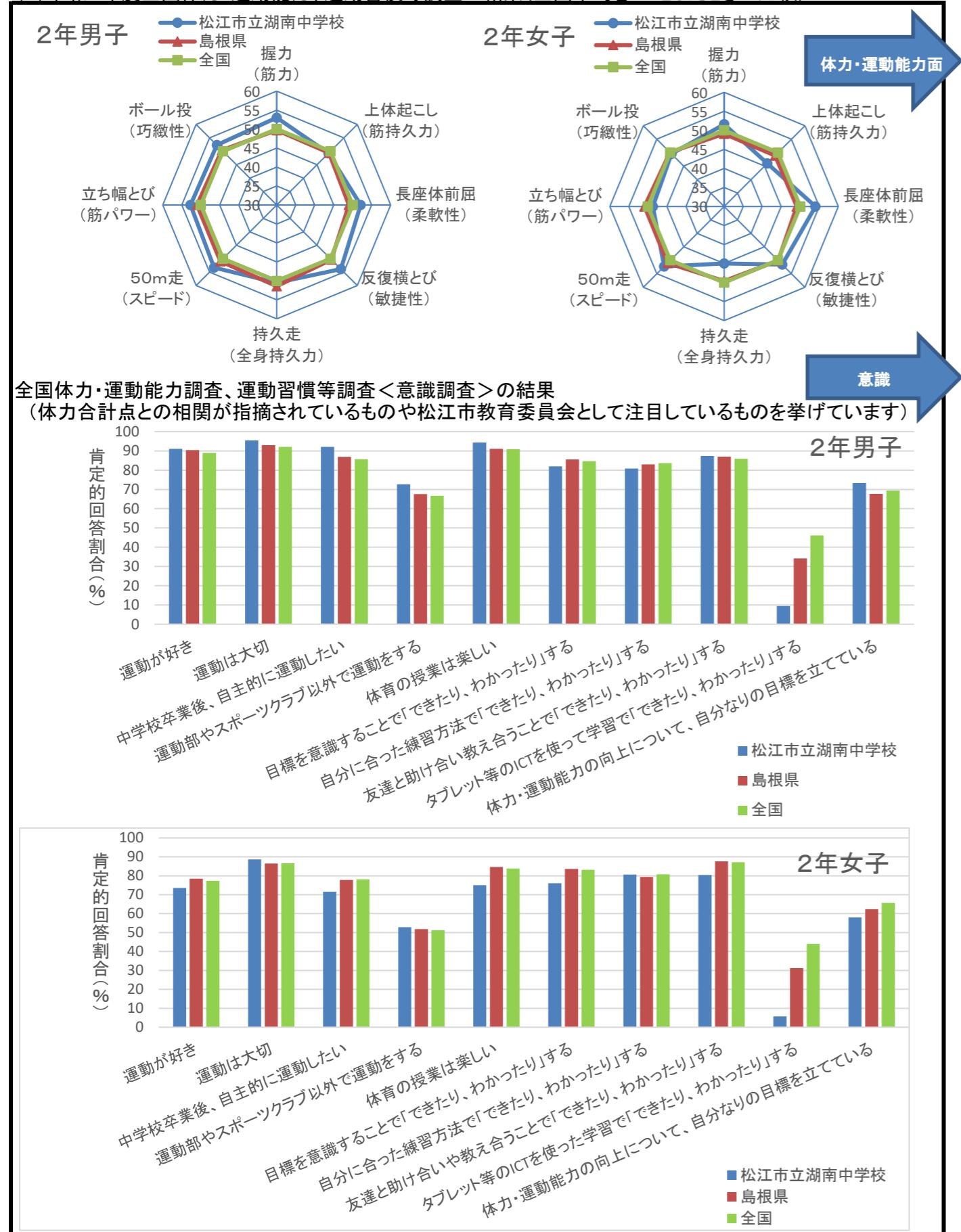


令和4年度 体力・運動能力調査結果及び分析・対策

令和5年3月29日

松江市立湖南中学校

(1)令和4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)



(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)	持久走 (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	3.0	-0.7	2.1	3.9	0.5	3.3	2.7	2.3
女子	1.6	-4.0	4.0	1.6	-5.0	2.3	-1.3	-0.5

【-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	運動部やスポーツクラブ以外で運動をする	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	自分に合った練習方法で「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	タブレット等のICTを使って学習で「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	2.2	3.4	6.4	6.0	3.5	-2.7	-2.8	1.5		
女子	-3.7	2.0	-6.5	1.6	-8.8	-7.1	-0.1	-6.8		
	タブレット等のICTを使った学習で「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	-36.7	3.9								
女子	-38.3	-7.7	【-7%以上】	【-7~-3%】	【-3~0%】	【0~3%】	【3~7%】	【7%以上】		

弱み 強み

(3)令和5年度の方針【学校全体での取組】

- ①体力向上や体育授業に関する校内研修会等の計画について
 - ・持久力を高めていくために本校の長距離走については、定期的かつ計画的に実施するためにも、シャトルランを併用を効果的に進めたい。
 - ・部活動顧問との連携を図り、体力づくりの面からも共通認識をもって取り組む。
- ②体育科授業の工夫・改善について
 - ・一人一人に合った運動を行うことができるようワークシートによるめあてと振り返りの内容を工夫する。
 - ・特に持久力、筋力を高める運動についての体づくり運動を取り入れる必要がある。
 - ・子どもたちに合った体幹トレーニングとストレッチングのあり方を検討する。
 - ・タブレットなどのICTを使ってより生徒の意欲を喚起させることができるようする。
- ③体育授業以外の活動の工夫について
 - ・生徒会(体育委員会)企画運営による朝の柔軟体操を継続する。
 - ・運動部活動加入率アップを図り、部活動のより活性化を目指す。
- ④家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信について
 - ・家庭と地域と連携した食事作りについて自慢のお弁当作りを行う。
 - ・バランスのよい食事について学び、健康な体づくりを行う。
 - ・メディアコントロール weakerについて意識化を図り、日常生活に生かす。
 - ・小学校と連携を図りながら共通した体力づくりのねらいをもち、子どもたち自身が体力の向上を意識して体力づくりに取り組むことができるようにする。