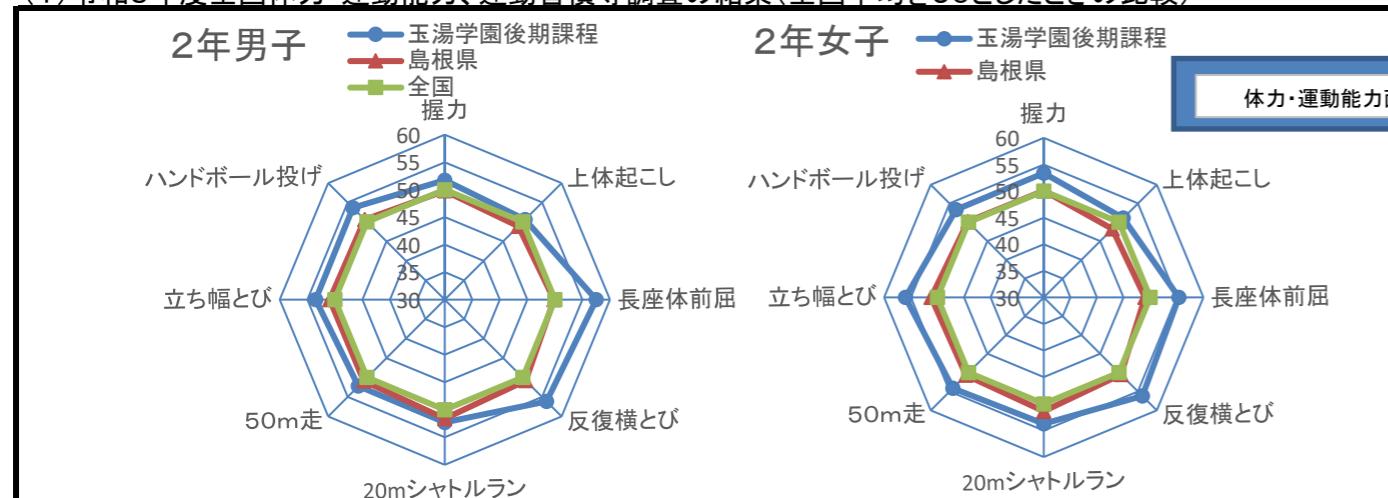


## 令和3年度 体力・運動能力調査結果及び分析・対策

令和4年3月29日

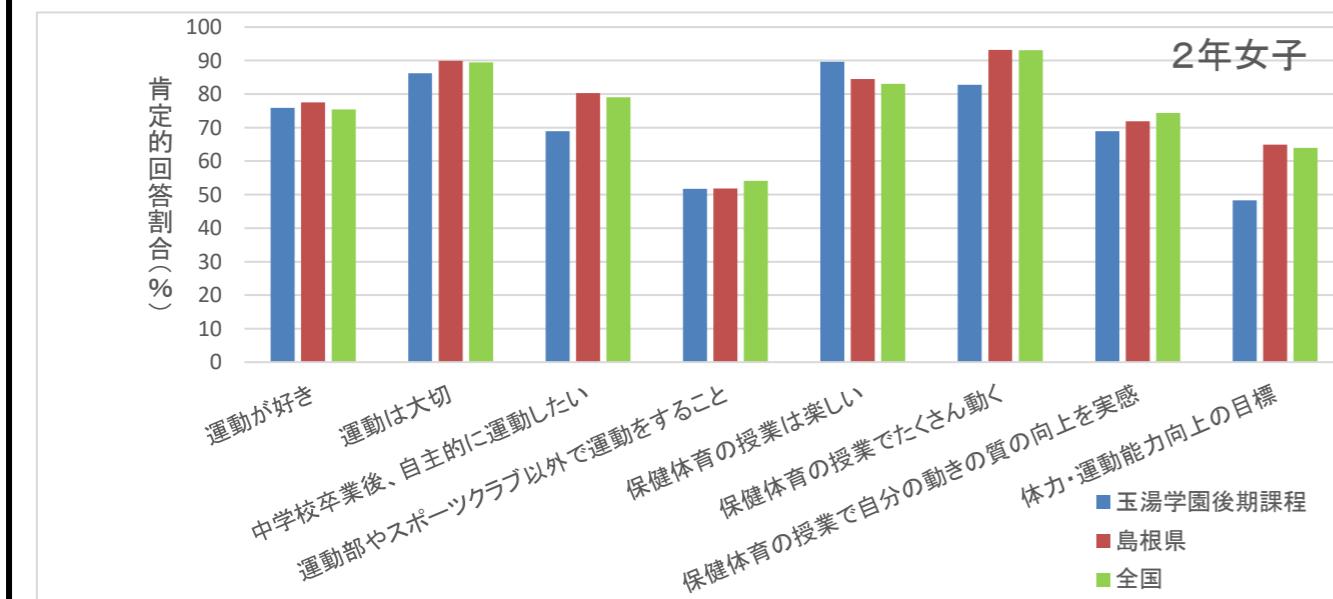
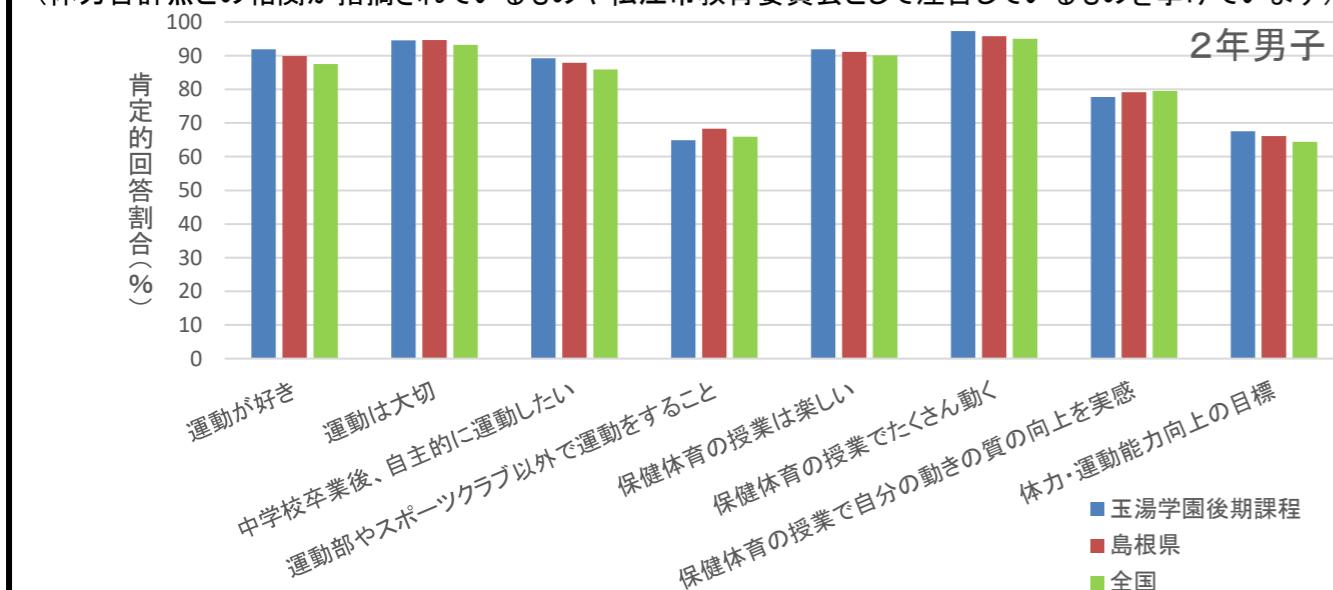
玉湯学園後期課程

## (1)令和3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)



## 全国体力・運動能力調査、運動習慣等調査&lt;意識調査&gt;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

**強み**  
○男子ではすべての種目において全国平均を上回っている。特に「柔軟性」、「敏捷性」に強みがある。  
○女子ではすべての種目において全国平均を上回っている。特に「柔軟性」、「敏捷性」、「瞬発力」に強みがある。

**課題**  
●男子では全国平均を下回るものがないが、「上体起こし」「20mシャトルラン」「50m走」については記録を伸ばしたい。  
●女子では全国平均を下回るものがないが、「上体起こし」「20mシャトルラン」については記録を伸ばしたい。

**次年度の対策**  
○50m走の記録をのばせるよう、各種目の練習やトレーニングの中に瞬発力を養う動きを工夫して取り入れていきたい。  
○男女ともに「上体起こし」の記録をのばせるように、トレーニングの中に腹筋運動を積極的に取り入れていきたい。  
○男女ともに「20mシャトルラン」の記録をのばせるように、校内ロードレースの練習も兼ねて、定期的に5分間走などの持久的運動を積極的に取り入れたい。

## ②意識面

**強み**  
○男子では「保健体育の授業は楽しい」を含め、ほとんどの項目の割合が全国平均よりも高い。  
○女子では「保健体育の授業は楽しい」の割合が全国平均よりも高い。

**課題**  
●男子では「運動部やスポーツクラブ以外での運動」「保健体育の授業で自分の動きの質の向上を実感」の割合が全国平均よりも低い。  
●女子では特に「中学卒業後、自主的に運動したい」「体力・運動能力向上の目標」の割合が全国平均よりも大きく下回っている。

**次年度の対策**  
○男女ともに低かった「保健体育の授業で自分の動きの質の向上を実感」については、ワークシートや映像を使い客観的に自分の動きの向上を実感できるように工夫したい。それに伴い、「体力・運動能力向上の目標」においても、目標を具体的にし、自主的に努力できるよう工夫していきたい。  
○上記で自らの向上を実感すれば「中学校卒業後…」の値も伸びてくると考える。

## (3)令和4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

- ・今年度に引き続き、サークルトレーニングなどを取り入れ、体力を向上させようとする姿勢を育てる。
- ・体力向上の目標を設定することや自らの体力の状況が具体的な形でわかるような工夫を行うことで、生徒個々の運動への意識を高めさせる。

## ②運動の二極化を防ぐための授業での工夫・改善

- ・グループ活動を積極的に活用し、互いに教え合い、高めあう場を設定することで主体的な活動を推進する。
- ・学習カードの有効的な活用を図る。

## 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

- ・グループ活動を取り入れ、話し合い活動等を工夫した言語活動を推進する。
- ・発表会など、成果を見せ合う場面をできるだけつくる。

## ④保健体育授業以外の活動(運動環境の工夫や家庭への情報発信等)

- ・体力向上を目指した生活習慣の確立、食育推進の取組を行う。
- ・今年度から玉湯学園として新しくスタートした。小学校(前期教育課程)と連携を図り、9年間を見通した体力向上の取組を行なっていかなければならないと考えている。
- ・保健体育委員会と協力しながら、健康安全に関する取り組みを行う。特に感染症の対策については、保健の授業との関連をもちながら、予防対策の実践、啓発を行っていきたい。