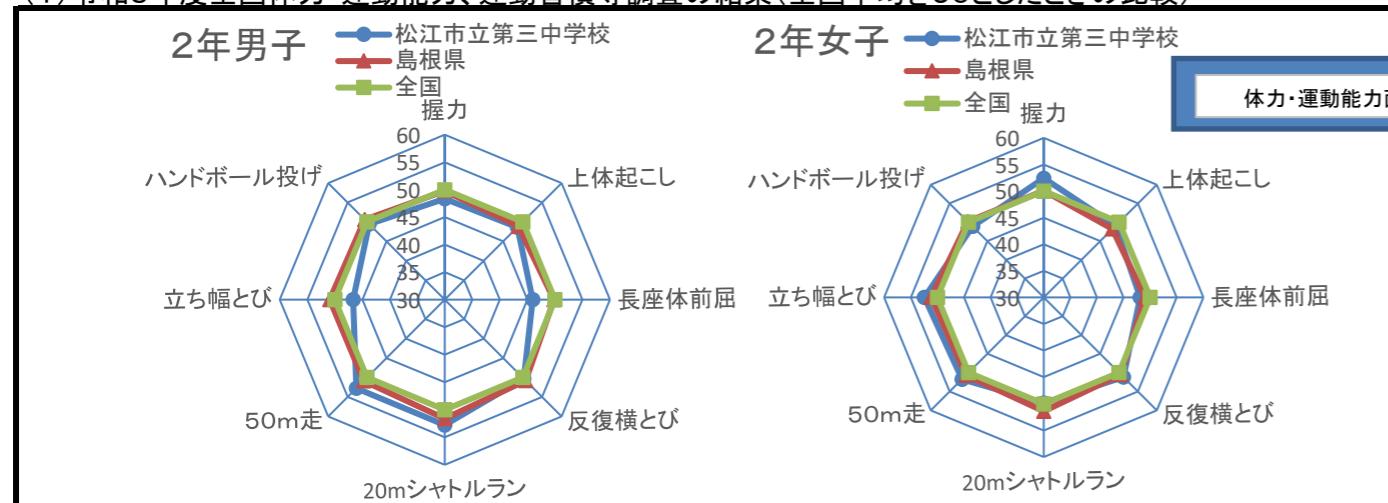
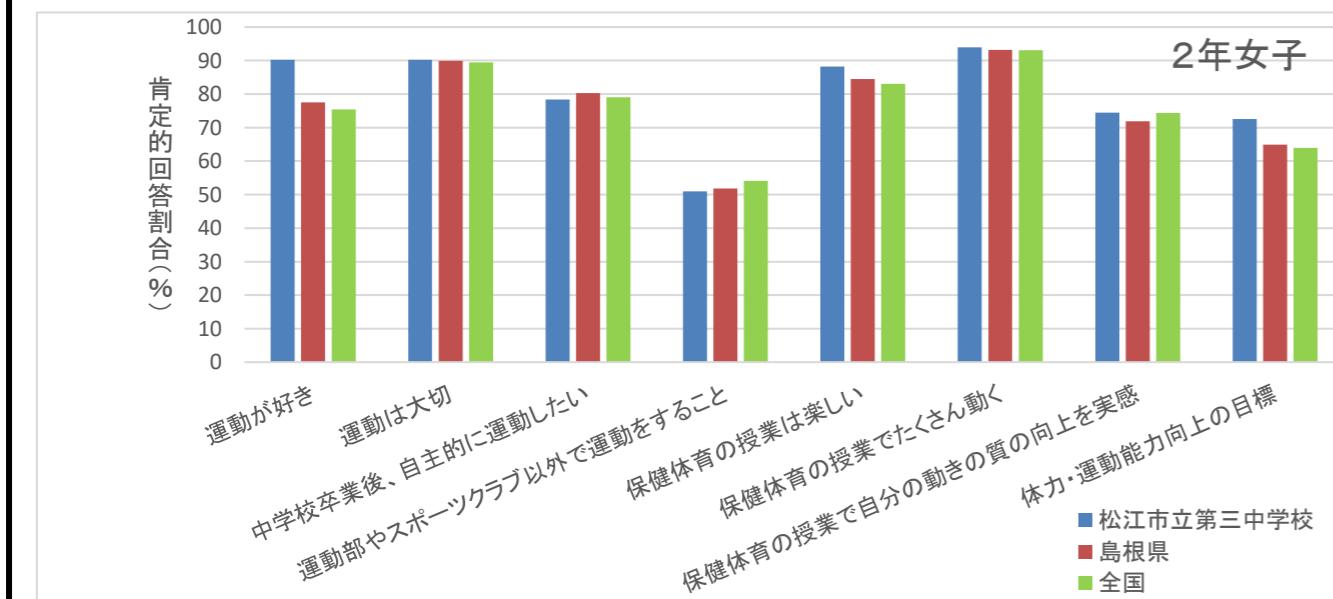
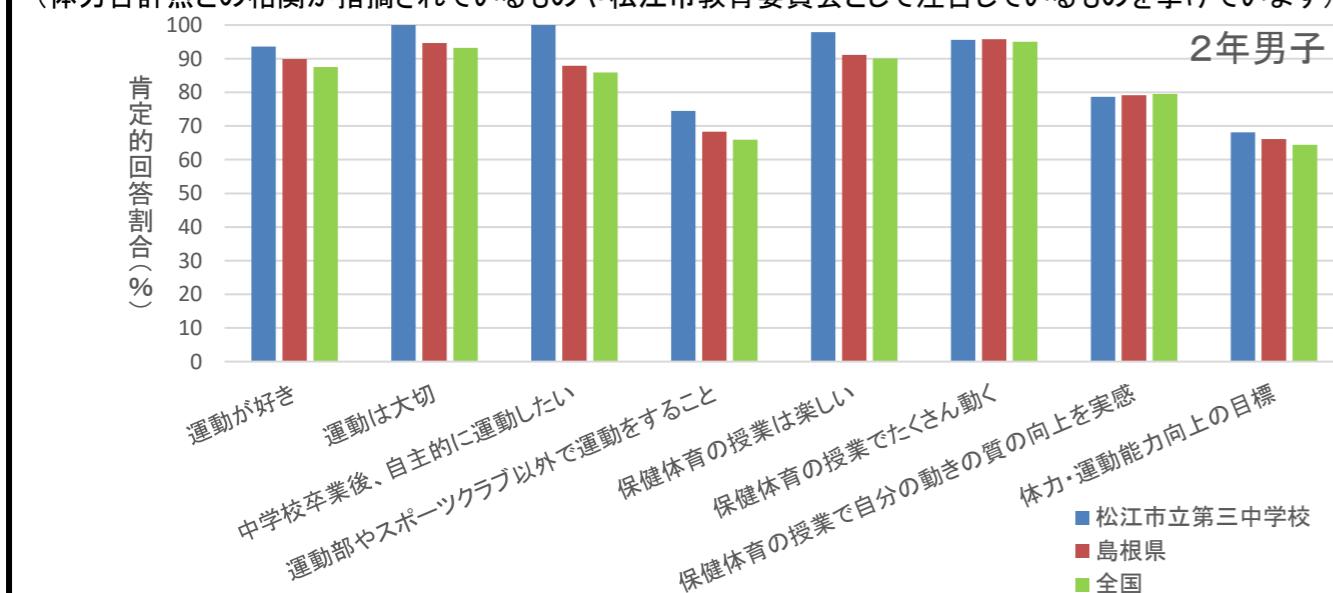


## 令和3年度 体力・運動能力調査結果及び分析・対策

令和4年3月29日

松江市立第三中学校

## (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<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

**強み**  
○男子では「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」が全国平均を上回っている特に「全身持久力」「スピード」が強み。  
○女子では「握力」「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」が全国平均を上回っている。特に「筋力」「筋パワー」が強みといえる。

## 課題

- 男子では特に「上体起こし」「長座体前屈」「立ち幅跳び」が全国平均を下回り、特に「筋力・筋持久力・筋パワー」「柔軟性」が課題。
- 女子では特に「長座体前屈」「ハンドボール投げ」において全国平均を下回り、特に「柔軟性」「巧緻性」が課題。
- 男女とも、「長座体前屈」において全国平均を下回り、「柔軟性」が大きな課題といえる。

## 次年度の対策

- 保健体育科の授業の中で柔軟性を高める運動を継続的に取り入れる。
- 授業の始まりに筋力トレーニングなどを継続的に取り入れる。
- 球技では、キャッチボールなどの基本的な技能をきちんと習得できるようにする。
- 体力調査で課題となる運動について、個人の目標値を設定し、Reテストを実施する取組を行う。

## ②意識面

## 強み

- 男女とも「運動が好き」「体育の授業は楽しい」の割合が全国平均よりも高く、運動や保健体育授業への意欲が高い。
- 男子では、「運動は大切」「中学校卒業後、自主的に運動したい」について肯定的な回答割合が全国平均より高く、運動に対する高い関心をもち、意欲的に活動したいという欲求がある。
- 女子では「体力・運動能力向上の目標」の割合が全国平均よりも高く、運動に対して目標を持って取り組んでいる。

## 課題

- 男子では「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やや低い。
- 女子では「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すること」の割合が全国平均よりも低い。

## 次年度の対策

- 多様な楽しさ(する・見る・知る・支える)の経験を視点を重視して、保健体育授業、体育的活動を計画、実施する。
- 特に、より質の高い運動を意識した授業改善、充実を図る。
- 生涯スポーツの視点から、運動のよさや楽しさを感じられる活動の充実を図る。

## (3)令和4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

「課題提示・振り返り」「思考的な運動時間の確保」「多様な関わり」を視点に授業改善、充実に取り組む。  
授業開始時においてストレッチ体操等の柔軟性や体幹トレーニング運動を継続的に取り入れる。  
校内研修で保健体育科教員を中心に授業研修を実施する。

体力調査の結果から課題となる運動について、個別の目標を立て、Reテストを実施する取組を行う。

## ②体育科授業の工夫・改善について

授業の中で、運動時間を十分に確保する。また、基本的な技の習得を行うと同時に、個々に合わせてより難度の高い技の習得ができるよう場を設定する。  
球技では、特にキャッチボールなどの基本的な技能を授業の中で取り入れるとともに、運動の多様な楽しさを感じられるような授業づくりを行う。

## ③体育授業以外の活動の工夫について

生徒の技能向上や活動の充実のため、電子黒板・タブレット端末を積極的に活用する。  
ペアやグループによる活動を授業に計画的に位置づけ、活動の充実を図る。

## ④家庭・地域、近隣の学校・園等との連携、情報発信について

部活動の基本方針を基に運動部活動での体力向上や運動への意欲向上を図る。  
まつえ天神川学園の部会等を通して、各校の課題や取組を共有したり、共通の取組を推進したりする。  
生徒の部活動の様子等について、学校だよりやHPを通して情報発信する。  
メディアとのよりよい関わり方を含めた望ましい生活習慣づくりについて学園全体でメディアコントロールourkeを実施する。