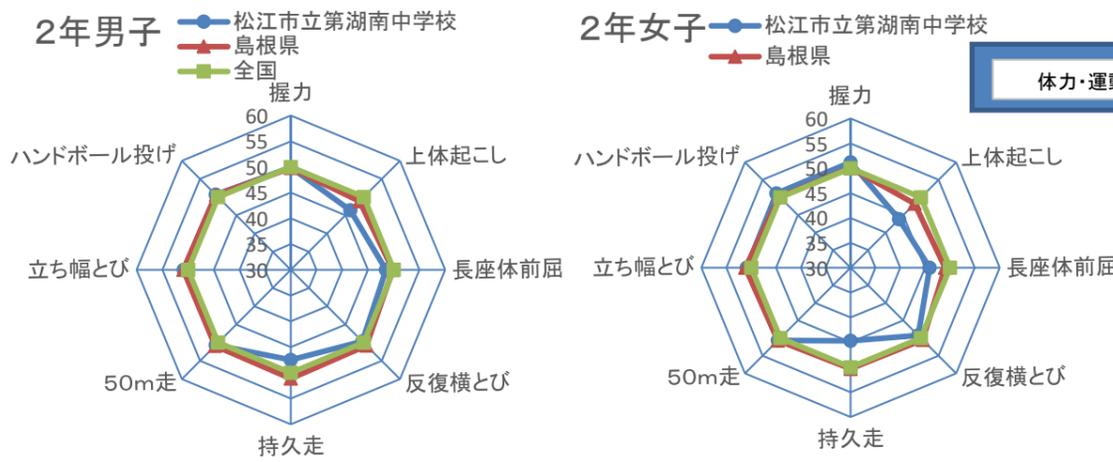


(1) 令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果(全国平均を50としたときの比較)

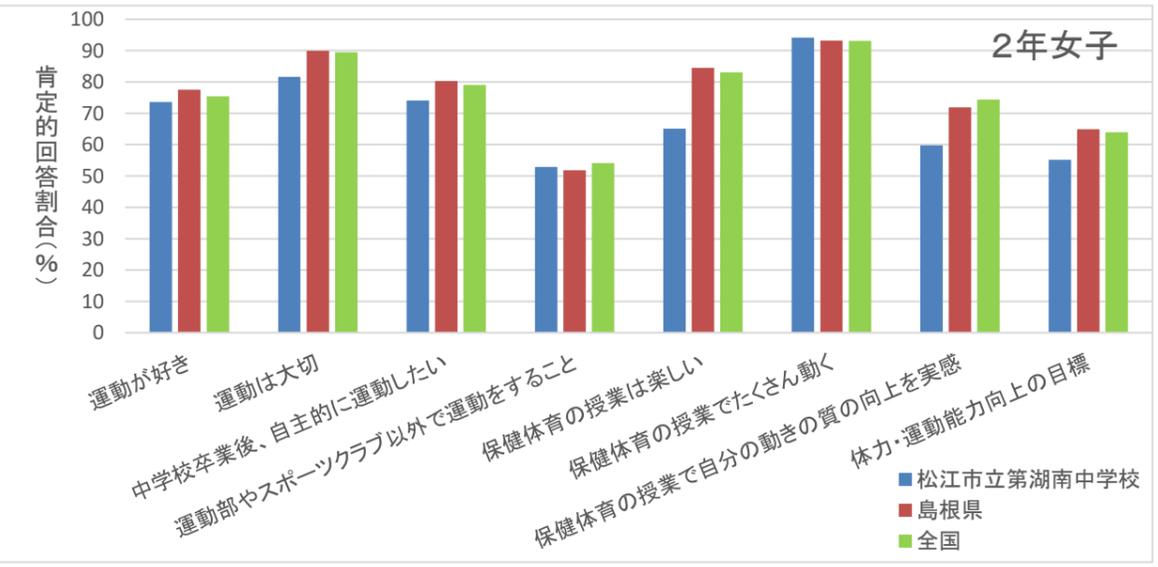
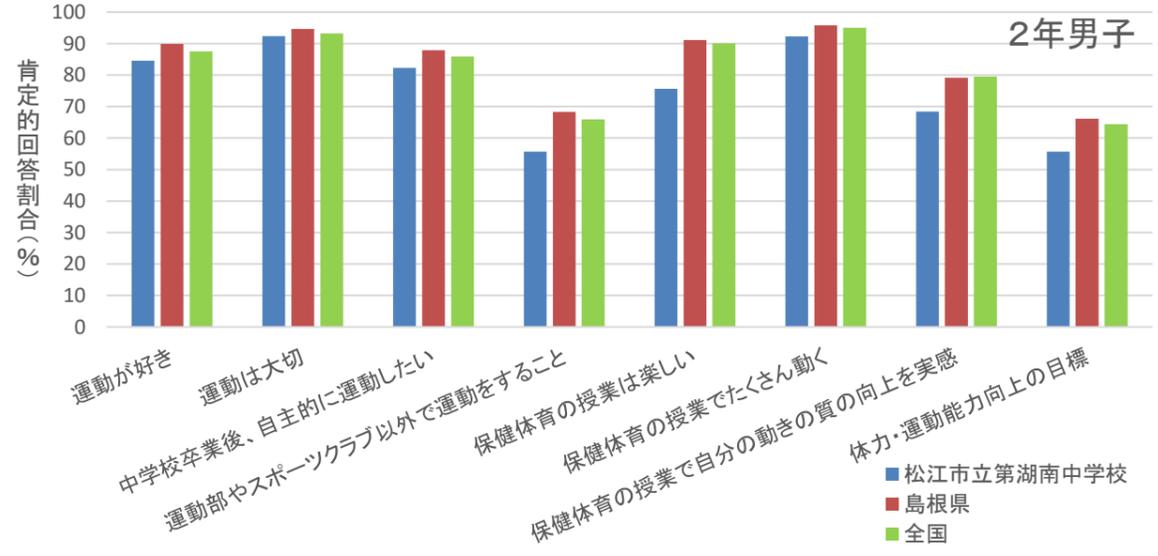
(2) 調査結果の分析



体力・運動能力面

意識面

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)



① 体力・運動能力面

**強み**  
 ○男子では「50m走」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」が全国平均を上回っており、「走力」「瞬発力」「巧緻性」が強み。  
 ○女子では「握力」「50m走」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」が全国平均を上回っており、「筋力」「走力」「瞬発力」「巧緻性」が強み。

**課題**  
 ●男子では「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」「持久走」が全国平均を下回り、特に「筋持久力」と「全身持久力」が課題。  
 ●女子では「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」「持久走」において全国平均を下回り、特に「筋持久力」と「全身持久力」が課題。

**次年度の対策**  
 ◎体育の授業時に隔週で長距離走をしたが、天候に左右されることから予定を立てにくかったため、子どもたちの意欲を持続していくことが難しかった。より意欲的に取り組めるよう工夫していく必要がある。  
 ◎上体起こしが全国平均より全学年男女とも劣っていることから、ストレッチ・体幹トレーニングの内容に力強い動きを高める運動を加える。

② 意識面

**強み**  
 ○女子では「保健体育の授業でたくさん動く」の割合が全国平均よりも高い

**課題**  
 ●男子では全項目において、割合が全国平均よりも低い。  
 ●女子では「保健体育の授業でたくさん動く」以外の割合が全国平均よりも低い。

**次年度の対策**  
 ◎一人ひとりに合った目標を設定するとともに、一人ひとりの体力に合った運動を行うことができるようにする。  
 ◎ワークシートや振り返りシートを自己の力の伸びをより自覚できるものに改善する。

(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
  - ・持久力を高める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するよう検討する。
  - ・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授業とワークシートの内容を工夫する。
  - ・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。
- 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、部活動のさらなる活性化を目指す。
- 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ウィーク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。