



# 中学校 学校用確認シート

今年度の調査結果について、自校の状況を確認してみましょう

## 1 自校の生徒の体力や運動に対する意識を確認し、次年度の取組に活かしましょう

### 運動領域およびテスト項目と運動特性の関係を理解しましょう

[ 学習指導要領における運動領域と新体力テスト項目の運動特性との関連 ]

学年	運動の領域・ 新体力テストの項目	運動の特性					
		すばやさ	動きを 持続する能力 (ねばり強さ)	タイミングの良さ	力強さ	体の柔らかさ	
中学1・2年	体づくり運動	●	●	●	●	●	
	器械運動			●	●	●	
	陸上運動	●	●	●	●	●	
	水泳	●	●	●	●		
	球技	●	●	●	●		
	武道	●	●	●	●	●	
	ダンス		●	●		●	
	新体力テスト項目	反復横とび		上体起こし	反復横とび	握力	長座体前屈
		50m走		持久走(中学校のみ)・ 20mシャトルラン	立ち幅とび	上体起こし	
					ボール投げ	ボール投げ	
				50m走	立ち幅とび		

左表は、運動の領域および新体力テスト項目と運動特性（動きの特性）のそれぞれの対応関係を示しています。運動領域と新体力テストの運動特性は、「すばやさ」「動きを持続する能力」「タイミングの良さ」「力強さ」「体の柔らかさ」の五つに整理することができます。新体力テスト項目の測定値を、これらの運動特性ごとの状況で把握することにより、体育・保健体育での学習や日常生活における運動やスポーツ活動を通した効果的な指導改善に役立てていくことができます。

### 確認 自校の実技・運動時間の結果はどうでしたか？

結果資料を CD を活用し、自校の状況を表に記入してみましょう。 →



種目	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走(秒) 1500m(男子) 1000m(女子)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (点)	体力合計点 (点)	週の運動時間が0分の割合 (%)	
男子	全国平均	28.83	27.25	43.35	52.20	393.72	85.65	7.99	195.59	20.49	42.18	5.2
	自校の平均											
女子	全国平均	23.83	23.77	46.19	47.37	287.53	59.55	8.78	170.06	12.90	50.43	13.9
	自校の平均											

### 確認 自校の生徒質問紙調査の結果はどうでしたか？

体力・運動能力と、生徒質問紙調査の「運動やスポーツをすることが好きか」「体育の授業が楽しいか」の肯定的な回答には、関わりがあることが明らかになっています。

【質問1】運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。

【質問17】体育の授業は楽しいですか。

	好き	やや好き	ややきらい	きらい	
男子	体力上位校	66.6%	24.0%	6.3%	3.1%
	自校				
女子	体力上位校	51.0%	30.7%	12.8%	5.4%
	自校				

	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない	
男子	体力上位校	55.6%	35.5%	6.6%	2.3%
	自校				
女子	体力上位校	44.8%	42.1%	10.5%	2.6%
	自校				

※体力上位校：体力合計点の高かった上位 10%の学校

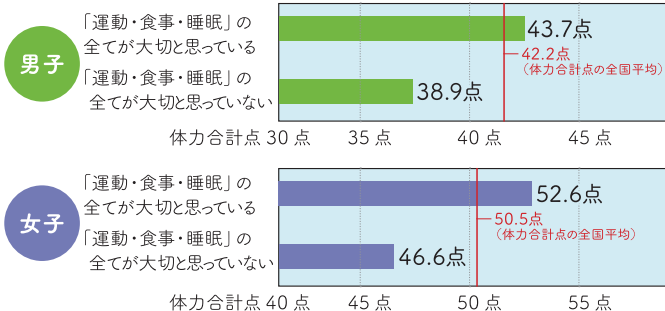
体力上位校が行っている取り組みは報告書の裏返しへ

裏面では今年度の報告書のハイライトを紹介しています。

## 今年度は「運動・食事・睡眠」と体力の関係を分析しています

「運動・食事・睡眠」の全てが大切だと思っている生徒の体力合計点は、全国平均を上回っています。これら三つの大切さを生徒に伝えたり家庭への働きかけを行ったりすることで、生徒の意識が高まるとともに体力の向上にもつながります(報告書p.49参照)。

### 「運動・食事・睡眠」の全てが大切と思っている生徒とそうでない生徒の体力合計点の比較



### 確認 自校の取組状況はどうですか？

「運動・食事・睡眠」の全てが大切と思っている生徒が多い学校(全て大切と思っている生徒の割合が80%以上の学校)は、以下のような取組に力を入れています。

	取組内容	チェック
質問3	運動・スポーツが苦手(嫌いな傾向にある生徒向けの取組、または性別に応じた取組を現在行っていますか(行う予定はありますか)。	✓
質問5	全国体力運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて授業等の工夫改善を行いましたか(行う予定ですか)。	✓
質問17	健康三原則(運動、栄養(食事)、睡眠)の大切さを、生徒に伝えていますか。	✓
質問24	生徒の体力運動能力の向上に関する取組、体育の授業における指導方法の工夫改善について、教職員はどのように関わって進めていますか。	✓
質問25	全ての生徒の家庭に対して、子供の体力の向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。	✓

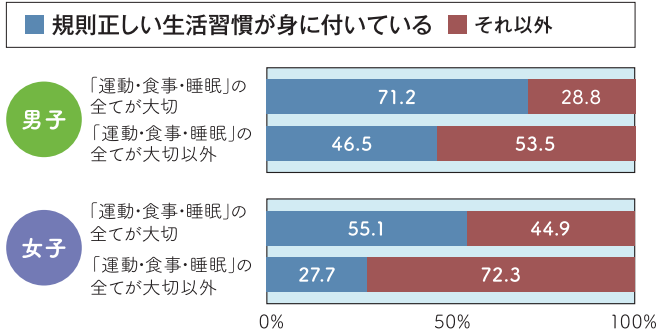
## 調査の結果、こんなこともわかりました。

### 「運動・食事・睡眠」への意識は、規則正しい生活習慣の実践と関係があります

「運動・食事・睡眠」の全てが大切と認識している生徒は、そうでないグループに比べて、規則正しい生活習慣を身に付けていることが読み取れます。そして、運動やスポーツをすることが「好き」と回答する割合が多く、体力合計点も高い傾向にあります(報告書p.47～48参照)。

また、全て大切と思っている生徒が多い学校の取組をみると、「運動・食事・睡眠」の大切さを伝えるとともに、生徒の体力向上に関する取組や体育の授業における指導方法の工夫・改善を「全教職員」で進めています。さらに家庭に対して生徒の体力向上に係る説明・呼びかけ等も積極的に行っています。家庭に働きかけながら学校全体で取り組むことが生徒の大きな成長へとつながります。

### 『「運動・食事・睡眠」の全てが大切と思っている(いない)生徒』と「規則正しい習慣が身に付いている(いない)」の関係



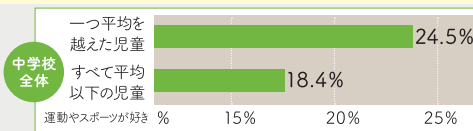
CHECK!

今年の報告書ではこんなことも分析しました。

### テスト項目で一つでも平均を超えている生徒は運動・スポーツが好き傾向にある

豊かなスポーツライフの実現には、生徒が運動やスポーツの特性や魅力を実感できるようになることが求められています。今回の結果を見ると、体力合計点が低くても、一つでも得意な体力要素を持っていると、「運動やスポーツが好き」、「卒業後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたい」など、運動することに対して前向きである傾向がみられました(報告書p.41参照)。生徒が得意な体力要素の一つでも二つでも持てるよう、今回の結果を授業改善に活かし、生涯にわたって運動に親しむ態度を育成していくことが重要です。

新体力テスト下位30%の生徒のうち、テスト項目で一つ平均を超えた生徒と一つも超えていない生徒の「質問1 運動やスポーツが好き」の比較



新体力テスト下位30%の生徒のうち、テスト項目で一つ平均を超えた生徒と一つも超えていない生徒の「質問4 中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたい」の比較

