

平成30年度帯広市立栄小学校

体力アップ通信

平成31年2月1日

やるぞ
運動も



平成30年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を受けて

● 調査の概要

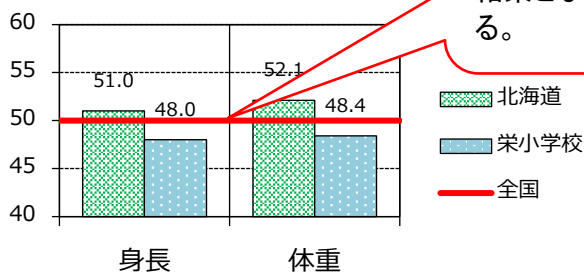
調査の目的

- 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 各教育委員会が自らの子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供の体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。



体格に関する調査結果

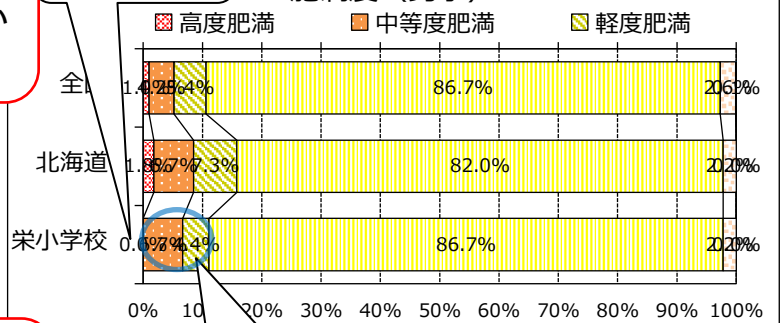
体格調査T得点（男子）



身長、体重とも全国を下回る結果となっている。

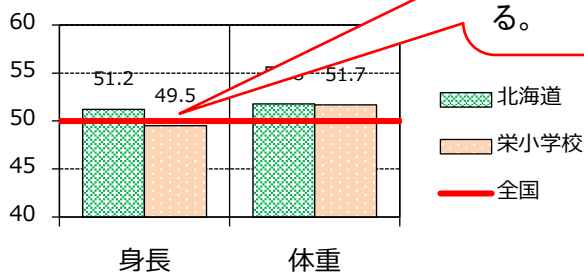
高度肥満は0ポイント

肥満度（男子）



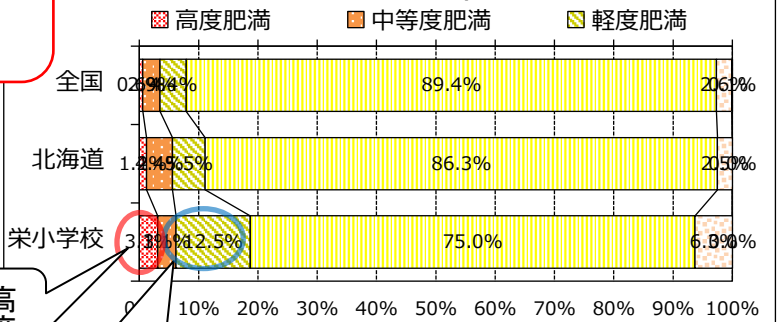
中軽度肥満

体格調査T得点（女子）



身長は全国を若干下回る結果となっている。

肥満度（女子）



高度肥満

中軽度肥満

実技に関する調査結果

＜男子＞ ＝課題＝

■ 50m走(スピード)と20mシャトルラン(全身持久力)の向上。⇒鬼ごっこなどの体づくり運動やボールを使った運動を行う。また、脚力を鍛える運動も効果的。

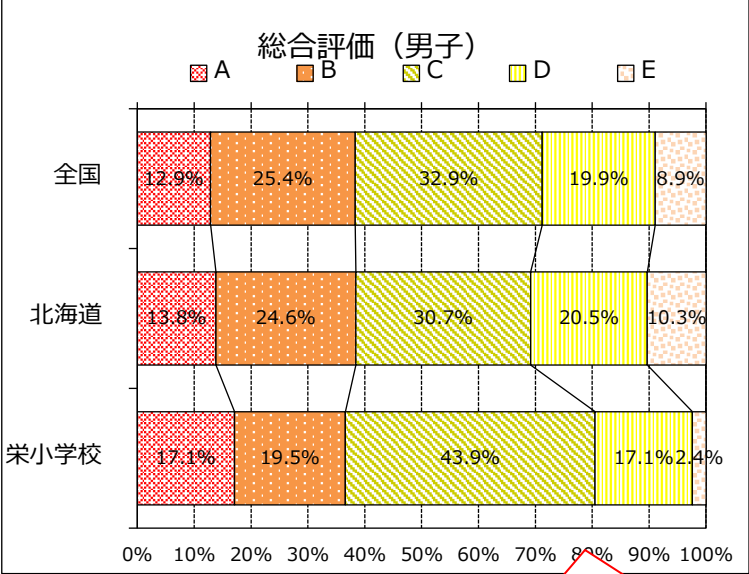
■ 長座体前屈(柔軟性)の向上。⇒体操やストレッチの強度を上げる。

握力と上体起こしから筋力が、反復横とびから敏捷性が、ソフトボール投げから巧緻性が優れていることが読み取れる。

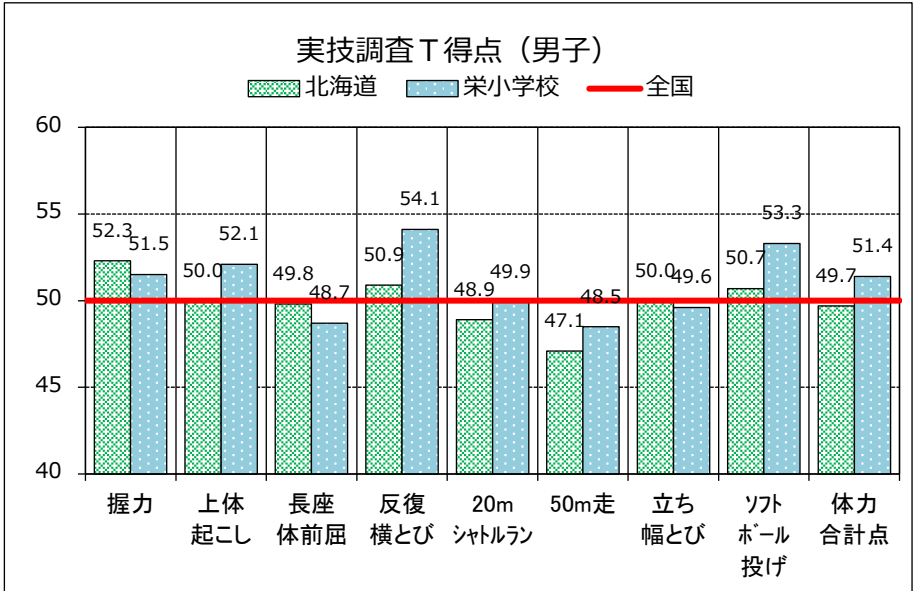
小学校 5年男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.54	50.0	19.95	50.0	33.31	50.0	42.10	50.0
北海道	17.42	52.3	19.92	50.0	33.17	49.8	42.80	50.9
栄小学校	17.11	51.50	21.18	52.10	32.24	48.70	45.42	54.10

小学校 5年男子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	52.15	50.0	9.37	50.0	152.24	50.0	22.15	50.0	54.21	50.0
北海道	49.76	48.9	9.65	47.1	152.20	50.0	22.76	50.7	53.98	49.7
栄小学校	52.00	49.90	9.52	48.50	151.42	49.60	24.84	53.30	55.51	51.40

総合評価(%)				
A	B	C	D	E
12.9%	25.4%	32.9%	19.9%	8.9%
13.8%	24.6%	30.7%	20.5%	10.3%
17.1%	19.5%	43.9%	17.1%	2.4%



- T得点によると(全国を50点とみる), 全国を1点以上上回った種目は、握力、上体起こし、反復横とび、ソフトボール投げとなっている。
- 反復横とびは4点以上、ソフトボール投げは3点以上上回る結果となっている。
- 50m走と長座体前屈は1点以上下回る結果となっている。



総合評価では、A判定が全国より4.2ポイント高く、C判定は11ポイント高い。逆にE判定が6.5ポイント低い。

<女子> =課題=

■ 50m走(スピード)と20mシャトルラン(全身持久力)の向上。⇒鬼ごっこなどの体づくり運動やボールを使った運動を行う。また、脚力を鍛える運動も効果的。

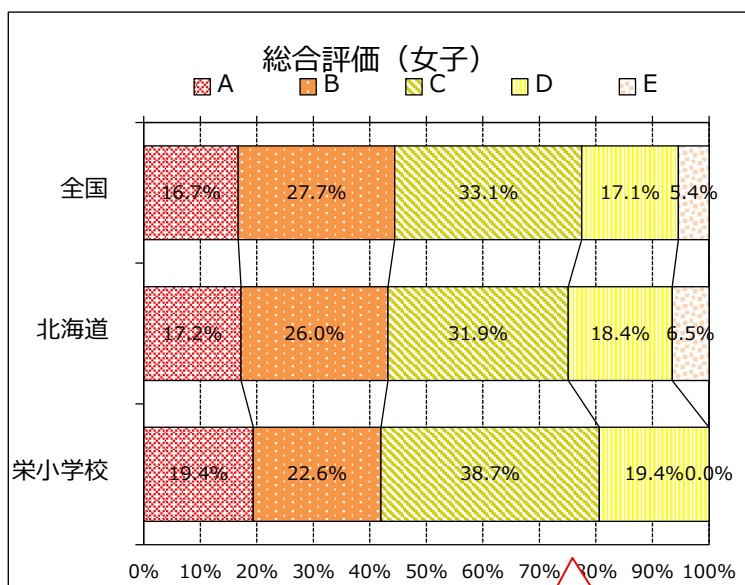
■ 長座体前屈(柔軟性)の向上。⇒体操やストレッチの強度を上げる。

女子も男子同様、握力と上体起こしから筋力が、反復横とびから敏捷性が、ソフトボール投げから巧緻性が優れていることが読み取れる。

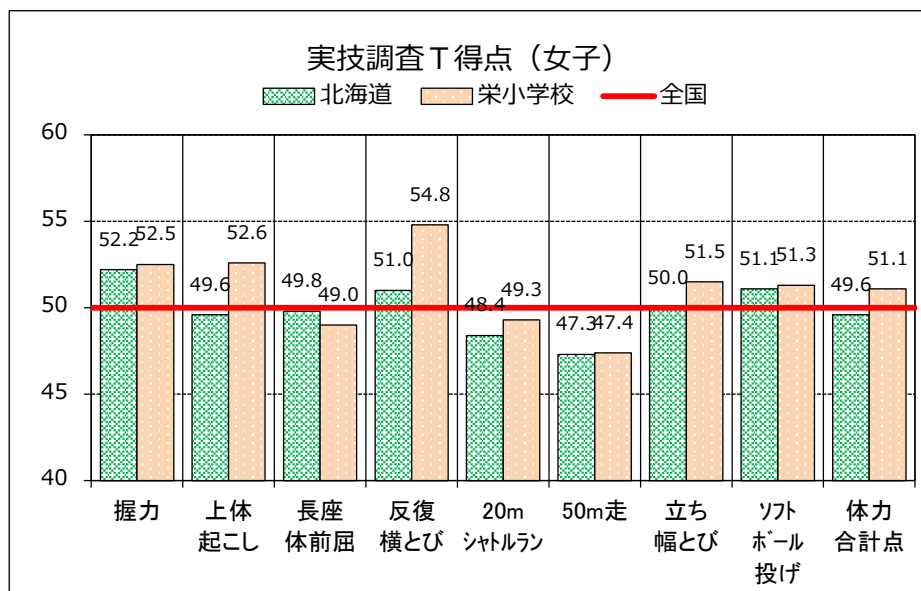
小学校 5年女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.15	50.0	18.96	50.0	37.62	50.0	40.32	50.0
北海道	16.99	52.2	18.73	49.6	37.44	49.8	41.01	51.0
栄小学校	17.09	52.50	20.35	52.60	36.81	49.00	43.81	54.80

小学校 5年女子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	41.88	50.0	9.60	50.0	145.94	50.0	13.77	50.0	55.90	50.0
北海道	39.28	48.4	9.83	47.3	145.92	50.0	14.29	51.1	55.58	49.6
栄小学校	40.74	49.30	9.83	47.40	148.97	51.50	14.39	51.30	56.87	51.10

総合評価(%)				
A	B	C	D	E
16.7%	27.7%	33.1%	17.1%	5.4%
17.2%	26.0%	31.9%	18.4%	6.5%
19.4%	22.6%	38.7%	19.4%	0.0%



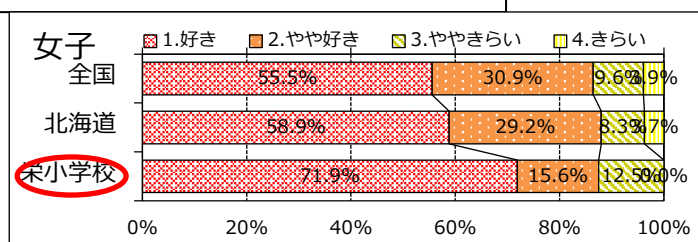
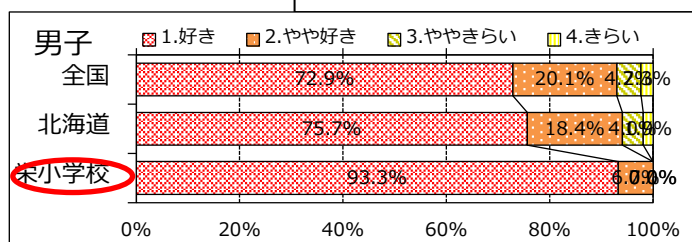
- T得点によると、全国を1点以上上回った種目は、握力、上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げとなっている。
- 反復横とびは4点以上上回る結果となっている。
- 50m走と長座体前屈は1点以上下回る結果となっている。



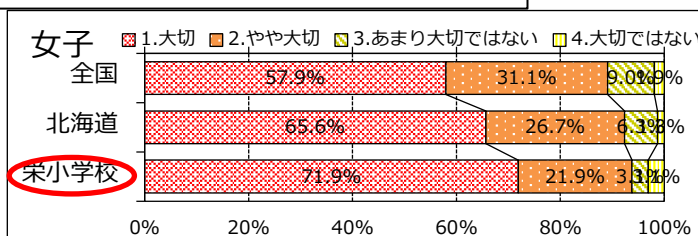
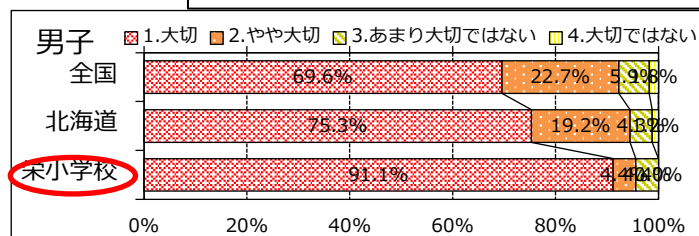
総合評価では、A判定が全国より2.7ポイント高く、C判定は5.6ポイント高い。逆にE判定が0ポイントとなっている。

質問紙結果

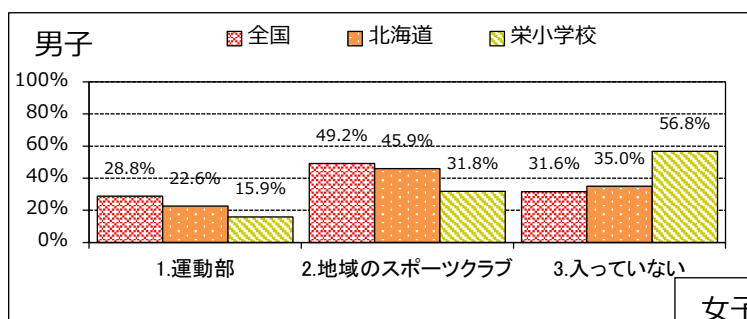
Q1.運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



Q4.あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。

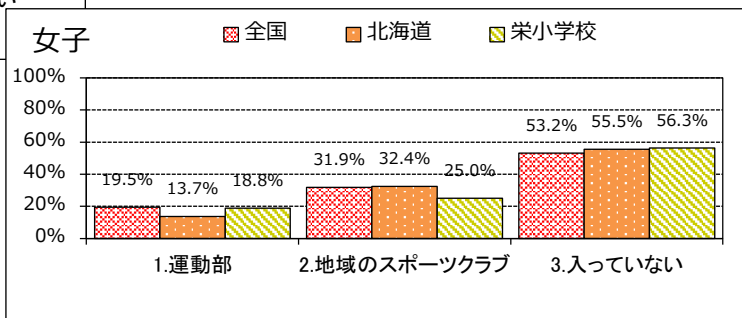


■ Q1, Q4の結果から栄小は、運動やスポーツをすることが好きであり、大切だと考えている児童が全国よりも多い。

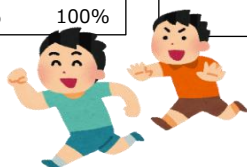
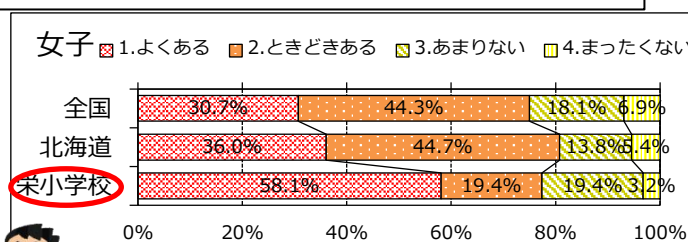
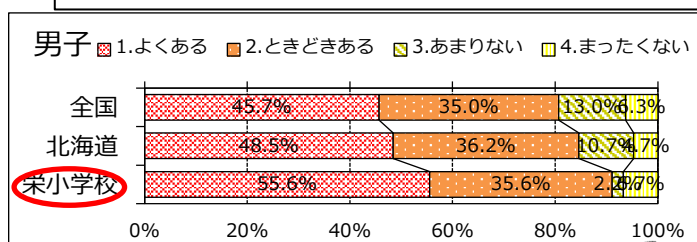


Q11.学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか。(スポーツ少年団をふくみます)当てはまるものを全て選んでください。

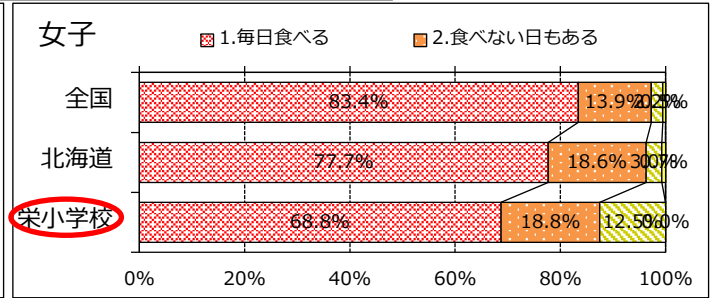
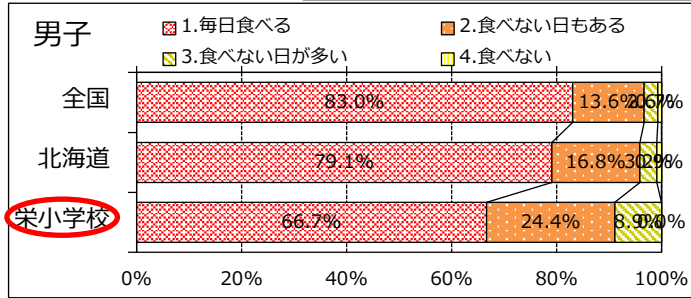
■ Q11, Q12の結果から運動やスポーツをしていると回答した児童の半数以上は、少年団やスポーツクラブに所属していない。よって、習い事以外で身体をたくさん動かしている。



Q12.放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。



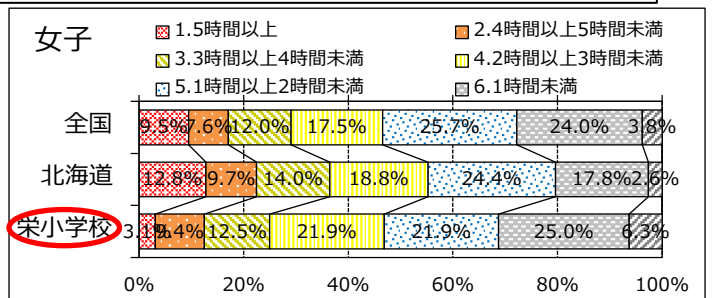
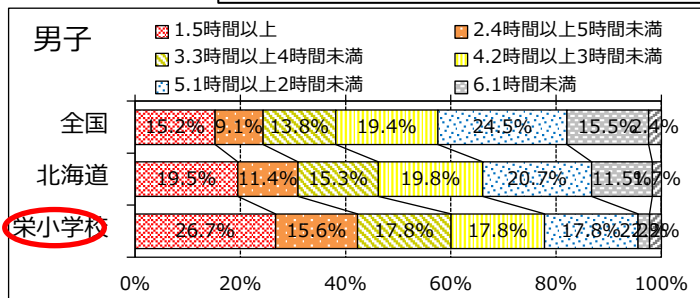
Q7.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)



■ 毎日朝食を摂っている児童は、 $\frac{2}{3}$ と低い割合になっている。



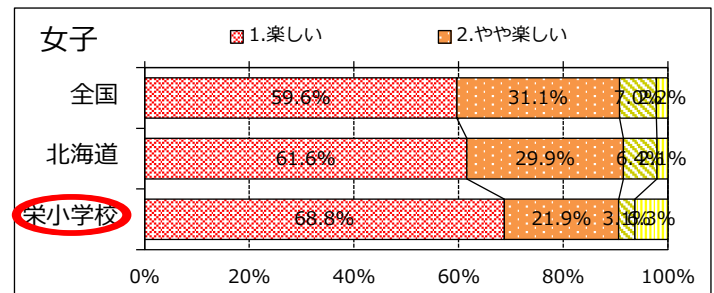
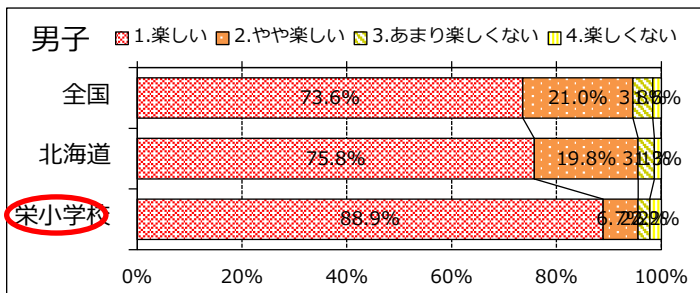
Q10.平日(月～金曜日)について聞きます。1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



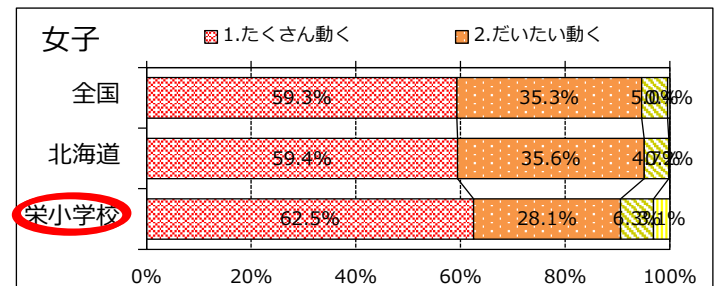
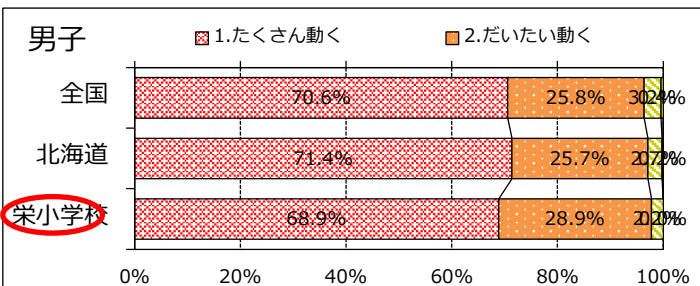
■ 男子において、テレビなどの動画視聴時間の長さが全国や全道より圧倒的に長い。



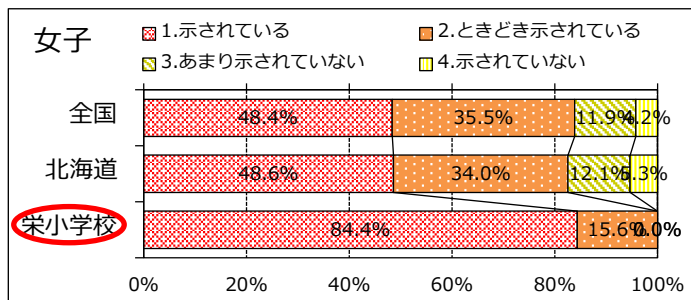
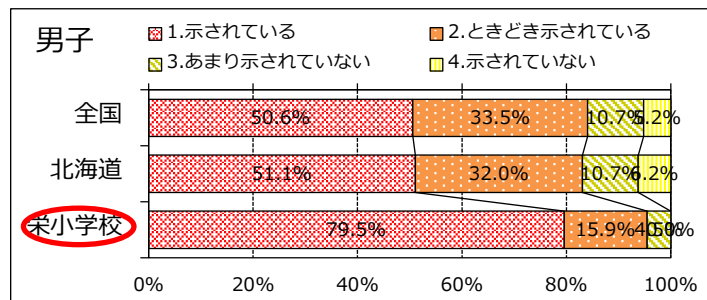
Q18.体育の授業は楽しいですか。



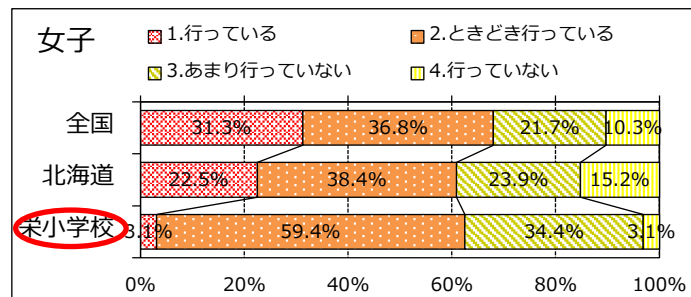
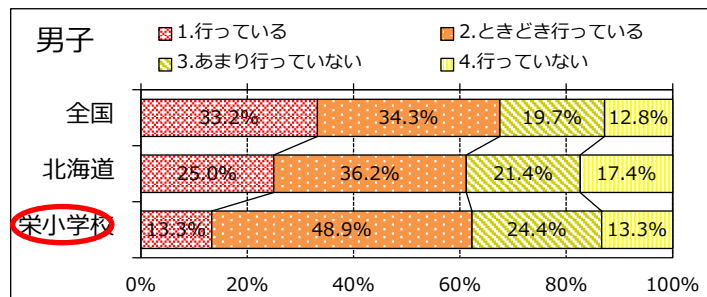
Q19.体育の授業では、たくさん動きますか。



Q20.体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



Q21.体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容をふり返る活動を行っていますか。



体育の授業について

- Q18, Q19から栄小児童は、男女とも体育の授業を楽しみにしている。しかし、授業内の運動量についてたくさん動いていると回答した児童が6～7割に留まっている。
- Q20, Q21から体育の授業で目標は示されているが、授業をふり返る活動を行っていると回答した児童が少ない。



＝質問紙から見える課題と対策＝

- ▶ 習い事以外で身体を動かす(運動やスポーツ)時間が多い児童の割合が高いが、反面動画視聴時間の長い児童も多い。⇒「ノーテレビデー」などの設定や生活リズムチェックシート記入の取組を実施し、自分の生活をふり返ったり、保護者にも意識してもらったりすることなどが必要である。
- ▶ 朝食を毎日摂取する児童の割合が7割以下である。朝食を摂らないデメリットとして、集中力、記憶力の低下、自律神経の乱れ、筋肉量の低下、病気のリスク上昇などがある。⇒朝食摂取の必要性を児童に指導し、保護者へ促していく。
- ▶ 体育の授業で、児童はめあてや目標を立てて授業展開していると捉えているが、振り返りの学びが十分とはおさえていない。また、体育の授業内の運動量がちょうどいい、あるいは十分と感じているのが、7割以下である。⇒1授業時間の中で、従来通りめあてや目標を示し、児童の運動量を保障し、ふり返りの学びも意識した授業を組み立てていくことを視点に授業改善を図っていくことが必要である。また、限られた授業時間の中で、運動量を上げるとともに、負荷の大きい運動を取り入れていくなど運動の質の向上も欠かせない視点である。