

令和6年3月7日
小樽市立松ヶ枝中学校
校長 齋 藤 直 幸

全国の小学校5年生と中学校2年生を対象に実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が公表されました。全国・全道と比較した本校の結果と改善方策などについて報告いたします。

[1] 体格について

男女ともに、「身長」「体重」が全国・全道平均を上回っています。

[2] 体力・運動能力について

【男子】

「握力」「ハンドボール投げ」の2種目で全国平均を上回り、「長座体前屈」「立ち幅とび」「持久走」の3種目で全道平均を上回りました。「50m走」は全道平均とほぼ同等でした。「上体起こし」「20mシャトルラン」「反復横とび」「体力合計点」は全国・全道平均を下回っています。特に「20mシャトルラン」「上体起こし」は全国・全道平均を大きく下回っており、全身持久力と筋持久力が課題です。

【女子】

「握力」「ハンドボール投げ」の2種目で全国・全道平均を上回り、「反復横とび」「50m走」「立ち幅とび」「体力合計点」は全道平均を上回りました。「上体起こし」「長座体前屈」の2種目は全道平均とほぼ同等でした。「20mシャトルラン」「持久走」の2種目で全国・全道平均を下回り、持久力が課題です。

[3] 生徒質問紙調査について（主な項目）

◆ 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。

肯定的回答の割合が、男女ともに全国・全道平均をやや上回っています。

◆ 朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日も含めます）

「毎日食べる」生徒の割合が、男女ともに全国・全道平均を大きく下回っています。

◆ 毎日どのくらい寝ていますか。

1日の睡眠時間が6時間未満の生徒の割合が男女ともに全国・全道平均を大きく上回っています。

◆ 平日（月～金曜日）について聞きます。学習以外で、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えていますか。

平日のテレビ・スマホ等の視聴時間が4時間以上の生徒の割合が男女ともに全国・全道平均を大きく上回っています。

◆ 保健体育の授業は楽しいですか。

肯定的回答の割合が、男女ともに全国・全道平均を上回っています。

[4] 改善に向けた本校の取組

- 全身持久力・筋持久力に課題があることから、保健体育の授業で筋持久力・全身持久力を向上させる補助運動を取り入れて、課題の解決を図ります。
- 「運動が好き」「保健体育の授業が楽しい」と回答した生徒が多いという結果を活かして、保健体育の授業や体育的行事・部活動等を通して、運動に親しむ習慣を育みます。
- スクリーンタイムが長いことが、睡眠や健康に悪影響を与えていると思われることから、「おたるスマート7」や情報モラル教室を効果的に活用し、生活習慣の改善を促します。
- 朝食を食べている生徒が全国・全道平均を大きく下回っていることから、保健体育や家庭科の授業、給食指導の充実を図ります。