

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

小樽市立西陵中学校

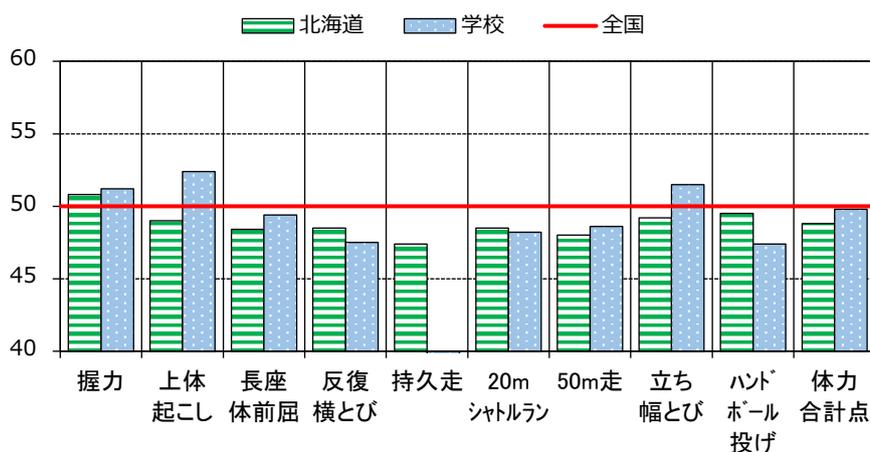
全国の中学校2年生を対象に実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が公表されました。全国と比較した本校の結果と改善方策などについてお知らせします。

1. 体格について

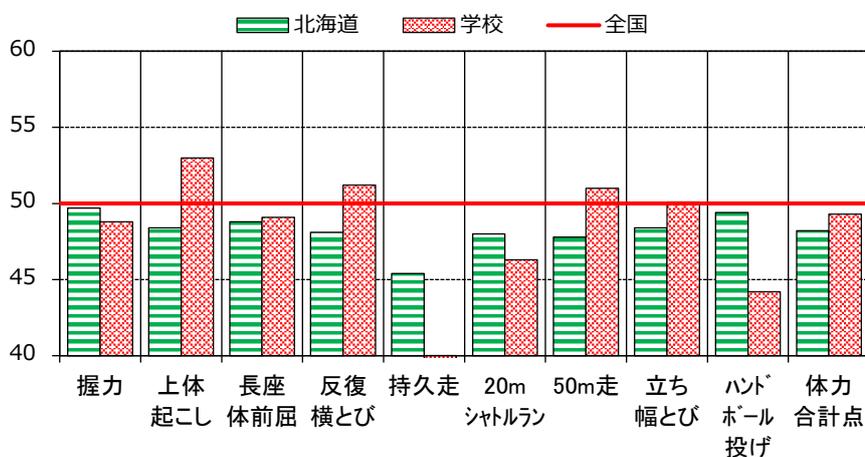
	身長	体重
男子	全国・全道平均より上	全国・全道平均より上
女子	全国・全道平均と同程度	全国・全道平均と同程度

2. 体力・運動能力、運動習慣について

実技調査（男子）



実技調査（女子）



体力・運動能力調査では、男子は全国と同程度、女子はやや下回る結果となりましたが、昨年度と比べ、男女ともに北海道平均を上回るなど、改善が図られました。

上体起こしは、男女ともに大きく全国平均を上回り、男子は握力と立ち幅跳びで、女子は反復横とびと50m走で全国平均を上回りました。

一方、ここ数年の課題である20mシャトルランとハンドボール投げは、昨年度よりも全国平均との差が開き、改善を要する種目です。

各種目に見られる課題を克服するために、今年度は北海道教育委員会主催の「どさん子元気アップチャレンジ」の単縄跳びを体育授業のウォーミングアップに取り入れるなど、持久力を高める取組を進めておりますが、次年度も保健体育科を中心に体づくり運動の大切さを継続して指導を行い、さらなる体力向上につながる実践の場を増やしていきます。



〈質問紙調査の主な項目〉 ※全国平均との比率で上下を表しています。

質問	男子	女子
運動やスポーツが好き	↑	↑
運動やスポーツが大切な	↑	↑
朝食を毎日食べる	→	↓
平日のテレビ・ゲーム・読書等が3時間以上	↑	↑
体育の授業は楽しいか（「楽しい」「やや楽しい」）	↑	↑
ICTを使用することで、「できたり、わかったり」することがあるか。	↓	↓

運動習慣等の調査では、生徒は運動が「好き」で「大切」という意識をもっており、授業も「楽しく」受けていることがわかりましたが、朝食の摂取率がやや低く、スマホなどのスクリーンタイムが全国よりも長いなど生活習慣の改善が必要な傾向があります。「おたるスマート7」に基づき、各家庭でも改めてスマホ等の使用ルールを決めるなどの対応をお願いします。

今回の結果を踏まえ、体力向上改善プランの見直しや1人1台端末の効果的な活用など運動能力・運動習慣の改善に向けた指導の充実を図って参りますので、生活習慣の改善などご家庭での協力もよろしくお願いいたします。