

令和6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

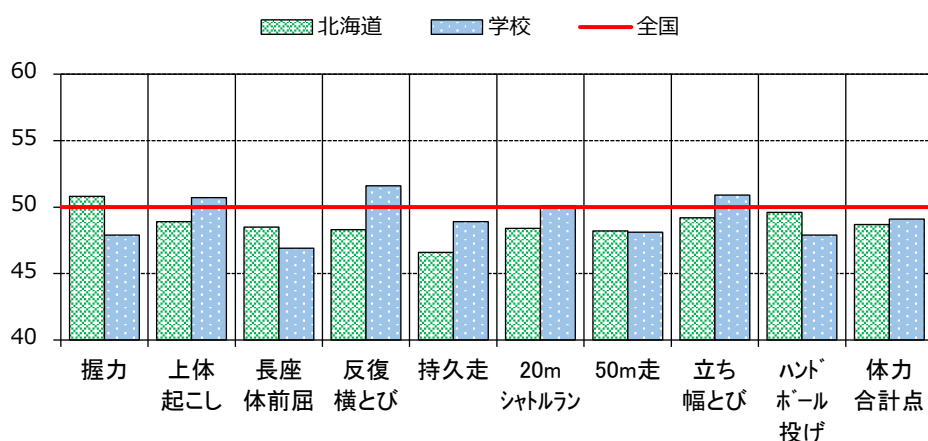
全国の中学校2年生を対象に実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が公表されました。全国と比較した本校の結果と改善方策などについてお知らせします。

1. 体格について

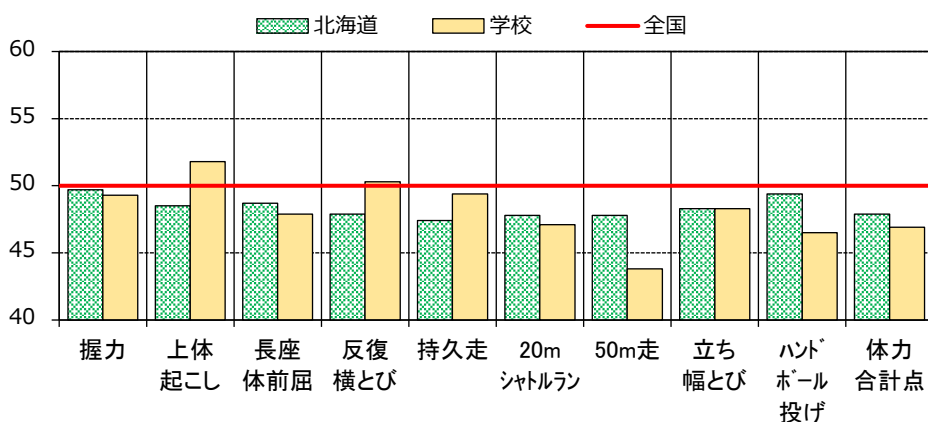
	身長	体重
男子	全国平均より上	全国・全道平均より上
女子	全国・全道平均と同程度	全国・全道平均より上

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、男女ともに全国下回る結果となりましたが、男子は北海道平均を上回るなど、成果が見られました。

上体起こし及び反復横とびは、男女ともに全道・全国平均を上回り、男子は立ち幅とびで全道・全国平均を上回りました。また、経年の課題である20mシャトルランは男子が全国同程度となり改善が見られましたが、女子は昨年度より全国との差が開きました。ハンドボール投げは、昨年度よりも全国平均との差を縮めましたが、継続して改善を要する種目です。

体力・運動能力に関する課題を克服するために、体育専科スペシャリストとのTT授業を継続するとともに、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面を増やしていきます。

運動習慣等の調査では、生徒は男女ともに概ね運動が「好き」で「大切」という意識をもっており、8時間以上の睡眠時間を確保している生徒が多い反面、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。「夜10時以降はスマホを使わない」など、「おたるスマート7」に基づき、各家庭でも改めて使用ルールを決めるなどの対応をお願いします。

〈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か	↑	↑
朝食を毎日食べる	↓	↓
1日の睡眠時間8時間以上	↑	↑
平日のテレビ・ゲーム・読書等が3時間以上	↑	↑
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。（「いつもある」「だいたいある」）	↑	↓

今回の結果を踏まえ、運動や体力向上への関心・意欲が高まる授業づくりや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。生活習慣の改善などご家庭でものご協力もよろしくお願いいたします。

