



中学校

学 校 用 確 認 シ ー ト

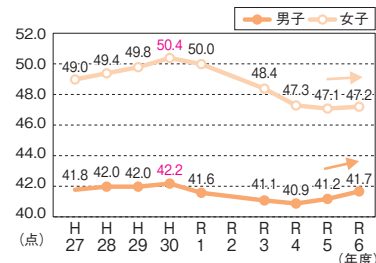
今年度の調査結果について、自校の状況を確認しましょう

体力合計点

●男子は、新型コロナウイルス感染症蔓延前の水準に戻りましたが、女子は、前年度からほぼ横ばい、低い水準が続いています。

男子は、新型コロナウイルス感染症蔓延前の水準まで回復した一方、女子は前年度からほぼ横ばいとなり、低い水準が続いています。体力合計点は、運動・スポーツを好きと感じている生徒ほど高い傾向にあります。生活習慣や運動習慣に加えて、生徒が「運動・スポーツを好き」と感じられる取組を考えてみましょう。

〔体力合計点の経年変化〕

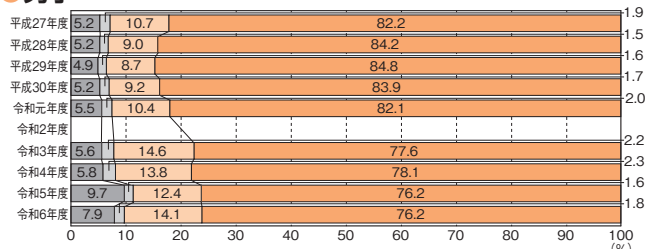


1週間の総運動時間

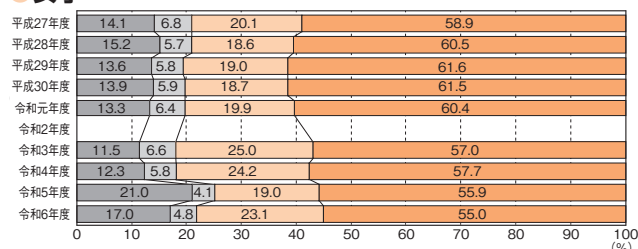
●男女とも、「60分未満」の割合は減少しましたが、「420分以上」の割合は減少傾向です。

〔1週間の総運動時間の経年変化〕

●男子



●女子



1週間の総運動時間が「60分未満」の割合は、令和5年度より減少しましたが、「420分以上」の割合は減少傾向です。引き続き、運動習慣の改善に取り組みましょう。



確認

自校の実技・運動時間の結果はどうでしたか？

結果資料データを活用し、自校の状況を表に記入しましょう。

データはダウンロード
できます

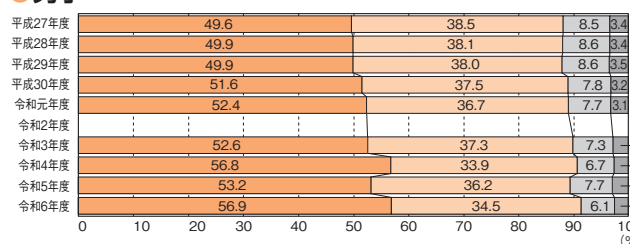
種目		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 男子1500m 女子1000m (秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力合計点 (点)	週の運動時間が 420分以上の 割合 (%)
男子	全国平均	28.9	25.8	44.3	51.5	411.7	78.7	7.99	197.2	20.5	41.7	76.2
	自校の平均											
女子	全国平均	23.1	21.5	46.4	45.7	309.9	50.5	8.96	166.2	12.3	47.2	55.0
	自校の平均											

保健体育の授業は楽しい

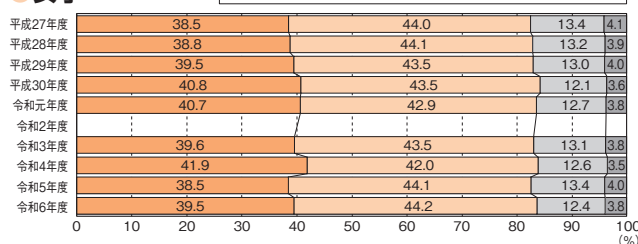
●男子では増加傾向が続いており、女子では横ばい傾向です。

〔「保健体育の授業は楽しい」の経年変化〕

●男子



●女子



保健体育の授業は楽しいと感じている生徒は、運動やスポーツへ好意的な態度を持ち、卒業後の運動への意欲も高く、体力合計点も高いです（報告書P.18～19参照）。仲間と協力しながら行う取組やできなかったことができるようになった達成経験が得られる授業を行うことが求められます。



確認

自校の生徒質問紙調査の結果はどうでしたか？

〔質問9〕保健体育の授業は楽しいですか。

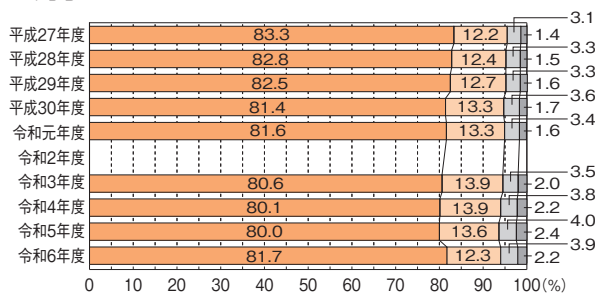
		楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
男子	全国平均	56.9%	34.5%	6.1%	2.5%
	自校				
女子	全国平均	39.5%	44.2%	12.4%	3.8%
	自校				

朝食摂取

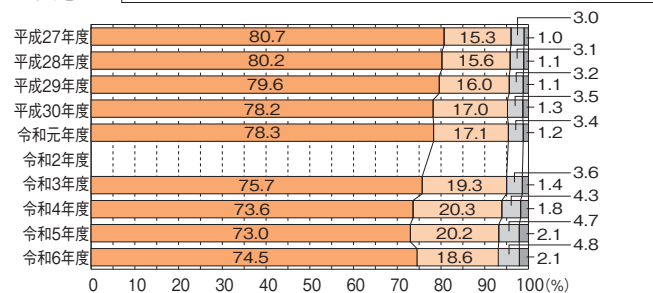
●朝食を「毎日食べる」割合は、男女とも、前年度から増加していますが、長期的な推移を見ると、減少傾向にあります。

[朝食の摂取状況の経年変化]

●男子



●女子



朝食に関しては「毎日食べる」と回答した生徒の割合は、令和5年度より増加しましたが、以前の水準には戻っていません。

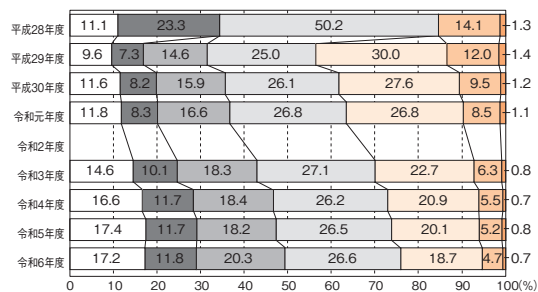
朝食は体力だけでなく、様々な生活活動の源であることから、引き続き、朝食摂取の大切さを伝えていきましょう。

スクリーンタイム

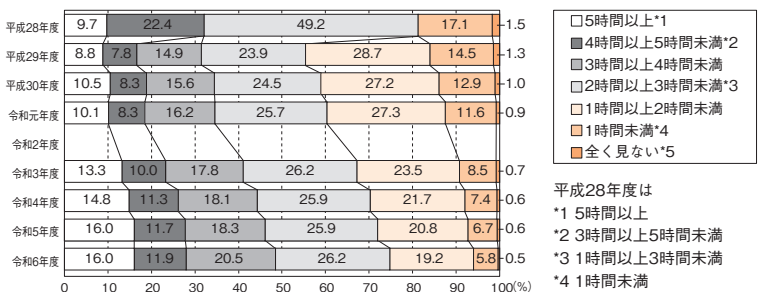
●男女とも引き続き、増加傾向が続いています。

[スクリーンタイムの経年変化]

●男子



●女子



新型コロナウイルス感染症蔓延以降、増加傾向が続いています。

生徒が調和のとれた規則正しい生活の大切さを理解できるようにすることが大切です。



自校の生徒質問紙調査の結果はどうでしたか？



データはダウンロードできます

【質問6】朝食は毎日食べますか。

【質問8】学習以外で1日にどのくらいの時間、画面を見ていますか。

		毎日食べる	スクリーンタイム5時間以上
男子	全国平均	81.7%	17.2%
	自校		
女子	全国平均	74.5%	16.0%
	自校		

自校の課題（運動習慣、生活習慣）と今後の取組を考えてみましょう。

【自校の課題】

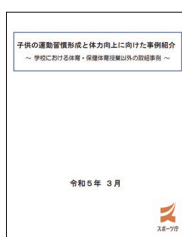
【今後の取組】

●子供の運動習慣形成と体力向上の取組に役立つコンテンツ紹介

室伏長官が考案・実演する「力を引き出す」ウォーミングアップ動画



学校における体育・保健体育授業以外の取組事例集



子供の運動あそび応援サイト

