

体力UP便り



全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から

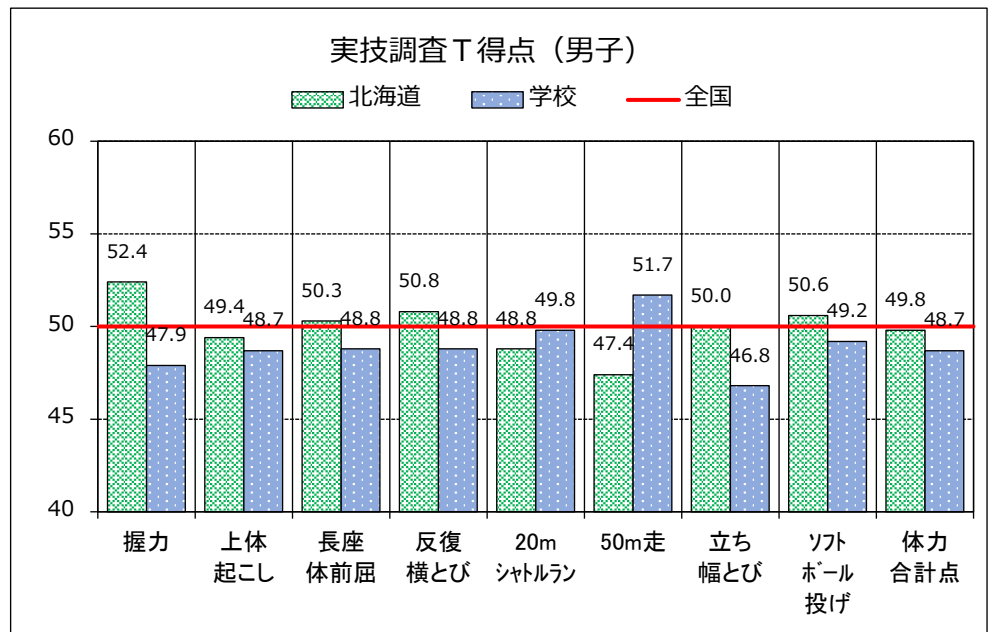
標記の調査は、一般的には「体力テスト」とも呼ばれており、2008年度より全国の小5・中2を対象に実施されています。帯広小学校では全学年での実技測定を毎年行っていますが、このほど、全ての調査が対象となっている5年生にかかわる全国や全道の平均、傾向等の詳細な情報がスポーツ庁より公表されました。今回のお便りでは、公表された結果を受けて、本校の子どもたちの体力面の様子についてお伝えしたいと思います。長い人生を豊かに生きていく上で欠かせない“健康的な体”について、ご家庭でもあらためて考えてみるきっかけとなれば幸いです。

【実技調査の結果：男子】

男子の実技の調査結果は右のグラフの通りになりました。

全国・全道の平均と比較すると、体力の合計点は全国・全道の平均を下回っている結果となりました。

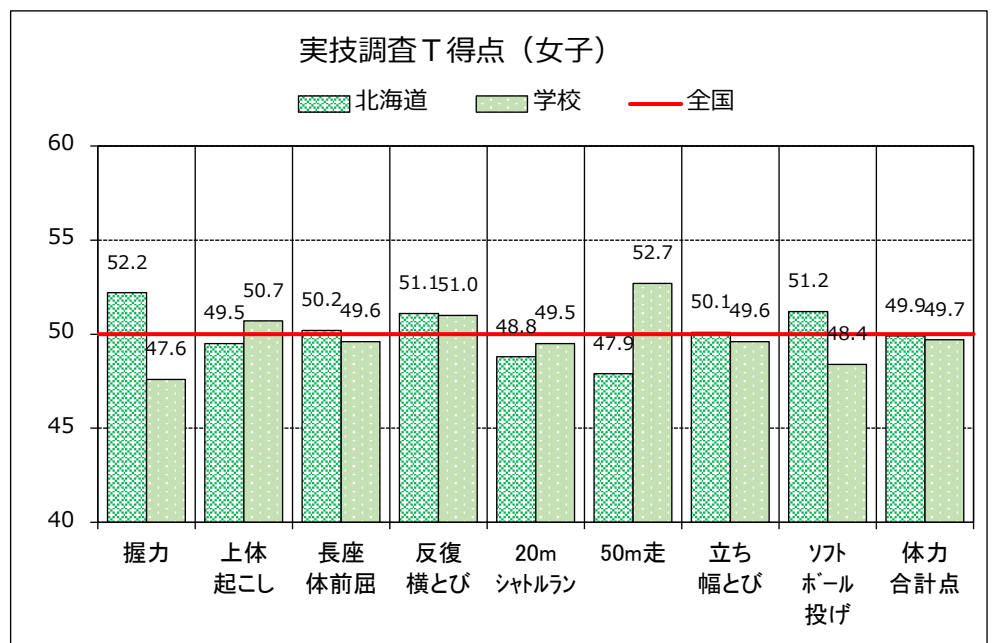
種目別に詳しく見ていくと、男子では、50m走、20mシャトルランなど走る運動（特に疾走能力）の高さが見て取れます。一方、その他の運動では全国平均を下回り、筋力や敏捷性、跳躍力や投球能力がやや不足している傾向が見受けられます。



【実技調査の結果：女子】

女子の実技の調査結果は右のグラフの通りになりました。

全国・全道の平均と比較すると、体力の合計点は全国・全道の平均とほぼ同じであることがわかります。種目別に詳しく見ていくと、女子では、上体起こし、反復横とび、50m走など敏捷性や疾走能力の高さが見て取れます。一方、握力やソフトボール投げの結果から、筋力や投球能力がやや不足気味ということがわかります。



一方、握力やソフトボール投げの結果から、筋力や投球能力がやや不足気味ということがわかります。

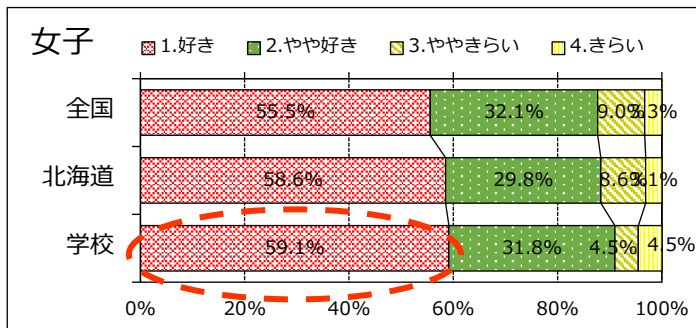
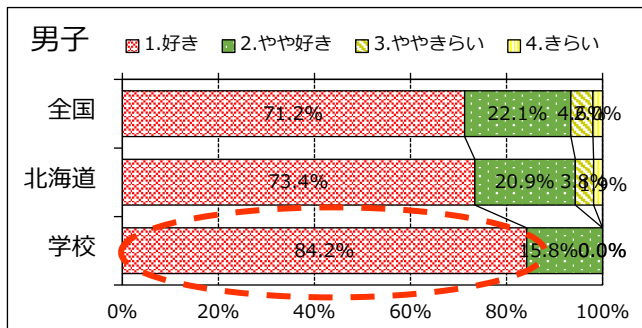
(裏面に続きます)

【質問紙調査の結果】

全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、実技調査のほかに、運動に対する意識や日常生活での様子についてアンケート形式で答える「質問紙調査」が実施されています。この中から、本校の子どもたちの特徴的な側面をいくつかお知らせします。

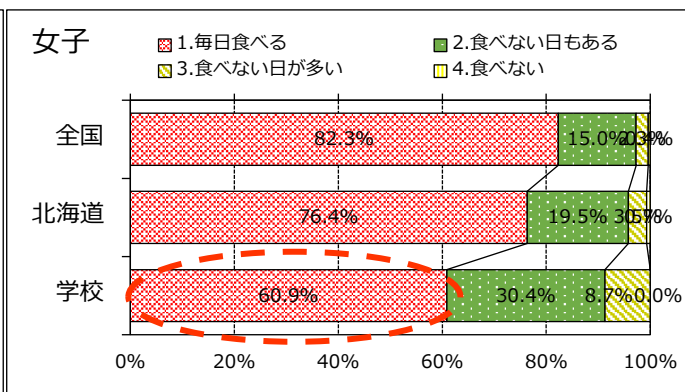
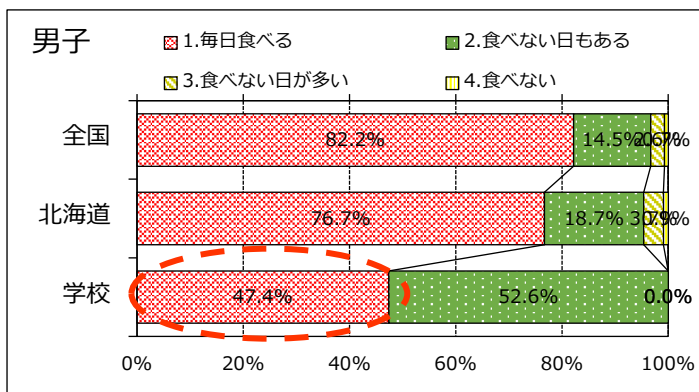
たちの特徴的な側面をいくつか見ていきたい。

質問 1 「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。」



上記の質問結果から、本校の子どもたちの運動に対する関心や意欲の高さを見て取ることができます。男女ともに、「運動が好き」と答えた子の割合は全国・全道を上回っており、特に男子については、「嫌い」という解答が0%という結果でした。

質問6 「朝食は毎日食べますか。」(学校が休みの日もふくめます)



質問6の結果を見ると、「毎日食べる」は全道平均が男子で76.7%、女子で76.4%に対して、本校は男子で47.4%、女子で60.9%と下回っていることがわかりました。文部科学省のホームページでは「睡眠や食生活などの子どもの生活習慣の乱れは、健康の維持に悪影響を及ぼすだけでなく、生きるための基礎である体力の低下、ひいては気力や意欲の減退、集中力の欠如などに影響する」とされており、「家庭での働きかけ」と「学校での取り組み」を併せて、子どもたちの運動習慣の改善に取り組んでいけたらと思います。

☆

☆

☆

このような結果をふまえ、学校では、今後も子どもたちが運動への関心を高め、進んで運動に親しんでいけるような取組を推進していきたいと考えます。具体的には、体育の授業の一層の工夫、休み時間等の子どもたちの遊びが一層充実するような環境づくり、委員会や縦割り班を活用した運動にかかわる活動の充実などが考えられます。また、今年度ご協力いただきました「縄跳び強化週間」のような運動にかかわる学校外での取組も充実させていけるよう、保護者の皆さんとの連携を深めていければと考えております。

今回の調査結果はあくまでも子どもたちの実態の一端でしかありません。しかし、「本校の子どもたちは運動に意欲的であり、大切に思っている」という喜ばしい傾向は前向きにとらえてよいのではないのでしょうか。そんな子どもたちが、思いきり、そして自信をもって運動に取り組めるよう、本調査結果を参考にいただき、どうかご家庭でもご協力いただければ幸いです。