

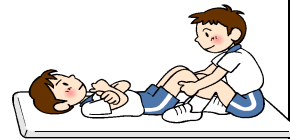
# 大河原!! 元気アップ通信

発行日  
平成29年12月5日  
発行者  
宮城県大河原教育事務所  
【第1号】

**平成29年度大河原教育事務所集計・分析による管内小・中学校体力・運動能力調査について**  
今年度も管内小・中学校のご協力により、体力・運動能力調査を実施しました。各校からご報告いただいた調査結果を基に、管内の小・中学生の体力・運動能力の傾向について分析をしました。各校の体力・運動能力向上に向けた取組の参考にさせていただければと思います。

## 平成29年度大河原教育事務所管内小・中学生の体力・運動能力の傾向

- 平成29年度管内小・中学生平均値を、平成28年度全国平均値及び平成28年度県平均値と比較して分析しています。



### 分析

#### 1 管内小学生の体力・運動能力の傾向について

##### (1) 全体的な傾向（○はプラス評価、◆はマイナス評価）

- 管内小学3年生以上の学年で、県平均と比較しほぼ同程度か、もしくは上回る結果でした。特に、3・4年生の男女では、握力や上体起こし、20mシャトルランにおいて県平均を上回っています。また、5・6年女子でも、反復横跳びや20mシャトルランにおいて県平均を上回っています。
- 管内小学生は、握力や上体起こしが全国平均と同程度です。
- ◆ 管内小学1・2年生においては、県平均を下回る種目がいくつか見られます。特に、立ち幅とびや50m走においては、そのかい離が大きいです。
- ◆ 全体的に、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とびにおいて、全国平均を下回る学年が多く見られます。

##### (2) 学年ごとの傾向（○はプラス評価、◆はマイナス評価）

###### ①小学1年生

- 握力や長座体前屈、50m走で全国平均及び県平均と同程度です。
- ◆ 上体起こし、反復横とび、立ち幅とびで課題が見られます。

###### ②小学2年生

- ◆ 長座体前屈や反復横とび、50m走や立ち幅とびで課題が見られます。

###### ③小学3年生

- 握力や上体起こし、50m走で全国平均と同程度か、上回っています。
- ◆ 長座体前屈や反復横とび、立ち幅とびで課題が見られます。

###### ④小学4年生

- 握力、上体起こし、長座体前屈で全国平均と同程度か、上回っています。
- ◆ 20mシャトルランや立ち幅とびで課題が見られます。

###### ⑤小学5年生

- 握力、50m走で全国平均と同程度か、上回っています。

- ◆ 20mシャトルランや立ち幅とびで課題が見られます。

#### ⑥小学6年生

- 握力、50m走で全国平均と同程度か、上回っています。
- ◆ 20mシャトルランや立ち幅とびで課題が見られます。



#### (3) 各校での取組例

- 多くの学校で、平成28年度の調査結果を分析し、自校の体力・運動能力課題を明らかにし、体育の授業や業間時間、課外時間を活用して計画的・継続的に改善に向けた取組を実施しています。学校によっては、体育科指導計画の見直しも行っています。
- 各校では、業間時間や課外時間を活用して、持久走や縄跳び運動、外遊びの励行などを積極的に行っています。縦割り活動等、運動集団の工夫なども取り入れながら、学校全体で体力向上に取り組んでいる学校もあります。
- 体育や業間時間に全校で「みやぎっ子！ 元気アップエクササイズ」に取り組み、継続して課題改善に努めている学校があります。
- 「webなわとび大会」への参加を通して、児童が主体的に運動するよう促している学校があります。
- 体力・運動能力調査実施前に、試技の仕方を練習する時間を設け、より正確な調査に努めている学校が多いです。

#### (4) 今後の取組

- ◎ 上記の取組等を参考に、今後も自校の体力・運動能力課題を整理し、その改善に向け、計画的・継続的に取り組みましょう。
- ◎ 全国値と比較して、全体的に瞬発力や跳躍力等での体力・運動能力の向上が求められます。また、低学年の体力・運動能力の低下が心配されるところでもあります。鬼ごっこ遊びやタイヤとび遊び、馬とび遊び等の跳躍運動や、ドッジボールなどの投てき運動など、外遊びを通して、体を動かすことを好む児童の育成を図りましょう。
- ◎ 「webなわとび広場」や「みやぎっ子！ 元気アップエクササイズ」を積極的に活用し、児童が主体的に運動する機会、体力向上に取り組む機会を設定しましょう。
- ◎ 児童の生活習慣と体力・運動能力との関係を整理し、保健指導、食育指導と関連させながら、体力・運動能力の向上に向けた組織的な取組を推進しましょう。

### 3 管内中学生の体力運動能力の傾向について

#### (1) 全体的な傾向 (○はプラス評価、◆はマイナス評価)

- 管内中学生は、握力や上体起こし、50m走において全国平均とほぼ同程度か、上回っています。
- 管内中学生は、県平均に対して、どの学年もほぼ同程度です。
- ◆ 管内中学生は、20mシャトルラン、立ち幅とび、ハンドボール投げで課題が見られません。

#### (2) 学年ごとの傾向 (○はプラス評価、◆はマイナス評価)

##### ①中学1年生

- 女子は、県平均とほぼ同程度です。
- ◆ 男女とも、全種目で全国平均を下回っています。特に、20mシャトルランや立ち幅と

び、ハンドボール投げでのかい離が大きいです。

#### ②中学2年生

○ 女子は、県平均とほぼ同程度です。

◆ 男女とも、全種目で全国平均を下回っています。特に、20mシャトルランや立ち幅とび、ハンドボール投げでのかい離が大きいです。

#### ③中学3年生

○ 男女とも、県平均とほぼ同程度です。

◆ 男子とも、20mシャトルランや立ち幅とび、ハンドボール投げに課題が見られます。

#### (3) 各校での取組例

□ 保健体育の授業では、補助運動として筋力、持久力を高めるサーキットトレーニングや柔軟性を高めるストレッチ運動等に計画的・継続的に取り組んでいる学校が多いです。また、保健体育科指導計画の見直しを積極的に行っている学校もあります。

□ 部活動や駅伝大会に向けた練習との関連を図りながら、体力向上を図っている学校が多いです。

#### (4) 今後の取組

◎ 上記の取組等を参考に、今後も自校の体力・運動能力課題を整理し、その改善に向け計画的・継続的に取り組みましょう。

◎ 各校においては、生徒の生活習慣と体力・運動能力との関係を整理し、保健指導、食育指導と関連させながら、体力・運動能力の向上に向けた組織的な取組を推進しましょう。

宮城の子どもたちの体力・運動能力向上に向けたエクササイズ等が、宮城県教育委員会スポーツ健康課ホームページ (<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/supoken/>) 『みやぎっ子！ 元気アップ通信』でも数多く紹介されています。ぜひ参考していただき、運動することを好む子どもたちの育成に役立ててください。

『大河原！ 元気アップ通信【第2号】』では、今年度開催した「体力・運動能力向上出前研修会」の様子について紹介します。

