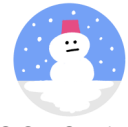




赤心(せきしん)

～ 豊かな感性 確かな知性 あふれる意欲 ～



2023.2.13

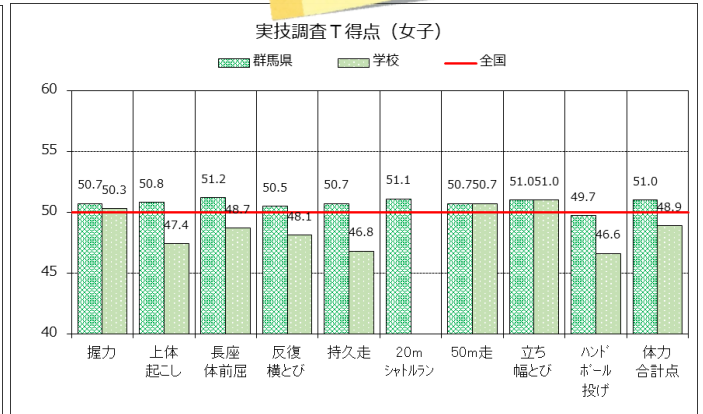
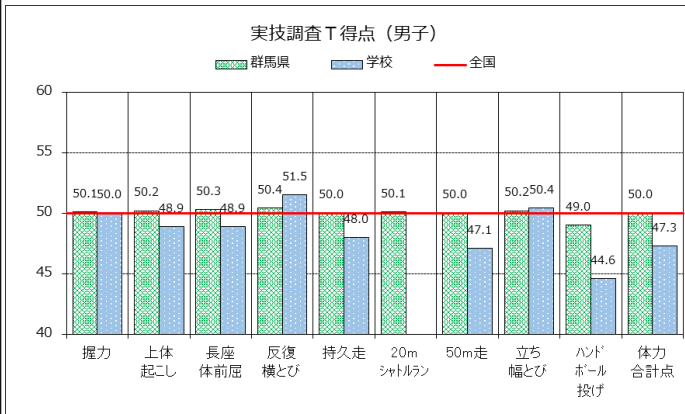
全国運動能力テストの結果

毎年1学期に、小学5年生と中学2年生を対象に実施されている、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が届きました。概要をお知らせします。

体力テスト結果

各種目及び全国・群馬県との比較 (全国平均を50としたときの結果)

重要!!



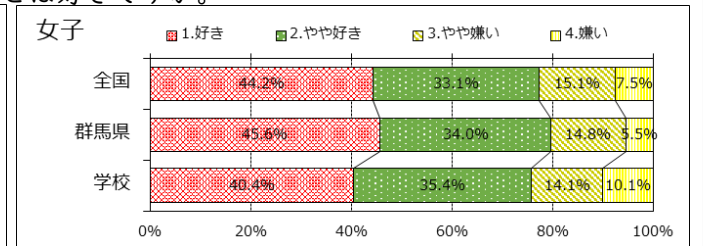
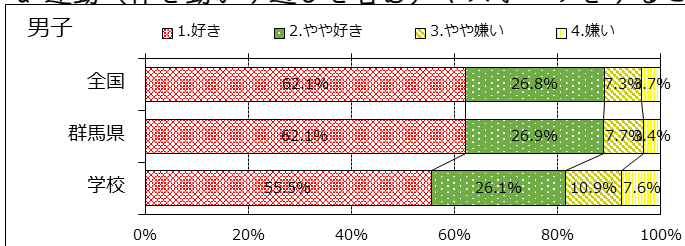
男女とも体力合計点が全国を下回る結果となりました。男子では反復横とび(俊敏性)や立ち幅とび(筋パワー・跳躍能力)、女子では握力(筋力)と50m走(疾走能力)と立ち幅とびが全国を上回りました。逆に、男女共にハンドボール投げ(巧緻性・投球能力)と持久走(全身持久力・長距離走能力)が課題となりました。この結果には、新型コロナウイルス感染症の影響があることも考えられます。

生徒質問紙集計①

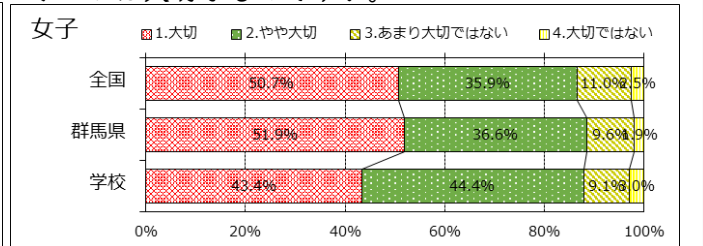
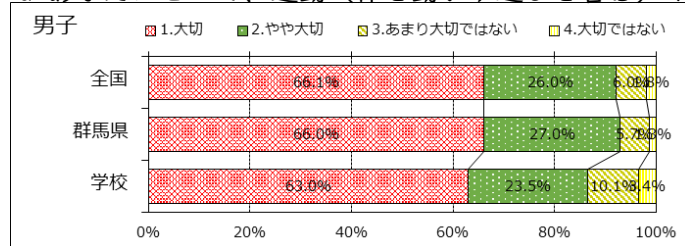
運動への意識、運動量、基本的な生活習慣、保健体育の授業への取組等

大切

Q:運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。



Q:あなたにとって、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切なものですか。



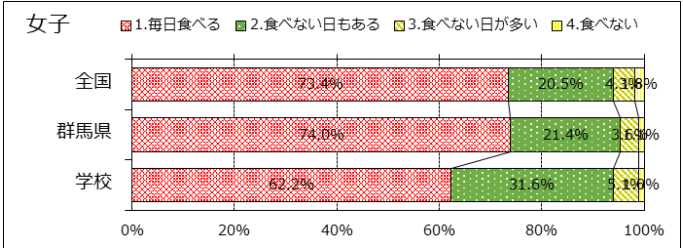
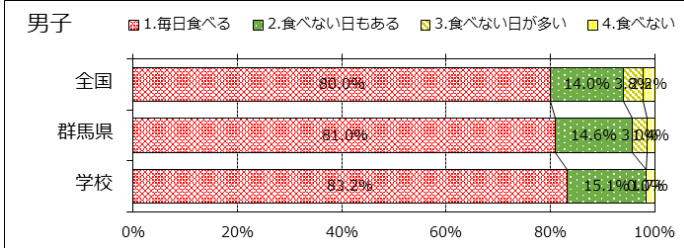
運動やスポーツに対する意識は、男女とも全国に比べてやや低い結果となりました。中学生時代の運動習慣は、生涯にわたる体力や運動能力の基盤となるとても重要な時期です。学校でも様々な機会を設け、その定着を図っていきたいと考えます。

生徒質問紙集計②

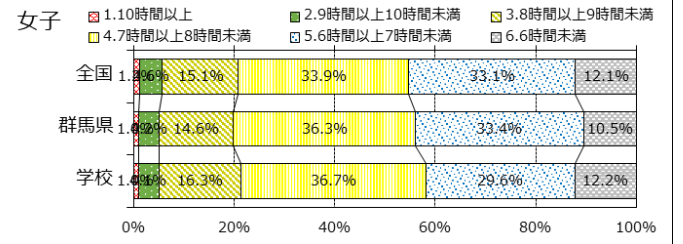
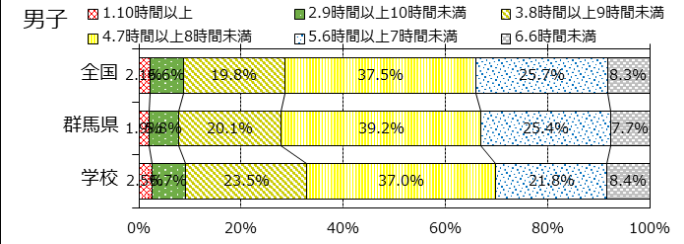
お願い

運動への意識、運動量、基本的な生活習慣、保健体育の授業への取組等

Q:朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)



Q:毎日どのくらい寝ていますか。

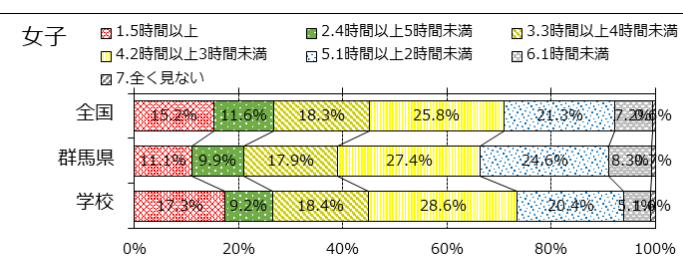
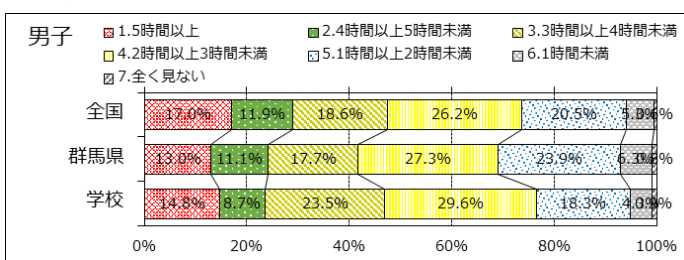


食事では「毎日食べる」と「食べない日がある」をまとめてみれば、男子は全国をやや上回り、女子はほぼ全国と同じ結果となりました。また、男女とも全国以上に睡眠がよく取れている傾向があるようです。引き続きご家庭の協力をお願いします。全国的な傾向として、男女とも朝食を「毎日食べる」グループが最も体力合計点が高く、睡眠も「7時間以上8時間未満」のグループが高いという傾向があるようです。

生徒質問紙集計③

運動への意識、運動量、基本的な生活習慣、保健体育の授業への取組等

Q:平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



男女とも7割以上の生徒が、一日に2時間以上、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていう実態があるようです。また、「5時間以上」と答えた生徒の割合が多いという結果も出ました。学習を確保し習慣化することや睡眠時間の確保などの面からも、こういった機器の使い方について見直す必要があるようです。ぜひ、ご家庭で話し合うきっかけとしてください。なお、全国的な傾向を見ると、男女とも視聴時間が3時間未満のグループの体力合計点は、全国の平均値よりも高いという傾向があるようです。

注目!!