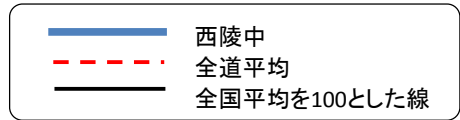
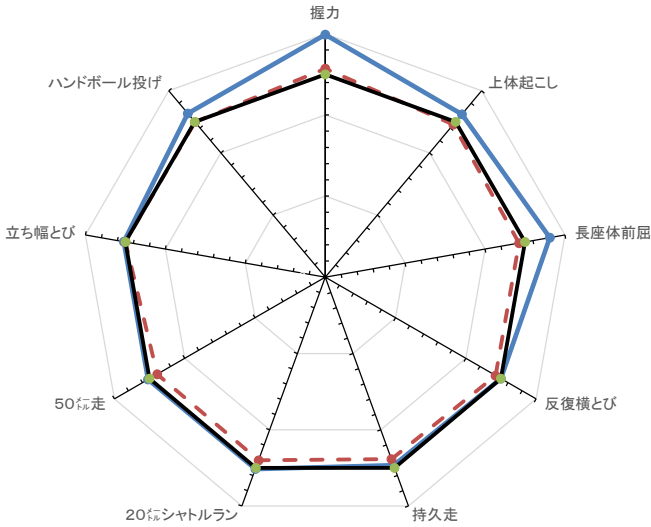


<平成30年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について>

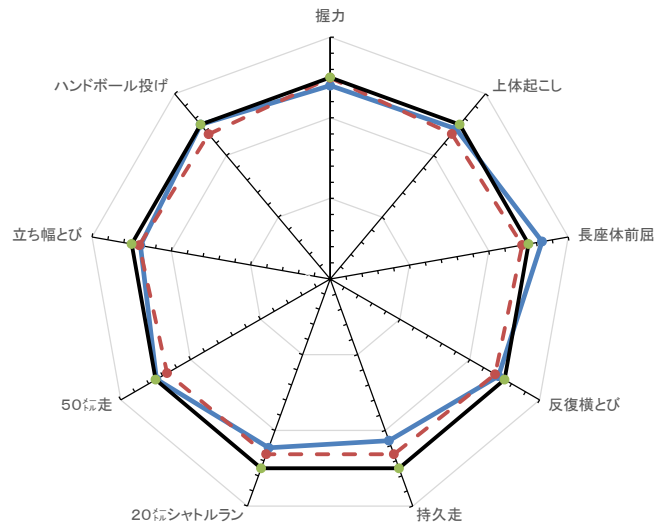
1 種目別の平均値(対象:2年生)



<男子>



<女子>



2 「生徒質問紙」の回答から見られる傾向 ※全道・全国と比較して ○=よい傾向 ■=改善が必要な傾向

<男子>

- 「運動が好きだ」「体力・運動能力に自信がある」生徒が多い
- 毎朝朝食を食べる割合が高い
- 2020東京オリンピック・パラリンピックの「競技種目を自分も行ってみよう」という割合が高い

<女子>

- 「運動やスポーツは大切である」という意識が高い
- 運動が「やや嫌い・苦手」とする生徒が多い
- 1週間の運動時間が短い

<男女共通>

- ◎保健体育の授業について、「楽しい」「十分に体を動かしている」「友達と助け合ったり、役割を果たしている」という割合が、かなり高い
- 「健康であるためには、運動・食事・睡眠が大切である」という意識が高い
- 2020東京オリンピック・パラリンピックの「試合を見に行ってみよう」という割合が高い
- 平日、TVやゲーム、携帯やパソコンに向かう時間が長い

※全国学力・学習状況調査の結果(3年生対象)と同じ傾向が2年生でも見られます！
学校・家庭が連携して、改めて生活習慣の改善を図りましょう！

★西陵中生の体力向上に向けて

<学校で取り組みます！>

- ※保健体育科
 - ①課題の領域について、個々の実態に応じて目標を持たせながら、一層きめ細かく、くり返し指導します。
 - ②家庭でも簡単に実践できるストレッチや体幹を鍛えるメニューを考案中です。
- ※部活動
 - ～課題の領域について、各部の競技特性に応じて指導の充実を図ります。

<ご家庭のご協力をお願いします！>

- ※休日などに家族ぐるみで体を動かしましょう！
- ※学力向上と同様に、生活習慣と学習習慣の定着を！
- ①「生活リズムチェックシート」や「夏・冬休みの計画」の成果と課題を参考に、毎日の家庭生活リズムの定着を！
- ②毎日、「家庭学習の時間」を決めましょう！
- ～標準目標：学年+1時間(例：1学年=2時間)

<小学校と連携します！>

児童生徒の実態を交流し、「よさ」と「課題」を明確にして、授業改善と生活習慣改善に生かします！