# 2025年度（令和7年度） 子どもが主体となった体力向上計画

福山市立幸千中学校

## 2025年度（令和7年度） 新体力テストの結果

### 生徒質問紙（第2学年）

**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**

| | 好き | やや好き | やや嫌い | 嫌い |
|---|---|---|---|---|
| 男子 | 77.1 | 17.4 | 1.8 | 3.7 |
| 女子 | 47.6 | 31.1 | 9.7 | 11.7 |

**保健体育の授業は楽しいですか**

| | 楽しい | やや楽しい | やや楽しくない | 楽しくない |
|---|---|---|---|---|
| 男子 | 59.6 | 34.9 | 3.7 | 1.8 |
| 女子 | 35.0 | 47.6 | 12.6 | 4.9 |

**運動やスポーツをどのくらいしていますか（体育の授業をのぞく）**

| | 週に3日以上 | 週に1～2日くらい | 月に1～3日くらい | しない |
|---|---|---|---|---|
| 男子 | 72.5 | 17.4 | 2.8 | 7.3 |
| 女子 | 36.9 | 32.0 | 16.5 | 14.6 |

### 体力・運動能力（第2学年）

| | 握力 | 上体起こし | 長座体前屈 | 反復横とび | 20mシャトルラン | 持久走 | 50m走 | 立ち幅とび | ボール投げ | 体力合計点 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 男子 | 30.51 | 24.59 | 39.40 | 55.46 | 73.83 | | 7.91 | 205.77 | 21.43 | 41.85 |

| | 握力 | 上体起こし | 長座体前屈 | 反復横とび | 20mシャトルラン | 持久走 | 50m走 | 立ち幅とび | ボール投げ | 体力合計点 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 女子 | 23.17 | 18.78 | 38.65 | 45.24 | 43.80 | | 9.15 | 151.12 | 11.86 | 42.61 |

県平均値かつ全国平均値未満

## 重点課題および要因

### 情意面

・体を動かすことを肯定的に捉えている生徒が多いが、その意識と実際の運動能力にギャップがある。また、テスト結果には二極化が見られる。運動が苦手な生徒は、関心の低さや新たな挑戦への意欲不足から、運動に親しむ経験が不足している。これが、能力の二極化や停滞を招いている要因の一つであると考える。

### 体力面

・女子の握力以外の項目は、県平均値かつ全国平均値未満であり、特に長座体前屈のポイントが低く、また、基礎的な体力もついていない。これらは、熱中症対策として体育における運動強度を下げたことや、運動部活動時間が減少したことが要因と考えられる。

## 重点課題等に対応した改善する取組内容及び方法

### 保健体育の授業で行う取組内容

・特にポイントが低かった長座体前屈に重点を置き、授業の冒頭で、柔軟性が高まる運動を取り入れる。
・運動課題を個の能力に応じて選択できるよう、配慮を行い、「できる」という実感をもたせる授業づくりに取り組む。

### 保健体育の授業以外で行う取組内容

・昼休憩のボールの貸し出しなどを行い運動機会を確保する。
・学校外での運動に関心が高まるよう、運動の意義を伝えたり、家庭でも取り組める手軽な運動を紹介したりする。

| 2026年度（R8年度）の重点目標値 | 長座体前屈の数値について、県平均値との差を－3.00以内にする。(2025年度：－8.34　2024年度：－7.52) |
|---|---|