

令和5年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」相模原市の分析結果について(相模原市教育委員会)

令和5年度、小学校第5学年(義務教育学校第5学年)、中学校第2学年(義務教育学校第8学年)を対象に行われた全国体力・運動能力、運動習慣等調査の本市結果についてお知らせいたします。

50m走(スピード)

長座体前屈(柔軟性)

反復横とび(敏しょう性)

握力(筋力)

**8種目
80点満点**

ボール投げ(巧緻性・筋パワー)

立ち幅とび(筋パワー)

上体起こし(筋力・筋持久力)

20mシャトルラン(全身持久力)

← 小学校はシャトルランのみ
中学校はどちらか選択 →

持久走 男子:1500m 女子:1000m(全身持久力)

本調査は、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン(中学校は男子1500m、女子1000mの持久走でも可)・50m走・立ち幅とび・ボール投げ(小学校はソフトボール、中学校はハンドボール)の8種目について、調査を行い、8種目の結果をそれぞれ10点満点とし、合計80点満点で体力合計点を算出して体力を測る調査と生活習慣や運動習慣等に関する質問調査を合わせて実施した調査です。

令和5年度 実技に関する調査結果 実技の記録とT得点(全国平均が50点となる指標)の比較

(上段:全国平均値/下段:本市の平均値)

※太字:全国平均より高い 赤字:特に課題となっている体力(3ポイント以上、下回っている)

		握力(kg)	T得点	上体起こし(回)	T得点	長座体前屈(cm)	T得点	反復横とび(点)	T得点	持久走(秒)	T得点
小学校	男子	16.13	50.0	19.00	50.0	33.99	50.0	40.61	50.0		
		16.21	50.2	18.93	49.9	34.67	50.8	37.97	46.8		
	女子	16.02	50.0	18.05	50.0	38.47	50.0	38.74	50.0		
		15.92	49.8	17.99	49.9	38.54	50.1	35.63	45.9		
中学校	男子	28.98	50.0	25.71	50.0	44.04	50.0	51.19	50.0	409.02	50.0
		28.14	48.8	24.99	48.7	42.76	48.8	47.83	46.1	418.81	48.6
	女子	23.12	50.0	21.53	50.0	46.26	50.0	45.65	50.0	307.02	50.0
		22.52	48.6	20.55	48.2	44.59	48.4	41.86	44.8	313.29	48.6

		20m シャトルラン (回)	T得点	50m走 (秒)	T得点	立ち 幅とび (cm)	T得点	ボール 投げ (m)	T得点	体力 合計点 (点)	T得点
小学校	男子	46.91	50.0	9.48	50.0	151.16	50.0	20.51	50.0	52.60	50.0
		43.10	48.2	9.60	49.0	146.93	48.2	19.67	49.0	51.08	48.4
	女子	36.81	50.0	9.71	50.0	144.34	50.0	13.22	50.0	54.29	50.0
		31.46	46.7	9.85	48.5	138.20	47.3	12.02	47.5	51.74	47.2
中学校	男子	77.76	50.0	8.01	50.0	196.97	50.0	20.32	50.0	41.18	50.0
		72.86	48.0	8.10	49.0	191.11	48.1	20.99	50.9	38.82	47.7
	女子	50.46	50.0	8.95	50.0	166.21	50.0	12.36	50.0	47.08	50.0
		45.30	47.2	9.07	48.6	160.08	47.6	12.33	49.7	43.62	46.9

実技及び質問紙に関する調査における全国、本市の状況

今年度の全国の体力の状況において、体力合計点は、児童生徒、男女で様相に若干の違いはあるものの、令和4年度との比較では、全体として横ばい、向上傾向であったと言えます。国では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けつつも、感染拡大防止に努めながら、教師が日頃から運動やスポーツをすることの大切さを伝え、児童生徒が工夫しながら運動を継続してきたこと、また行動制限が徐々に緩和され、児童生徒の運動の実施も元に戻ってきたことが要因であると分析しています。しかしながら、児童生徒の基本的な生活習慣を見ると、朝食欠食やスクリーンタイム※の増加傾向は依然として進んでおり、この傾向が続けば、体力・運動能力の発達のみならず健康的な生活に多大なる影響を与えることが危惧されることから、引き続き、学校と家庭の連携に加え、地域が一体となって子供たちの生活習慣の改善と良好な運動習慣の形成に努めていかなければならないと、述べています。

本市の体力合計点の結果は、小学校、中学校男女で令和4年度に比べ低下し、全国同様、小学校、中学校ともに男女でコロナ禍以前の水準には戻っていません。項目別でT得点による比較で見ると、小学校男子の握力、長座体前屈、小学校女子の長座体前屈、中学校男子のボール投げで全国平均を上回っています。一方、小学校男子の反復横とび、小学校女子の反復横とび、20mシャトルラン、中学校男子の反復横とび、中学校女子の反復横とびにおいて全国平均を3ポイント以上下回っている項目があり、敏捷性や全身持久力において課題となっています。 (※)スクリーンタイム:テレビ、スマートフォン、パソコン等を視聴する時間。

スポーツ庁ホームページ「令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」関連ページ

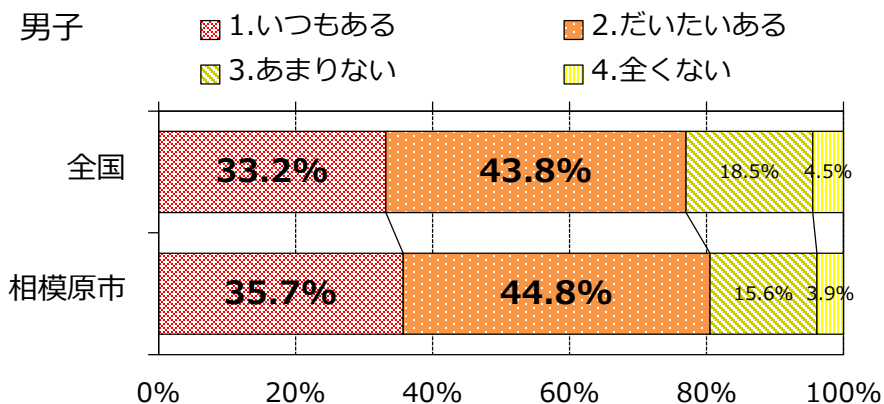
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00007.html

児童生徒質問紙調査（体育・保健体育の授業に関する成果）

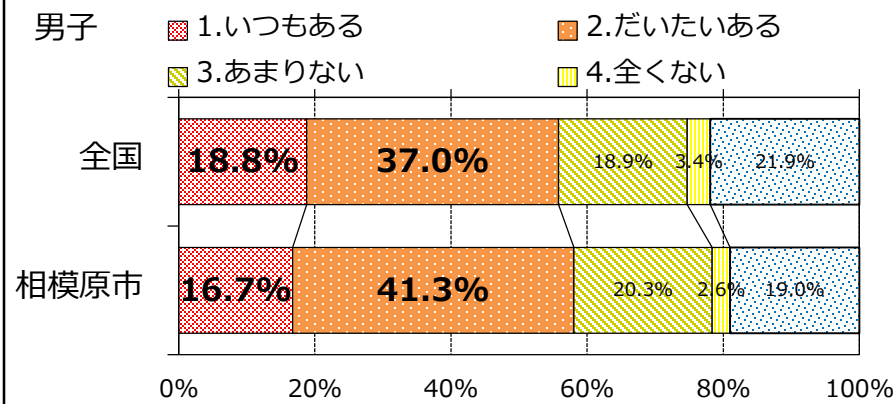
質問紙の結果から、「授業で学習したことを振り返る活動があることで、「できたり、わかったり」することがありますか」の回答において、肯定的な回答をしている児童生徒は全国より高い傾向にありました。また、「体育・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか」の問いにおいても、同様の結果を示しており、令和4年度と比較してもその傾向は高まっています。

体育・保健体育の授業では、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力の育成をめざします。本市では、引き続き、単元や授業を通して、「どんな力を身に付けさせたいか」といった学習目標を明確にするとともに、児童生徒の実態を把握する「スタートとゴールイメージをもった授業展開」を大切にしています。そして、身体活動等を通して、「分かったこと」や「できたこと」を振り返ることで、次への学習の意欲にもつなげています。これらの結果は教員が、日頃の授業から単元のゴールイメージをもち、仲間との関わり合いや学び方の工夫をしながら授業を実践しているからだと考えられます。

「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで、「できたり、わかったり」することがありますか。」の回答と全国との比較
（一例として「小学校 男子」）



「体育・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。」の回答と全国との比較
（一例として「中学校 男子」）



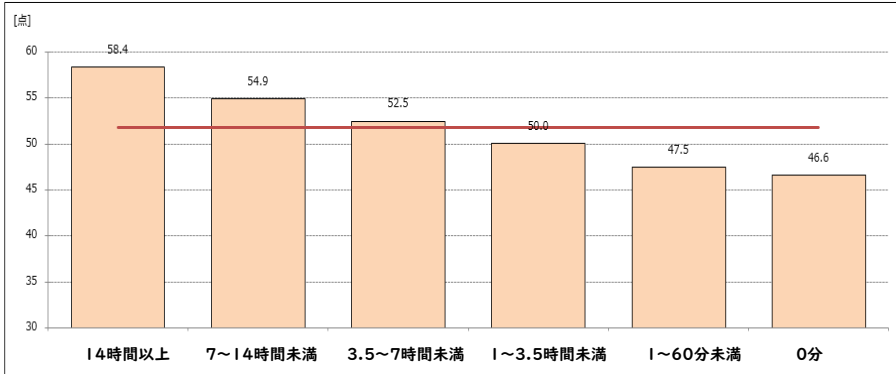
児童生徒質問紙調査（体力に関する課題）

本市のクロス集計の結果では、国と同様に「体力合計点」と「一週間の総運動時間」との関連において、「一週間の総運動時間」が多い児童生徒ほど、体力合計点が高い傾向にありました。また、「体力合計点」と「中学校進級後や中学校卒業後に授業以外でも自主的に運動したい」との関連においても、同様の傾向が見られました。そして、「体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている」と回答した児童生徒は、昨年度の本市調査より、高い割合でした。

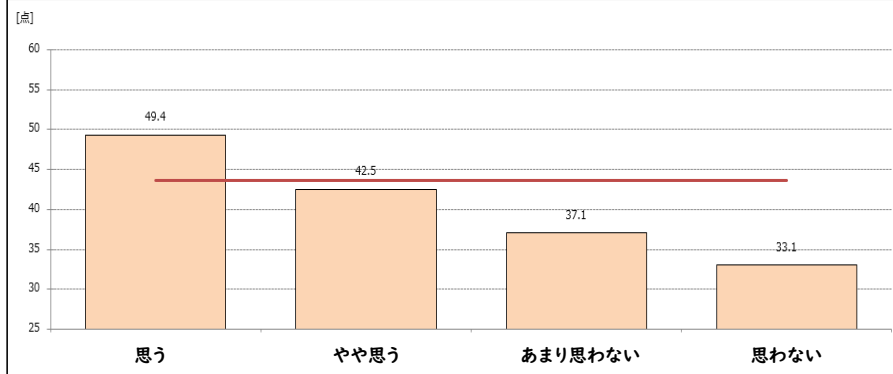
このことから、運動やスポーツをすることに対して、自主的に関わろうとする児童生徒ほど、体力合計点が高いことがわかります。今後も、体育・保健体育の授業においてはもちろんのこと、休み時間や学校以外においても、仲間と関わり合っ、楽しみながら体を動かすことができる環境づくりや意欲付けが重要であることから、好事例を広く発信していくことが大切だと考えます。

「体力合計点」と「一週間の総運動時間」との関連
(一例として「小学校 女子」)

※赤い線は本市体力合計点の平均値



「体力合計点」と「中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。」との関連
(一例として「中学校 女子」) ※赤い線は本市体力合計点の平均値



児童生徒質問紙調査(生活習慣に関する課題)

質問紙の「朝食を毎日食べていますか」における本市の令和5年度の結果は、全国より低く、経年変化においても年々、低下しています。また、「平日の学習以外でのスクリーンタイム」について、小学校はおよそ6人に1人、中学校はおよそ4人に1人の割合の児童生徒が、「5時間以上」と回答しています。「保健の授業で学習した運動、食事、休養及び睡眠に気をつけた生活を送れていると思いますか」の問いでは、肯定的な回答をした児童生徒は全国より低い割合でした。このことについては、体育と保健の授業の関連を一層図るとともに、学校と保護者、地域が連携して規則正しい生活習慣に向けた取組を進めていくことが大切だと考えます。

今後に向けて

運動・スポーツに親しみ、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するために、より一層児童生徒が運動することが楽しく、大切だと感じ、運動と休養、栄養との関連を考えることができるような取組が重要となっています。相模原市では、成長期にある児童生徒が体を動かす楽しみや喜びを体感するとともに、心身の成長や健康の保持増進が図られるよう、次のような取組を推進します。

- ①引き続き、児童生徒に「単元を通して、どんな力を身に付けさせたいか」、「そのための問いかけや手立ての工夫をどのようにしていくか」、「体育と保健の関連を図る」という授業改善の視点に立ち、これらの取組の充実に向けて、年間指導計画と関連付けた研修等を実施します。
- ②小学校体育授業サポートにおける、サッカーやラグビーの出前授業など、ホームタウンチームと連携した体育授業を実施します。
- ③生活習慣に関する正しい知識や望ましい生活習慣を身に付け、児童生徒が自ら考え、行動することができるよう、PTAと連携して、保護者とともに生活習慣の改善が図られるよう、資料等を配付して啓発に努めるとともに、「生活習慣改善講座」を実施します。