

# 令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

真庭市教育委員会

## 1 調査の実施状況

### (1) 調査の目的

子どもの体力が低下している状況に鑑み、全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、子どもの体力への関心の向上や学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

### (2) 調査対象学年

小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年、義務教育学校前期課程第5学年

中学校第2学年、中等教育学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年、義務教育学校後期課程第2学年

### (3) 調査内容

ア 実技に関する調査（新体力テスト8種目で実施）

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅跳び  
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）

イ 質問紙調査

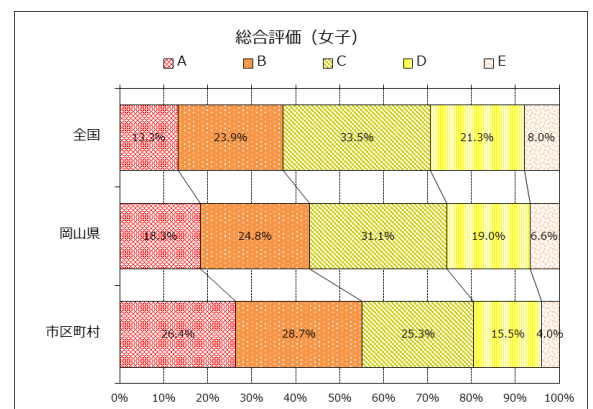
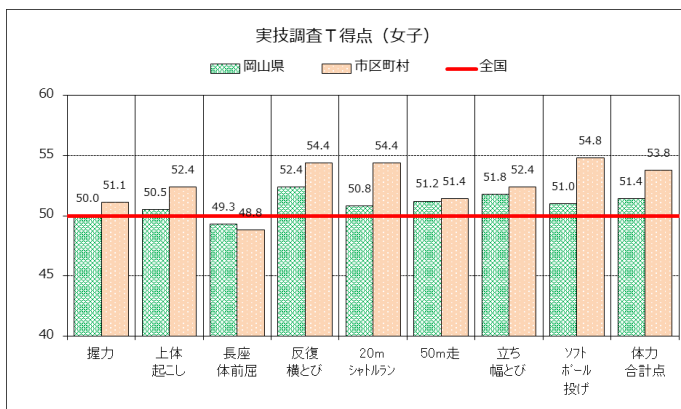
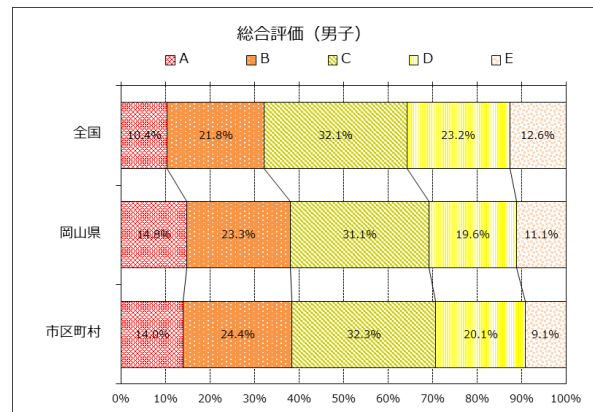
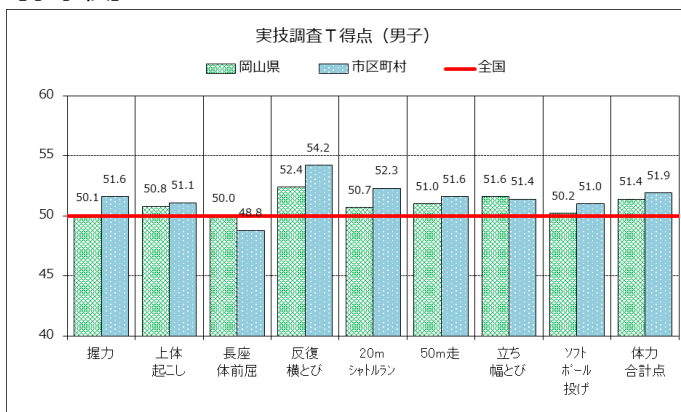
児童生徒：運動習慣、体育授業等の項目

学 校：子どもの体力向上に係る取組等に関する項目

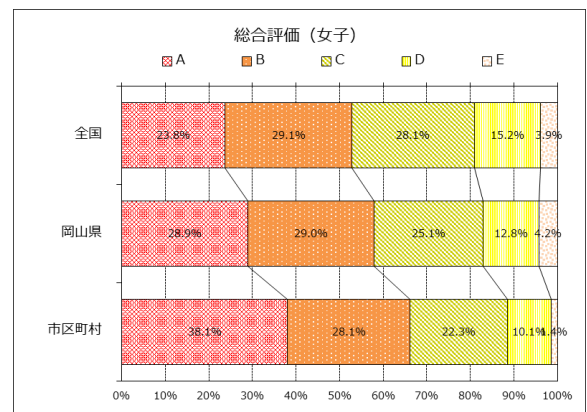
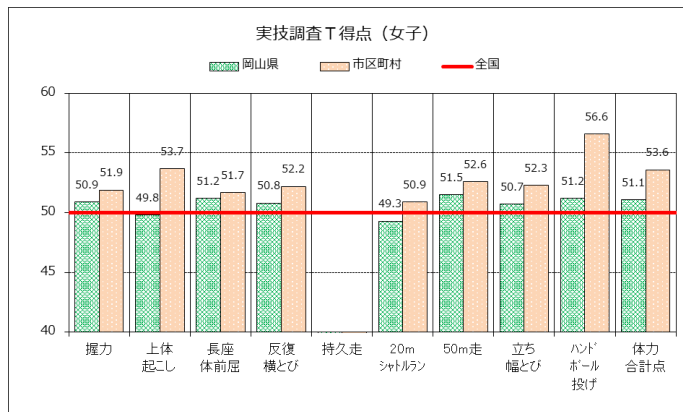
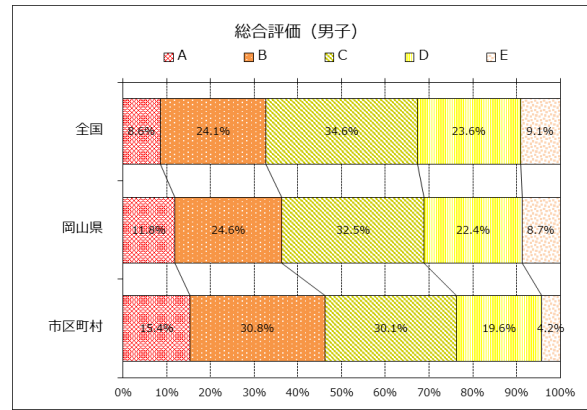
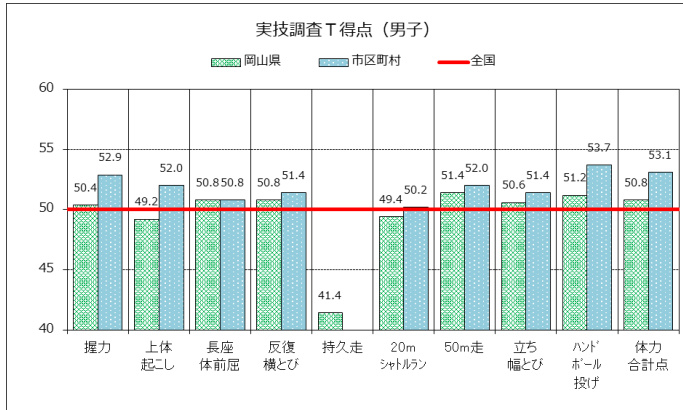
## 2 実技集計

### (1) 令和5年度実技調査T得点（全国平均を50とした時の真庭市児童生徒の得点と総合評価）

#### 【小学校】

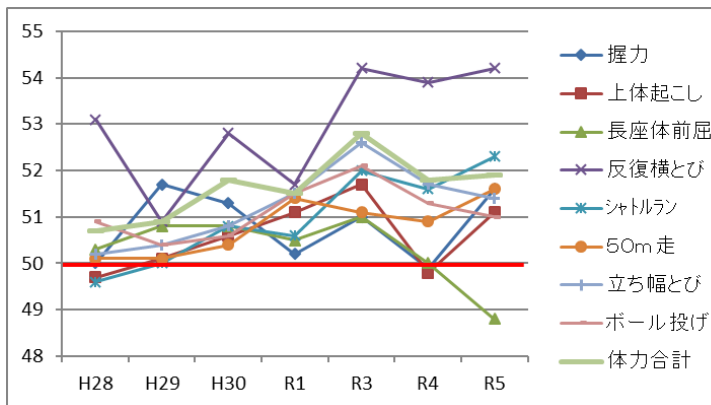


【中学校】（持久走と20m シャトルランは選択となっており、真庭市は20m シャトルランを実施）

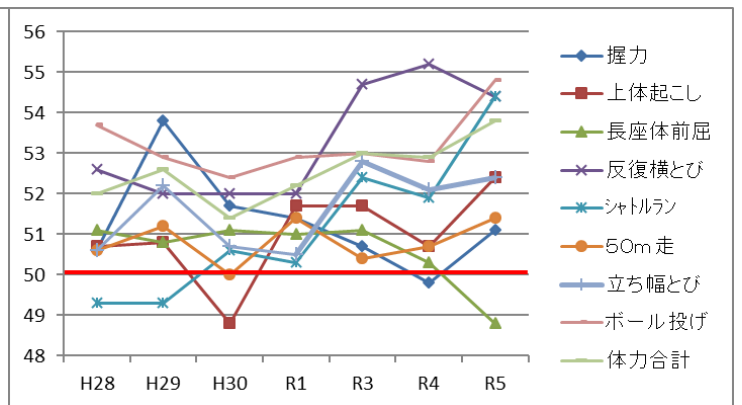


（2）実技調査T得点の経年変化（全国平均を50としたときの、真庭市の実技得点の経年変化）

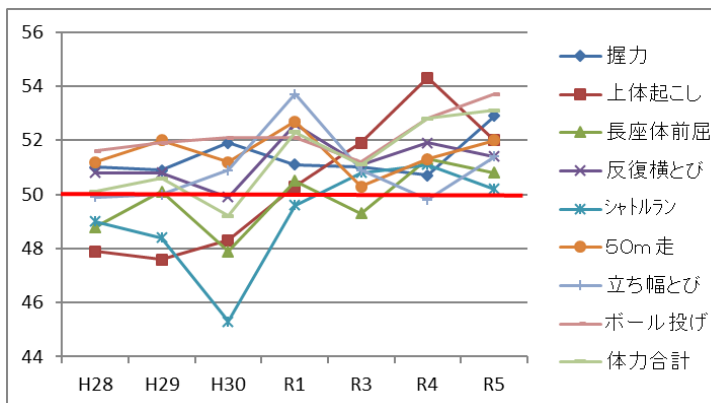
【小学校男子】



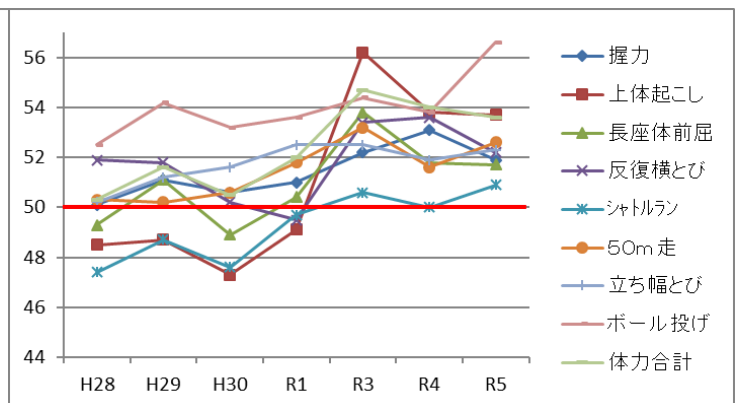
【小学校女子】



【中学校男子】

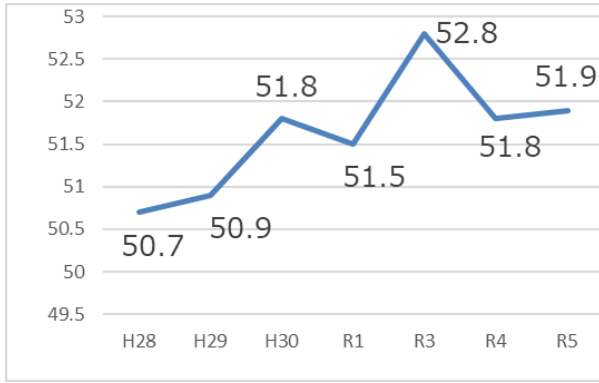


【中学校女子】

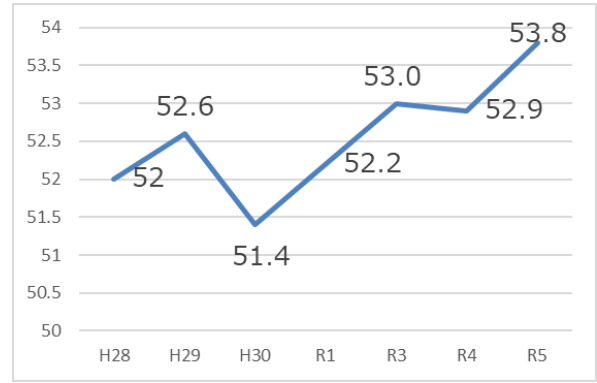


### (3) 体力合計得点の年次推移

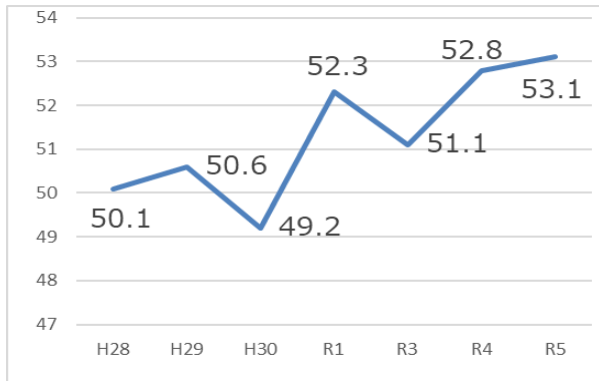
【小学校男子】



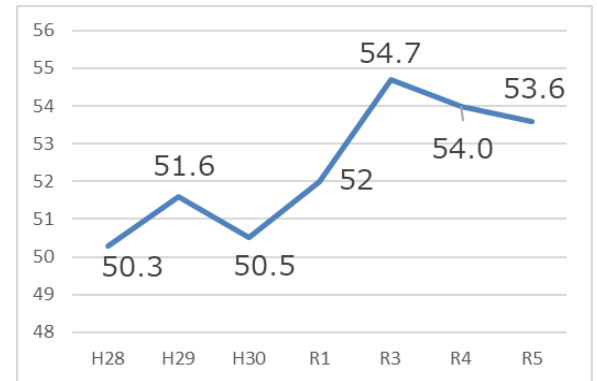
【小学校女子】



【中学校男子】



【中学校女子】



結果から、令和5年度の調査でも、ほぼ全ての実技種目で全国・県平均を上回る結果となりました。ボール投げでは高い平均値が出ているほか、握力、上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、50m走では、小5男女、中2男女全てで平均を上回っています。

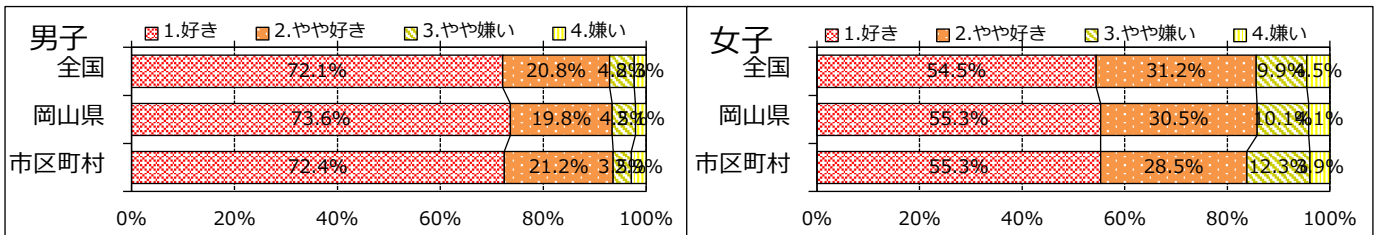
経年変化から、年度によって差はあるものの、真庭市の児童生徒の体力は全国と比べて引き続き高い状態にあるといえます。

## 2 児童生徒質問紙

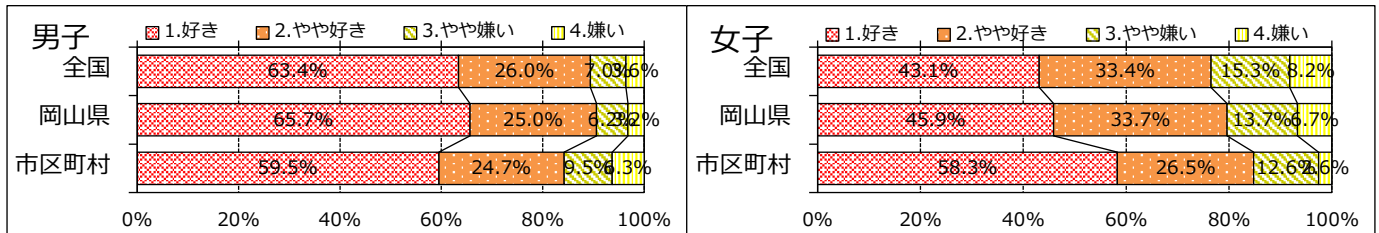
### (1) 運動やスポーツについて

○運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。

小学校



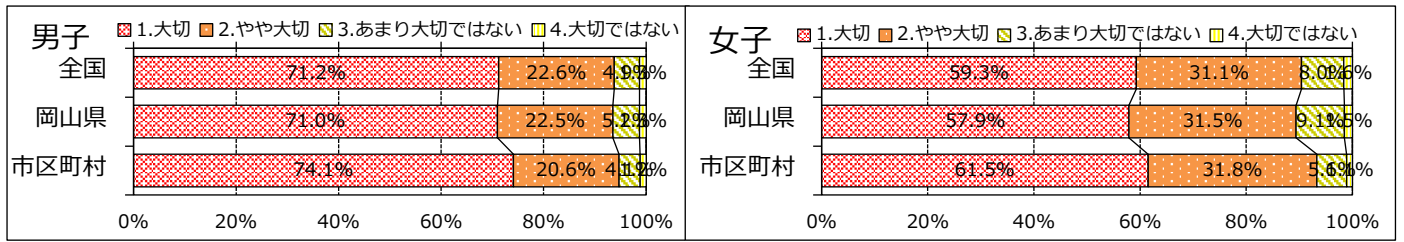
中学校



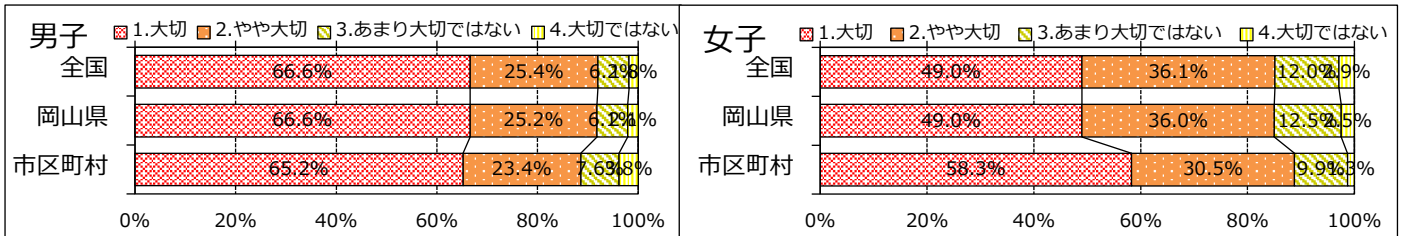
運動は好きか？という質問に対しては、小・中学校ともに肯定的（好き・やや好き）な回答の割合が、おおむね全国平均並みとなっています。

○あなたにとって運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツは大切なものですか。

小学校

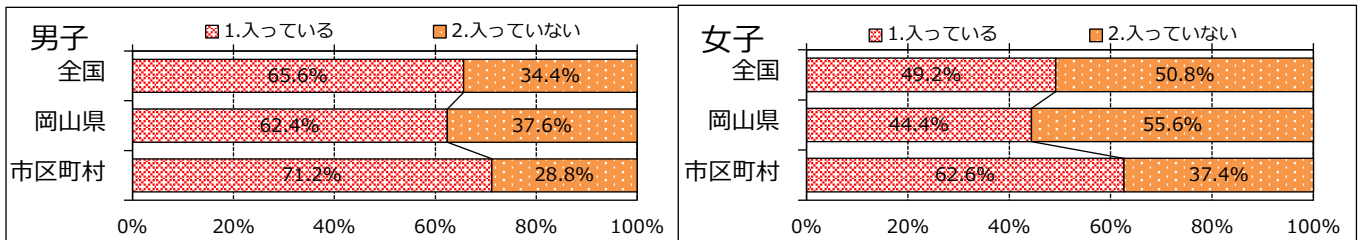


中学校

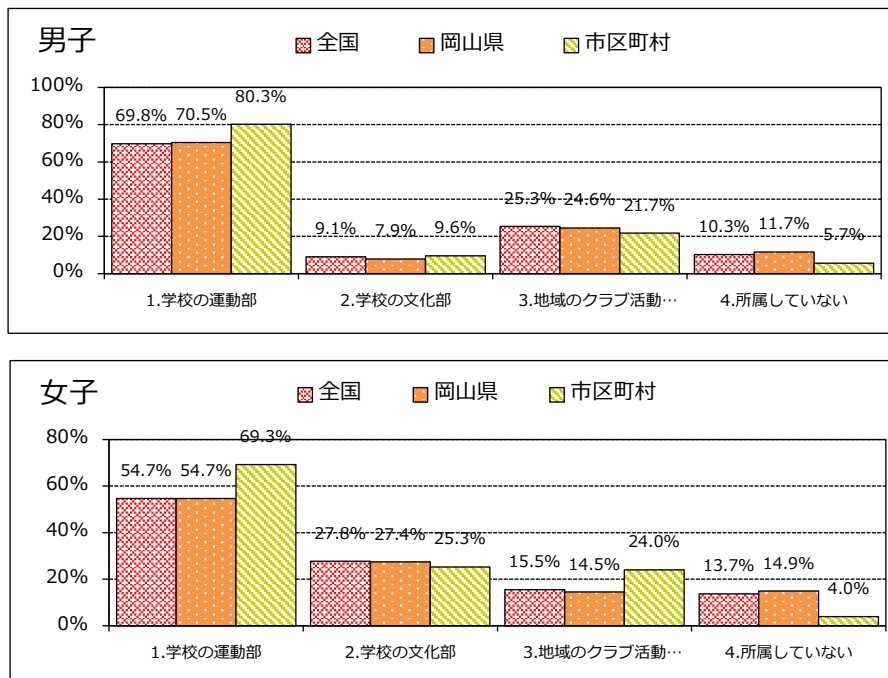


○学校の運動部や地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や習い事をふくみます）に入っていますか。当てはまるものをすべて選んでください。

小学校

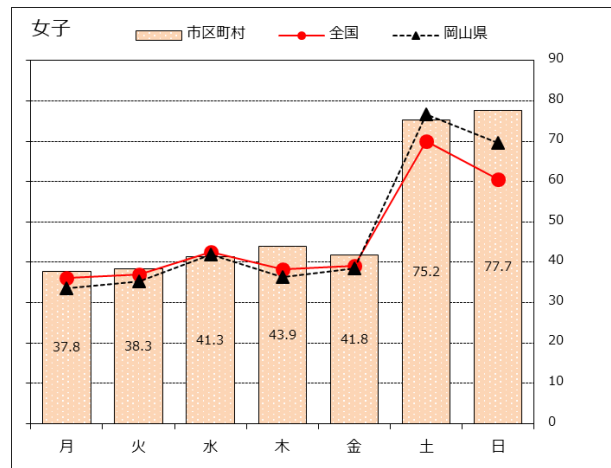
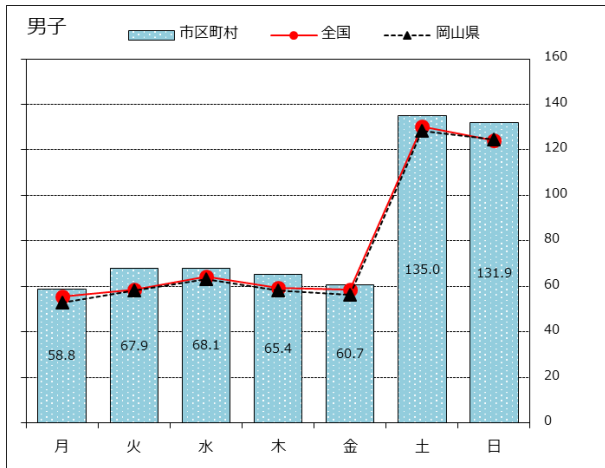


中学校



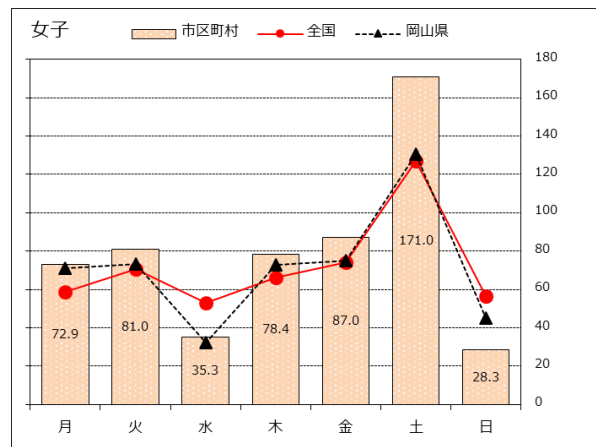
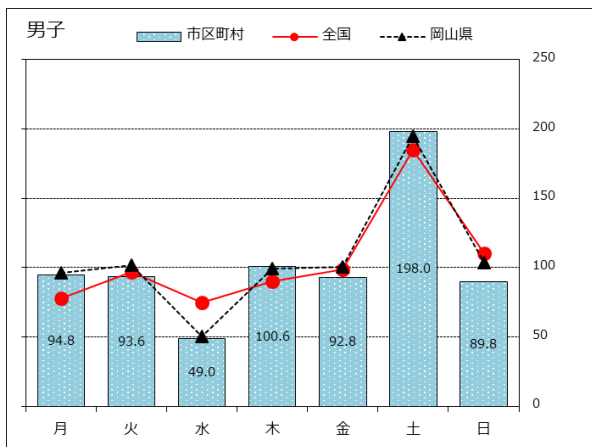
○学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間をしていますか。

小学校



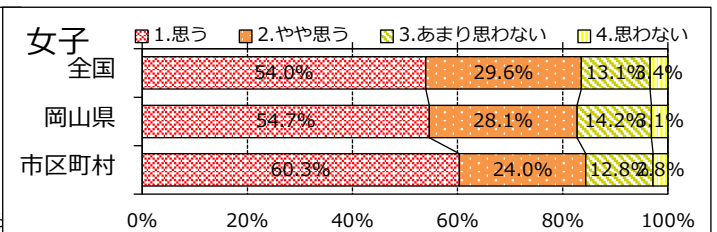
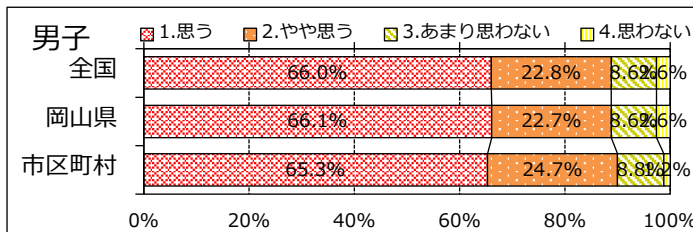
○学校の運動部や地域のクラブ活動、地域のスポーツクラブ、それ以外の運動やスポーツ、それぞれ何分ぐらい活動していますか。（学校の体育の授業を除く。下記の時間は活動時間の合計。）

中学校

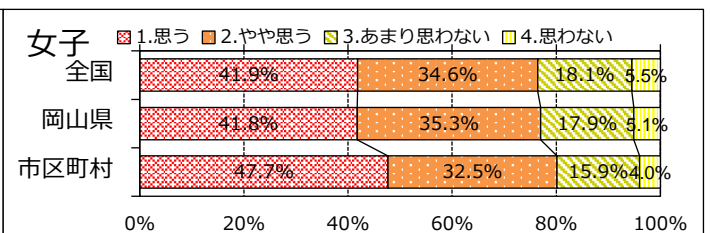
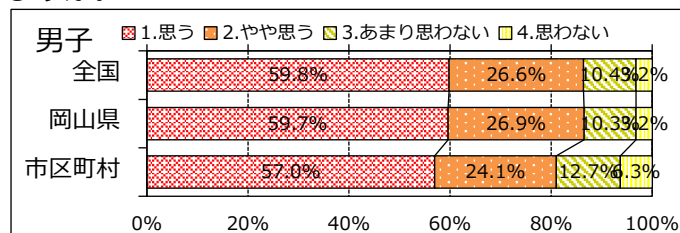


真庭の児童生徒は、全国や県に比べ、運動部や地域スポーツクラブに所属していたり、平素から運動したりしている割合が高くなっています。

○中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



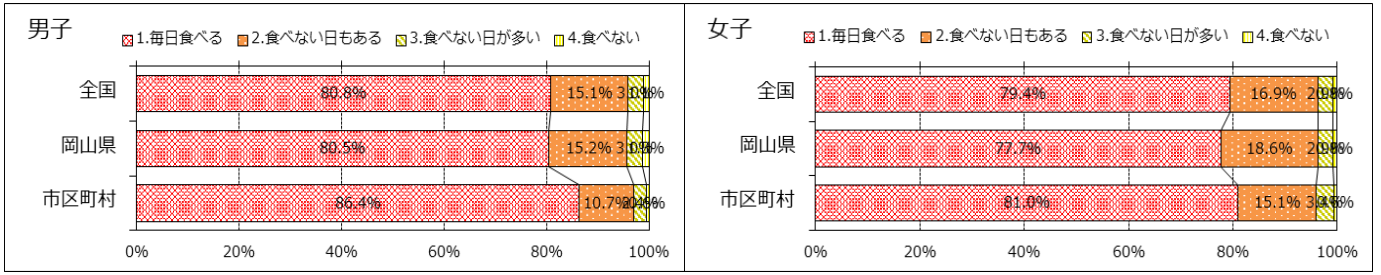
○中学校を卒業した後も、自主的に運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



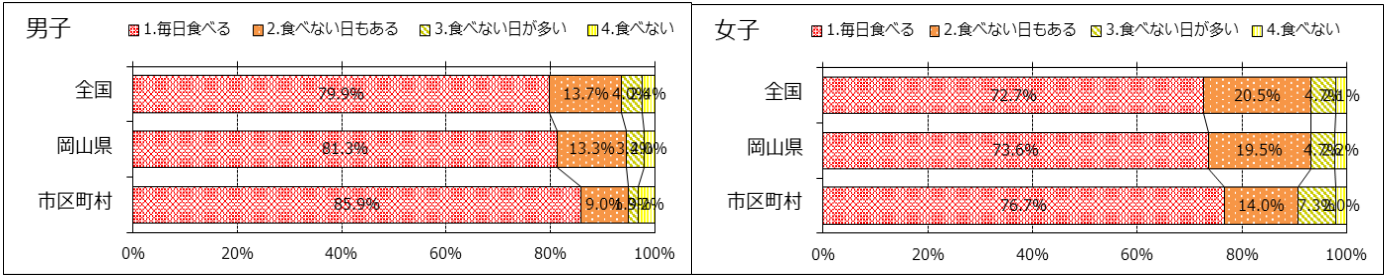
(5) 生活習慣等

○朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

小学校

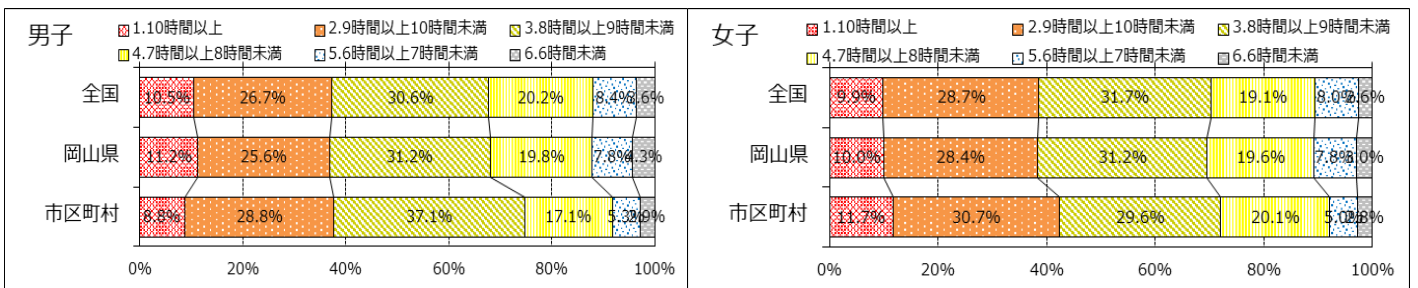


中学校

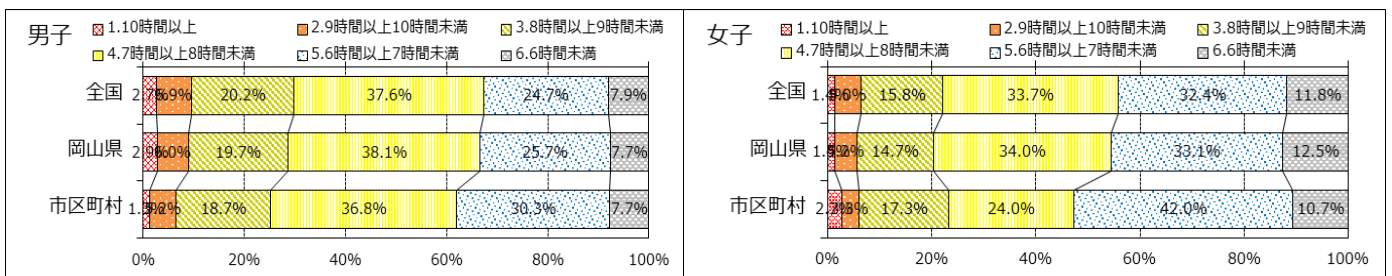


○毎日どのくらいねていますか。

小学校

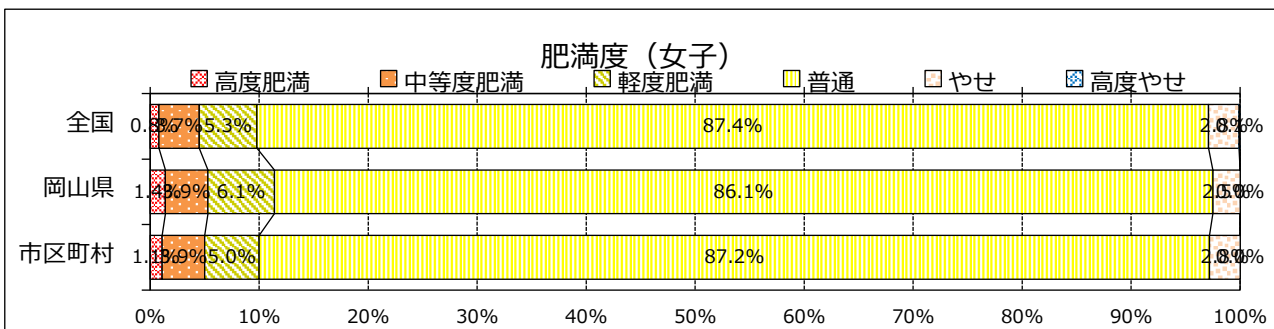
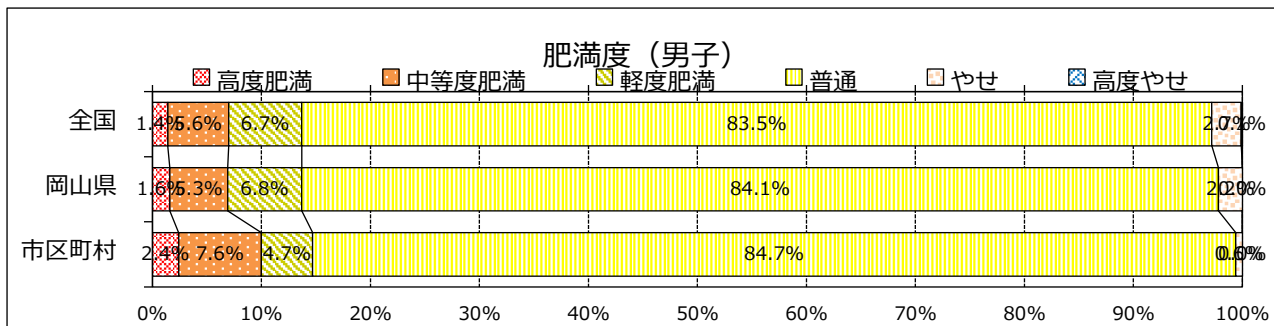


中学校

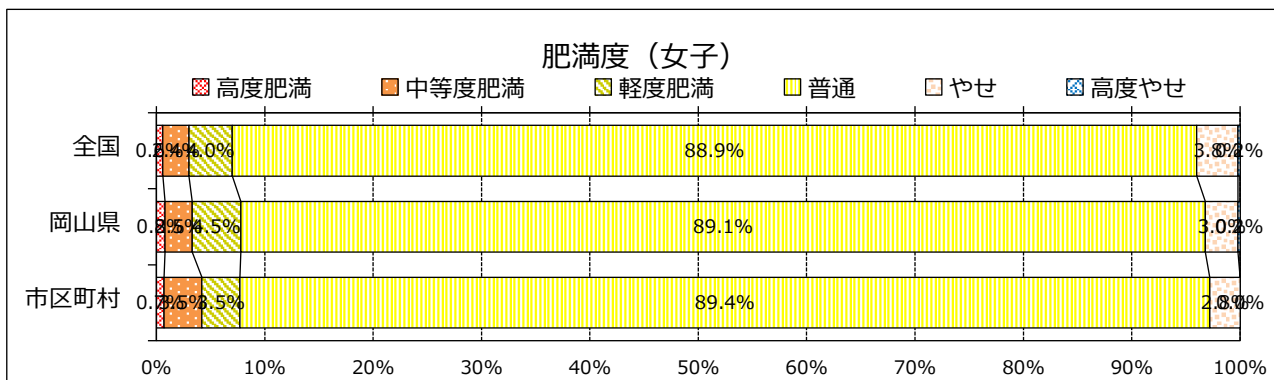
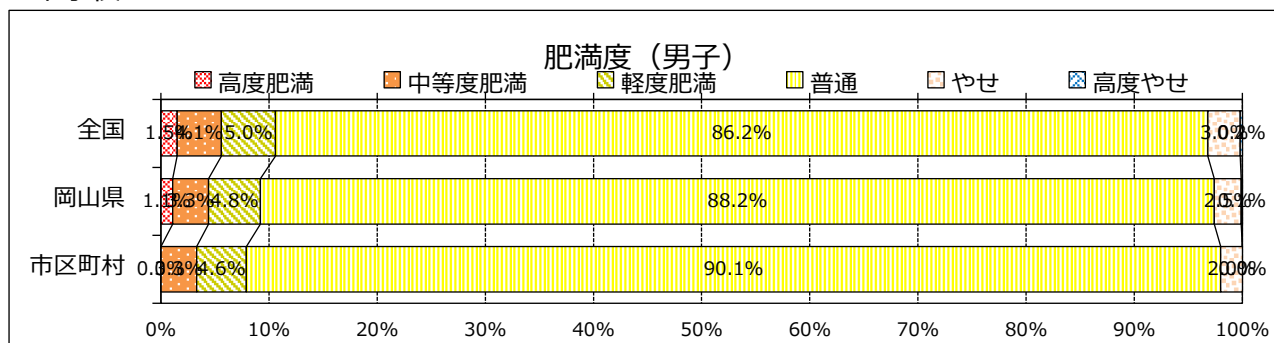


○肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)

小学校



中学校

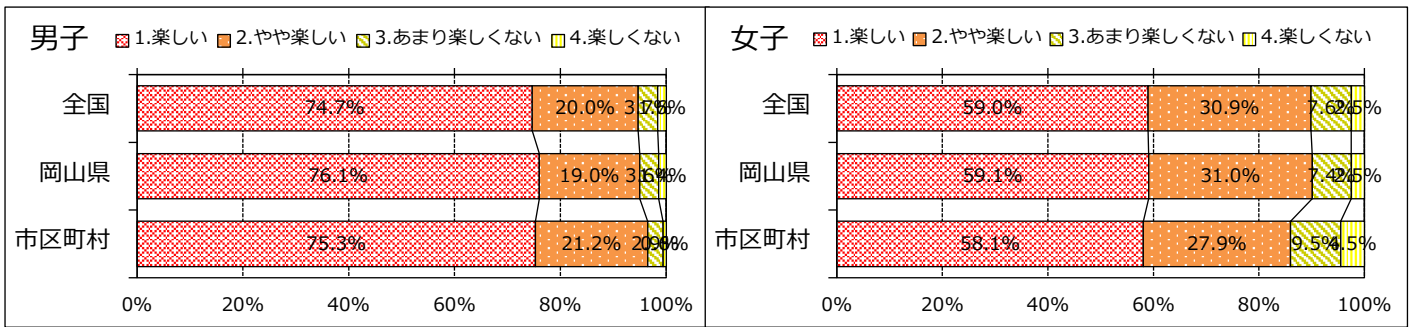


真庭の児童生徒は、概ね望ましい生活習慣で生活できています。

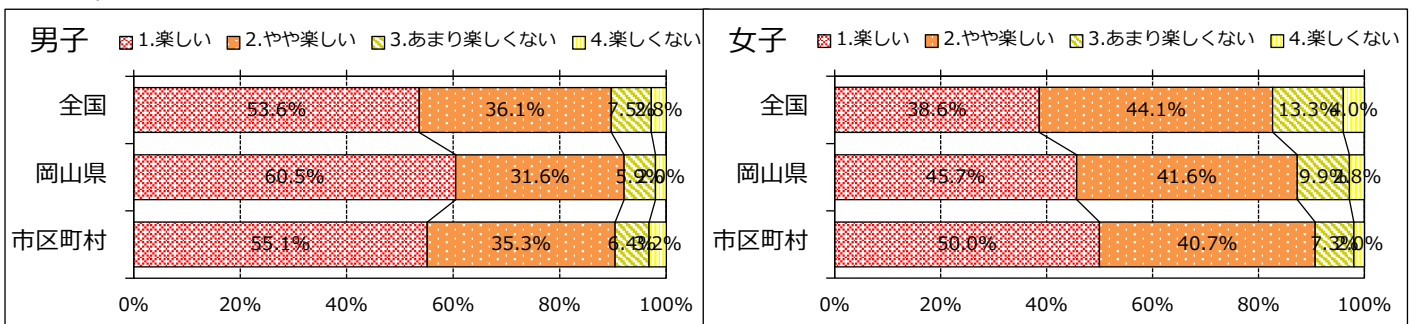
### (3) 授業について

○体育（中学校は保健体育）の授業は楽しいですか。

小学校



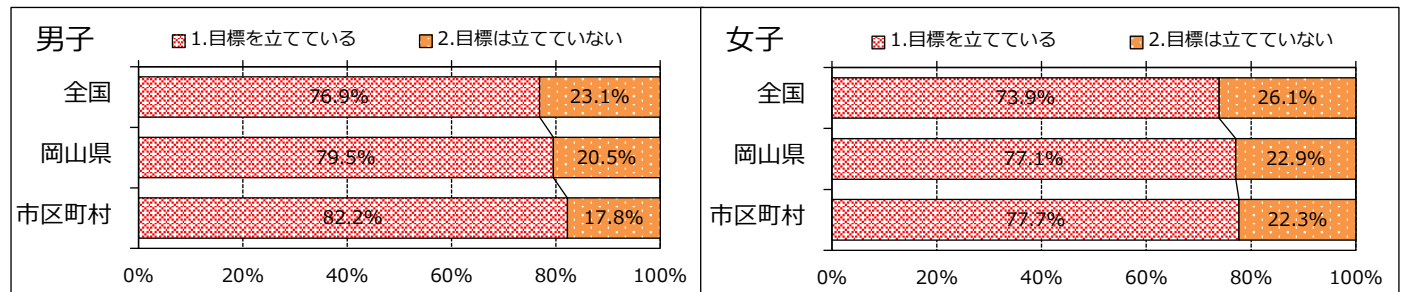
中学校



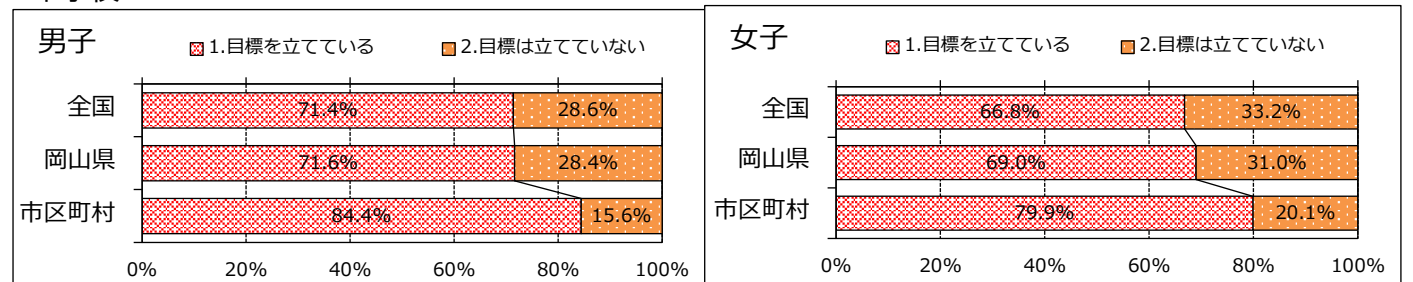
### 【自律性】

○体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

小学校



中学校

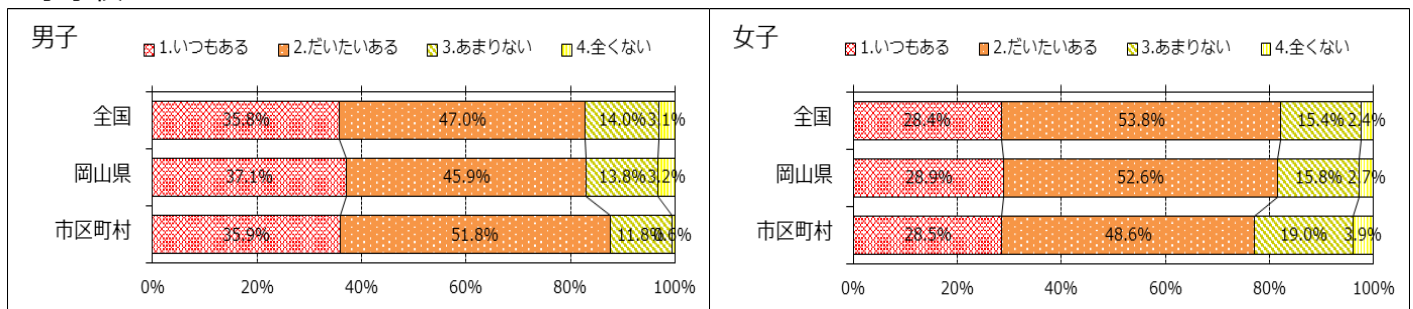




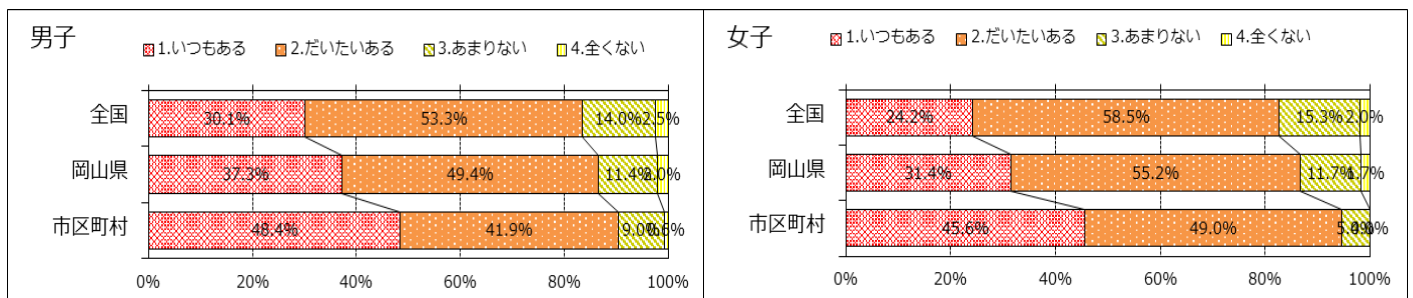
## 【関係性】

○体育（中学校は保健体育）の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

小学校



中学校



## 3 調査結果を受けて

真庭市における「令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、ほぼ全ての実技種目で全国平均を上回る結果となりました。中学生においては男女ともに全ての種目で全国平均を上回っています。

体育の授業を中心とした取組の中で、児童生徒が「自律性」を実感し、「関係性」を感じることができていると考えています。引き続き、これらの視点を大切にしながら、活動の「質」と「量」を確保していきます。

### 「自律性」を実感するために

児童生徒が、自分で目標を設定し、主体的に取り組む「意欲」を醸成する。

### 「関係性」を感じるために

児童生徒が、他者に自分自身の価値を認められ、尊重されていると感じることができるようにする。個人だけでなく、他者と協力して活動する。

### ◇授業改善の継続

- ・「めあて」と「ふりかえり」のある授業実践を通して、児童生徒の運動習慣の基盤の確立していきます。
- ・体育の授業内における運動量を確保できるよう、授業の工夫していきます。
- ・子どもが挑戦したくなるような場や活動、交流や協力ができるような活動を設定し、それらを通して「運動を楽しめる」子どもを育成していきます。

### ◇体育の授業以外における運動時間の確保

- ・学校行事として体育集会等（マラソン、なわとび、球技など）を実施、休み時間を活用した全校遊び、全校マラソンなどを実施、県、市や各地域の体育行事への参加啓発など、各校の実態に応じた取組を継続して行っていきます。

### 【ご家庭へのお願い】

子どもたちの体力の現状について語り合ってくださいとともに、健康的に過ごすために体を動かす習慣を身に付け、定期的に運動を楽しんでください。

真庭の子どもたちのよさである「体力」を基盤に、今後も運動・スポーツ活動を通じて、真庭市が目指す「確かな学力と豊かな心を備え、夢をもって自ら学ぶ子どもの育成」の真現化に引き続き取り組んでいきたいと考えています。