

## 令和5年度

### 全国体力・運動能力・運動習慣等調査の結果(尾鷲市)と今後の取り組みについて

令和5年度の「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」は、5月～7月にかけて、市内の小学校5年生と中学校2年生を対象に実施されました。

本調査結果からわかる、子どもたちの体力や生活習慣、食習慣、運動習慣の状況を把握し、体育・健康に関する指導の改善に役立てていくよう、具体的な施策に反映してまいります。つきましては、保護者、地域の皆様には、家庭や地域での生活の見直しに向けてご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 1 調査概要

(1)実施日 令和5年5月～7月

(2)調査実施人数 小学校5年生 91人 中学校2年生 105人

(3)実施内容

### ① 体力に関する調査

体力テスト種目		単位	体力要素	測定	
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値.	
②	上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.	
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.	
④	反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.	
⑤-1	持久走	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m, 女子1000m の走行時間.	どちらかの1種目を選択 両方実施した場合は得点の高い方で総合評価しています。
⑤-2	20mシャトルラン	回	全身持久力	20m 走行の折り返し回数.	
⑥	50m走	秒	疾走能力	50m の疾走時間.	
⑦	立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.	
⑧	ボール投げ	m	巧緻性・投球能力	(小学校)ソフトボール1号球を遠投した距離 (中学校)ハンドボール2号球を遠投した距離.	
体力合計点		点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点.		
総合評価		5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価.		

### ② 体格に関する調査

- ・身長
- ・体重

上記による肥満傾向児、痩身傾向児の出現率

### ③ 運動や運動習慣等に関する質問紙調査


- ・児童生徒に対する調査
- ・学校に対する調査

## 2 運動の調査結果概要

本市では、「その年の全国平均値を50とし、これに対する相対的な位置を示した得点(T得点)」により、本市における得点状況を示して、全国的な状況との関係について年度間の変化を経年で比較しています。


### 小学校

調査項目	小学校5年生男子					小学校5年生女子				
	R5 尾鷲市	R4 尾鷲市	R3 尾鷲市	R2 尾鷲市	R1 尾鷲市	R4 尾鷲市	R4 尾鷲市	R3 尾鷲市	R2 尾鷲市	R1 尾鷲市
握力	51.5	51.5	55.5		51.7	49.1	50.6	50.5		51.5
上体起こし	49.6	46.9	47.3		50.2	48.9	48.9	45.9		50.1
長座体前屈	55.8	54.7	59.5		49.1	54.6	55.2	50.2		48.5
反復横跳び	51.0	50.3	47.9		50.9	50.0	53.1	46.9		53.0
20mシャトルラン	50.1	48.4	47.5		48.5	48.8	49.6	46.8		50.1
50m走	51.7	47.7	45.7		50.0	48.8	49.2	48.7		51.6
立ち幅跳び	51.0	49.4	45.8		47.6	48.3	50.1	51.6		49.9
ソフトボール投げ	51.9	50.9	50.3		52.3	50.6	52.7	48.8		56.8
体力合計点	52.4	49.2	49.7		49.7	49.8	51.6	48.3		51.6

 は全国平均を上回るもの

### 中学校

調査項目	中学校2年生男子					中学校2年生女子				
	R5 尾鷲市	R4 尾鷲市	R3 尾鷲市	R2 尾鷲市	R1 尾鷲市	R4 尾鷲市	R4 尾鷲市	R3 尾鷲市	R2 尾鷲市	R1 尾鷲市
握力	46.8	47.4	57.7		50.4	43.2	47.6	48.7		52.1
上体起こし	46.5	48.2	49.1		49.9	46.4	48.0	49.2		51.9
長座体前屈	50.2	52.9	57.8		47.0	50.9	52.8	51.1		49.2
反復横跳び	47.7	50.0	52.6		52.0	48.4	50.4	49.8		53.4
持久走					47.6					48.1
20mシャトルラン	48.7	52.0	50.0			49.6	51.3	49.2		
50m走	50.6	50.4	52.2		50.2	48.2	51.6	51.8		49.8
立ち幅跳び	50.3	49.3	51.6		51.0	48.4	51.2	52.0		50.1
ハンドボール投げ	49.5	50.8	57.5		53.4	50.0	56.2	52.9		55.8
体力合計点	48.6	50.9	54.2		49.4	47.4	51.7	51.8		51.7

 は全国平均を上回るもの

## 各項目に関する調査結果から

### 小学校(男子)

#### ◇ 強み

- ・筋力(握力)                      ・柔軟性(長座体前屈)                      ・敏捷性(反復横とび)
- ・全身持久力(シャトルラン)      ・疾走能力(50m走)
- ・筋パワー／跳躍能力(立ち幅とび)      ・巧緻性／投球能力(ソフトボール投げ)

#### ◆ 弱み

- ・筋パワー／筋持久力(上体起こし)

### 小学校(女子)

#### ◇ 強み

- ・柔軟性(長座体前屈)                      ・敏捷性(反復横とび)
- ・巧緻性／投球能力(ソフトボール投げ)

#### ◆ 弱み

- ・筋力(握力)      ・筋パワー／筋持久力(上体起こし)      ・全身持久力(シャトルラン)
- ・疾走能力(50m走)      ・筋パワー／跳躍能力(立ち幅とび)

### 中学校(男子)

#### ◇ 強み

- ・柔軟性(長座体前屈)                      ・疾走能力(50m走)
- ・筋パワー／跳躍能力(立ち幅とび)

#### ◆ 弱み

- ・筋力(握力)      ・筋パワー・筋持久力(上体起こし)      ・敏捷性(反復横とび)
- ・全身持久力(シャトルラン)      ・巧緻性／投球能力(ハンドボール投げ)

### 中学校(女子)

#### ◇ 強み

- ・柔軟性(長座体前屈)                      ・巧緻性・投球能力(ハンドボール投げ)

#### ◆ 弱み

- ・筋力(握力)                      ・筋パワー・筋持久力(上体起こし)                      ・敏捷性(反復横とび)
- ・全身持久力(シャトルラン)                      ・疾走能力(50m走)
- ・筋パワー・跳躍能力(立ち幅とび)

## 児童生徒質問紙調査の結果からみた子どもの姿

### 尾鷲市の子どもたちの傾向

#### <小学校>

- ◇「運動やスポーツをすることは好き」と答えた児童の割合は、男子において全国の数値を上回っています。
- ◇「運動やスポーツは大切」と答えた児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇中学校進学後に、自主的に運動・スポーツをする時間を持ちたいと思っている児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「体育の授業は楽しい」と答えた児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「体育の授業で、いつも進んで学習に参加している」と答えた児童の割合は、男子において全国の数値を上回っています。
- ◇「体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、できたり、わかったりすることがいつもある」と答えた児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「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したりすることでできたり、わかったりすることがいつもある」と答えた児童の割合は、男子において全国の数値を上回っています。
- ◇「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る」と答えた児童の割合は、男子において全国の数値を上回っています。
- ◇8時間以上睡眠をとっている児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っており、昨年度と比べて増加しています。
- ◇保健の授業で学習した運動、食事、休養およびすいみんに気をつけた生活を送れていると答えた児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇保健を学習して、もっと運動しようと思うようになったと答えている児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇◆朝食を毎日食べると答えた児童の割合は、男子において全国の数値を上回っています。女子においては、全国の数値を下回っており、昨年度と比べて減少しています。
- ◆平日(月～金曜日)に学習以外で、1日にテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンの画面を3時間以上見ている児童の割合は、男女ともに全国の数値を上回っており、昨年度と比べて大幅に増加しています。

#### <中学校>

- ◆「運動やスポーツをすることは好き」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を下回っています。
- ◇「運動やスポーツは大切」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「中学校卒業後、自主的に運動やスポーツする時間を持ちたいと思う」と答えた生徒の割合は、女子において全国の数値を大きく上回っています。
- ◇「保健体育の授業は楽しい」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。

- ◇「保健体育の授業で、いつも進んで学習に参加している」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「保健体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、できたり、わかったりすることがいつもある」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「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したりすることでできたり、わかったりすることがいつもある」と答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇「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る」と答えた生徒の割合は、女子において全国の数値を上回っています。
- ◇保健の授業で学習した運動、食事、休養およびすいみに気をつけた生活を送れていると答えた生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◇保健を学習して、もっと運動しようと思うようになったと答えている生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。
- ◆朝食を毎日食べると答えた生徒の割合は、男女とも全国の数値を下回っています。男子において、昨年度と比べて大幅に減少しています。
- ◆8時間以上睡眠をとっている生徒の割合は、男女とも全国の数値を下回っています。男子において、昨年度と比べて大幅に減少しています。
- ◆◇平日(月～金曜日)に学習以外で、1日にテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンの画面を3時間以上見ている生徒の割合は、男女ともに全国の数値を上回っていますが、昨年度と比べて減少しています。

## 市教育委員会及び学校における今後の取り組み

### (1) 体力テストの継続実施

- 全小中学校で全児童生徒に「体力テスト」を実施します。
- 体力テストの結果の個人記録カードを活用し、児童生徒の運動に対する関心・意欲を高めていきます。
- 各校の特長を生かした運動への取り組み(全校遊び・持久走・なわとび等)を継続していきます。

### (2) 継続した授業改善の推進

- 「めあて」と「振り返り」を位置づけた授業を展開します。
  - ・ 授業の始めに学習の「めあて」を示すことを徹底します。
  - ・ 授業の最後に学習した内容についての「振り返り」を徹底します。
  - ・ 「できる」「楽しい」「動いた」が実感できる授業の工夫を行います。
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果分析を活用して、自校の強み・弱みを把握し授業改善に役立てていきます。

### **(3)校内研修の充実**

- 各校の課題に応じた校内研修の充実を図ります。
- 県教委主催の体育研修会等で学んだことについての環流を図ります。
- 各校の要望に応じて指導主事の派遣を要請し、校内研修の指導・支援を図ります。

### **(4)家庭・地域・関係機関との連携**

- 規則正しい生活習慣づくりや体力づくりの推進、ひいては生涯にわたって健康を保持増進し運動に親しむことができるようにするために、家庭・地域・関係機関と協力、連携していきます。