

「令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」における 防府市立小・中学校の結果について

令和6年3月 防府市教育委員会

1 調査の概要

(1) 調査の目的

児童生徒の体力・運動能力及びこれらと関係の深い基本的な生活習慣の実態を明らかにすることで、体育・保健体育の指導及び児童生徒の心と体の健康づくりの基礎資料として活用する。

(2) 調査の時期

令和5年4月～令和5年7月

2 体力に関する調査について（小学校第5学年及び中学校第2学年）

防府市立小・中学校の児童生徒（小学校第5学年及び中学校第2学年）の平均値を全国・山口県の平均値と比較しました。

体力テスト種目	単位	測定		体力要素
握力	kg	左右握力の平均値		筋力
上体起こし	回	30秒間に上体を起こした回数		筋パワー 筋持久力
長座体前屈	cm	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離		柔軟性
反復横とび	点	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数		敏捷性
持久走	秒	男子1500m、女子1000mの走行時間 ※中学校のみ	両方実施の場合は得点の高い方で総合評価	全身持久力 長距離走能力
20mシャトルラン	回	20m走行の折り返し回数		全身持久力
50m走	秒	50mの疾走時間		疾走能力
立ち幅とび	cm	両脚で前方へ跳躍した直線距離		筋パワー 跳躍能力
ハンド(ソフト)ボール投げ	m	中学生はハンドボール、小学生はソフトボールを遠投した距離		巧緻性 投球能力
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		

3 山口県の子どもの実態

【体力の状況】

体力の総合的な指標である「体力合計点」は、令和4年度の記録と比較して、すべての調査対象学年で上回った。全国平均と比較すると、小学5年生男女は下回り、中学2年生男女は上回った。

【体格の状況】

身長と体重のバランスがとれている児童生徒の割合は、小学5年生男女、中学2年生男女で、全国の児童生徒の割合を上回った。

【運動習慣等の状況】

1週間の総運動時間は、小学5年生男女で全国平均を上回り、中学2年生男女は全国平均を下回った。

【運動やスポーツに対する意識】

運動やスポーツをすることが「好き」と回答した児童生徒の割合は、中学2年生男女で全国平均を上回った。

4 防府市の子どもの実態

(1) 体力・運動能力調査の結果から

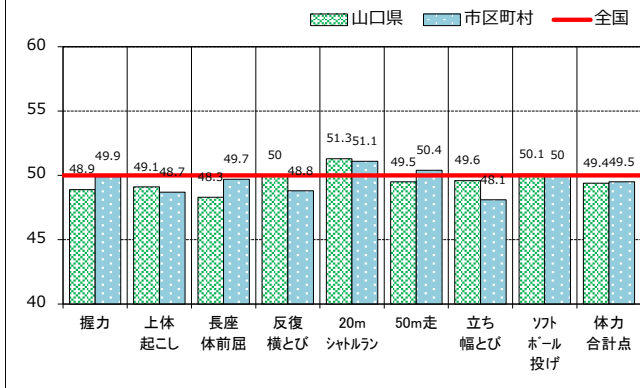
※「比較」欄は、全国や山口県に対する防府市の記録の評価を記号で表したものです。

◎…大きく上回っている、○…やや上回っている、—…同じ、△…やや下回っている、×…大きく下回っている

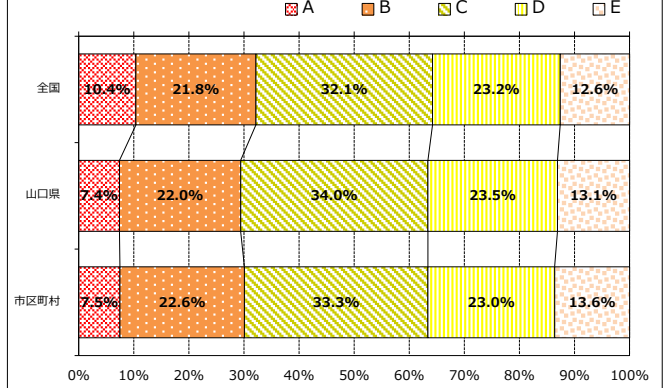
【小学校5年生】

小5		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横跳び (点)		20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)		立ち幅跳び (cm)		ソフトボール投げ (m)		体力合計点 (点)		身長 (cm)		体重 (kg)		
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	
		男子	全国	16.13	△	19.00	×	33.98	△		40.60	×	46.92	◎	9.48	○	151.13	×	20.52	—	52.59	△	139.61
	山口県	15.69	◎	18.47	△	32.51	◎	40.63	×	49.71	△	9.54	◎	150.21	×	20.60	△	52.02	○	138.81	○	34.68	△
	防府市	16.08		18.21		33.70		39.62		49.35		9.44		146.63		20.52		52.13		139.22		34.52	
女子	全国	16.01	△	18.05	×	38.45	△	38.73	×	36.80	◎	9.71	○	144.29	×	13.22	○	54.28	△	141.26	△	35.24	○
	山口県	15.65	○	17.61	△	36.87	◎	38.84	×	40.68	○	9.77	◎	143.41	×	13.23	○	53.91	△	140.26	◎	34.51	◎
	防府市	16.00		17.21		38.23		37.67		41.48		9.66		138.86		13.24		53.67		141.04		35.42	

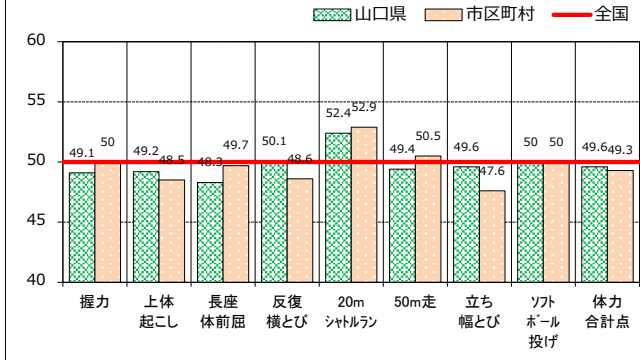
実技調査T得点 (男子)



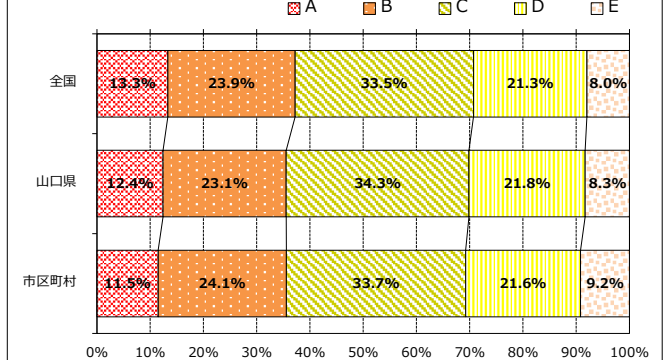
総合評価 (男子)



実技調査T得点 (女子)



総合評価 (女子)



※市区町村 = 「防府市」

○グラフについての補足説明

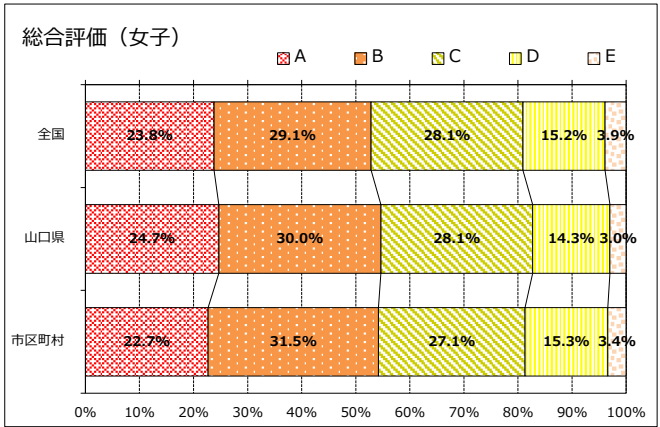
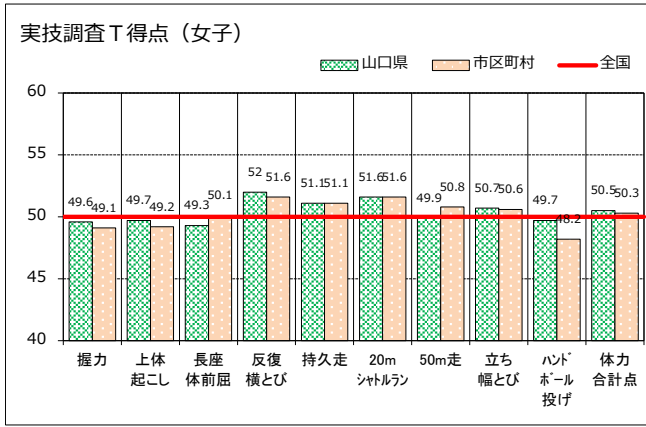
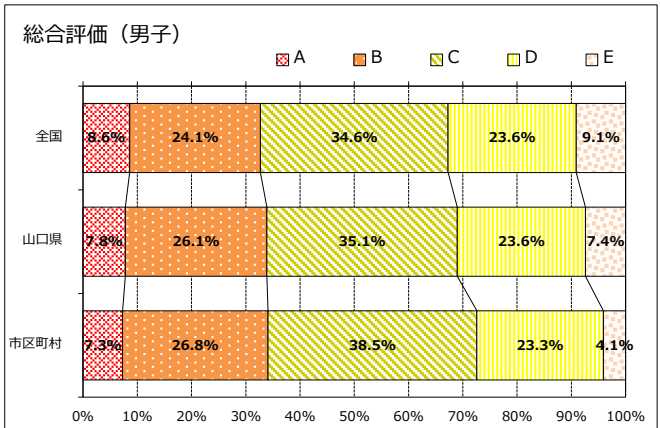
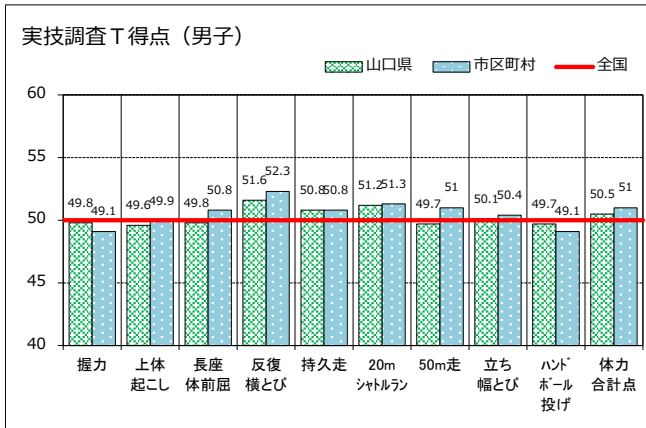
T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値 (50点) に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価

○小学5年生の特徴

- ・男女ともに、20mシャトルラン、50m走、ソフトボール投げ以外の種目で、全国平均を下回っている。
- ・男女ともに、上体起こし、反復横跳び、立ち幅跳びの3種目が全国平均との差が大きい。
- ・総合評価が「C」以上の児童は、男子が63.4%、女子が69.3%である。(防府市の目標=80%)

【中学校2年生】

中2		握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		持久走 男子1500m 女子1000m		20mシャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ハンドボール投げ		体力合計点		身長		体重	
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較
男子	全国	29.02	△	25.82	△	44.16	○	51.22	◎	409.02	○	78.07	◎	8.01	◎	197.02	○	20.40	△	41.32	◎	161.17	×	50.22	△
	山口県	28.91	△	25.59	○	43.96	◎	52.62	○	403.73	○	81.00	○	8.04	◎	197.46	○	20.23	△	41.81	○	160.07	○	49.68	△
	防府市	28.39		25.73		45.05		53.21		403.34		81.28		7.91		198.18		19.83		42.43		160.25		49.64	
女子	全国	23.15	△	21.62	△	46.27	○	45.65	◎	306.26	○	50.70	◎	8.95	○	166.34	○	12.43	×	47.22	○	154.94	△	46.87	◎
	山口県	22.98	△	21.42	△	45.49	○	47.14	△	300.88	○	53.86	△	8.96	○	168.14	△	12.31	×	47.84	△	154.29	△	46.84	◎
	防府市	22.74		21.17		46.41		46.83		300.82		53.84		8.88		168.00		11.67		47.55		154.24		47.90	



※市区町村＝「防府市」

○グラフについての補足説明

T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値（50点）に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	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

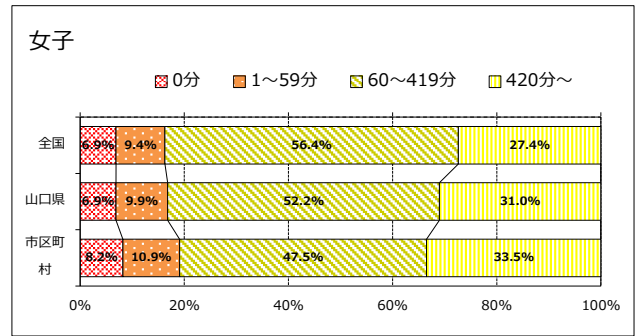
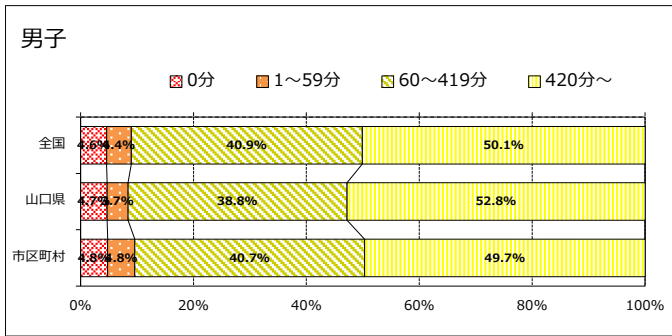
○中学2年生の特徴

- ・男子は、握力、上体起こし、ハンドボール投げ以外の種目で全国平均を上回っている。
- ・女子は、握力、上体起こし、ハンドボール投げ以外の種目で全国平均を上回っているが、県平均を下回っている種目が多い。
- ・総合評価が「C」以上の生徒は、男子が72.6%、女子が81.3%である。（防府市の目標＝80%）

(2) 運動習慣等調査の結果から

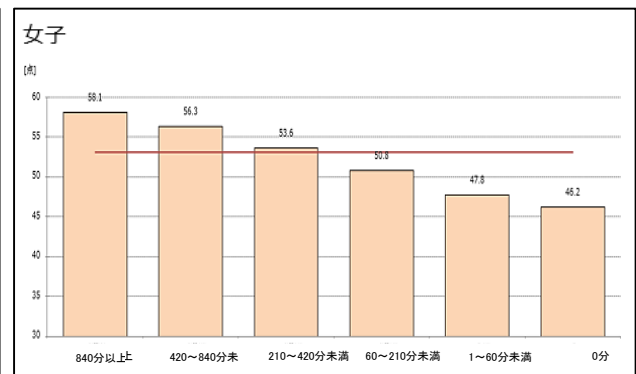
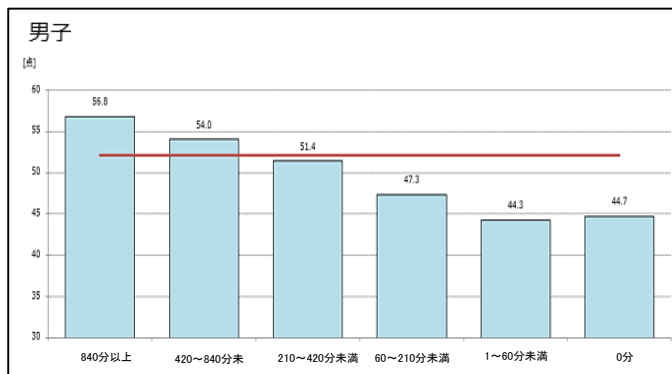
【小学5年生】

○ 1週間の総運動時間（分） ※運動時間には体育の授業を含まない



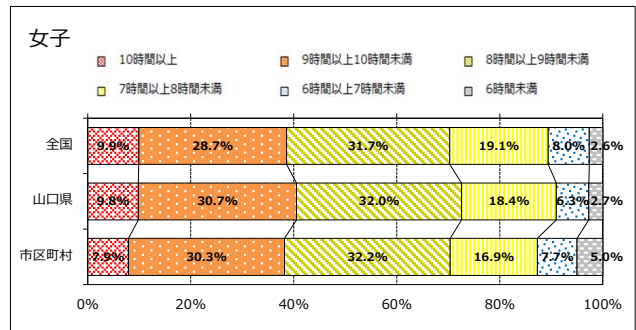
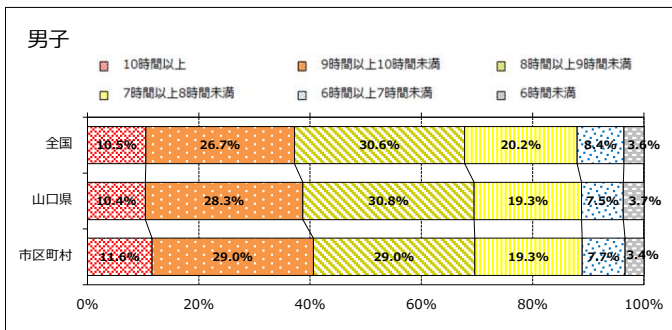
- ・ 1週間の総運動時間が60分未満の児童は、男子9.6%、女子19.1%である。
- ・ 女子の1週間の総運動時間が420分以上の割合は全国平均を上回っているが、男子に比べると低い。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係



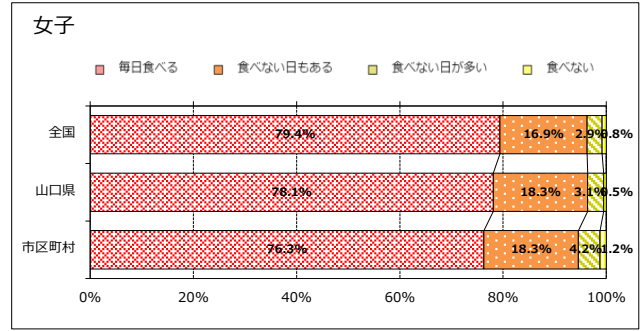
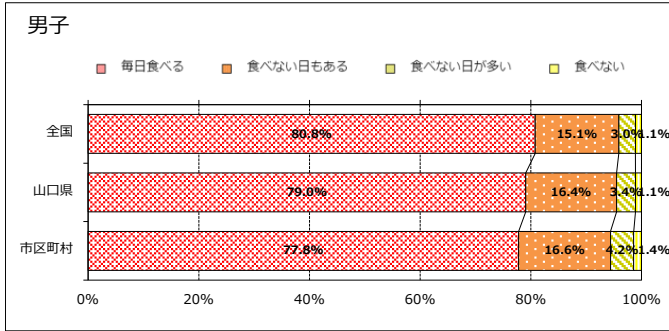
- ・ 男女ともに、1週間の総運動時間が420分以上の児童の体力合計点が高い。

○ 1日の睡眠時間



- ・ 1日の睡眠時間が7時間未満の児童は、男子で11.1%、女子で12.7%である。
- ・ 女子の1日の睡眠時間が7時間未満の割合が、全国や山口県と比べて高い。

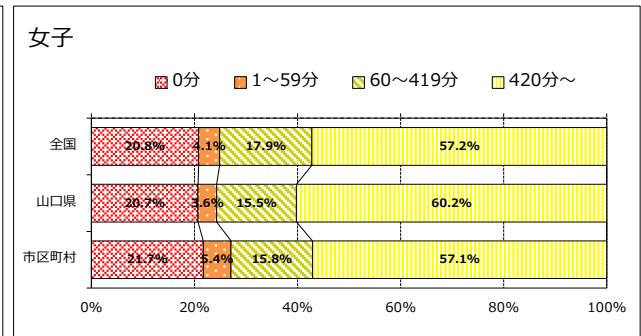
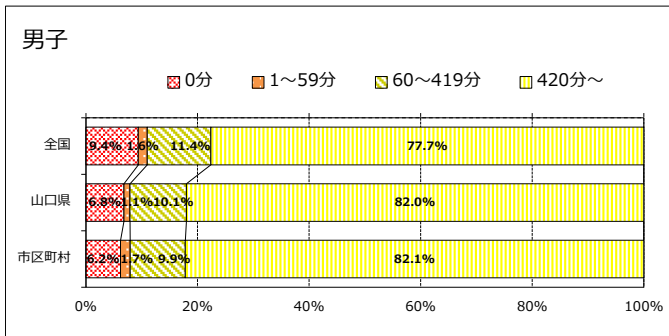
○ 朝食の摂取



・男女ともに、朝食を毎日食べる生徒の割合が、全国と山口県と比べて低い。

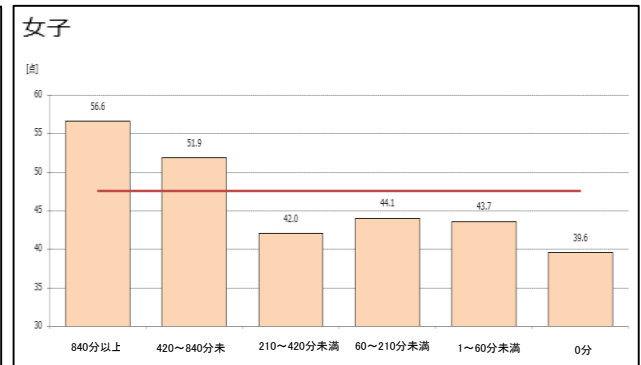
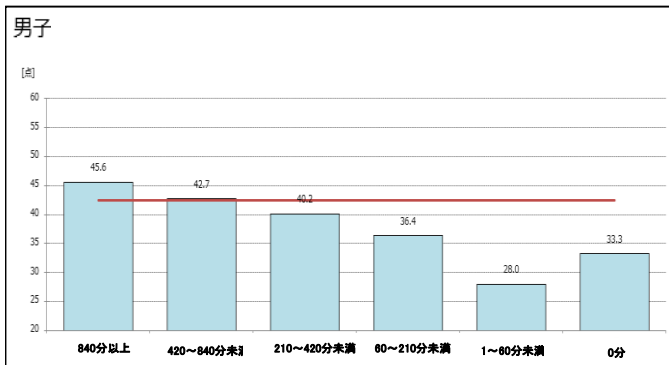
【中学2年生】

○ 1週間の総運動時間（分） ※運動時間には体育の授業を含まない



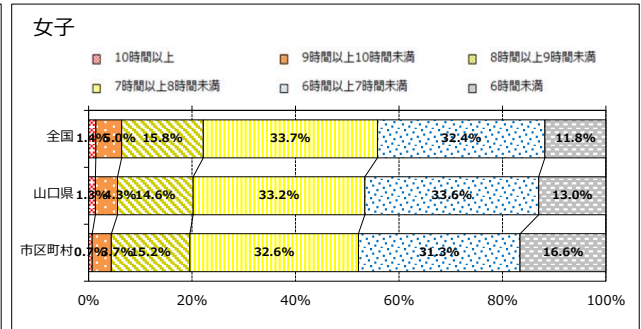
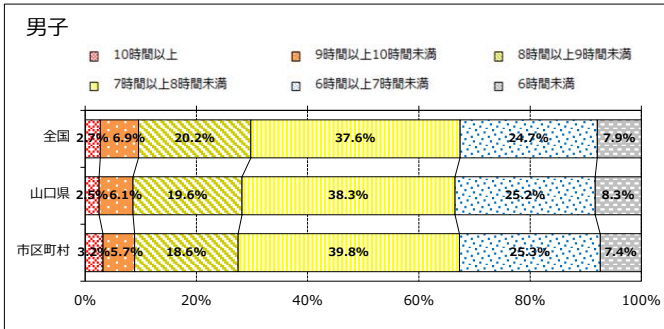
・ 1週間の総運動時間が60分未満の生徒は、男子7.9%、女子27.1%でした。
 ・ 女子の1日の総運動時間が60分未満の割合は、全国や山口県と比べて高い。
 ・ 女子は、運動をする生徒としない生徒の二極化が見られる。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係



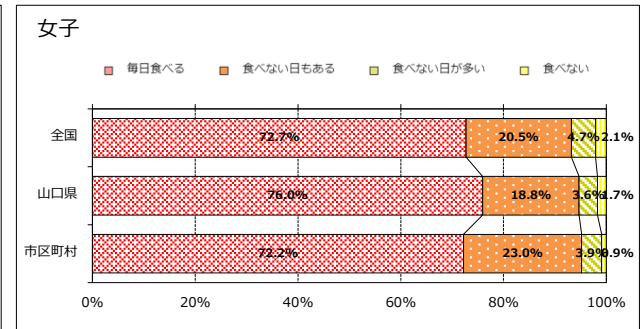
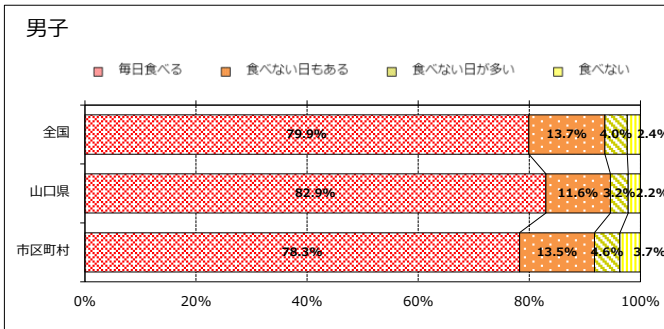
・男女ともに、1週間の総運動時間が420分以上の生徒の体力合計点が高い。

○ 1日の睡眠時間



- ・ 1日の睡眠時間が7時間未満の生徒は、男子で32.7%、女子で47.9%である。
- ・ 女子の1日の睡眠時間が7時間未満の割合は、全国や山口県と比べて高い。

○ 朝食の摂取



- ・ 男女ともに、朝食を毎日食べる生徒の割合が、全国と山口県と比べて低い。

5 今後の取組

(1) 児童生徒が主体的に運動する授業の実践

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、継続するための資質・能力を育成するためには、それぞれの運動が有する特性や魅力を児童生徒が十分に感じることができるよう授業の実践が重要である。

そのため、以下の視点を踏まえ、児童生徒が自ら進んで学習に取り組むことができる授業を実践していく。

- 児童生徒が、「めあて」と「振り返り」を意識できる。
- 児童生徒が、個々の課題に応じて学習方法を選択することができる。
- 児童生徒が、協働しながら課題解決に向かうことができる。
- 児童生徒が、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。



(2) 健康に関する指導の充実

健やかな体と豊かな心をもった児童生徒を育むためには、全教職員の共通理解のもと、健康に関する指導を積極的に行う必要がある。

調査結果から、朝食の摂取率の低下や睡眠時間が7時間未満の割合が増加する等、生活習慣に大きな課題があることが分かった。児童生徒の生活習慣は、大人の生活習慣が反映している側面もあり、児童生徒だけでなく、保護者への啓発も必要である。

そのため、教育活動全体を通じて、健康の保持増進に向けた取組を推進するとともに、家庭や地域と連携した運動習慣の確立、生活習慣の改善を図っていく。

(3) 総合的な体力向上をめざした組織的な取組

全国体力・運動能力、運動習慣等調査は、各学校が児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等における指導の充実・改善につなげることを目的に実施されている。

防府市では、すべての小・中学校が、学校全体の体力・運動能力の向上に向けた目標を設定し、児童生徒の課題解決に向けた取組を計画的に推進している。また、調査結果を踏まえた取組を実施している学校の割合が全国や山口県と比較しても多く、保健体育科の授業改善に生かすことができていることが分かる。一方で、体力テストの結果や体力・運動能力の向上に向けた目標を立てている児童生徒の割合が全国と比較した場合にわずかに低く、自己の体力・運動能力の向上への関心が薄いことが分かる。

児童生徒の体力・運動能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ためには、目標設定が不可欠であり、教職員と児童生徒の共通理解のもと、組織的な取組を推進していくことが重要である。

そのため、山口県全域で展開されている「体力向上維新プロジェクト」を契機とし、総合的な体力向上をめざした組織的な取組を学校・家庭・地域が一体となって、より一層推進していく。

6 参考

- ・山口県教育庁学校安全・体育課ホームページ「やまぐち体力向上維新プロジェクト」

<https://sites.google.com/g.vsn21.jp/tairyoku-up-ishin/%E3%83%9B%E3%83%Bc%E3%83%A0>