

令和3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3年度、小学校第5学年、中学校第2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)			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3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)

		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	16.22	50.0	18.90	50.0	33.48	50.0	40.35	50.0		
		16.45	<b>50.6</b>	19.12	<b>50.4</b>	34.14	<b>50.8</b>	38.56	47.9		
	女子	16.09	50.0	18.08	50.0	37.90	50.0	38.72	50.0		
		16.12	<b>50.1</b>	18.03	49.9	37.92	<b>50.0</b>	35.97	<b>46.4</b>		
中学校	男子	28.80	50.0	25.99	50.0	43.67	50.0	51.19	50.0	406.38	50.0
		27.83	48.7	24.82	48.1	42.17	48.6	47.96	<b>46.2</b>	411.19	49.3
	女子	23.43	50.0	22.32	50.0	46.20	50.0	46.25	50.0	297.62	50.0
		22.35	47.7	20.62	47.1	44.22	48.1	42.52	<b>44.7</b>	309.29	47.5

		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	46.83	50.0	9.45	50.0	151.41	50.0	20.58	50.0	52.52	50.0
		43.91	48.6	9.50	49.6	148.61	48.8	19.95	49.2	51.39	48.8
	女子	38.15	50.0	9.64	50.0	145.18	50.0	13.30	50.0	54.64	50.0
		32.80	<b>46.7</b>	9.71	49.2	141.02	48.1	12.75	48.8	52.51	47.6
中学校	男子	79.88	50.0	8.01	50.0	196.36	50.0	20.31	50.0	41.18	50.0
		73.80	47.6	8.10	49.1	191.91	48.5	20.52	<b>50.4</b>	38.64	47.6
	女子	54.24	50.0	8.88	50.0	168.15	50.0	12.72	50.0	48.56	50.0
		47.94	<b>46.8</b>	8.96	49.0	160.00	<b>46.8</b>	12.41	49.3	44.24	46.2

実技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は、令和元年度に比べ、小学校、中学校の男女ともに低下しました。低下の主な要因としては、①運動時間の減少、②学習以外のスクリーンタイム(※)の増加、③肥満である児童生徒の増加について、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、更に拍車がかかったと国では分析しています。

本市の体力合計点の結果は、全国同様、令和元年度に比べて小学校、中学校ともに男女で低下しています。項目別でT得点による比較で見ると、小学校男子の握力、上体起こし、長座体前屈、小学校女子の握力、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、20mシャトルラン、立ち幅とび、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。

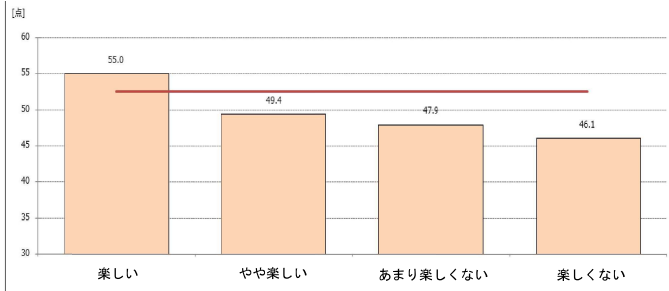
(※)スクリーンタイム:テレビ、スマートフォン、パソコン等を視聴する時間。

## 児童生徒質問紙調査（体育・保健体育の授業に関する成果）

体育・保健体育の授業では、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力を育成するために、学習の目標の明確化と授業を振り返る時間といった「スタートとゴールイメージをもった授業展開」を大事にして取り組んでいます。また、仲間と見合ったり、話し合ったり、助け合ったりする活動を多く取り入れています。本市の結果のクロス集計からも、「体育の授業が楽しい」、「目標を立てて取り組んでいる」児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にあります。また、授業において、「自分の動きの質の向上を実感している」と肯定的に回答した児童生徒は全国より高い割合でした。

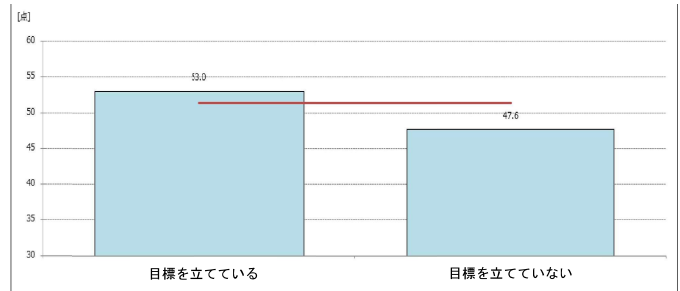
「体育の授業が楽しい」と実感している児童と「体力合計点」との関連（一例として「小学校 女子」）

※赤い線が本市体力合計点の平均値



「運動能力向上の目標」を立てている生徒と体力合計点との関連（一例として「中学校 男子」）

※赤い線が本市体力合計点の平均値

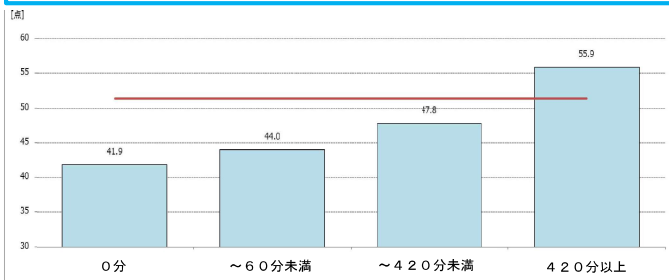


## 児童生徒質問紙調査（体力に関する課題）

質問紙の「運動やスポーツをすることは大切なものですか」との問いに8割以上の児童生徒が肯定的な回答をしています。また、本市の結果のクロス集計において、「自分には良いところがある」と肯定的に回答した児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にあります。さらに、「1週間の総運動時間」が420分以上と回答した児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にあります。今後も、体育・保健体育の授業においてはもちろんのこと、授業以外で体を動かす意欲付けや自己肯定感を高める取組が大切です。

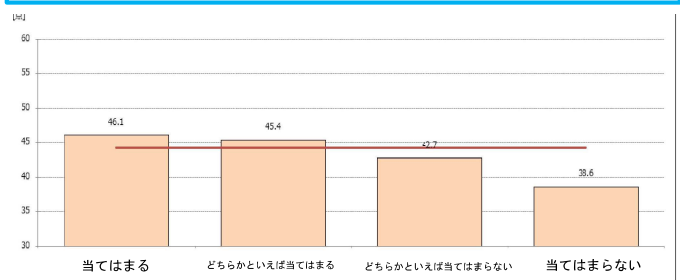
「1週間の総運動時間」が420分以上の児童と「体力合計点」との関連（一例として「小学校 男子」）

※赤い線が本市体力合計点の平均値



「自分には良いところがある」と回答している生徒と体力合計点との関連（一例として「中学校 女子」）

※赤い線が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）

「朝食を毎日食べていますか」や「毎日、同じくらいの時刻に起きていますか」については、9割程度の児童生徒が肯定的な回答をしています。一方で、平日の学習以外でのスクリーンタイムについては、小学校でおよそ6人に1人、中学校でおよそ5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。

## 今後に向けて

児童生徒の体力・運動能力について、生涯にわたって運動を続けるうえで、より一層児童生徒が運動が大切だと感じ、健康を保持増進するために、休養や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児童生徒に「この授業で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をどのようにしていくか」「体育と保健の関連を図った授業」という視点に立った、授業づくりの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、サッカーやタグラグビー出前授業など、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られるよう、本市指導主事が学校に出向き「生活習慣改善出前講座」を実施します。