

Ⅱ テーマ分析

ここでは、全国平均や体力合計点が上位の都府県と体力・運動能力の状況や質問紙調査の結果について比較し、経年変化グラフやレーダーチャート等により分析した結果を掲載しています。

市町村教育委員会においては、地域の児童生徒の実態把握や分析を行う際の資料として、御活用ください。

なお、小・中学校において、体育科・保健体育科の授業改善や、体育・保健体育授業以外の取組、体育的行事を含めた教科等横断的な教育活動の一層の充実に向け、参考となる資料を掲載していますので、御活用ください。

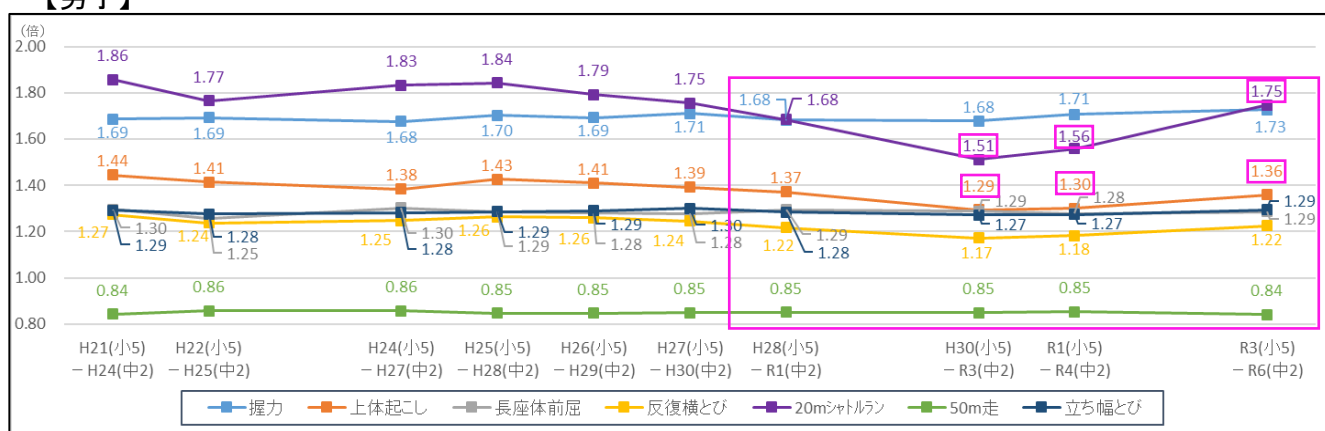
本道児童生徒における体力の現状分析 (全国平均や他の都府県との比較及び各種目の経年変化)

ここでは、実技に関する調査の結果や結果の経年変化、全国や上位都府県との比較から、本道児童生徒の体力・運動能力の特徴に注目した。本道の小・中学校は、男女ともに体力合計点が全国平均に届いていないなどの課題が見られるものの、小学校の男子及び中学校の男女で体力合計点が上昇し、全国との差が縮まるなどの成果が見られた。

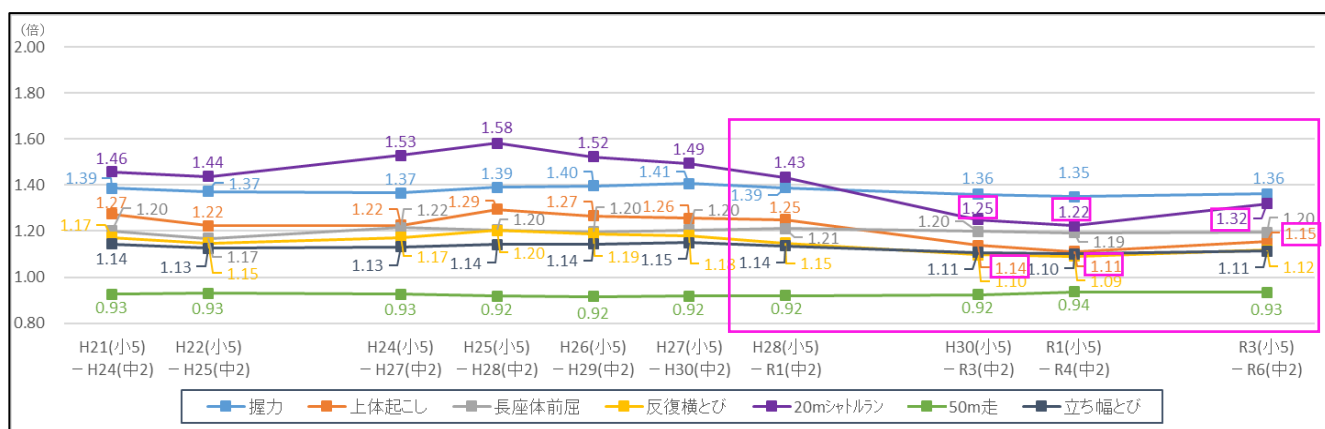
分析

○ 小学校第5学年から中学校第2学年までの伸び比率の経年変化

【男子】



【女子】



各種目の経年変化においては、コロナ禍以前のR1の結果と比較すると、小・中学校男女の「長座体前屈」、小学校男子の「立ち幅とび」、中学校男子の「握力」、「50m走」、「立ち幅とび」、「ハンドボール投げ」を除く全ての種目で、R1を下回っている（後段の資料①）。

また、小学校第5学年から中学校第2学年に至る3年間の記録の伸びについて、小学校第5学年時点の記録を1とした比率で表した上記グラフ（「持久走」と「ボール投げ」を除く）では、全国結果の報告書と同様に、持久力が関連する項目（「20mシャトルラン」と「上体起こし」）において、令和3年度から令和4年度にかけて、中学校第2学年での記録の伸びが鈍化した。今年度の結果では、男女ともに伸び比率が戻りつつあるものの、**女子の「20mシャトルラン」と「上体起こし」の伸び比率が、新型コロナウイルス感染症まん延前（R1年度以前）の水準には至っていないなど、女子について、小学校と中学校の円滑な接続を図った体力向上や授業改善の取組を進める必要がある。**

なお、上位県では、運動が苦手な児童生徒が「わかる・できる・楽しい」を実感することができるような授業改善の取組を進めることにより、DE層が小・中学校男女ともに全国と比較して少なくなっており（後段の資料②）、特に、大分県では、「体力アップおおい推進事業」において、小学校段階からの接続を意識した中学校第1学年の授業改善の取組を進めている（先進県への聞き取りによる）。

資料

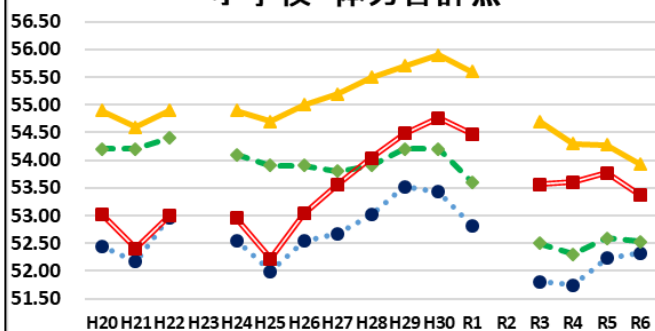
①全国及び全道の各項目における経年変化

※H23（東日本大震災）及びR2（新型コロナウイルス感染症の感染拡大）については中止

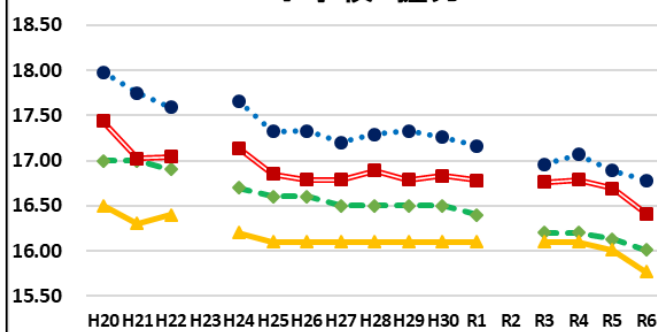
※青線（丸点線）：全道男子 緑線（角点線）：全国男子

赤線（二重線）：全道女子 黄線（実線）：全国女子

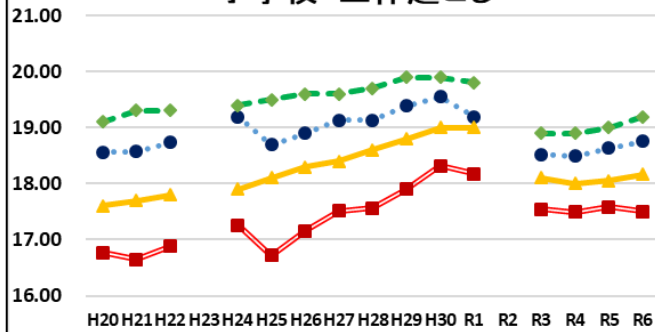
小学校 体力合計点



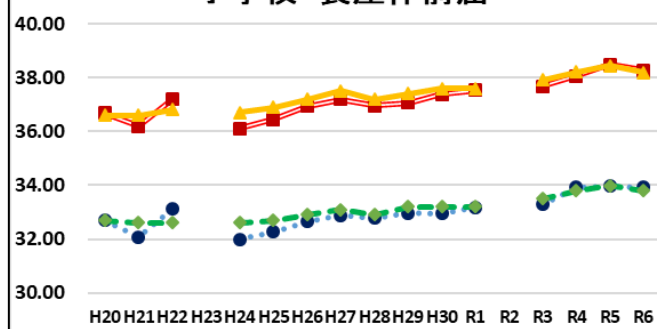
小学校 握力



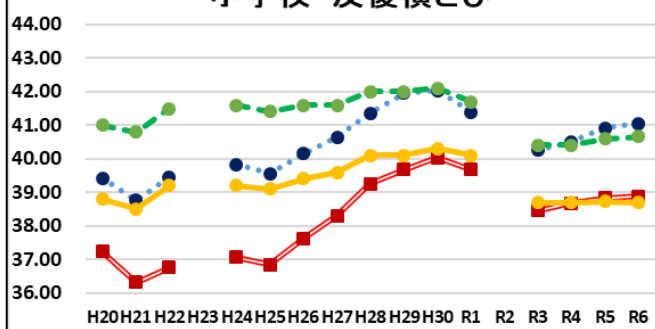
小学校 上体起こし



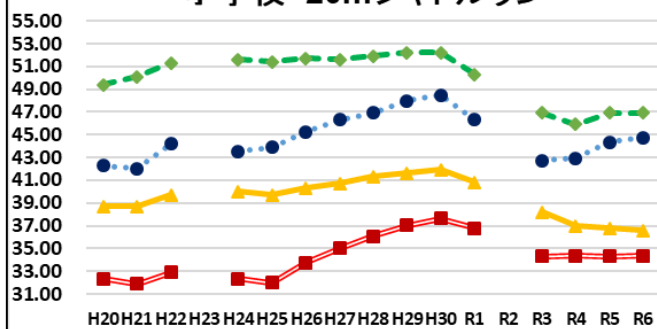
小学校 長座体前屈



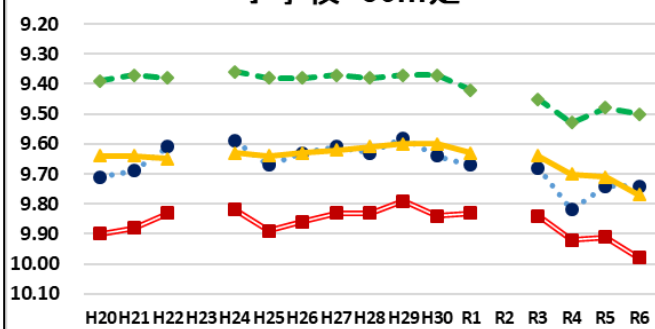
小学校 反復横とび



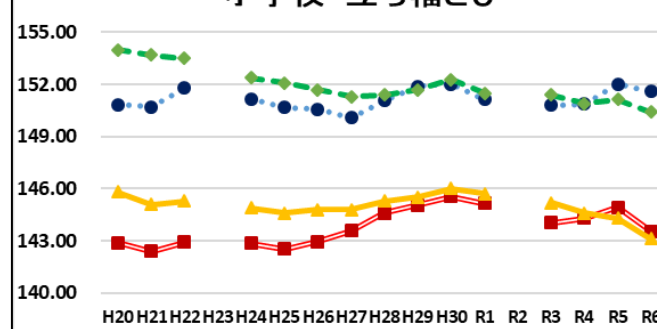
小学校 20mシャトルラン



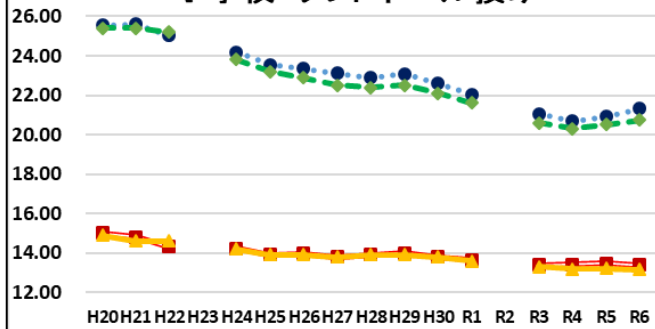
小学校 50m走

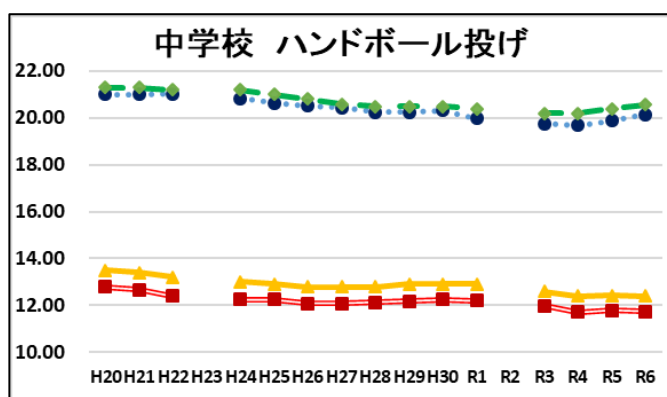
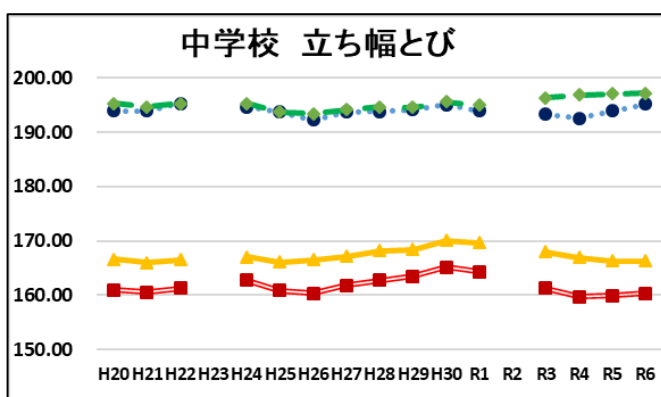
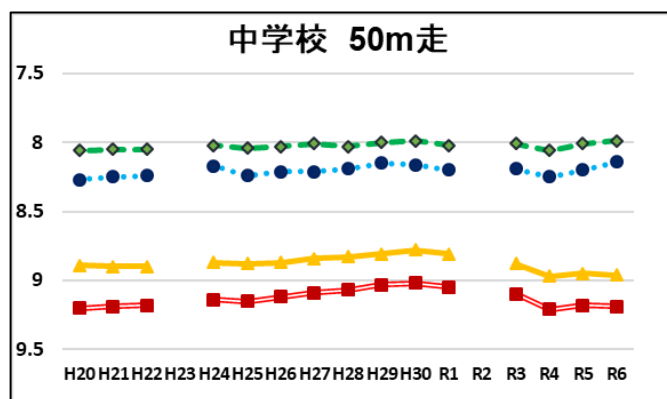
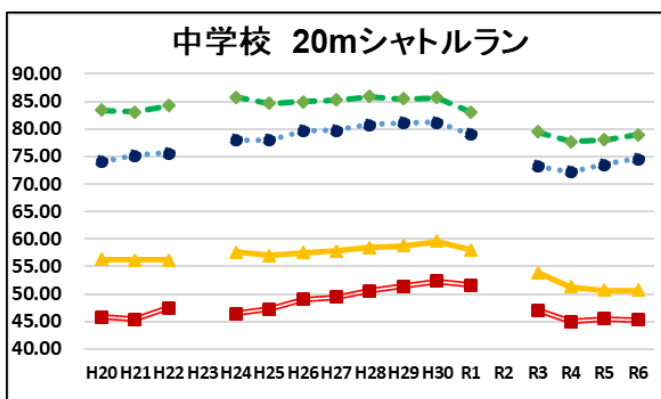
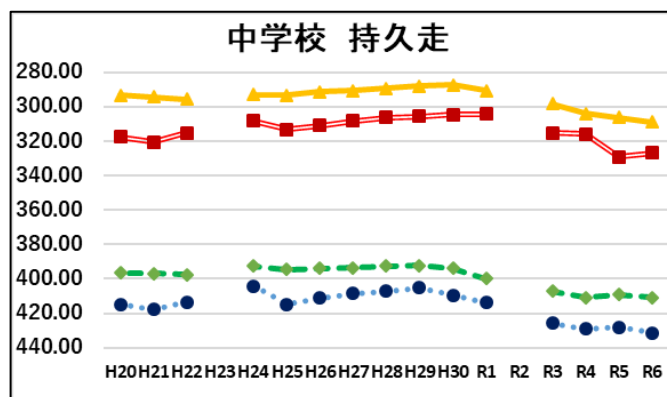
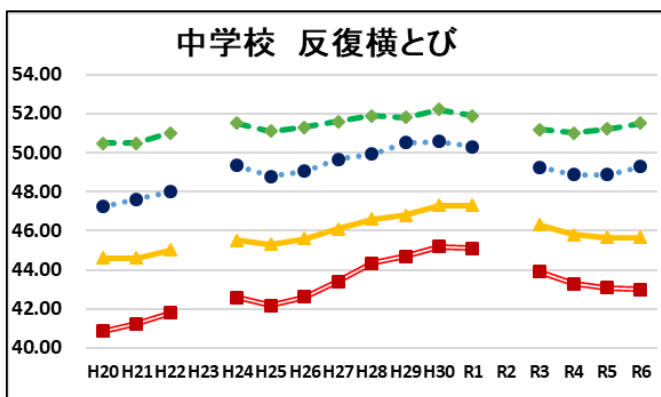
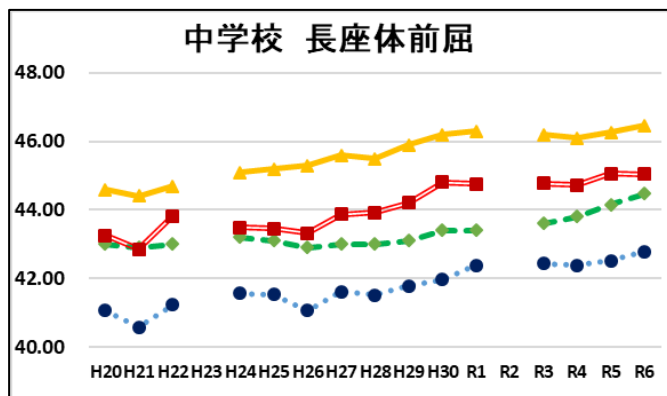
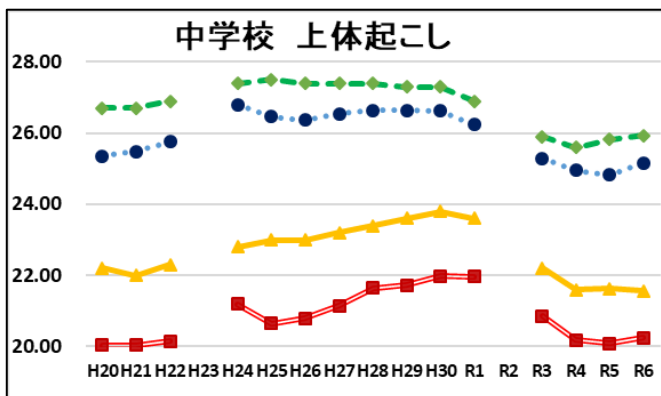
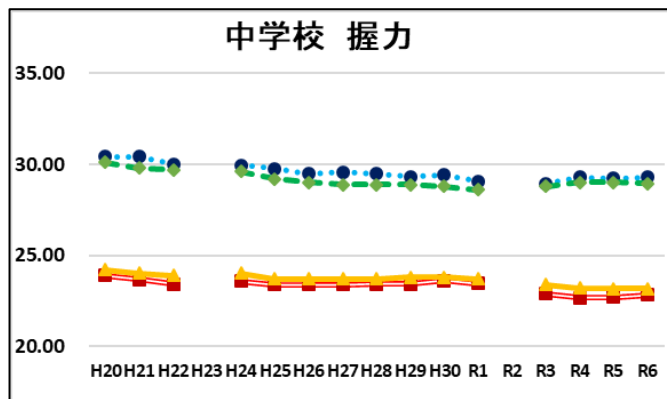
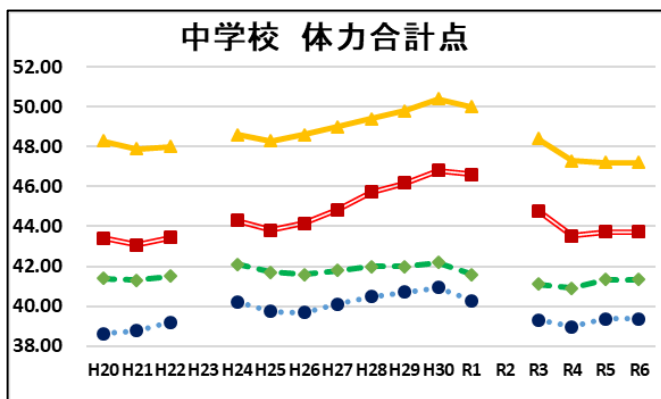


小学校 立ち幅とび



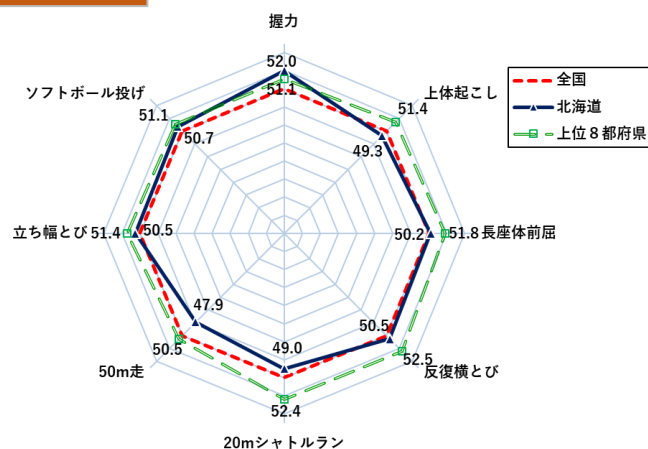
小学校 ソフトボール投げ



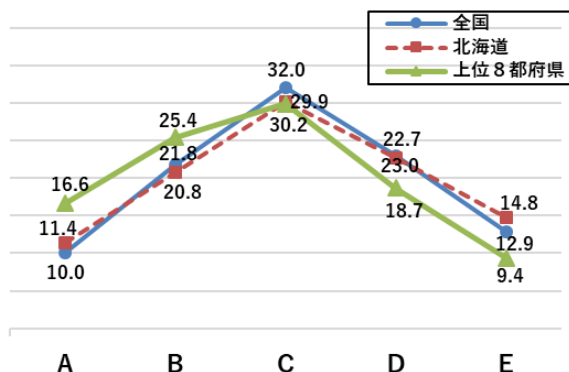


②本道の体力合計点及び各種目、総合評価と全国平均及び上位8都府県の平均値との比較

小学校男子

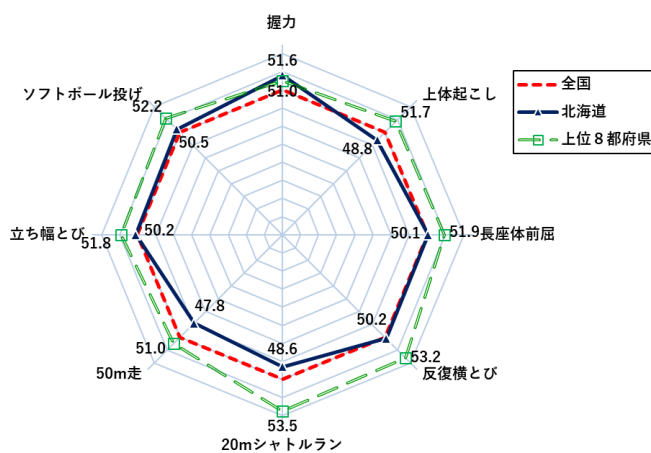


小学校男子体力合計点総合評価

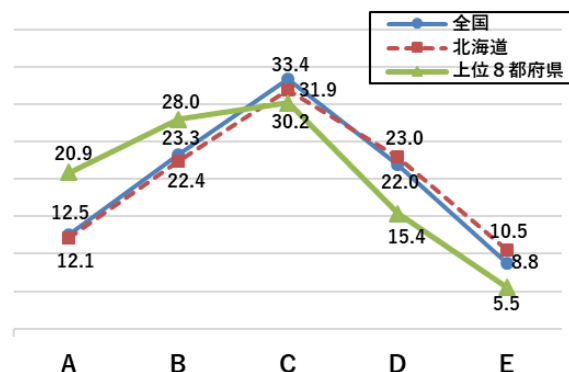


小学校男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
全国	16.01	19.19	33.79	40.66	46.9	9.5	150.42	20.75	52.53
北海道	16.78	18.76	33.93	41.06	44.76	9.74	151.60	21.33	52.32
上位8都府県	16.44	20.02	35.41	42.72	52.02	9.44	153.82	21.64	54.78
北海道T得点	52.0	49.3	50.2	50.5	49.0	47.9	50.5	50.7	49.8
上位8都府県T得点	51.1	51.4	51.8	52.5	52.4	50.5	51.4	51.1	52.3

小学校女子

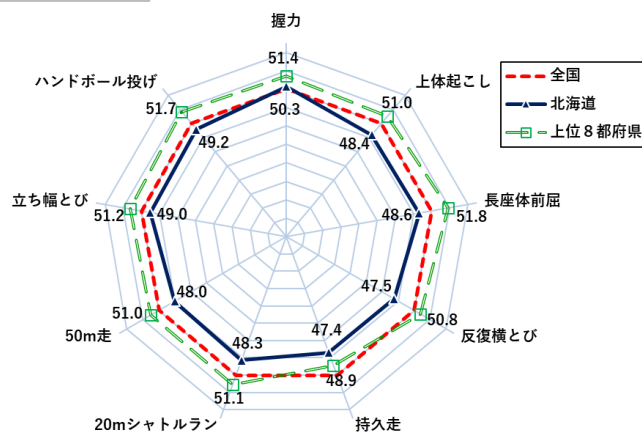


小学校女子体力合計点総合評価

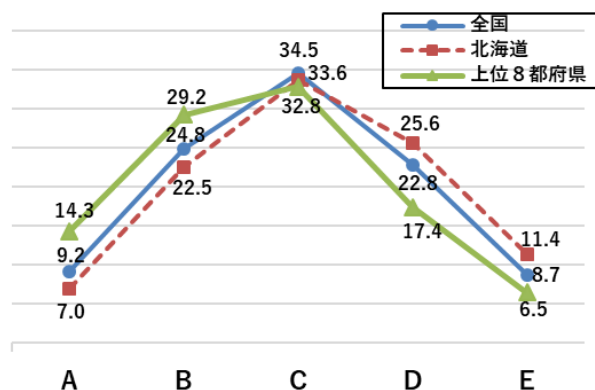


小学校女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
全国	15.77	18.16	38.19	38.7	36.59	9.77	143.13	13.15	53.92
北海道	16.41	17.50	38.27	38.88	34.36	9.98	143.56	13.40	53.37
上位8都府県	16.17	19.10	39.94	41.13	42.13	9.67	147.20	14.19	56.75
北海道T得点	51.6	48.8	50.1	50.2	48.6	47.8	50.2	50.5	49.4
上位8都府県T得点	51.0	51.7	51.9	53.2	53.5	51.0	51.8	52.2	53.1

中学校男子

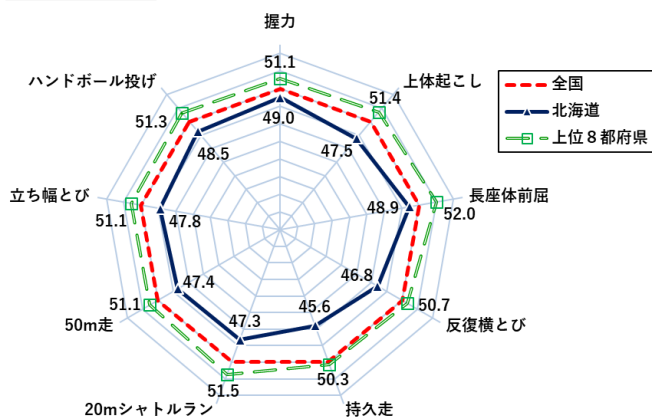


中学校男子体力合計点総合評価

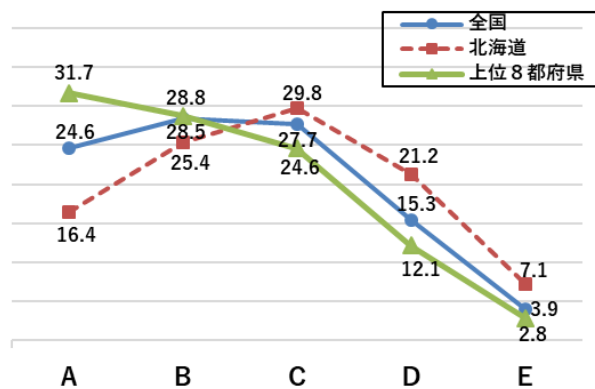


中学校男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
全国	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57	41.86
北海道	29.29	25.16	42.78	49.28	431.27	74.59	8.14	195.17	20.14	40.18
上位8都府県	29.98	26.58	46.52	52.29	418.62	81.67	7.90	200.94	21.66	44.20
北海道T得点	50.3	48.4	48.6	47.5	47.4	48.3	48.0	49.0	49.2	48.2
上位8都府県T得点	51.4	51.0	51.8	50.8	48.9	51.1	51.0	51.2	51.7	52.1

中学校女子



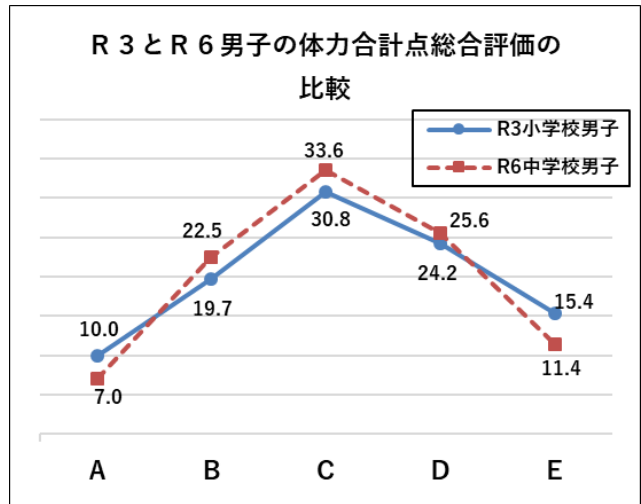
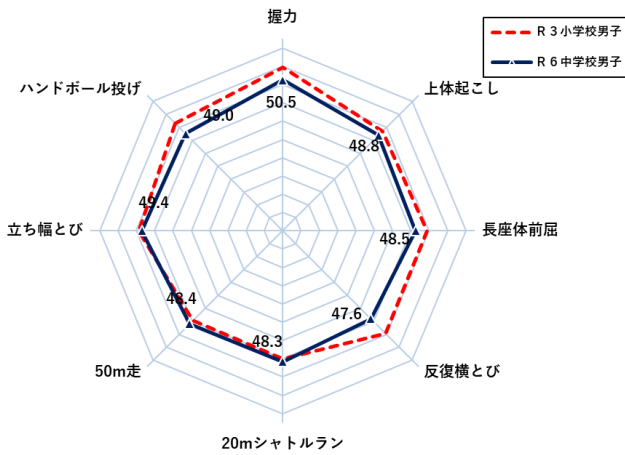
中学校女子体力合計点総合評価



中学校女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
全国	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.4	47.37
北海道	22.81	20.24	45.04	42.98	326.94	45.26	9.19	160.40	11.75	43.96
上位8都府県	23.72	22.38	48.70	46.19	307.43	53.65	8.86	169.33	12.96	49.61
北海道T得点	49.0	47.5	48.9	46.8	45.6	47.3	47.4	47.8	48.5	47.0
上位8都府県T得点	51.1	51.4	52.0	50.7	50.3	51.5	51.1	51.1	51.3	51.9

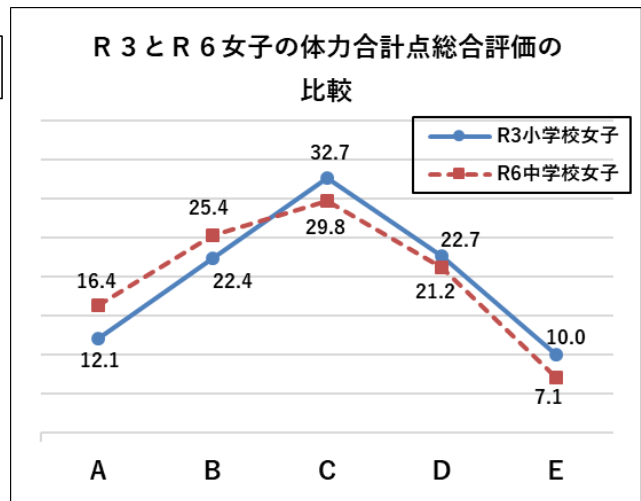
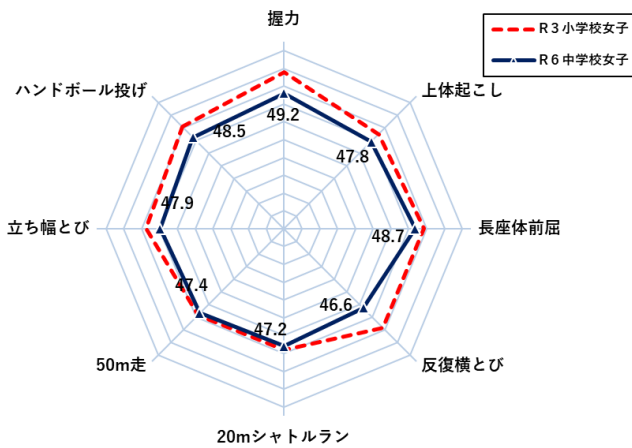
③本道の体力合計点及び各種目、総合評価のR3小学校の平均値との比較

男 子



R3とR6の男子比較	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R3 小学校男子	51.9	49.4	49.8	49.9	48.0	47.9	49.7	50.6	49.2
R6 中学校男子	50.5	48.8	48.5	47.6	48.3	48.4	49.4	49.3	48.5

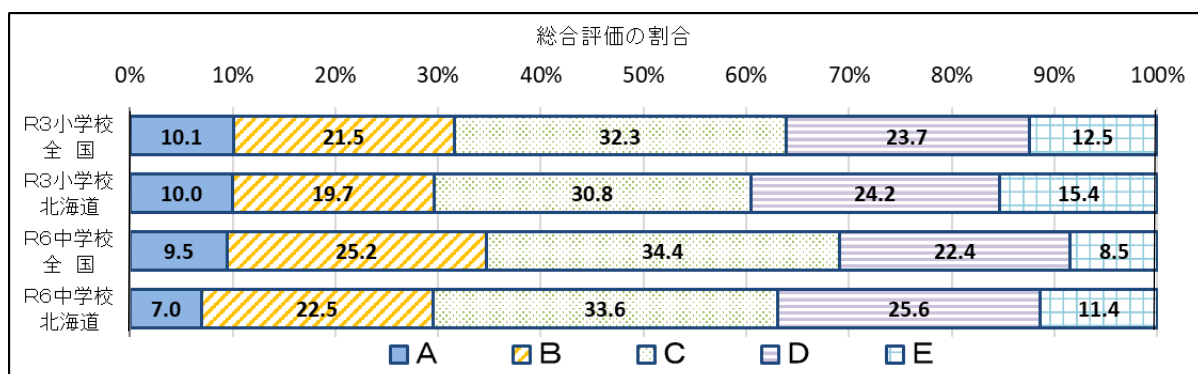
女 子



R3とR6の女子比較	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R3 小学校女子	51.6	49.0	49.7	49.7	47.6	47.7	49.5	50.2	48.8
R6 中学校女子	49.2	47.8	48.7	46.6	47.2	47.4	47.9	48.5	47.1

④本道の体力合計点及び各種目、総合評価のR3小学校の平均値との比較

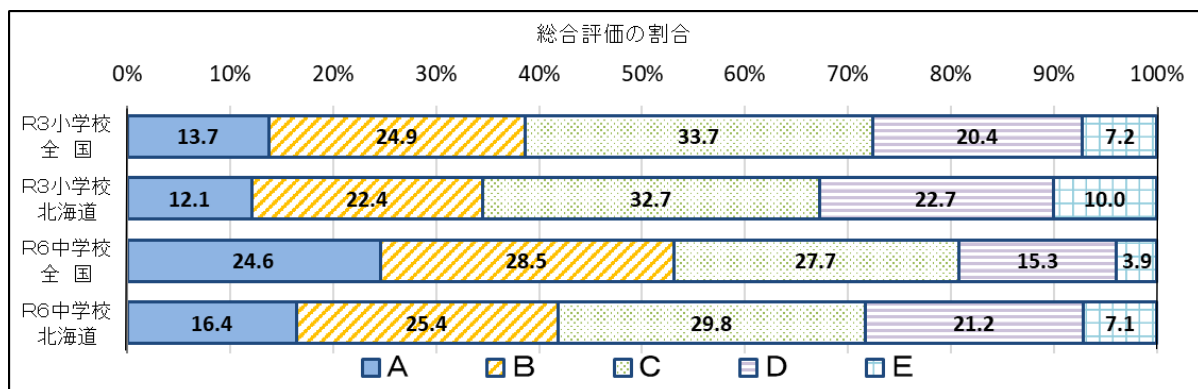
男 子



男子のAB－DE層の全国との差の推移

R3全国との差	R6全国との差
▲ 5.3	▲ 11.3

女 子



女子のAB－DE層の全国との差の推移

R3全国との差	R6全国との差
▲ 9.2	▲ 20.4

「子供の体力向上企画」(スポーツ庁)

「子供の体力向上企画」～ 体力テスト編 ～ 室伏長官による「力を引き出す」ウォーミングアップ動画

近年、小中学生の体力が低下していることが報告されています。様々な環境要因によって、日頃から身体を動かす機会が少なくなっていることだけでなく、日々の生活の中で身体を全力で使うことが減っている可能性があります。日頃から力を出し切ることをしていないと、いざ力を出そうにも出し切れず、さらには怪我の原因になりかねません。

そこで今回、学校や家庭など、生活の中で様々な運動を行う際に、本来自分もっている力を発揮するために参考となるウォーミングアップの例を紹介します。この動画を参考に、日常的に意識してウォーミングアップに取り組みましょう！

大人の皆さんも活用できるウォーミングアップですので、ぜひやってみてください！



「子供の体力向上企画」Vol.2～室伏長官による身近なものを活用したウォーミングアップ動画～

スポーツ庁では学校や家庭など、生活の中で様々な運動を行う際に、本来自分もっている力を発揮し、できるだけ怪我の予防にも役立てて頂くために参考となるウォーミングアップの例を紹介しています。

第2弾となる今回のエクササイズでは、ペットボトルやタオル、紙風船など「身近にあるものを活用したウォーミングアップ」をご紹介します。

短時間で簡単に取り組みやすい内容となっていますので、この動画を参考に、体育の授業や地域のスポーツ活動、また家庭などでもぜひ取り組んでみてください！

