

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 帯広市における調査結果の状況

帯広市教育委員会

I

調査結果の概要

1 はじめに

帯広市教育委員会では、平成 21 年度に国が初めて全ての小学校第 5 学年、中学校第 2 学年を対象に調査実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を受けて、児童生徒が積極的に運動に親しみ、体力・運動能力等の向上を図る教育活動や教育課程、指導方法の具体的な改善点などを明らかにしてまいりました。

また、体力・運動能力等は食生活等の生活習慣と関わりが深いことから、児童生徒保護者向けに、望ましい食習慣に関するリーフレットを作成・配付、児童生徒参加型の食育イベント等の啓発活動に努めるとともに、国の調査が抽出校のみの調査となった平成 22 年度をきっかけに、帯広市教育委員会としては本市児童生徒の体力・運動能力の概要について独自に実態を把握し、今後の指導の工夫・改善を図るため、「新体力テスト」を活用した「帯広市体力・運動能力調査」を実施し、分析を行っております。

今年度、昨年度に続き国の悉皆調査として実施された結果から、次のとおり本市の概況をまとめました。

2 調査の目的

- (1) 国が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、児童生徒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。
- (2) 各教育委員会が、児童生徒の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、児童生徒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。
- (3) 各学校が児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

3 調査の対象学年

市内小学校 第 5 学年 児童
市内中学校 第 2 学年 生徒

4 調査の方式

悉皆調査（対象の全児童生徒が参加）

5 調査時期

令和 5 年 4 月から 7 月末までの期間で実施

6 調査の内容

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（測定方法等は新体力テストと同様）

小学校 [8種目]	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
中学校 [8種目]	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（※は、どちらかを選択）

※文部科学省が国民の体力・運動能力の現状を明らかにするために、平成11年度から実施している「新体力テスト」の8種目を実施（詳細は文部科学省ホームページ参照）

※ボール投げは、小学生ソフトボール、中学生ハンドボールで実施

※持久走は、男子1500m、女子1000mで実施

イ 質問紙調査

(2) 学校に対する質問紙調査

7 調査を実施した学校・児童生徒数

	小学校（校）	児童（人）	中学校（校）	生徒（人）
全 国（公立）	18,693	977,758	9,426	867,847
北海道（公立）	963	36,976	597	34,605
帯 広 市	26	1,167	14	1,030

※表中の全国及び北海道（公立）の数値は、「令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のポイントについて～北海道（公立）における調査結果～」より抜粋

※表中の帯広市児童生徒数は、体力合計点の標本数として示された児童生徒の人数で算出

※北海道（公立）は、札幌市を含む公立学校

【用語説明】

用語	解説
体力合計点	種目によって単位が異なる測定値を、単位が共通な10点満点の「ものさし（尺度）」に変換し、8種目の結果を合計した得点（80点満点）
T得点	全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較（全国平均を50とした時の数値）

8 実技に関する調査結果

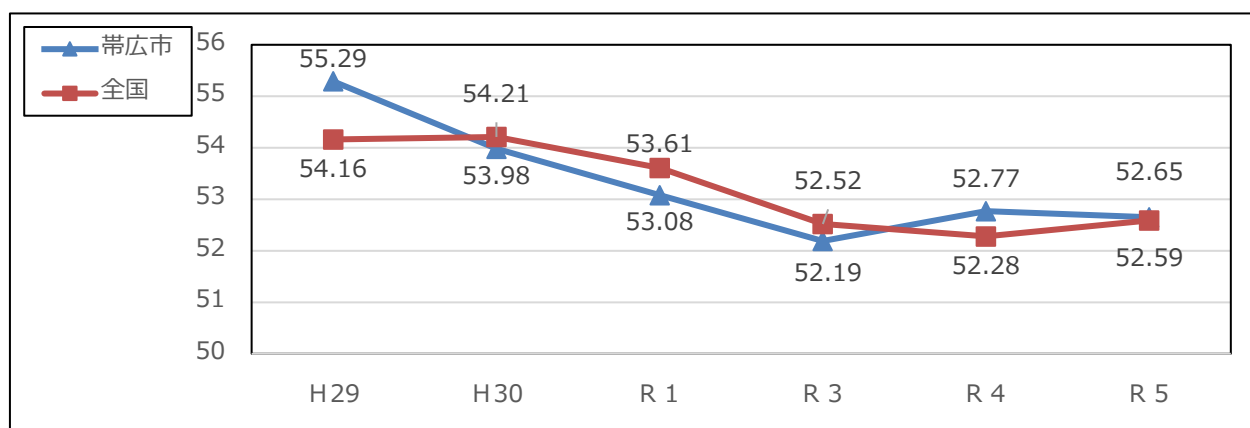
(1) 小学校男子

①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	17.04	18.98	33.91	41.14	44.30	9.60	152.77	20.38	52.65
	全国差	0.91	▲0.02	▲0.07	0.54	▲2.62	▲0.12	1.64	▲0.14	0.06
	全道差	0.04	0.01	▲0.26	▲0.69	▲1.46	0.15	0.40	▲0.68	▲0.16
全 国	記録	16.13	19.00	33.98	40.60	46.92	9.48	151.13	20.52	52.59
北海道	記録	17.00	18.97	34.17	41.83	45.76	9.75	152.37	21.06	52.81

※▲は全国平均や全道平均以下

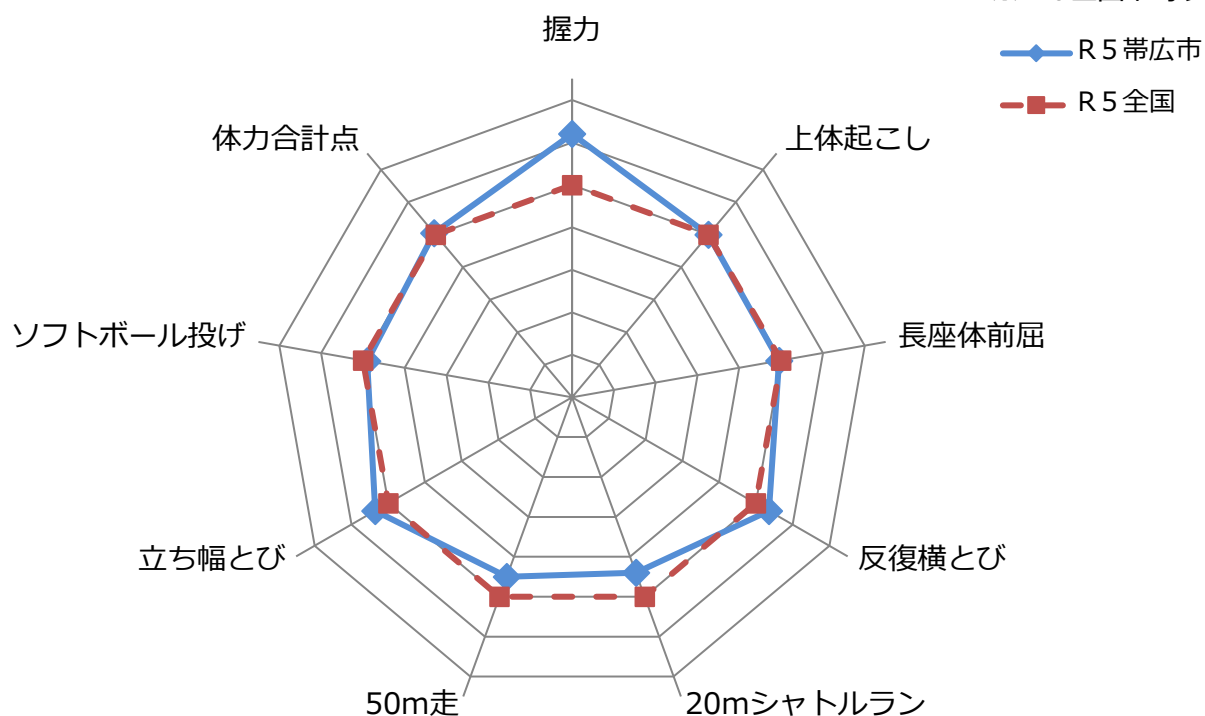
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	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
R5帯広市	52.4	50.0	▲49.9	50.7	▲48.8	▲49.0	50.7	▲49.8	50.1
R4帯広市	52.8	▲49.7	51.9	51.7	▲48.5	▲49.0	50.3	50.0	50.5
R3帯広市	52.8	▲49.6	50.0	▲49.6	▲47.8	▲49.2	▲49.7	50.1	▲49.7

※▲は全国平均以下



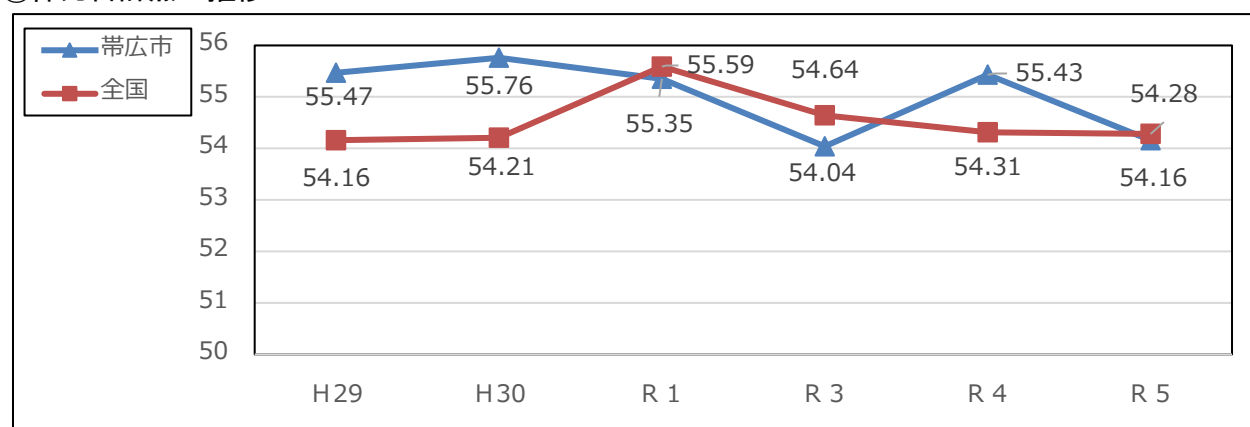
(2) 小学校女子

①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	16.72	17.70	38.37	39.04	34.23	9.80	146.44	12.95	54.16
	全国差	0.71	▲ 0.35	▲ 0.08	0.31	▲ 2.57	▲ 0.09	2.15	▲ 0.27	▲ 0.12
	全道差	▲ 0.13	▲ 0.35	▲ 0.23	▲ 0.92	▲ 1.89	0.12	0.88	▲ 0.96	▲ 0.55
全 国	記録	16.01	18.05	38.45	38.73	36.80	9.71	144.29	13.22	54.28
北海道	記録	16.85	18.05	38.60	39.96	36.12	9.92	145.56	13.91	54.71

※▲は全国平均や全道平均以下

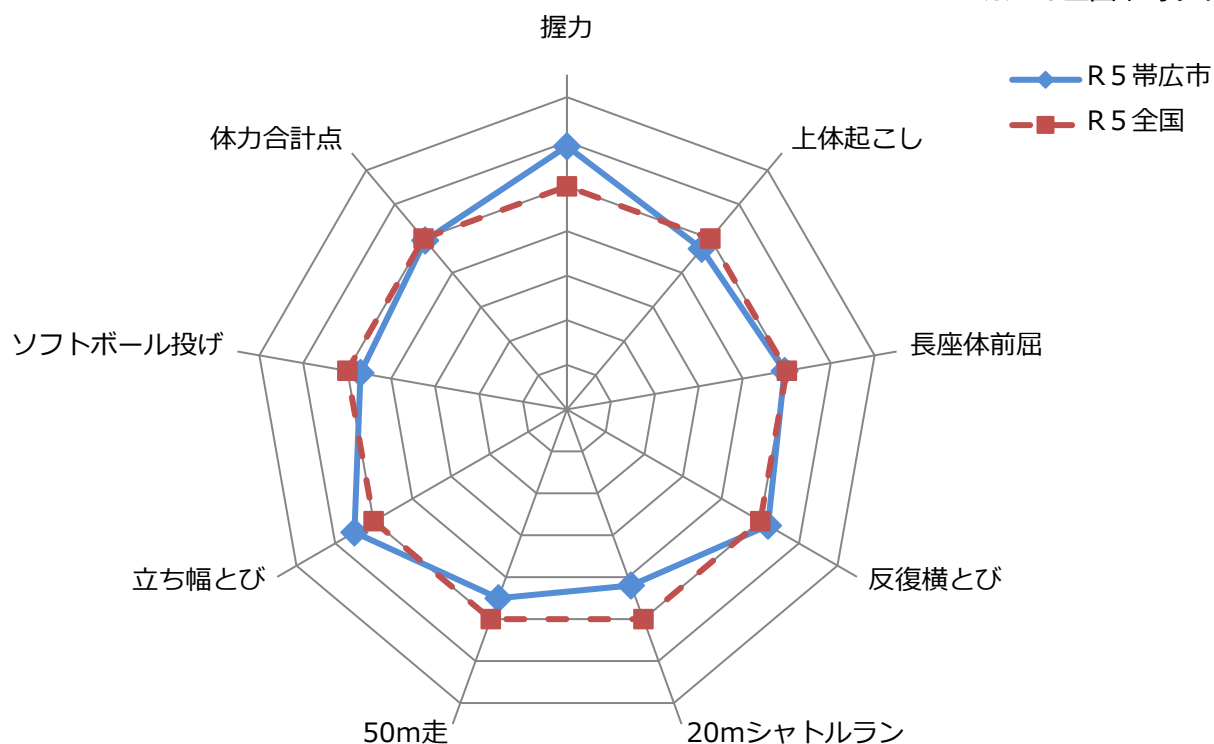
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	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
R5帯広市	51.8	▲ 49.4	▲ 49.9	50.4	▲ 48.4	▲ 49.0	51.0	▲ 49.4	▲ 49.9
R4帯広市	51.9	50.0	52.7	52.4	▲ 48.8	▲ 48.8	51.8	51.1	51.3
R3帯広市	52.3	▲ 49.5	50.3	▲ 49.9	▲ 47.2	▲ 48.6	50.2	50.7	▲ 49.3

※▲は全国平均以下



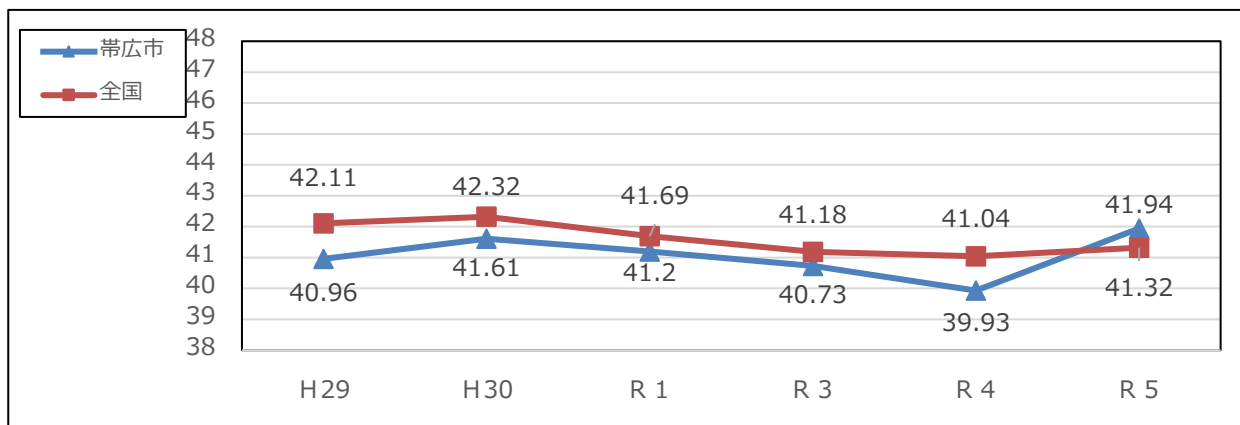
(3) 中学校男子

①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	29.47	25.57	44.32	49.82	401.50	81.83	8.01	199.99	21.93	41.94
	全国差	0.45	▲ 0.25	0.16	▲ 1.40	7.52	3.76	0.00	2.97	1.53	0.62
	全道差	▲ 0.10	0.40	1.94	▲ 0.05	25.34	7.57	0.19	5.42	1.85	1.94
全 国	記録	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	41.32
北海道	記録	29.57	25.17	42.38	49.87	426.84	74.26	8.20	194.57	20.08	40.00

※▲は全国平均や全道平均以下

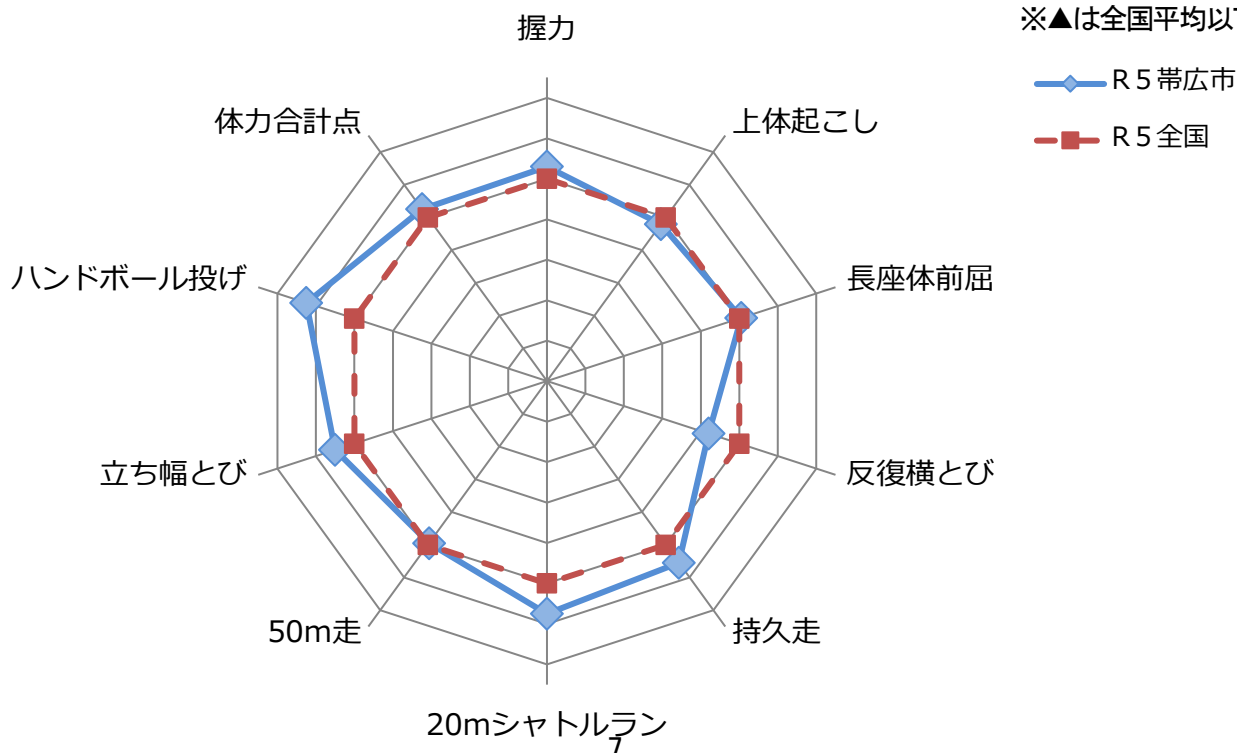
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	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
R5帯広市	50.6	▲49.6	50.1	▲48.4	51.1	51.5	▲49.9	51.0	52.5	50.6
R4帯広市	▲49.9	▲48.8	50.9	▲47.3	58.2	50.0	▲48.9	▲49.5	50.3	▲49.0
R3帯広市	▲48.8	▲48.9	50.1	▲48.0	▲49.8	50.6	▲49.6	▲49.6	50.2	▲49.6

※▲は全国平均以下



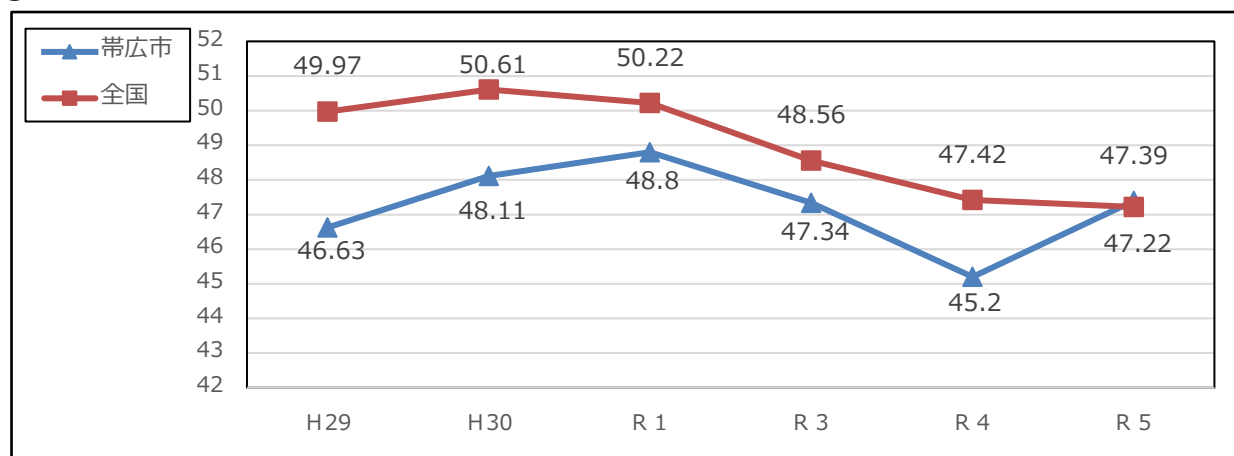
(4) 中学校女子

①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	22.82	21.73	46.11	44.48	313.36	51.68	8.96	169.79	12.82	47.39
	全国差	▲0.33	0.11	▲0.16	▲1.17	▲7.10	0.98	▲0.01	3.45	0.39	0.17
	全道差	▲0.21	1.06	1.09	0.20	15.50	4.95	0.19	7.75	0.65	2.33
全 国	記録	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22
北海道	記録	23.03	20.67	45.02	44.28	328.86	46.73	9.15	162.04	12.17	45.06

※▲は全国平均や全道平均以下

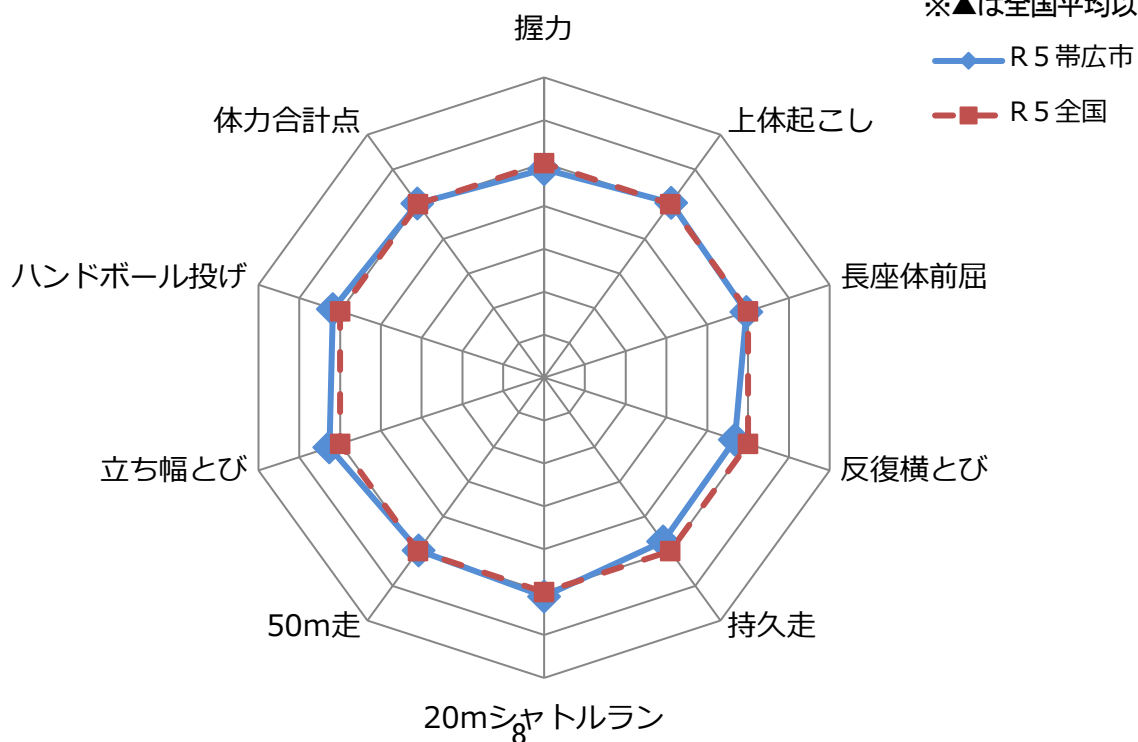
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	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
R5帯広市	▲49.3	50.2	▲49.8	▲48.4	▲48.6	50.5	▲49.9	51.3	50.9	50.1
R4帯広市	▲48.2	▲48.2	▲49.4	▲47.8	実施なし	▲48.4	▲48.3	▲48.5	▲49.8	▲48.1
R3帯広市	▲47.8	▲48.6	50.0	▲48.5	▲47.9	▲49.5	▲49.8	▲48.4	50.3	▲48.9

※▲は全国平均以下

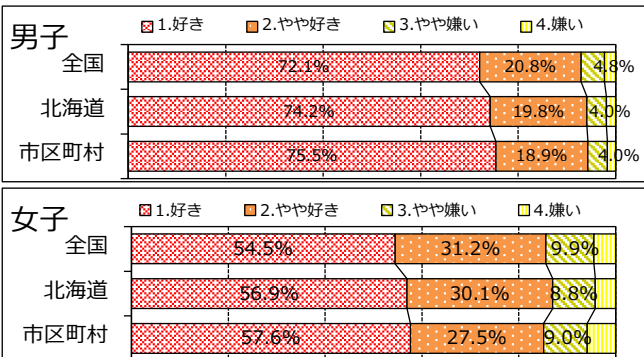


9 児童生徒質問紙調査の状況

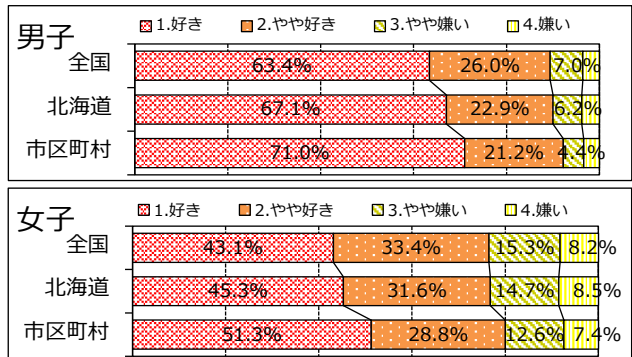
(1) 運動習慣に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 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]

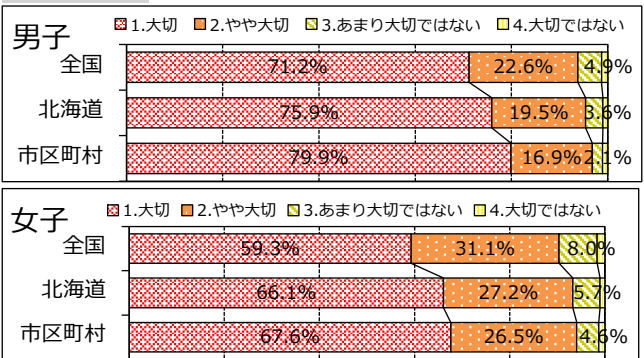


[中学校]

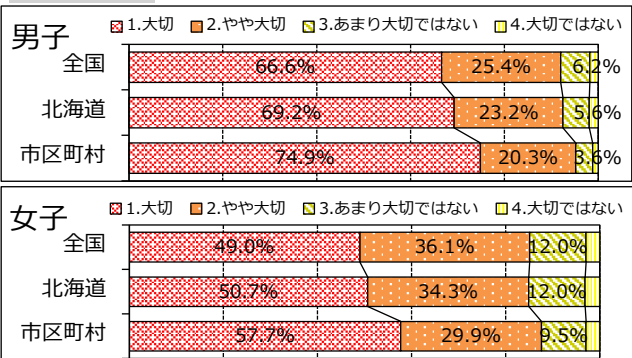


② あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。

[小学校]

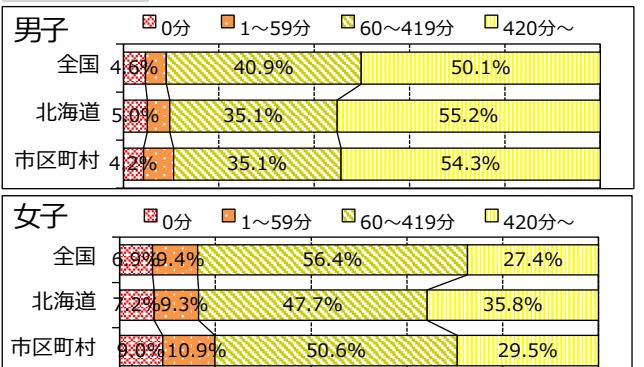


[中学校]

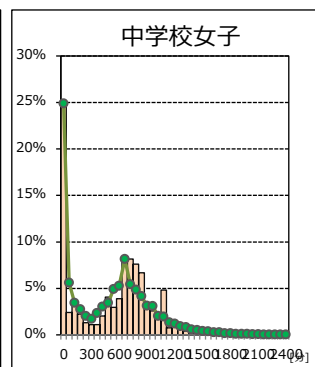
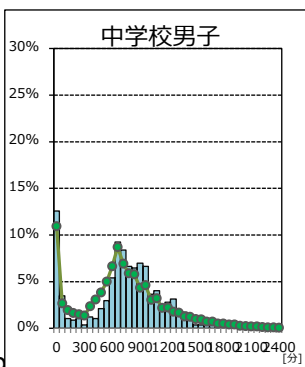
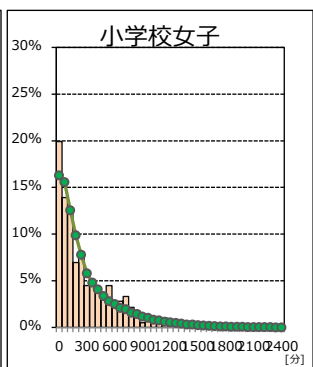
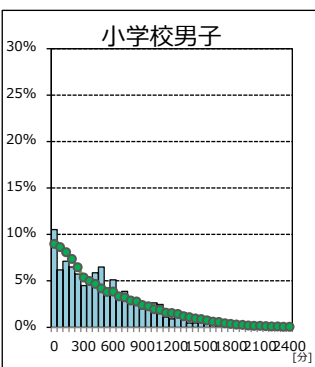
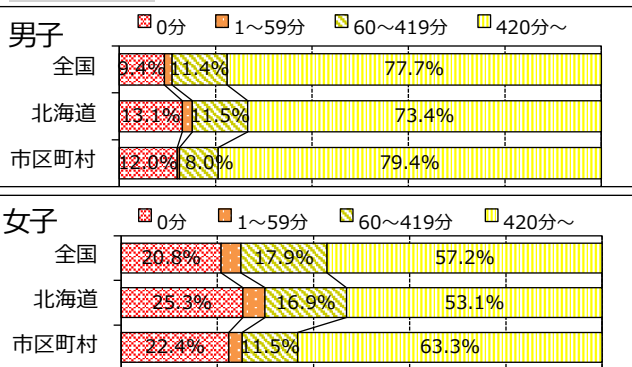


③ 学校の体育(保健体育)の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをした1週間の総運動時間

[小学校]



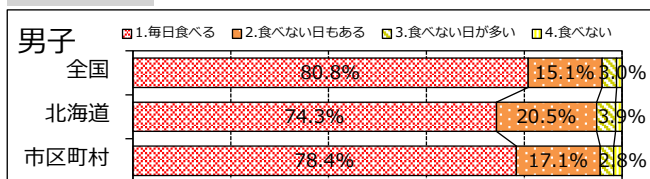
[中学校]



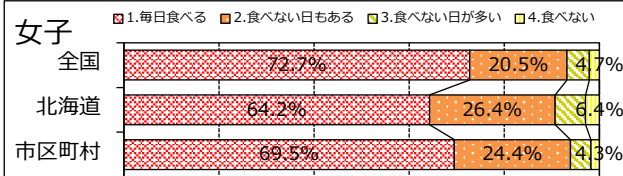
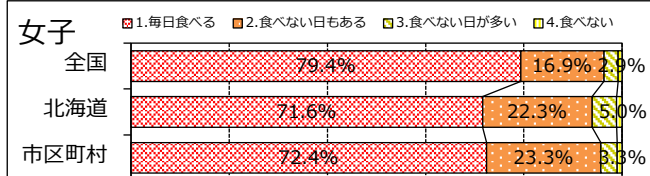
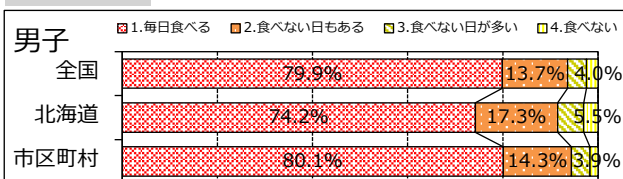
(2) 生活習慣に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)

[小学校]

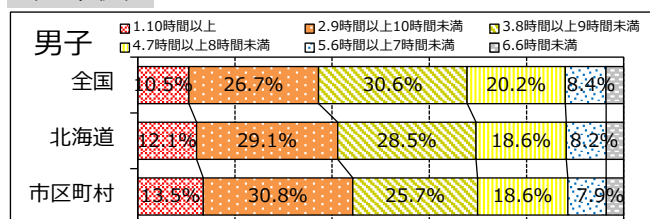


[中学校]

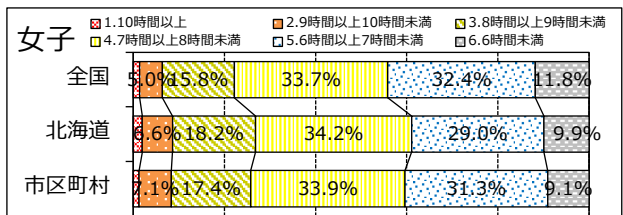
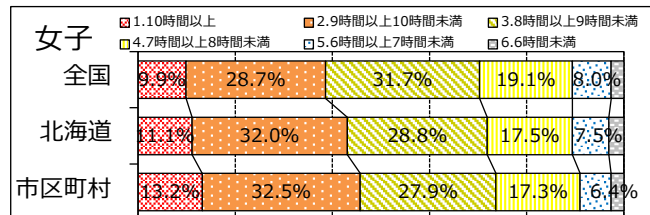
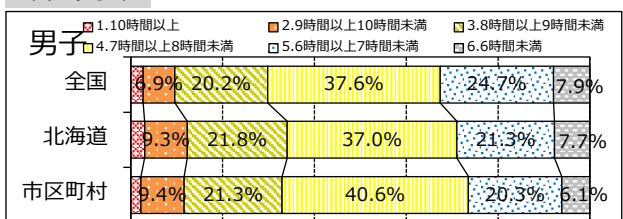


② 毎日どのくらい寝ていますか。

[小学校]

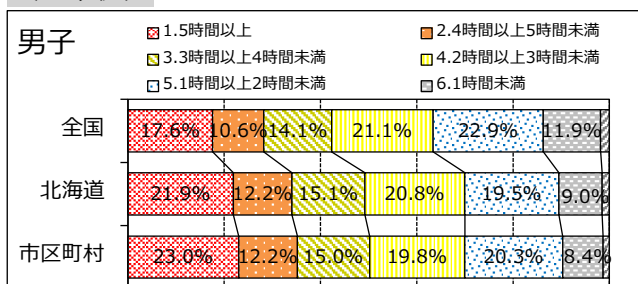


[中学校]

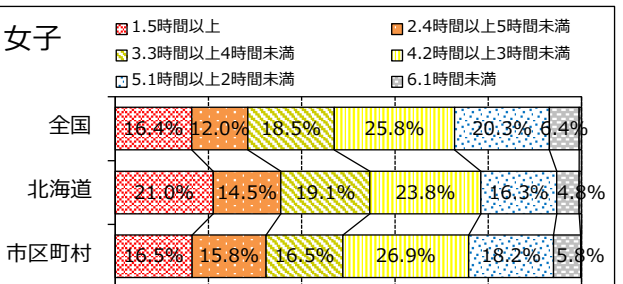
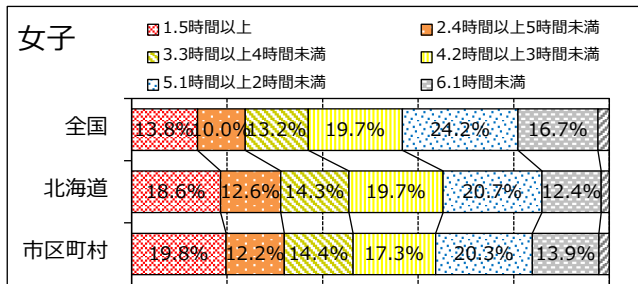
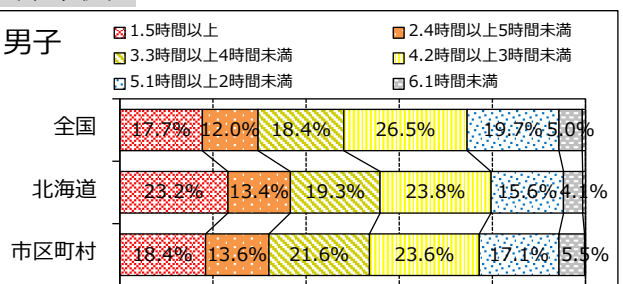


③ 平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、TVやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等どの程度を見ていますか。

[小学校]



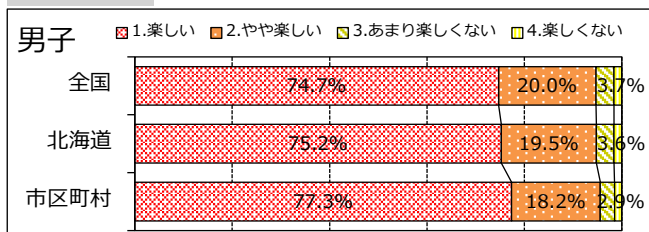
[中学校]



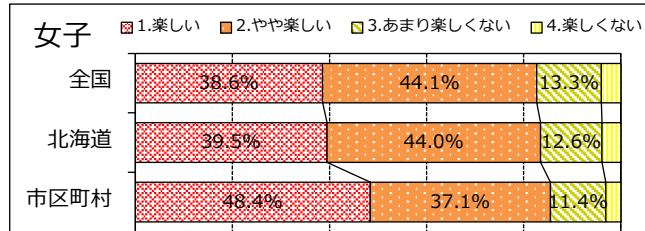
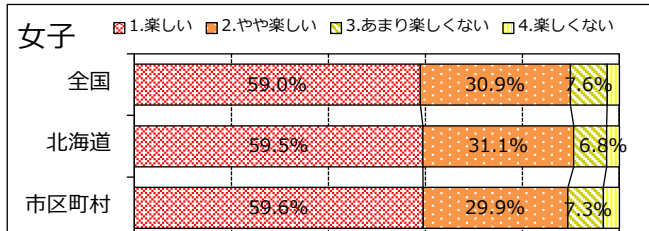
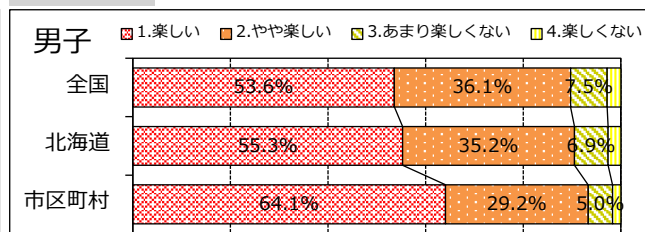
(3) 体育・保健体育の授業に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 体育(保健体育)の授業は楽しいですか。

[小学校]

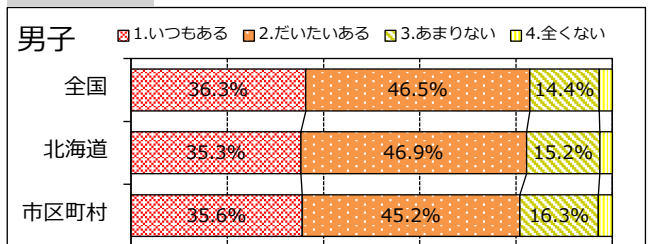


[中学校]

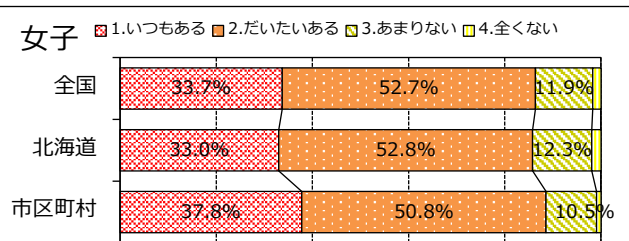
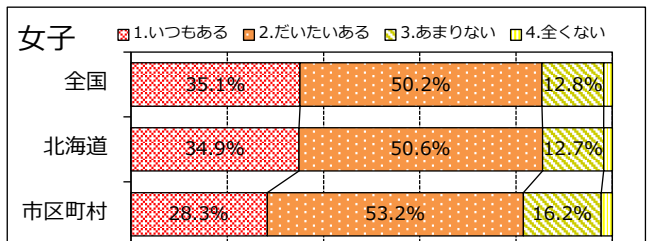
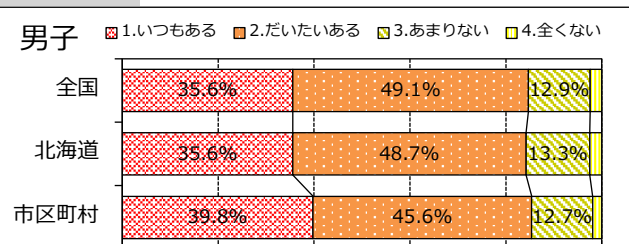


② 体育(保健体育)の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

[小学校]

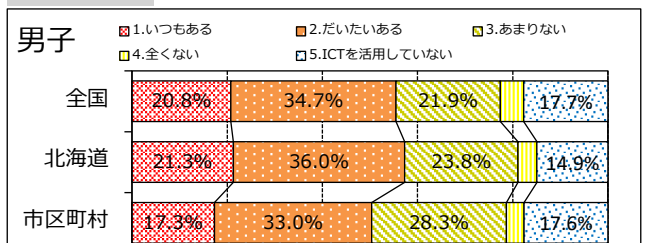


[中学校]

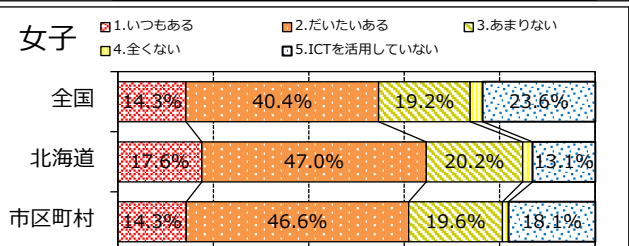
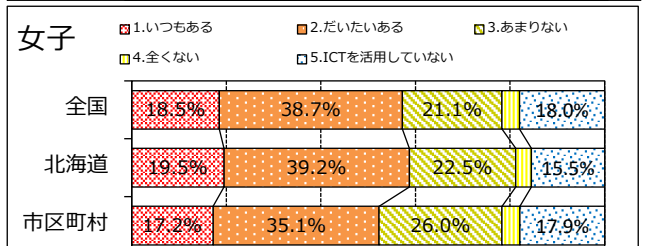
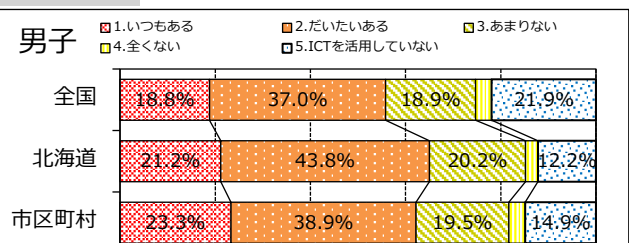


③ 体育(保健体育)の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

[小学校]



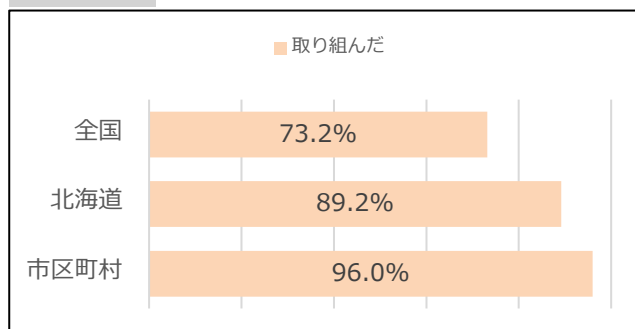
[中学校]



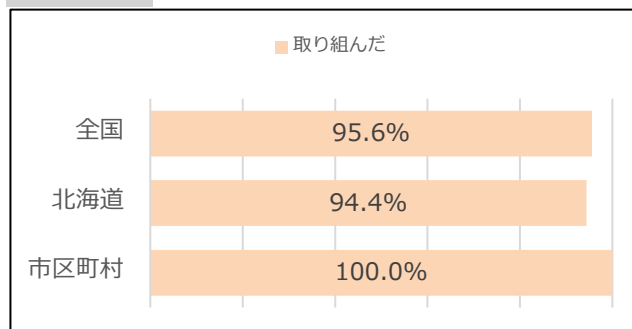
10 学校質問紙調査の状況 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 調査結果を踏まえた取組として、体育(保健体育)の授業改善に取り組んだ。

[小学校]

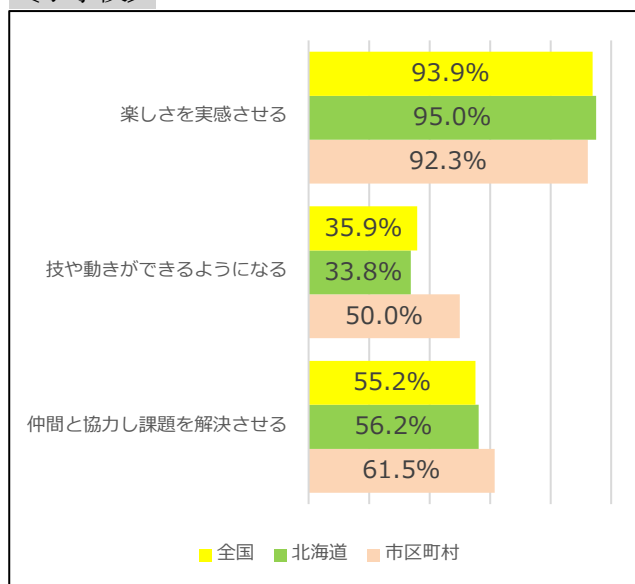


[中学校]

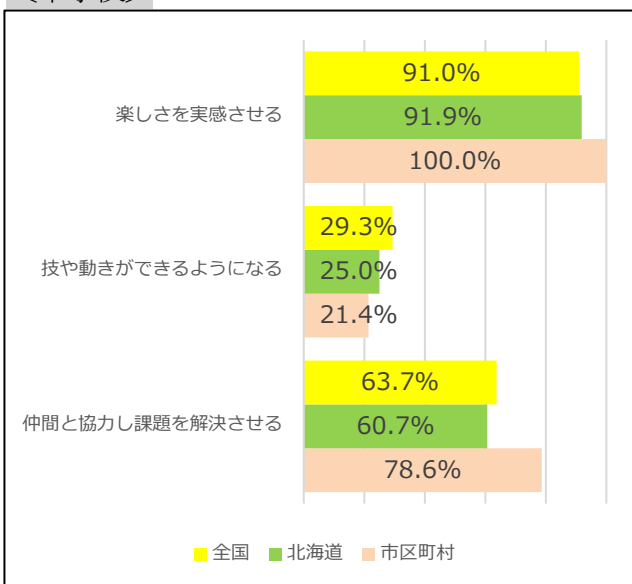


② 保健体育の授業で大切にしていること。

[小学校]

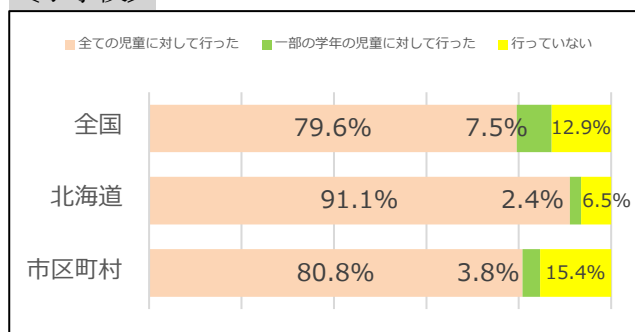


[中学校]

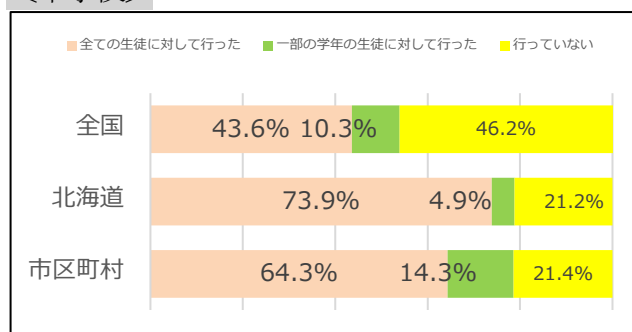


③ 体育(保健体育)授業以外での、体力・運動能力の向上に係る取組

[小学校]



[中学校]



Ⅱ

調査結果の総括

調査結果のまとめ

■体力合計点及び各種目の記録について

(体力合計点)

小学校においては、男子が全国平均を2年続けて上回り、女子は全国平均を下回った。

中学校においては、男女ともに平成20年度の調査実施以降初めて、全国平均を上回った。

また、小学校においては、令和元年度調査から連続する低下傾向が緩やかになるとともに、中学校においては、向上傾向と捉えられる結果であった。

(各種目の記録)

小学校においては、男子が「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」の3種目、女子が「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」の3種目で全国平均を上回った。

中学校においては、男子が「握力」「長座体前屈」「持久走」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」の6種目、女子が「上体起こし」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」の4種目で全国平均を上回った。

小学校及び中学校ともに、「上体起こし」「50m走」は継続して全国平均を下回る傾向にあり、本市の課題種目となっている。なお、上記2種目については、冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響がある種目であり、新体力テストの実施時期を検討する必要がある。

■運動習慣及び生活習慣について

(運動習慣)

小学校及び中学校ともに、1週間の総運動時間が「60分未満」の割合及び「420分以上」の割合が全国よりも高くなっており、運動習慣の2極化が全国よりも進んでいる状況となっている。特に中学校において、「60分未満」の生徒が令和4年度と比較すると増加傾向となっている。

これまでの調査でも1週間の総運動時間が「60分未満」の児童生徒は、それ以外の児童生徒に比べ体力合計点が低い傾向が見られている。児童生徒における良好な運動習慣の獲得は、体力の向上の基板となることはもとより、様々な社会性の向上、基本的生活習慣の獲得にもつながることから、児童生徒の良好な運動習慣の獲得を目指した取組を検討する必要がある。

(生活習慣について)

朝食の欠食については、令和4年度と比較すると、小学校及び中学校の男子は改善傾向にあるものの、小学校及び中学校女子は欠食が増加している。

スクリーンタイムについては、令和4年度と比較すると、小学校及び中学校ともに増加している。

これまでの調査でも朝食を「毎日食べる」児童生徒の体力合計点が高いことや、スクリーンタイムが3時間以上を超えると体力合計点が低くなることが確認されている。

健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを伝える中で、改めて児童生徒に朝食摂取の状況が自身の体力に大きな影響を与えることや、これまで以上にICT機器の利活用が広まると考えられることから学校と家庭が連携し、児童生徒にICT機器を有効に活用するための知識と技術を身に付けさせるなど、適切な利用に努めていくことが必要である。

■体育・保健体育の授業について

(授業が楽しい)

体育・保健体育の授業に対する意識においては、「楽しい」と感じる児童生徒の割合が全国よりも高い状況となっている。

また、中学校においては、「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』することがある」と回答する割合が高く、「楽しい」と感じさせることにつながっていると考えられる。

これまでの調査でも、「楽しい」と感じる児童生徒は運動時間が長く、体力合計点が高いことが示されており、今後も児童生徒が楽しさや喜びを味わえるような工夫が求められるとともに、各種の運動を適切に行うことにより、その結果として児童生徒の体力の向上を図ることができるようにすることが重要である。

(ICT活用)

体育・保健体育の授業におけるICT活用については、小学校において全国より低く、中学校において全国より高い状況となっている。

ICTの適切な活用による学習の効率化は、児童生徒がより多く運動やスポーツに触れる時間を創出することにつながると考えられることから、今後も適切な活用を行うことが重要である。

■学校の特徴について

(体育・保健体育の授業改善)

調査結果を踏まえた取組として、体育・保健体育の授業改善に取り組んだと回答した学校の割合は、小学校及び中学校ともに全国より高い状況となっている。

また、体育・保健体育の授業で大切にしていることとして、「仲間と協力し課題を解決させる」と回答した学校の割合は、小学校及び中学校ともに全国より高い状況となっている。また、小学校においては「技や動きができるようになる」、中学校においては「楽しさを実感させる」と回答した学校の割合が全国より高い状況となっている。

これらは、体育・保健体育の授業が楽しいという児童生徒の育成に欠かせないことであり、日頃から各学校において意識高く体育・保健体育の授業が行われていることを表す結果であったと思われる。

(体育・保健体育の授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組について)

体育・保健体育の授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組について、行っていないと回答する学校が一定数見られる状況である。

前述の「運動習慣及び生活習慣について」で記載したとおり、本市において週の総運動時間が「60分未満」の児童生徒は増加傾向にある。学校の体育・保健体育の授業以外にはほとんど運動をしていない子どもの運動やスポーツをする時間を増やすためには、運動をほとんどしない子どもだけを対象とするよりも、学校の児童生徒全体を対象とした取組に参加し、他の子どもたちと運動する機会をつくり、運動時間を増やすことが効果的であると考えられる。

調査結果を踏まえた帯広市の取組

■新体力テストの6月以降の実施

「体力合計点及び各種目の記録について」で前述したとおり、本市は、冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響が見られる種目において継続して全国平均を下回っている状況がある。そのような中、令和5年度においては、新体力テストの実施時期を5月以降とするよう各学校へ通知したところであり、実施時期の変更が、中学校における平成20年度の調査実施以来初めて体力合計点が全国平均を超えたことにもつながっていると想定される。

また、各学校へ追調査したところ、新体力テストの実施が5月実施よりも6月実施の学校が、体力合計点が高いという結果も出たことから、各学校及び児童生徒のこれまでの授業改善や各種取組が、調査結果として適切に反映できるようにする必要があると考える。

そのようなことから、特に、冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響が見られる「上体起こし」「50m走」については、6～7月の実施とする。

なお、児童生徒の経年での体力・運動能力の傾向を把握し、体力・運動能力の向上の対策に資するため、次年度以降も新体力テストを全ての学年において全種目実施する。

■ICTを活用した授業実践

「体育・保健体育の授業について」で前述したとおり、ICT活用については、使用頻度に差は見られるものの、ほとんどの小・中学校の体育・保健体育の授業で活用されている。ICTを活用して個々の学習の記録の管理や、その可視化をすることにより、運動や健康についての課題を見つけたり、その解決に向けて思考し判断したりする資質・能力の育成に向けて期待できる部分は大きい。

また、画像や映像を用いることで、より具体的な動きのモデルを短時間でいつでも確認することができるようになるなど、ICTの適切な活用による学習の効率化は、児童生徒がより多く運動やスポーツに触れる時間を創出することにつながると考えられる。

そのようなことから、各エリア・ファミリーの体力向上推進部会の教諭から体力向上推進プロジェクトチームを組織し、教職員の指導力向上に向けた研修の実施を行い、ICTを活用した体育・保健体育の授業力の向上を図る。

■家庭や地域、関係機関と連携した取組

「運動習慣及び生活習慣について」で前述したとおり、朝食の欠食、スクリーンタイムの増加等、良好な生活習慣確立については課題が見られる状況である。健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを伝える中で、改めて児童生徒に朝食摂取の状況が自身の体力に大きな影響を与えることや、これまで以上にICT機器の利活用が広まると考えられることから学校と家庭が連携し、児童生徒にICT機器を有効に活用するための知識と技術を身に付けさせるなど、適切な利用に努めていくことが必要である。

また、良好な生活習慣確立に向けた家庭との連携についても、各学校の実態に応じて積極的に行っていくことが重要である。

そのようなことから、帯広市PTA連合会と連携した取組を継続し、望ましい食習慣に関するリーフレットや、児童生徒参加型の食育イベント等を通じて食事の大切さを考えたり、親子で一緒に身体を動かすことや児童生徒の体力・運動能力や健康と家庭生活の在り方の結びつきについて啓発するなど、家庭や地域社会と連携した取組の一層の充実を図る。