

# 子どもたちの体力向上について

令和2年2月10日

三重県教育委員会

《目 次》

子どもたちの体力向上について

I	令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要	
1	本調査開始（平成20年度）以降の全員を対象とした調査の体力合計点経年変化	1
2	実技に関する調査結果	2
3	令和元年度中学校2年生、平成28年度小学校5年生の比較	4
4	児童生徒質問紙における平成29年度からの経年変化	5
II	本県における体力合計点の低下の原因	
1	体育・保健体育の授業以外の運動時間との関連	8
2	テレビ、スマートフォン等による視聴時間との関連	10
3	朝食摂取との関連	12
III	本調査結果と各校の体力向上に係る取組について	
1	体力合計点が昨年度と比較して上昇している学校における	
	1学校1運動の取組	13
2	1学校1運動における走運動の取組の有無と体力合計点・	
	総合評価DEの割合との関連	15
3	総合評価DEの児童生徒の割合が減少している学校で実施している	
	1学校1運動の取組	16
4	運動が苦手でも「運動やスポーツを楽しい」と感じている児童生徒	
	が多い学校の取組	17
5	調査結果を公開している学校の割合と改善提案の有無による	
	体力合計点の差	20
6	今後の対応方針	21

# 子どもたちの体力向上について

## I 令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要

三重県では平成20年度からスポーツ庁（文部科学省）が実施している小学5年生と中学2年生を対象（悉皆調査）にした「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（以下「体力調査」という。）に参加しています。

参加対象：小学校第5学年 349校、15,604人（義務教育学校1校、特別支援学校1校含む）

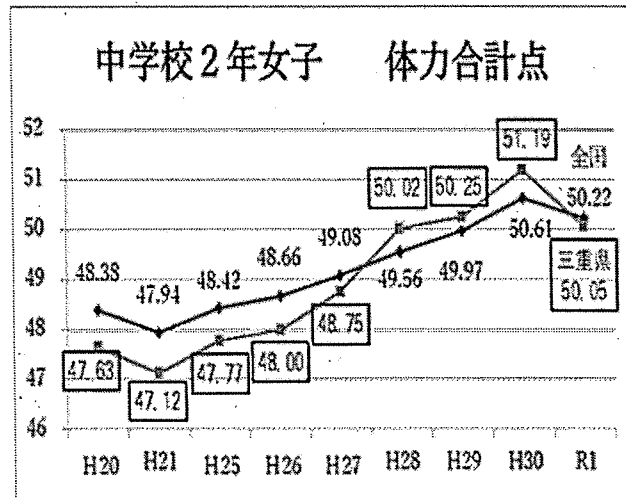
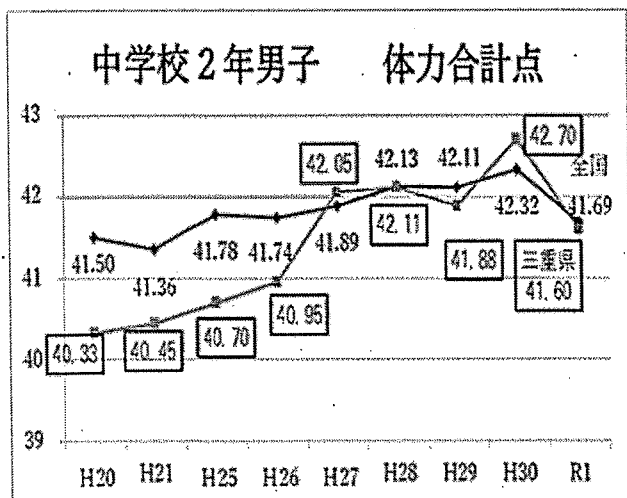
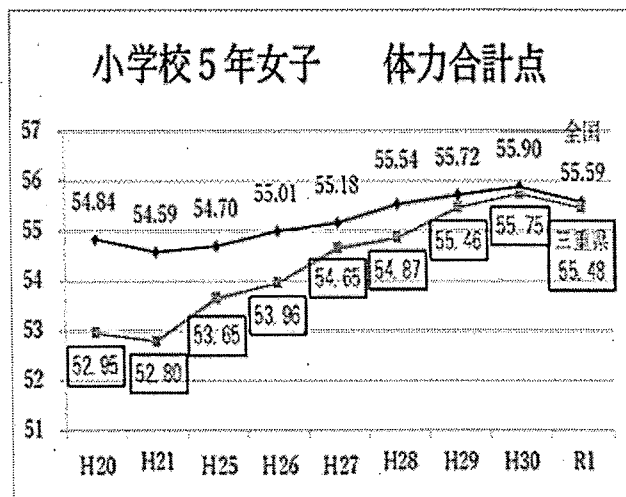
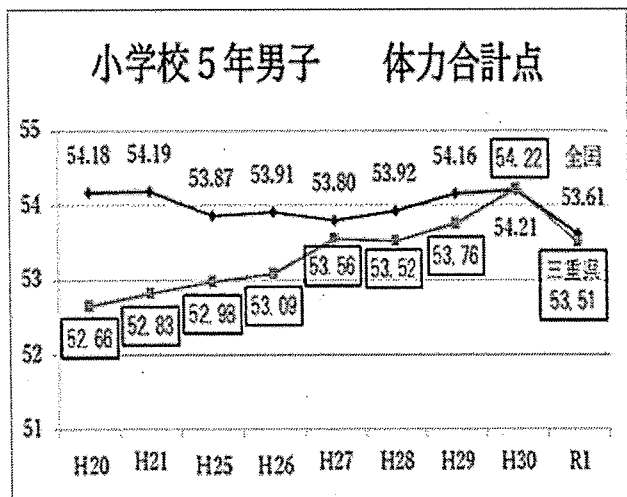
中学校第2学年 153校、14,088人（義務教育学校1校、特別支援学校2校含む）

○ 体力合計点について、小学校男子・女子及び、中学校男子・女子ともに全国平均値を上回ることにはできませんでした。

また、昨年度との比較では、全国と同様、小学校男子・女子及び、中学校男子・女子ともに昨年度結果を下回る結果となりました。

### 1 本調査開始（平成20年度）以降の全員を対象とした調査の体力合計点経年変化

※ 平成22・24年度は抽出調査、平成23年度は東日本大震災の影響で中止のため、除外



## 2 実技に関する調査結果

(1) 種目別の全国平均との比較では、小学校男子は8種目中3種目、女子は8種目中4種目が、中学校男子は9種目中1種目、女子は9種目中4種目が上回り、あわせて34種目中12種目が上回りました。(昨年度は34種目中16種目が上回る)

【小学校第5学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	R1年度	R1年度	H30年度	R1年度	R1年度	H30年度
	三重県	全国	三重県	三重県	全国	三重県
握力 (kg)	↓ 16.52	16.37	16.77	↓ 16.31	16.09	16.32
上体起こし (回)	↓ 19.20	19.80	19.43	↑ 18.44	18.95	18.41
長座体前屈 (cm)	↑ 33.34	33.24	33.21	↑ 37.78	37.62	37.43
反復横とび (点)	↓ 42.63	41.74	42.89	↓ 40.90	40.14	41.05
20mシャトルラン(回)	↓ 49.78	50.32	51.71	↓ 39.50	40.79	40.77
50m走 (秒)	↓ 9.47	9.42	9.39	↓ 9.71	9.64	9.66
立ち幅とび (cm)	↓ 150.81	151.45	151.97	↓ 145.40	145.68	145.54
ソフトボール投げ(m)	↓ 21.57	21.61	22.20	↓ 13.79	13.61	14.00
体力合計点※ (点)	↓ 53.51	53.61	54.22	↓ 55.48	55.59	55.75

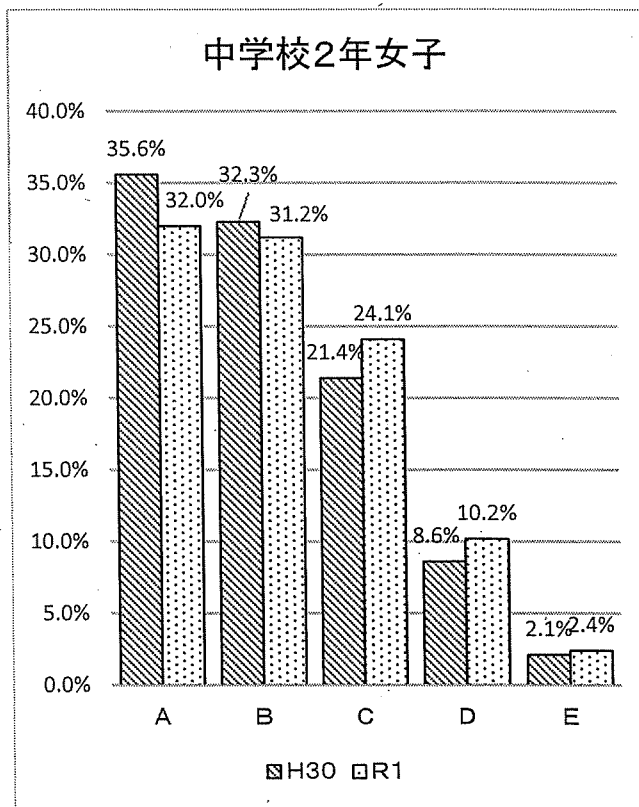
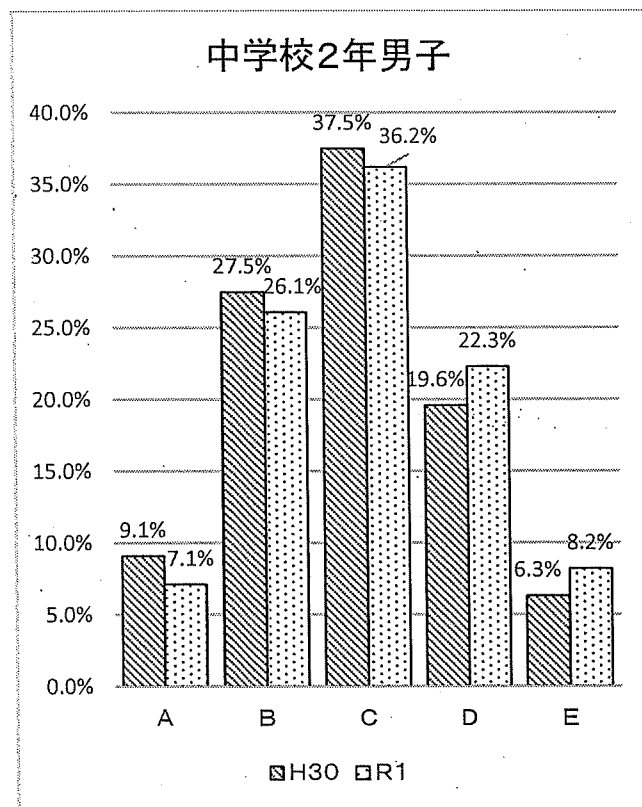
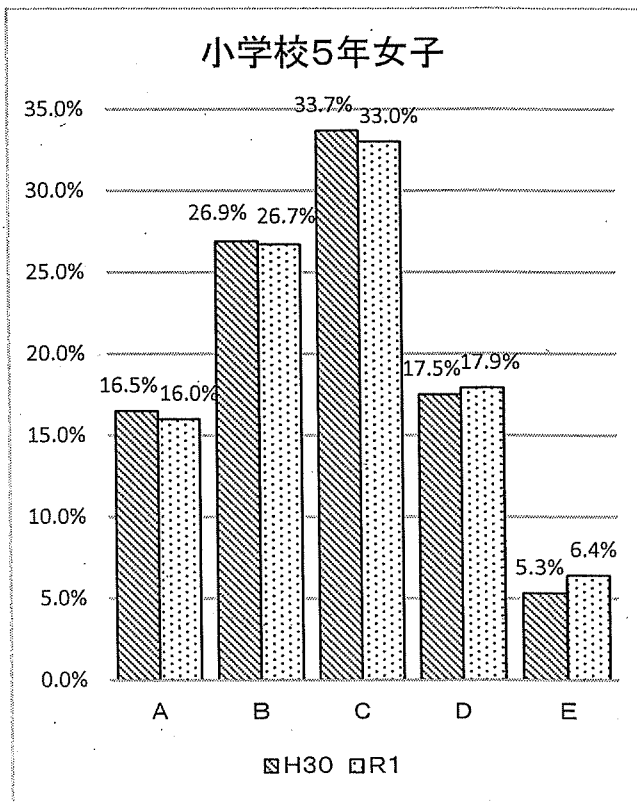
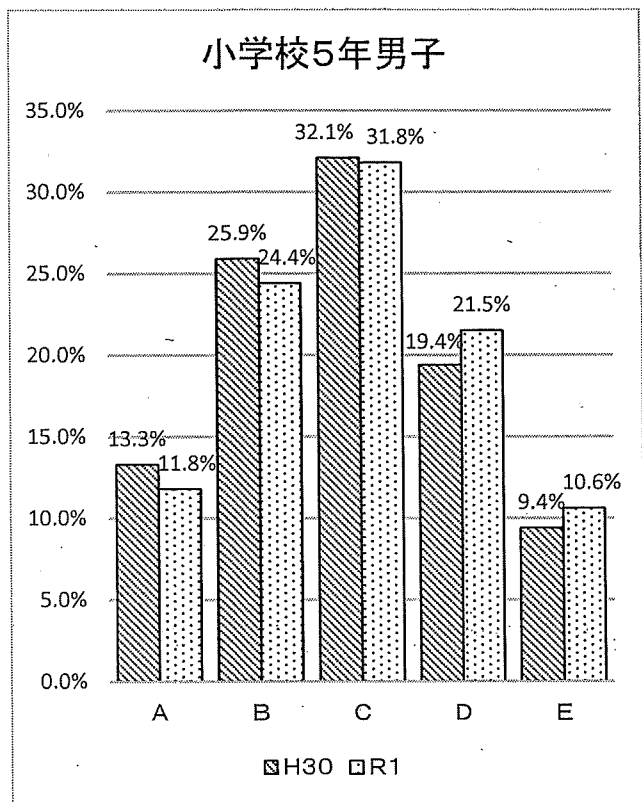
 : 全国平均を上回る   
 ↑ : 平成30年度三重県平均を上回る   
 ↓ : 平成30年度三重県平均を下回る

【中学校第2学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	R1年度	R1年度	H30年度	R1年度	R1年度	H30年度
	三重県	全国	三重県	三重県	全国	三重県
握力 (kg)	↓ 28.47	28.65	28.62	↓ 23.80	23.79	23.95
上体起こし (回)	↓ 26.36	26.96	27.05	↓ 23.02	23.69	23.54
長座体前屈 (cm)	↓ 43.40	43.50	43.56	↓ 45.81	46.32	46.46
反復横とび (点)	↓ 52.85	51.91	53.18	↓ 48.07	47.28	48.16
持久走 (秒)	↓ 405.19	398.98	397.99	↓ 293.32	289.82	289.75
20mシャトルラン(回)	↓ 83.21	83.53	84.97	↓ 57.20	58.31	59.45
50m走 (秒)	↓ 8.05	8.02	7.97	↓ 8.87	8.81	8.83
立ち幅とび (cm)	↓ 194.04	195.03	195.78	↓ 169.95	169.90	171.32
ハンドボール投げ(m)	↓ 20.40	20.40	20.86	↓ 13.08	12.96	13.42
体力合計点※ (点)	↓ 41.60	41.69	42.70	↓ 50.05	50.22	51.19

 : 全国平均を上回る   
 ↑ : 平成30年度三重県平均を上回る   
 ↓ : 平成30年度三重県平均を下回る

(2) 本県の総合評価の比較 (平成30年度と令和元年度)



○ 小学校男女・中学校男子は、昨年度と比較すると、「A」「B」「C」層が減少し、「D」「E」層が増加しました。中学校女子は、「A」「B」層が減少し、「C」「D」「E」層が増加しています。

### 3 令和元年度中学校2年生、平成28年度小学校5年生の比較（同一児童生徒）

本年度、悉皆調査を行った中学校2年生は、平成28年度に小学校5年生でも悉皆調査を行っており、体力の状況等について報告します。

#### (1) 体力合計点

本年の本県中学2年生男子・女子の体力合計点は、3年前と比べて全国平均値との差が縮まっています。

平成28年度 小5男子

全国	53.92
三重県	53.52
差	0.40



令和元年度 中2男子

全国	41.69
三重県	41.60
差	0.09

平成28年度 小5女子

全国	55.54
三重県	54.87
差	0.67



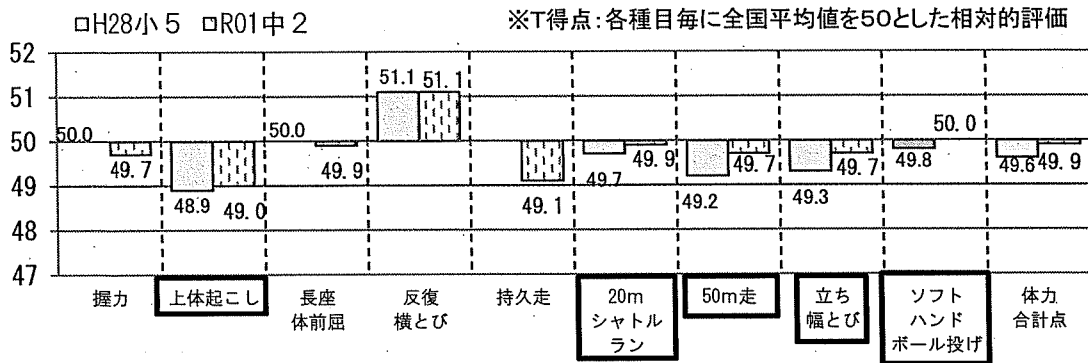
令和元年度 中2女子

全国	50.22
三重県	50.05
差	0.17

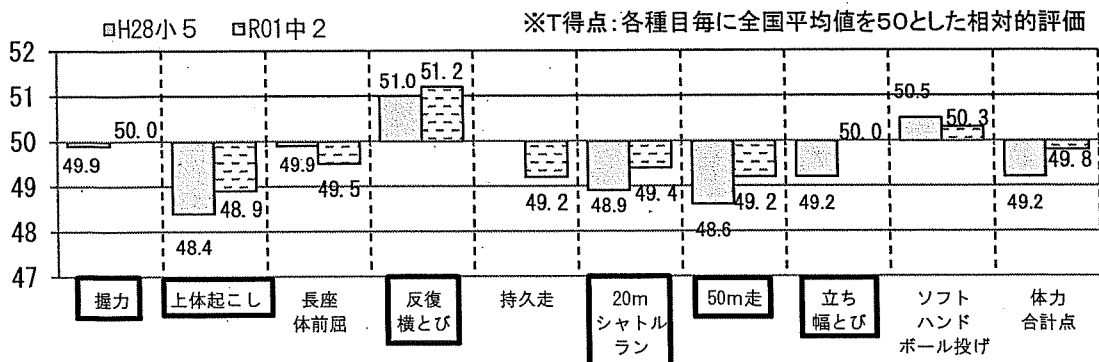
#### (2) 実技種目別T得点

男子は、比較のできる8種目中5種目においてT得点（偏差値）が上昇しています。  
女子は、比較のできる8種目中6種目においてT得点（偏差値）が上昇しています。

令和元年度中2男子の小5時との実技種目T得点比較表



令和元年度中2女子の小5時との実技種目T得点比較表

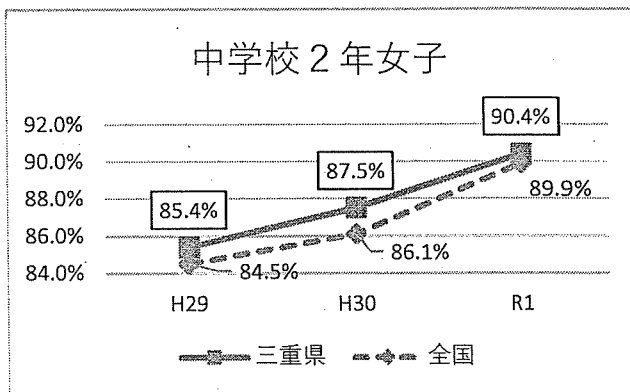
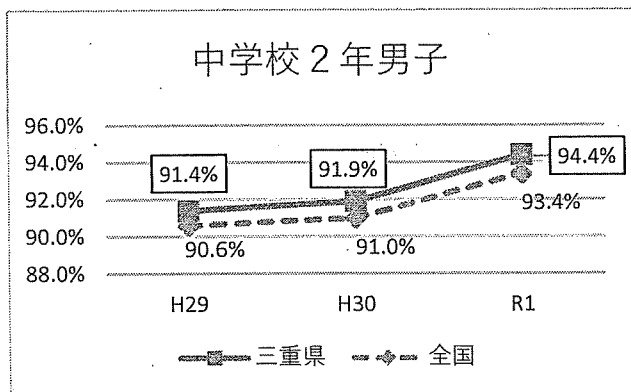
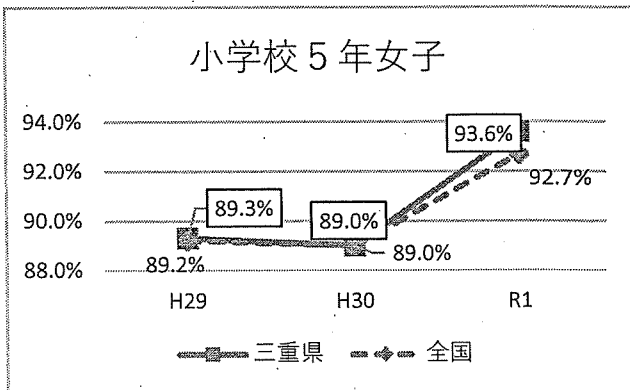
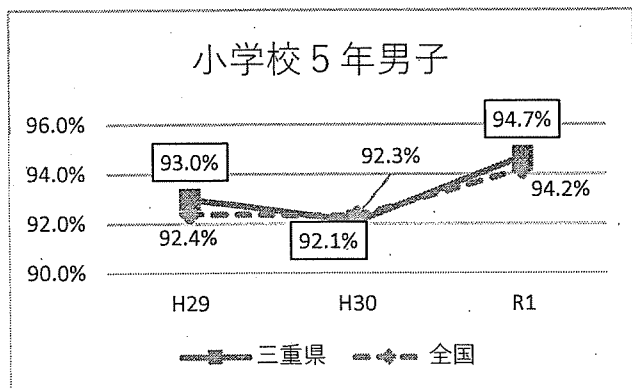


#### 4 児童生徒質問紙における平成29年度からの経年変化

##### (1) 改善が見られた項目

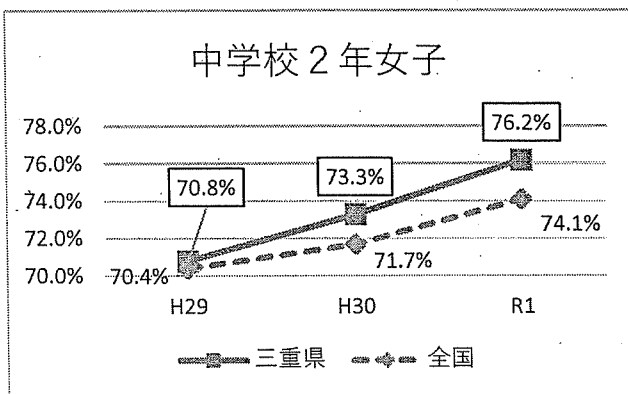
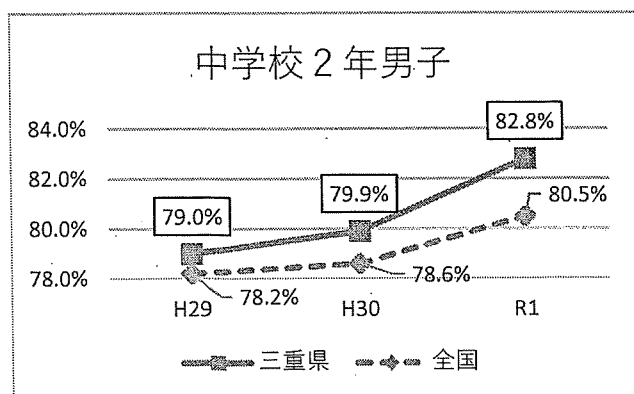
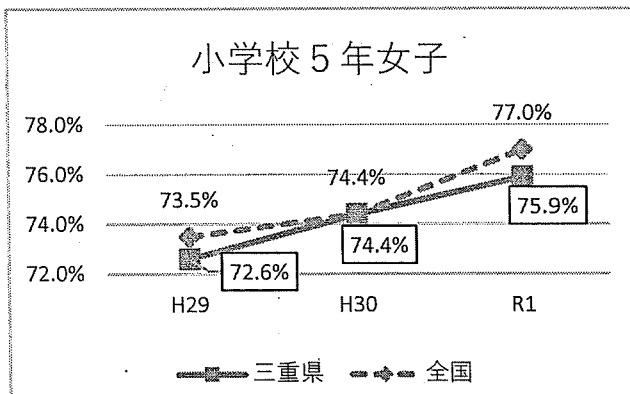
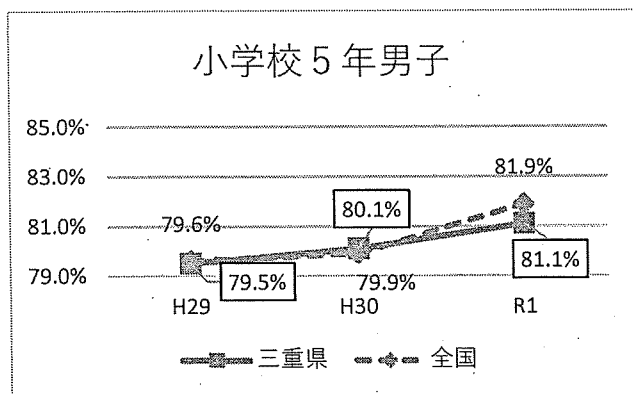
①あなたにとって運動やスポーツは大切なものですか。

(大切、やや大切、あまり大切でない、大切ではない、のうち肯定的に回答した割合)



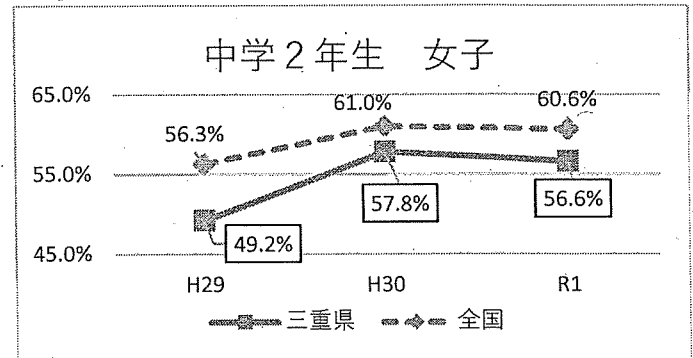
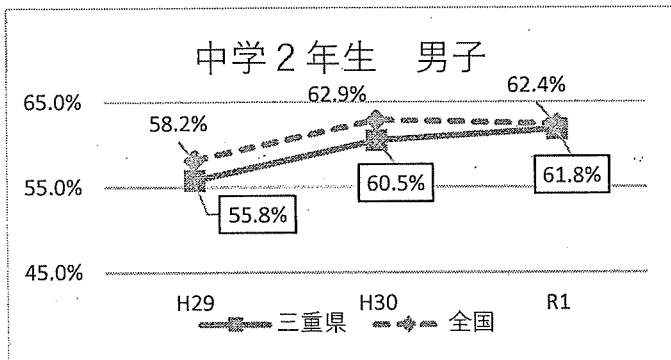
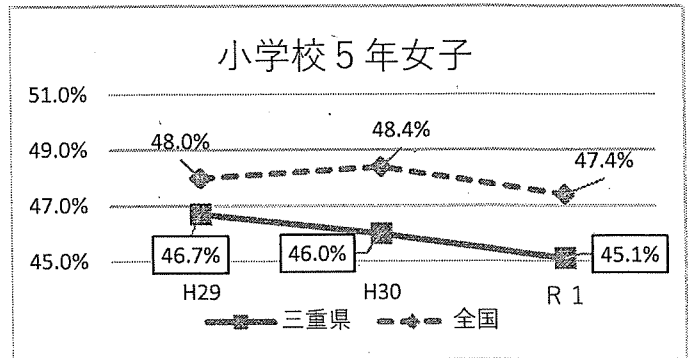
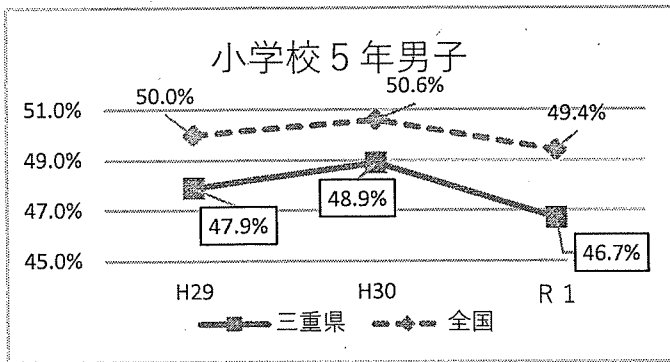
②今、体育・保健体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。

(思う、そう思う、あまり思わない、思わない、のうち肯定的に回答した割合)

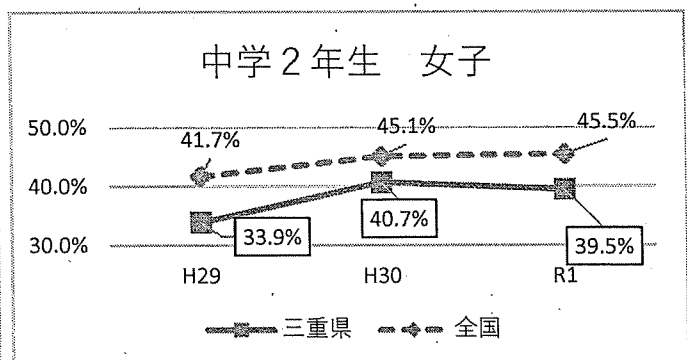
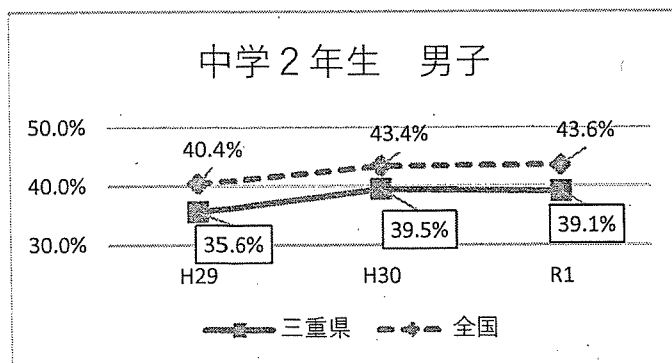
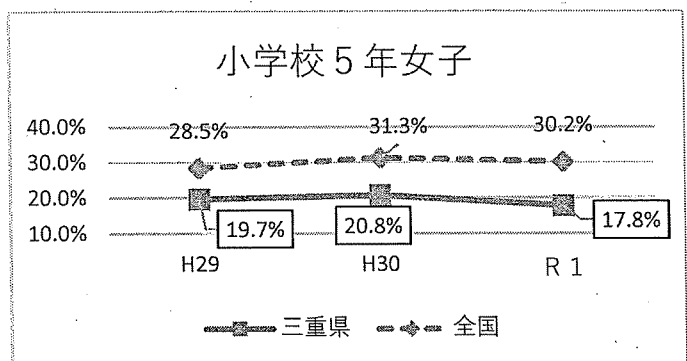
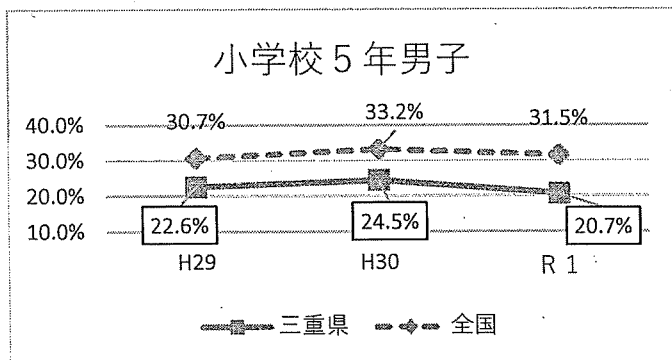


(2) 課題となる項目

①ふだんの体育の授業では、授業の始めに授業の目標（めあて・ねらい）が示されていますか。（「示されている」と回答した割合）

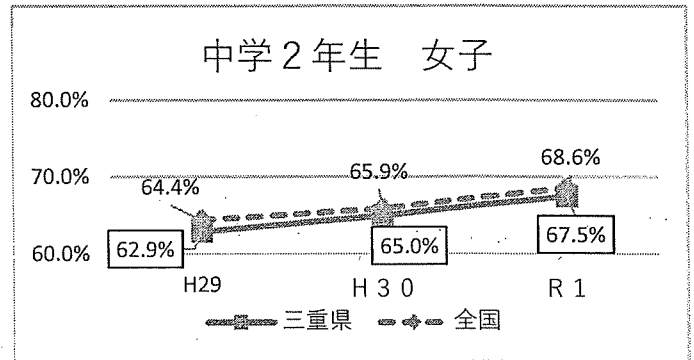
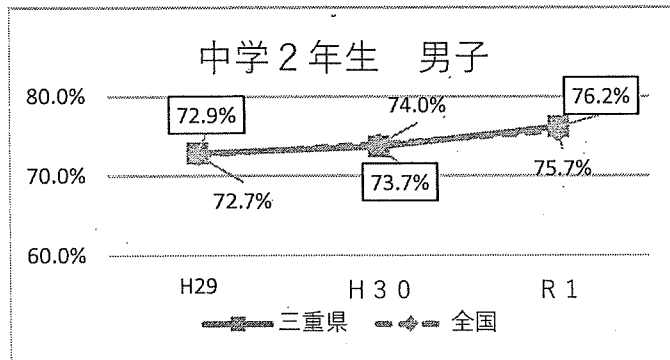
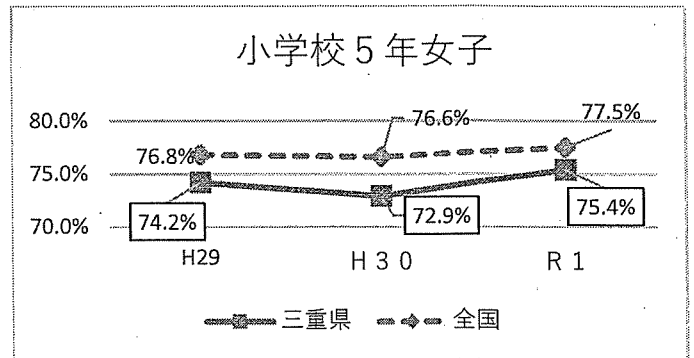
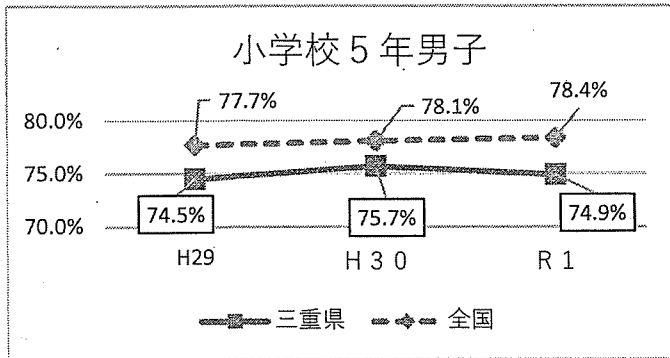


②ふだんの体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。（「行われている」と回答した割合）





③自分には、よいところがあると思う。(当てはまる、どちらかといえば当てはまる、どちらかといえば当てはまらない、当てはまらない、のうち肯定的に回答した割合)



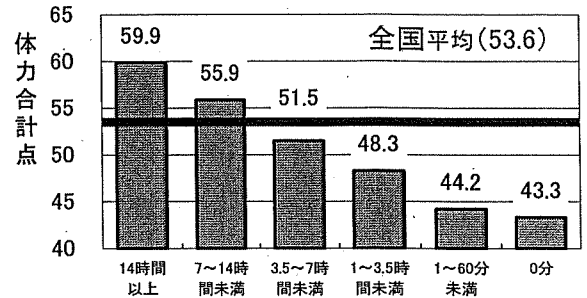
## II 本県における体力合計点の低下の原因

### 1 体育・保健体育の授業以外の運動時間との関連

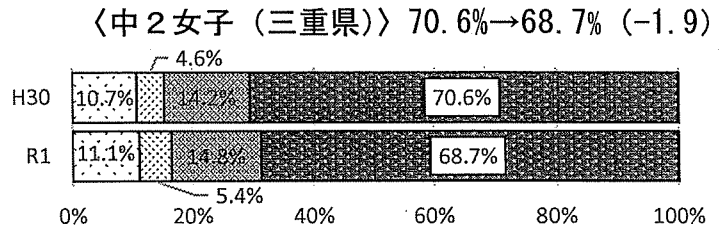
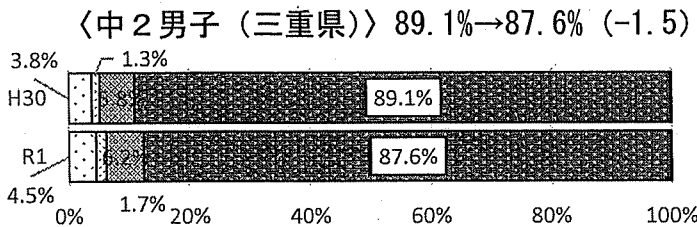
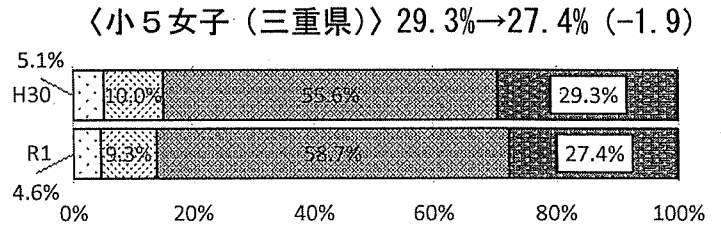
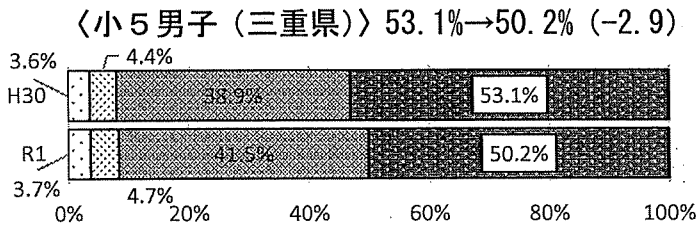
1週間の体育・保健体育の授業以外で運動時間が長いほど体力合計点が高い傾向にあります。

体力合計点が全国平均と比べて上回っているのが、7時間以上であることから、1週間の運動時間が420分（7時間）以上の割合をみると、三重県では昨年度と比較して1.5～2.9ポイント減少しており、体育・保健体育の授業以外の運動時間の減少が体力合計点の低下につながっていると考えられます。

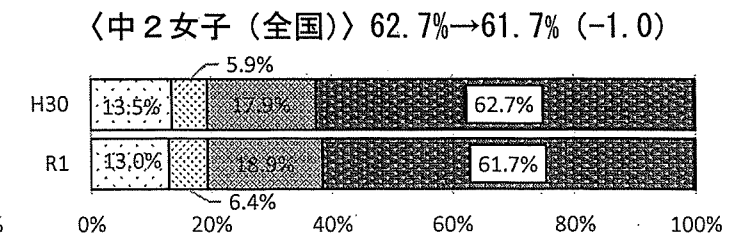
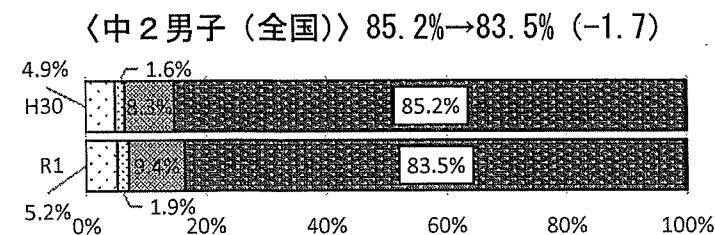
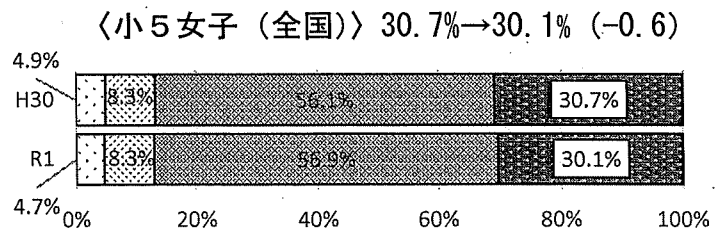
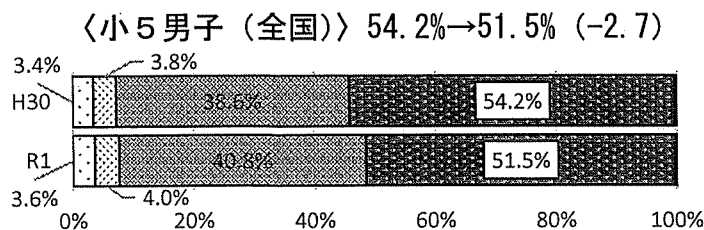
小5男子の例



三重県では1週間の運動時間が420分以上の割合は、小・中学校ともに減少しています。

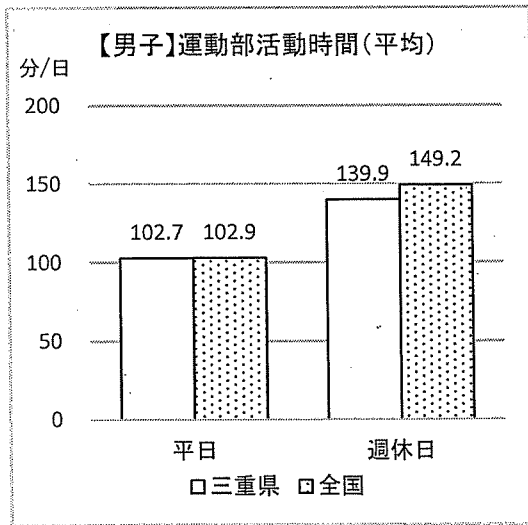


全国も同様に、1週間の運動時間が420分以上の割合は、小・中学校ともに減少しています。

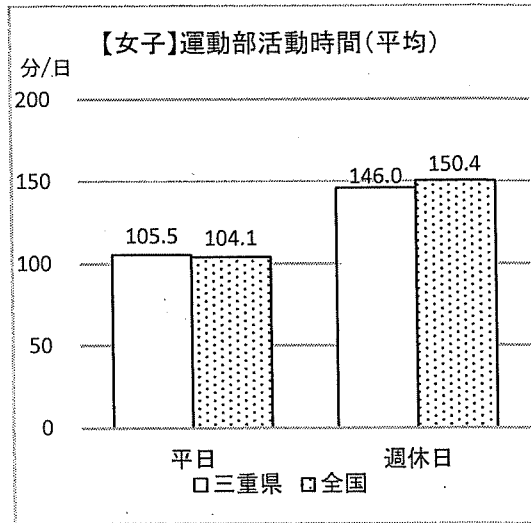


□0分 □1~59分 ■60~419分 ■420分~

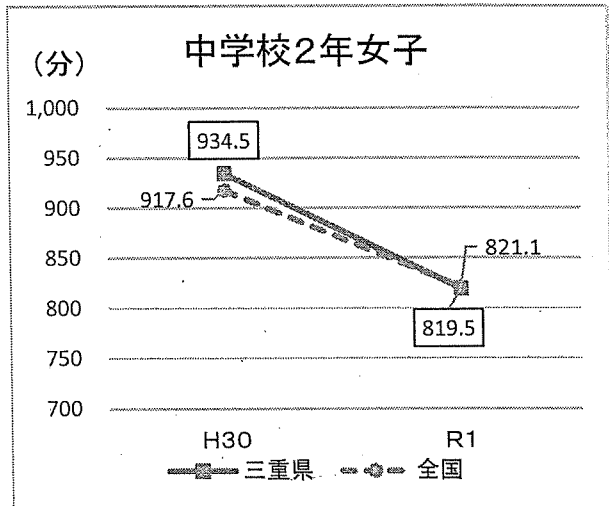
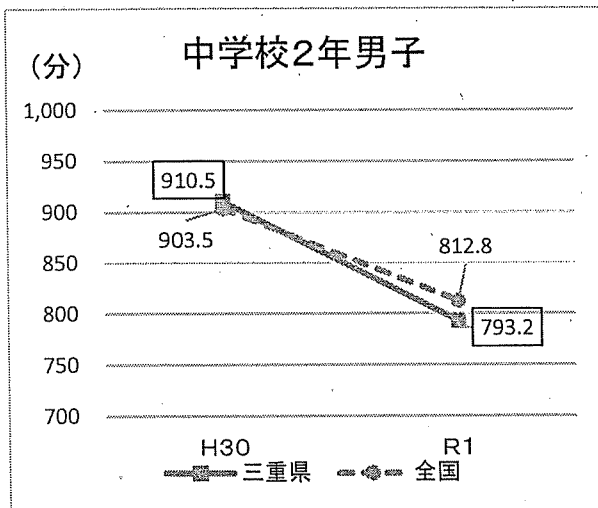
(参考) 運動部に所属している生徒の部活動での運動時間  
 〈中2男子〉



〈中2女子〉



運動部での1週間の総運動時間

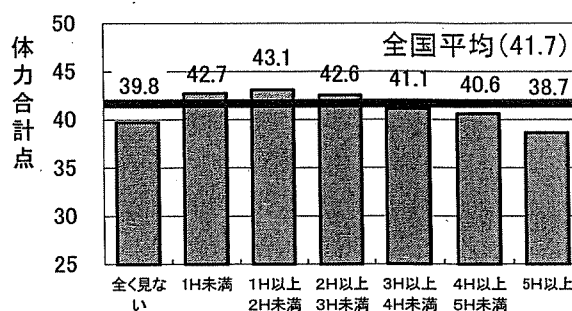


## 2 テレビ、スマートフォン等による視聴時間との関連

平日1日当たりのテレビ、スマートフォン等による視聴時間が長時間になると体力合計点が低くなる傾向があり、3時間以上では全国平均を下回っています。

三重県の視聴時間が3時間以上の割合は、全国と比較して高く、昨年度との比較でも小5女子を除いて増加していることから、このことが三重県における体力合計点低下の一因と考えられます。

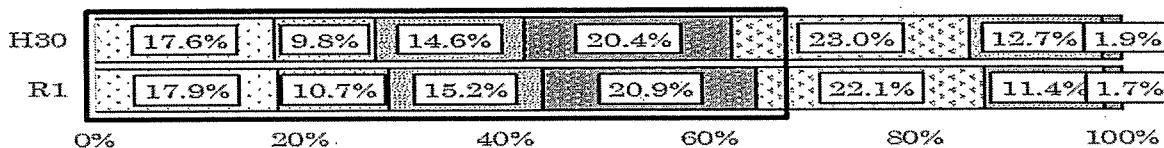
中2男子の例



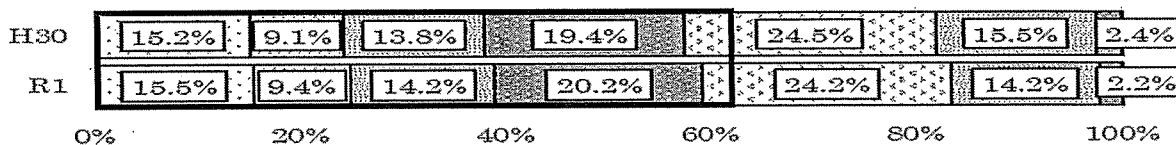
### 〈小5男子〉

三重県では、平日1日当たりのテレビ、スマートフォン等による視聴時間が増加しており、長時間化しています。また、全国と比べて増加しています。

(三重県) 2H以上 62.4% → 64.7% (+2.3)



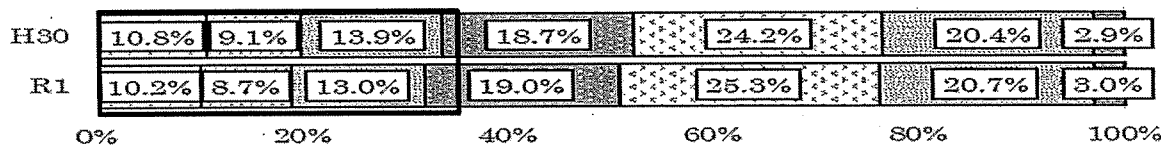
(全国) 2H以上 57.5% → 59.3% (+1.8)



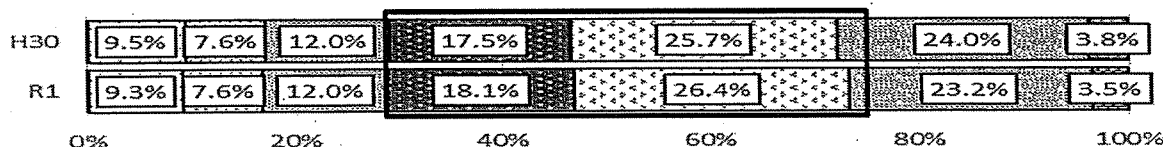
### 〈小5女子〉

三重県では、平日1日当たりのテレビ、スマートフォン等による視聴時間が減少していますが、全国では、増加しています。

(三重県) 3H以上 33.8% → 31.9% (-1.9)



(全国) 1H以上3H未満 43.2% → 44.5% (+1.3)

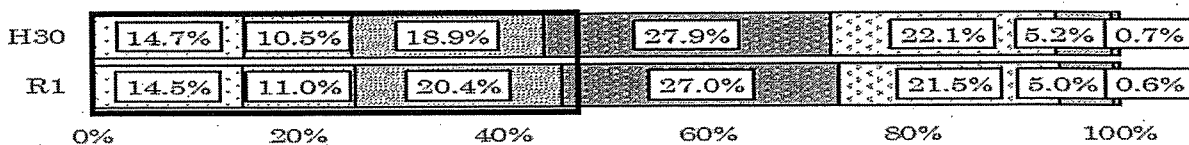


□ 5H以上      □ 4H以上5H未満      □ 3H以上4H未満      □ 2H以上3H未満  
 □ 1H以上2H未満      □ 1H未満      □ 全く見ない

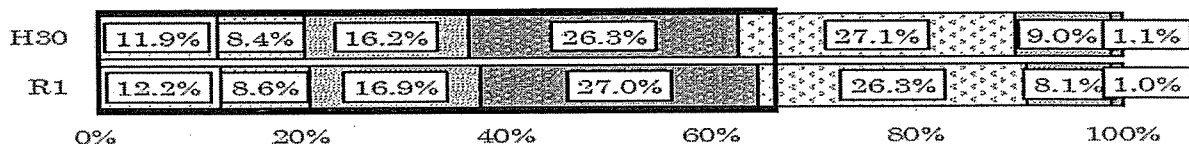
〈中2男子〉

三重県では、平日1日当たりのテレビ、スマートフォン等による視聴時間が増加しており、長時間化しています。全国も同様の結果になっています。

(三重県) 3H以上 44.1%→45.9% (+1.8)



(全国) 2H以上 62.8%→64.7% (+1.9)

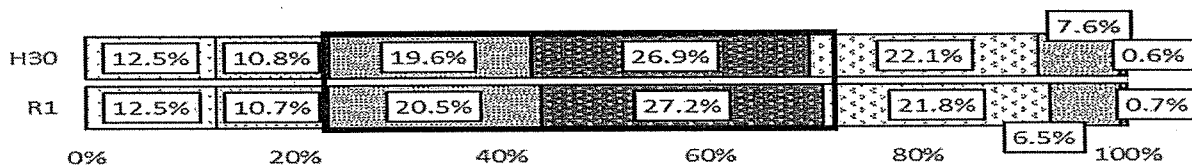


□ 5H以上 □ 4H以上5H未満 □ 3H以上4H未満 □ 2H以上3H未満  
 □ 1H以上2H未満 □ 1H未満 □ 全く見ない

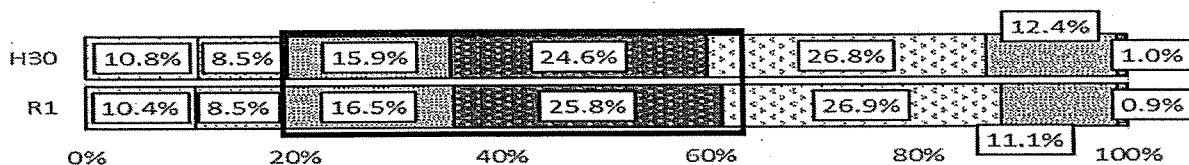
〈中2女子〉

三重県では、平日1日当たりのテレビ、スマートフォン等による視聴時間が増加しています。全国も同様の結果になっています。

(三重県) 2H以上4H未満 46.5%→47.7% (+1.2)



(全国) 2H以上4H未満 40.5%→42.3% (+1.8)



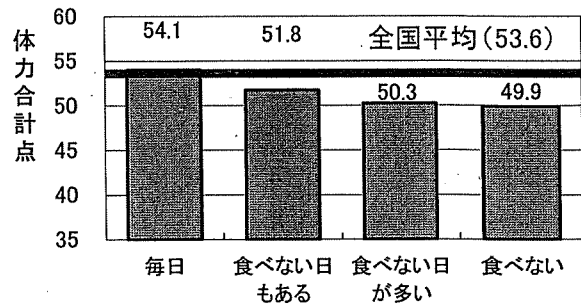
□ 5H以上 □ 4H以上5H未満 □ 3H以上4H未満 □ 2H以上3H未満  
 □ 1H以上2H未満 □ 1H未満 □ 全く見ない

### 3 朝食摂取との関連（小学校）

朝食を毎日食べる児童の体力合計点は高くなっています。

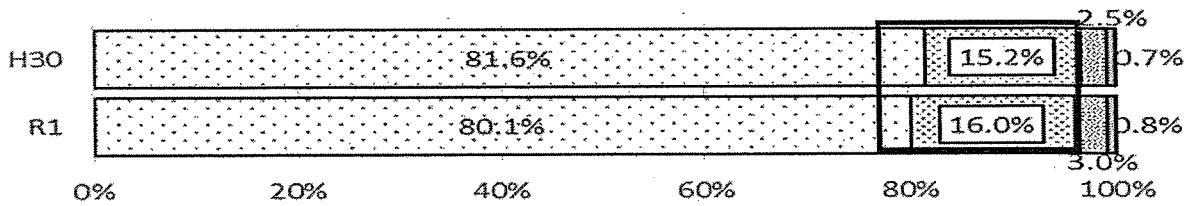
昨年度と比較して、「食べない日もある」と回答した割合が、小学校5年生では男女ともに増加（0.8～1.7ポイント）していることから、体力合計点の低下につながっていると考えられます。

小5男子の例

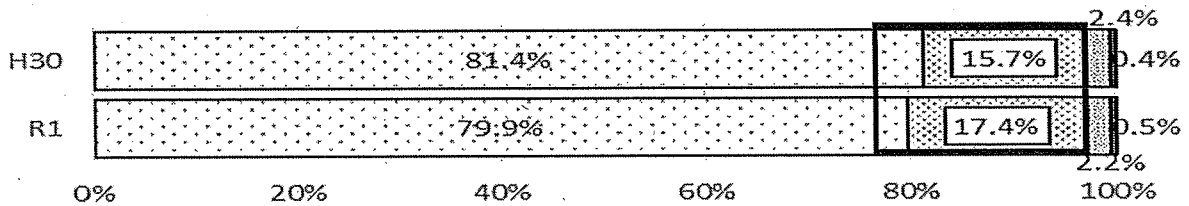


三重県では、朝食を「食べない日もある」割合が増加しており、その割合は全国よりも上回っています。

〈小5男子（三重県）〉 15.2%→16.0%（+0.8）

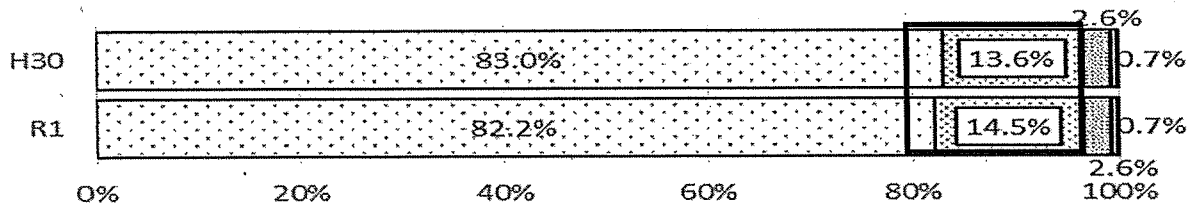


〈小5女子（三重県）〉 15.7%→17.4%（+1.7）

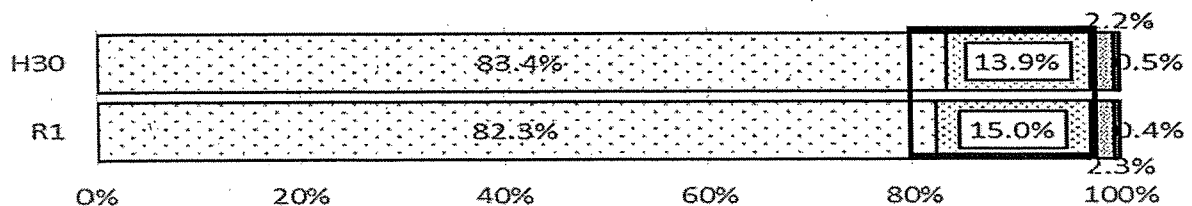


全国でも、小学校において、朝食を「食べない日もある」割合が増加しています。

〈小5男子（全国）〉 13.6%→14.5%（+0.9）



〈小5女子（全国）〉 13.9%→15.0%（+1.1）



□毎日食べる □食べない日もある □食べない日が多い □食べない

### Ⅲ 本調査結果と各校の体力向上に係る取組について

#### 1 体力合計点が昨年度と比較して上昇している学校における1学校1運動の取組

##### 小学校

<p>〔向井小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 走る活動を中心として、全校遊びを週3回行う。</li><li>○ 器具の充実等運動環境の改善を図る。</li><li>○ 全校で統一したカードを作成し、一輪車、縄跳び、持久走等に休み時間等を使って、自主的に取り組ませる。その中で教え合う活動を大切にする。</li><li>○ 持久走については全校で走った総距離がわかるものを掲示し、励みにさせる。</li></ul>
<p>〔柿野小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 毎週水曜日の始業前の時間を利用し、「おはよう運動」に取り組む。</li><li>○ 11、12月には「おはようマラソン」「校内マラソン大会」を実施し、それまでの取り組みの成果を試す場とする。</li><li>○ 各学年で学級遊びを取り入れて、運動する場を積極的につくる。</li><li>○ 児童会が中心となり、「ドッジボール大会」や「大縄大会」「しっぽ取り大会」を実施する。</li></ul>
<p>〔修正小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 休み時間に学年を越え様々な外遊びに親しむ。</li><li>○ 1月になわとび集会、3月にドッチボール集会を実施する。(児童会の企画運営)</li><li>○ 教職員が休み時間に積極的に外遊びに参加し、子どもたちと触れあう。</li></ul>
<p>〔賀田小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 児童の実態を全職員で把握し、個に応じた体力作りに年間を通して取り組む。</li><li>○ 運動の日常化のため、「朝のランニング」「全校遊び」を継続する。ワンパターンにならないように、新たな試みを取り入れ、児童のやる気呼び起こすようにする。</li><li>○ 一輪車、鉄棒等の「チャレンジカード」の取組を他の種目にも広げる。</li></ul>
<p>〔成和東小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 毎朝の体幹体操を続けて、体を動かすことに親しみが持てる子を増やす。</li><li>○ 体育委員会で、全校で体を動かせるゲームを企画し、実行する。</li><li>○ さまざまな運動でチャレンジカードを作成し、子どもの意欲を高める。</li></ul>
<p>〔香肌小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 委員会活動の時間を統一するなど、学校全体で休み時間の保障に取り組む。</li><li>○ 体力テストで使う測定器をラウンジに置き、体力に興味を持たせる。</li><li>○ 長期休業中に朝の運動に取り組む。</li><li>○ マラソン大会前は業間走に取り組む。</li></ul>
<p>〔草生小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 児童会が主体となって全校遊びを実施する。</li><li>○ 運動用具を身近に置き、いつでも運動できる環境を整える。</li><li>○ 児童会、委員会を中心に、スポーツ大会を定期的に実施する。</li></ul>
<p>〔漕代小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 縦割り班を利用した運動を行う。</li><li>○ なわとびカードを使い、休み時間にも挑戦できるようにする。</li><li>○ 各個人がめあてを持って進んで運動に取り組めるように具体的な方策を考える。前年度の取り組みから、成果・課題ともに見えてきた。このまま引き続き、同様の目標で来年度も取り組んでいく。</li></ul>

<p>〔大淀小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 全校で縦割り遊びなどを行い、異年齢同士の交流の場を活用し、なかよし班遊びや業間長縄運動に取り組む。</li> <li>○ 毎月、体育集会を実施し、全校でいろいろな種目に挑戦する。</li> </ul>
<p>〔大湊小学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 握力計を自由に使えるようにして、自己記録を把握する。</li> <li>○ なわとびのチャレンジカード等を配布し、休み時間や休日に挑戦させる。</li> <li>○ 休日や長期休みに体育の宿題を出す。</li> <li>○ 体育集会を実施し、運動や健康についての意識や意欲を高める。</li> <li>○ 期間を決めて、子どもの体力向上につながる1学校1運動に取り組む。</li> </ul>

中学校

<p>〔五郷中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 小中合同ダンス指導等を行っている。</li> </ul>
<p>〔美杉中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 養護教諭の協力のもと、体幹トレーニングを帰りの会の後で行っている。</li> <li>○ 総合の時間にシャトルランをできる時間を工夫する。</li> <li>○ 部活動で連携し、共通したトレーニングを体育科が中心となっておこなっている。</li> </ul>
<p>〔西笹川中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 部活動終了時刻15分前に運動部員を有志で集め、インターバル走を行う取り組みを行っている。</li> </ul>
<p>〔久居中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 昼休みに運動場や体育館の開放を行ったり、イベントを企画したりする。</li> <li>○ 学年別レクリエーションを自分たちで企画し運営していくことで運動と親しむ機会を自分たちの手で作り出す。</li> </ul>
<p>〔川越中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 体育館2階にランニングコースを設置し、活用している。</li> <li>○ 意欲的に取り組める体育行事の工夫。</li> </ul>
<p>〔赤羽中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 昼休みに体育館を開放している。</li> <li>○ 仲間と楽しく運動する機会を提供する。</li> </ul>
<p>〔木本中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 昼休み外で活動デイの設定。</li> </ul>
<p>〔阿山中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 部活朝練習の実施（期間限定）、部活動独自のウォーミングアップ（持久走）の実施。</li> <li>○ 昼休みに体育委員がボール等の体育備品の貸し出しを行い、仲間と楽しく運動する機会を確保する。</li> <li>○ 学校内の部活動で連携し、共通したトレーニングメニューを取り入れることで、学校全体の体力の向上を図る。</li> </ul>
<p>〔飯南中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 昼休みに体育館を開放している。</li> <li>○ 冬期には部活練習において長距離走を実施している。</li> <li>○ 部活動において、冬場のトレーニングは各部活の指導者が連携して取り組む。</li> </ul>
<p>〔鎌田中学校〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 昼休みのボールの貸出。運動時間の確保。</li> </ul>



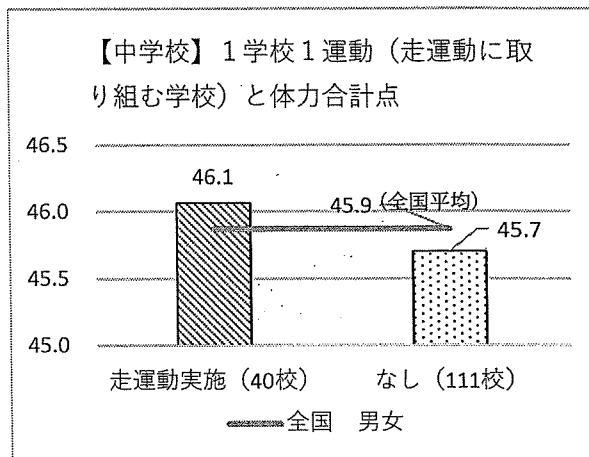
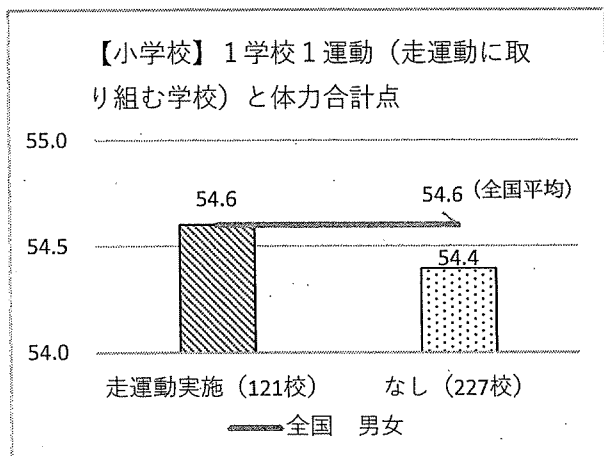
2 1学校1運動における走運動の取組の有無と体力合計点・総合評価DEの割合との関連  
 過去の本調査から本県の特徴として、全国平均を下回る種目（不得意種目）が固定化されている傾向があり、重点課題として取り組んできました。

小学校：上体起こし、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび

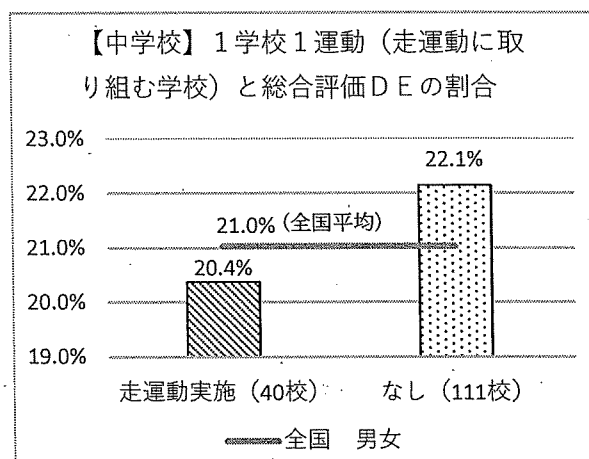
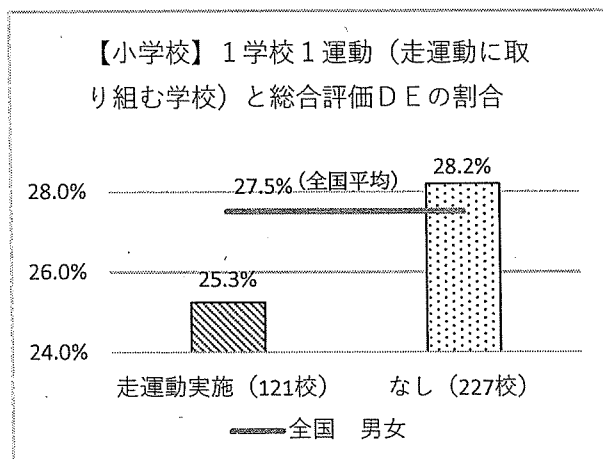
中学校：握力、上体起こし、持久走、50m走

体力合計点において昨年度と比較し、全国、三重県とも低下している中、体力合計点が今年度上昇している学校の1学校1運動として、走運動が多く取り入れられていることに着目し、体力合計点・総合評価DEの割合との関連を分析しました。

【体力合計点・DEの割合は男女平均】



○ 1学校1運動において、走運動を取り入れている学校は体力合計点が高くなっています。

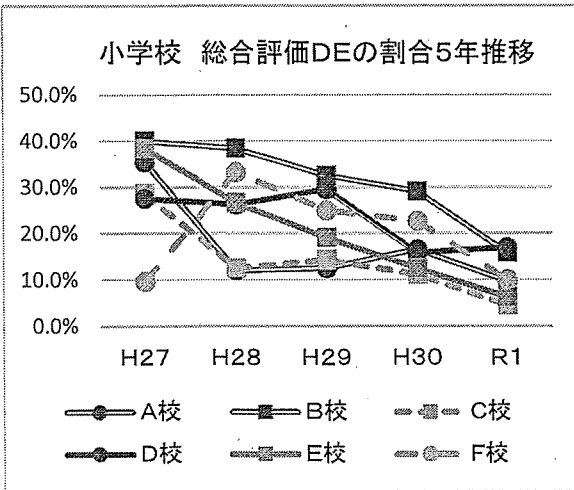


○ 1学校1運動において、走運動を取り入れている学校は、総合評価DEの割合が低くなっています。

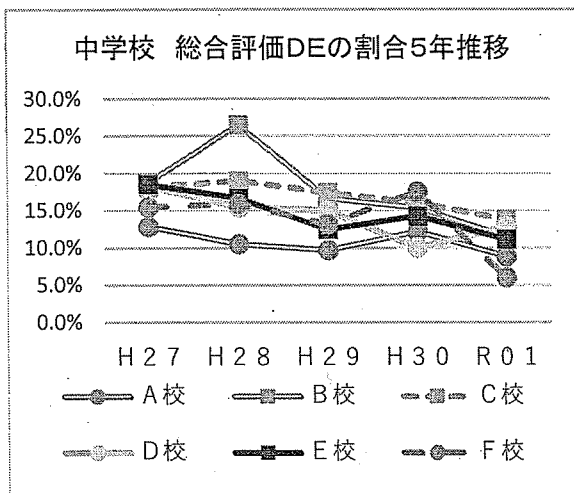
### 1学校1運動として取り組んでいる走運動の主な内容

- 朝、運動場を走ったり、マラソン記録会を実施したりしながら、走運動の機会を設けている。
- 50m走をいつでも走ることができるよう、運動場にコースを設定している。
- 鬼ごっこなど、走ることを意識した遊びを休み時間に行っている。
- 休み時間に運動場をランニングし、走った距離をカードに記録するようにしている。
- 児童会が企画した「走遊び」等を、昼休みに全校児童で取り組んでいる。
- 保健体育委員会や生徒会が中心となって、朝のランニング（15分程度）を設ける。
- 週2回、朝30分、グラウンドにて体力づくりのためのランニングを行っている。
- 冬の朝、5分間マラソンの実施。

### 3 総合評価DEの児童生徒の割合が減少している学校で実施している1学校1運動の取組



	H27	H28	H29	H30	R01
A校	35.5%	12.0%	12.5%	16.6%	9.7%
B校	40.0%	38.4%	32.5%	29.1%	15.9%
C校	28.6%	12.5%	14.3%	11.1%	4.5%
D校	27.6%	26.3%	29.6%	15.9%	17.0%
E校	38.5%	26.7%	19.1%	12.5%	6.3%
F校	9.7%	33.3%	25.0%	22.7%	10.0%



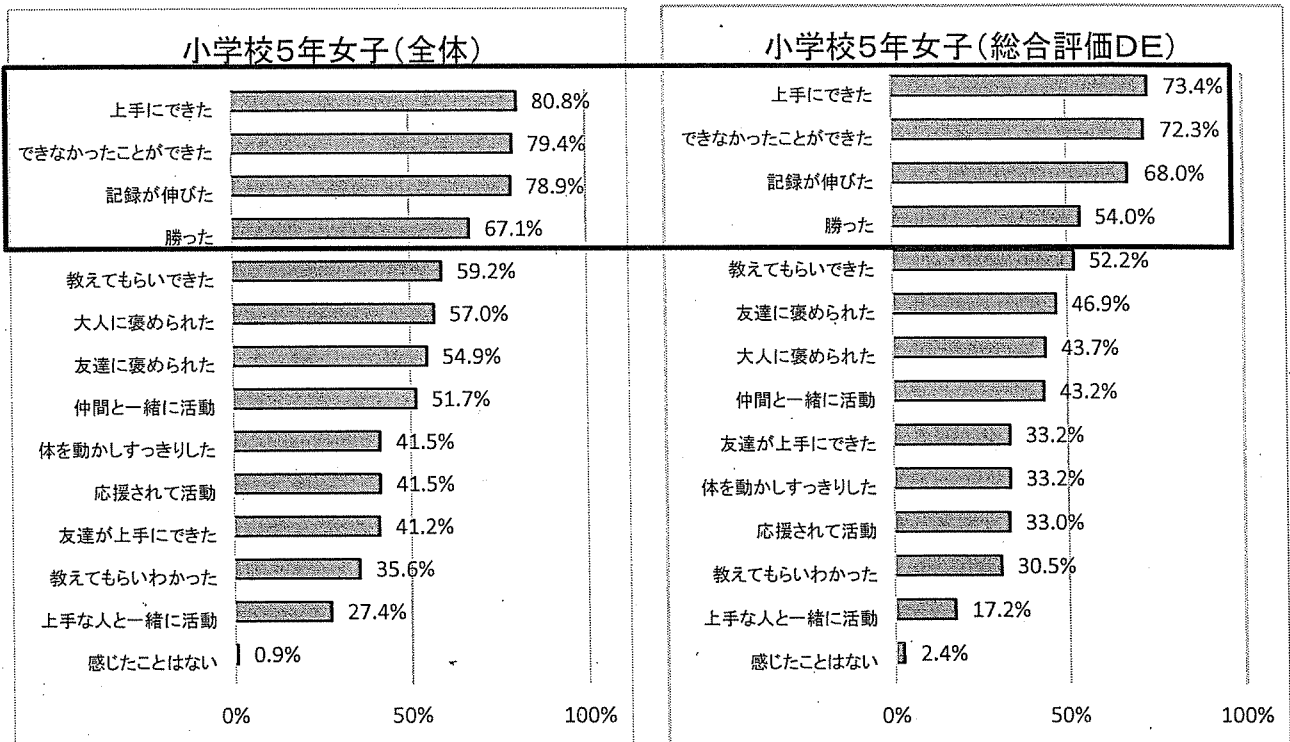
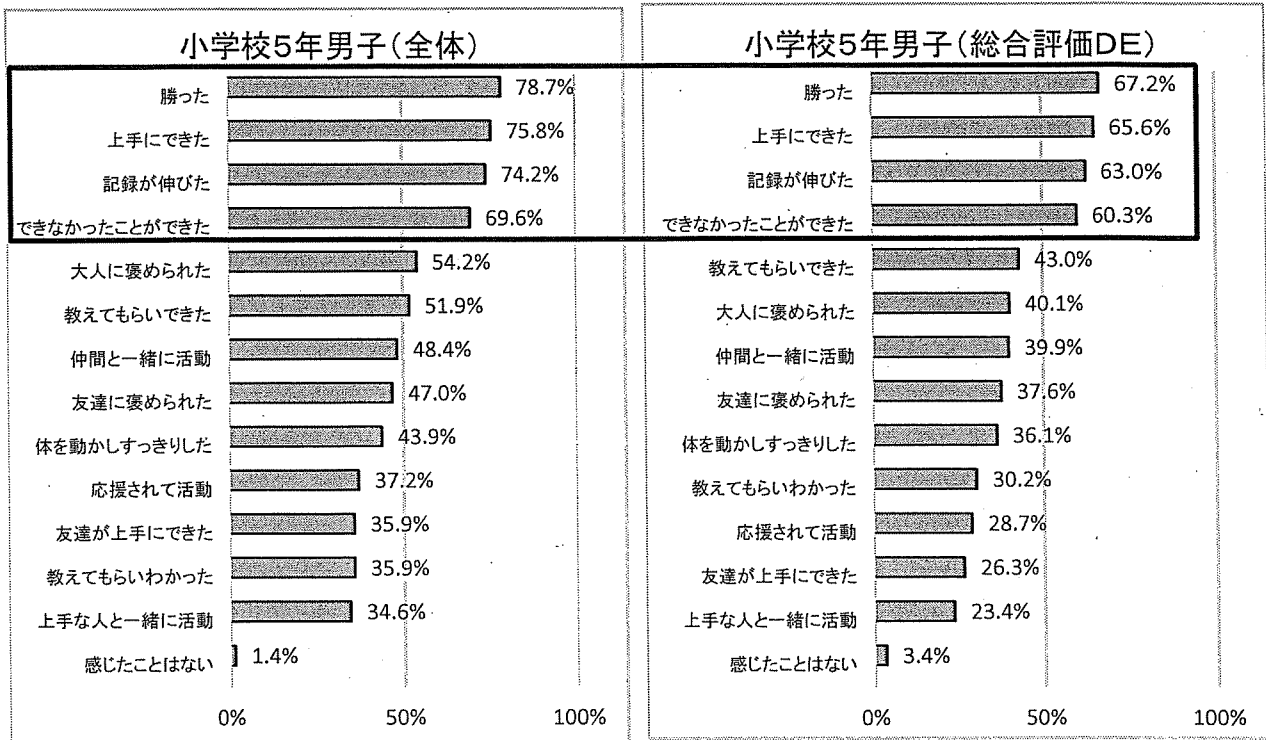
	H27	H28	H29	H30	R01
A校	12.9%	10.5%	9.7%	12.2%	8.8%
B校	18.8%	26.6%	16.7%	15.3%	11.5%
C校	18.2%	19.0%	17.4%	16.1%	13.8%
D校	18.3%	15.5%	15.0%	10.0%	12.8%
E校	18.5%	16.7%	12.5%	14.3%	11.1%
F校	15.5%	15.9%	13.2%	17.5%	6.0%

#### 1学校1運動における学校の主な取組

- 毎週火曜日に学級遊び、木曜日に縦割り班遊びを位置づけ、外遊びを推進している。全校でなわとび検定に取り組み、学年の目標達成率をめざす。
- なわとび、かけあしカードを児童に配付し、全校で取り組む。
- 雲梯やタイヤ跳び、一輪車など、遊具を使って遊びの中で体力の向上を図っている。
- 新体力テスト、水泳・運動会・球技大会等の体育的行事を年間行事にバランスよく組み込み、児童が楽しみながら運動に取り組んでいる。
- 外遊びウィークを設定して、業間に低学年・中学年・高学年で「走る」「跳ぶ」「投げる」の運動に取り組むことで、積極的に体を動かし、体力向上に努めている。
- 握力トレーニング器具を自由に使えるように設置し、引き続き握力強化への興味を持たせる。
- 昼休みに体育館やグラウンド、テニスコート等を開放し、ボールや道具を貸し出すことで運動する機会を増やし、体力の向上を図っている。

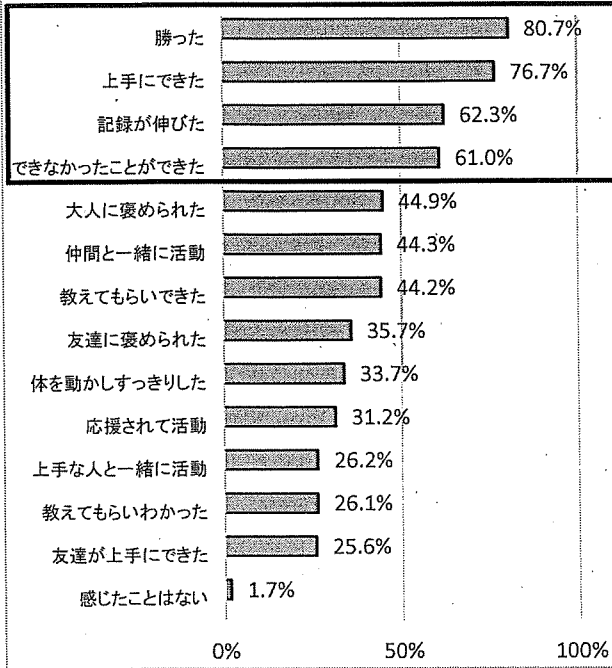
#### 4 運動が苦手でも「運動やスポーツを楽しむ」と感じている児童生徒が多い学校の取組

##### (1) 児童生徒が運動やスポーツをどんなときに楽しいと感じるか

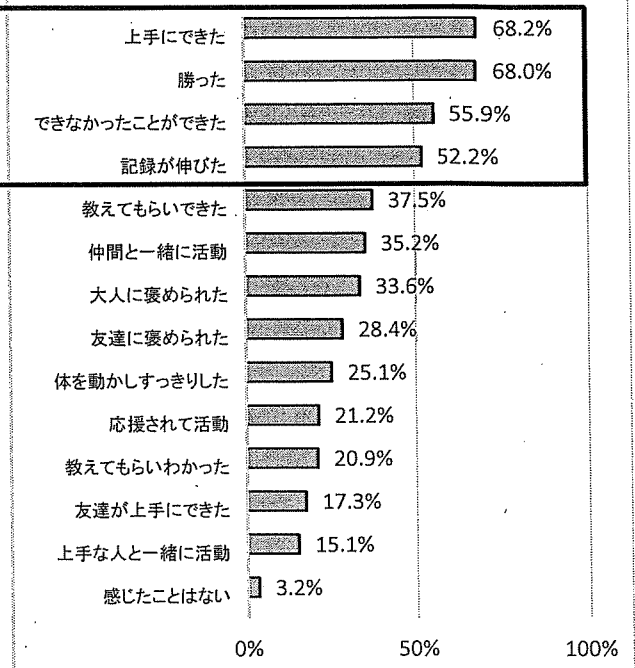


○ 小学校5年生男女の全体と総合評価DEの児童を比較すると、回答割合の高かった上位4つの項目は同じでしたが、総合評価DEの児童の回答割合は7.1～13.1ポイント低くなっています。

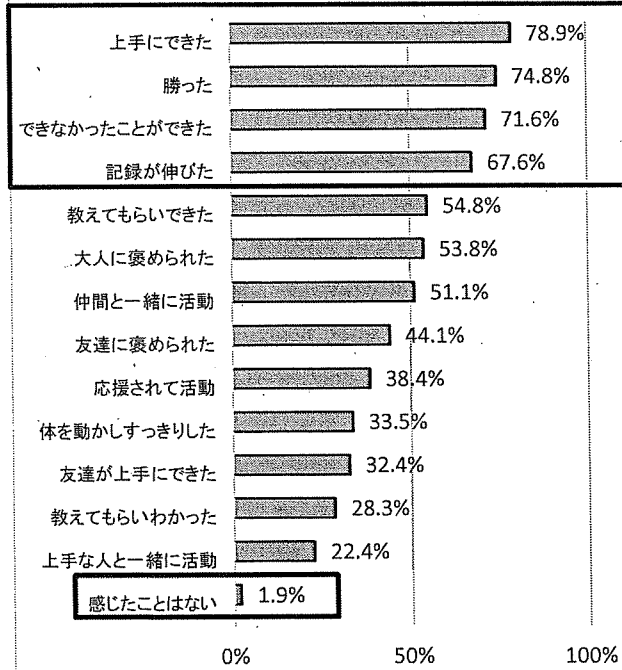
中学校2年男子(全体)



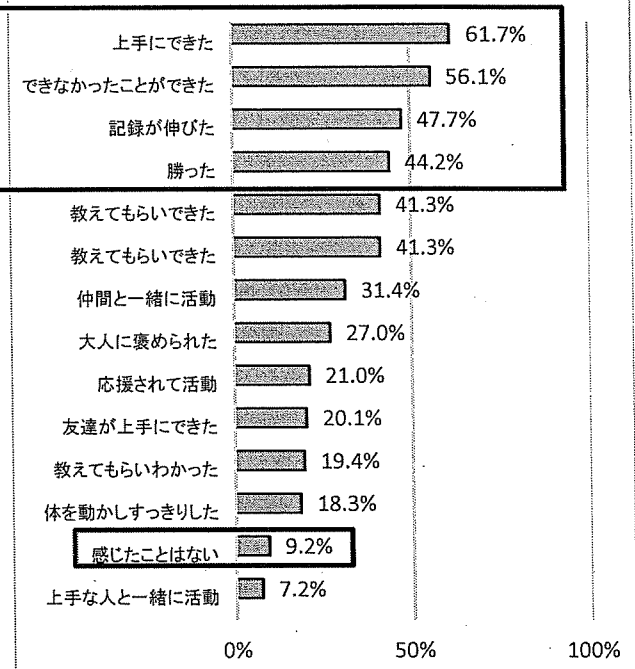
中学校2年男子(総合評価DE)



中学校2年女子(全体)



中学校2年女子(総合評価DE)



○ 中学校2年生男女の全体と総合評価DEの生徒を比較すると、回答割合の高かった上位4つの項目は同じでしたが、総合評価DEの生徒の回答割合は5.1～30.6ポイント低くなっています。また、中学校2年女子については「感じたことはない」と回答した割合が高くなっています。

(2) 運動やスポーツを楽しみと感じる授業の取組（川越町立川越中学校）

平成30年度と比較し、全国・三重県とも体力合計点が低下していますが、川越中学校では、男子で5.49点、女子で5.27点上昇しています。また、総合評価D Eの生徒の割合は、男子で5ポイント、女子で17ポイント減少し、男女とも総合評価Eの生徒はいませんでした。

生徒質問紙における「運動やスポーツを行って楽しいと感じたのは、どのようなときですか（複数回答可）」において、川越中学校の総合評価Dの生徒が14項目ある選択肢から回答した平均選択数は8.1個であり全国の平均選択数4.5個に比べ、多くなっています。

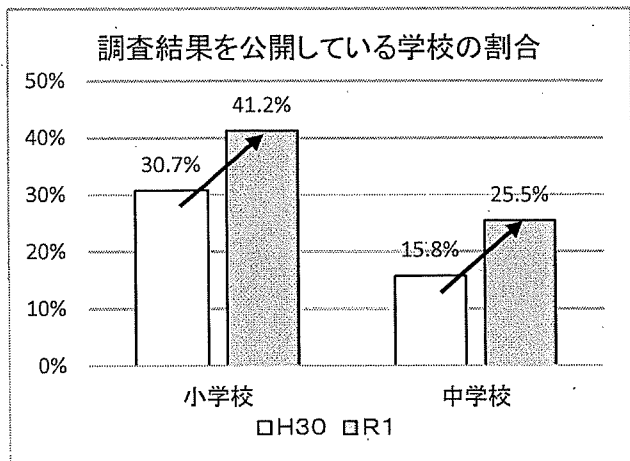
さらに、学校質問紙の「保健体育の授業で努力を要する生徒がいる場合に、どのような取組をしていますか（複数回答可）」において、5個以上の取組を行っているとは回答しています。

こうしたことから、「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」に「仲間とともに運動やスポーツの楽しさを学ぶ」学校の取組が優良事例として掲載されました。

〔川越中学校の取組内容〕

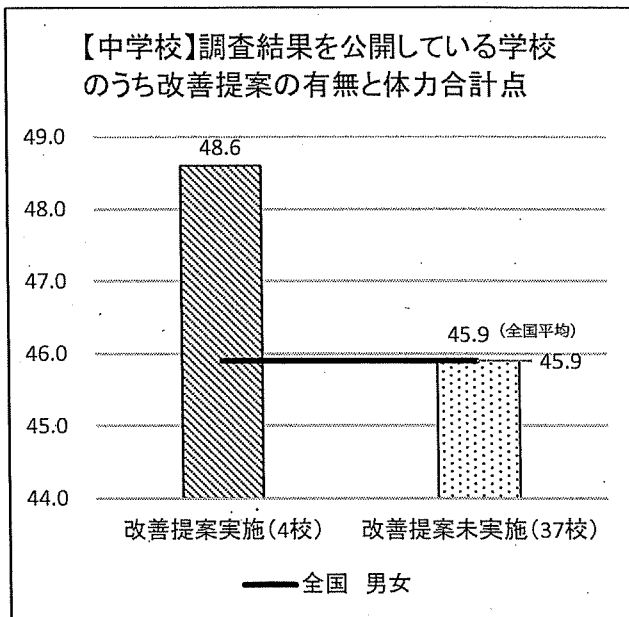
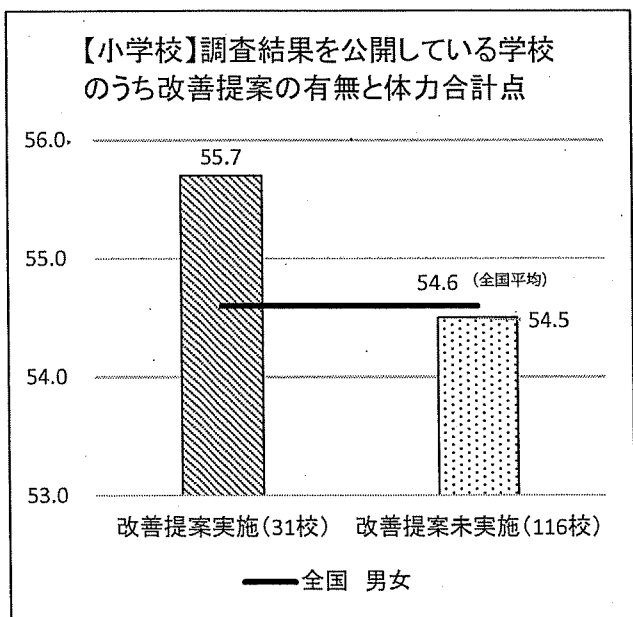
- グループ活動を通じた授業の工夫
  - ・男女混合や総合評価D Eの生徒を各グループに配置するなど一人一人の違いの理解や助け合う気持ちを育むことができるようにしている。
- 「学習カード」を活用した指導の工夫
  - ・単元の最初の授業では、オリエンテーションを行い、単元のねらい（身に付けたい力）や流れを示し、生徒が授業の見通しを持てるようにしている。
  - ・運動の特性や成り立ちなどの知識の学習を通して、領域ごとの運動の楽しさを理解できるようにしている。
  - ・運動の行い方を視覚化するとともに、各運動の一連の動きについて仲間とできばえや課題を理解できるようにする。
  - ・学習カードに記述している「生徒の気づき」をクラス全体に共有して、課題の発見・解決につなげている。
  - ・毎時間の授業の中で工夫したことや気づいたこと、課題などを振り返られるようにしている。
- 仲間との助け合いや話し合う活動の工夫
  - ・目当てを設定することで仲間と話し合う内容を明確にし、全ての生徒が意見を出しやすくさせている。
  - ・仲間と話し合いながら自分やチームの課題を発見し、解決につなげていく。
- 全ての生徒が安全・安心に楽しく取り組むことができるよう、自己の体力や技能に合った練習や場を選べる工夫

5 調査結果を公開している学校の割合と改善提案の有無による体力合計点の差



○ 調査結果を公開している学校の割合は、昨年度と比較して小学校で10.5ポイント（111校→147校 36校増加）、中学校で9.7ポイント（26校→41校 15校増加）上昇しています。

[体力合計点は男女平均]



○ 調査結果を公開している学校のうち、改善提案を行っている学校の体力合計点は、行っていない学校に比べ、小学校で1.2ポイント、中学校で2.7ポイント高く、いずれも全国平均を上回っています。

## 6 今後の対応方針

小学校、中学校の体力合計点において、昨年度の結果を上回ることができなかったものの、調査開始以降上昇傾向にあり、これまでの取組を継続しつつ、すべての児童生徒の運動習慣の定着や運動に対する意識などを高める取組を進めていく必要があります。

### (1) 1学校1運動の質的向上

- 市町教育委員会の担当者、各小中学校の担当者を対象に元気アップブロック別協議会を開催し、本県の調査結果の傾向を共有するとともに、各学校が体力合計点の向上に効果のある1学校1運動（走運動）を取り入れていくよう助言していきます。
- 市町教育委員会と連携し、指導主事が学校訪問を行い、各学校の成果や子どもたちの様子、地域等の現状を把握し、授業改善及び1学校1運動、家庭・地域との連携等について指導・助言を行っていきます。
- 運動時間の確保に向けては、各学校で元気アップシートを活用して体力向上に向けた目標設定をし、休み時間や放課後の時間を使って1学校1運動の取組を進めています。本年度、小学校・中学校ともに総合評価D Eの児童生徒の割合が増加していることから、その割合が減少している学校の1学校1運動の好事例を具体的に紹介します。

### (2) 運動やスポーツを楽しみと感じる授業の質的向上

- 総合評価がD Eの児童生徒を含めて、全ての児童生徒が運動の楽しさを味わい、自発的な運動やスポーツの実践につながるよう、教員対象の研修会を開催し、各学校における授業改善に向けて支援します。
- 研修会において、体育・保健体育の授業における課題を共有し、めあて・振り返りを行うなど、授業改善を進めるとともに学習活動を通じて児童生徒が達成感や満足感を高め、子どもたちの自己肯定感を育んでいきます。
- 就学前の子どもたちの生活の中に運動が入り込んでいけるよう、保育士や幼稚園教諭等を対象とした研修会を開催し、子どもたちの体を動かす遊びの充実につなげていきます。

### (3) 部活動、家庭や地域の連携について

- 学校における部活動の運営にあたっては、三重県部活動ガイドラインに基づき、短時間で効率的、効果的な取組を進めるため、運動部活動指導者を対象とした研修会を開催し、指導者の指導力向上を図っていきます。さらに、子どもたちの技術向上を図ることで子どもたちに運動・スポーツをする楽しさを伝えられるようにしていきます。
- 体力向上にあたっては、学校の取組だけでなく、家庭や地域との連携が必要なことから、調査結果の公開にあたって、結果とともに、改善提案を加えて公開するよう指導・助言します。