

令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

高松市教育委員会保健体育課

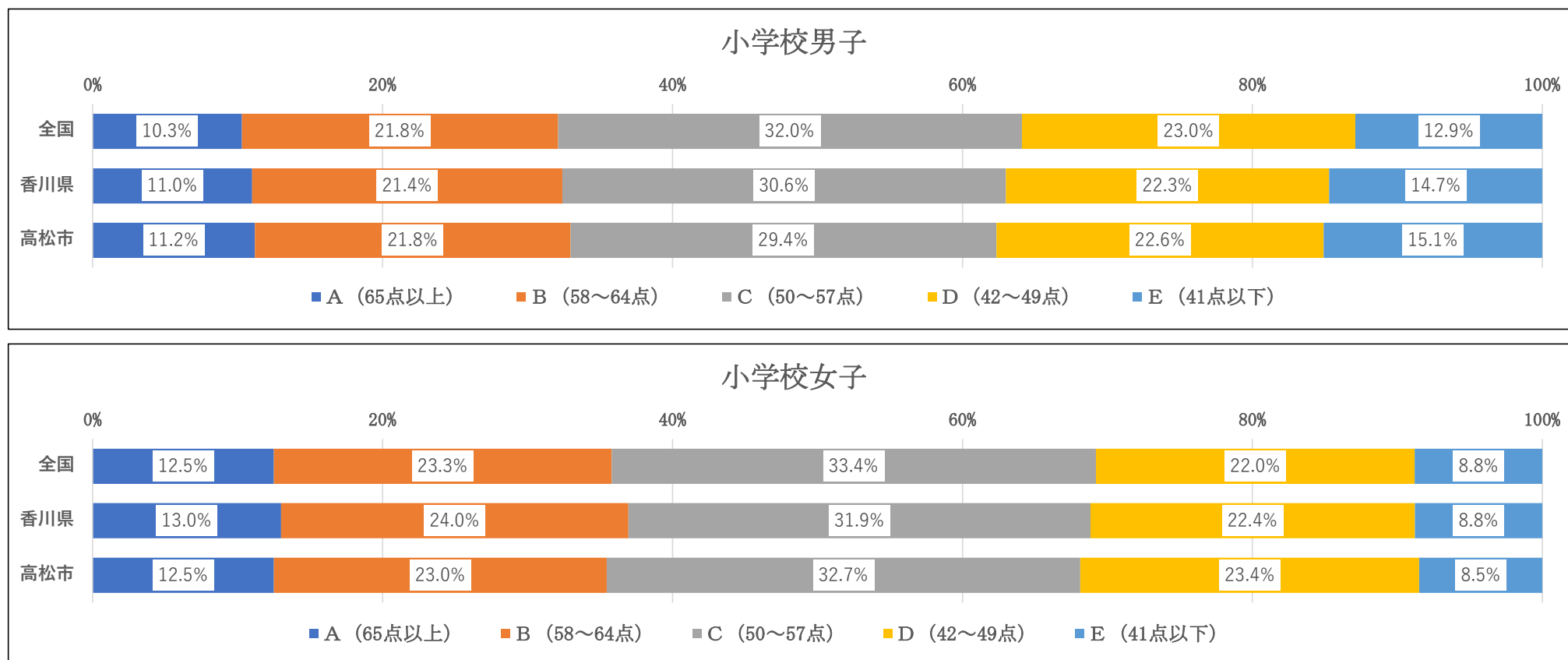
1 調査の概要

(1) 概要

	項 目	
1	調査の目的	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、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、 <u>子ども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</u> する。また、 <u>各学校における体育・健康に関する指導の改善に役立てる。</u>
2	調査対象者 (5/1現在)	高松市立 <u>小学校第5学年・中学校第2学年</u> について、原則として <u>全児童生徒を対象とする全数調査</u> 小学校第5学年（対象校数49校 児童数 3,684名 男子 1,862名 女子 1,822名） 中学校第2学年（対象校数24校 生徒数 3,417名 男子 1,782名 女子 1,635名）
3	調査内容 ※オンライン 方式で実施	(1) 児童生徒に対する調査 ① <u>実技に関する調査</u> （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、小：ソフトボール投げ、中：ハンドボール投げ ② <u>質問紙調査（運動習慣、生活習慣等に関する調査）</u> (2) 学校に対する調査 ①質問紙調査（子どもの体力向上や運動習慣の確立に向けた学校の取組等に関する調査）
4	実施期間	令和6年4月～7月

2 調査結果について

(1) 実技に関する調査【小学校】「総合評価」



2 調査結果について

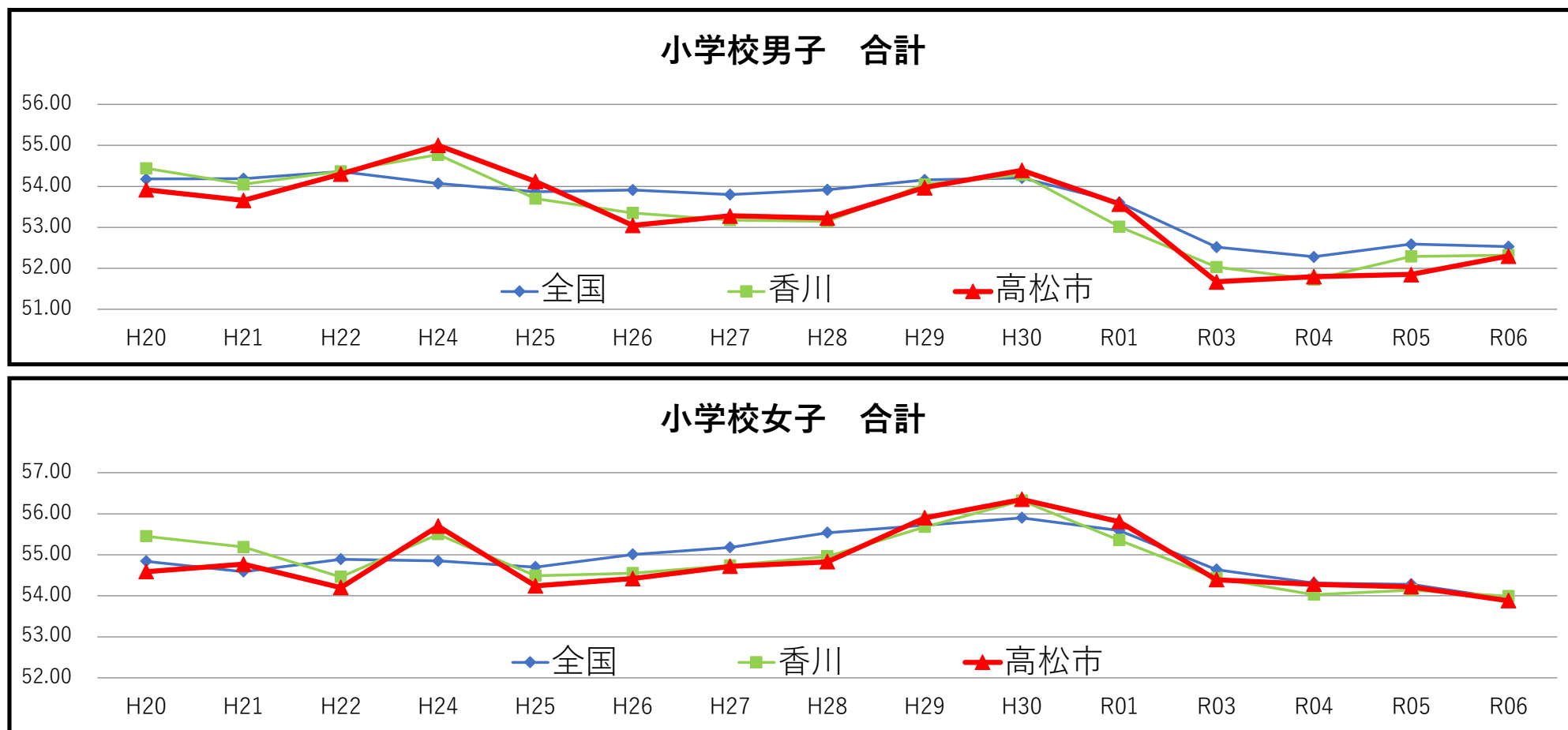
(1) 実技に関する調査【小学校】「各種目別結果」

小学校男子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R06	15.63	16.01	15.43		○	○
	R05	15.37	16.13	15.44			
上体起こし(回)	R06	19.47	19.19	19.34	○	○	○
	R05	19.09	19.00	19.02			
長座体前屈 (cm)	R06	32.84	33.79	32.65		○	
	R05	33.31	33.98	33.15			
反復横とび (点)	R06	40.75	40.66	41.23	○		○
	R05	40.48	40.60	41.17			
20mシャトルラン (回)	R06	46.39	46.90	47.35			○
	R05	45.20	46.92	46.88			
50m走 (秒)	R06	9.45	9.50	9.45	○		○
	R05	9.51	9.48	9.46			
立ち幅とび (cm)	R06	151.93	150.42	150.70	○	○	○
	R05	151.23	151.13	151.37			
ソフトボール投げ(m)	R06	20.68	20.75	20.82			○
	R05	20.27	20.52	20.73			
合計点(点)	R06	52.30	52.53	52.32			○
	R05	51.85	52.59	52.29			

小学校女子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R06	15.52	15.77	15.36		○	○
	R05	15.46	16.01	15.37			
上体起こし(回)	R06	18.28	18.16	18.16	○	○	
	R05	18.36	18.05	17.91			
長座体前屈 (cm)	R06	37.53	38.19	37.43		○	
	R05	38.18	38.45	37.78			
反復横とび (点)	R06	38.40	38.70	39.00			
	R05	38.80	38.73	39.18			
20mシャトルラン (回)	R06	36.39	36.59	37.82			
	R05	36.41	36.80	37.22			
50m走 (秒)	R06	9.72	9.77	9.73	○	○	
	R05	9.65	9.71	9.66			
立ち幅とび (cm)	R06	144.32	143.13	143.11	○	○	
	R05	144.96	144.29	143.82			
ソフトボール投げ(m)	R06	13.65	13.15	13.63	○	○	○
	R05	13.63	13.22	13.73			
合計点(点)	R06	53.88	53.92	53.99			
	R05	54.22	54.28	54.14			

2 調査結果について

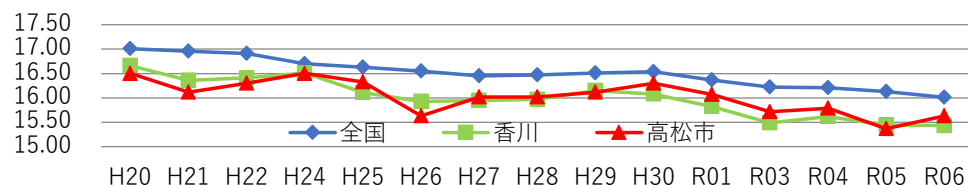
(1) 実技に関する調査【小学校】「経年変化（合計点）」



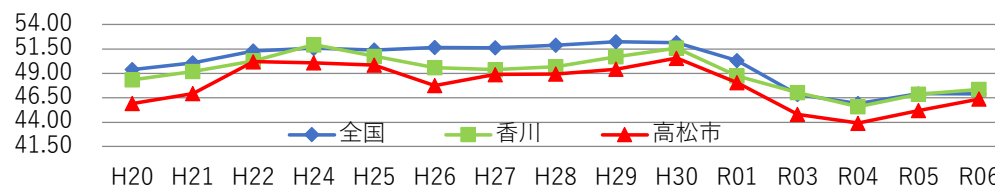
2 調査結果について

(1) 実技に関する調査【小学校】「経年変化（各種目）」

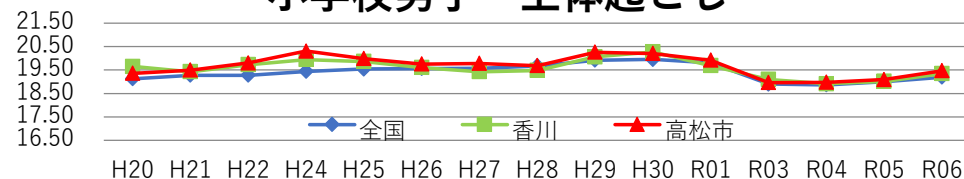
小学校男子 握力



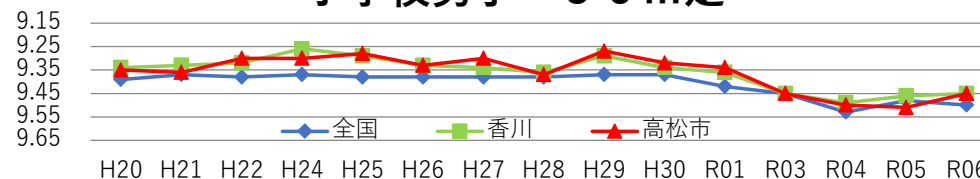
小学校男子 20mシャトルラン



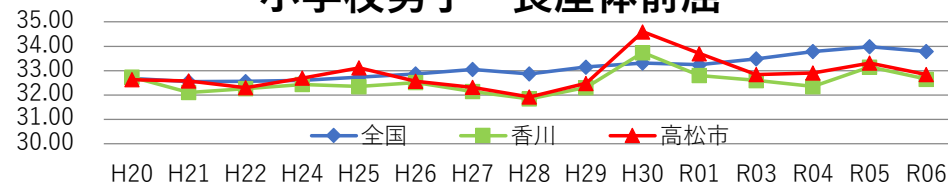
小学校男子 上体起こし



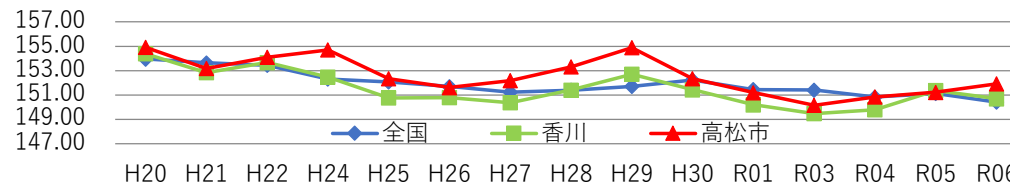
小学校男子 50m走



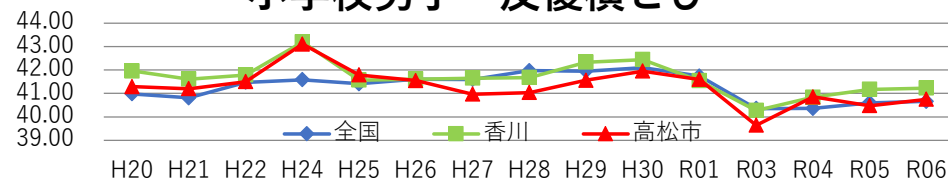
小学校男子 長座体前屈



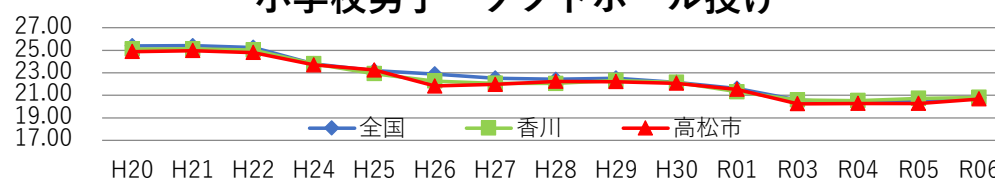
小学校男子 立ち幅とび



小学校男子 反復横とび



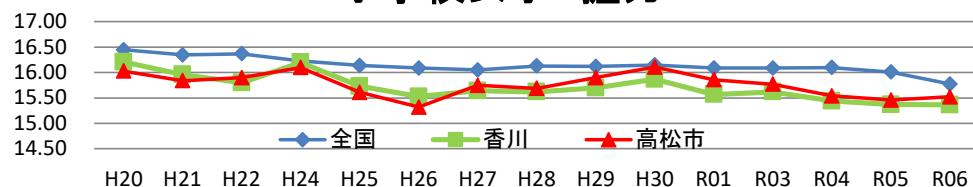
小学校男子 ソフトボール投げ



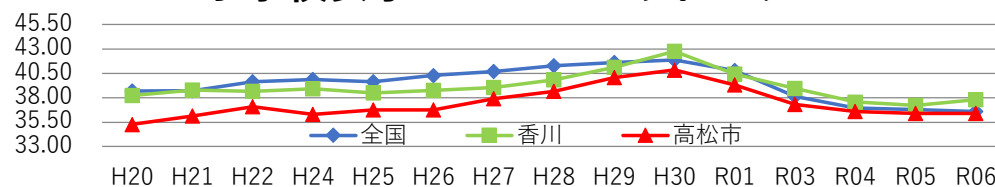
2 調査結果について

(1) 実技に関する調査【小学校】「経年変化（各種目）」

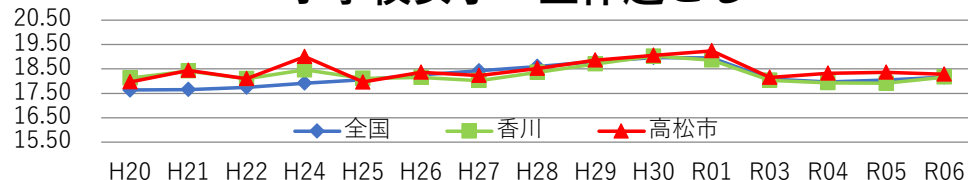
小学校女子 握力



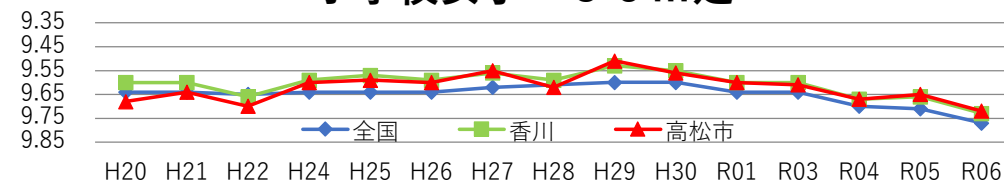
小学校女子 20mシャトルラン



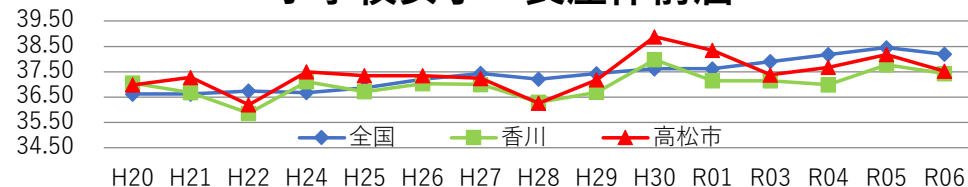
小学校女子 上体起こし



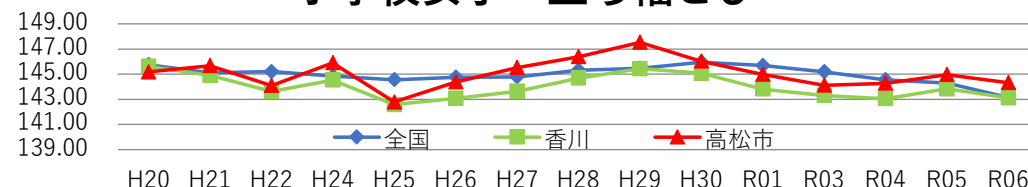
小学校女子 50m走



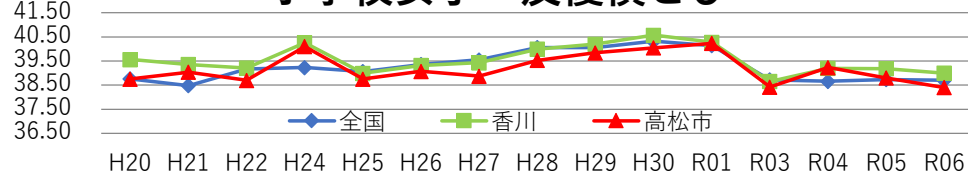
小学校女子 長座体前屈



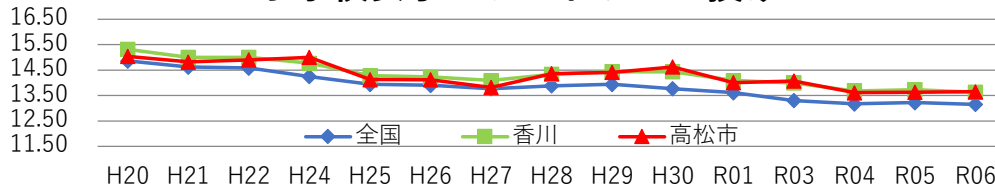
小学校女子 立ち幅とび



小学校女子 反復横とび

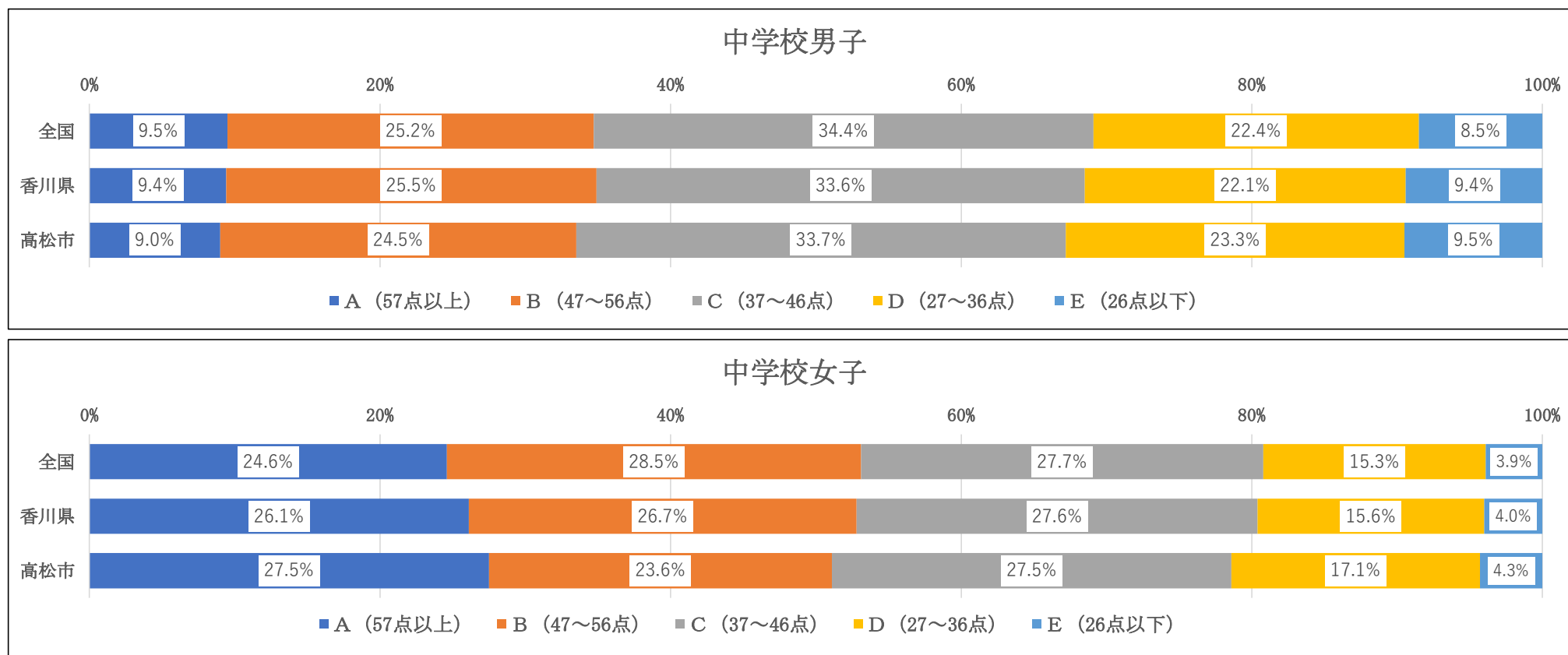


小学校女子 ソフトボール投げ



2 調査結果について

(2) 実技に関する調査【中学校】「総合評価」



2 調査結果について

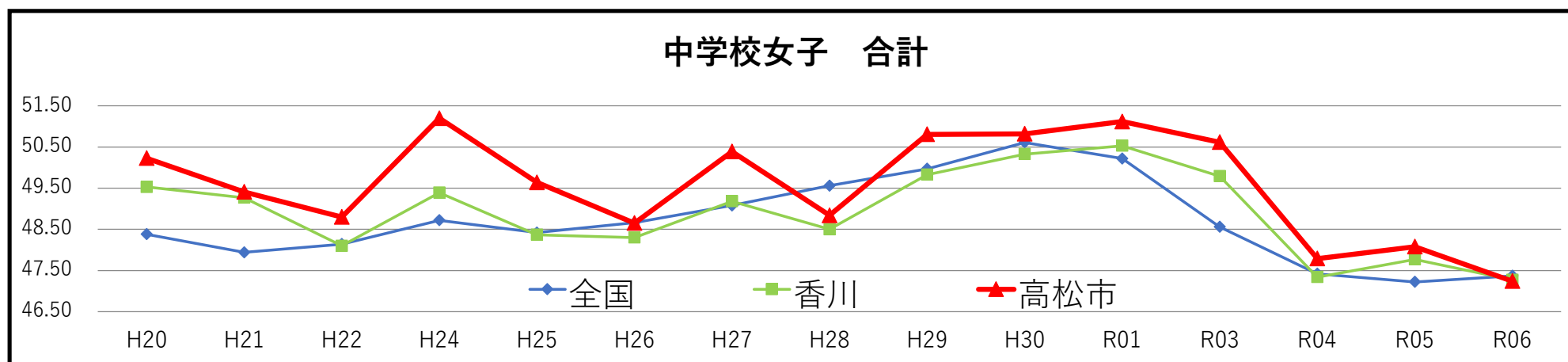
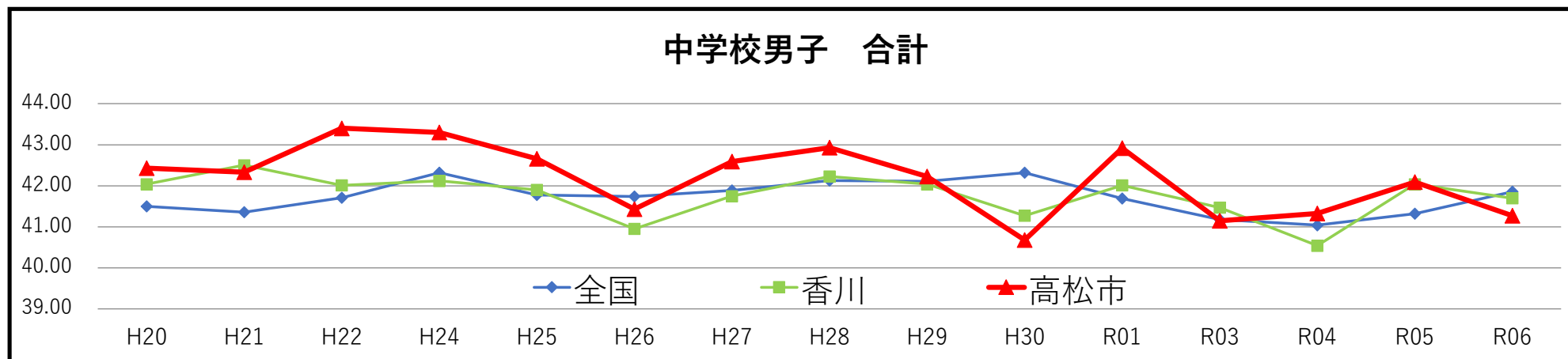
(2) 実技に関する調査【中学校】「各種目別結果」

中学校男子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R06	28.46	28.95	28.76			
	R05	29.11	29.02	28.98			
上体起こし(回)	R06	25.29	25.94	25.34			
	R05	25.71	25.82	25.43			
長座体前屈 (cm)	R06	42.89	44.47	44.29			
	R05	44.34	44.16	44.19			
反復横とび (点)	R06	51.88	51.51	51.88	○		
	R05	51.95	51.22	52.14			
20mシャトルラン (回)	R06	77.93	78.98	78.31			
	R05	79.27	78.07	79.41			
50m走 (秒)	R06	8.03	7.99	8.00			
	R05	7.96	8.01	7.93			
立ち幅とび (cm)	R06	197.16	197.18	197.69			
	R05	199.68	197.02	199.45			
ハンドボール投げ(m)	R06	20.93	20.57	20.48	○	○	○
	R05	20.86	20.40	20.55			
合計点(点)	R06	41.27	41.86	41.70			
	R05	42.09	41.32	42.04			

中学校女子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R06	23.22	23.18	23.26	○		
	R05	23.40	23.15	23.14			
上体起こし(回)	R06	20.65	21.56	20.65			
	R05	21.54	21.62	21.24			
長座体前屈 (cm)	R06	45.44	46.47	46.21			
	R05	46.43	46.27	46.31			
反復横とび (点)	R06	45.95	45.65	45.65	○	○	
	R05	46.17	45.65	46.34			
20mシャトルラン (回)	R06	50.54	50.67	50.94			
	R05	51.97	50.70	51.70			
50m走 (秒)	R06	9.02	8.96	8.99			
	R05	8.94	8.95	8.92			
立ち幅とび (cm)	R06	168.02	166.32	167.91	○	○	
	R05	170.59	166.34	169.03			
ハンドボール投げ(m)	R06	12.75	12.40	12.49	○	○	
	R05	12.79	12.43	12.48			
合計点(点)	R06	47.24	47.37	47.27			
	R05	48.08	47.22	47.77			

2 調査結果について

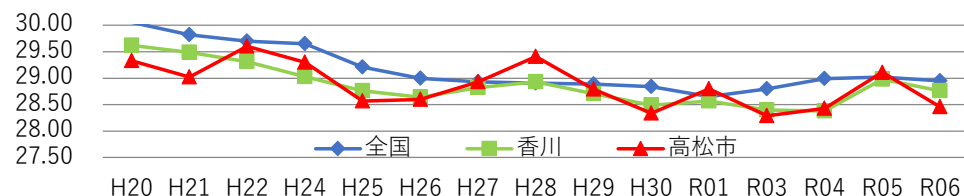
(2) 実技に関する調査【中学校】「経年変化（合計点）」



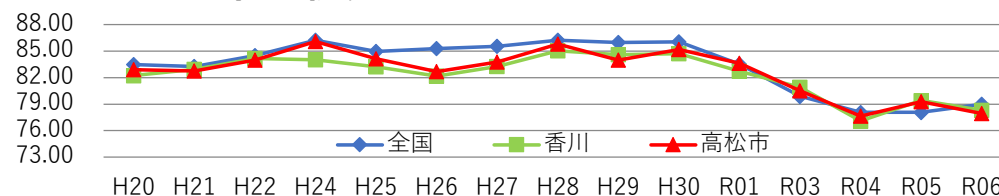
2 調査結果について

(2) 実技に関する調査【中学校】「経年変化（各種目）」

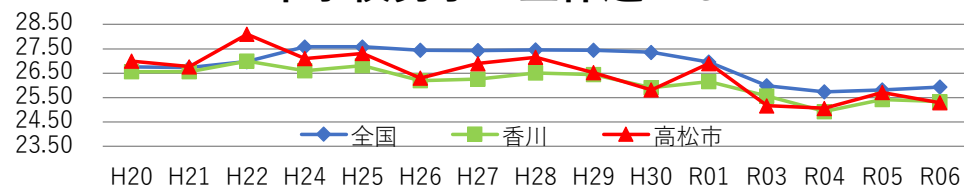
中学校男子 握力



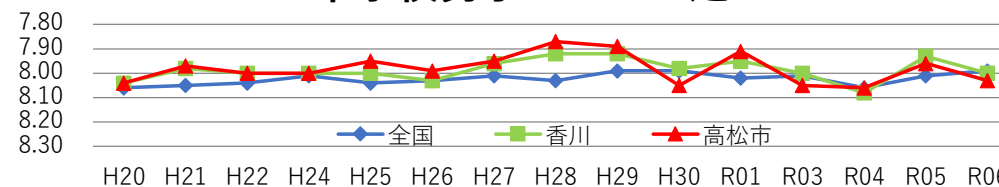
中学校男子 20mシャトルラン



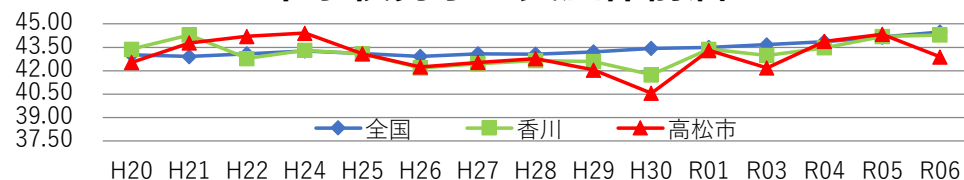
中学校男子 上体起こし



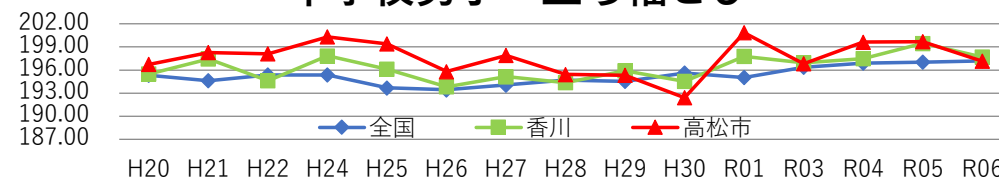
中学校男子 50m走



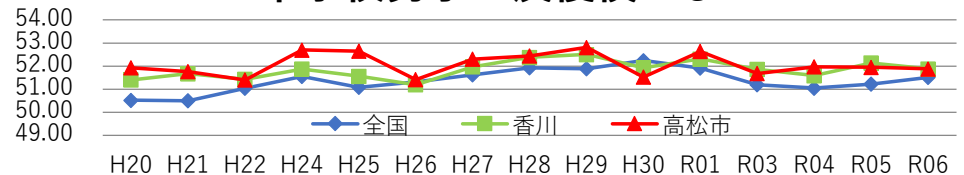
中学校男子 長座体前屈



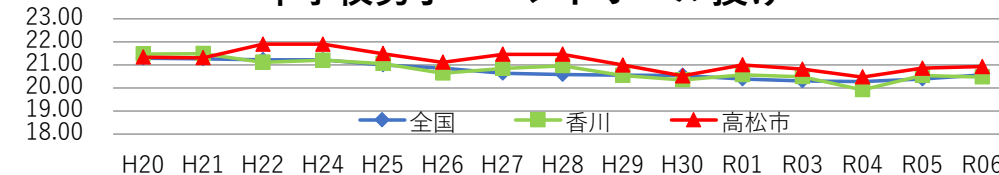
中学校男子 立ち幅とび



中学校男子 反復横とび



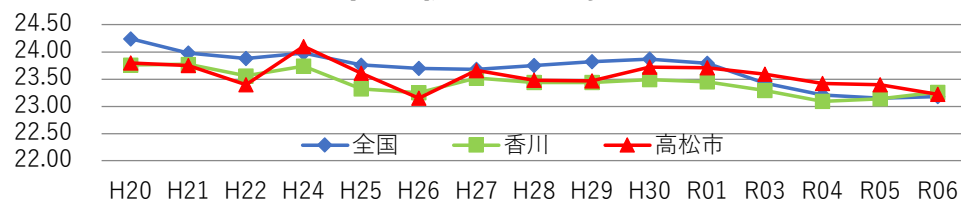
中学校男子 ハンドボール投げ



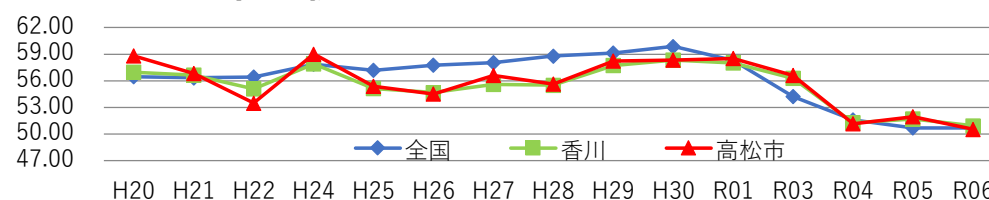
2 調査結果について

(2) 実技に関する調査【中学校】「経年変化（各種目）」

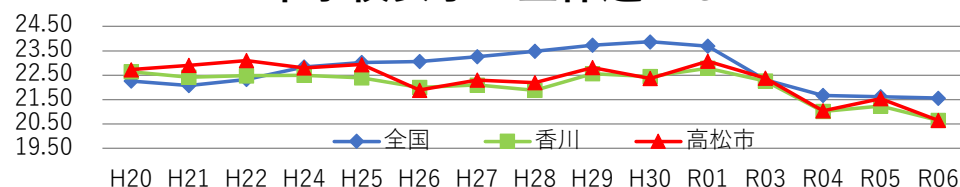
中学校女子 握力



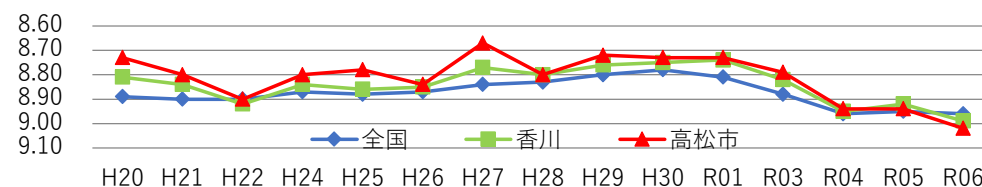
中学校女子 20mシャトルラン



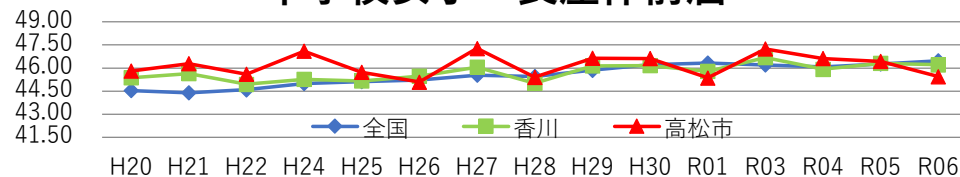
中学校女子 上体起こし



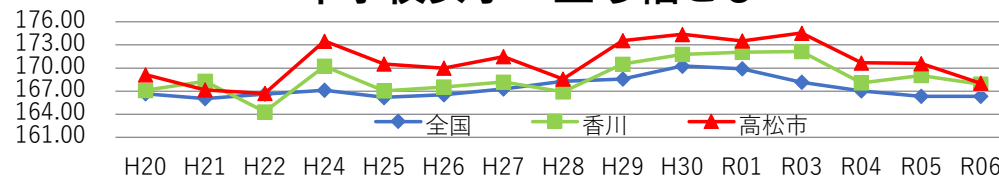
中学校女子 50m走



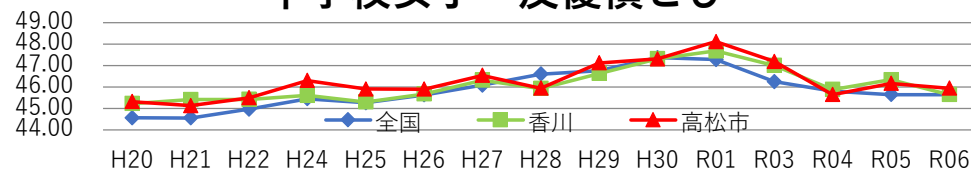
中学校女子 長座体前屈



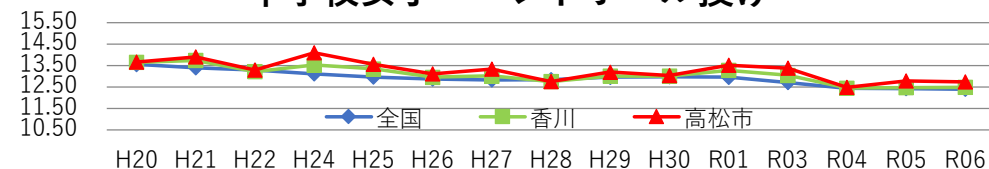
中学校女子 立ち幅とび



中学校女子 反復横とび



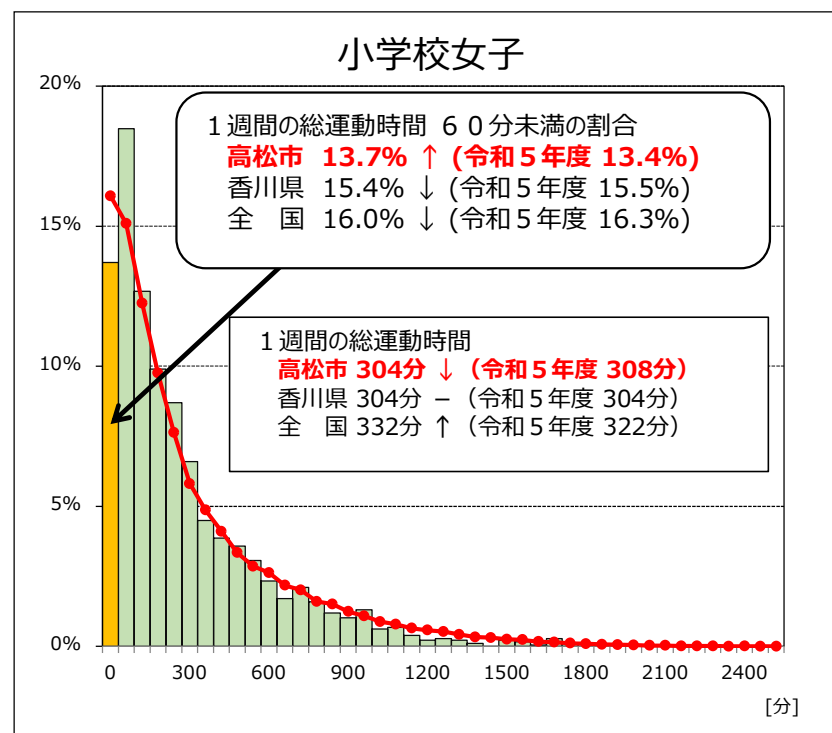
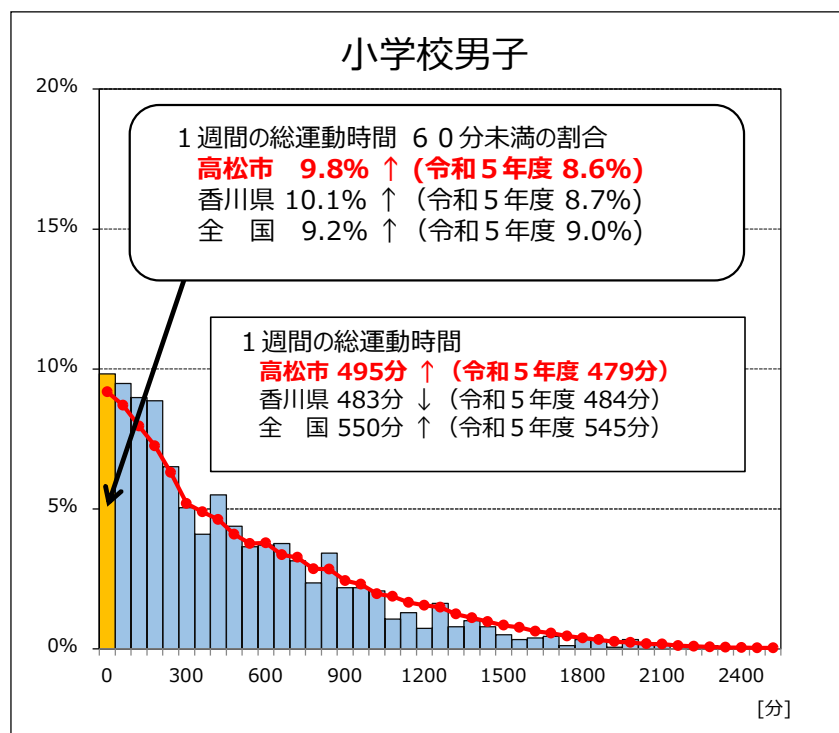
中学校女子 ハンドボール投げ



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「1週間の総運動時間の分布及び平均」



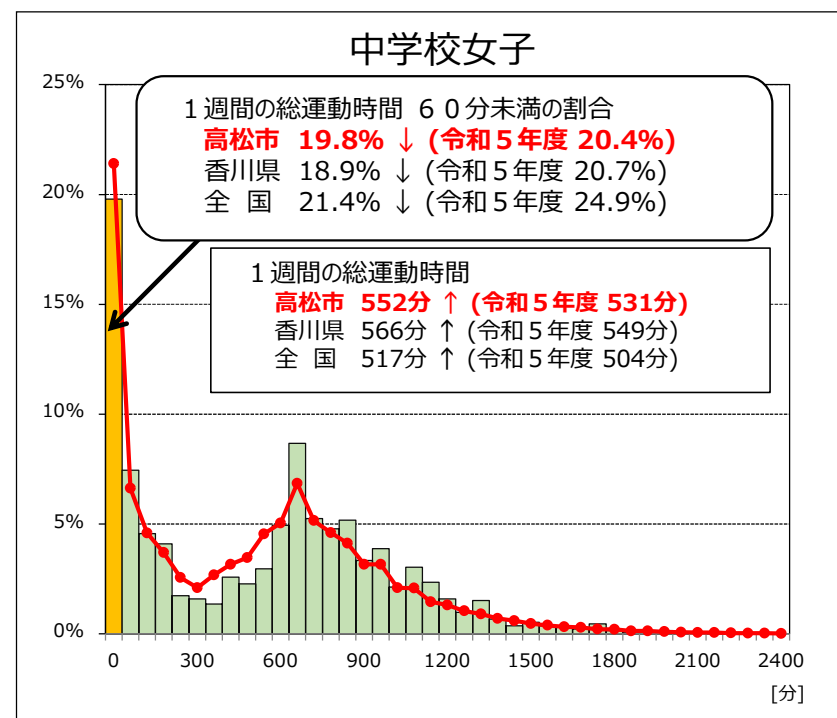
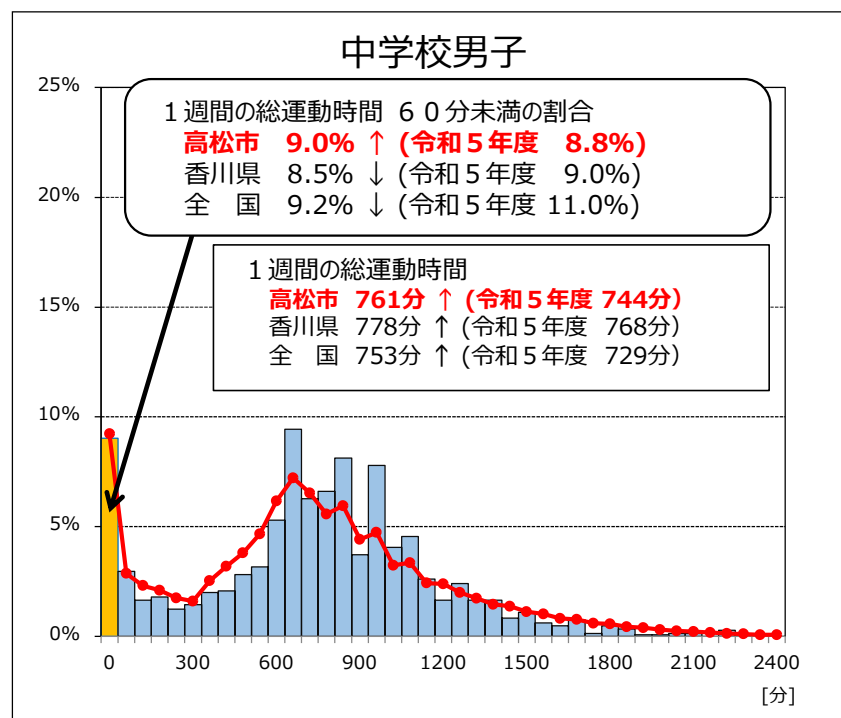
※ 1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。(0～59分、60～119分、120～179分……、)

※ 折れ線グラフは、全国の分布です

2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「1週間の総運動時間の分布及び平均」



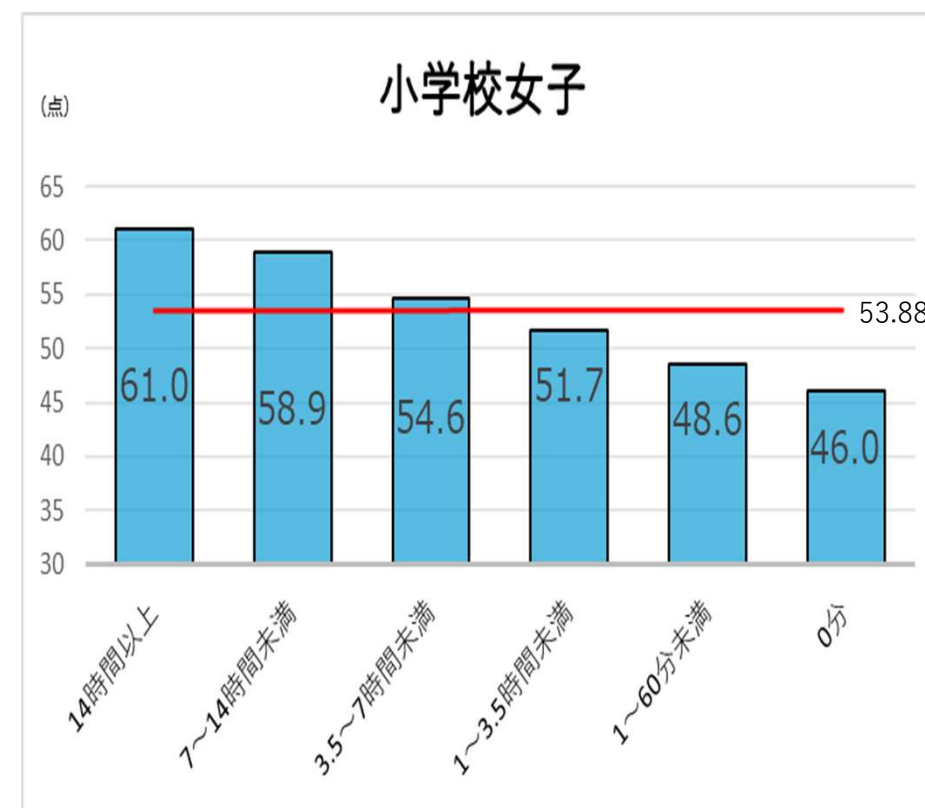
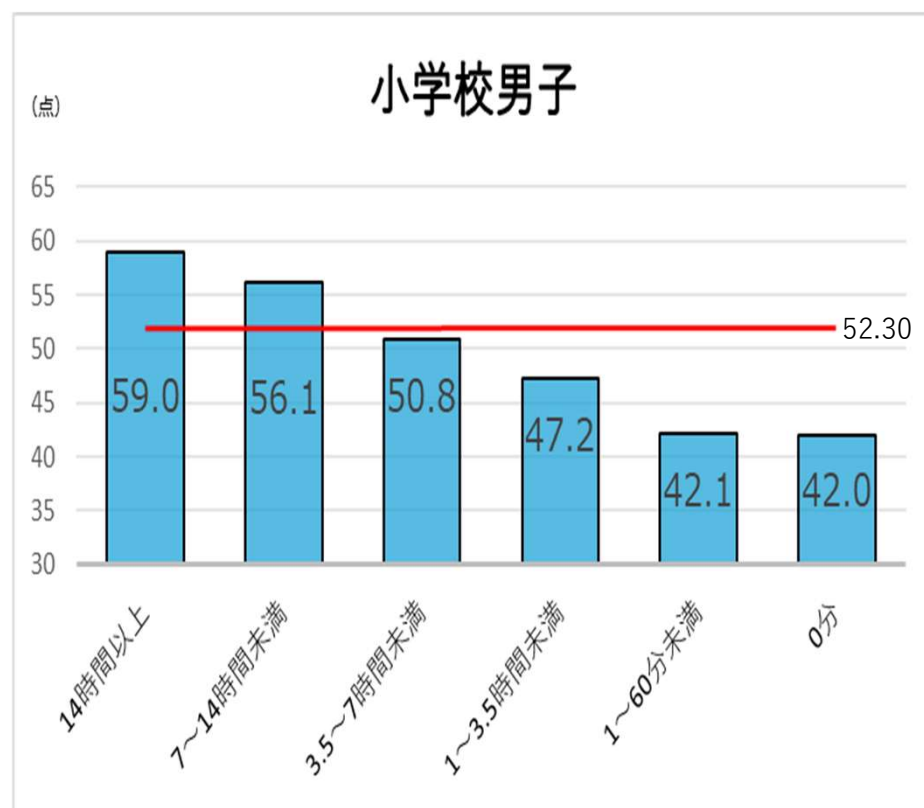
※ 1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。(0～59分、60～119分、120～179分……、)

※ 折れ線グラフは、全国の分布です

2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

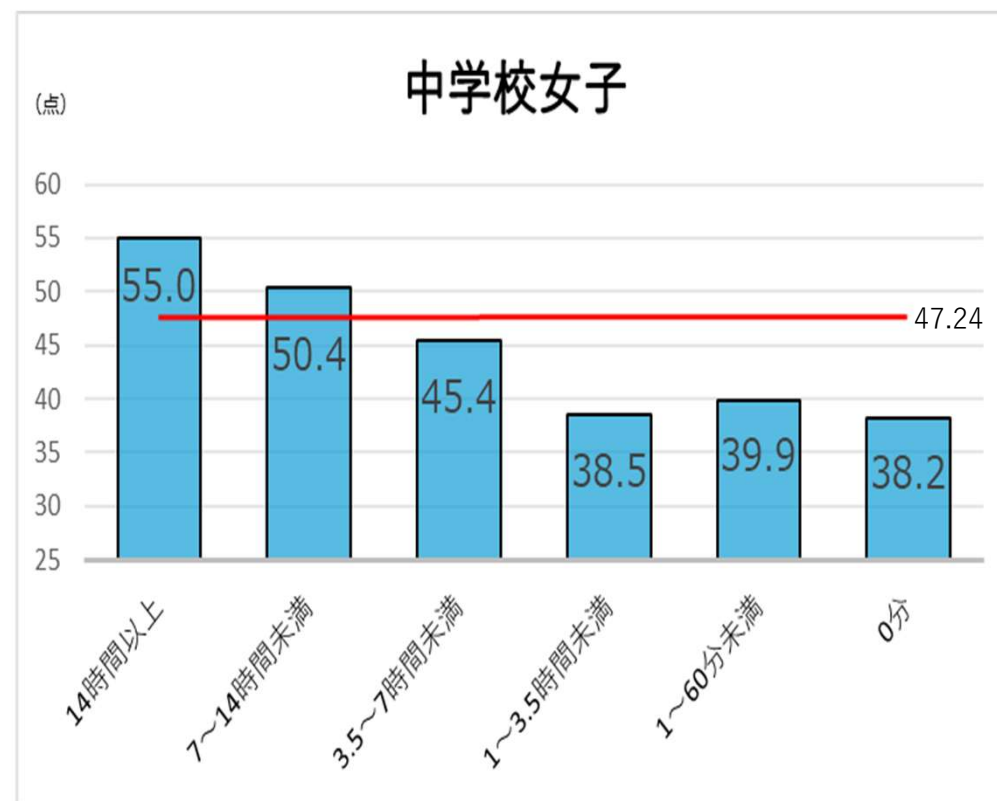
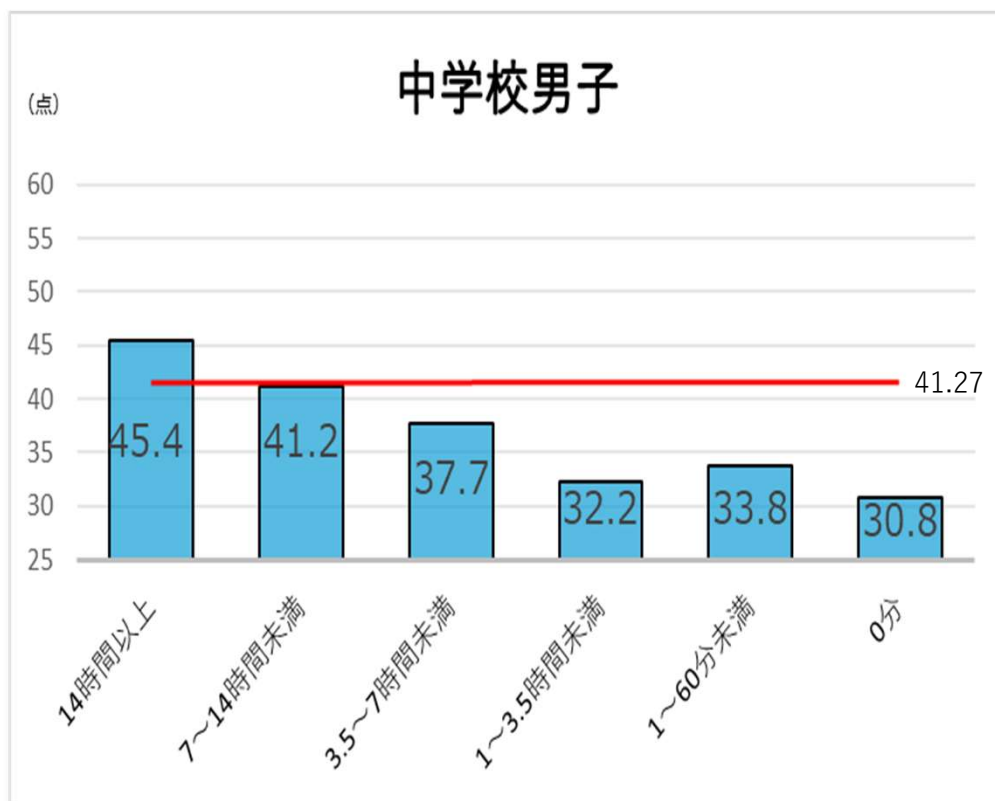
「1週間の総運動時間と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

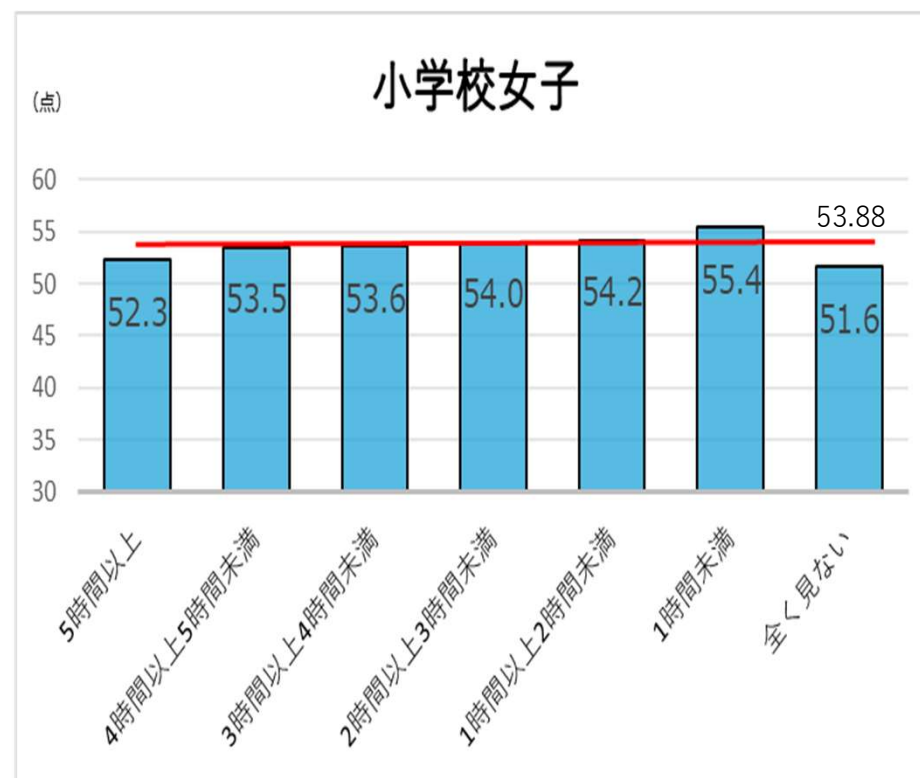
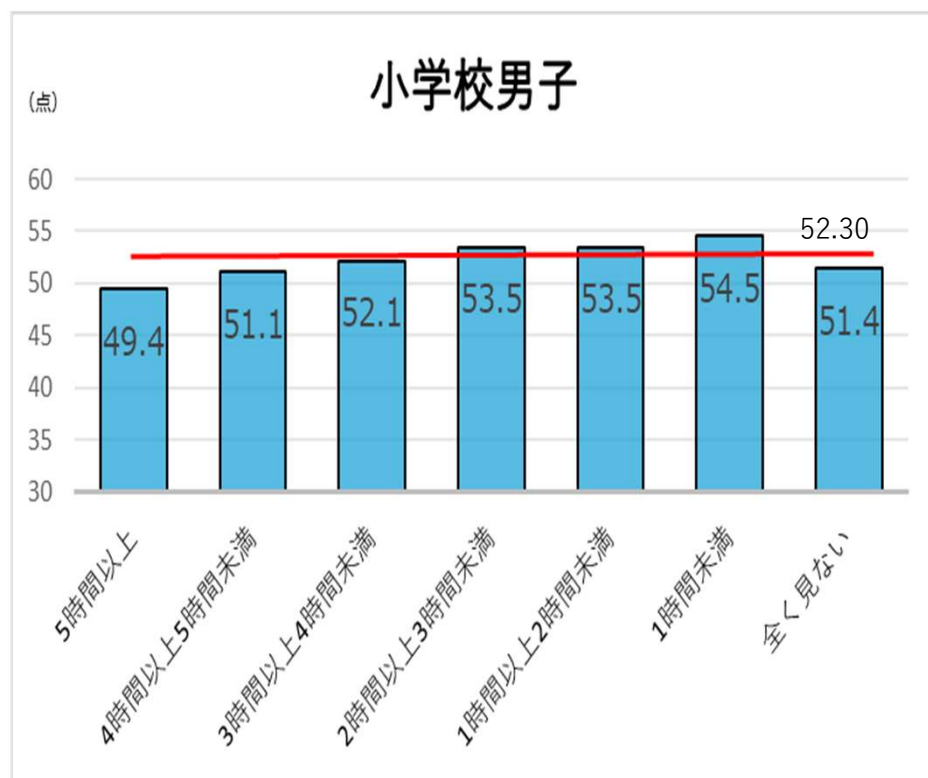
「1週間の総運動時間と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

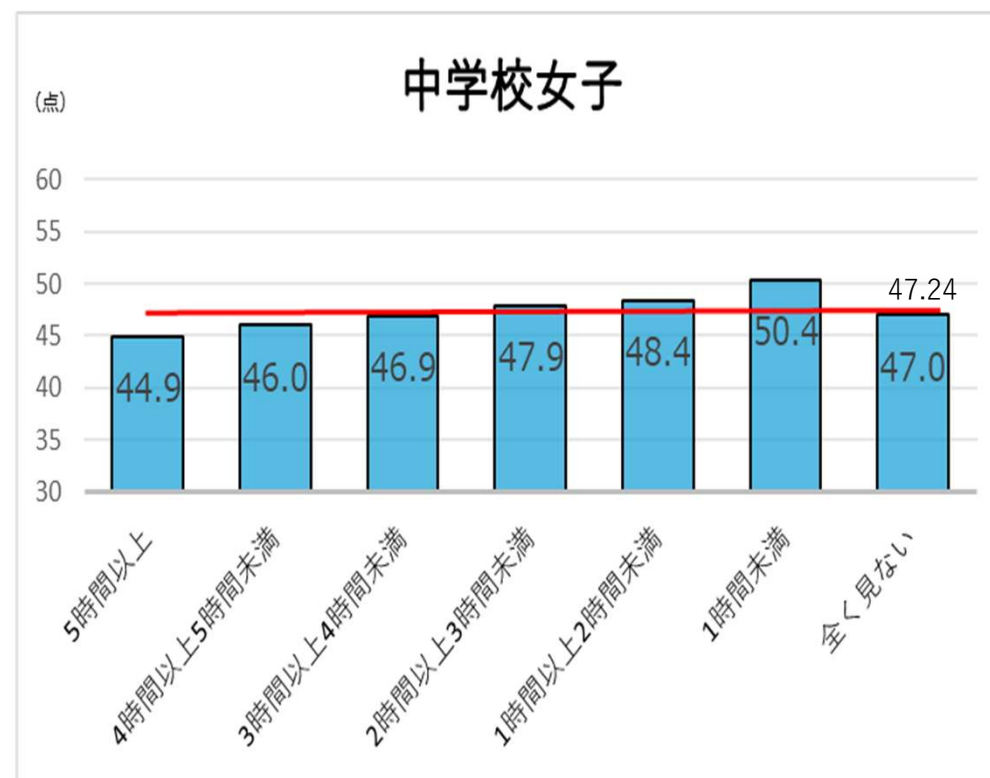
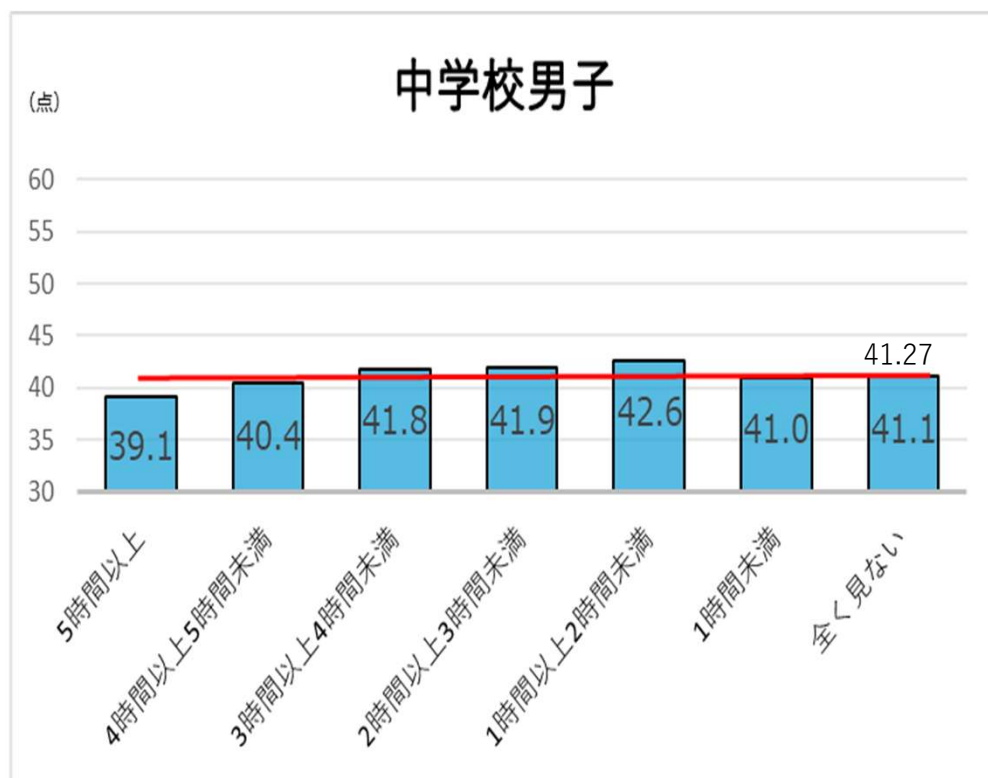
「平日の学習以外でのスクリーンタイム（テレビやDVD・ゲーム機・スマートフォン・パソコンなどの画面視聴時間）と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

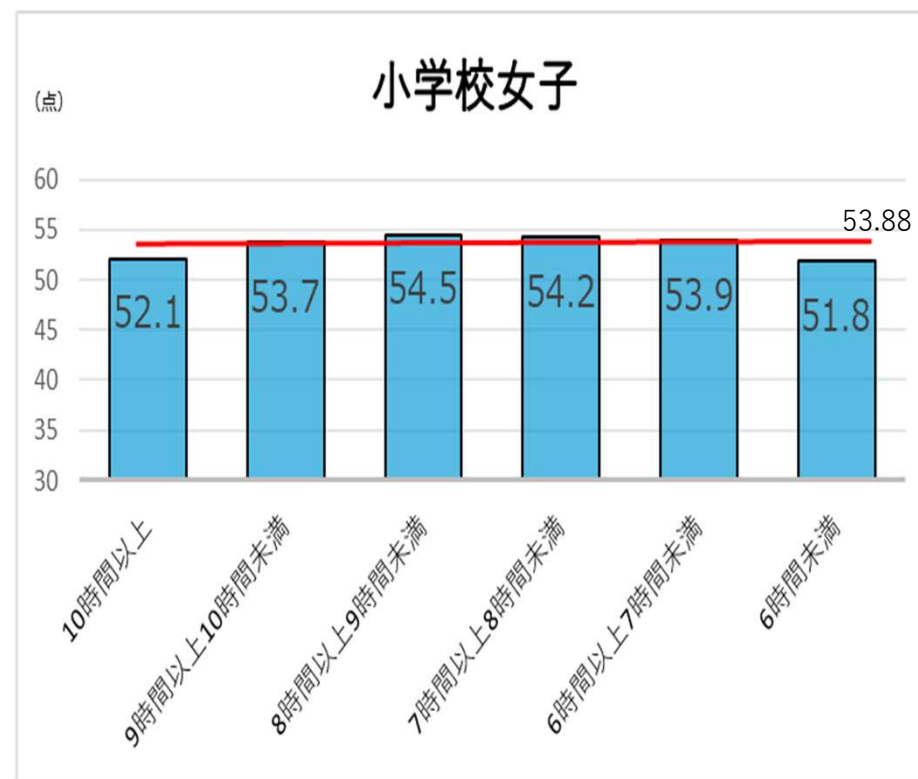
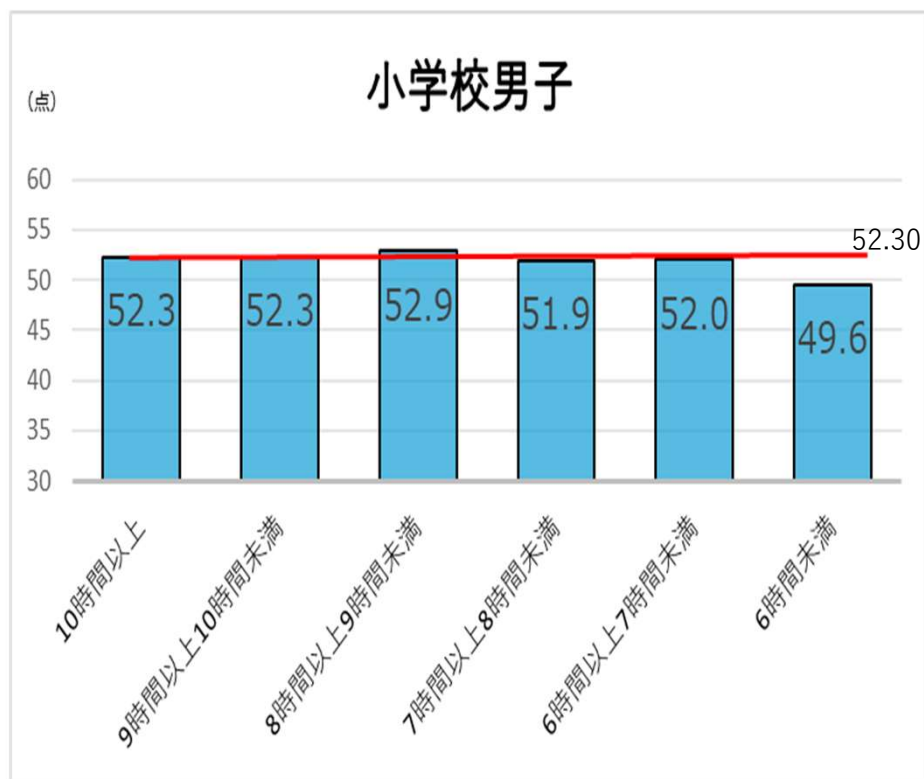
「平日の学習以外でのスクリーンタイム（テレビやDVD・ゲーム機・スマートフォン・パソコンなどの画面視聴時間）と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

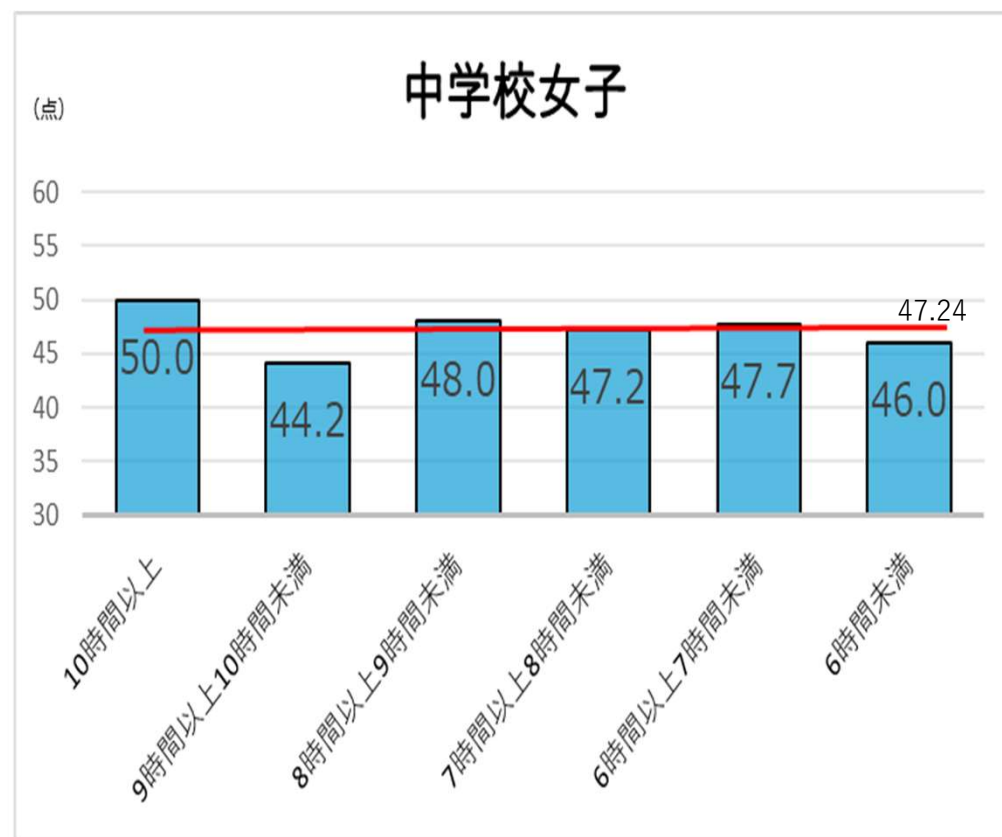
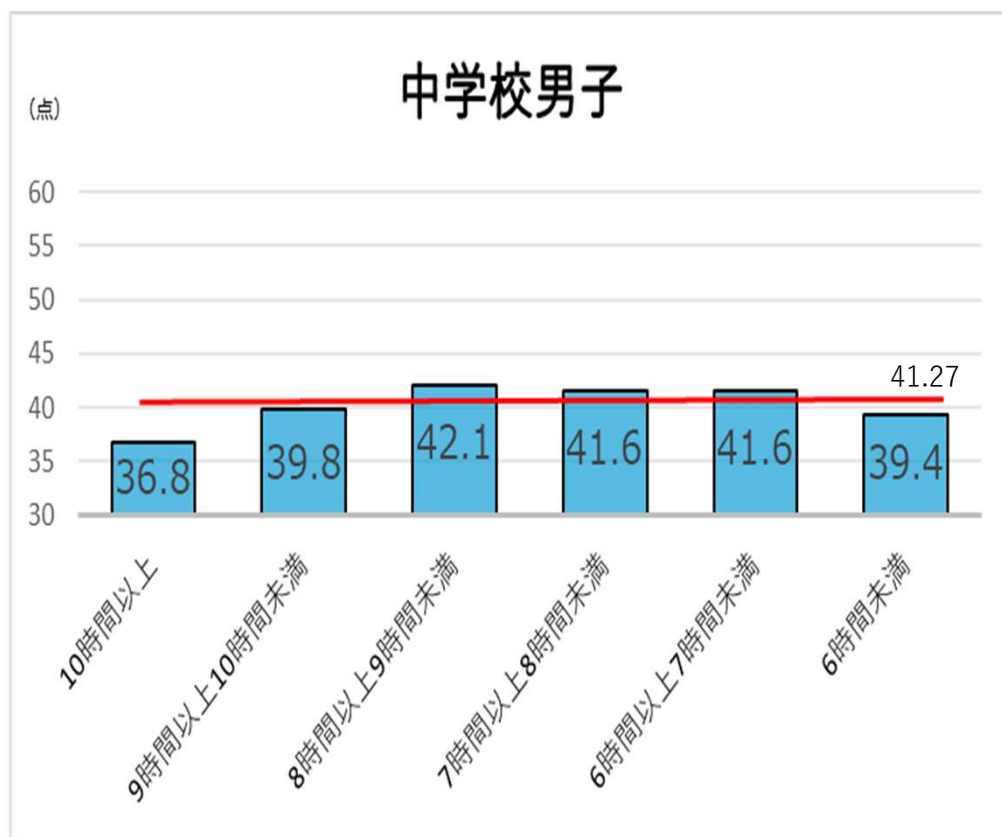
「1日の睡眠時間と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

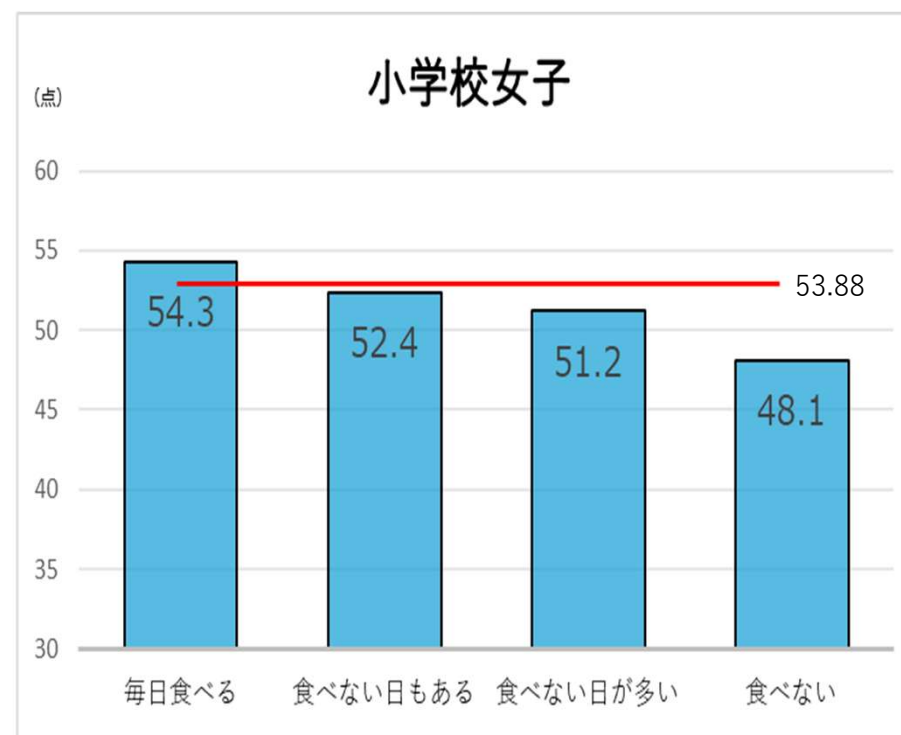
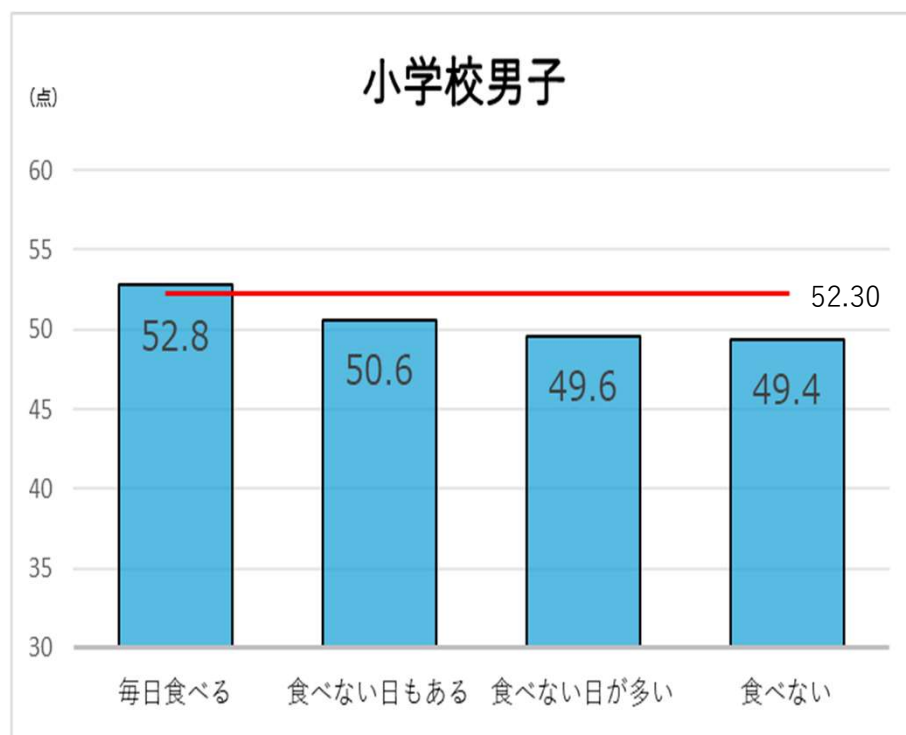
「1日の睡眠時間と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

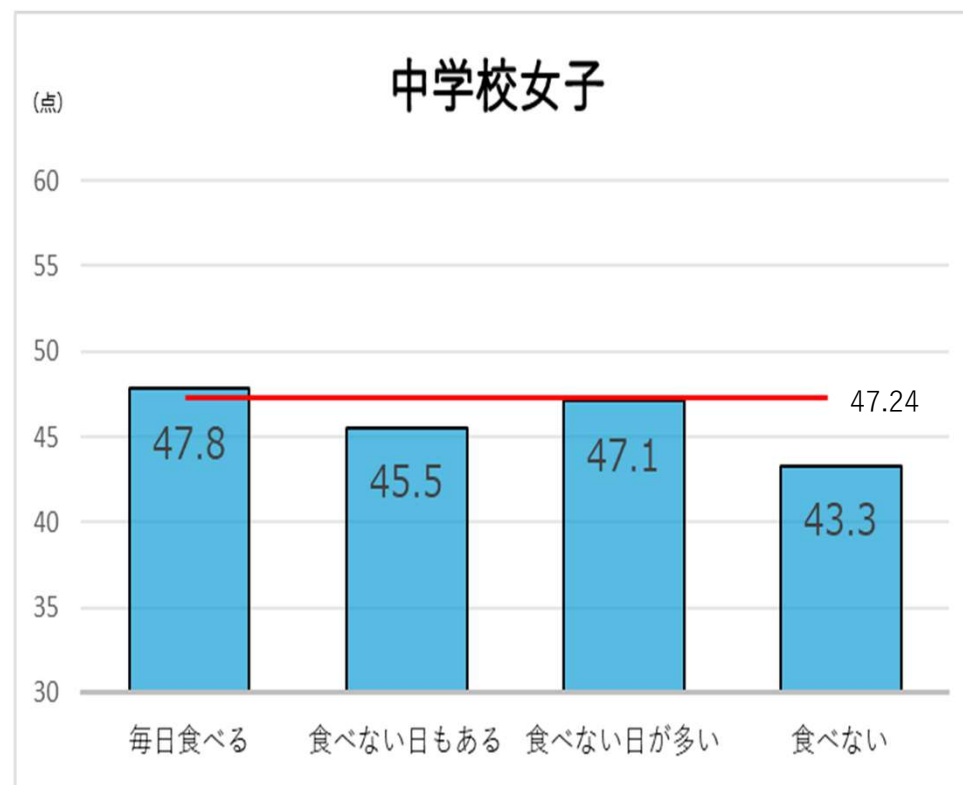
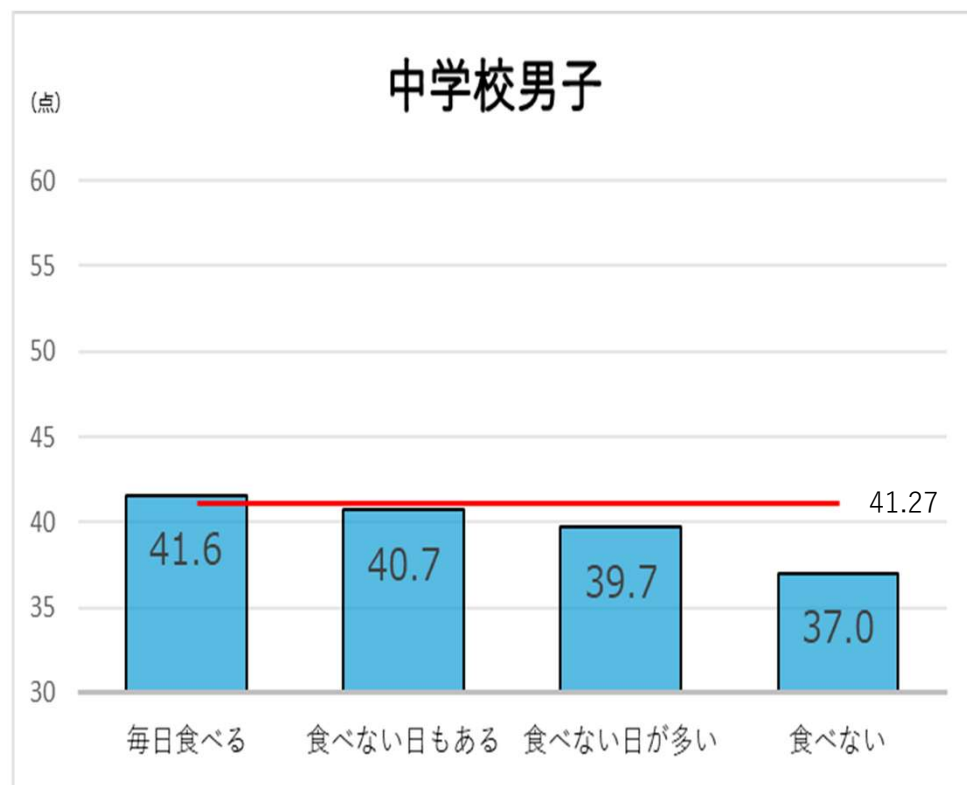
「朝食を食べる割合と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(3) 運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

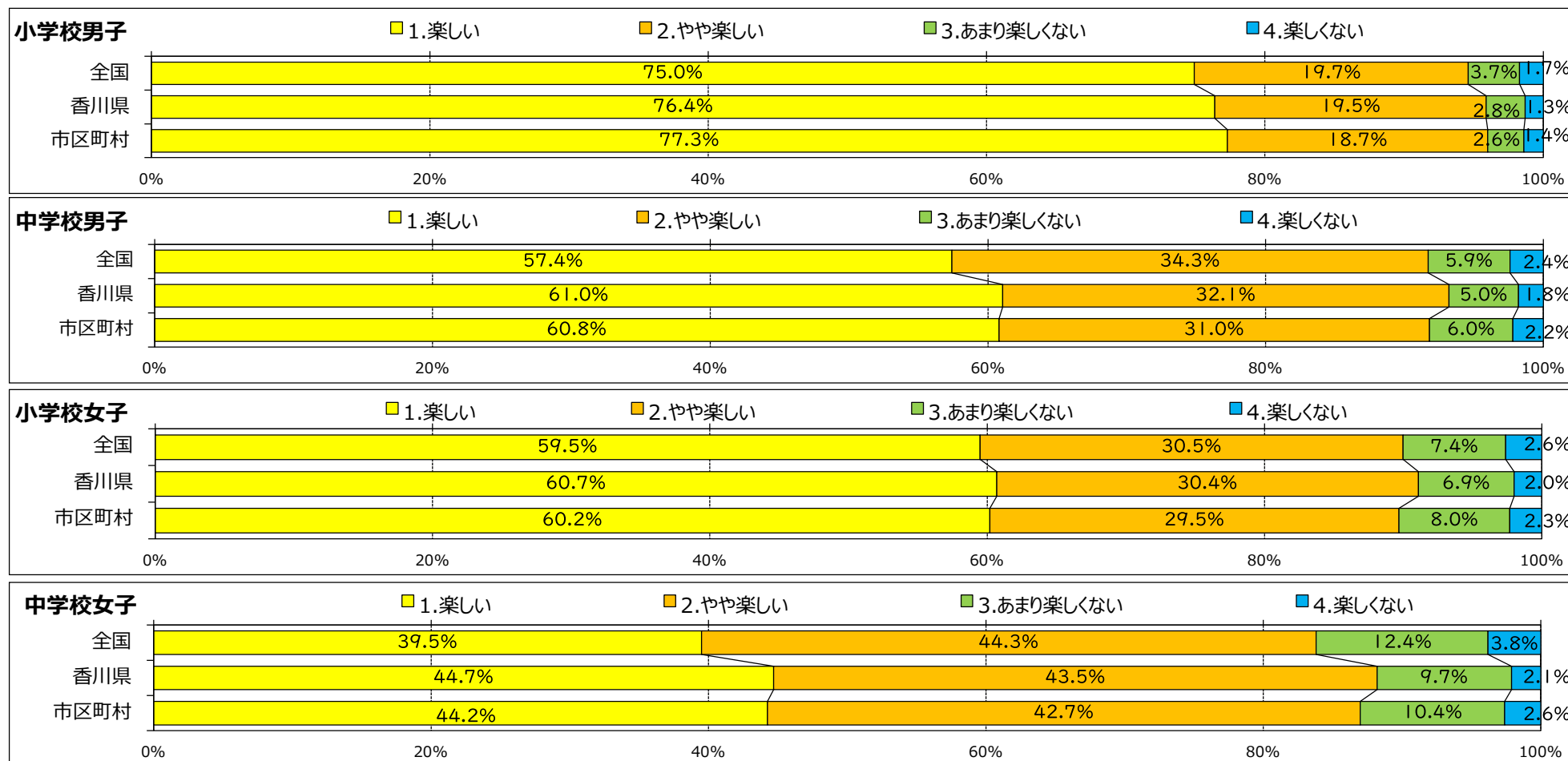
「朝食を食べる割合と体力合計点との関連」



2 調査結果について

(4) 授業等に関する質問紙調査

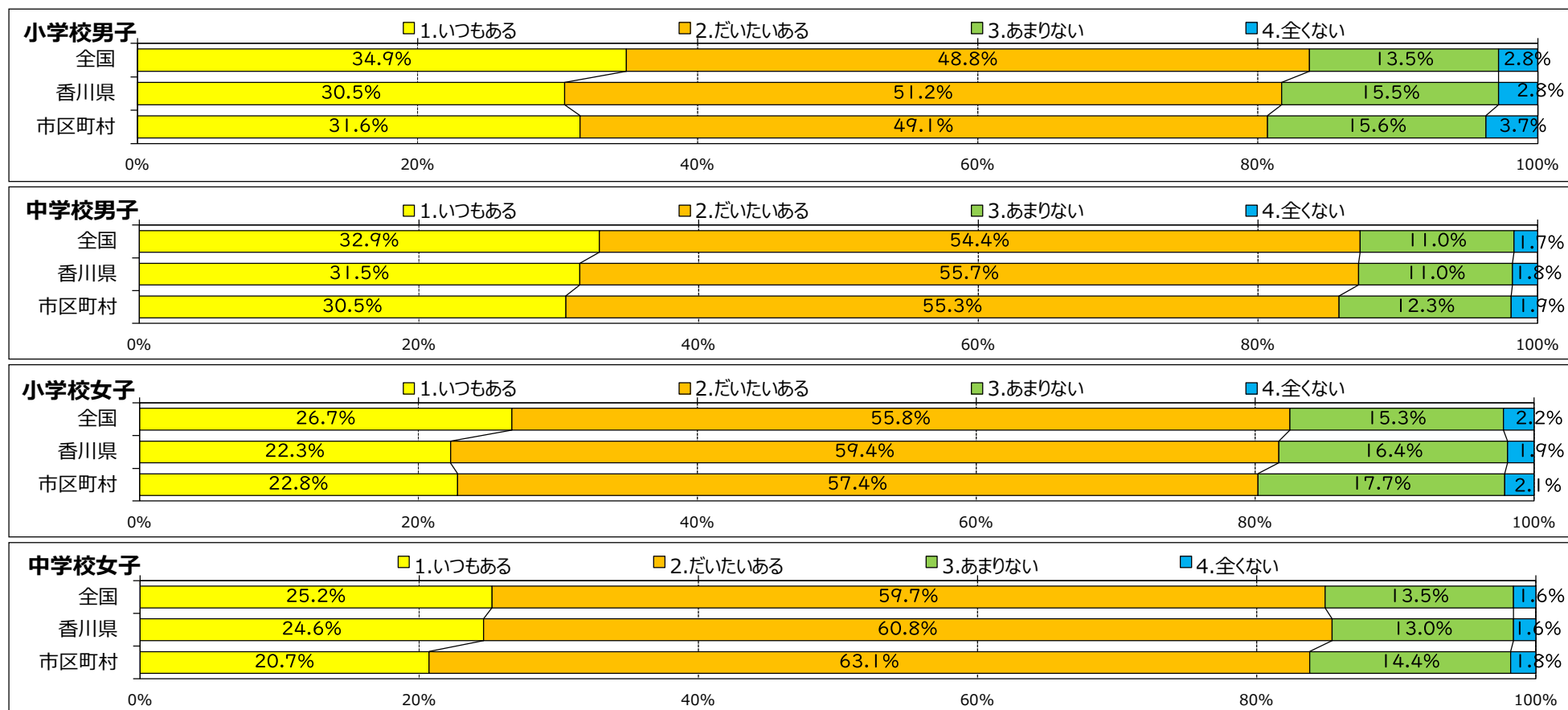
「体育（保健体育）の授業は楽しいですか。」



2 調査結果について

(4) 授業等に関する質問紙調査

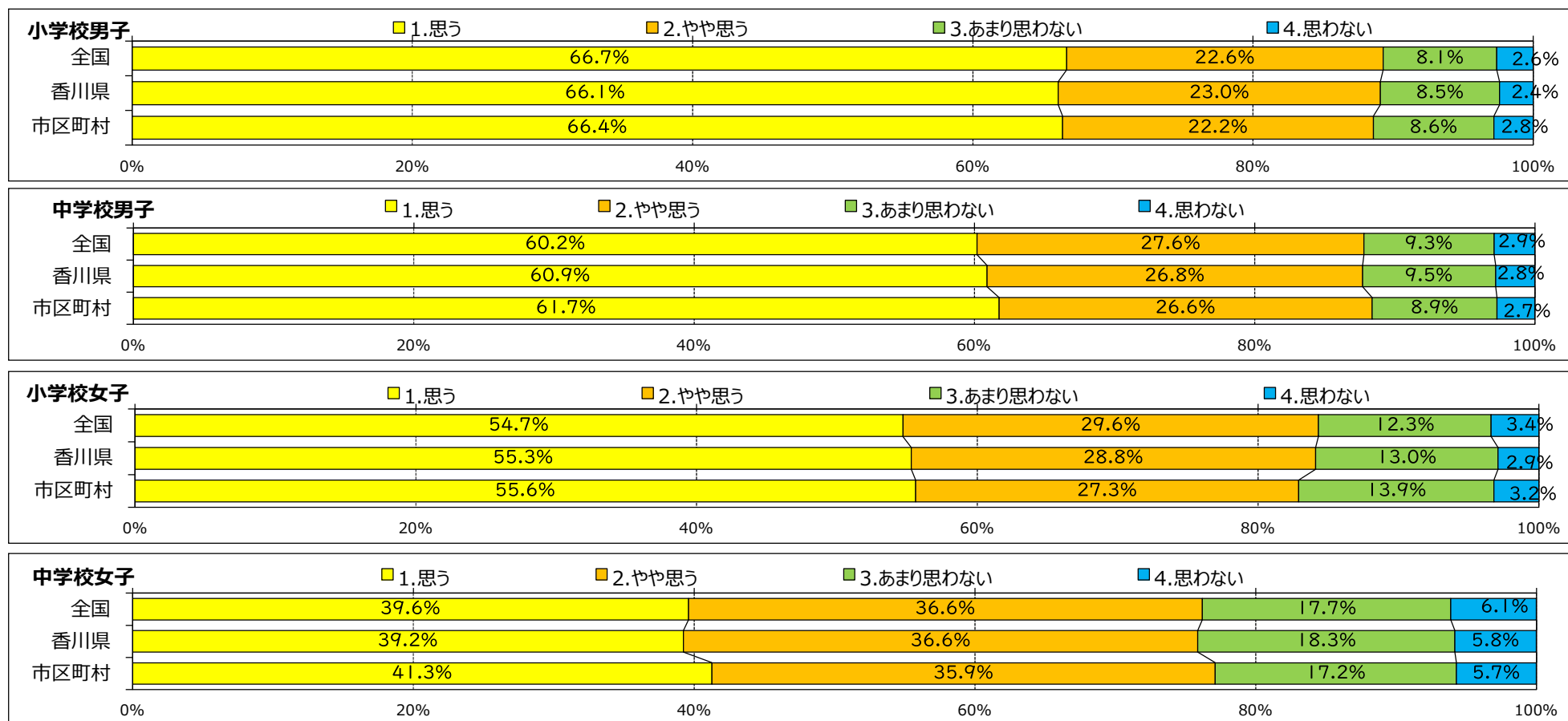
「保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。」



2 調査結果について

(4) 授業等に関する質問紙調査

「卒業後、自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。」



3 調査結果のまとめ

今回の調査結果を受けて、以下の項目について分析を行った。

	分析項目		分析結果
1	【小学校】 握力（筋力）の低下		生活環境の変化から日常生活で重い荷物を運ぶ、力をかけるなどの活動が減少してきているため。 → 県の取組「にぎりンピック in Kagawa」への参加啓発 体育「器械運動系」「体力づくり運動系」の充実（取組事例の紹介）
2	【中学校】 上体起こし （筋持久力）の低下		コロナ禍でのインドア生活が増えたこと。スマホ・タブレットのなど、座っている時間が長くなり、姿勢悪化につながってきたため。日常生活で腹筋に力が入らない。 → 保健体育「器械運動」「体力づくり運動」の充実（取組事例の紹介）
3	運動習慣の二極化		①空間の減少、②時間の減少、③なかまの減少、④体育嫌い・苦手意識の4つの要素が主に組み合わさっているため。 → エコロジカル・アプローチの活用 等（ICT機器の有効活用） → 体育好きの子どもを育てる → 生涯スポーツへのつながり（スポーツに関わる） → 次世代の子どもが大人の姿を見る
4	生活習慣との関連	・スクリーンタイム ・睡眠時間 ・朝食 と体力合計点	・運動の魅力や目的が、スクリーンタイム（ネットでなかまとつながりをもてる）に置き換わり、運動意欲の減少が起こっているため。（肥満を助長） ・塾などの影響で、就寝時刻が遅くなっており、十分な睡眠時間が確保できていないため。（スクリーンタイムとの関連も大きい。） ・朝食は、①エネルギーの補充、②体内時計をリセット、③体温の上昇、④骨や筋肉を作るなどの大切な役割を担っているため。朝食で一日を始める習慣が身についていることが運動や睡眠など他の活動的な生活習慣にも影響を及ぼしていると考えられる。 → 「早寝早起き朝ごはん運動」「スマートメディア教育」等の活用 健康三原則の重要性を学校や教育委員会から家庭や地域に啓発・連携