

【令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査(実技)結果T得点】

※ T得点とは、全国平均値(50)に対する本県の相対的な位置を示し、全国と県とを比較するもの。

	県R4	県R5	県R6	全国	
小学校5年男子	握力	49.9	49.7	49.8	50.0
	上体起こし	49.1	48.6	48.9	50.0
	長座体前屈	49.0	49.4	48.2	50.0
	反復横とび	49.8	48.7	49.2	50.0
	20mシャトルラン	50.0	50.0	49.8	50.0
	50m走	49.7	49.9	49.9	50.0
	立ち幅とび	49.9	49.3	49.5	50.0
	ボール投げ	51.0	51.2	51.3	50.0
	体力合計点T得点	49.6	49.3	49.3	50.0
	中学校2年男子	握力	49.6	49.0	49.4
上体起こし		49.3	48.6	48.6	50.0
長座体前屈		49.0	48.6	48.7	50.0
反復横とび		49.9	49.0	49.7	50.0
持久走		51.0	48.5	48.4	50.0
20mシャトルラン		50.8	49.9	50.2	50.0
50m走		49.1	48.4	48.4	50.0
立ち幅とび		49.9	49.4	49.5	50.0
ボール投げ		50.0	49.3	49.5	50.0
体力合計点T得点		49.6	48.6	49.0	50.0

	県R4	県R5	県R6	全国	
小学校5年女子	握力	50.0	49.7	49.6	50.0
	上体起こし	49.0	48.4	48.8	50.0
	長座体前屈	48.7	49.3	47.9	50.0
	反復横とび	50.1	48.8	49.5	50.0
	20mシャトルラン	51.0	50.7	51.1	50.0
	50m走	50.1	50.1	50.4	50.0
	立ち幅とび	50.1	49.7	49.6	50.0
	ボール投げ	51.3	51.0	51.1	50.0
	体力合計点T得点	49.9	49.4	49.6	50.0
	中学校2年女子	握力	49.7	49.5	49.5
上体起こし		49.4	49.4	49.2	50.0
長座体前屈		48.4	47.7	48.0	50.0
反復横とび		50.6	49.6	50.5	50.0
持久走		52.3	50.2	50.3	50.0
20mシャトルラン		51.1	50.6	51.0	50.0
50m走		49.1	49.0	49.6	50.0
立ち幅とび		50.4	50.1	50.6	50.0
ボール投げ		50.0	49.7	49.8	50.0
体力合計点T得点		49.9	49.3	49.7	50.0

【成果及び課題】

- 小学校5年生は、男子・女子ともに「**ボール投げ**」、中学校2年生は、男子・女子ともに「**20mシャトルラン**」が全国を上回っている。【**ストロングポイント**】
- 小学校5年生は、男子・女子ともに「**上体起こし**」「**長座体前屈**」が、中学校2年生は、男子・女子ともに「**長座体前屈**」が全国を下回っている。【**ウイークポイント**】

【令和7年度の重点目標】

ストロングポイントを伸ばし!ウイークポイントを克服しよう!

【ストロングポイント】

- ☆ 投能力を高め、ボール投げの記録を伸ばそう。
- ☆ 持久力を高め、20mシャトルランを伸ばそう。

【ウイークポイント】

- ☆ 筋力、筋持久力を高め、上体起こしの記録を伸ばそう。
- ☆ 柔軟性を高め、長座体前屈の記録を伸ばそう。



【体力アップコーナーを設置しよう!】



(例) 長座体前屈計を設置して、日常的に計測に取り組むことができるコーナーの設置(令和4・5年度推進校奄美市立大川小学校の取組)



運動好きな子どもを育てるための取組

～生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するために～



鹿児島県教育庁保健体育課

1 体育・保健体育学習の充実

※_____は、重点項目

- 育成を目指す資質・能力の明確化
- 「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善
- 個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図ることができるような単元・単位時間計画の作成
- 運動の特性に応じた楽しさを味わうことができる運動教材の選定及び場づくりの工夫

☆運動好きな子どもを育てる授業を目指して(留意点)☆

- 1 本時のめあて(全体・個人)を確認させる。
- 2 課題解決的な学習を展開する。
- 3 学習過程(流れ)を明確にし、活動の見通しをもたせる。
- 4 個人(チーム)の課題を解決する場や仲間と教え合ったり、話し合ったりする場を意図的に設定する。
- 5 教具(IC T機器含む)の活用や発問の工夫を行い、「分かった」「できた」などの経験をさせ、運動することや学ぶことの楽しさ、喜びを味わわせる。
- 6 本時のめあてに対する振り返りをする。
- 7 振り返りを通して、自分(チーム)の伸びを実感させ、達成感につなげる。



子どもが運動の特性に触れ、楽しさや喜びを味わうことができるような学習者主体の授業を目指しましょう!



2 「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進事業の推進

- 小中学校版「体力アップ!チャレンジかごしま」(小学校:7種目,中学校:5種目)
 - ・ 柔軟性を高めることを目指した種目「のぼしてコロコロ」等,各種目への積極的な取組
- 「これならできる!『プラス5分運動』」(一人で・友達と家族と)
 - ・ 一人でできる運動20種目,友達や家族と一緒に取り組む運動8種目への取組による運動の日常化

合言葉は「**プラスファイブ!**」

- 「運動大好き“かごしまっ子”育成推進プラン」の活用
- 親子で取り組む「一家庭一運動」の取組(かごしまの子ども体力向上プログラムの活用)



3 児童生徒が自らの力を発揮し、体力の実態を正確に把握する体力・運動能力調査の実施

- 教職員による実施要項及び手引の共通理解
- 鹿児島県体力診断プログラム「体力ナビ2025」等を活用した児童生徒の課題や目標の設定
- かごしま版「新体力テスト指導のポイントシート」の活用
- 「新体力テストで児童のもっている力を引き出す指導のポイント<小学校改訂版>」,「新体力テストで生徒のもっている力を引き出す指導のポイント<中学校>」の活用



前年度の記録をもとに、今年度の目標とその目標達成のための取組を決めさせましょう。