

令和3年度 児童生徒の体力・運動能力、運動習慣の現状等

1 令和3年度 児童生徒の体力・運動能力、運動習慣調査における地区の現状

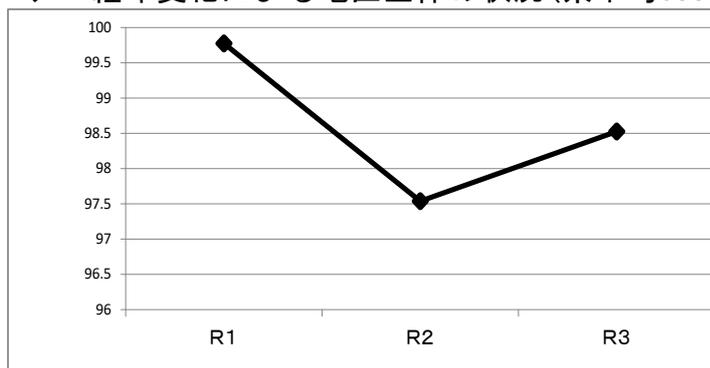
項目		R 1	R 2	R 3
体力テストにおける県平均を100としたときの体力の数値 (全国水準への引き上げ) ※地区実績は県との比較で記入	地区実績	99.8%	97.5%	98.5%
1日の運動・スポーツ実施時間が1時間以上の児童生徒の割合	地区実績	49.9%	43.6%	49.0%

※ 数値は、「令和3年度県児童生徒体力・運動能力調査、運動習慣調査」から

2 地区重点取組の達成状況と課題

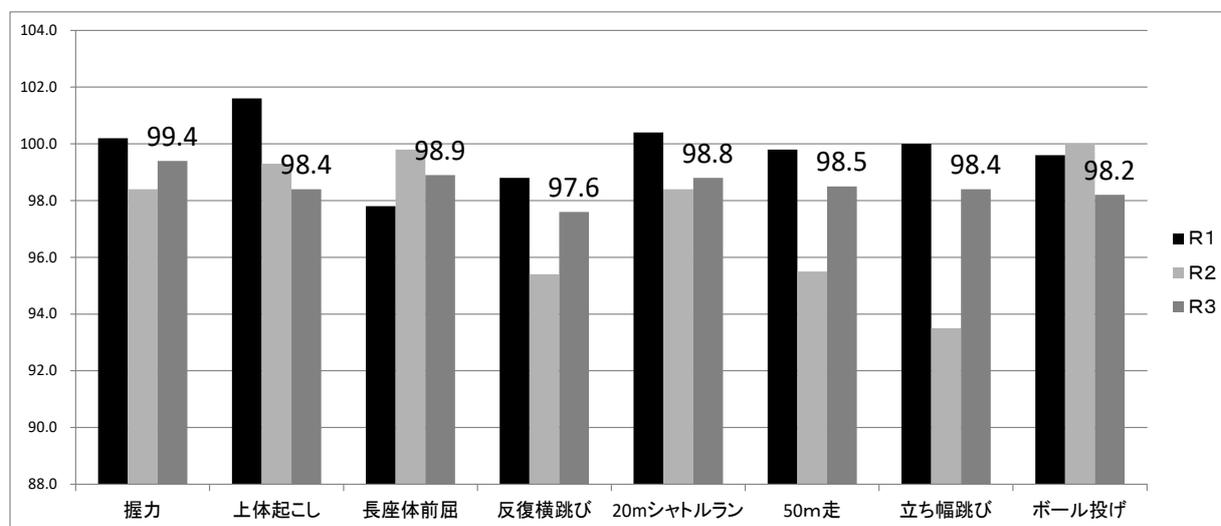
(1) 体力・運動能力の現状と課題

ア 経年変化による地区全体の状況(県平均100に対する地区の数値)



★ 体力の数値は3年連続で県平均値を下回った。体育の授業改善を通して、体力向上を図るとともに家庭での運動習慣の育成が急務である。

イ 令和3年度における種目別の状況(県平均100に対する地区の数値)



	握力	上体	長座	反復	シャトルラン	50m走	立ち幅	ボール投
R 3	99.4	98.4	98.9	97.6	98.8	98.5	98.4	98.2
R 2	98.4	99.3	99.8	95.4	98.4	95.5	93.5	100

- ★ 全ての項目で県平均を下回っているが、前年度に比べ、各項目での大幅な落ち込みは見られなかった。
- ★ 昨年を上回った項目が握力、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳びで、下回った項目が上体起こし、長座体前屈、ボール投げである。
- ★ 昨年度大幅に落ち込んでいた反復横跳び、50m走、立ち幅跳びは反復横跳びの記録向上に向けた取組強化を推進したことで改善傾向にある。

ウ 「反復横跳び」の状況

(ア) 県平均100に対する地区の数値の経年変化

年 度	H29	H30	R 1	R 2	R 3
男子全体	101.6	100.8 ↓	99.0 ↓	96.4 ↓	97.8 ↑
女子全体	102.8	101.8 ↓	98.6 ↓	94.4 ↓	97.4 ↑
全 体	102.2	101.3 ↓	98.8 ↓	95.4 ↓	97.6 ↑

(イ) 地区内での具体的な指導内容について

<キーワード>

【体力向上は、『やれば』⇒『変わる』, 弱点克服のための“一手(具体策)”を】

今年は、「反復横跳び」の向上を！！

○反復横跳びの能力が高まることによる効果○

⇒ 敏捷性と巧緻性が高まることにより, 他の能力の向上にも繋がる！！

例えば, ①体幹が鍛えられる, ②下半身の筋力・筋持久力が高まる,

③姿勢が整う, ④空中での動作がスムーズになる, などの効果が期待できる。

「反復横跳び」の記録向上が「50m走」, 「立ち幅跳び」の記録アップに繋がる！！

	小2	小3	小4	小5	小6
反復横跳び	▼	○	▼	▼	○
50m走	○	○	▼	▼	○
立ち幅跳び	▼	○	▼	▼	○

※ 学校訪問で示された自校の令和3年度体力・運動能力調査の結果から

○学校でできる取組の具体例○

- ① 体育館の片隅やグラウンドの一角に「サイドステップゾーン(仮名)」を設置し, 子供たちがいつでも, 反復横跳びに触れる場を準備する。
- ② 持久走大会やなわとび大会のように『反復横跳びチャレンジ大会』を企画し, 全校で反復横跳びの記録更新にチャレンジする。

【サイドステップゾーン】



常設することで, 体力テストの時だけでなく, 授業での補強運動や部活動でのウォーミングアップ等にも活用できる。

【反復横跳びの実施方法】

1m間隔に引いた3本の線を20秒間で何回またぎ越すことができるかを記録する。(2回挑戦)

【10点満点の記録】

小男	50回	中男	63回
小女	47回	中女	53回

エ Tスコアの学年別男女別状況(R3)

※ 塗りつぶしは県平均値を超えている項目です

R3男子	小2	小4	小5	小6	中1	中2	R3男平均
握力	49.2	48.5	49.3	50.8	49.5	50.5	49.7
上体起こし	51.8	48.7	49.8	50.5	48.3	47.8	49.5
長座体前屈	48.3	50.3	49.5	50.4	48.7	48.1	49.2
反復横跳び	47.8	47.8	49.0	48.4	50.6	49.7	48.9
20mシャトルラン	49.6	47.5	49.0	51.4	49.7	50.3	49.6
50m走	49.4	50.3	49.2	49.6	49.6	49.1	49.5
立ち幅跳び	49.6	48.9	48.8	49.6	49.8	48.9	49.3
ボール投げ	48.0	47.5	47.6	49.4	51.4	50.3	49.0
学年別合計	49.2	48.7	49.0	50.0	49.7	49.3	49.3

R3女子	小2	小4	小5	小6	中1	中2	R3女平均
握力	49.4	49.6	50.0	50.0	50.0	49.5	49.7
上体起こし	51.3	48.5	49.2	49.3	47.5	47.5	48.9
長座体前屈	50.5	51.0	49.9	48.9	48.0	49.7	49.7
反復横跳び	49.4	47.0	48.6	48.4	51.0	47.8	48.7
20mシャトルラン	49.3	47.7	48.9	49.8	49.1	50.6	49.2
50m走	49.3	50.5	48.8	48.4	48.8	48.2	49.0
立ち幅跳び	50.5	49.3	47.7	50.1	48.7	48.5	49.1
ボール投げ	49.1	48.4	48.5	48.1	50.8	50.3	49.2
学年別合計	49.9	49.0	48.9	49.1	49.2	49.0	49.2

- ★ 男女ともに全ての項目で県平均を下回っている。
- ★ 小6男子以外、全ての学年で県平均を下回っている。
- ★ 小5男子は、全ての項目で県平均を下回っている。
- ★ 男子は小2, 小4, 中1で、女子は小4, 小5, 小6, 中2で県平均を上回っている項目が2項目以下である。
- ★ R3の地区内では「反復横跳び」に重点を置いて取組を推進してきた。その成果が少しずつ表れている。継続した取組を呼びかけていく。

オ 運動時間の現状

1日の運動時間 (%)

		0分	1分～ 30分未満	30分以上～ 1時間未満	1時間以上～ 2時間未満	2時間以上
男 子	地区	6.7	15.4	19.6	25.4	32.9
	県	7.5	16.4	19.6	25.1	31.4
女 子	地区	10.1	28.2	22.0	18.0	21.7
	県	10.2	26.6	22.1	20.3	20.8

(令和3年度「県児童生徒体力・運動能力、運動習慣調査」から)

- ★ 男女ともに全ての項目で県平均と大きくは変わらない数値となっているが、地区においては2時間以上運動する児童生徒の割合が低くなっている。
- ★ 1日の運動時間が1時間未満の児童生徒は、男子41.7%(昨年度49.1%), 女子60.3%(昨年度63.9%)となっており、男女ともに昨年度と比較して改善傾向にあるが、女子の運動時間が少ない傾向が継続している。
- ★ 依然として運動時間が0分の数値が高いことが喫緊の課題である。特に土日の運動習慣を養うためにも家庭との連携は不可欠である。

(2) 体力向上の取組 チャレンジかごしまへの取組状況

	R 1	R 2	R 3
小学校	95.8%	94.4%	88.7%
中学校	86.4%	72.7%	68.2%

★ 今年度は、霧島市立国分南中学校（3年連続）、始良市立加治木中学校の2校が学校賞を受賞している。未申告校数が昨年度に比べ、小学校が4校、中学校が1校増えている。

- 今年度も活動が制限される中ではあったが、各学校、適切に取り組んでいた。地区内では、長縄跳びや短縄跳びへの取組が多かった。
- 柔軟性向上のための「のばしてコロコロ」や、敏捷性や巧緻性の向上をねらった「2人でさっささ」への取組が増加している。
- 自校の体力の課題についてしっかり分析し、その課題解決に合った内容の種目に取り組む学校が増えている。継続して取り組むことで成果が出ているとの声も寄せられている。
- 地区の課題である、「反復横跳び」の記録の更なる向上に向けて、「2人でさっささ」への積極的な取組を推進していく。

3 運動部活動加入状況

(1) 運動部活動加入率の経年変化

	中 学 校				
年 度	H29	H30	R 1	R 2	R 3
男子全体	66.7%	67.2%	63.7%	60.4%	58.5%
女子全体	57.7%	59.3%	51.4%	52.3%	54.7%
全 体	62.2%	62.9%	58.3%	56.4%	57.0%

(2) 運動部活動加入率の昨年度との比較

	中1男子	中2男子	中3男子	中1女子	中2女子	中3女子
R 3	59.5%	57.5%	56.7%	50.0%	57.1%	53.9%
R 2	56.5%	57.2%	67.6%	53.7%	51.2%	52.0%

- ★ 全体的に運動部活動への加入率は、令和元年度から横ばいの状態である。
- ★ 男子については、加入率が年々減少傾向にある。その理由として、部活動を離れ、地域のクラブチーム等への加入に拍車がかかっていると考えられる。
- ★ 女子については、2年連続の増加となっているが、平成30年度と比較すると、4.6ポイント低い水準である。
- ★ 部活動加入率が依然として男女ともに低い傾向となっている。今後さらに部活動の総合型地域スポーツクラブへの移行が推進される中、部活動の存在意義について改めて考える機会としたい。