



令和6年度 全国体力・運動能力、 運動習慣等調査の結果について



枚方市教育委員会事務局
学校教育部
教育指導課

調査の概要

1. 調査の目的

- (1) 国が全国的な子供・運動能力や運動習慣・生活習慣等を把握・分析することにより、子供の体力・運動能力や運動習慣等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) 教育委員会や学校において、本調査を活用し、子供の体力や運動習慣等の状況を把握するとともに、課題に対応した施策の実施や体育・保健体育の授業等の充実・改善に役立てる。

2. 調査時期

令和6年(2024年)4月から7月

3. 調査対象

小学校第5学年・中学校第2学年

4. 調査の内容

(1) 児童・生徒に対する調査

ア. 実技に関する事項:小中学校ともに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〔中学校は持久走(男子1,500m、女子1,000m)かどちらかを選択〕、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ(小学校)・ハンドボール投げ(中学校)

イ. 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関するもの

(2) 学校・教育委員会に対する質問紙調査

子供の体力向上や運動習慣の確立に向けて取組み等に関するもの₂

全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果（体力・運動能力）

小学校 調査の結果と概要

小学校【平均値】		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
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)
5年男子	R6 枚方市	15.47	19.24	33.08	38.38	45.79	9.41	148.26	20.57
	R6 大阪府	15.77	18.97	33.75	39.57	45.70	9.48	148.90	20.34
	R6 全国	16.01	19.19	33.79	40.66	46.90	9.50	150.42	20.75
5年女子	R6 枚方市	15.38	17.84	37.32	35.99	35.66	9.68	140.48	12.84
	R6 大阪府	15.46	17.87	38.20	37.38	34.81	9.80	140.95	12.41
	R6 全国	15.77	18.16	38.19	38.70	36.59	9.77	143.13	13.15

◆小学校では、50m走（男子女子ともに）、上体起こし（男子）において全国平均を上回った。その他の種目では全国平均を下回り課題が見られた。

◆小学校全8種目のうち、男子は4種目、女子は3種目で大阪府平均を上回った。（色がついている種目）

中学校 調査の結果と概要

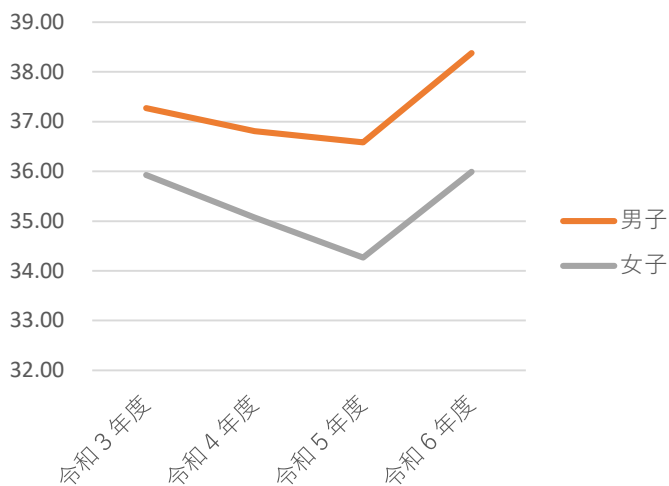
中学校【平均値】		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(秒)	(回)	(秒)	(cm)	(m)
2年男子	R6 枚方市	27.88	25.83	42.95	50.29	422.21	77.73	7.95	193.51	20.57
	R6 大阪府	27.94	25.66	42.90	51.27	422.62	78.18	8.06	193.11	19.72
	R6 全国	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57
2年女子	R6 枚方市	22.73	21.16	44.85	44.70	334.20	49.63	8.96	164.15	12.21
	R6 大阪府	22.51	21.32	45.23	45.35	318.67	49.75	9.11	162.62	11.67
	R6 全国	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.40

◆中学校では、50m走（男子女子ともに）、ハンドボール投げ（男子）において、全国平均以上の結果に。その他の種目では全国平均を下回り、課題が見られた。

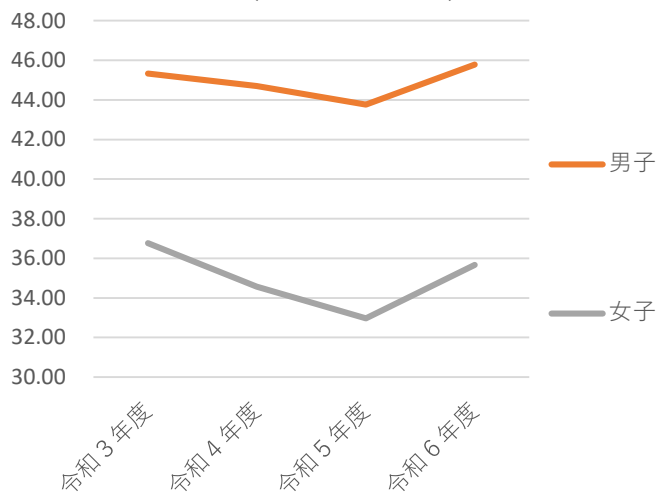
◆中学校全9種目のうち、男子は6種目、女子は4種目で大阪府平均を上回った。（色がついている種目）

経年比較（小学校）

反復横とび（小学5年生）

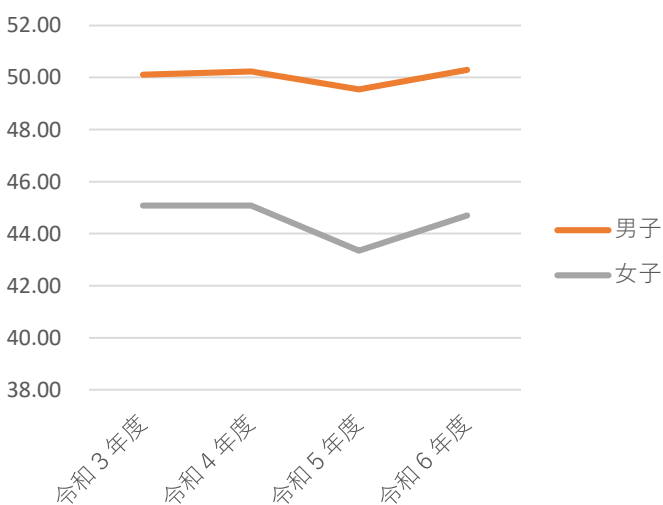


20mシャトルラン
（小学5年生）

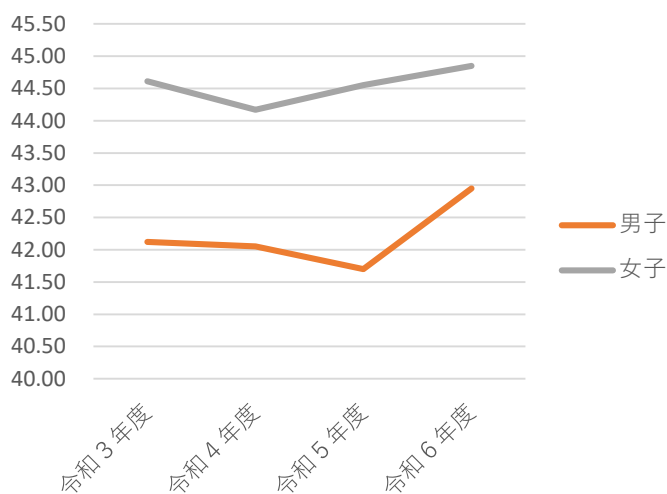


経年比較（中学校）

反復横とび（中学2年生）



長座体前屈（中学2年生）



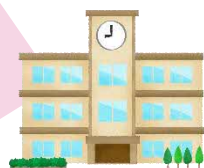
俊敏性や柔軟性の測定結果が伸びているね!!
枚方の子どもたちが得意としている運動領域と
言えそうだね!
そんな子どもたちの得意分野を、小学校では
どのように伸ばしているのか、インタビューしてみ
ました!(次のページへ)

令和6年度 枚方市立小学校での取組の好事例

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣調査の結果から、運動機会を増やせるよう、工夫しています。

運動場に向かう道に、「まる、足形、ラダー」を書いて、通るたびに跳んだりはねたりできるようにしました!体育の授業でもラダーを取り入れた遊びを紹介したことで、ラダーを使った運動をする機会が増えました。

全校あげてなわとび大会を行い、跳んだ回数を世界地図に貼っていくことで「全校児童で世界地図をすべて埋めることができるか?」「もっと跳んで、シールで大陸を埋めよう!」と子どもたちの中に目標ができて、それに向かって取り組んでいくことができました。



開成小学校

先生たちが「体育の好きな子を増やしていく!」ことを目標に掲げ、様々なことに取り組んでいます。例えば体育の授業。最初の5分間に、前年度に課題があった領域の運動を、1年間全学年通して取り組むようにしています。他にも定期的に測定を行い、その推移を分析しながら次の取組みをどうしていこうか中長期的なスパンで計画を練っています!



五常小学校

参観日に体育の授業を行いました。1人で跳ぶより、たくさんの友だちと取組むことが好きな学年なので、大縄を使いました。縄を飛び越えず、まずは回っている縄を潜り抜けていく運動をすると、とても盛り上がりました!みんな手をつないだり、声を掛け合ったりしながら何度も何度も挑戦していました。縄を回すターナーは保護者の方にもご協力いただきました。今は大縄で郵便屋さんにも挑戦しています。



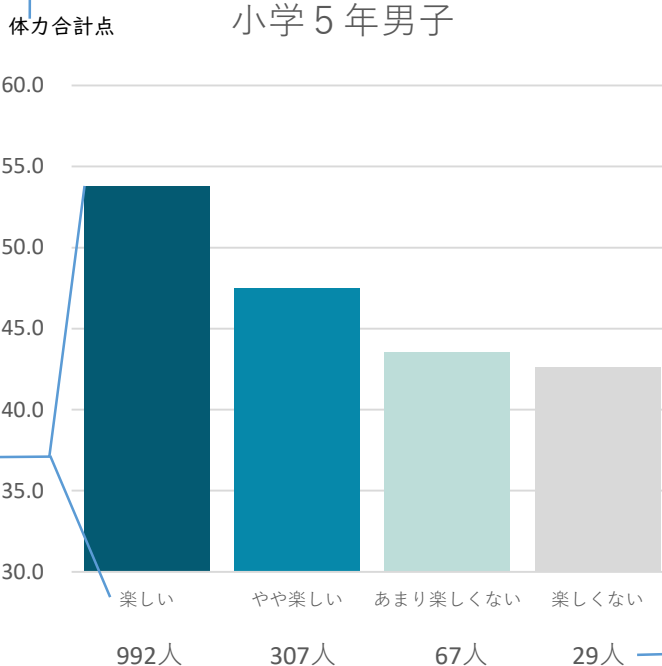
桜丘小学校

体力向上に向けた様々な取組が実施されているね!
「体育・保健体育の授業」「運動の日常化」「生活習慣」「家庭・地域及び学校間の連携」などが、子どもたちの体力向上につながるポイントになりそうだね。



<表の見方>

（7ページ目）
「体育（小学校）・保健体育（中学校）の授業は楽しい」
の回答結果と体力合計点の関係

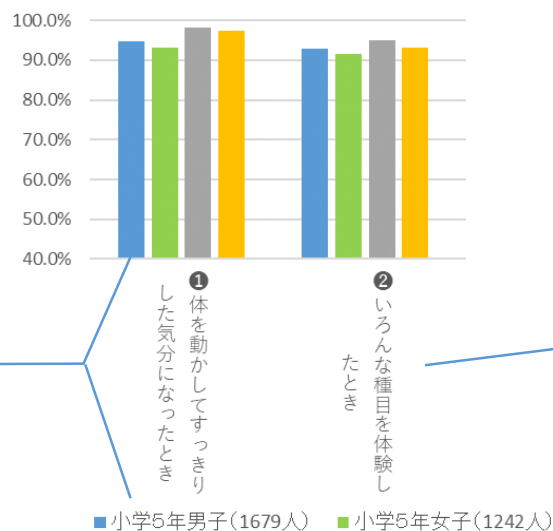


体力合計点は、8種目の項目別得点表の合計得点です。詳しくはスライド末の資料をご覧ください。

このグラフは、「体育の授業は楽しい」という質問に対して「楽しい」と回答した人の、体力合計点の平均を表しています

「体育の授業は楽しい」に対してどの回答を何人が行ったのか、その人数を表しています

（8ページ目）
「運動が好き」に肯定的回答をした児童・生徒が、
体育・保健体育の授業において「楽しい」「やや楽しい」と感じる
ときと回答した項目



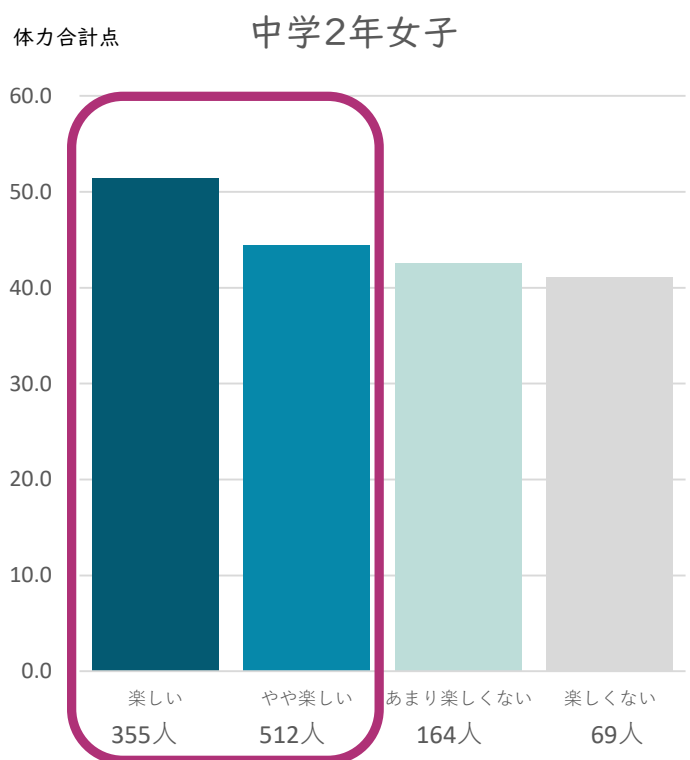
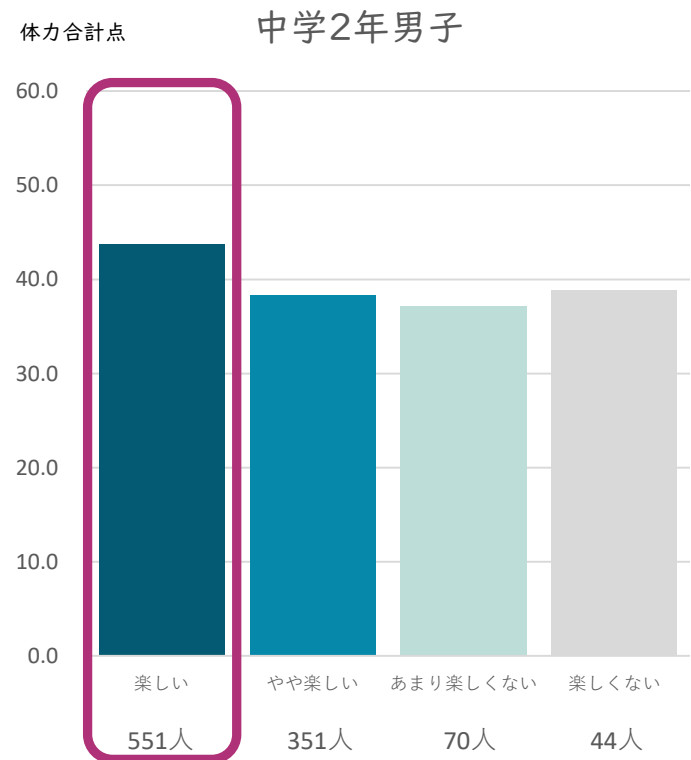
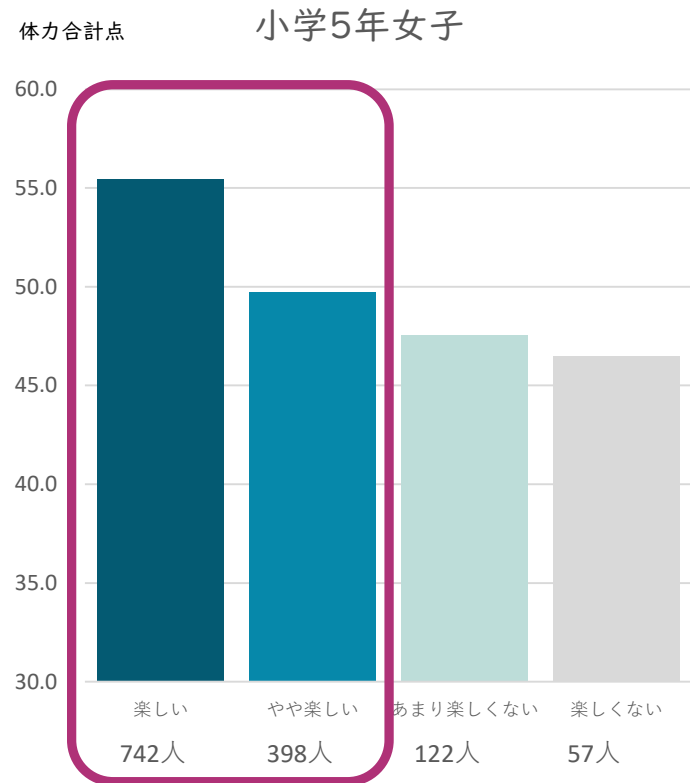
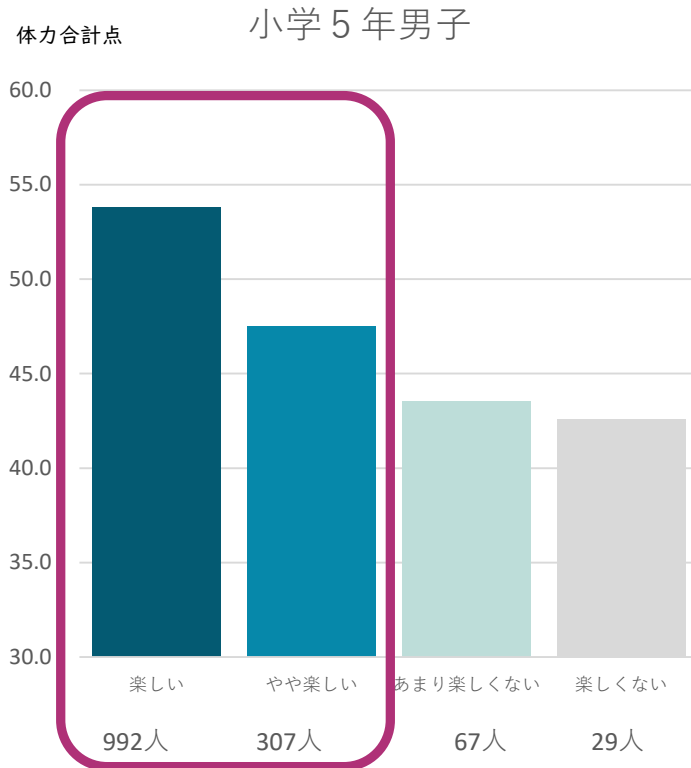
こちらの調査は、「運動が好き」と答えた児童・生徒と、「運動があまり好きではない」と答えた児童・生徒とを分けて分析を行っています。

このグラフは、「運動が好き」と答えた小学5年生男子（1679人）のうち95%の児童が、「①体を動かしてすっきりした気分になったとき」に体育の授業が楽しいと感じる、と回答していることを表しています。

子どもたちがどんな時に楽しいと感じているか、いくつかの項目を比較しています。

全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果（質問紙調査）

「体育（小学校）・保健体育（中学校）の授業は楽しい」の回答結果と体力合計点の関係

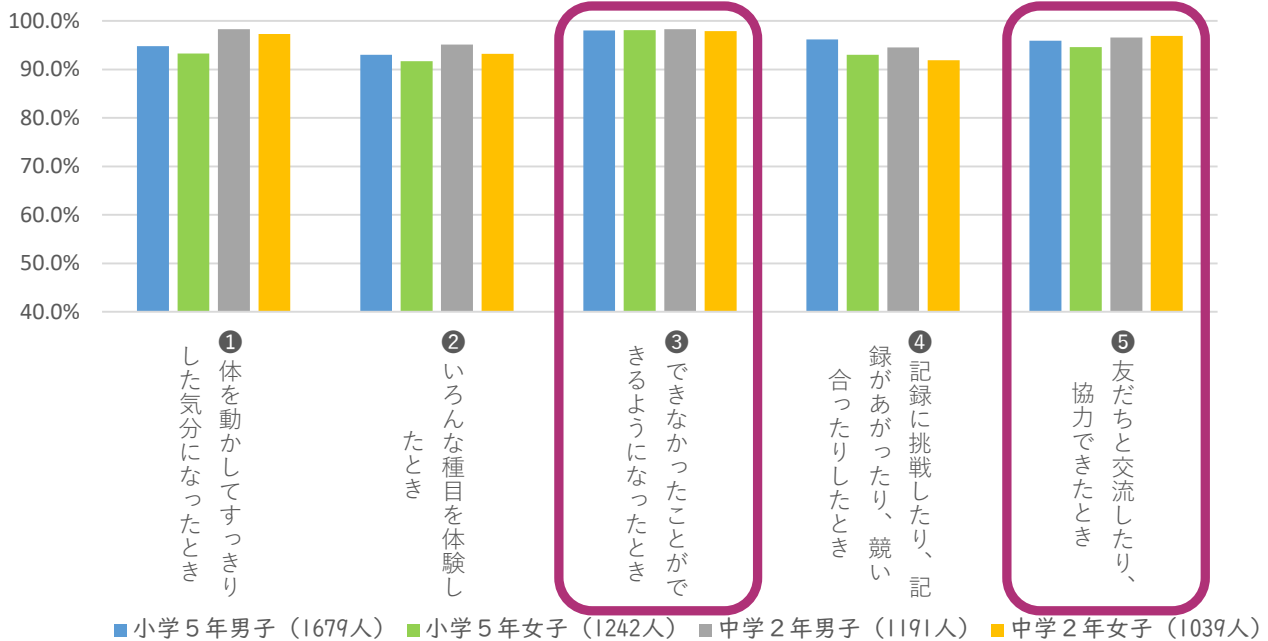


「体育の授業が楽しい!」と感じているほど
体力テストの点数もいいんだね。
これからも楽しい体育の授業にしないと!

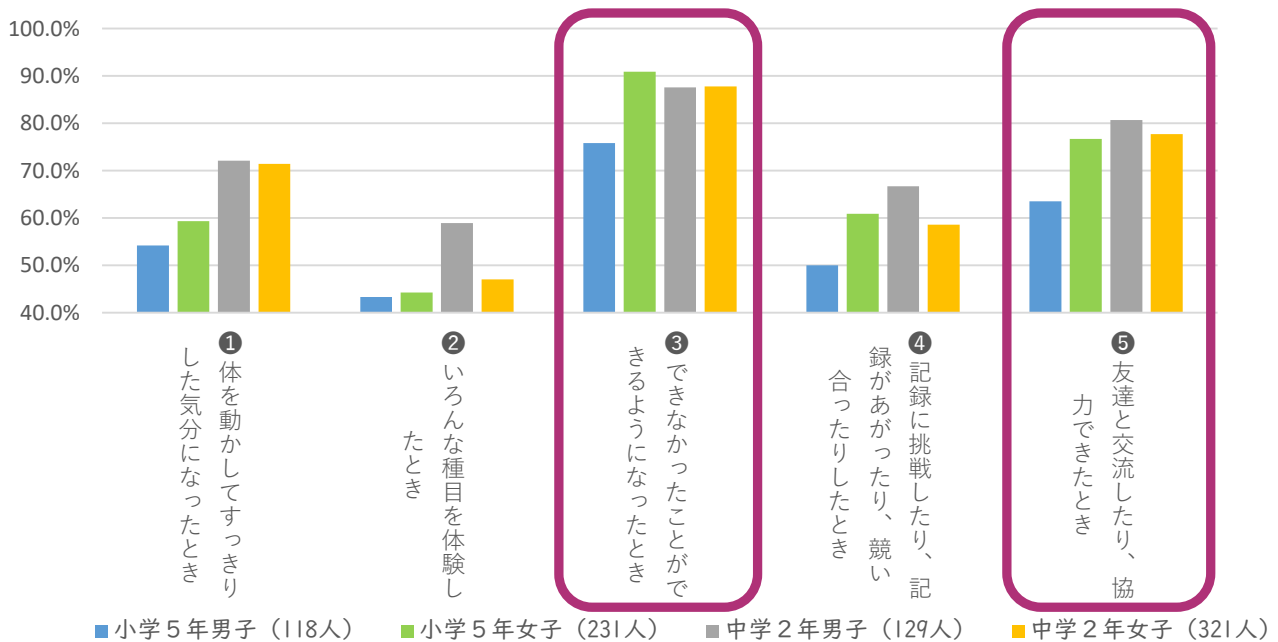
全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果（質問紙調査）

体育・保健体育の授業において「楽しい」「やや楽しい」と感じるとき

「運動が好き」に**肯定的回答**をした児童・生徒が、体育・保健体育の授業において「楽しい」「やや楽しい」と感じるときと回答した項目



「運動が好き」に**否定的回答**をした児童・生徒が、体育・保健体育の授業において「楽しい」「やや楽しい」と感じるとき

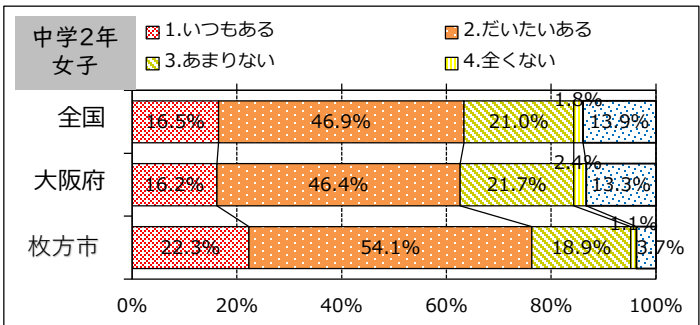
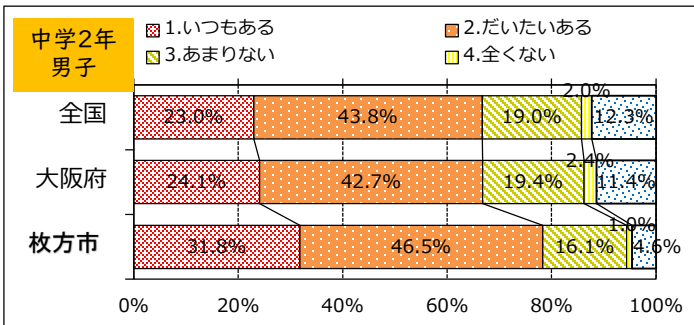
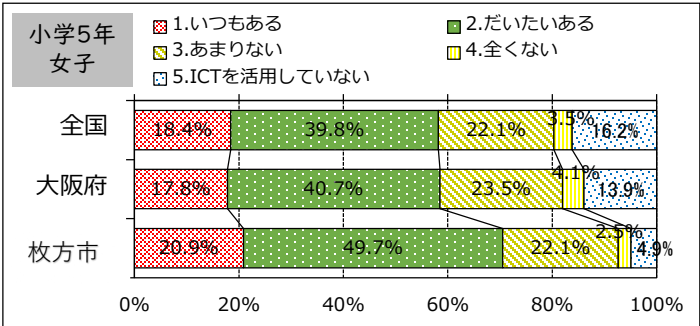
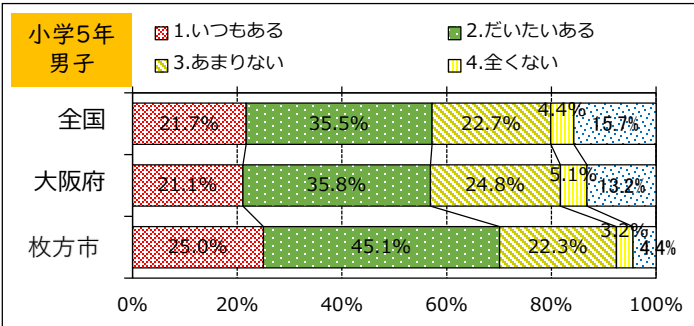


「できなかったことができるようになること」が体育の授業の楽しさ
と関係がありそうだね。そのためには、「**個人に応じた授業の展開**」
やスモールステップの授業設計が大切になってくるね！

全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果（質問紙調査）

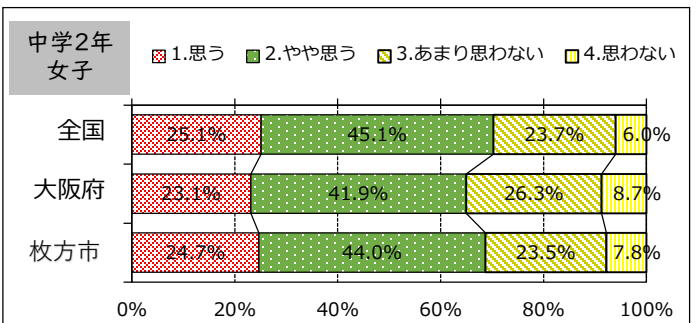
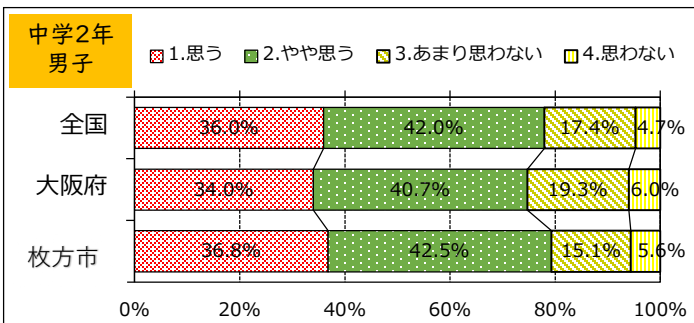
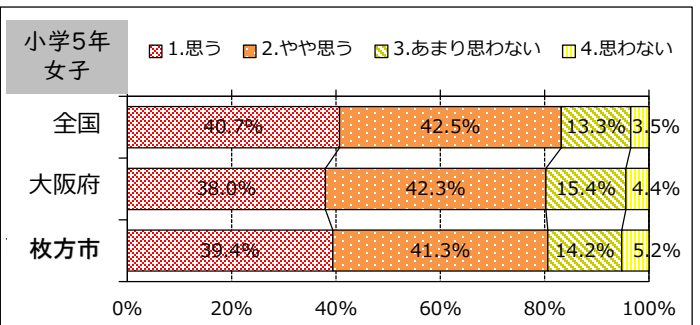
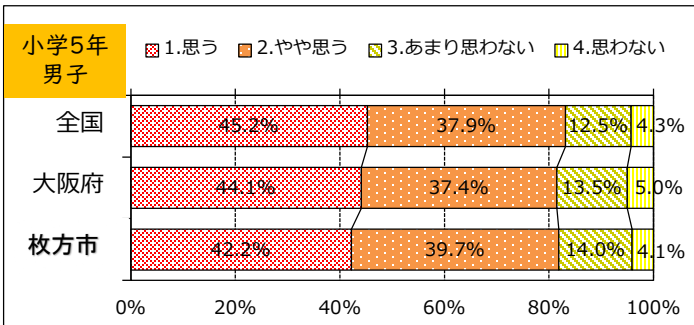
※ 全学年の回答を加算して表しています

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



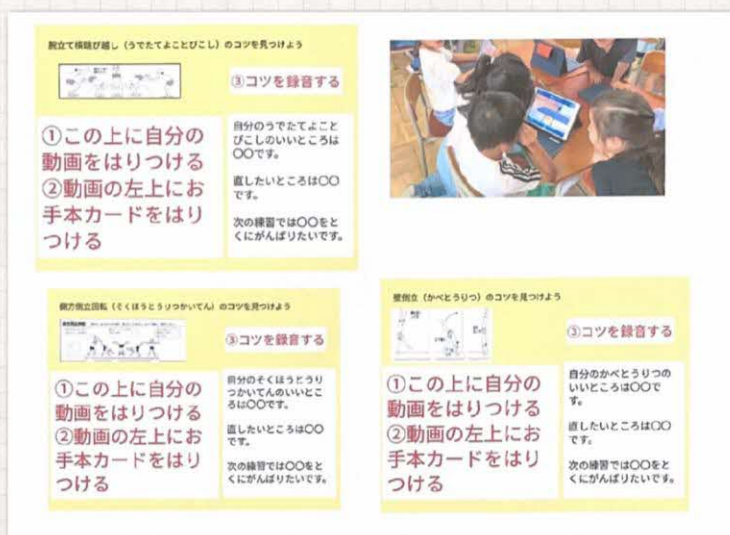
体育・保健体育の授業においても、「ICTの活用」が進められているね！実際、体育の授業のどんな場面でICTが使われているのか、小学校の様子を見てみよう！

保健の授業で学習した内容（運動、食事、休養及び睡眠等）に気を付けて生活ができていますか



ICTを使って児童同士の対話を大切にした授業

- ・ グループでアドバイス用テキスト&アドバイスの様子



全校体力テスト

体力測定の日を設定するメリット

- ・ 子どもの意欲向上 ・ 教師の業務負担軽減

- ・ 1年生から6年生まで行った。（低学年は種目を制限）
- ・ 3年計画のため、全児童の全種目の記録を管理。
- ・ 前年度、計測にばらつきあったため測定マニュアルを全校で視聴した。（4月17日→体力向上ツール→測定コツ動画）
- ・ 3つの場所でローテーションで行った。（体育館、多目的室、運動場）

タブレットを活用して自分の動きを記録したり考えをまとめたりしているね！

全校で体力テストに取り組むことは体を動かしたくなる工夫になりそうだし、毎年記録を取ることで、1年間でどれだけ記録が伸びるか楽しみになりそうだね！



全国体力・運動能力、運動習慣等調査 【資料】

● 項目別得点表

小学校

● 男子

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
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上	80回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下	7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下

● 女子

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
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上	64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下	7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下

● 総合評価基準表

小学校

● 男女共通

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下

※総合評価は8項目全て実施した場合に合計得点で判定する。

● 項目別得点表

中学校

● 男子

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
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4'59"以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上
9	51～55	33～34	58～63	60～62	5'00"～5'16"	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36
8	47～50	30～32	53～57	56～59	5'17"～5'33"	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33
7	43～46	27～29	49～52	53～55	5'34"～5'55"	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30
6	38～42	25～26	44～48	49～52	5'56"～6'22"	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27
5	33～37	22～24	39～43	45～48	6'23"～6'50"	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24
4	28～32	19～21	33～38	41～44	6'51"～7'30"	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21
3	23～27	16～18	28～32	37～40	7'31"～8'19"	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18
2	18～22	13～15	21～27	30～36	8'20"～9'20"	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9'21"以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下

● 女子

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
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3'49"以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上
9	33～35	26～28	58～62	50～52	3'50"～4'02"	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22
8	30～32	23～25	54～57	48～49	4'03"～4'19"	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19
7	28～29	20～22	50～53	45～47	4'20"～4'37"	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17
6	25～27	18～19	45～49	42～44	4'38"～4'56"	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15
5	23～24	15～17	40～44	39～41	4'57"～5'18"	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13
4	20～22	13～14	35～39	36～38	5'19"～5'42"	27～34	9.4～9.8	145～156	11
3	17～19	11～12	30～34	32～35	5'43"～6'14"	21～26	9.9～10.3	132～144	10
2	14～16	8～10	23～29	27～31	6'15"～6'57"	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6'58"以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下

● 総合評価基準表

中学校

● 男女共通

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	65以上
B	41～50	47～56	51～59	52～60	53～62	54～64	54～64	54～64
C	32～40	37～46	41～50	41～51	42～52	43～53	43～53	43～53
D	22～31	27～36	31～40	31～40	31～41	31～42	31～42	31～42
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下

※総合評価は8項目全て実施した場合に合計得点で判定する（持久走と20mシャトルランは選択）。