

令和5年度
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」
【大阪市の結果】

大阪市教育委員会

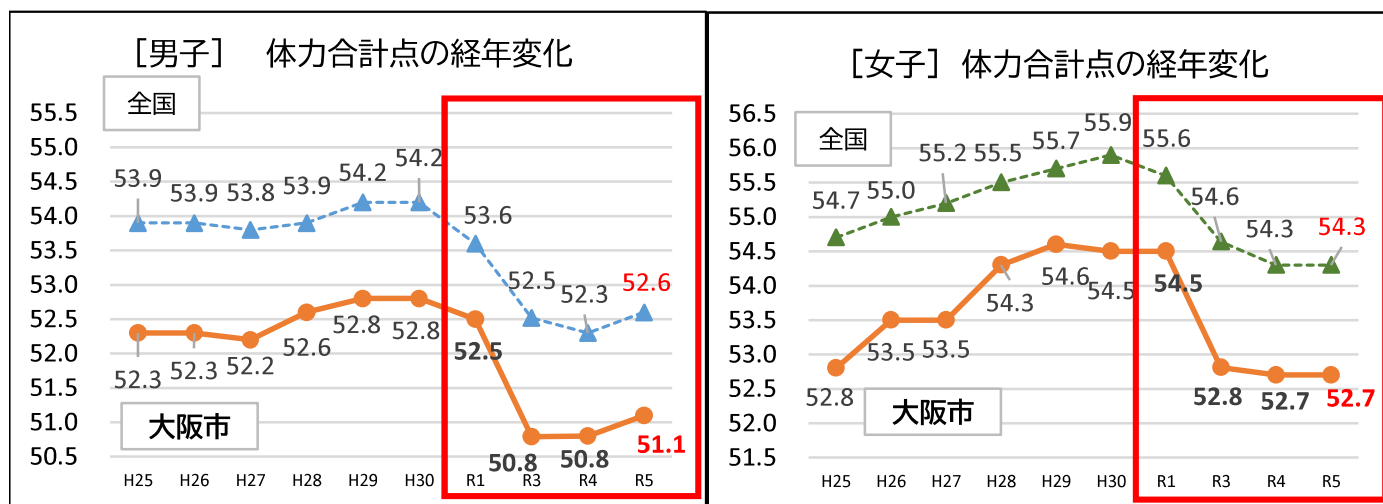
目 次

○令和5年度 全国・大阪市調査結果のポイントについて	P2
○令和5年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果【大阪市の概要】	P3
○新体力テストの得点表及び総合評価基準表	P12
○実技に関する調査結果	
① 種目別実技及び総合評価度数分布(小学校)	P14
② 種目別実技及び総合評価度数分布(中学校)	P17
③ 各種目における対全国比の経年比較	P21
○1週間の総運動時間	P22
○1週間の総運動時間経年比較	P23
○体力合計点低下要因の分析(平成30年度より5年間)	P24
○新型コロナウイルス感染症の影響前後の変化	P27
○主体的・対話的で深い学び	
① 小学校	P28
② 中学校	P29
○「卒業後、授業以外でも自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと 思いますか」について	P30
○目標値の明確化	P31
目標の明確化(小学校4年生)	P32
○児童質問紙調査結果	P33
○生徒質問紙調査結果	P51
○学校質問紙調査結果(小学校)	P70
○学校質問紙調査結果(中学校)	P74
○大阪市子どもの体力づくり強化プラン【令和5年度版】	P79
○いっしょにのぼそう 子どもの体力(令和5年度版)	P81

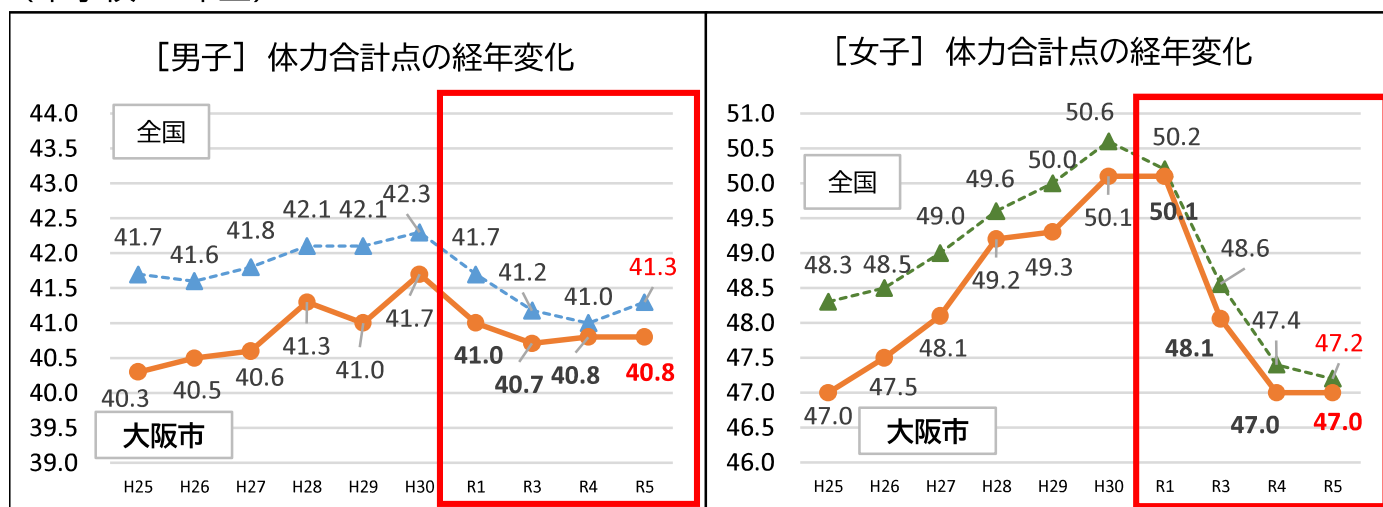
令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果のポイントについて

平成25年度以降の推移をみると、令和5年度全国の体力合計点については、令和4年度調査との比較では回復基調であるが、コロナ以前の水準には至っていない。
大阪市の小学生男女・中学生男女ともほぼ横ばい。

(小学校 5年生)

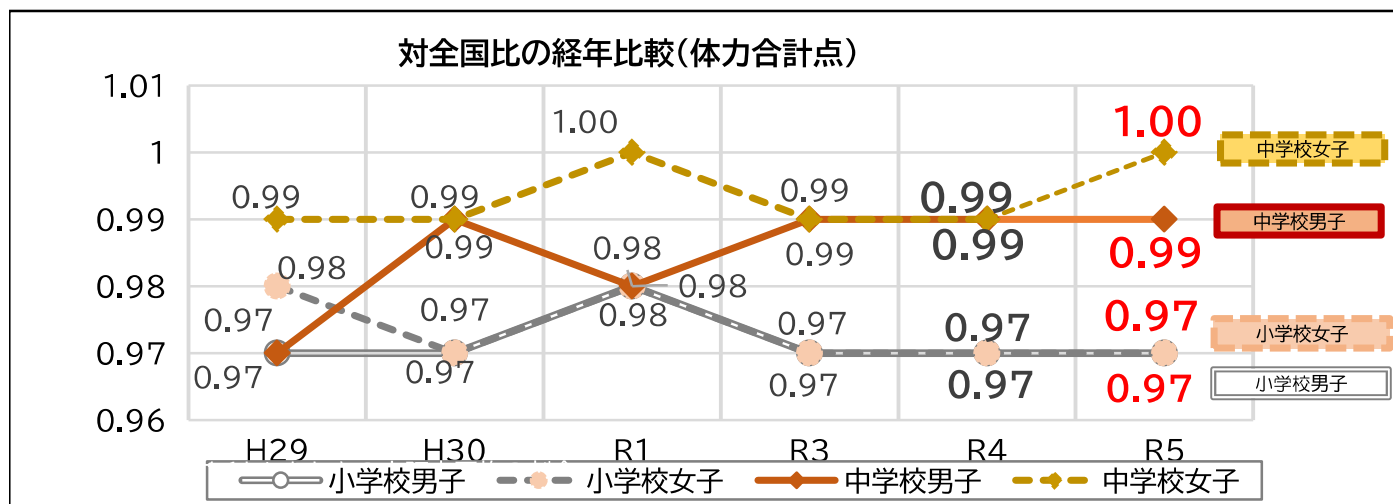


(中学校 2年生)



◆体力合計点における対全国比の経年比較

※全国平均を1としたときの大阪市平均の割合を示したものです。



令和5年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果【大阪市の概要】

1 調査の目的

- (1) 子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能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。
- (2) 各教育委員会、各国公立学校が全国的な状況との関係において自らの子供の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子供の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各国公立学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査対象者

小学校第5学年

中学校第2学年

(ただし、小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障がいの状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断すること。)

3 調査事項

(1) 実技に関する調査(新体力テスト)

◇小学校調査[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、ソフトボール投げ

◇中学校調査[8種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走(男子 1,500m、女子 1,000m)、
20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択して実施する。

(2) 質問紙調査

◇児童・生徒質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査を実施する。

◇学校質問紙調査

子供の体力・運動能力等の向上等に係る取組等に関する質問紙調査を実施する。

4 調査実施日

令和5年4月から令和5年7月末までの期間に実施する。

(※1～4はスポーツ庁の実施要領を参照)

5 大阪市立学校の参加状況

◇小学校281校、義務教育学校前期課程1校が参加 (参加児童数 18,484人)

◇中学校128校、義務教育学校後期課程1校が参加 (参加生徒数 15,201人)

6 調査結果の概要

(1)実技に関する調査

<全国の結果の前年度との比較>(スポーツ庁分析より)

- ◇令和4年度と比較すると、小・中学校男子については若干の向上、小学校女子については横ばいであった。中学校女子については低下ではあったものの、令和元年度調査から連続する低下傾向が緩やかになった。これらより、全体としては横ばい、向上傾向と捉えられる結果。
- 小学校では、男女ともに「上体起こし」「長座体前屈」が向上し、「握力」は低下した。男子は、「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」も向上。
- 中学校では、男女とも「長座体前屈」「50m 走」は向上、「握力」「ハンドボール投げ」は、ほぼ横ばいもしくはやや低下した。男子は「上体起こし」「反復横とび」「20m シャトルラン」「立ち幅とび」「持久走」も向上。女子はほぼ横ばいもしくはやや低下となった。

<令和5年度 全国調査結果との比較>

- ◇小学校では、男女ともすべての項目で全国平均を下回った。
特に、男女とも「反復横跳び」「立ち幅跳び」において、大きく差があった。
(重点種目:反復横跳び・立ち幅跳び)
- ◇中学校では、男女とも「上体起こし」「反復横とび」「20m シャトルラン」で全国平均を上回った。
(重点種目:長座体前屈・立ち幅跳び)

<大阪市の結果の前年度との比較>

- ◇小学校では、令和4年度と比べ、男子は「上体起こし」「反復横跳び」「20m シャトルラン」「50m 走」「ソフトボール投げ」の 8 項目中5項目で上回った。女子は「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m走」の 8 項目中3項目で上回った。
- ◇中学校では、男子は「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m走」の 8 項目中3項目で上回った。女子は「握力」「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m走」の 8 項目中4項目で上回った。
なお、本市では全身持久力のテストでは「20m シャトルラン」を選択し測定するよう周知している。

<体力合計点経年比較>

- ◇本調査において、体力合計点における経年比較について考察すれば、全国平均値との差はあるものの、概ね全国平均値と同様の傾向を示してきた。しかし、令和5年度において、中学校男子については前年度より全国平均値との差が広がり、女子については全国平均値との差が縮まった。

<総合評価>

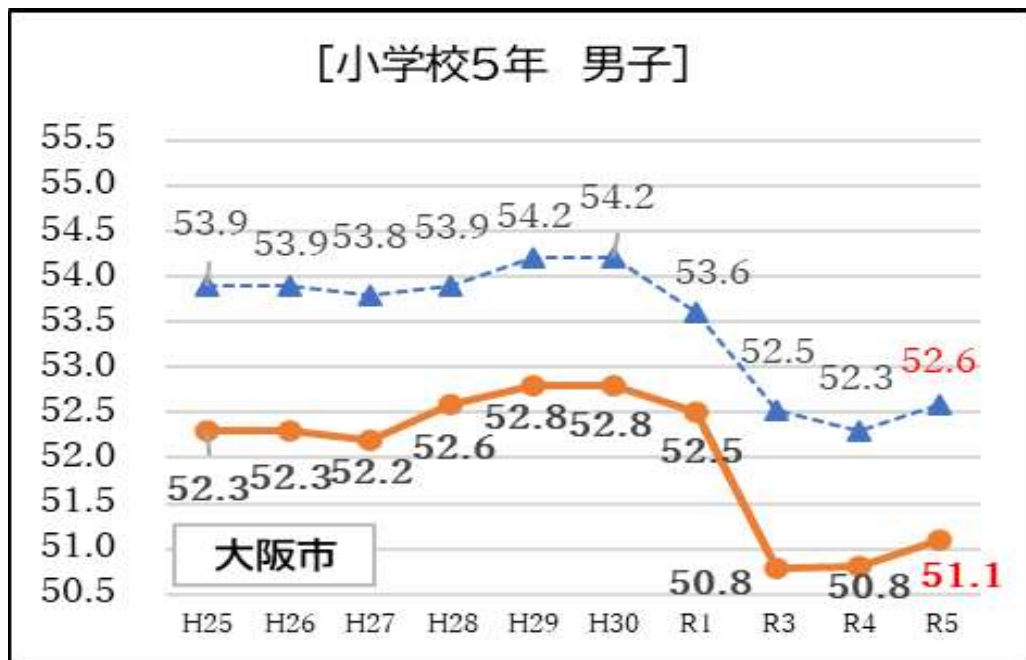
- ◇小学校では、全国の割合と比べて、男女ともに、A・Bの割合が低く、D・Eの割合が高かった。
特に、DとEを合わせた割合が、小学校男子で40%を超えている。
- ◇中学校では、全国の割合と比べて、男女ともにAの割合が低かった。
※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

<小学校5年男子 大阪市経年比較>(全国の公立校を対象としたものです)

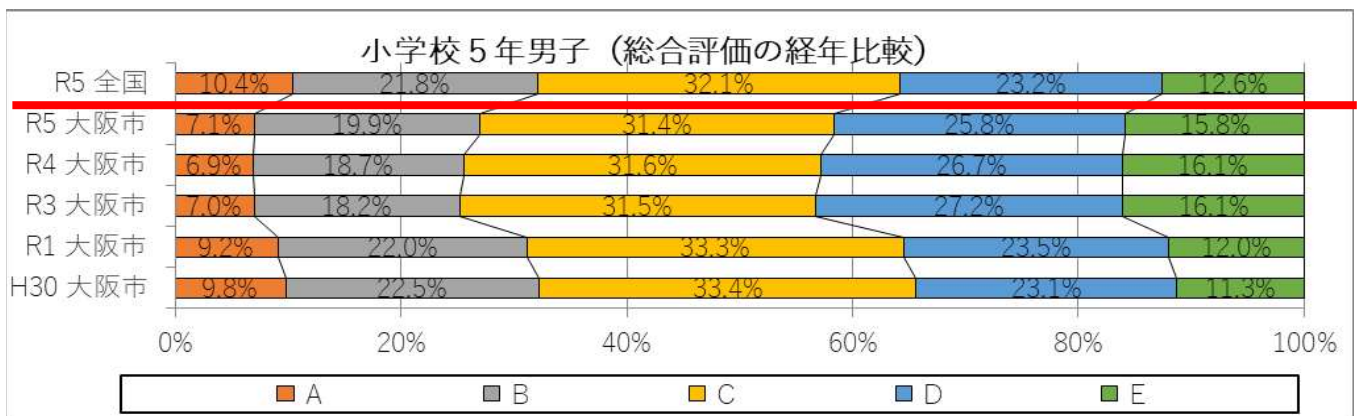
小学校5年男子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R5 全国	16.13	19.00	33.98	40.60	46.92	9.48	151.13	20.52	52.59
R5 大阪市	15.97	18.72	32.66	38.27	45.10	9.50	147.92	20.35	51.13
R4 大阪市	16.11	18.44	33.14	38.26	42.95	9.59	148.22	20.07	50.83
R3 大阪市	16.11	18.48	32.94	37.73	42.24	9.50	147.79	20.23	50.79
R1 大阪市	16.40	19.40	32.70	39.96	48.15	9.41	149.30	21.44	52.53
H30 大阪市	16.50	19.30	32.69	39.78	49.39	9.37	149.73	21.98	52.80
R5 全国との比較	-0.16	-0.28	-1.32	-2.33	-1.82	-0.02	-3.21	-0.17	-1.46
大阪市の前年度との比較	-0.14	0.28	-0.48	0.01	2.15	0.09	-0.30	0.28	0.30

※網掛は昨年度の大阪市の平均、令和5年度の全国平均を下回っている項目

<小学校5年男子 体力合計点経年比較>



<小学校5年男子 大阪市総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<小学校5年女子 大阪市経年比較>(全国の公立校を対象としたものです)

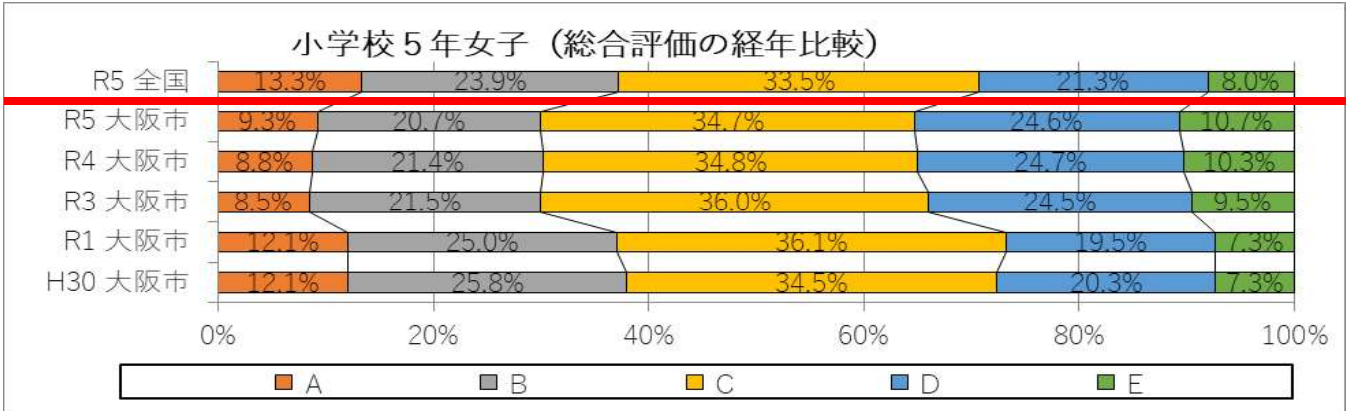
小学校5年女子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R5 全国	16.01	18.05	38.45	38.73	36.80	9.71	144.29	13.22	54.28
R5 大阪市	15.88	17.85	37.44	36.49	34.75	9.74	140.20	12.69	52.67
R4 大阪市	16.01	17.55	38.00	36.50	34.13	9.76	140.76	12.77	52.65
R3 大阪市	16.00	17.64	37.71	36.25	34.55	9.70	140.60	12.84	52.81
R1 大阪市	16.15	18.51	37.54	38.38	38.97	9.65	142.68	13.31	54.47
H30 大阪市	16.06	18.33	37.25	37.99	39.25	9.63	142.67	13.71	54.45
R5 全国との比較	-0.13	-0.20	-1.01	-2.24	-2.05	-0.03	-4.09	-0.53	-1.61
大阪市の前年度との比較	-0.13	0.30	-0.56	-0.01	0.62	0.02	-0.56	-0.08	0.02

※網掛は昨年度の大阪市の平均、令和5年度の全国平均を下回っている項目

<小学校5年女子 体力合計点経年比較>



<小学校5年女子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<中学校2年男子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

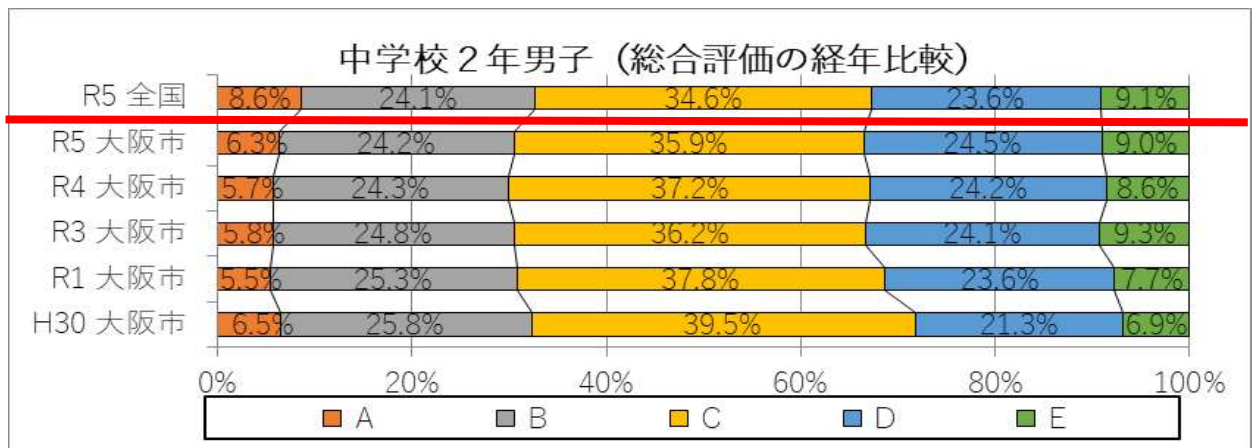
中学校2年男子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	持久走 秒	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R5 全国	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	41.32
R5 大阪市	28.62	26.21	42.04	51.65	417.51	79.05	8.05	194.78	19.88	40.79
R4 大阪市	28.88	26.10	42.66	51.66	425.87	77.74	8.08	196.13	19.98	40.80
R3 大阪市	28.90	26.27	42.12	51.88	416.03	78.32	8.08	195.40	20.03	40.71
R1 大阪市	28.76	27.39	41.41	51.68	414.79	82.53	8.11	192.16	20.17	41.04
H30 大阪市	29.05	27.74	41.48	52.14	410.43	85.66	8.06	192.58	20.29	41.72
R5 全国との比較	-0.40	0.39	-2.12	0.43	-8.49	0.98	-0.04	-2.24	-0.52	-0.53
大阪市の前年度との比較	-0.26	0.11	-0.62	-0.01	8.36	1.31	0.03	-1.35	-0.10	-0.01

※網掛は昨年度の大阪市の平均、令和5年度の全国平均を下回っている項目

<中学校2年男子 体力合計点経年比較>



<中学校2年男子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<中学校2年女子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

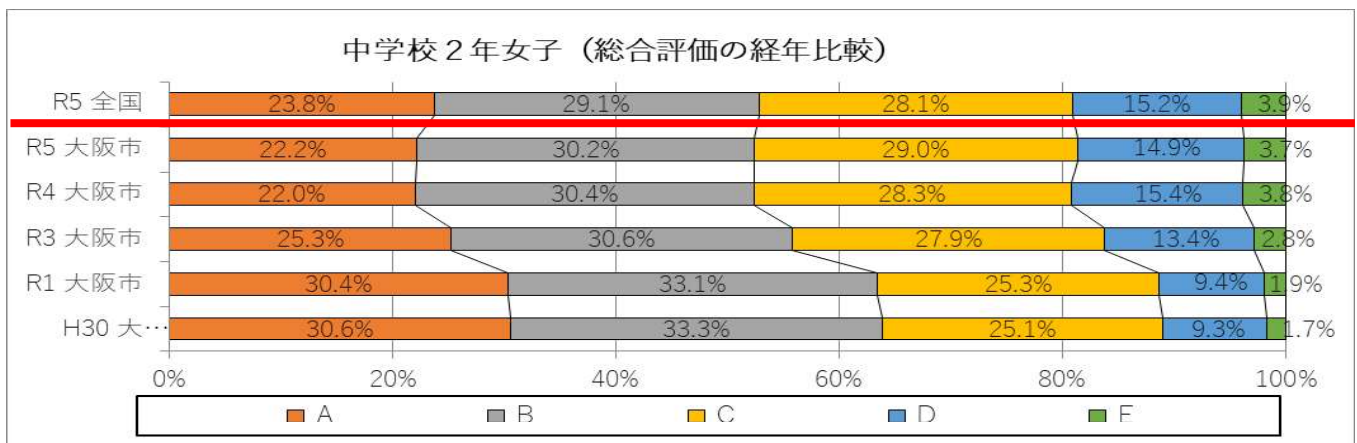
中学校2年女子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	持久走 秒	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R5 全国	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22
R5 大阪市	23.11	22.12	44.78	46.25	313.19	52.11	9.03	165.29	12.10	46.99
R4 大阪市	23.08	21.91	45.40	46.34	321.08	51.72	9.07	166.28	12.26	47.00
R3 大阪市	23.42	22.44	44.71	46.94	306.26	53.61	9.01	167.76	12.62	48.06
R1 大阪市	24.12	24.15	45.67	47.38	307.41	58.40	8.92	169.36	12.99	50.13
H30 大阪市	24.06	23.91	44.95	47.47	304.56	59.88	8.89	168.48	12.96	50.14
R5 全国との比較	-0.04	0.50	-1.49	0.60	-6.93	1.41	-0.08	-1.05	-0.33	-0.23
大阪市の前年度との比較	0.03	0.21	-0.62	-0.09	7.89	0.39	0.04	-0.99	-0.16	-0.01

※網掛は昨年度の大阪市の平均、令和5年度の全国平均を下回っている項目

<中学校2年女子 体力合計点経年比較>



<中学校2年女子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

(2)質問紙調査

〔児童生徒質問紙〕

◇「運動やスポーツをすることが好き」と答えた児童・生徒の割合では、小学校男子と中学校女子は全国を上回ったが、小学校女子、中学校男子は全国と比べて低かった。また、「好き」と答えた児童・生徒ほど、体力合計点が高かった。

昨年度と比べて、小学校・中学校の男女とも上回っている。

◇「毎日朝食を食べる」と答えた児童・生徒の割合は、小学校・中学校の男女ともに、全国と比べて低かった。また、「毎日食べる」児童・生徒は、体力合計点が高かった。

昨年度と比べて、小学校男女、中学校男女で下回っている。

◇「テレビやビデオ・DVD等」の視聴時間に関して、小学校男女・中学校女子で平日4時間以上、中学校男子は平日3時間以上視聴する児童・生徒の割合は、全国と比べて高かった。小学校男女・中学校男子では「5時間以上」の児童生徒で体力合計点が低かった。中学校女子では、「全く見ない」生徒の体力合計点が低い傾向にある。

◇「体育・保健体育の授業は楽しい」と答えた児童・生徒の割合は、肯定的に回答している小学校男女及び中学校男子が9割前後で、全国同様に高い値であった。中学校女子では、8割程度が肯定的な回答をしている。

また、「楽しい」と答えた児童・生徒は、体力合計点が高く、一週間の総運動時間も長かった。

◇「保健体育の授業では、進んで学習に参加していますか」に関しては、小学校男女、中学校男子では肯定的な回答が9割前後で、全国同様に高い値であった。

また、「いつもすすんで学習している」と答えた児童・生徒は、体力合計点が高く、一週間の総運動時間も長かった。

◇小中学校男女共に「卒業後、授業以外でも自主的に運動(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」について肯定的な回答をしている割合は、全国より少ない。特に、中学校女子の3割弱が「あまり思わない、思わない」と回答している。

〔学校質問紙〕

◇児童生徒の体力・運動能力向上に係る取組について、「前年度に、児童・生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していた」学校の割合は、全国と比べて小中学校とも高かった。

◇体育・保健体育授業以外での「体力・運動能力の向上の取組」について、「行った」学校の割合は、全国と比べて、小学校は上回り、中学校は下回った。

取組については、小学校では「中休み」に取り組むことが多く、「なわとび」や「ランニング」などの活動を実施し、自己の成果を記録する取組を行う学校が多い。中学校では「昼休み」に取り組むことが多く、「ボール運動」を実施し、自主的な準備・計画をさせるなどの取組を行う学校が多い。

◇学校の体育・保健体育の授業について、「令和4年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた取組をしていますか」の質問に、小学校・中学校とも8割以上と高かった。

7 調査結果から明らかになった大阪市の現状と課題

◇国の調査では、①小・中学校の男女とも、1週間の総運動時間「420分以上」の割合に減少が見られ、「60分未満」の割合は今年度も増加傾向。特に中学校女子において「0分」の割合が大幅に増加。②肥満傾向である児童生徒の割合は昨年度よりやや減少③朝食欠食(毎日食べる)④睡眠時間(1日8時間以上)⑤学習以外のスクリーンタイムの増加などの生活習慣の確立が重要としている。

本市においても、同様の傾向がみられるが、各校における児童生徒の体力向上の取組は、前年度と比較して小・中学校とも「増えた」とする学校が増加した。

◇大阪府教育振興基本計画の基本的な方向5「健やかな体の育成」において、体力合計点の対全国比(全国体力・運動能力・運動習慣等調査)における2025(R7)年度末の目標値(小学校男女1.00、中学校男女1.01)を設定しているが、2023(R5)の体力合計点の対全国比は、小学校男女では0.97、中学校男子0.99・中学校女子で1.00となり、ほぼ横ばいであった。

◇「運動やスポーツをすることは好きですか」の質問について、小学校では男子73.0%、女子52.9%、中学校では、男子62.9%、女子43.4%となっており、小学校男子と中学校女子が全国を上回った。「運動が好き」の割合が高い児童生徒ほど、体力合計点が高く、1週間の総運動時間が多くなっている傾向があることから、授業等で運動意欲を高めるとともに、引き続き、「運動が好き」になる授業づくりの工夫・改善をしていく必要がある。

◇1週間の総運動時間では、420分以上の運動する割合が小学校男女で全国を上回っている。中学校男女は全国を下回っている。前年度の大阪市と比べると、小学校男女では減少し、中学校男女では増加している。

60分未満の割合は、小・中学校の男女とも全国よりも多い。また、小学校女子、中学校男女では前年度の大阪市と比較し増加している。しかし、小学校男子では前年度の大阪市より減少している。

一方で、中学校男女で全国と同様、1週間で12時間程度運動している生徒も多く(2極化)、平日2時間、休日3時間程度の活動時間相当で運動を実施していると考えられる。

◇種目別に見ると全国平均との差が大きいのは、小学校では「反復横跳び」、「立ち幅跳び」、中学校では、「長座体前屈」「立ち幅とび」に課題が見られた。

◇小・中学校男女共に「卒業後、授業以外でも自主的に運動(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」について肯定的な回答をしている割合は、全国より少なかった。

◇「令和4年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた取組をしていますか」の質問に、小学校・中学校とも8割以上と高かった。「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」を活用することにより、子どもたちの体力の状況や意識について分析し、成果と課題を確認することができている。

8 今後の取組

○教育委員会事務局の取組

(1)教育振興基本計画に基づいた「子どもの体力づくり強化プラン」の推進

- ・大阪市の子どもたちの体力向上に向けての基本となるものであり、子どもの体力向上に向けて具体的な取組を示す。
- ・「リーフレット『いっしょにのぼそう！子どもの体力』」により保護者あて啓発する。本リーフレットは、学校から保護者に配付するとともに区のホームページにも掲載し、家庭・学校・地域が協力した子どもたちの体力向上の取組に活用する。
- ・「令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」【大阪市の結果】を踏まえた次年度の取組について、校園ネットワーク(SKIPポータルサイト)に掲載する。
- ・積極的に体力向上の取組を実践している学校を紹介する。

(2)調査結果より見えてきた課題への取組

①子どもたちの運動機会を増やし、運動意欲を高める取組の推進

- ・子どもの体力向上推進委員会等で検討し、学校の実情に応じた、各種目に対応した運動や活動を日常的に取り入れることや、授業内で運動量を確保する工夫をするよう指導する。
- ・活動の最初に取り組む意欲を向上させるような小学校教員向け研修(シナプソロジー)を実施する。
- ・関係局区等と協力するなどして、運動やスポーツに親しむ機会を提供する。

②教員の指導力を向上させる

- ・教育委員会事務局が主催する教員対象の指導方法に関する研修会を開催する。

③「新体力テスト」の実施にあたっての指導助言

- ・新体力テストの測定方法の動画資料を校園ネットワーク(waku×2.com-bee)に掲載し校内研修等で活用できるようにする。
- ・小学校教育研究会体育部に協力いただいた、資料「新体力テストの測定に向けて」を配布する。

○小中学校の取組

(1)「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」の作成

- ・校長は、全国及び大阪市の子どもの体力の状況を踏まえ、自校の子どもの体力向上に係る成果と課題を検証し、明らかになった現状等に基づいて、「新しい生活様式」を踏まえたうえで、学校のホームページの公表資料「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」等を作成し、課題を分析・工夫・改善するとともに、自校の子どもの体力の現状等を学校協議会等で説明する。

(2)「リーフレット『いっしょにのぼそう！子どもの体力』」の活用

- ・『いっしょにのぼそう！子どもの体力』リーフレットを配布・活用し、保護者への啓発していく。

(3)「新体力テスト」の実施にかかる測定方法の徹底

- ・令和3年度から校園ネットワーク(waku×2.com-bee)に掲載している新体力テストの測定方法の動画資料を校内研修等で活用し、正確な測定ができるよう取り組んでいく。

(4)小学校3・4年生については「新体力テスト」の全種目実施(オール大阪で実施)

- ・令和5年度から小学校3・4年生については大阪府全域で「新体力テスト」の全項目で実施し、5年生の全国体力・運動能力運動習慣等調査と継続して取り組む。
- ・各校における課題を共有し、継続した日々の授業や活動をととして「学校としての目標値」の明確化に取り組み、子どもたちに意識化させる。

(5)小学校において、「シナプソロジー」の実践

- ・小学校全校において、「2つのことを同時に」「左右別の動き」を取り入れた運動(シナプソロジー)の講習会を受け、校内で共有し、運動意欲を高める活動を実践する。
- ・実施にあっては、講習を受けた教員の担当学級で週に1, 2回、2か月間取り組んでいく。

新体力テストの得点表および総合評価

小学校

- 1 項目別得点表により、記録を採点する。
- 2 各項目の得点を合計し、総合評価をする。

項目別得点表

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

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

総合評価基準表

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

中学校

- 1 項目別得点表により、記録を採点する。
- 2 各項目の得点を合計し、総合評価をする。

項目別得点表

男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走(1500m)	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
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	10
9	51～55	33～34	58～63	60～62	5, 00～5, 16	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36	9
8	47～50	30～32	53～57	56～59	5, 17～5, 33	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33	8
7	43～46	27～29	49～52	53～55	5, 34～5, 55	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30	7
6	38～42	25～26	44～48	49～52	5, 56～6, 22	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27	6
5	33～37	22～24	39～43	45～48	6, 23～6, 50	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24	5
4	28～32	19～21	33～38	41～44	6, 51～7, 30	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21	4
3	23～27	16～18	28～32	37～40	7, 31～8, 19	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18	3
2	18～22	13～15	21～27	30～36	8, 20～9, 20	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15	2
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	1

女子

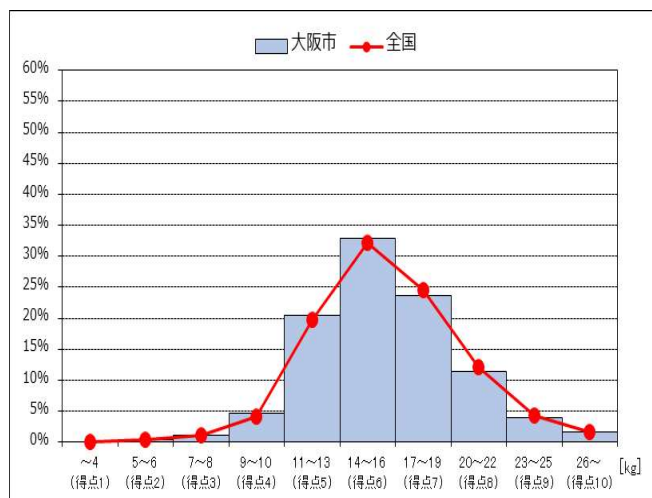
得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走(1000m)	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3, 49以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上	10
9	33～35	26～28	58～62	50～52	3, 50～4, 02	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22	9
8	30～32	23～25	54～57	48～49	4, 03～4, 19	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19	8
7	28～29	20～22	50～53	45～47	4, 20～4, 37	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17	7
6	25～27	18～19	45～49	42～44	4, 38～4, 56	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15	6
5	23～24	15～17	40～44	39～41	4, 57～5, 18	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13	5
4	20～22	13～14	35～39	36～38	5, 19～5, 42	27～34	9.4～9.8	145～156	11	4
3	17～19	11～12	30～34	32～35	5, 43～6, 14	21～26	9.9～10.3	132～144	10	3
2	14～16	8～10	23～29	27～31	6, 15～6, 57	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9	2
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	1

総合評価基準表

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

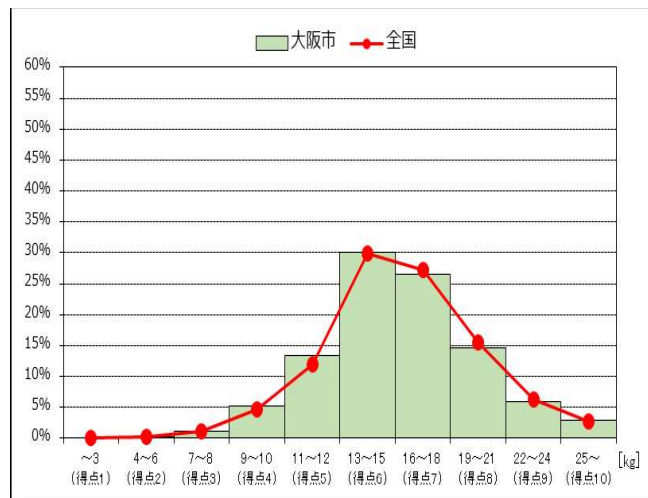
【握力】 男子

	大阪市	全国
平均値	15.97	16.13



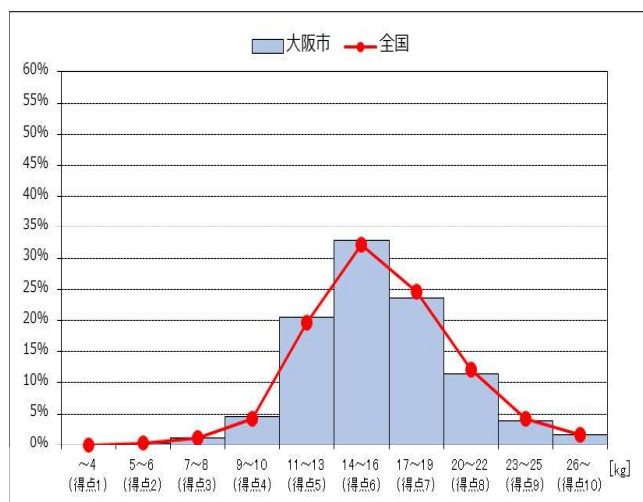
【握力】 女子

	大阪市	全国
平均値	15.88	16.01



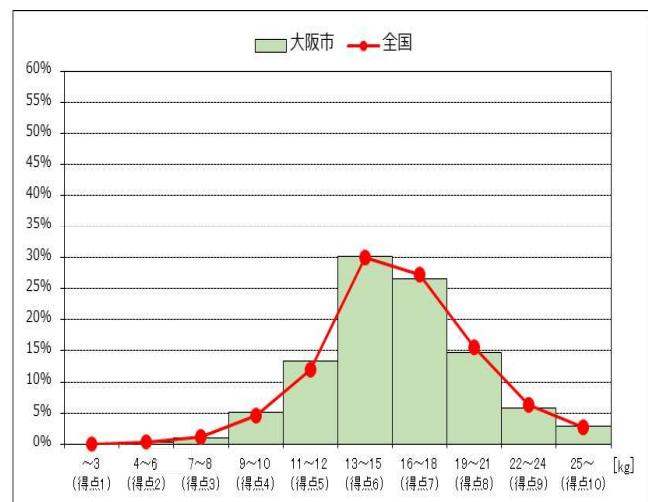
【上体起こし】 男子

	大阪市	全国
平均値	18.72	19.00



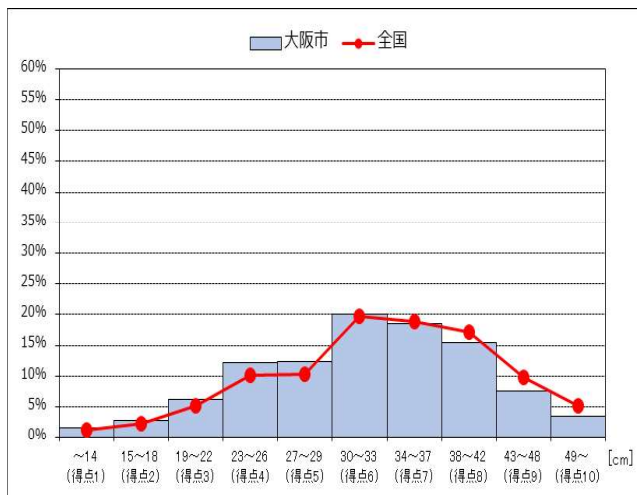
【上体起こし】 女子

	大阪市	全国
平均値	17.85	18.05



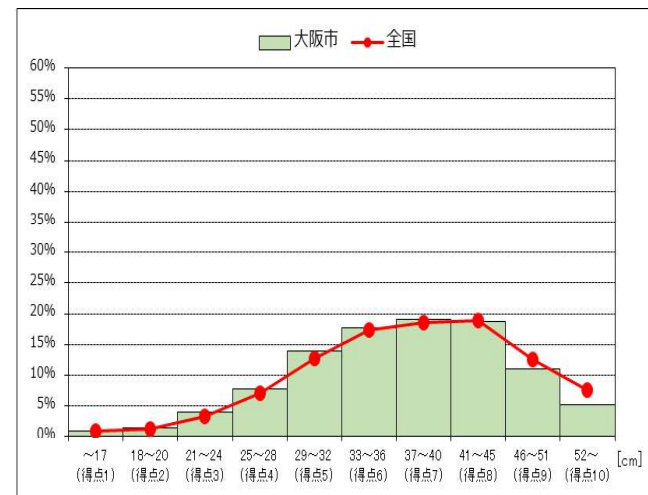
【長座体前屈】 男子

	大阪市	全国
平均値	32.66	33.98



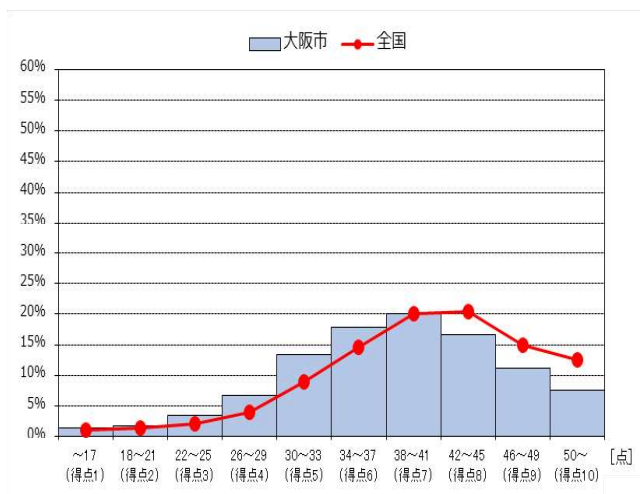
【長座体前屈】 女子

	大阪市	全国
平均値	37.44	38.45



【反復横とび】 男子

	大阪市	全国
【反復横とび】 男子	38.27	40.60



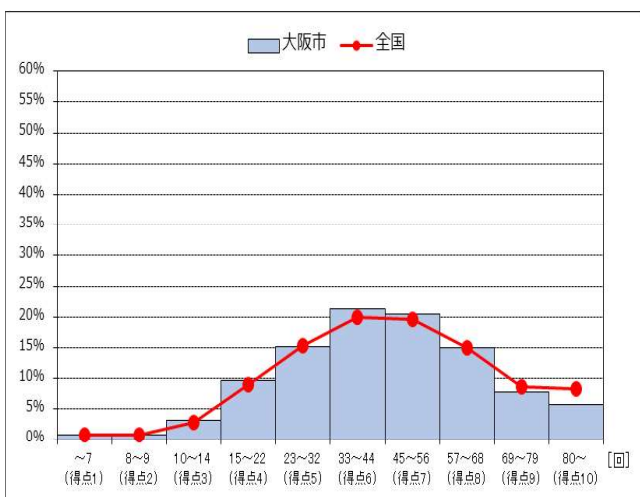
【反復横とび】 女子

	大阪市	全国
【反復横とび】 女子	36.49	38.73



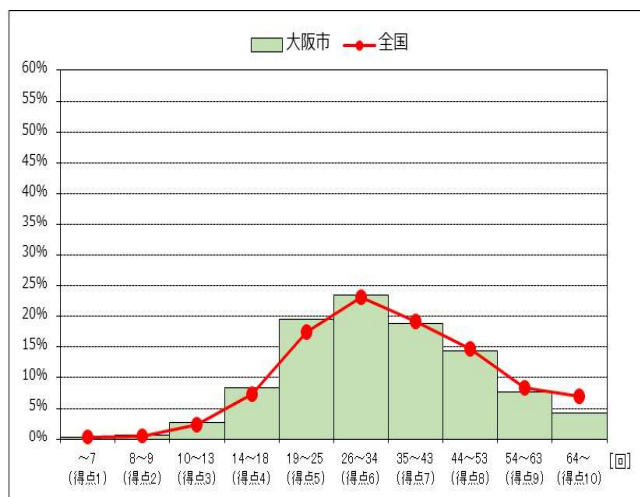
【20mシャトルラン】 男子

	大阪市	全国
【20mシャトルラン】 男子	45.10	46.92



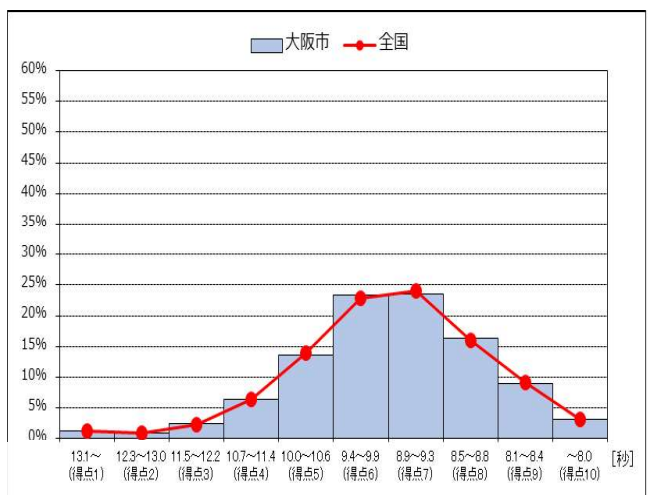
【20mシャトルラン】 女子

	大阪市	全国
【20mシャトルラン】 女子	34.75	36.80



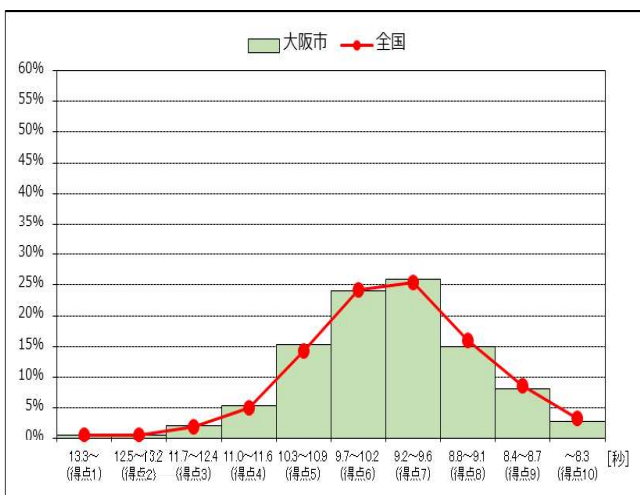
【50m走】 男子

	大阪市	全国
【50m走】 男子	9.50	9.48



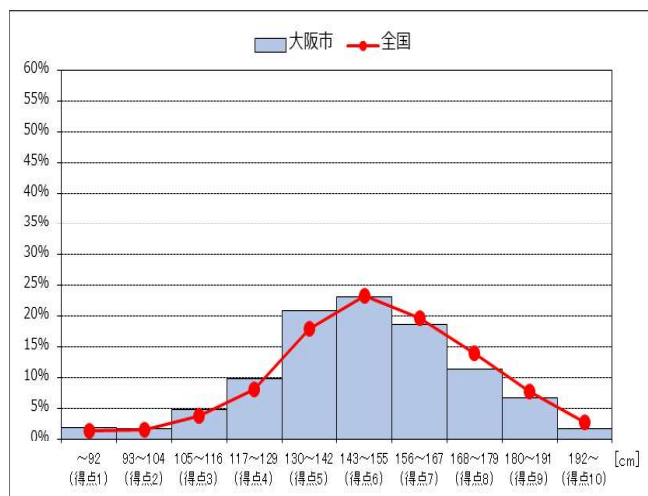
【50m走】 女子

	大阪市	全国
【50m走】 女子	9.74	9.71



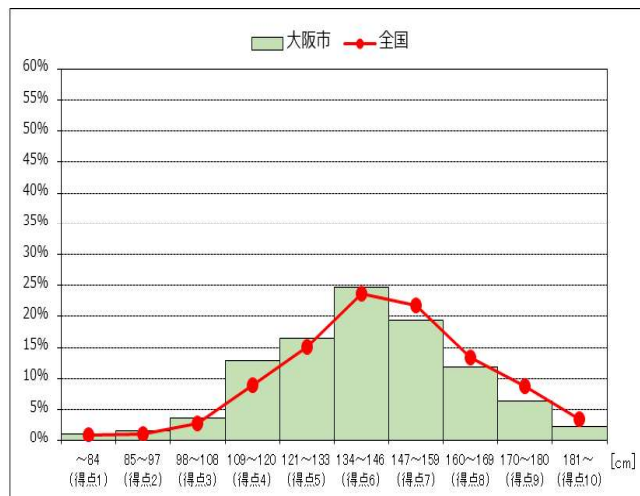
【立ち幅とび】 男子

	大阪市	全国
平均値	147.92	151.13



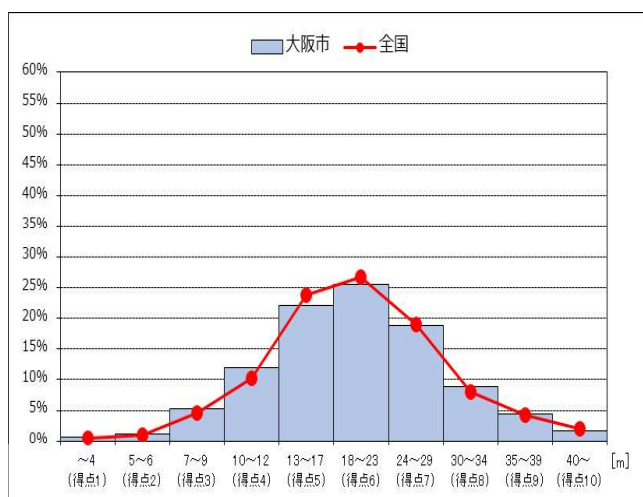
【立ち幅とび】 女子

	大阪市	全国
平均値	140.20	144.29



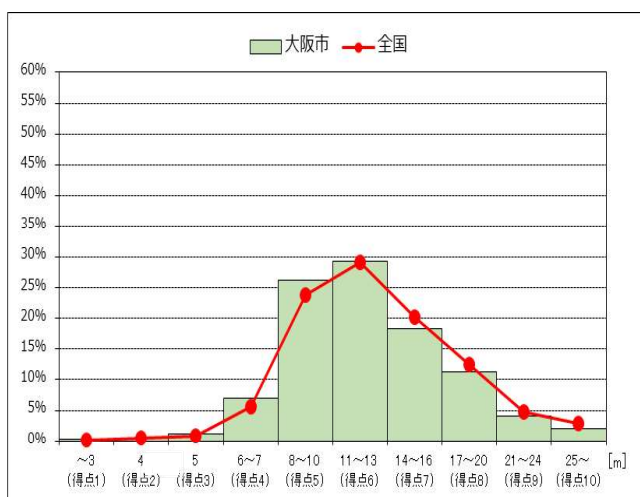
【ソフトボール投げ】 男子

	大阪市	全国
平均値	20.35	20.52



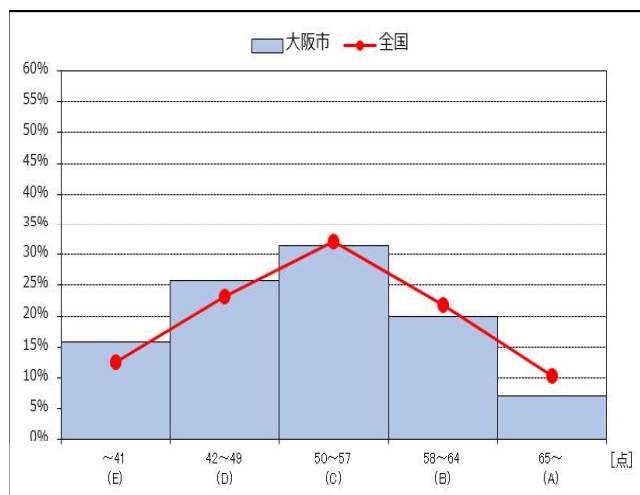
【ソフトボール投げ】 女子

	大阪市	全国
平均値	12.69	13.22



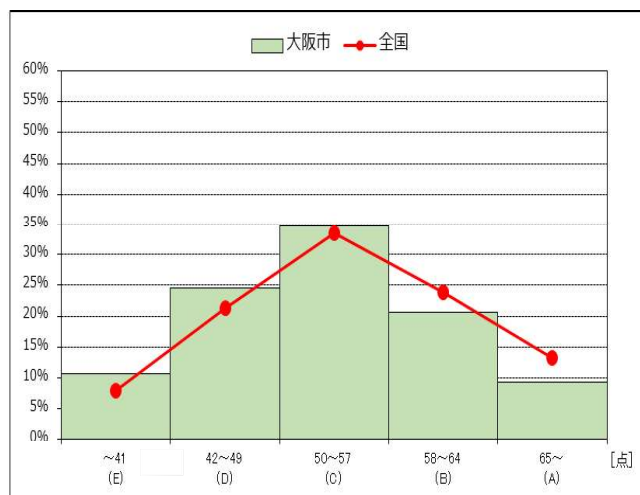
【総合評価】 男子

	大阪市	全国
平均値	51.13	52.59



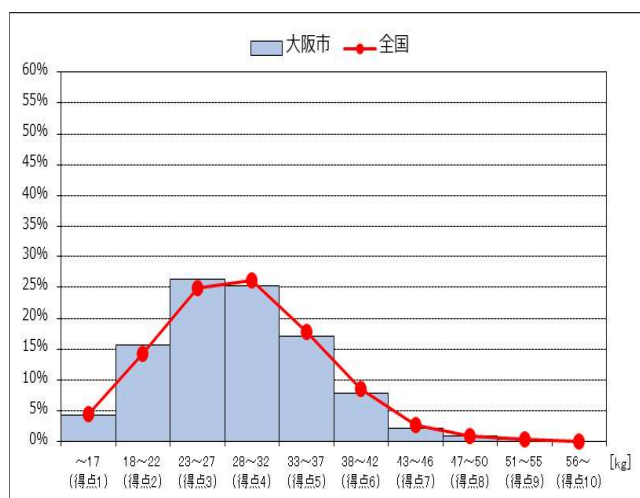
【総合評価】 女子

	大阪市	全国
平均値	52.67	54.28



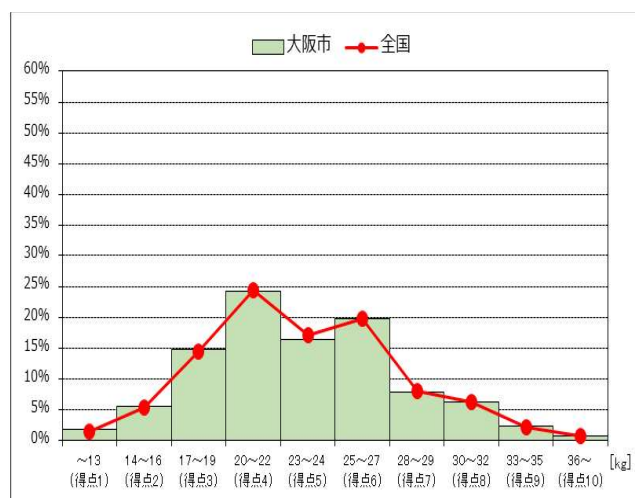
【握力】 男子

	大阪市	全国
平均値	28.62	29.02



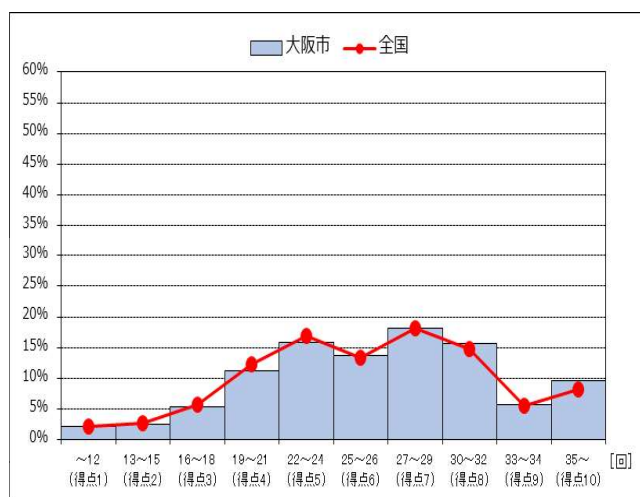
【握力】 女子

	大阪市	全国
平均値	23.11	23.15



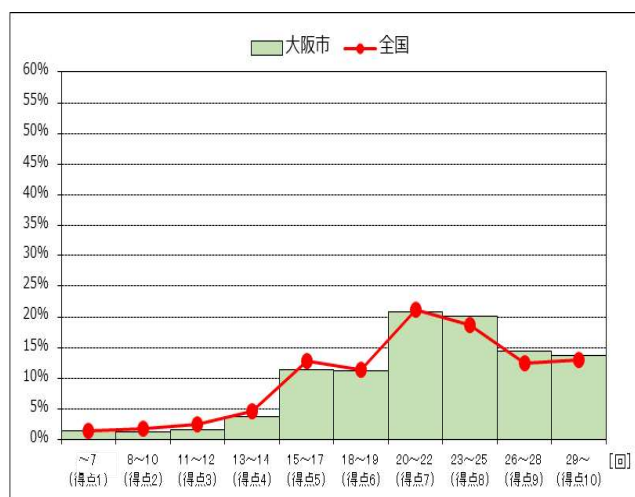
【上体起こし】 男子

	大阪市	全国
平均値	26.21	25.82



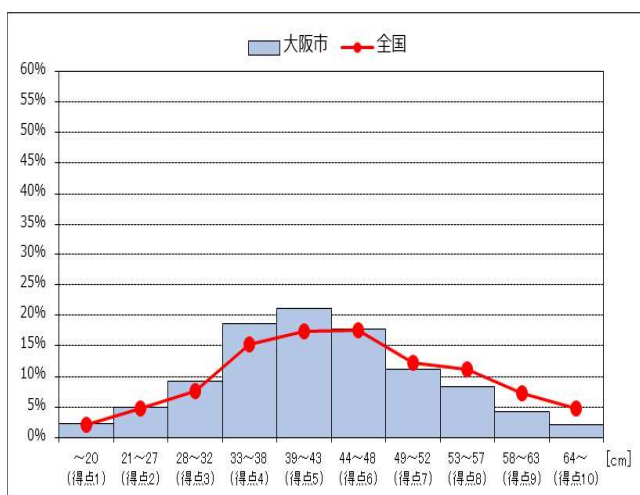
【上体起こし】 女子

	大阪市	全国
平均値	22.12	21.62



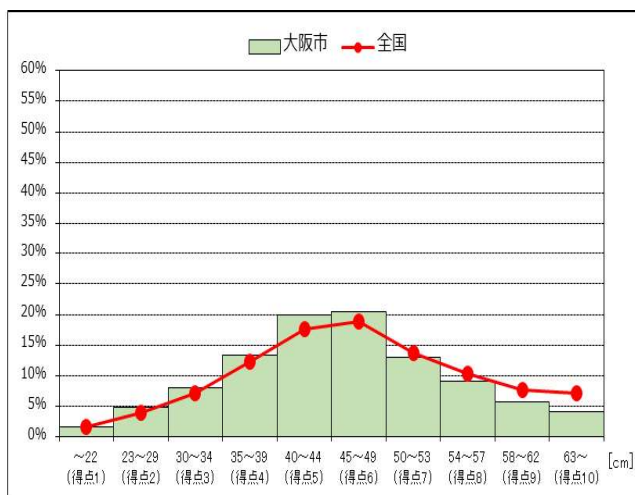
【長座体前屈】 男子

	大阪市	全国
平均値	42.04	44.16



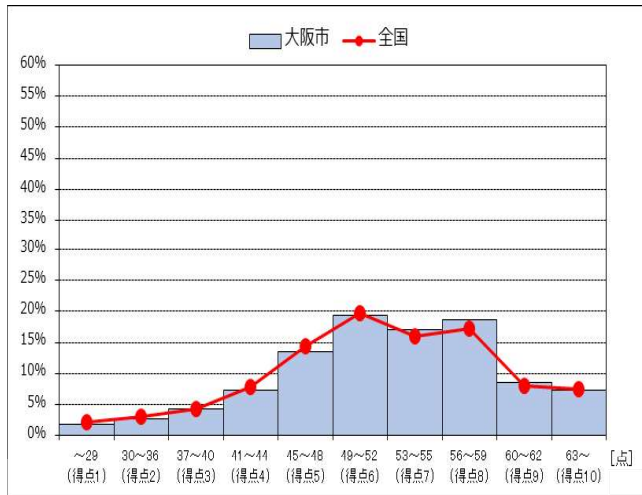
【長座体前屈】 女子

	大阪市	全国
平均値	44.78	46.27



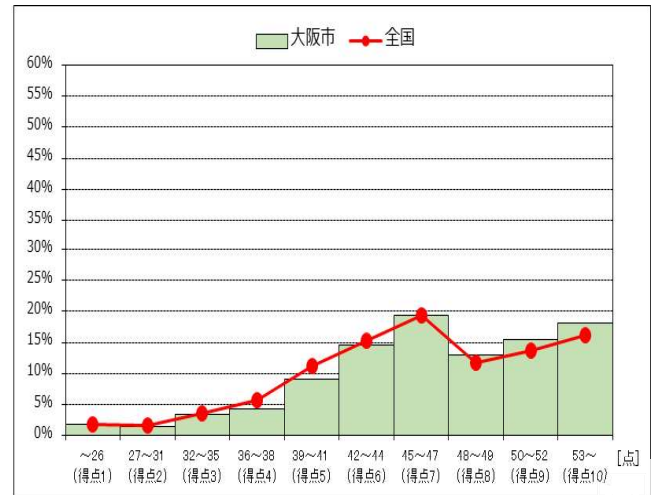
【反復横とび】 男子

	大阪市	全国
平均値	51.65	51.22



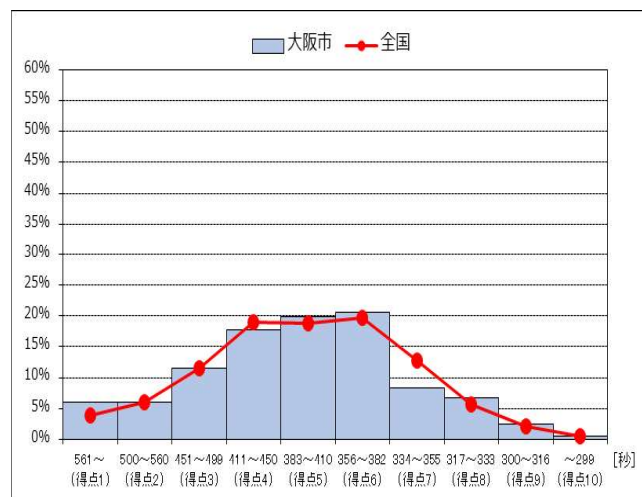
【反復横とび】 女子

	大阪市	全国
平均値	46.25	45.65



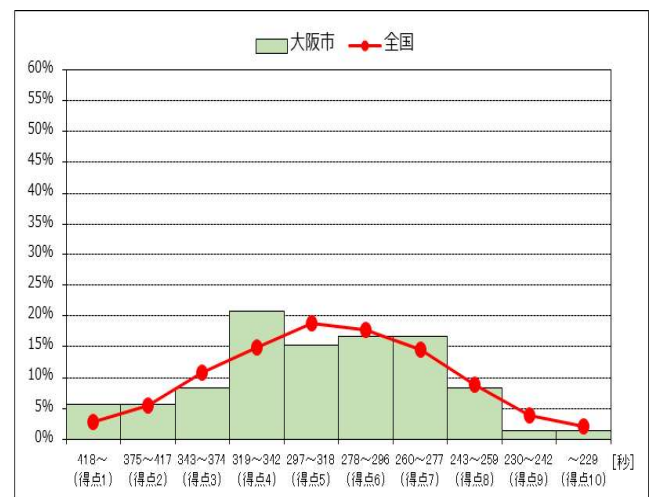
【持久走】 男子

	大阪市	全国
平均値	417.51	409.02



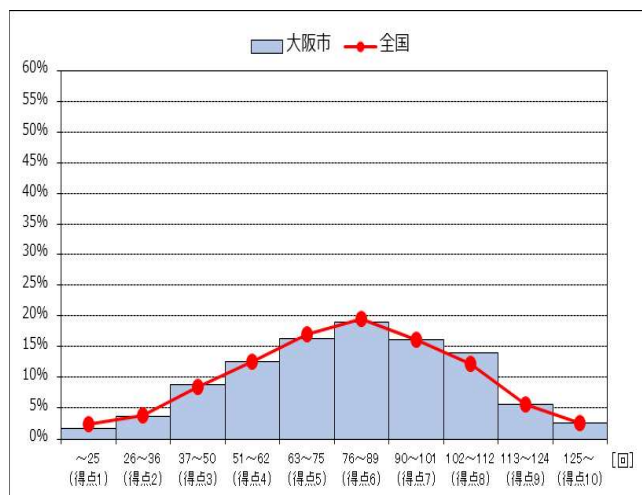
【持久走】 女子

	大阪市	全国
平均値	313.19	306.26



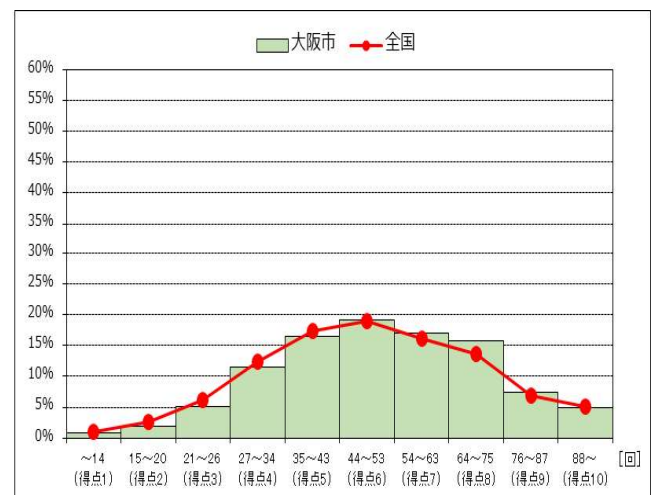
【20mシャトルラン】 男子

	大阪市	全国
平均値	79.05	78.07



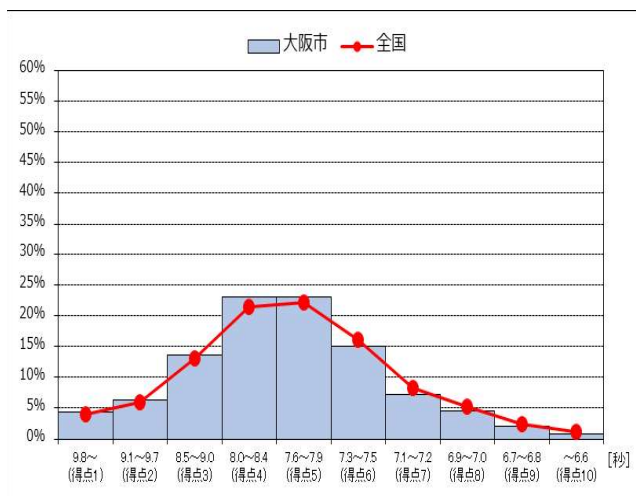
【20mシャトルラン】 女子

	大阪市	全国
平均値	52.11	50.70



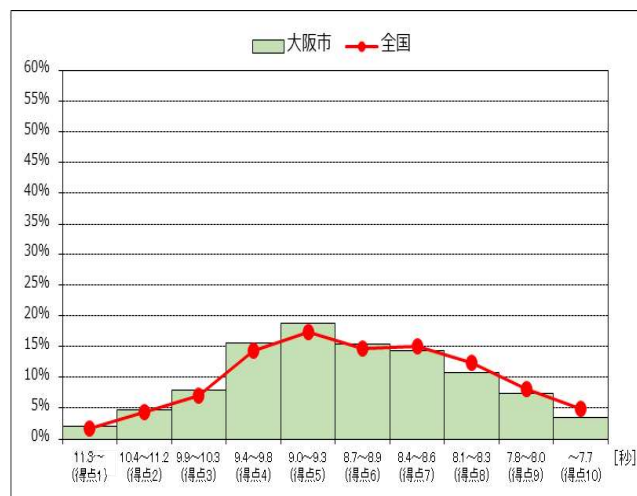
【50m走】 男子

	大阪市	全国
平均値	8.05	8.01



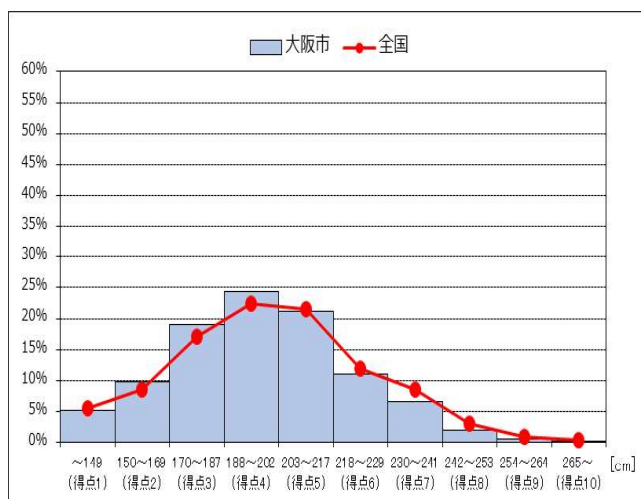
【50m走】 女子

	大阪市	全国
平均値	9.03	8.95



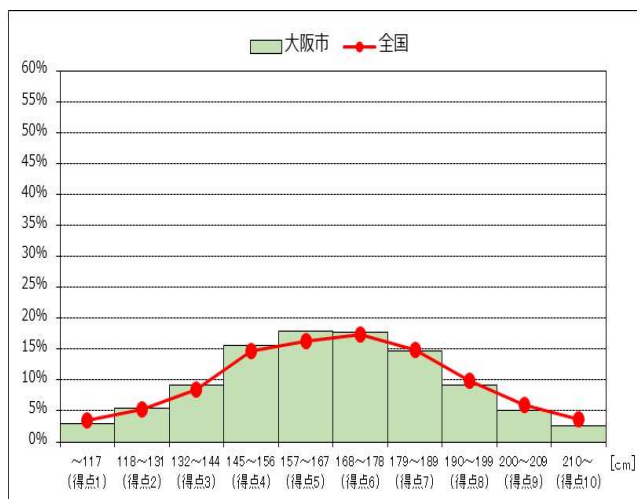
【立ち幅とび】 男子

	大阪市	全国
平均値	194.78	197.02



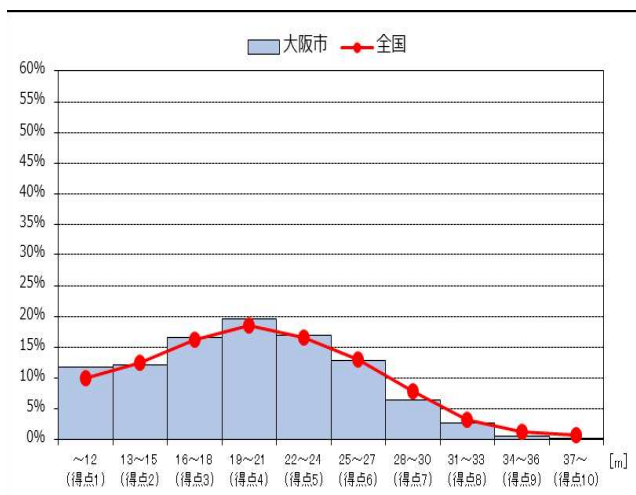
【立ち幅とび】 女子

	大阪市	全国
平均値	165.29	166.34



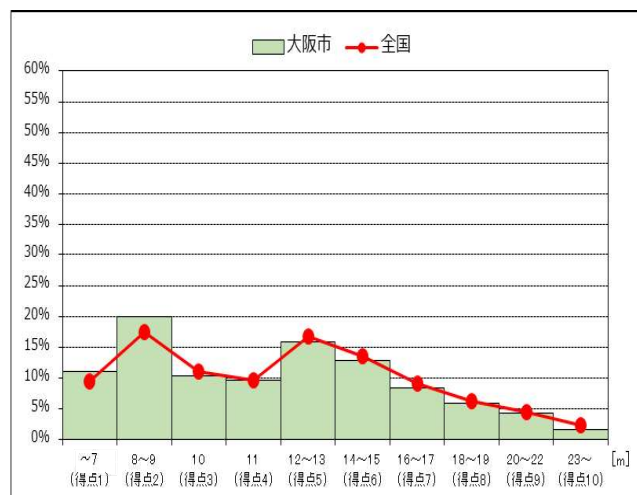
【ハンドボール投げ】 男子

	大阪市	全国
平均値	19.88	20.40



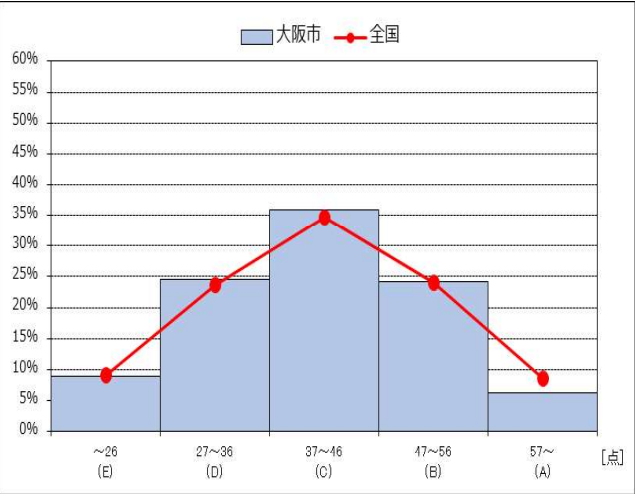
【ハンドボール投げ】 女子

	大阪市	全国
平均値	12.10	12.43



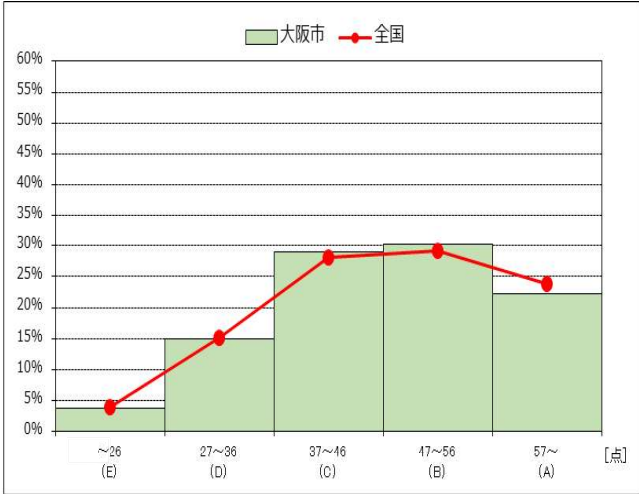
【総合評価】 男子

	大阪市	全国
平均値	40.79	41.32



【総合評価】 女子

	大阪市	全国
平均値	46.99	47.22

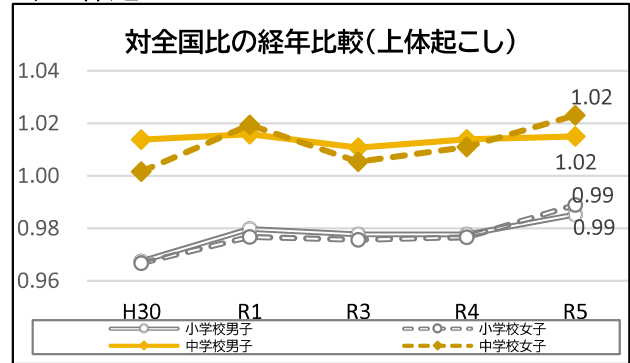
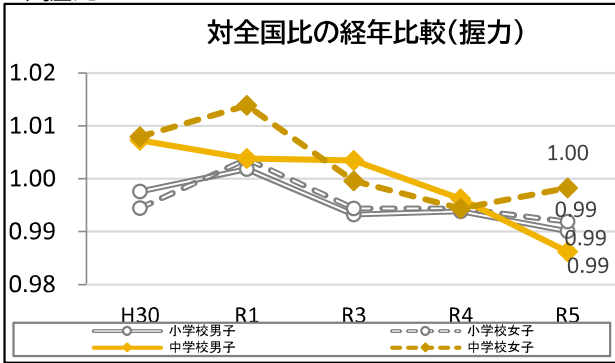


◆対全国比経年比較(各種目ごと)

※全国平均を1としたときの大阪市の割合を示したものです。

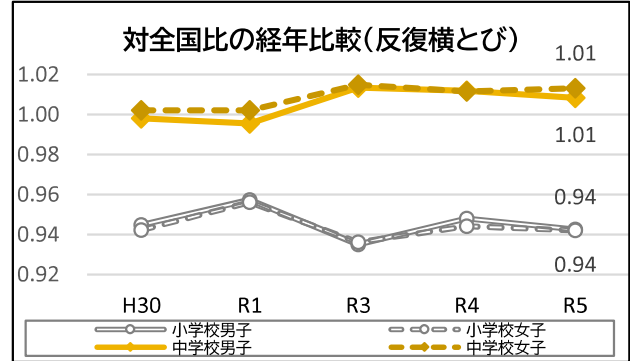
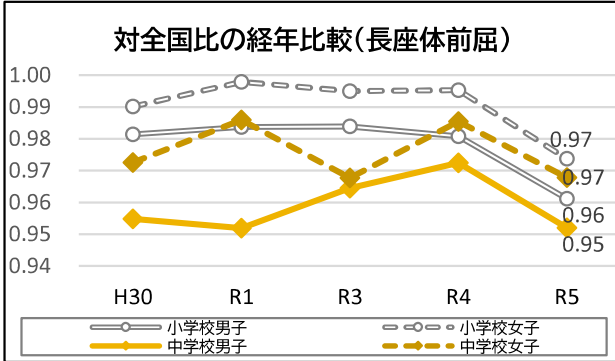
◇握力

◇上体起こし



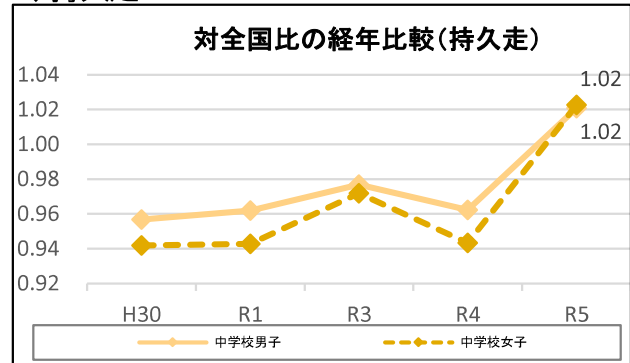
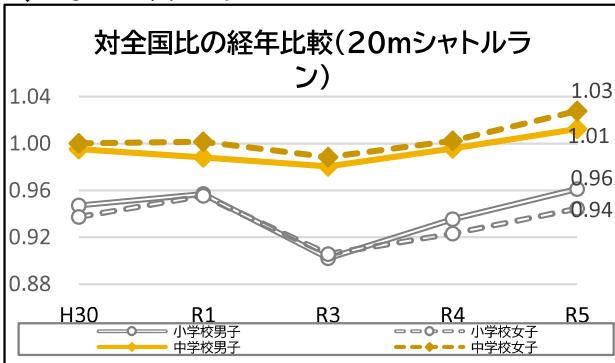
◇長座体前屈

◇反復横とび



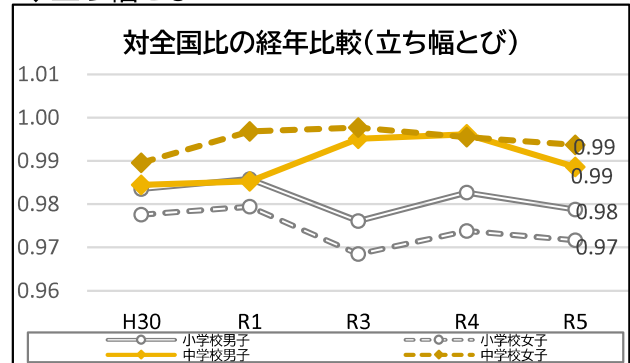
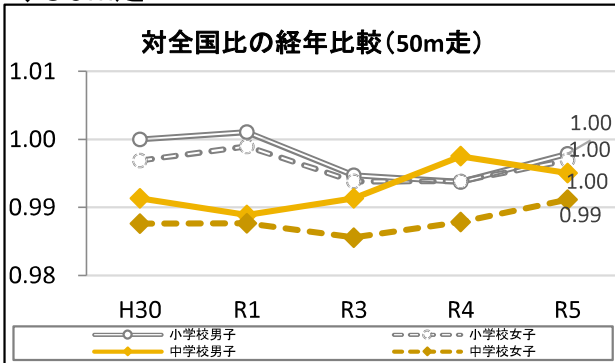
◇20mシャトルラン

◇持久走

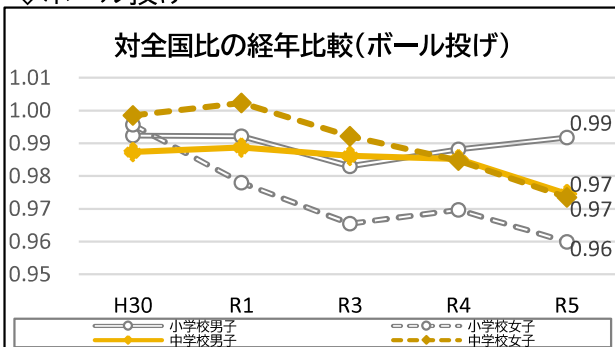


◇50m走

◇立ち幅とび



◇ボール投げ

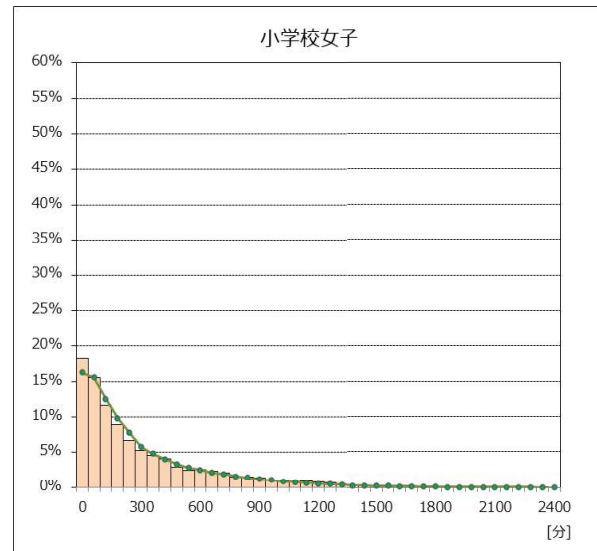
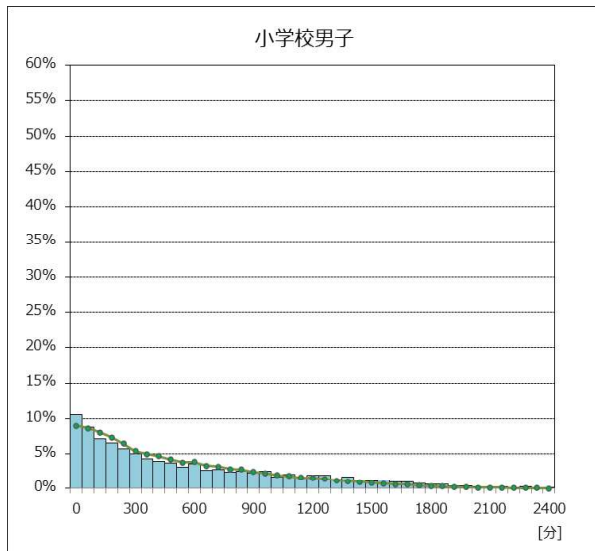


◇握力は、ほぼ全国平均である。
 ◇上体起こしは、中学校の男女とも全国平均を上回っている。
 ◇長座体前屈は、小学校男女・中学校男女とも昨年度より全国平均と差が開いた。
 ◇反復横とびは、中学校の男女で全国平均を上回り、小学校の男女では全国平均との差がある。
 ◇20mシャトルランは中学校の男女で全国平均を上回り、小学校の男女では改善傾向である。
 ◇50m走は、ほぼ全国平均である。
 ◇立ち幅とびは、小学校男女、中学校男女とも昨年度とほぼ横ばいである。
 ◇ボール投げは、小学校男子で改善傾向であるが、小学校女子・中学校男女については差が広がっている。

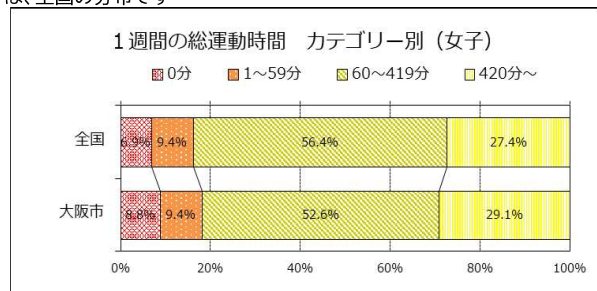
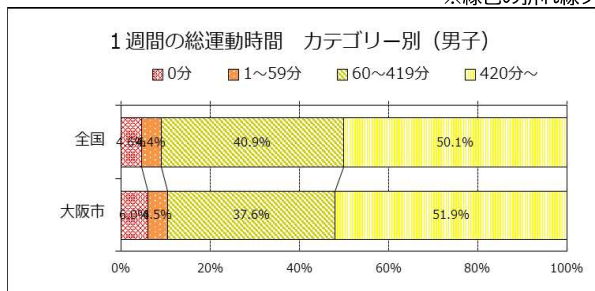
令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査
1週間の総運動時間の分布(体育の授業時間を除く)

大阪市教育局

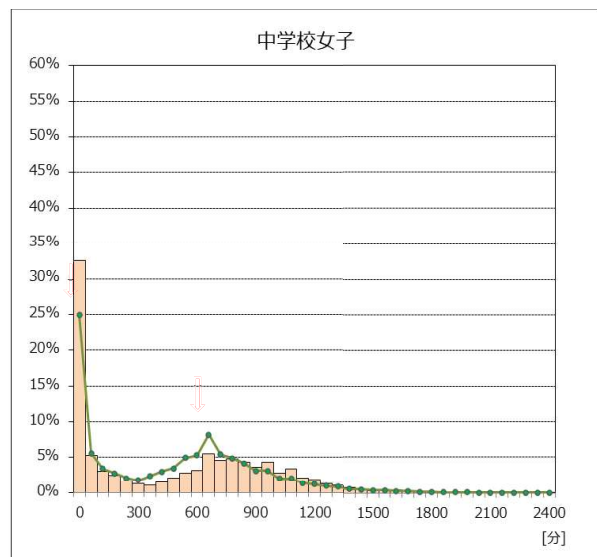
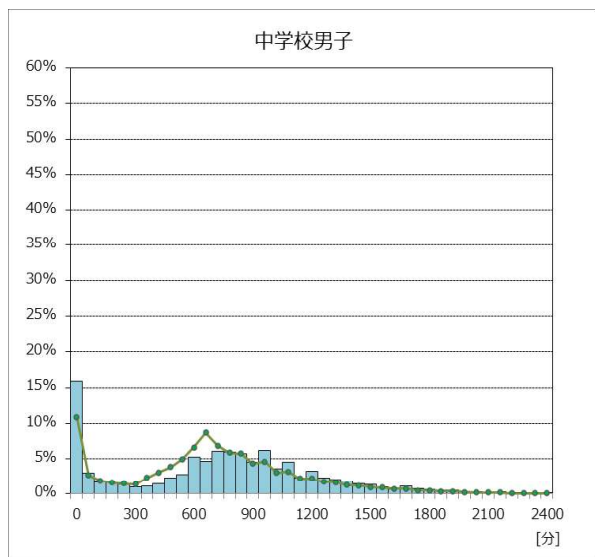
1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。
(0～59分、60～119分、120～179分……、2340～2400分)



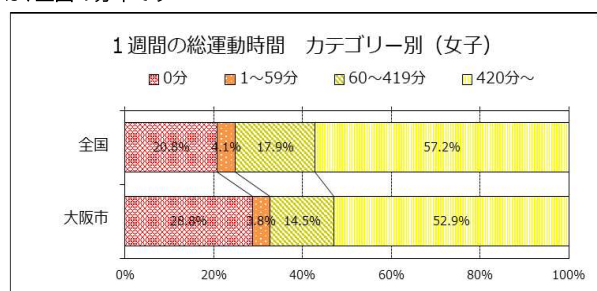
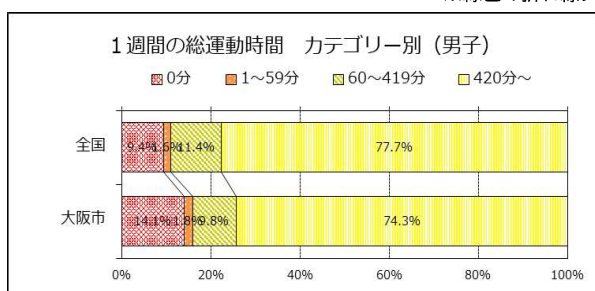
※緑色の折れ線グラフは、全国の分布です



※全国割合は公立以外も含む割合です。



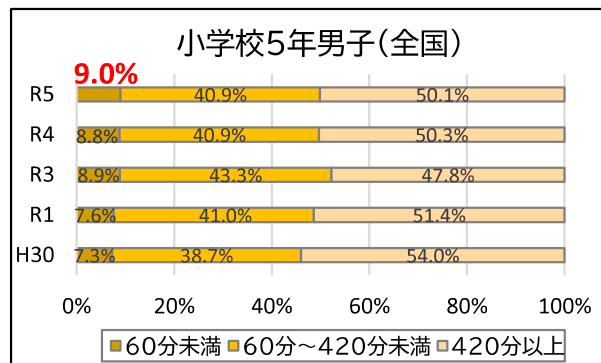
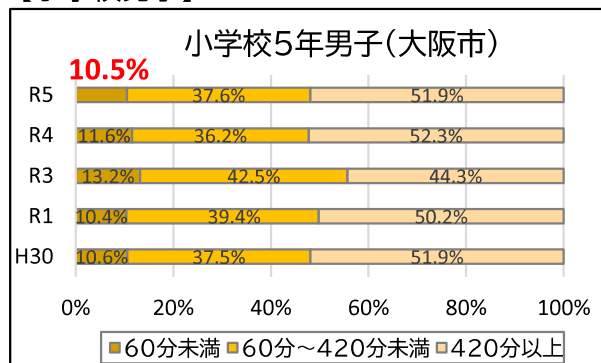
※緑色の折れ線グラフは、全国の分布です



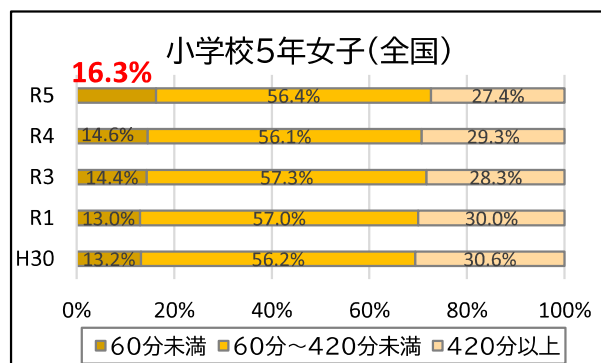
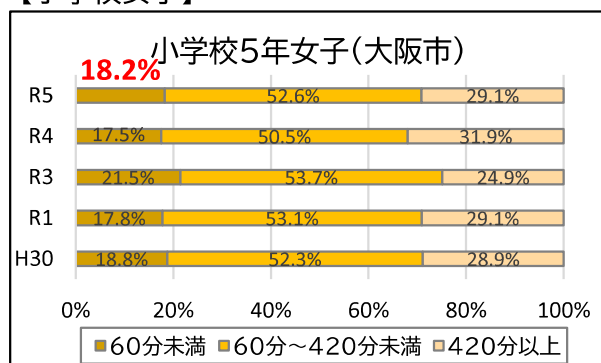
※全国割合は公立以外も含む割合です。

◆1週間の総運動時間経年比較(体育の授業時間を除く)

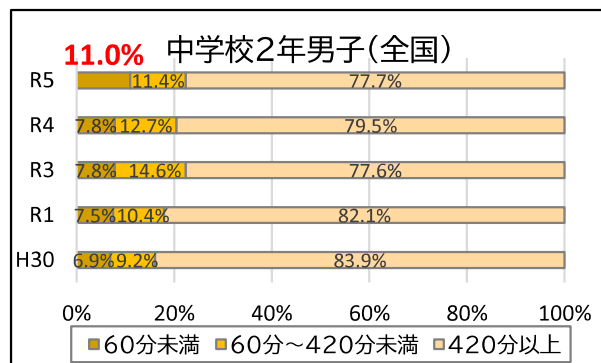
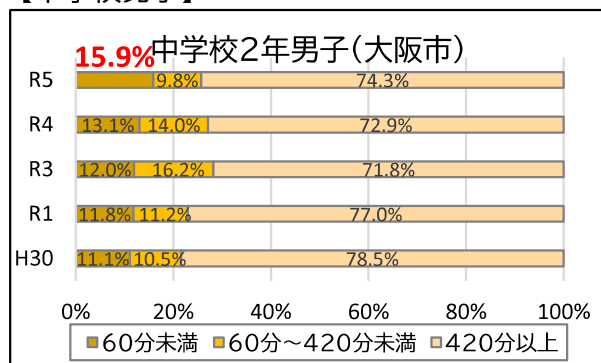
【小学校男子】



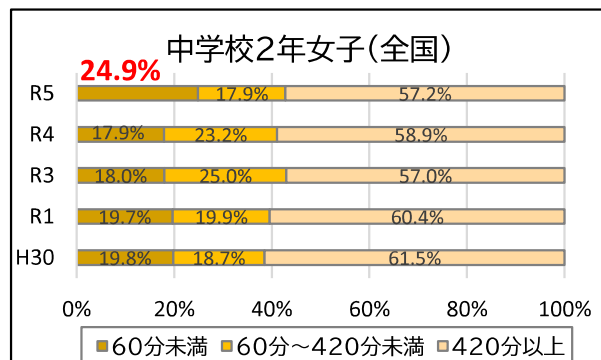
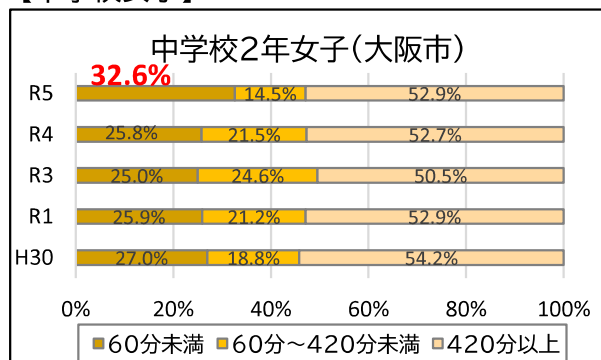
【小学校女子】



【中学校男子】



【中学校女子】

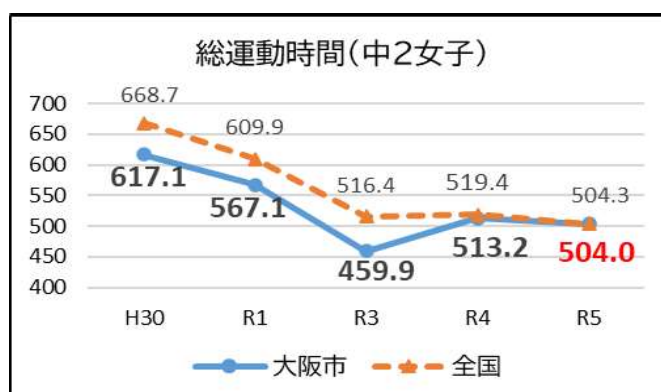
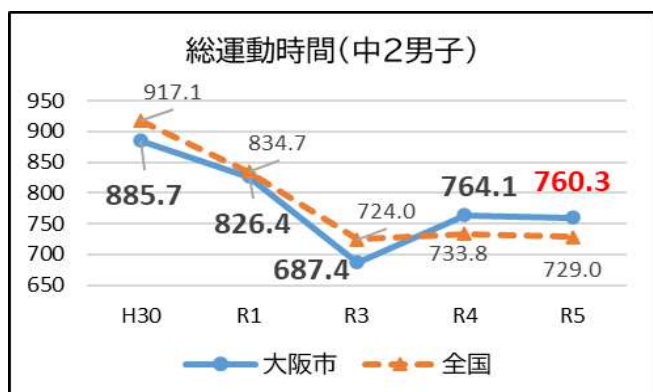
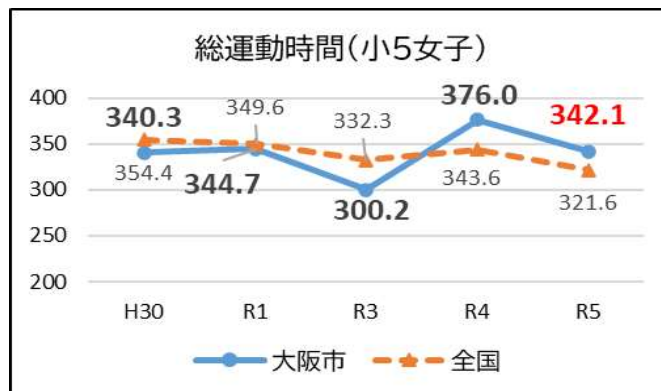
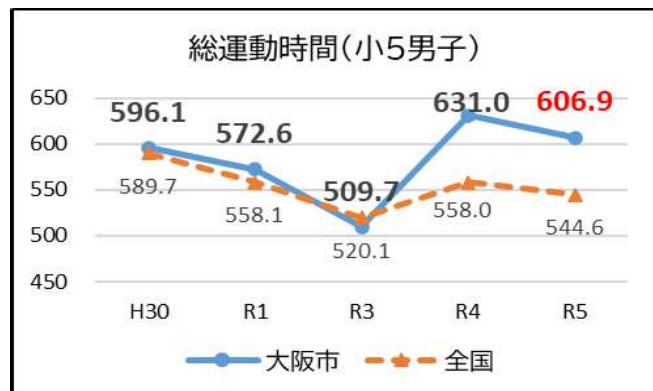


◇420分以上の運動する割合が小学校男女で全国を上回り、中学校男女は全国を下回っている。前年度の大阪市と比較すると、小学校男女では減少し、中学校男女では増加している。60分未満の割合は、小中学校男女とも全国よりも多い。特に中学校女子においては30%を超える結果となった。一方で、中学校男女で全国と同様、1週間で12時間程度運動している生徒も多く（2極化）、平日2時間、休日3時間程度の活動時間相当で運動を実施していると考えられる。

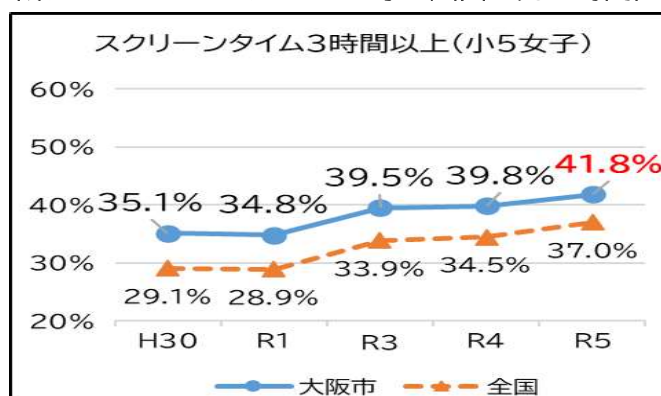
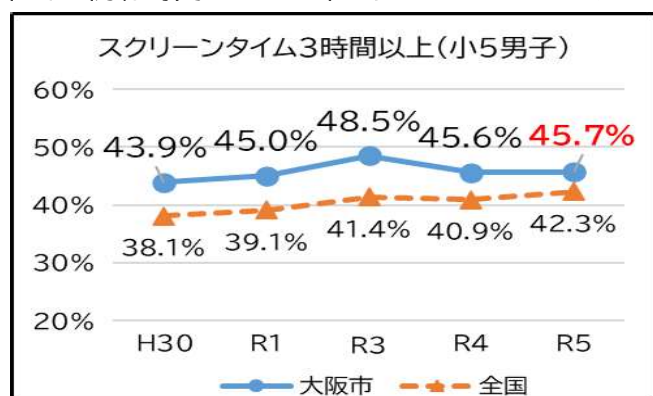
体力合計点低下要因の分析(平成30年度より5年間)

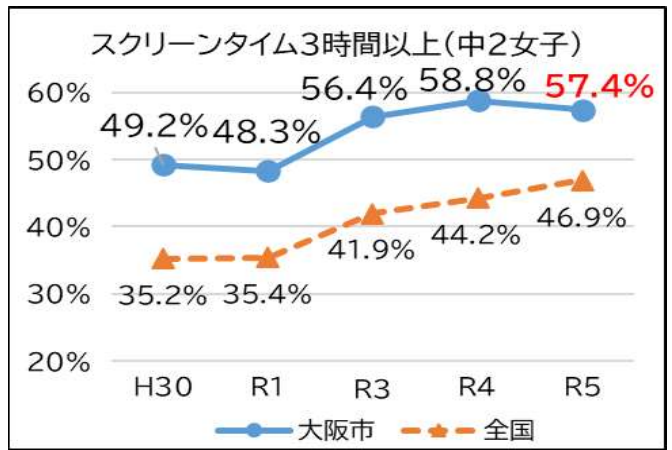
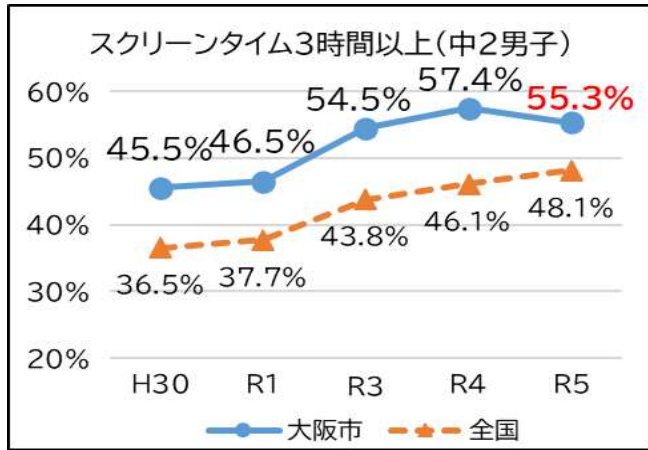
- 1週間の総運動時間は昨年度より減少(小学校男女・中学校男子は全国を上回る)
- 平日のスクリーンタイムの増加(中学校男女の3時間以上の視聴時間はやや減少)
- 肥満傾向の児童生徒の出現率の増加(特に、小学校男子が高い)
- 朝食を毎日食べる割合が年々減少(小学校男女・中学校男女とも全国を下回る)
- 睡眠時間(8時間以上)の割合の増加

1週間の総運動時間について

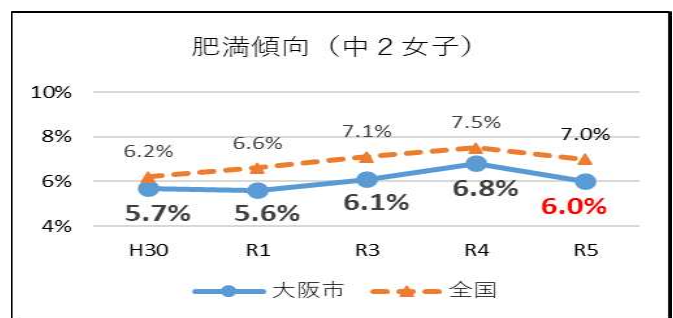
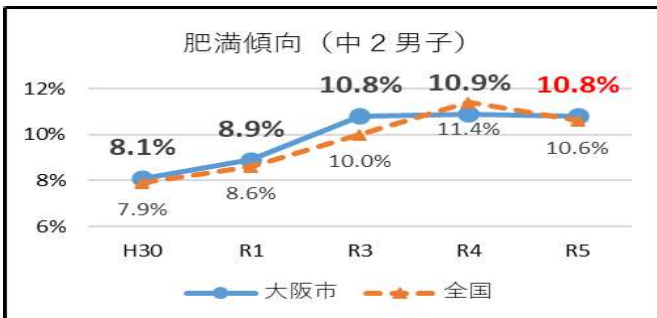
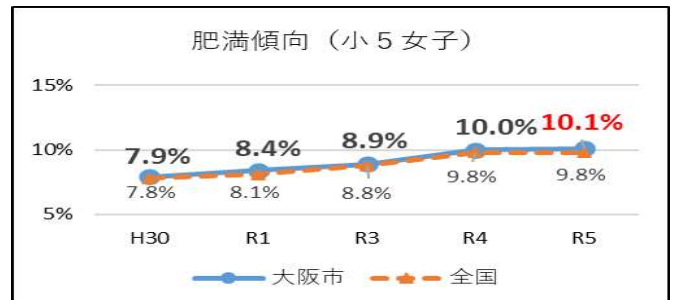
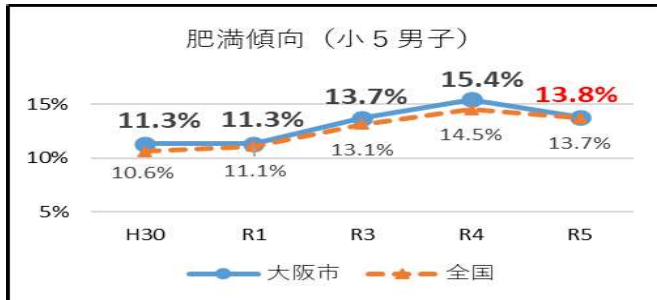


平日の視聴時間について(1日にテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を見る時間)

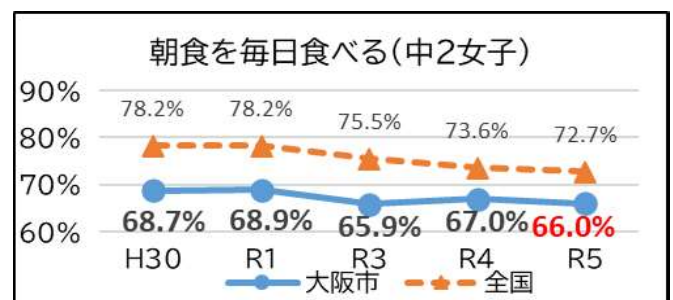
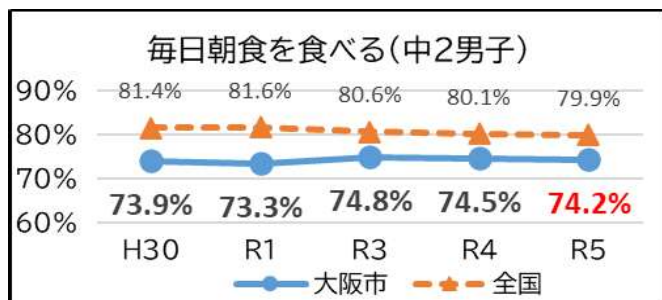
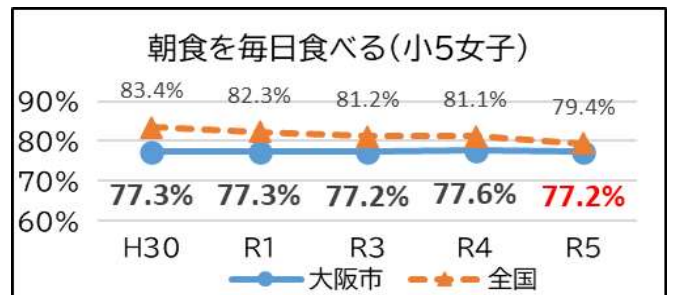
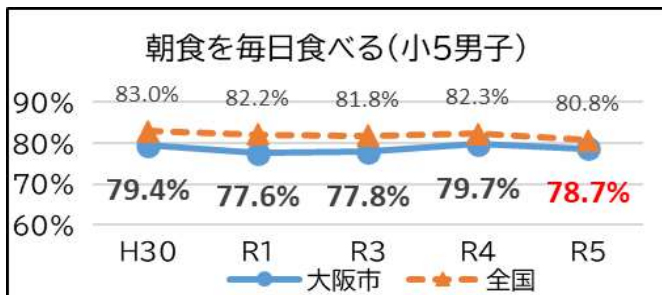




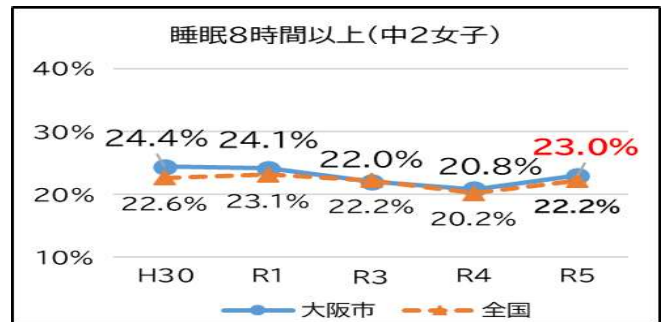
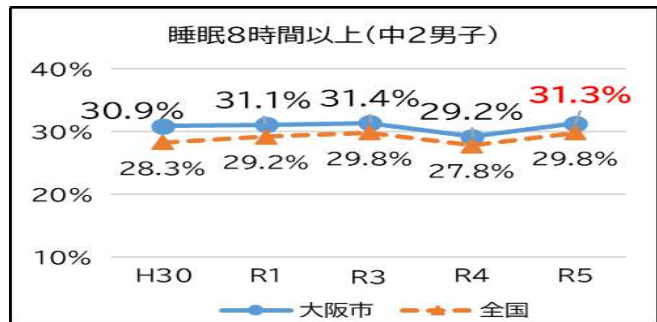
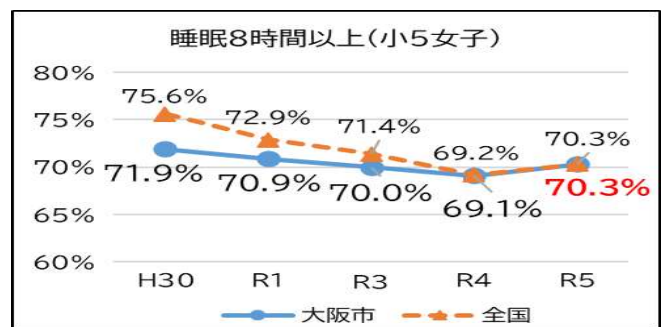
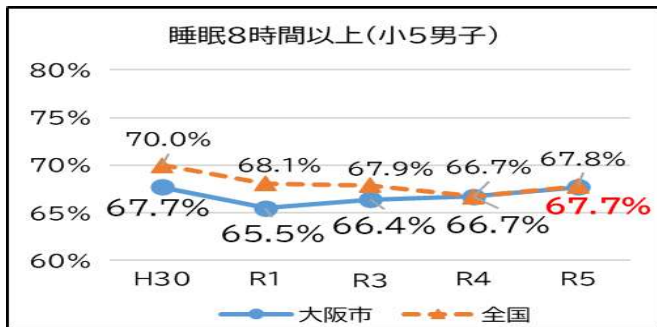
体型について(肥満傾向)



朝食について(毎日食べる)



睡眠時間について(8時間以上)

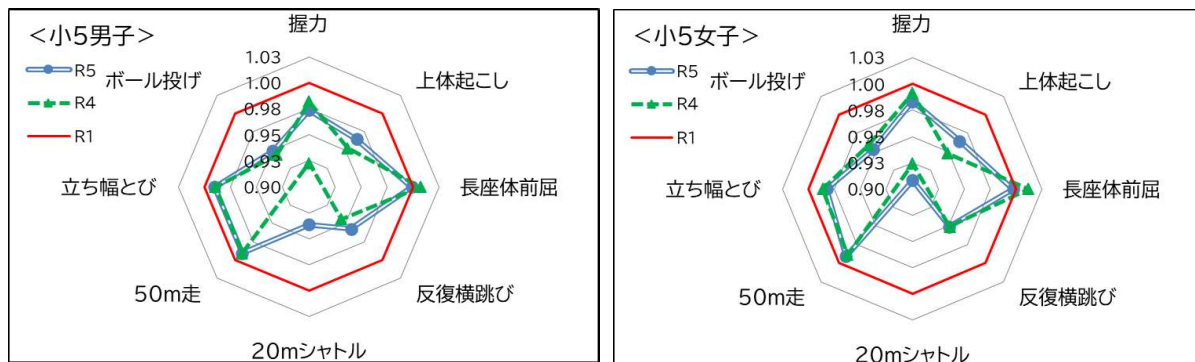


新型コロナウイルス感染症の影響前後の変化

小5男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
R5	15.97	18.72	32.66	38.27	45.10	9.50	147.92	20.35
R4	16.11	18.48	32.94	37.73	42.24	9.50	147.79	20.23
R1	16.40	19.40	32.70	39.96	48.15	9.41	149.30	21.44

小5女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
R5	15.88	17.85	37.44	36.49	34.75	9.74	140.20	12.69
R4	16.01	17.55	38.00	36.50	34.13	9.76	140.76	12.77
R1	16.15	18.51	37.54	38.38	38.97	9.65	142.68	13.31

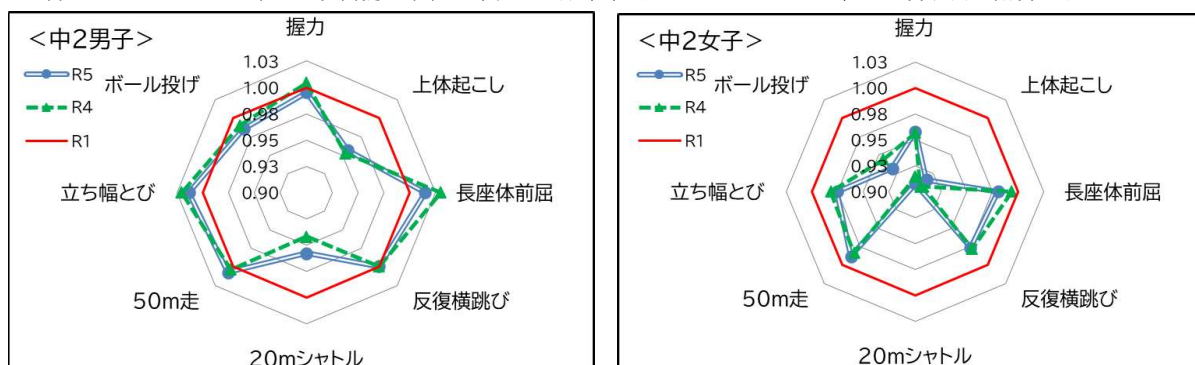
※ 新型コロナウイルス感染症の影響前の令和元年度を大阪市平均を1としたときのR4,R5の各項目の割合を示したもの。



中2男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
R5	28.62	26.21	42.04	51.65	79.05	8.05	194.78	19.88
R4	28.88	26.10	42.66	51.66	77.74	8.08	196.13	19.98
R1	28.76	27.39	41.41	51.68	82.53	8.11	192.16	20.17

中2女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
R5	23.11	22.12	44.78	46.25	52.11	9.03	165.29	12.10
R4	23.08	21.91	45.40	46.34	51.72	9.07	166.28	12.26
R1	24.12	24.15	45.67	47.38	58.40	8.92	169.36	12.99

※ 新型コロナウイルス感染症の影響前の令和元年度を大阪市平均を1としたときのR4,R5の各項目の割合を示したもの。



新型コロナウイルス感染症の影響前のR1を基準に、影響後のR4、R5の8種目を比較すると、小中学校の男女ともに、体力の回復には時間を要すると思われる。

持久系にあたる20mシャトルランや上体起こしに大幅な低下が見られ、昨年度よりは回復基調にあるが、有酸素運動を取り入れた運動を継続的に取り組むことで、体力の回復が見込まれるのではないかと考えられる。

主体的・対話的で深い学び(小学5年生)

体育の授業への積極的な参加

目標を意識して学習

友達と助け合ったり、教えあったりする



体力合計点の向上

運動・スポーツをすることが好きになる

体育の授業が楽しくなる

生涯にわたり、主体的に運動やスポーツに取り組む姿勢を持つことにつながる

(小学5年生)

「体力合計点」との関係

「体育の授業への積極的な参加」



「目標を意識した学習」

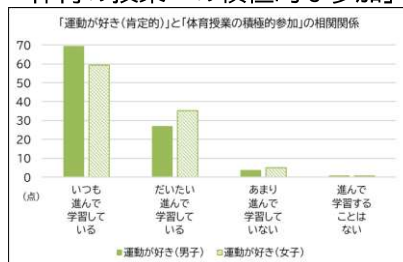


「助け合い、教え合い」



「運動・スポーツをすることが好き」(「好き・やや好き」肯定的な回答)

「体育の授業への積極的な参加」



「目標を意識した学習」



「助け合い、教え合い」

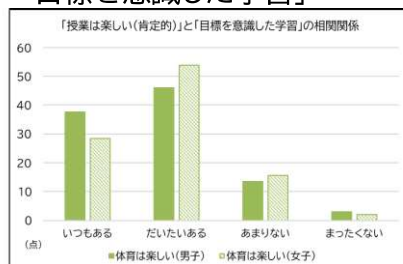


「体育の授業は楽しい」(「楽しい・やや楽しい」肯定的な回答)

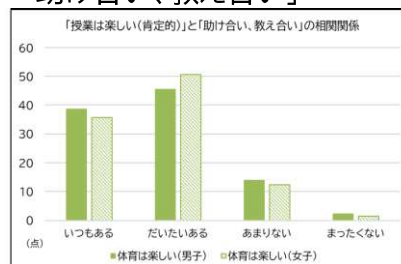
「体育の授業への積極的な参加」



「目標を意識した学習」



「助け合い、教え合い」



主体的・対話的で深い学び(中学2年生)

保健体育の授業への積極的な参加

目標を意識して学習

友達と助け合ったり、教えあったりする



体力合計点の向上

運動・スポーツをすることが好きになる

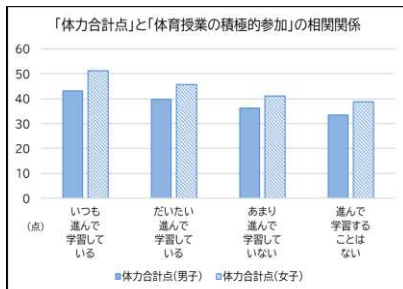
体育の授業が楽しくなる

生涯にわたり、主体的に運動やスポーツに取り組む姿勢を持つことにつながる

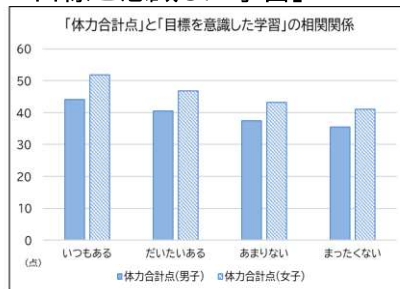
(中学2年生)

「体力合計点」との関係

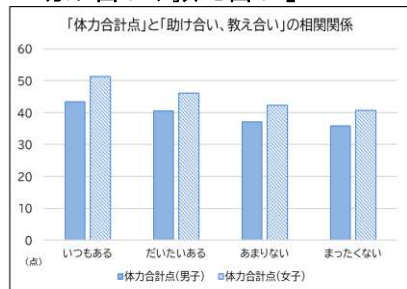
「保健体育の授業への積極的な参加」



「目標を意識した学習」

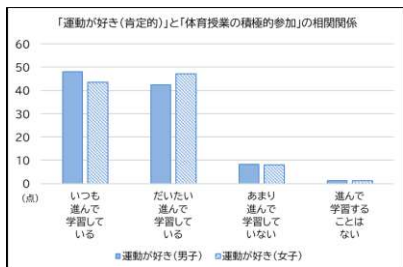


「助け合い、教え合い」

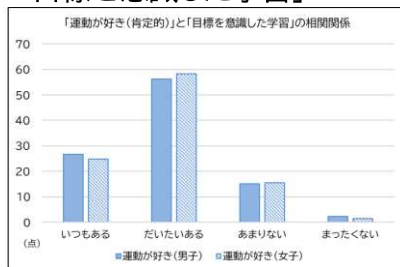


「運動・スポーツをすることが好き」(「好き・やや好き」肯定的な回答)

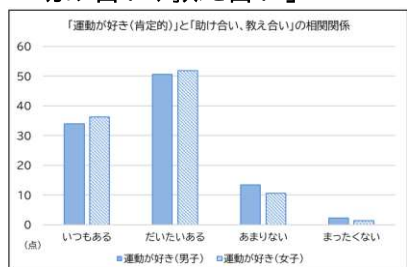
「保健体育の授業への積極的な参加」



「目標を意識した学習」

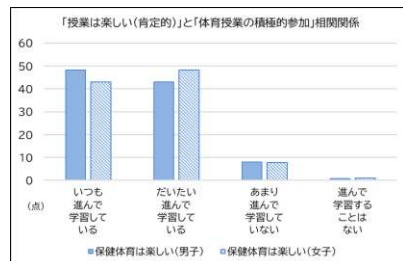


「助け合い、教え合い」

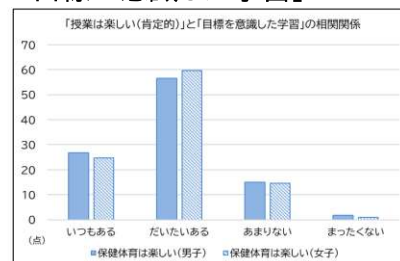


「保健体育の授業は楽しい」(「楽しい・やや楽しい」肯定的な回答)

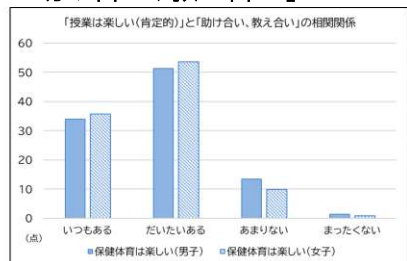
「保健体育の授業への積極的な参加」



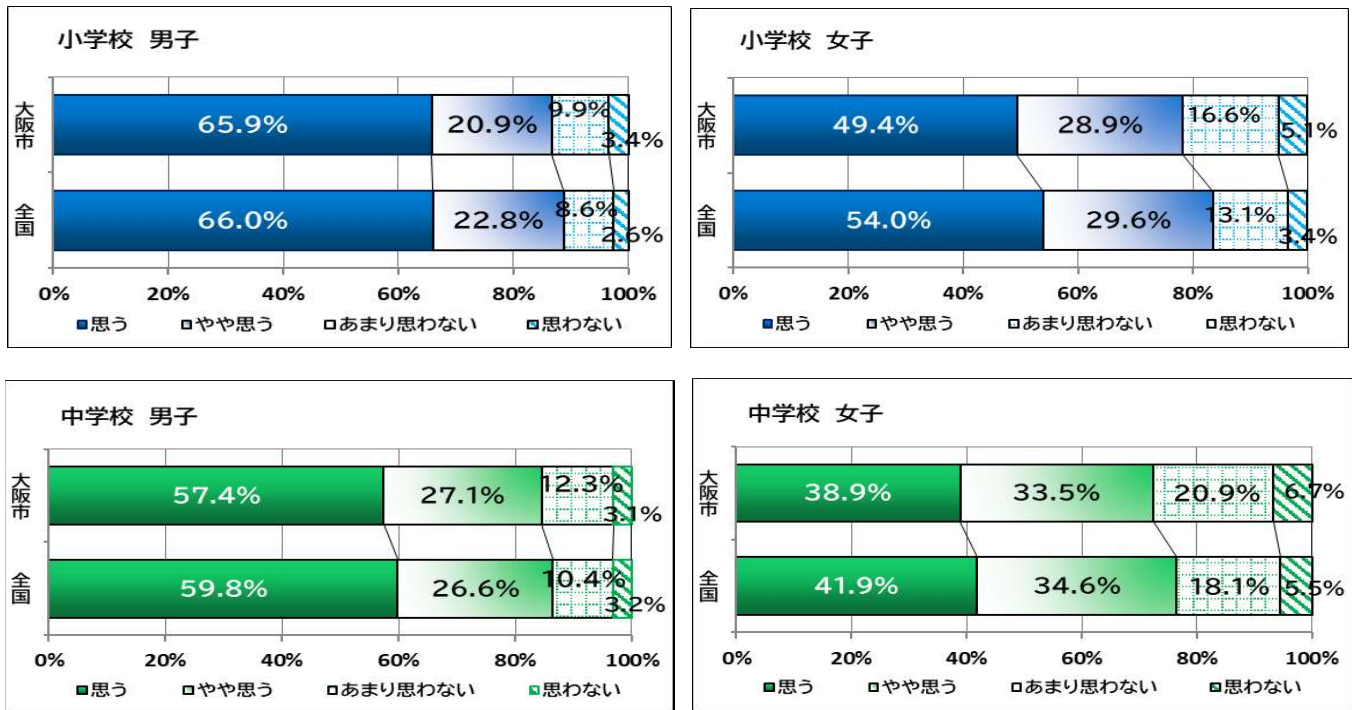
「目標を意識した学習」



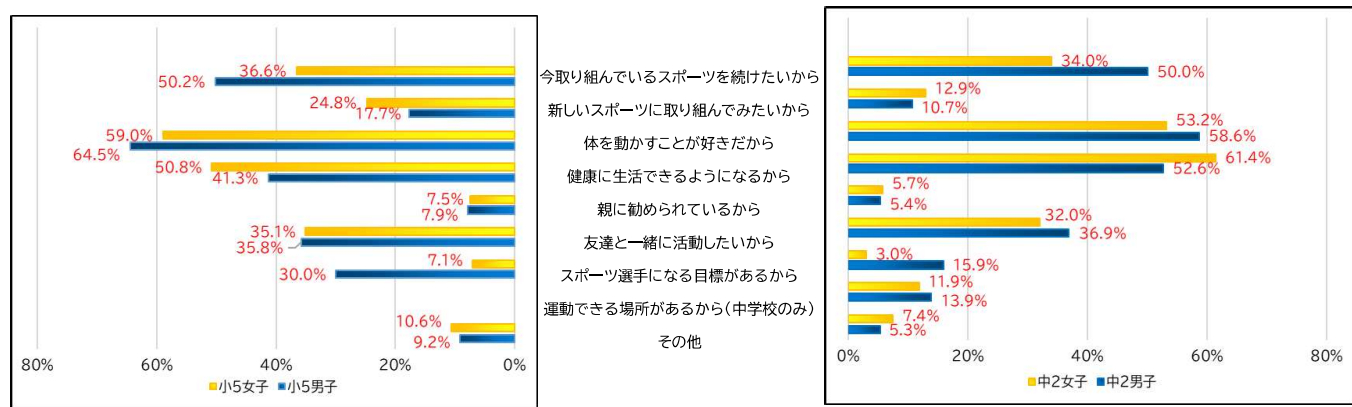
「助け合い、教え合い」



卒業後、授業以外でも自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか



「思う」または「やや思う」と回答した児童生徒対象:運動したいと思う理由



「あまり思わない」または「思わない」と回答した児童生徒対象:今後どのような事があれば運動したくなると思うか

