

# 市町村体力向上アクションプラン(令和5年度版)

## 1 体力の状況

### ア 令和4年度体力・運動能力等調査結果(県調査)

#### ・小学生

＜市男女別平均が県平均を上回った項目＞  
男子：握力、上体、長座、反復、20m、立幅、ハンド  
女子：握力、上体、長座、反復、立幅、ハンド

調査項目	握力		上体起こし		長座		反復		20m		50m		立ち幅跳び		ソフトハンド	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
小1	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小4	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小5	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小6	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中1	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

#### ・中学生

＜市男女別平均が県平均を上回った項目＞  
男子：握力、上体、長座、反復、20m、ハンド  
女子：握力、長座、反復、20m、ハンド

### イ 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

#### ○総合評価C以上の児童生徒の割合

小5男子 80.9% (県76.5% 全国63.0%)

小5女子 94.7% (県82.1% 全国71.1%)

中2男子 88.0% (県73.9% 全国66.6%)

中2女子 89.1% (県87.2% 全国81.9%)

#### ○生徒・学校質問紙調査結果

・運動への愛好度については小5男子・中2男子で「好き」「やや好き」の合計が県平均を上回った。  
・部活動や地域スポーツクラブへの所属状況が県平均よりも低い。  
・朝食を毎日食べる割合が低い。  
・睡眠時間は小5・中2ともに県平均を上回った。

調査項目	小5男子		小5女子		中2男子		中2女子		
	県	市	県	市	県	市	県	市	
運動への愛好度	好き	73	70	54	46	66	64	50	58
	やや好き	20	23	32	37	25	28	32	32
部活動・スポーツ少年団や地域スポーツクラブへの所属状況		71	71	49	47	92	81	67	78
朝食の有無	朝食を毎日食べる	81	77	80	75	81	74	74	73
	8時間以上	66	67	68	74	26	31	17	20
	6時間未満	4	3	3	1	9	6	14	7

### ウ 当該市町村の児童生徒の特徴的な様子

- ・県調査から、小学生は体力を維持できているが、中学生(特に女子)の体力低下が見られる。
- ・運動への愛好度が小学校男子を除き、前年度よりも低下している。
- ・部活動やスポーツクラブへの所属状況が低く、運動をする生徒としない生徒の二極化が見られる。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響で、集団で運動する時間や部活動の時間の確保が難しい。小中ともに運動量が少ない傾向にある。

### 2 令和4年度の取組の検証

令和4年度の指標	達成状況・成果等
<b>達成指標</b> ○(県調査速報値において) 実技平均値全国平均値以上の学年の割合 全体 88.9%(16/18) 小学校男子 100%(6/6) 小学校女子 83.3%(5/6) 中学校男子 66.7%(2/3) 中学校女子 100%(3/3) ※R3速報値…全体 77.78%(14/18) 小学校男子100%(6/6) 小学校女子66.7%(4/6) 中学校男子33.3%(1/3) 中学校女子100%(3/3)	○(県調査速報値において) 実技平均値全国平均値以上の学年の割合 (達成率) 全体 72.2% (13/18) (81.2%) 小学校男子100%(6/6) (100%) 小学校女子83.3%(5/6) (97.4%) 中学校男子66.7%(2/3) (100%) 中学校女子 0%(0/3) (0%)
○(県調査速報値において) 運動が「好き」「やや好き」な児童生徒の割合 全体 87.6%以上 小学校男子 89.6%以上 小学校女子 85.5%以上 中学校男子 93.7%以上 中学校女子 82.3%以上 ※R3…全体86.6% 小学校男子 88.6% 小学校女子 84.5% 中学校男子 92.7% 中学校女子 81.3%	○(県調査速報値において) 運動が「好き」「やや好き」な児童生徒の割合 達成率 全体 85.28% (97.4%) 小学校男子 90.8% (101%) 小学校女子 82.9% (97.0%) 中学校男子 88.5% (94.4%) 中学校女子 78.9% (95.9%)
<b>取組指標1</b> ○(小学校) 全ての学校で体力・運動能力等調査結果において明らかになった自校の課題において重点項目を定め、課題解決につながる運動を、原則週3日以上一校一実践に取り入れる。また、体力アップチャレンジにも課題解決につながる運動を取り入れる。 ○(中学校) 全ての学校で体力・運動能力等調査結果において明らかになった自校の課題において重点項目を定め、課題解決につながる運動を、原則週3日以上一校一実践や体力アップチャレンジに取り入れる。	○(小学校) 実施頻度が週当たり3回程度からほぼ毎日の小学校(義務教育学校前期課程含む) 3/8 ○(中学校) 実施頻度が週当たり3回程度からほぼ毎日の中学校(義務教育学校後期課程含む) 4/4
<b>取組指標2</b> ○全ての学校で運動への愛好度が低く、体力総合評価がD・Eの児童生徒が充実感・達成感を持てる体育授業の工夫・改善に取り組む。	R3・R4比較【愛好度】 【DE層割合】 小5男子 92%→93% ↑ 23.1%→19.1% ↓ 小5女子 88%→83% ↓ 14.9%→ 5.3% ↓ 中2男子 94%→92% ↓ 18.8%→12.0% ↓ 中2女子 86%→90% ↑ 6.4%→10.9% ↑

### 【総括】

県調査結果から、小学生は体力を維持できているが、中学生の体力低下(特に女子)が見られた。感染防止のための部活動の制限なども影響したと考えられる。運動への愛好度は、小学校男子は昨年度を上回ったものの、小学校女子、中学校は男女ともに下回った。  
各学校の一校一実践の取組については、課題となる項目を取り入れた内容であるが、週3日以上の実施について小学校では達成できない学校が多かった。  
運動の愛好度を高める取組や、調査結果を分析したうえで課題となる項目を取り入れた体力アップチャレンジに取り組んでいく必要がある。

### 3 令和4年度の取組状況

- ア 児童生徒の体力向上に係る市町村教育委員会や学校の行動(市教委)
- 1)アクションプランの周知、体力向上プランへの指導・助言
    - ・定期的に一校一実践の取組状況を把握
    - ・新型コロナウイルス感染症対策を行った上で有効な体力向上の取組の周知
  - 2)体育専科教員、体育担任制専科教員、中学校体力向上推進校での授業実践の提案
    - ・新型コロナウイルス感染症対策を行った上で、ICTを有効に活用し、話し合い活動や助け合い活動や振り返り活動を取り入れた楽しい体育の授業を提案
  - 3)家庭や地域における運動習慣の企画立案
    - ・国東市医療保健課と連携した「健康チャレンジ」(8月・11月)の実施

#### 《学校》

- 1)体力向上に向けた取組(一校一実践)の工夫・改善
  - ・前年度の課題から児童生徒の実態に応じた内容での取組
  - ・新型コロナウイルス感染症対策を行った上で有効な体力向上の取組
- 2)体育授業における、話し合い活動や助け合い活動や振り返り活動を取り入れた授業実践
- 3)体育授業の導入で行う体力アップチャレンジ(基礎体力づくり)の改善・実施
- 4)家庭や地域における運動習慣確立の推進
  - ・PTA等を利用した望ましい運動・生活習慣について保護者へ啓発
  - 健康チャレンジの取組周知
  - ・運動習慣に課題のある児童生徒を把握し、学級担任や養護教諭と連携して児童生徒及び保護者に対し、健康づくりのための具体的な提案
- 5)中学校部活動で週3日以上体力アップチャレンジ(基礎体力づくり)の実施

### 4 課題(令和5年度に向けて)

・令和4年度の県体力調査の結果から、国東市共通の課題のみられる項目は、小学校「50m走」、中学校「上体起こし」「50m走」「立ち幅とび」であった。  
(重点体力要素)小学校「力強さ」「すばやさ」 中学校「力強さ」「すばやさ」持続する能力

・運動への愛好度が下がっている。特に、中学校での愛好度が男女とも前年度を下回っている。

・自分の達成状況を振り返ることが次の授業への意欲につながり、技能面で課題のある児童生徒が「わかった」「できた」と実感できる個別の支援の充実が図られた体育の授業を一層推進し、愛好度と体力の向上につながる必要がある。一定の運動量を確保するとともに、「話し合い活動」「助け合い活動」と充実感や達成感を実感できる振り返り活動を取り入れた体育の授業改善に引き続き取り組んでいく必要がある。

・運動への愛好度が低く、体力総合評価がD・Eの児童生徒に対して、ICTを活用したユニバーサルデザインの視点(視覚化)を取り入れた体育の授業改善を進めることが効果的な支援につながると考えられることから、引き続き、身体接触が制限されている中でも有効なICTを活用したユニバーサルデザインの視点(視覚化)を取り入れた授業づくりに取り組んでいく必要がある。

### 5 令和5年度の目標及び指標

#### 【目標】

- 1)県調査速報値において、実技平均値が全国平均値以上の学年の割合を増やす。
  - ※黄色枠は、全国平均値を上回ったもの。
  - ※赤字は、全国・県ともに平均値で下回ったもの。
  - ※△は全国・県ともに平均値で下回ったもの。
- 2)運動への愛好度が低く、体力総合評価がD・Eの児童生徒が充実感・達成感を持てる体育授業の工夫・改善を進め、運動への愛好度を高める。

	男子			女子		
	国東市	大分県	全国	国東市	大分県	全国
小1	33.2%	29.24	28.96	35.1%	27.94	27.31
小2	34.5%	33.49	32.76	32.4%	31.33	30.76
小3	36.1%	37.36	36.47	34.4%	34.80	34.37
小4	41.1%	41.16	40.46	38.7%	38.19	37.86
小5	42.4%	44.2%	44.04	42.6%	41.36	40.94
小6	43.2%	47.86	48.10	46.4%	43.82	43.97
中1	52.2%	52.61	52.70	△44.6%	45.96	46.34
中2	△51.4%	57.9%	59.4%	49.0%	47.86	49.89
中3	△51.7%	63.4%	63.6%	50.4%	50.0%	51.9%

達成指標	取組指標
○(県調査速報値において) 実技平均値全国平均値以上の学年の割合 全体 88.9%(16/18) 小学校男子100%(6/6) 小学校女子100%(6/6) 中学校男子100%(3/3) 中学校女子33.3%(1/3) ※R4速報値…全体 72.2%(13/18) 小学校男子100%(6/6) 小学校女子83.3%(5/6) 中学校男子66.7%(2/3) 中学校女子 0%(0/3)	○全ての学校で体力・運動能力等調査結果において明らかになった自校の課題において重点項目を定め、課題解決につながる運動を、原則週3日以上一校一実践や体力アップチャレンジに取り入れる。(体力アップチャレンジとは、体育授業や部活動の中で行う課題解決につながる基礎体力づくりトレーニング) ○教育委員会が年2回の体育主任会を実施し、効果的な指導法や一校一実践の好事例を紹介する。 ○体育専科教員・体育担任制専科教員・中学校体力向上推進校の公開授業に、原則各学校1名以上参加する。
○(県調査速報値において) 運動が「好き」「やや好き」な児童生徒の割合 全体 86.3%以上 小学校男子 91.8%以上 小学校女子 83.9%以上 中学校男子 89.5%以上 中学校女子 79.9%以上 ※R4…全体85.3% 小学校男子 90.8% 小学校女子 82.9% 中学校男子 88.5% 中学校女子 78.9%	○全ての学校で運動への愛好度が低く、体力総合評価がD・Eの児童生徒が充実感・達成感を持てる体育授業の工夫・改善に取り組む。

### 6 令和5年度の行動計画

①経験年数の浅い教員の授業力向上に向けた取組  
(市教委)  
○体育担任制専科教員・体育専科教員による訪問指導(小学校の初任者研修・SU I対象)を年1回以上実施する。

②小・中学校および義務教育学校の組織的な体育教育の推進  
(市教委)  
○令和4年度の課題と令和5年度アクションプランの内容を周知する。  
○国東市体育主任会を年2回実施し、効果的な指導方法や一校一実践、授業実践を紹介する。  
○新型コロナウイルス感染症対策を実施した上での「話し合い活動」「助け合い活動」を取り入れた授業実践を紹介する。  
(学校)

○体育主任は年2回の国東市体育主任会への参加する。  
○体育主任を中心とした体力向上に係る校内組織体制の確立と充実を図る。  
○体育主任が体力・運動能力等調査結果を分析し、児童生徒の実態に即した内容で一校一実践や体力アップチャレンジを企画・立案する。  
②(小学校)全教職員で実施する。(中学校)部活動で各部活動担当が実施する。  
○体育専科教員・体育担任制専科教員、中学校体力向上推進校における公開授業へ原則1名以上参加する。

③運動への愛好度を高めるための取組  
<学校>  
○運動が「あまり好きではない」「きらい」な児童生徒と体力総合評価D・Eの児童生徒を把握・分析し、愛好度を高めるための運動や体育の授業改善を行う。  
○コロナ禍における運動量の減少や運動への意欲喚起に向け、一定の運動量を確保した授業や一校一実践に取り組む。

④体力づくりの取組  
(市教委)  
○各校の課題をもとにした「体力向上プラン」の策定と検証における指導・助言を行う。  
○各校の一校一実践や体力アップチャレンジの状況を把握する。(9月・2月)  
○小中を通して9年間の成長がわかる個人記録カードの作成及び活用をよびかける。  
○家庭や地域における望ましい運動習慣・生活習慣を確立するための取組を企画・立案する。(医療保健課との連携)  
<学校>  
○小中を通して9年間の成長がわかる個人記録カードを活用する。  
○各校の課題をもとにした「体力向上プラン」の策定と検証を行う。  
○自校の課題となる運動を取り入れた一校一実践や体力アップチャレンジに取り組む。(体育授業・部活動毎時間)

○家庭や地域における望ましい運動習慣・生活習慣確立を推進する。  
・運動習慣や生活習慣に課題のある児童生徒を把握し、学級担任や養護教諭と連携して、児童生徒及び保護者に対し、健康づくりのために具体的な提案を行う。

⑤体育専科教員・体育担任制専科教員の活用と更なる推進  
(市教委)  
○体育担任制専科教員・体育専科教員による公開授業を実施する。(年間各1回)  
・新型コロナウイルス感染症対策を行った上で、ICTを有効に活用し、話し合い活動や助け合い活動や振り返り活動を取り入れた楽しい体育の授業を提案する。  
・県教育委員会担当指導主事を招聘し、取組の充実に向けて研究を深める。  
○中学校体力向上推進校における公開授業を実施する。(年間1回)  
・県教育委員会担当指導主事を招聘し、取組の充実に向けて研究を深める。  
○国東市体育主任会において、専科教員は効果的な取組について実践発表を行う。  
・新型コロナウイルス感染症対策を行った上で有効な体力向上の取組の周知