

# 教科体育を中核とした体力向上

## 「令和4年度体力・運動能力調査」～県との比較（大島地区）～

種目 学年	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		ボール投げ	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
小2	○	△	○	○	○	△	○	△	○	△	△	△	○	○	◎	○
小4	○	○	△	○	○	△	○	◎	△	○	△	△	◎	◎	○	○
小5	△	○	○	○	△	△	○	◎	△	△	○	△	◎	◎	◎	◎
小6	△	△	△	△	△	△	○	◎	△	○	△	△	○	◎	◎	○
中1	◎	◎	○	◎	○	○	△	◎	△	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎
中2	◎	◎	○	◎	◎	○	△	△	△	◎	○	○	◎	○	◎	◎

【Tスコア】 ◎52以上 ○50以上52未満 △48以上50未満 ▲48未満

※ Tスコアは集団の平均値を50とします。◎, ○は県平均を上回っている種目です。

### 傾向

- 全体的にみると、67%以上の種目で県平均を上回りました。
- 運動習慣調査では、体育の授業を「楽しい」「やや楽しい」と回答した児童生徒が90%を超えました。
- 種目別ではボール投げ（巧み性、瞬発力）、立ち幅とび（瞬発力）、上体起こし（筋力、筋持久力）がよい結果でした。
- 50m走（スピード・走力）、20mシャトルラン（全身持久力）に課題があります。

### 体力・運動能力調査結果の活用について

この調査において実施される8項目については、運動特性（動きの特性）により、

- すばやさ【反復横とび、50m走の測定値で評価】
- 動きを持続する能力（ねばり強さ）【上体起こし、20mシャトルランの測定値で評価】
- タイミングのよさ【反復横とび、立ち幅とび、ボール投げの測定値で評価】
- 力強さ【握力、上体起こし、ボール投げ、50m走、立ち幅跳びの測定値で評価】
- 体の柔らかさ【長座体前屈の測定値で評価】

の5つに整理することができます。この運動特性の観点から体力を捉えることで、児童生徒の体力の実態を把握することができます。毎年実施される調査ですので、日頃の指導に活用することが大切です。教科体育及び教科外体育において、児童生徒の実態を踏まえた効果的な指導を実施するためにも積極的な活用をお願いします。

### 鹿児島県体力診断プログラム「体力ナビ」の活用について

鹿児島県教育委員会では、県内の児童生徒の体力向上を目指した取組の一つとして、児童生徒が自分自身の体力を把握するために体力診断プログラム「体力ナビ2022」を作成しています。

この「体力ナビ」を活用することで、児童生徒は体力の状況を視覚的に捉えることができます。鹿児島県教育委員会のHPにも掲載されていますので、学校や家庭において積極的な活用をお願いします。

小学校1年生男子		学年		性別		検定		総合評価	
令和	年	月	日	男	女	○	E		
記録									
得意	0	0	0	0	0	0	0	0	0
得意地									
全国平均	9.12	11.64	28.54	27.28	18.73	11.48	114.74	8.28	

体力ナビ2022のレーダーチャートは、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、ボール投げの8項目を評価するためのツールです。

#### 体力のようす

いいぞ!

1	
2	
3	

がんばろう!

1	
2	
3	

体力アップ作戦