

## 1 調査の概要

### (1) 調査目的

- ① 児童・生徒の体力・運動能力及び生活・運動習慣等の実態を把握・分析することにより、児童・生徒の体力・運動能力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 学校における児童・生徒の体力・運動能力等の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。

### (2) 調査内容（調査結果については裏面を参照）

- ・筋力（握力、上体起こし） ・柔軟性（長座体前屈） ・敏捷性（反復横跳び） ・持久力（持久走（中学校のみ）、20mシャトルラン） ・走力（50m走） ・跳躍力（立ち幅跳び） ・投力（ボール投げ）

### (3) 調査月：令和3年6月 (4) 対象児童・生徒：小・中学校全学年児童・生徒

## 2 調布市教育プランとの関連

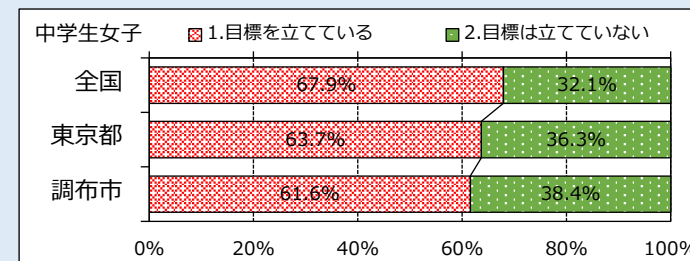
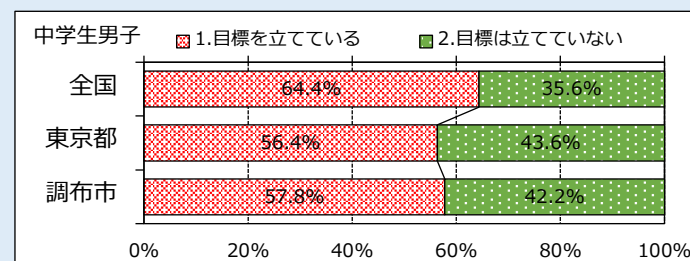
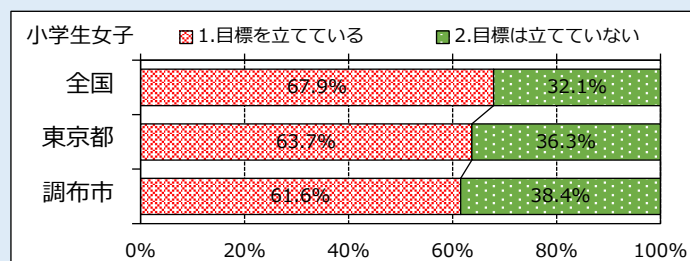
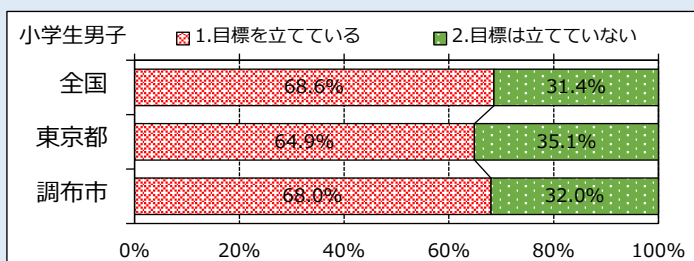
### (1) 施策及び主な取組

施策3 【健やかな体の育成】 <主要事業 1 体力向上への支援 2 食育の推進>

- 主な取組
- 日常の体育授業等における運動量の確保や体力向上を図るための授業改善の推進
  - コーディネーショントレーニング、オリンピック・パラリンピック教育推進校としての取組の充実
  - 小学生タグラグビー大会の実施や中学生「東京駅伝」大会への参加

### (2) 成果指標

- ① 東京都「児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」における東京都（各学年・男女別）の体力合計点と調布市の体力合計点の比較 → 【目標値】東京都の平均値を上回る（裏面参照）小学校 男子▲1.5 女子▲2.4 中学校 男子+0.7 女子+1.8
- ② 体力の向上について、自分なりの目標を立てている児童・生徒の割合（下のグラフ参照） → 【目標値】小学校 男・女 75.0% 中学校 男・女 70.0%



## 3 調査の結果（総合評価） ※表中の市区町村は調布市

【総合評価】小学生男子 R1

市区町村	東京都	全国	
調布市	53.89	53.81	53.61

【総合評価】小学生女子 R1

市区町村	東京都	全国	
調布市	56.20	55.66	55.59

【総合評価】中学生男子 R1

市区町村	東京都	全国	
調布市	39.63	40.54	41.69

【総合評価】中学生女子 R1

市区町村	東京都	全国	
調布市	47.12	49.40	50.22

【総合評価】小学校 男子 R3

市区町村	東京都	全国	
調布市	53.22	52.85	52.52

【総合評価】小学校 女子 R3

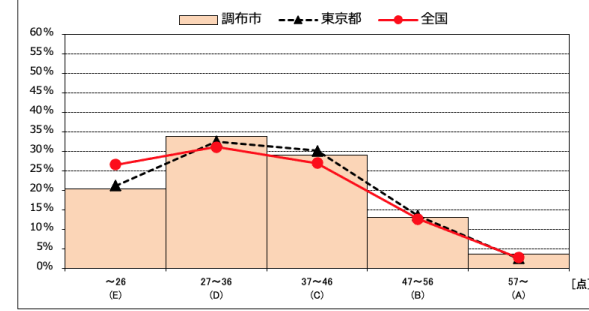
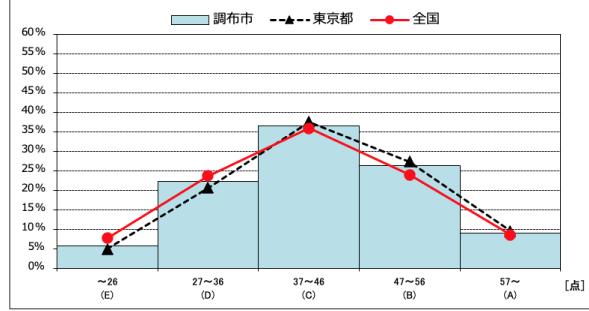
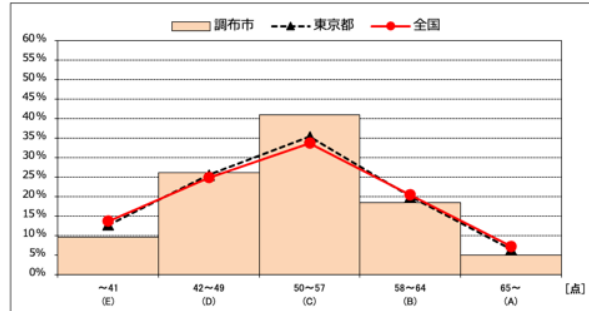
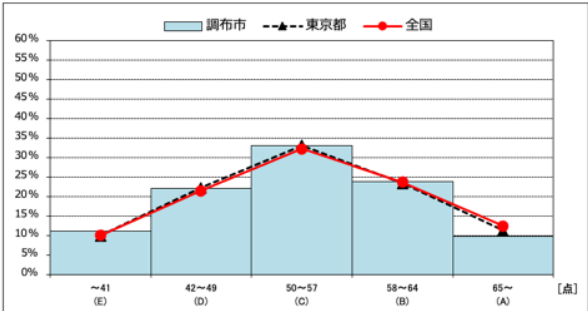
市区町村	東京都	全国	
調布市	54.55	54.71	54.64

【総合評価】中学校 男子 R3

市区町村	東京都	全国	
調布市	40.22	39.76	41.18

【総合評価】中学校 女子 R3

市区町村	東京都	全国	
調布市	47.24	47.38	48.56

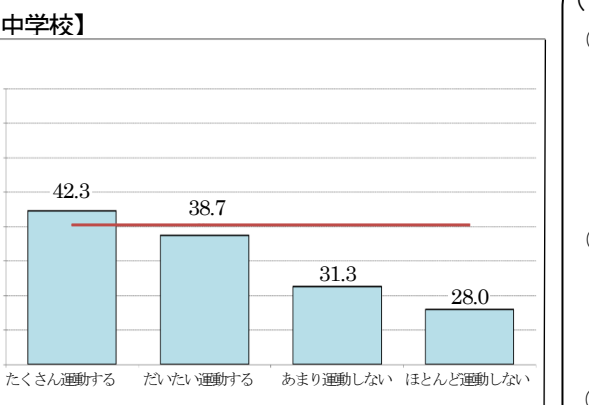
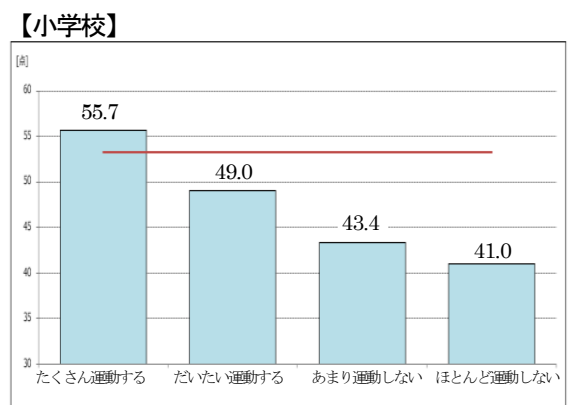


【実態】調布市における総合評価の分布は、東京都及び全国と同様の傾向にある。ただし、小・中学校ともに女子のE層が東京都及び全国に比べて低くなっている。コロナ禍前の令和元年度と比較すると、小学生の体力は若干の低下が見られるものの、中学生の体力は向上している。

【改善のポイント】「できないことができるようになったきっかけ」のうち、「授業中に自分で工夫して練習した」「授業外の時間に自分で練習した」「授業外の時間に自分で本を読んだり動画を見たりした」と答えた児童・生徒と「体力合計点」には相関関係が見られることから、目標に対して自分の学習を振り返り、自己調整を行うことができる力を育成していく。

## 4 体育授業と体力合計点との関連から捉える授業改善のポイント

<「体力合計点」と「体育の授業での運動量」との相関関係>



【傾向】「体育の授業ではたくさん運動しますか」という質問に「たくさん運動する」と答えた児童・生徒の割合は東京都及び全国に比べて低い。  
 【授業改善のポイント】「体力合計点」と「体育の授業での運動量」には相関関係が見られることから、体育の授業における運動量を十分に確保していく必要がある。

## 5 本年度の取組 <国際的なスポーツ大会を契機とした体力向上事業>

### (1) 取組内容

- ① 調布市小学生タグラグビー大会
  - ・ 小学校第4学年以上を対象として、調布市スポーツ振興課・調布市ラグビー協会・全日本ラグビー協会と協力して、タグラグビーを通じた運動技能の向上を図るための大会を開催した。
- ② ジュニア陸上体験教室
  - ・ 調布市スポーツ振興課、調布市体育協会と連携してオリンピック等を招致し、小・中学生を対象として走力・持久力の向上を図るための走り方教室を実施した。
- ③ 陸上出前授業
  - ・ 地域のスポーツ団体と連携し、市内小・中学校で、一流アスリートを指導者とした陸上種目の出前授業を実施した。

### (2) 取組のポイント及び成果

- ① 調布市小学生タグラグビー大会
  - 【ポイント】児童にタグラグビーの楽しさを味わせるとともに、学校の授業等で目的意識をもち、取り組ませることができる。また、世界的な大会への関心につなげる。
  - 【成果】大会後のアンケートによると、「楽しかった」という感想をもった児童は86.8%、「また大会に参加したい」と考えている児童は100%、「大会への参加がスポーツをやりたいと思うきっかけになった」という児童は83%であり、スポーツへの関心が高まっている。
- ② 小・中学生走り方教室
  - 【ポイント】児童・生徒は元オリンピック等のパフォーマンスを間近で見たり、理論と実践を交えながら指導を受けたりすることで走力・持久力向上を目指す。
  - 【成果】中学生の「東京都体力テスト」の結果によると持久力について、中学校男子は東京都の平均より10ポイント高く、女子も同じく5.6ポイント高くなった。小学生の走り方教室は保護者の参観も多く見られ、家庭への啓発としても有効であった。
- ③ 陸上出前授業
  - 【ポイント】一流アスリートの高度な技術を間近で見ることで「すごい」「やってみたい」という気持ちを持ち、アスリートによる直接的指導で「分かった」「できた」を体験することができる。
  - 【成果】一流アスリートのパフォーマンスを間近で見た児童・生徒からは歓声が上がった。指導者のアドバイスに耳を傾け、何度もチャレンジする姿が見られた。教員がより専門的な技術指導を学ぶこともできた。

令和3年度東京都児童・生徒体力・運動能力等調査結果について

		筋力										柔軟性					敏捷性					持久力							
		握力(kg)					上体起こし(回)					長座体前屈(cm)					反復横跳び(点)					持久走(秒) ※反転項目							
		R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)			
女子	小学校	1	9.0		8.7	8.8	(9.3)	10.9		10.4	10.9	(11.5)	25.2		<b>26.0</b>	25.9	(26.2)	27.2		26.4	26.3	(27.9)							
		2	10.6		10.4	10.5	(11.1)	13.9		12.9	13.3	(14.4)	26.4		<b>27.8</b>	27.7	(27.8)	31.4		30.2	29.8	(32.7)							
		3	12.2		12.1	12.4	(13.1)	16.0		15.4	15.4	(16.7)	28.7		<b>29.6</b>	29.8	(29.5)	34.7		33.6	33.0	(36.5)							
		4	14.0		<b>14.2</b>	14.3	(14.9)	18.1		17.5	17.6	(18.5)	31.3			31.2	31.8	(31.2)	38.5		37.6	36.9						(40.3)	
		5	16.2		16.1	16.4	16.2	(20.1)	20.1		19.6	19.2	18.9	33.0		<b>33.8</b>	34.0	33.5	42.3		41.4	40.8						40.4	
		6	18.7		18.4	19.2	(20.0)	22.2		21.2	21.0	(22.1)	35.1		<b>35.5</b>	36.0	(35.4)	45.2		43.7	44.0	(47.0)							
	中学校	1	23.1		<b>24.3</b>	23.5	(24.1)	24.5		23.5	23.1	(24.6)	38.0		<b>39.9</b>	39.0	(39.7)	48.1		<b>48.4</b>	48.3	(50.0)	441.7			<b>435.2</b>	436.1	(412.7)	
		2	28.7		<b>28.8</b>	28.6	28.8	26.8		26.5	25.8	25.9	42.7			42.3	42.4	43.6	51.3		51.0	51.5	51.2	393.7			<b>386.7</b>	396.7	407.2
		3	33.9		33.1	33.2	(34.9)	29.9		27.9	28.1	(30.4)	47.0			46.4	46.0	(47.7)	54.8		53.2	54.4	(55.9)	376.0			<b>377.0</b>	382.8	(365.4)

女子	小学校	1	8.6		8.1	8.3	(8.8)	10.4		9.9	10.6	(11.3)	27.5		<b>28.4</b>	28.4	(28.2)	25.7		25.7	25.5	(27.0)							
		2	9.9		<b>10.0</b>	10.0	(10.4)	13.5		12.7	13.0	(13.8)	29.4		<b>30.9</b>	30.7	(30.7)	30.2		28.9	28.8	(31.3)							
		3	11.8		11.6	11.7	(12.3)	15.3		15.0	15.0	(15.9)	32.6		<b>33.0</b>	33.4	(32.7)	32.2		32.1	31.4	(34.6)							
		4	13.5		13.3	13.6	(14.1)	17.3		16.8	17.0	(17.9)	35.8			35.1	35.9	(35.3)	36.8		35.4	35.3						(38.6)	
		5	15.9		<b>16.0</b>	16.2	16.1	19.9		18.2	18.4	18.1	38.5		<b>38.9</b>	38.7	37.9	41.1		39.1	39.0	38.7							
		6	18.8		18.5	18.9	(19.6)	20.9		19.6	19.5	(20.4)	41.4			41.4	41.3	(40.0)	43.1		41.7	41.8						(44.4)	
	中学校	1	22.0		21.8	21.1	(21.7)	21.3		20.8	20.4	(21.3)	43.4		<b>44.6</b>	43.0	(42.9)	45.4		45.4	44.8	(46.0)	311.4			<b>302.0</b>	312.0	(292.1)	
		2	23.6		<b>23.4</b>	23.1	23.4	23.7		22.3	22.4	22.2	45.0			46.5	45.5	46.2	46.1		45.2	46.3	46.3	293.9			<b>290.2</b>	295.8	298.3
		3	25.0		<b>24.8</b>	24.4	(25.6)	24.6		23.8	23.7	(25.0)	47.5			48.4	47.5	(48.2)	46.7		46.4	47.4	(48.6)	291.1			298.9	295.5	(281.5)

		持久力					走力					跳躍力					投力					体力合計点(点)							
		20mシャトルラン(回)					50m走(秒)※反転項目					立ち幅跳び(cm)					ボール投げ(m) 小学校:ソフトボール、中学校:ハンドボール												
		R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)	R1	R2	R3	R3都	R3全国(H29)			
男子	小学校	1	15.0		<b>15.1</b>	16.9	(18.6)	11.6		<b>11.4</b>	11.5	(11.4)	110.7		110.7	112.8	(114.9)	7.3		<b>7.4</b>	7.2	(8.6)	28.7			28.7	29.2	(30.4)	
		2	26.5		23.6	25.1	(29.8)	10.5		10.5	10.6	(10.6)	122.9		<b>124.0</b>	124.0	(127.4)	10.9		10.4	10.2	(12.4)	36.7			35.9	36.2	(37.9)	
		3	33.9		29.4	31.7	(38.5)	10.1		<b>10.0</b>	10.0	(10.0)	134.8			134.1	134.4	(135.6)	13.8		13.4	13.5	(15.9)	42.5			41.8	42.1	(44.8)
		4	41.6		<b>39.5</b>	38.9	(48.6)	9.7		<b>9.6</b>	9.6	(9.6)	143.7			143.1	143.3	(146.6)	17.3		16.9	16.8	(20.0)	48.6			48.0	47.9	(50.3)
		5	50.1		46.6	45.8	46.9	9.3		<b>9.2</b>	9.2	9.5	152.4			152.4	152.8	151.4	20.9		20.0	20.0	20.6	54.1			53.6	53.3	52.5
		6	55.9		<b>54.0</b>	53.3	(64.5)	8.9		8.9	8.8	(8.8)	162.1			<b>162.2</b>	163.9	(165.2)	23.9		23.0	23.6	(26.8)	59.1			58.2	59.0	(61.5)
	中学校	1	65.5		<b>66.7</b>	63.0	(72.1)	8.5		<b>8.4</b>	8.5	(8.4)	176.8			<b>183.9</b>	180.9	(181.2)	16.6		<b>16.9</b>	17.3	(18.3)	31.9			<b>33.2</b>	32.4	(35.5)
		2	84.3		<b>78.8</b>	76.6	79.5	8.1		<b>7.9</b>	7.9	8.0	196.2			<b>196.7</b>	196.6	196.3	19.4		<b>20.0</b>	20.1	20.2	40.0			<b>40.5</b>	40.1	41.1
		3	82.6		<b>87.5</b>	85.1	(96.6)	7.6		7.6	7.5	(7.4)	209.7			<b>210.2</b>	211.2	(212.6)	22.4		<b>22.8</b>	22.9	(23.8)	47.7			46.8	47.2	(51.6)

女子	小学校	1	12.5		<b>12.6</b>	14.0	(15.8)	11.9		<b>11.8</b>	11.8	(11.8)	102.7		<b>103.8</b>	105.4	(108.0)	5.1		<b>5.2</b>	5.1	(5.8)	28.3			<b>28.5</b>	29.3	(30.2)	
		2	19.4		18.1	19.7	(23.1)	10.9		10.9	10.9	(10.9)	115.1		<b>115.9</b>	116.3	(120.6)	6.9		6.8	6.8	(7.7)	36.7			36.4	36.7	(37.8)	
		3	24.0		21.4	24.2	(29.2)	10.4		<b>10.3</b>	10.4	(10.4)	127.4			126.3	126.5	(129.5)	8.6		8.4	8.6	(9.9)	42.9			42.4	42.7	(44.4)
		4	30.3		29.6	30.1	(37.6)	10.0		<b>9.9</b>	9.9	(9.9)	136.8			<b>137.0</b>	136.5	(139.8)	10.4		<b>10.6</b>	10.6	(11.9)	49.4			48.6	49.0	(50.9)
		5	40.2		34.9	36.2	38.2	9.5		9.5	9.5	9.6	147.9			146.4	145.9	145.2	12.3		<b>12.4</b>	12.6	13.3	56.3			54.8	55.0	54.7
		6	44.1		40.5	40.9	(50.9)	9.1		9.1	9.1	(9.1)	154.8			154.1	154.2	(156.7)	14.2		13.9	14.3	(16.3)	61.2			59.6	60.0	(62.1)
	中学校	1	47.1		<b>49.1</b>	45.5	(53.1)	9.1		<b>9.0</b>	9.1	(8.9)	161.7			<b>167.5</b>	164.0	(166.2)	10.3		<b>10.7</b>	10.9	(12.2)	42.5			<b>44.3</b>	42.5	(45.4)
		2	59.4		<b>52.6</b>	51.7	53.9	8.9		<b>8.8</b>	8.8	8.9	166.6			<b>168.2</b>	168.0	168.0	11.6		<b>12.3</b>	12.3	12.6	47.1			<b>47.6</b>	47.6	48.4
		3	61.3		<b>54.0</b>	52.6	(61.2)	8.6		8.8	8.7	(8.6)	170.3			<b>171.4</b>	171.4	(173.8)	13.2		<b>13.4</b>	13.3	(14.4)	50.8			50.5	50.6	(54.0)

※網掛けは、今年度において、東京都の平均より上回っている項目です。

※斜め太字の囲み枠は、R1年度の記録を上回っている項目です。

※令和2年度は実施が希望制であったので数値を入れていない。

※全国の結果については、平成30年度以降、小学校第5学年及び中学校第2学年のみの実施であることから、(H29)を参考にしている。

【成果指標との関連】

東京都の体力合計点と調布市の体力合計点の比較				
小学校	男子	市266.2	都267.7	▲1.5
	女子	市270.3	都272.7	▲2.4
中学校	男子	市120.5	都119.8	+0.7
	女子	市142.5	都140.7	+1.8