令和6年度　愛知県体力テスト
データ分析【概要版】

次世代のために、体力・運動能力を高めるためだけでなく、体を動かす

遊び等を通して養われる能力の育成を目指して教員が取り組めること

令和７年３月　中京大学スポーツ科学部

1　愛知県内の現状からの提言

・Ｒ５年度の愛知県の体力合計点の順位は**依然として、低水準**である（図１）。
　小学５年生　男子 47 位　女子 43 位
　中学２年生　男子 46 位　女子 45 位
・**体力要素別で見ても多くの項目が全国平均に比べて低い。**
・中でも **20m シャトルランは、目立って低水準**にある（図２・３）。
・５段階の体力総合評価においても、**依然としてＤ＋Ｅの比率が全国平均や他県と　比較して明らかに高く、Ａ＋Ｂの比率が低い**（図４）。

［課題］
　現状より、愛知県の児童生徒は総合的にも体力要素別でも体力の低水準を脱せておらず、特に総合評価Ｄ＋Ｅの比率が目立って高い。これらのことから、**学校では全体的な活動量を重視した体育授業の実施に加え、休み時間など授業以外での運動や体を使って遊ぶ活動などの機会を創出し、「積極的な身体活動の促進」が必要であろう。**児童生徒の年代に合わせた様々な運動を提示し、心を育みつつ運動の特性と身体の機能を考慮したバランスよく体力を高めるための教育的かつ効果的な指導の見直し等、各学校での振り返りが求められる。**特に体を動かして遊ぶことが好きではない児童生徒や運動習慣が定着していない児童生徒に対しても、運動内容を工夫したり、休み時間や業後等で体を動かす遊びを促す声掛けをしたりする必要がある。**今一度、学校教育において身体活動を楽しみながら、運動の方法や内容を学べる工夫を学校・行政・家庭が一体となって取り組むことが求められる。

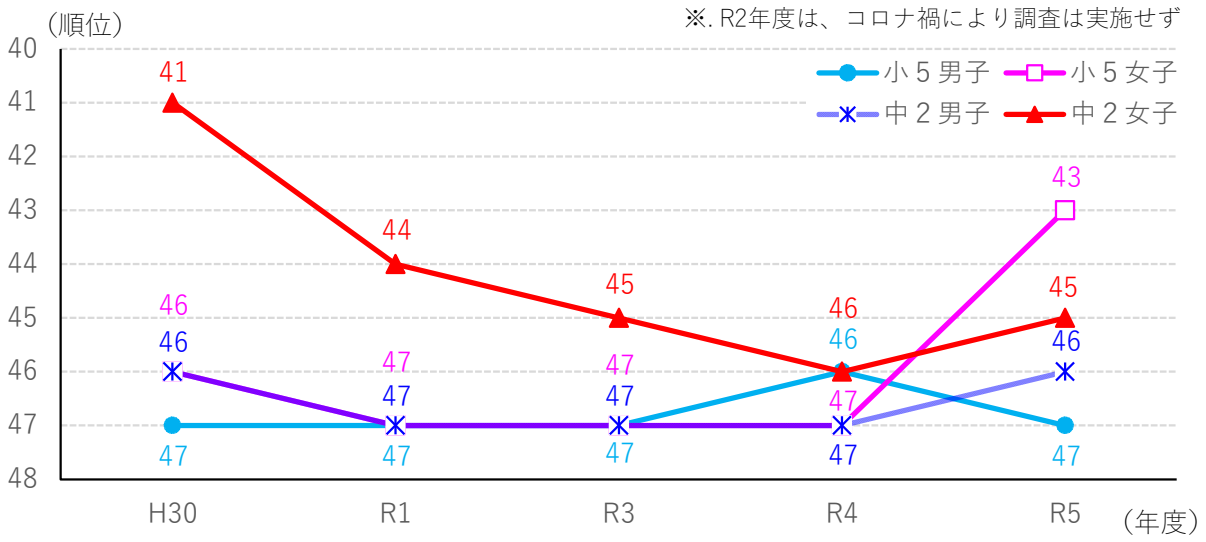


図１　愛知県における体力合計点の全国順位の経年変化

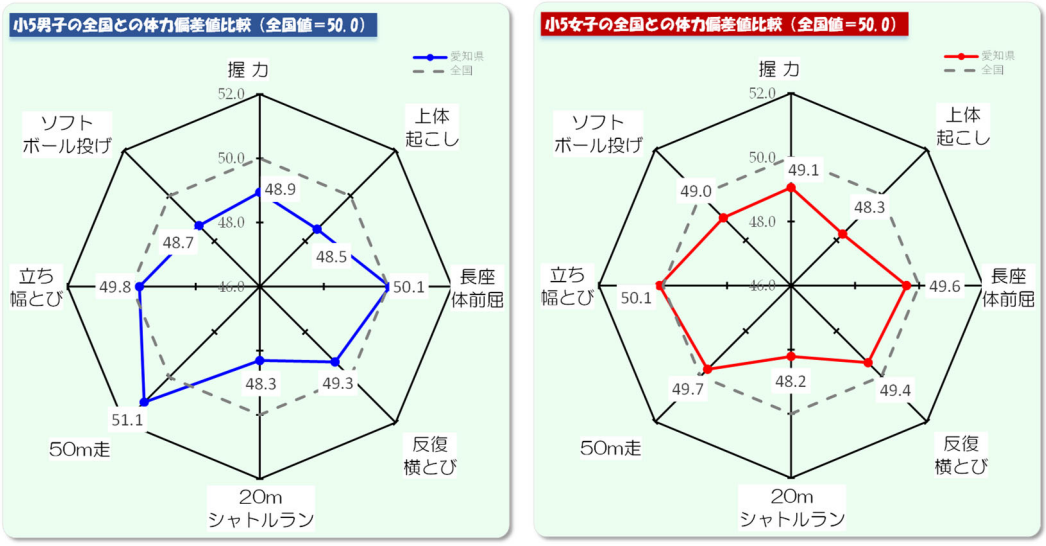


図２　愛知県と全国の体力偏差値の比較（小学校第５学年）

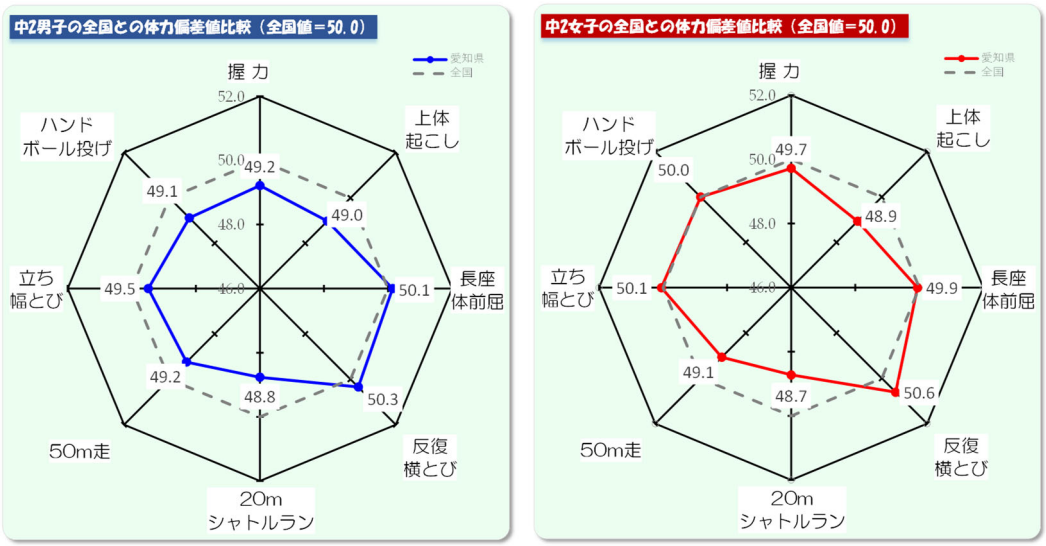


図３　愛知県と全国の体力偏差値の比較（中学校第２学年）

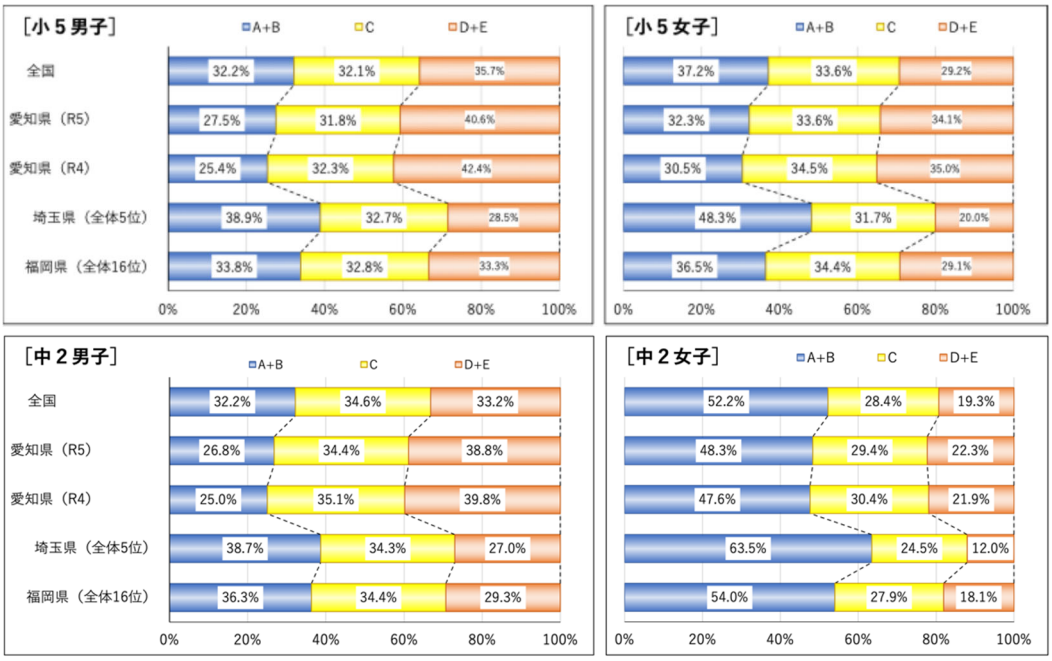


図４　体力総合評価の経年比較と他県との比較

２　体力・運動能力の影響要因の全国値および他県との比較からの提言

(1) 比較対象とした都道府県の選定

１）政令指定都市を有している都道府県

２）人口規模の近い都道府県

３）児童生徒の体力・運動能力の状態が比較的良好な都道府県

上記３つの観点より「埼玉県」と「福岡県」を選定

(2) 体力・運動能力への影響要因の分析

ア　運動やスポーツへの意欲に関する質問項目

・運動への意欲に関する項目は、**全国値と比較しても２～５％程度悪い。**

男子：前年度より改善傾向　女子：**悪化している**（図５・６・７）。

・「一週間の総運動時間」も少なく、**小５、中２の男女いずれにおいても一週間の総運動時間が「０分」の児童生徒が目立って増加**している（図８）。

［課題］

愛知県としては、運動の魅力発信、楽しさの伝達、重要性の伝達といった観点においても不十分と言わざるを得ない。「全身を動かす楽しさ」は、運動の魅力の一部に過ぎず、運動を通して身体や心の健康との関連だけでなく社会との関わりや友人関係の構築など、多くの教育的意義がある。だからこそ、**学校教育では、運動の有する様々な意義を実践的に享受できるよう、集団や個人の状況に応じた丁寧な取組が必要である。また、体力面においては、現状では個々の種目や体力要素に特化するよりも、前述の通り、活動量の確保を優先すること、ある程度持続的に実施する運動時間を増やすことが必要**であると考える。ともに楽しむ仲間を育むことなどを通して、運動に親しみやすい環境構築が必要であると推察される。

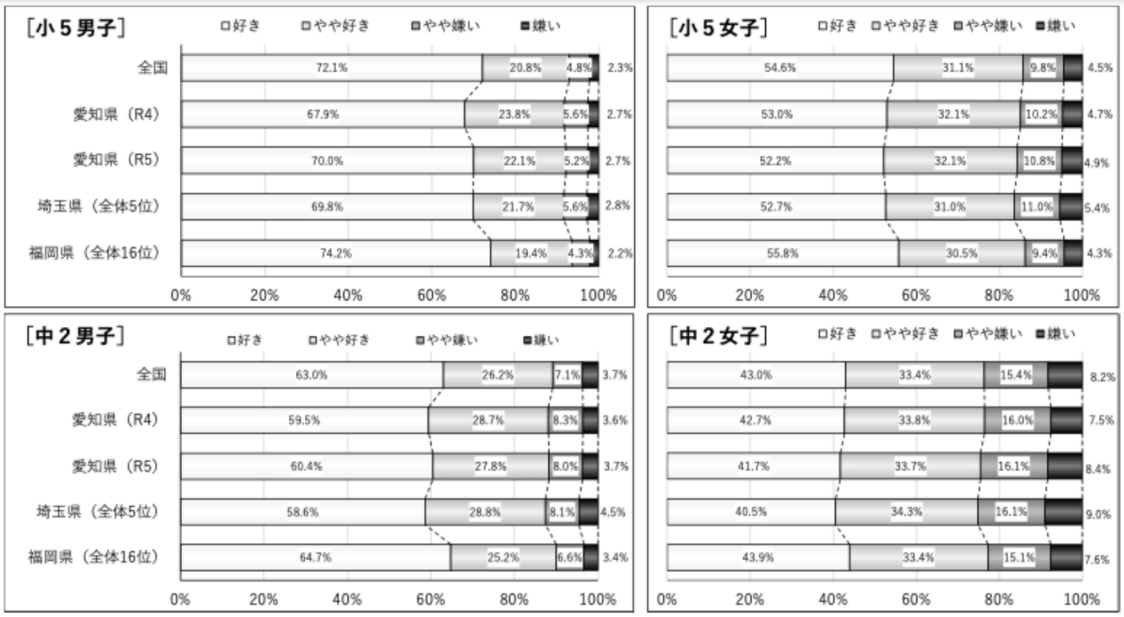


図５　「運動やスポーツが好き」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

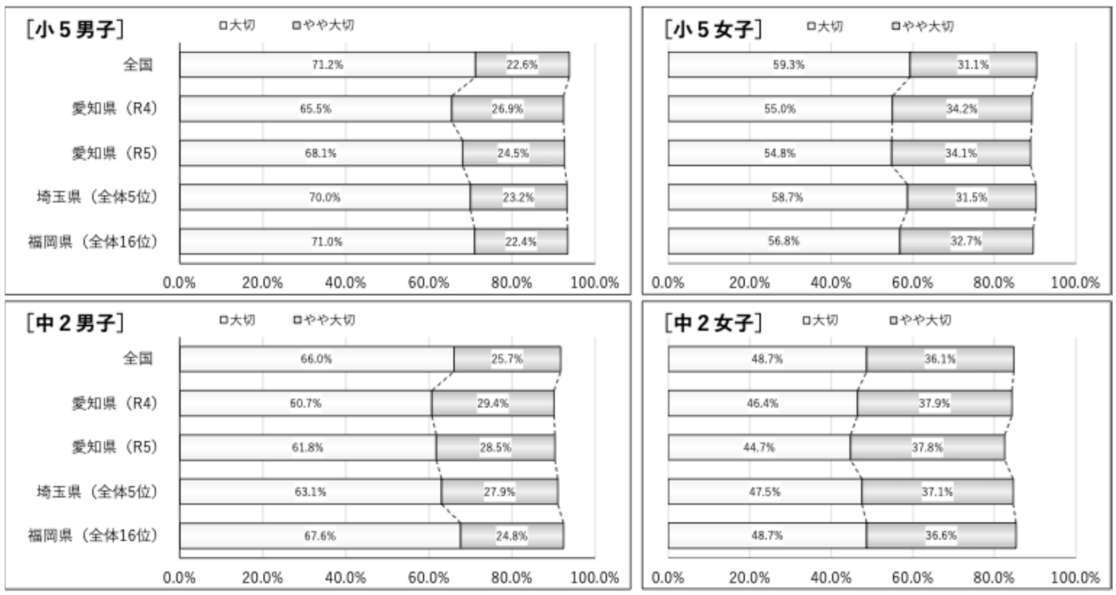


図６　「運動は大切（大切、やや大切）」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

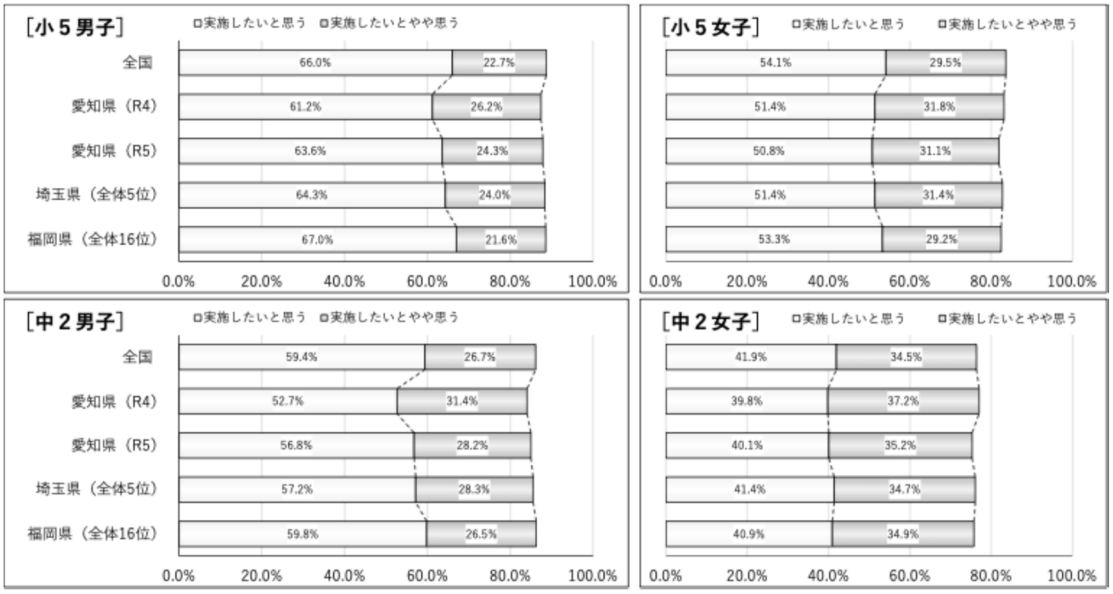


図７　「今後の運動実施（実施したいと思う、やや実施したいと思う）」の
全国・他県比較、愛知県の経年比較

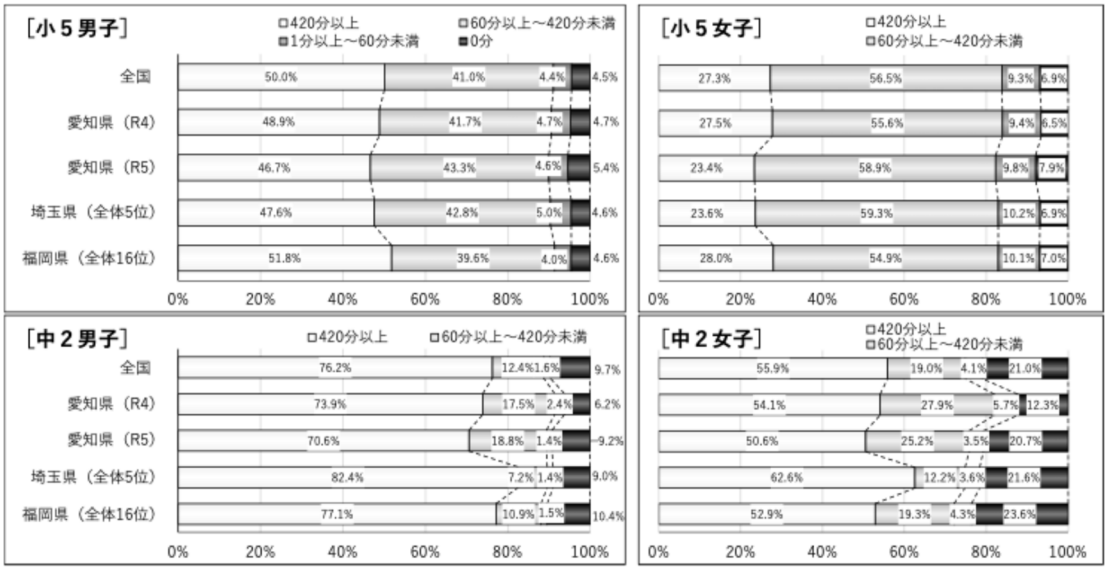


図８　「一週間の総運動時間」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

イ　朝食摂取やスクリーンタイム（学習利用以外）に関する質問項目

・「朝食摂取」Ｒ４年度からＲ５年度にかけて若干低下（図９）。

・「スクリーンタイム」**長い層への分布が目立ち、経年変化でも増加。**
特に、中２では過度にスクリーンタイムの長い生徒の割合が非常に多い（図 10）。

［課題］

近年、全国的には朝食摂取の若干の悪化が見られている。愛知県は、全国平均と大きな違いは見られていないが、全国平均同様に、若干の低下が見られていることから、欠食に対する注意が必要であり、継続して観察、取組をすべきである。

スクリーンタイムの長さは、全国平均や他県と比較しても際立って悪い。スクリーンタイムの増加に伴う健康問題は世界的に危惧されており、より顕著な状況が観察されている愛知県においては、目安、指針の提示も含めた改善方策の立案が急務である。特に、学習以外でのスクリーンタイムを減らすには日頃の画面の見過ぎを防ぐための工夫や心身の健康へのリスク、生活時間構造の夜型化など、生活習慣と絡めた教育・指導を行っていく必要がある。なお、海外の学校教育では脱ＩＣＴ化がすすみ、紙とペンに戻っている事例も見受けられる。すべてを紙とペンに戻す必要はないが、活用時間を制限するなどして適切に活用することを考えたい。

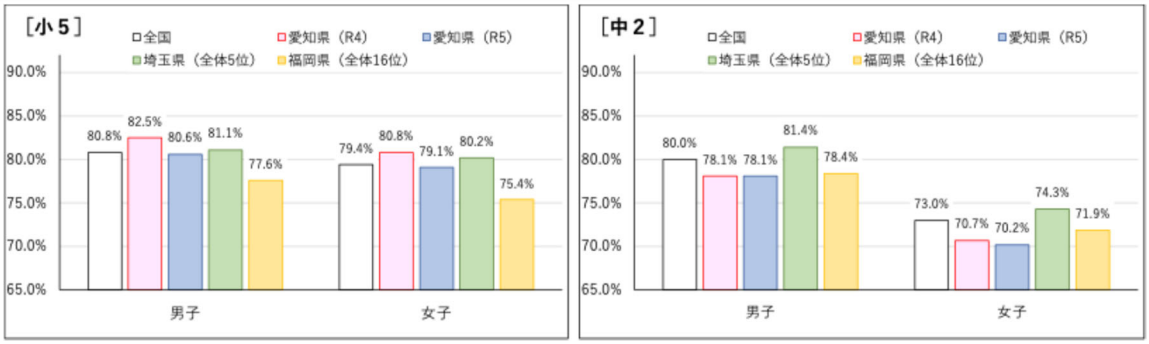


図９　「朝食摂取（毎日食べる）」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

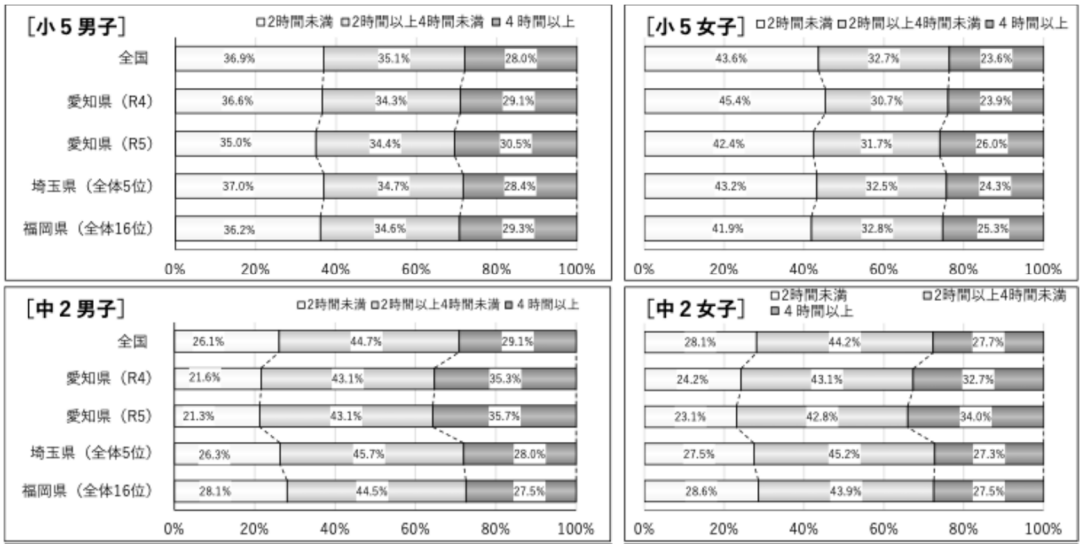


図 10　「スクリーンタイム」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

ウ　体育・保健体育の授業への意欲に関する質問項目

・「体育授業は楽しい」と回答する割合（図 11）

小５女子：**全国平均や他県に比べても、特に低い。**

中２男子・女子：経年的に減少傾向。**特に、中２女子で減少率が大きい。**

・「いつも体育授業へ進んで学習する」と回答する割合

全国値や他県と比較して低水準であり、特に中２女子で非常に低い（図 12）。

［課題］

主体的な学習は、運動の楽しさを感じていること、運動への意欲が育まれていることが重要であり、取組の強化が求められる。特に、女子においては、保健体育への授業の意欲が低下しており、重点的に改善する必要がある。一辺倒な指導法や声かけに陥らないことに留意し、意欲や態度に働きかける工夫が求められる。

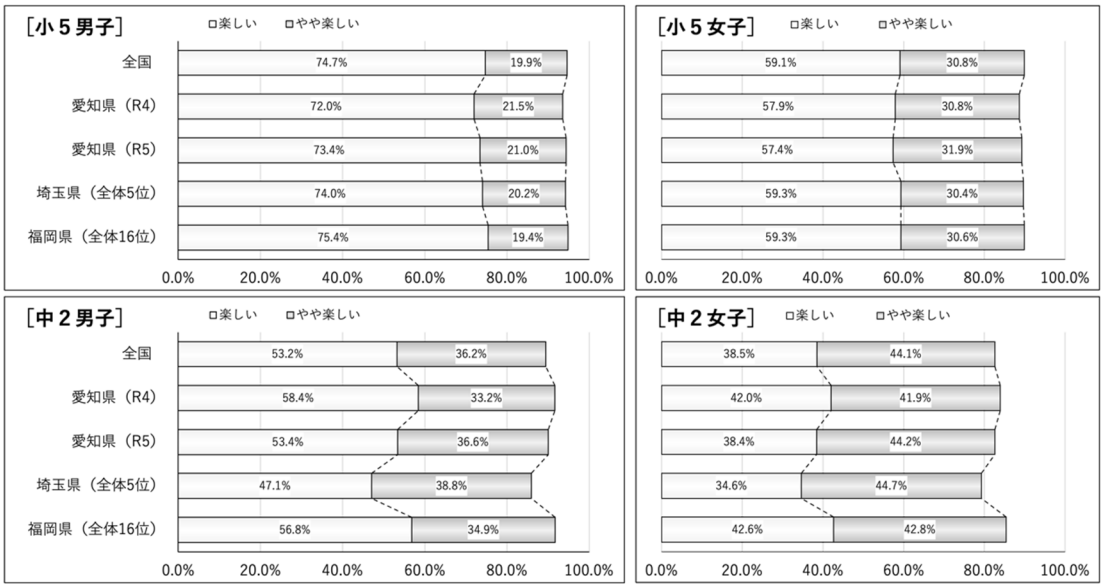


図 11　「体育（保健体育）授業は楽しい」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

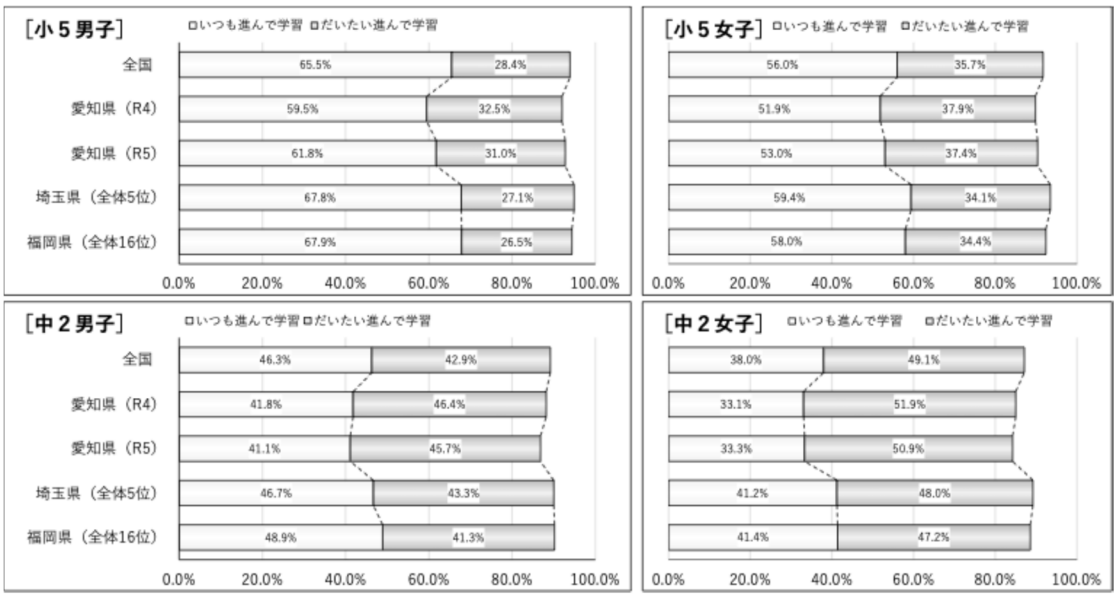


図 12　「体育（保健体育）授業へ進んで学習」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

３　学校における取組状況からの提言

(1) 体力向上の目標策定について

・愛知県における体力向上の目標策定をしていない学校

小・中学校ともに 40%以上、学校数にすると県内の約 400 校以上が未設定。

全国値や他県に比べても大きな差がある。

・経年的には、小５、中２ともに目標設定をした学校は若干増えているが不十分。

［課題］

愛知県の児童生徒はＤ＋Ｅ評価が高率であることを考えると、全国水準まで減らすためには、Ｄ＋Ｅ評価の小学生の約５%、中学生の約３～７%の体力向上が必要となる。概算で１校あたり２～５名のＤ＋Ｅ評価の児童生徒に改善が見られれば、県全体の底上げにつながることが期待できる。**全国値や他県に比べると体力向上の目標策定が顕著に少ない状況を鑑みれば、全校に対して目標の策定を推進していくことで、これまで未策定だった学校を中心に、少しでも多くの学校が新たな取組を展開することによる体力向上の余地は非常に大きい**と思われる。

表１　「体力向上の目標策定」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

測定項目	都道府県 他	小５		中２	
		設定していた	設定していなかった	設定していた	設定していなかった
令和4年度に、児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。	全国	78.9%	21.1%	69.1%	30.9%
	愛知県（R5）	58.5%	41.5%	56.2%	43.8%
	愛知県（R4）	57.2%	42.8%	48.7%	51.3%
	埼玉県（全体5位）	88.1%	11.9%	83.8%	16.2%
	福岡県（全体16位）	90.5%	9.5%	88.0%	12.0%

(2) 全国体力・運動能力，運動習慣等調査の利活用について

・愛知県の調査結果の利活用は全国値や他県と比べて極めて低い。

・経年比較では、選択肢の違いにより単純な比較はできないが、明確に「実施している」と回答する割合は小５、中２ともに低下傾向にある。

［課題］

愛知県は、全国値や他県と比べても、全国体力・運動能力，運動習慣等調査の結果を活用した取組が不十分であり、県全体における大きな課題として調査結果の利活用を促進していきたい。現代の子どもを取り巻く環境は変化しており、近年の体育・スポーツ分野においても、客観的な指標を基にした取組が有効であることは明らかである。自己判断によるものだけではなく、調査結果と現場における経験を融合させながら、さらに効率的かつ効果的な取組へと改善していくべきである。

表２　「全国体力・運動能力，運動習慣等調査の利活用」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

測定項目	都道府県 他	小５			中２		
		している	予定している	していない	している	予定している	していない
令和4年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を踏まえた取組をしていますか。	全国	55.3%	27.5%	17.2%	52.2%	27.8%	20.0%
	愛知県（R5）	37.7%	28.9%	33.4%	38.0%	32.8%	29.2%
	愛知県（R4）	45.8%	-	54.2%	51.6%	-	48.4%
	埼玉県（全体5位）	65.0%	26.6%	8.4%	58.8%	27.3%	13.9%
	福岡県（全体16位）	56.0%	31.6%	12.4%	58.0%	29.0%	13.0%

(3) 運動やスポーツが苦手な子供への取組について

・愛知県の経年比較では、小５では改善傾向、中２では低下傾向。

・全国値や他県との比較では、特に小５において、**まだ取組が少ない。**

［課題］

児童生徒個々への配慮を踏まえた指導はより良い教育活動のための重要な要素であるが、特に運動やスポーツが苦手な子供に対する取組が不足している。教員からの身体活動を促すような「きっかけづくり」や「しかけ」がなされているか、工夫されているかを確認し、保健体育分野での学びを充実させる必要がある。

表３　「苦手な子供への取組」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

測定項目	都道府県 他	小５			中２		
		行っている	行う予定である	行っていない	行っている	行う予定である	行っていない
運動やスポーツが苦手（嫌い）な傾向がある児童向けの取組、または技能の程度に応じた取組を現在行っていますか。（行う予定はありますか）	全国	50.8%	29.0%	20.3%	66.2%	19.7%	14.1%
	愛知県（R5）	44.7%	24.5%	30.8%	66.4%	15.3%	18.2%
	愛知県（R4）	46.6%	24.4%	29.0%	68.0%	14.2%	17.8%
	埼玉県（全体5位）	51.5%	33.3%	15.2%	68.6%	19.1%	12.4%
	福岡県（全体16位）	46.5%	35.1%	18.5%	64.8%	25.6%	9.6%

(4) 体力向上関連の研修・研究会への参加と活用について

・愛知県の経年比較では、小５、中２ともに改善傾向が見られる。

・**全国値や他県との比較では、依然として低い。**

［課題］

教員が体力向上の意義と危機感を持つことも必要であるが、**教員が研修・研究会へ参加し、より保健体育分野の教育活動を充実させられるよう、各学校や自治体によるさらなる取組の強化が求められる。**特に、全国５位の埼玉県では実施率が高く、非常に参考になる結果である。

これらのことから、まずは各校において体力向上の目標を必ず策定することを推奨し、その際には、全国体力・運動能力，運動習慣等調査等の結果を活用すること、苦手な子供への対策も盛り込むことなどが重要である。加えて、これらをねらいとした、体育授業の改善にも積極的に取り組んでいきたい。

表４　「体力向上関連の研修・研究会への参加と活用」の全国・他県比較、愛知県の経年比較

測定項目	都道府県 他	小５ よくしている	小５ どちらかといえばしている	小５ あまりしていない	小５ 全くしていない	中２ よくしている	中２ どちらかといえばしている	中２ あまりしていない	中２ 全くしていない
教師は児童の体力向上や体育の授業研究に関する校内外の研修や研究会に参加し、自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映していますか。	全国	14.6%	60.0%	24.3%	1.0%	17.0%	60.5%	20.7%	1.8%
	愛知県（R5）	10.7%	54.9%	32.6%	1.8%	16.8%	64.6%	16.8%	1.8%
	愛知県（R4）	7.8%	47.9%	40.8%	3.5%	11.6%	49.0%	32.6%	6.8%
	埼玉県（全体5位）	30.0%	55.9%	13.8%	0.3%	25.3%	63.9%	10.3%	0.5%
	福岡県（全体16位）	12.0%	61.6%	24.7%	1.7%	17.0%	63.0%	19.4%	0.6%

4　「運動が好き」「総合評価Ｄ＋Ｅ比率」との関連項目の検討からの提言

- 「体力向上の目標策定」「苦手な子供への取組」「全国体力・運動能力，運動習慣等調査の利活用」を実施している学校、体育授業での取組として「振り返り」「助け合い」「話し合い」を取り入れている学校では「運動が好き」な児童生徒が多い学校の割合が高かった。
- 「総合評価Ｄ＋Ｅ比率」に関しては、上記項目に加えて「体力向上関連の研修・研究会への参加と活用」をしている学校では「総合評価Ｄ＋Ｅ比率」が低い学校の割合が高かった。

［課題］

体力向上に関する取組および体育授業での取組が充実している学校では運動が好きな児童生徒、体力総合評価の状況が良好である学校が多いことが明らかとなった。一方で、**愛知県は学校全体、授業での取組に関する項目が全国と比しても芳しくない。特に、「体力向上の目標策定」「苦手な子供への取組」「全国体力・運動能力，運動習慣等調査の利活用」に関しては課題も多いため、各校における体力向上の目標策定の徹底、調査等の利活用を推し進めるべきである。**

表５　「運動が好き」と「学校目標設定」のクロス集計

小５男子

学校目標の設定	運動が好き（３群） 75%以上	75-65%以上	65%未満	合計
設定していた	28.4%	42.8%	28.8%	100.0%
設定していなかった	27.9%	43.7%	28.4%	100.0%
合計	28.2%	43.2%	28.6%	100.0%

小５女子

学校目標の設定	運動が好き（３群） 60%以上	60-45%以上	45%未満	合計
設定していた	20.4%	59.9%	19.7%	100.0%
設定していなかった	23.5%	52.0%	24.4%	100.0%
合計	21.7%	56.5%	21.7%	100.0%

中２男子

学校目標の設定	運動が好き（３群） 65%以上	65-55%以上	55%未満	合計
設定していた	32.3%	42.1%	25.6%	100.0%
設定していなかった	25.2%	52.3%	22.4%	100.0%
合計	29.2%	46.7%	24.2%	100.0%

中２女子

学校目標の設定	運動が好き（３群） 45%以上	45-35%以上	35%未満	合計
設定していた	33.6%	46.3%	20.1%	100.0%
設定していなかった	25.2%	56.1%	18.7%	100.0%
合計	29.9%	50.6%	19.5%	100.0%

表６　「運動が好き」と「苦手な子供への取組」のクロス集計

小５男子

苦手への取組	運動が好き（３群）			
	75%以上	75-65%以上	65%未満	合計
行っている	27.1%	42.4%	30.6%	100%
行う予定である	34.4%	43.8%	21.9%	100%
行っていない	25.0%	43.9%	31.1%	100%
合計	28.2%	43.2%	28.6%	100%

小５女子

苦手への取組	運動が好き（３群）			
	60%以上	60-45%以上	45%未満	合計
行っている	23.1%	54.1%	22.7%	100%
行う予定である	18.8%	63.3%	18.0%	100%
行っていない	22.1%	54.6%	23.3%	100%
合計	21.7%	56.5%	21.7%	100%

中２男子

苦手への取組	運動が好き（３群）			
	65%以上	55-65%未満	55%未満	合計
行っている	27.2%	49.4%	23.5%	100%
行う予定である	47.1%	32.4%	20.6%	100%
行っていない	22.7%	47.7%	29.5%	100%
合計	29.2%	46.7%	24.2%	100%

中２女子

苦手への取組	運動が好き（３群）			
	45%以上	45-35%以上	35%未満	合計
行っている	27.6%	50.3%	22.1%	100%
行う予定である	38.2%	50.0%	11.8%	100%
行っていない	31.8%	52.3%	15.9%	100%
合計	29.9%	50.6%	19.5%	100%

表７「体力総合評価 D+E 比率」と「全国体力・運動能力，運動習慣等調査の利活用」のクロス集計

小５男子

調査結果の考慮	評価DE（３群）男			
	30%未満	30-50%未満	50%以上	合計
している	20.6%	56.2%	23.2%	100%
予定している	13.1%	64.1%	22.8%	100%
していない	18.1%	56.4%	25.5%	100%
合計	17.6%	58.4%	23.9%	100%

小５女子

調査結果の考慮	評価DE（３群）女			
	25%未満	25-45%未満	45%以上	合計
している	29.4%	55.2%	15.5%	100%
予定している	24.8%	51.0%	24.1%	100%
していない	26.1%	51.1%	22.9%	100%
合計	26.9%	52.6%	20.5%	100%

中２男子

調査結果の考慮	評価DE（３群）男			
	30%未満	30-45%未満	45%以上	合計
している	25.6%	54.4%	20.0%	100%
予定している	19.0%	55.7%	25.3%	100%
していない	16.9%	57.7%	25.4%	100%
合計	20.8%	55.8%	23.3%	100%

中２女子

調査結果の考慮	評価DE（３群）女			
	15%未満	15-30%未満	30%以上	合計
している	33.3%	47.8%	18.9%	100%
予定している	25.3%	46.8%	27.8%	100%
していない	18.1%	69.4%	12.5%	100%
合計	26.1%	53.9%	19.9%	100%

表８　「体力総合評価 D+E 比率」と「体力向上関連の研修・研究会への参加と活用」のクロス集計

小５男子

研修の反映	評価DE（３群）男			
	30%未満	30-50%未満	50%以上	合計
よくしている	29.3%	48.3%	22.4%	100.0%
どちらかといえばしている	13.2%	60.7%	26.1%	100.0%
あまりしていない	21.3%	57.9%	20.8%	100.0%
全くしていない	9.1%	63.6%	27.3%	100.0%
合計	17.6%	58.4%	23.9%	100.0%

小５女子

研修の反映	評価DE（３群）女			
	25%未満	25-45%未満	45%以上	合計
よくしている	24.1%	55.2%	20.7%	100.0%
どちらかといえばしている	26.1%	55.4%	18.6%	100.0%
あまりしていない	29.8%	47.2%	23.0%	100.0%
全くしていない	18.2%	54.5%	27.3%	100.0%
合計	26.9%	52.6%	20.5%	100.0%

中２男子

研修の反映	評価DE（３群）男			
	30%未満	30-45%未満	45%以上	合計
よくしている	27.5%	55.0%	17.5%	100.0%
どちらかといえばしている	20.9%	55.7%	23.4%	100.0%
あまりしていない	13.2%	57.9%	28.9%	100.0%
全くしていない	25.0%	50.0%	25.0%	100.0%
合計	20.8%	55.8%	23.3%	100.0%

中２女子

研修の反映	評価DE（３群）女			
	15%未満	15-30%未満	30%以上	合計
よくしている	20.0%	65.0%	15.0%	100.0%
どちらかといえばしている	27.7%	49.7%	22.6%	100.0%
あまりしていない	28.9%	55.3%	15.8%	100.0%
全くしていない	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
合計	26.1%	53.9%	19.9%	100.0%

5 まとめ

以上のことから、次の７つを重点事項として取り組んでいくことを勧める。

① 運動の魅力発信、楽しさの伝達、重要性の伝達の強化

② スクリーンタイムの実態把握、改善、目安・指針の提示

③ 運動時間や活動量を確保した取組の実施

④ 運動が苦手な児童生徒への対策の強化

⑤ 運動への意欲向上につながる主体的な学習の工夫

⑥ 各学校における体力向上の目標策定の推奨

⑦ 全国体力・運動能力，運動習慣等調査などの各種調査結果の利活用の促進

○ 重点事項を取り入れた具体的な年間計画の例

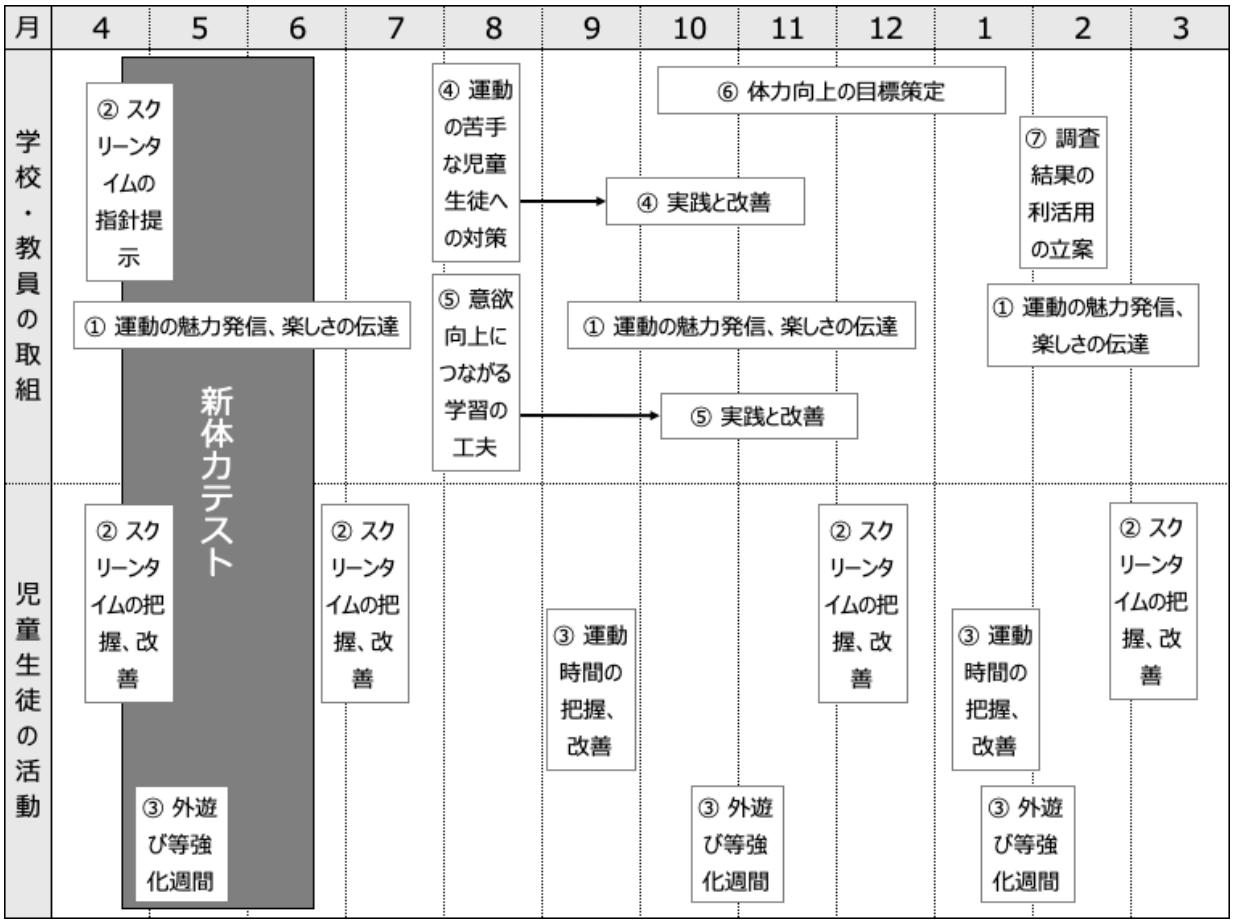


図 13　重点事項を取り入れた具体的な年間計画の例