

札幌市における児童生徒の**体力・運動習慣**の傾向と**対策**

令和6年度・令和7年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査の札幌市データの分析」から

本研究課題の目的

本研究は、札幌市内の全小学校・中学校を対象に、児童の体力・運動能力および運動意識・生活習慣の実態を把握し、体力水準に関わる要因を明らかにすることを目的とした。体力テストと質問紙調査を組み合わせた統計分析により、札幌市の児童生徒の傾向の把握や、体力向上・運動習慣定着へのアプローチのための基礎資料を提供することを目的とした

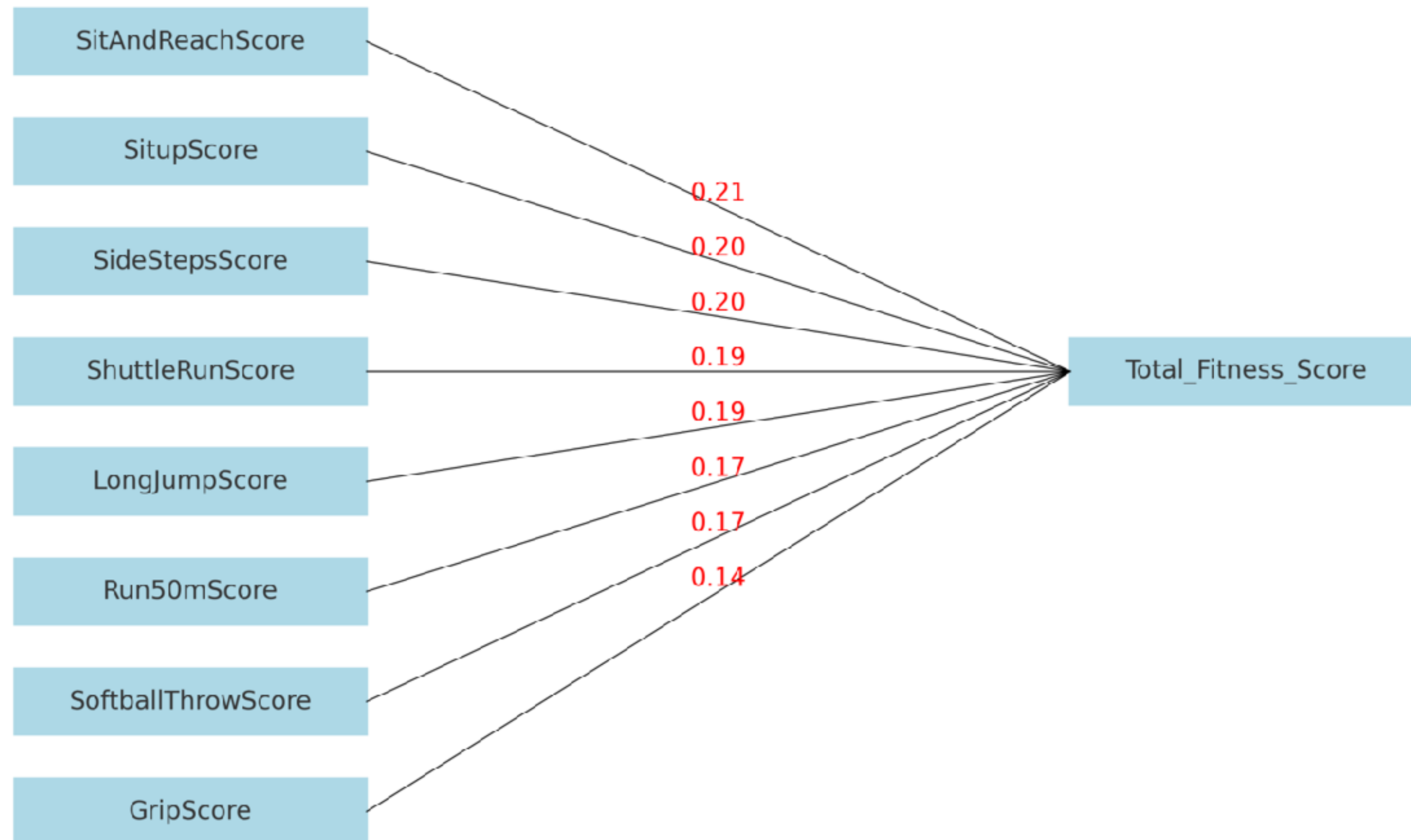


体育授業は体力向上に貢献するのか？

結果①：体力項目の体力合計点への影響（重回帰分析）

小学生男子

Standardized Path Diagram (β): Boys



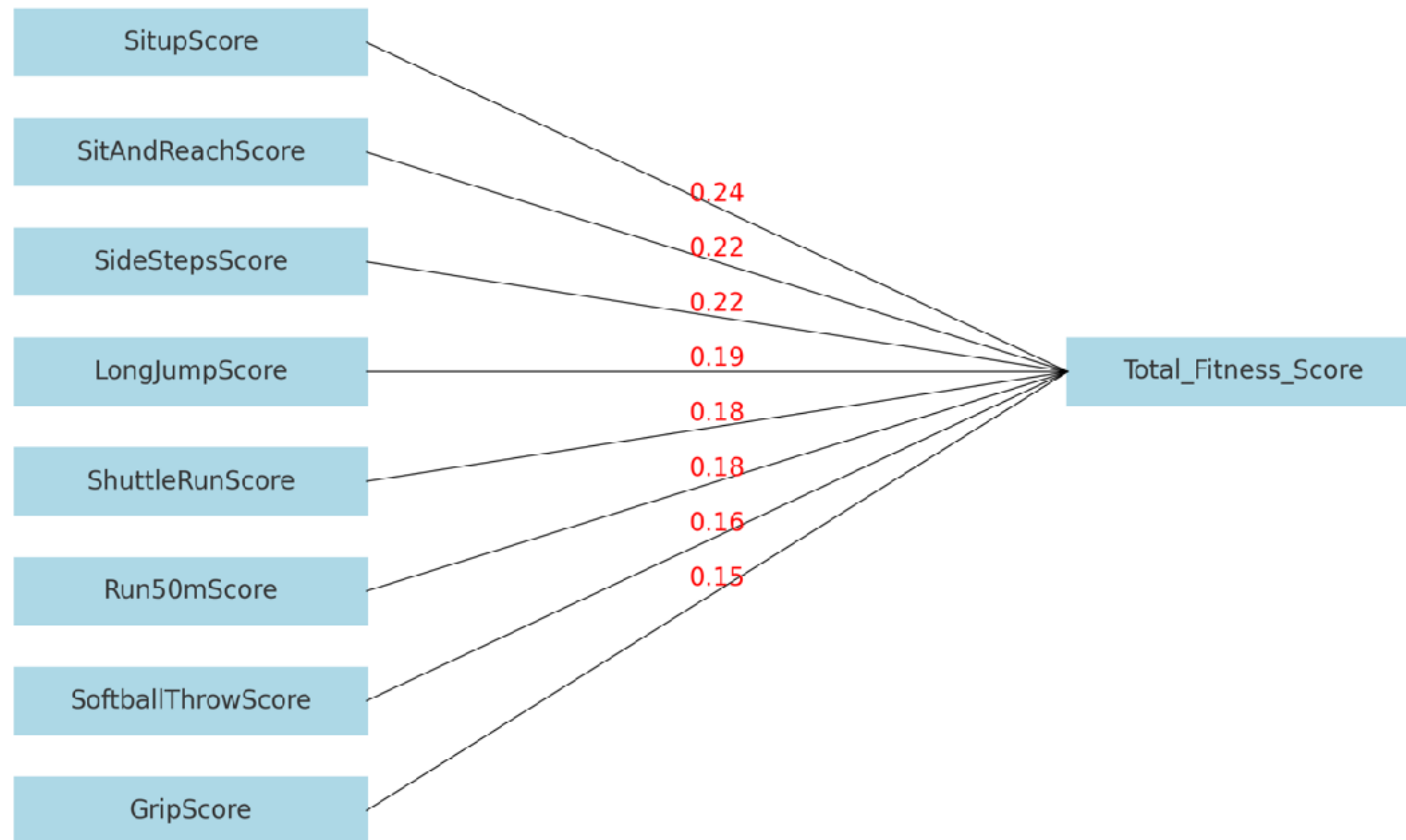
【男子の特徴】

- ・体力合計点への寄与が最も高いのは柔軟性（長座体前屈）で、筋持久力（上体起こし）・敏捷性（反復横跳び）がこれに続く。
- ・全身持久力（シャトルラン）・跳躍力（立ち幅跳び）・短距離走力（50m走）も安定した寄与を示す。
- ・投力（ソフトボール投げ）と握力の寄与は比較的低い。
- ・総じて、**柔軟性・持久力・全身運動**の項目が男子の総合体力を構成する上で重要である。

結果①：体力項目の体力合計点への影響（重回帰分析）

小学生女子

Standardized Path Diagram (β): Girls



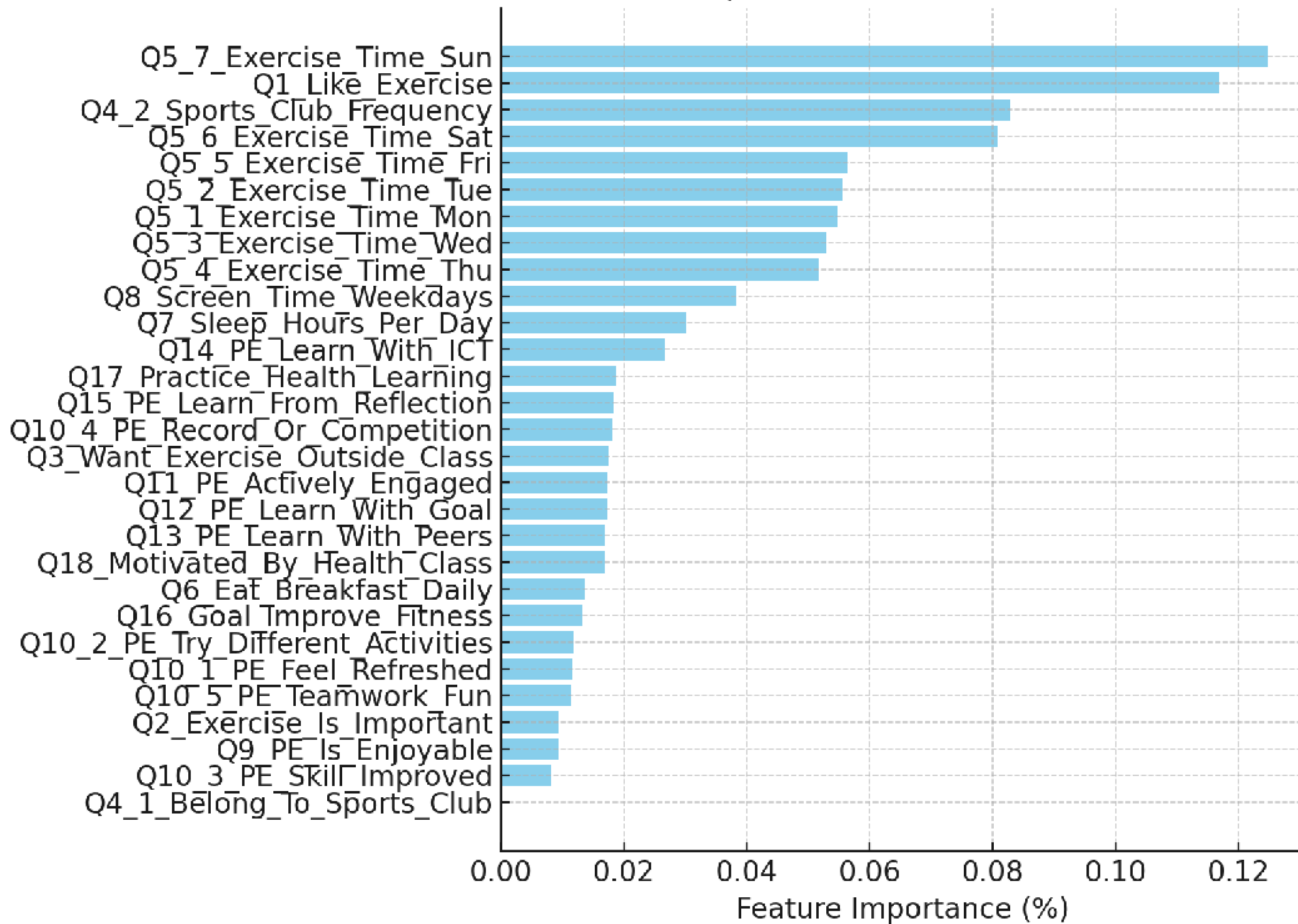
【女子の特徴】

- ・体力合計点への寄与が最も高いのは筋持久力（上体起こし）で、柔軟性（長座体前屈）・敏捷性（反復横跳び）がこれに続く。
- ・跳躍力（立ち幅跳び）・全身持久力（シャトルラン）・短距離走力（50m走）も中程度の寄与を示す。
- ・投力（ソフトボール投げ）と握力の寄与は比較的低いですが、握力は男子よりやや高い。
- ・総じて、筋持久力・柔軟性・敏捷性を中心に多面的な要素で体力が構成されている。

結果②：各質問項目の体力合計点への影響の強さ（重回帰分析）

小学生男子

Q1-Q18 Feature Importance for Total Fitness Score



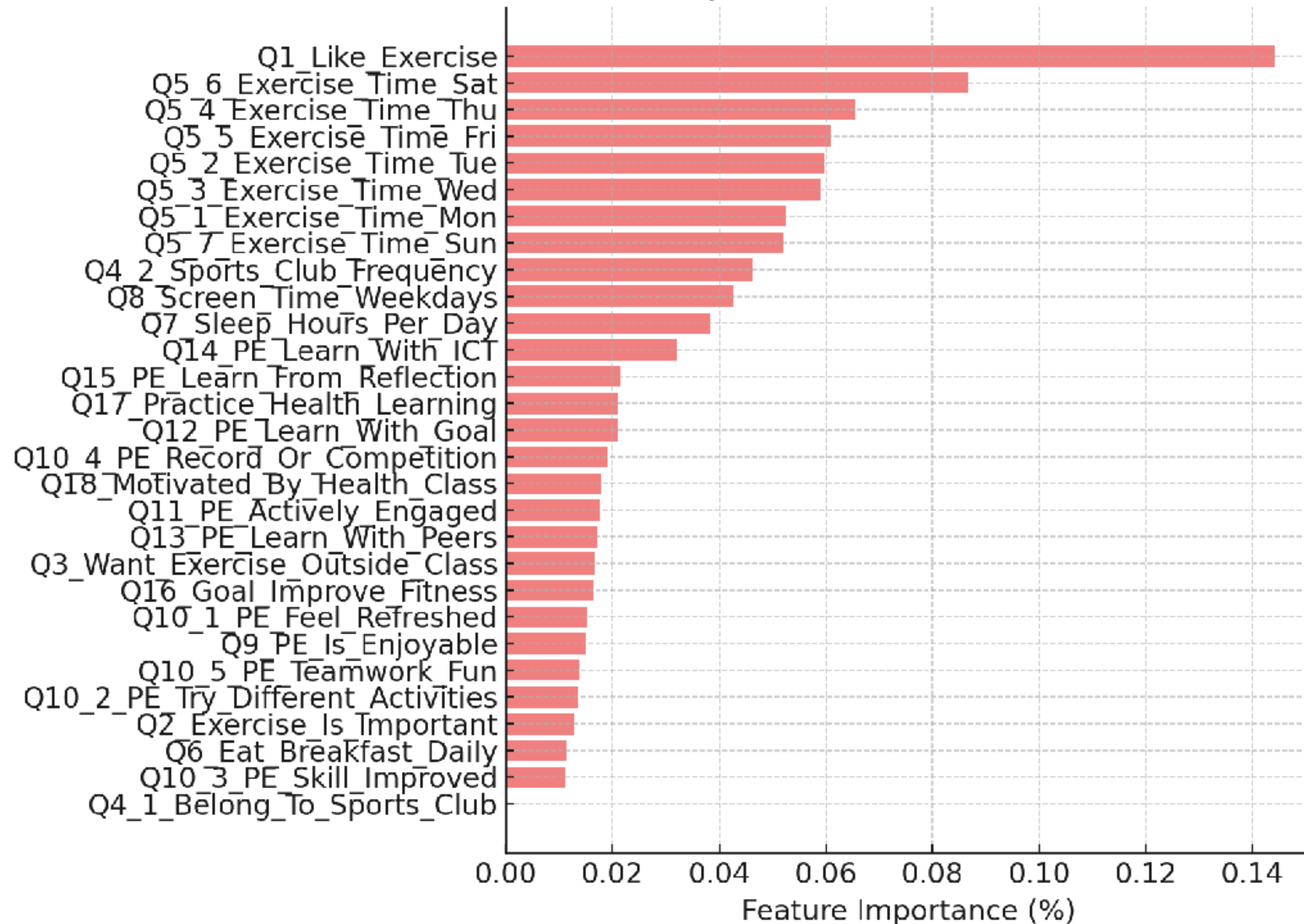
【男子の特徴】

- 体力への影響が最も強いのは**休日（特に日曜）の運動時間**で、「**運動が好き**」という意識がこれに続く。
- スポーツクラブへの**所属よりも活動頻度**が重要である。
- 平日の運動時間も一定の影響を示す。
- 保健学習やICT学習の体力への直接的な影響は小さい。

結果②：各質問項目の体力合計点への影響の強さ（重回帰分析）

小学生女子

Q1-Q18 Feature Importance for Total Fitness Score (F)

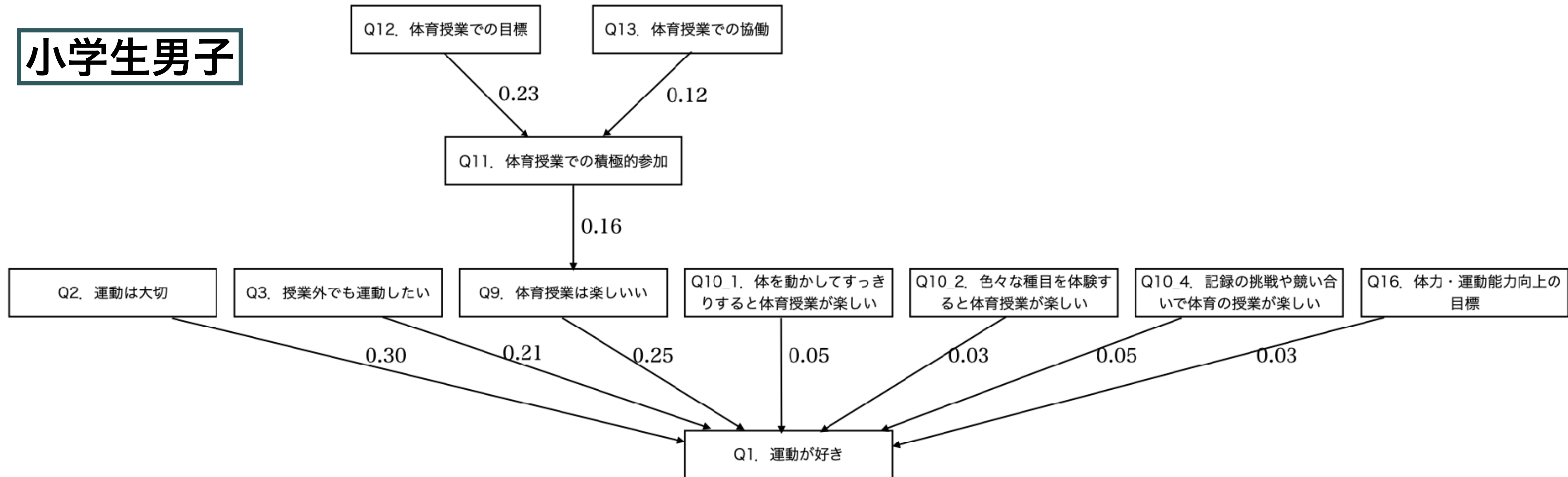


【女子の特徴】

- 体力への影響が最も強いのは「**運動が好き**」という意識で、男子より影響度が高い。
- 平日から土日にかけての**運動習慣が広く体力に影響し**、特に土曜の運動が有効である。
- スポーツクラブの活動頻度も一定の影響を示す。
- 体育授業や保健学習の直接的な影響は小さい。

結果③：「運動が好き」を構成するモデル（共分散構造分析）

小学生男子

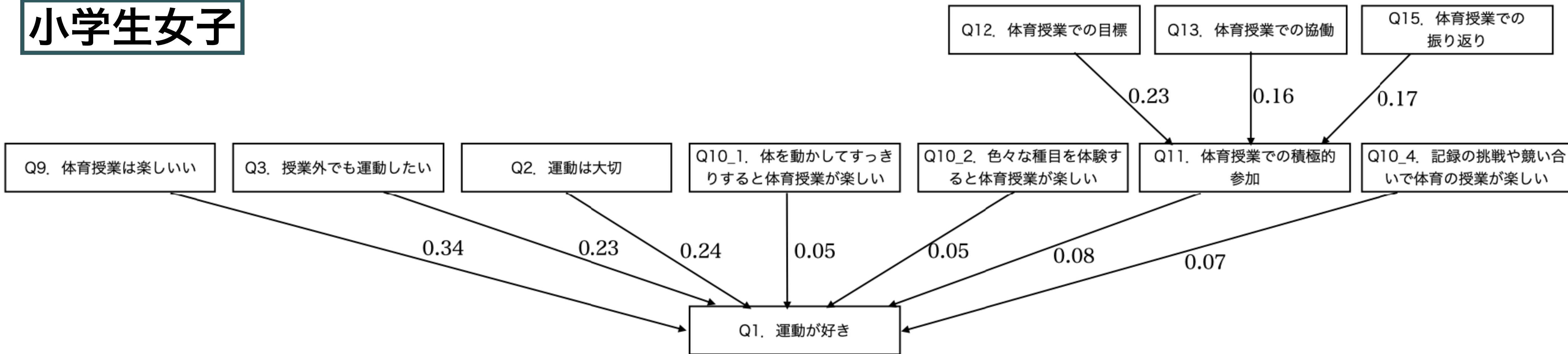


【男子の特徴】

- ・ 「運動は大切」「体育が楽しい」「授業外でも運動したい」が運動好意識に直接強く影響する。
- ・ **多様な運動体験**や**目標意識・振り返り**が体育の楽しさを高め、運動好意識につながる。
- ・ **保健学習の充実**も、運動の重要性認識を経て**間接的に運動好意識に影響**する。

結果③：「運動が好き」を構成するモデル（共分散構造分析）

小学生女子



【女子の特徴】

- ・ 「**体育が楽しい**」「**運動は大切**」「**授業外でも運動したい**」が運動好意識に直接強く影響し、特に**体育の楽しさの影響**は男子より強い。
- ・ **目標設定・仲間との学び・振り返り**が**授業への参加意識**を高め、**体育の楽しさ**を通じて運動好意識につながる。
- ・ 女子は**協力・交流より個人の体験の質（多様さ・達成感）**をより重視する傾向がある。