

「平成22年度全国体力・運動能力，運動習慣等調査」に係る  
本市における結果の考察と今後の対策

高松市教育委員会

1 全国体力・運動能力，運動習慣等調査の目的

- (1) 子どもの体力が低下している状況にかんがみ，国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより，子どもの体力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) 各教育委員会，学校が全国的な状況との関係において自らの子どもの体力向上に係る施策の成果と課題を把握し，その改善を図るとともに，その取組を通じて，子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣，生活習慣，食習慣等を把握し，学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

～「平成22年度全国体力・運動能力，運動習慣等調査実施要領」（文部科学省）より抜粋～

2 高松市教育委員会としての方針

- (1) 児童生徒の体力や運動習慣，生活習慣，食習慣等の改善については，地域や家庭等の理解や協力を得ることが必要であると考え，本調査のうち，主な項目を公表する。
- (2) 毎年，全学年で実施している新体力テストの結果を各学校に周知することで，体力向上に役立っていることから，今回の調査結果も，運動習慣，生活習慣・食習慣等と体力を関連づける貴重な資料にとらえ，体育や健康に関する指導の改善に生かしていく。

3 調査内容

(1) 調査対象者

小学校第5学年，中学校第2学年

※ 体調不良等で一部の項目でも実施できていない児童生徒を除く。

(2) 調査の方式

文部科学省が，調査対象として抽出した学校における前述の学年の全児童生徒を，対象として全国的な抽出調査を行う。

(3) 本市抽出対象学校

小学校 49校中 19校 (抽出率 38.8%)

中学校 23校中 8校 ( " 34.8%)

4 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

① 実技に関する調査

小・中学校各8種目

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，ソフトボール投げ（小学生），ハンドボール投げ（中学生）

② 質問紙調査

運動習慣，生活習慣，食習慣等に関する質問紙調査

(2) 学校に対する質問紙調査

5 結果の分析（児童生徒に対する調査）

(1) 実技に関する調査（P4～9）

① 小学5年生

ア 男子は，体力合計点は全国平均並みである。種目別では上体起こし，50m走は全国平均をやや上回っている。握力は全国平均を下回っている。ソフトボール投げは全国平均をやや下回っている。

イ 女子は，体力合計点は全国平均をやや下回っている。種目別では上体起こし，ソフトボール投げは全国平均をやや上回っている。握力，20mシャトルランは全国平均を下回っている。長座体前屈，反復横とび，立ち幅とびは全国平均をやや下回っている。

③ 中学2年生

ア 男子は，体力合計点は全国平均を上回っている。種目別では上体起こし，長座体前屈，立ち幅とび，ハンドボール投げは全国平均を上回っている。

イ 女子は，体力合計点は全国平均をやや上回っている。種目別では，上体起こし，長座体前屈は全国平均を上回っている。反復横とびは全国平均をやや上回っている。握力，20mシャトルランは全国平均を下回っている。

(2) 運動習慣等調査（P10～22）

① 食習慣

「朝食は毎日食べる」と回答したのは，小学生男子は89.3%（全国平均89.9%），小学生女子は91.5%（全国平均91.7%），中学生男子は83.9%（全国平均85.3%），中学生女子は85.5%（全国平均85.1%）となっている。中学生男子は「朝食は毎日食べる」と答えた割合が，全国平均を下回っている。

② 生活習慣

睡眠時間は「6時間以上8時間未満，8時間以上」と回答したのは，小学生男子は93.1%（全国平均94.2%），小学生女子は94.7%（全国平均96.5%），中学生男子は89.3%（全国平均89.7%），中学生女子は82.8%（全国平均86.4%）となっている。睡眠時間は小学生，中学生とも女子は短い傾向が見られる。

③ 運動習慣

1日の運動時間は「1時間以上2時間未満，2時間以上」と回答したのは，小学生男子は69.0%（全国平均72.1%），小学生女子は46.8%（全国平均48.2%），中学生

男子は 86.6% (全国平均 85.4%), 中学生女子は 61.5% (全国平均 62.2%) となっている。中学生女子は, 1 日の運動時間が 30 分未満の生徒が 33.0%, 2 時間以上の生徒が 48.1%と 2 極化傾向が見られる。

### (3) 本市の昨年度調査との比較 (P 2 3 ~ 3 2)

本市の平成 21 年度の体力・運動能力の記録と比べてみると, 小学生男子は 8 種目中 6 種目, 小学生女子は, 8 種目中 3 種目, 中学生男子は 8 種目中 5 種目, 中学生女子は 8 種目中 2 種目の記録が向上している。

## 6 結果の考察

### (1) 実技に関する調査

体力合計点は, 中学生になると全国平均を上回っている。その要因としては, 中学生になると, 部活動や地域のスポーツクラブで運動を行う生徒が全国平均を上回る傾向にあり, 運動量が増えることが体力向上につながっているものと考えられる。

### (2) 運動習慣等調査

生活習慣では, 朝食や睡眠時間などの基本的な生活習慣を改善する取り組みを, 家庭と連携して継続して行うことが必要である。

また, 運動習慣については, 小学生は運動量を確保することが課題である。

## 7 今後の対策

### (1) 実技に関する調査

#### ① 小学校

体力合計点は, 男子は全国平均並みであるが女子は全国平均をやや下回っている。「1 校 1 運動」など, 各校独自の体力づくりの取り組みが定着してきている学校も多く見られるようになってきている。今回の調査結果を参考にして, 児童や教員が高い意識を持ち, 体力づくりに積極的に取り組むよう, 引き続き指導していく。

#### ② 中学校

体力合計点は, 男女とも全国平均を上回っている。女子は, 運動を全く行わない者と活発に行う者の 2 極化傾向が見られる。

今後は, 部活動だけでなく, 教育活動全体を通じて体育活動を計画的, 実践的に行うよう, 各校の年間指導計画の見直しを行うよう指導していく。また, 実技研修会等を通して教員の資質の向上を図る。

### (2) 運動習慣等調査

児童生徒の基本的な生活習慣の確立をめざして, 運動・栄養・睡眠の重要性に着目し, 各学校において, 運動習慣や生活習慣等のデータを参考に, 「一日の運動時間の確保」や, 「朝食の摂取」, 「睡眠時間の確保」等について, 家庭とも連携した体力づくりの推進と改善に努めるよう指導していく。

また, 中学校では望ましい運動習慣も見られることから, 体育の授業の充実や部活動のあり方を考慮し, 今後も引き続き, 体力・運動能力の向上に努める。