

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、各国公私立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の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、そのような取組を通じて、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) 各国公私立学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣を把握し、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25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～

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ととらえ、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（悉皆調査）
小学校第5学年，中学校第2学年全児童生徒を対象とする。
※ 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。

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（P1～6）
 - ① 小学5年生
ア 男子は、体力合計点は全国を上回っている。種目別では上体起こし，長座体前

屈，反復横とび，50m走，立ち幅とび，ソフトボール投げは全国平均を上回っている。握力，20mシャトルランは全国平均を下回っている。

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

② 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，反復横とび，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。握力，上体起こし，長座体前屈，20mシャトルランは全国平均を下回っている。

イ 女子は，体力合計点は全国平均を上回っている。種目別では，長座体前屈，反復横とび，50m走，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。握力，上体起こし，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 (P7～29)

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87.2% (全国平均88.6%)，小学生女子は87.8% (全国平均89.7%)，中学生男子は87.8% (全国平均85.7%)，中学生女子は84.3% (全国平均84.3%)となっている。小学生は「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90.6% (全国平均92.5%)，小学生女子は94.1% (全国平均95.2%)，中学生男子は88.5% (全国平均87.3%)，中学生女子は81.3% (全国平均83.5%)となっている。中学生男子以外，睡眠時間が全国平均より短い傾向が見られる。

③ 運動習慣

「ほとんど毎日運動している」と回答したのは，小学生男子は55.1% (全国平均59.2%)，小学生女子は30.0% (全国平均33.5%)，中学生男子は85.5% (全国平均83.8%)，中学生女子は57.6% (全国平均59.9%)となっている。中学生男子以外，毎日運動している人数が全国平均より少ない傾向が見られる。

(3) 本市の平成21年度調査(悉皆調査)との比較 (P30～39)

本市の平成21年度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2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

体力合計点においては，小学生男子，中学生男女が全国平均を上回っており，項目別に見ても，全国平均を上回る項目が増えている。小学生の要因として，「1校1運動」など各学校の特色ある取り組みの成果が表れてきている反面，小学生の「運動が好きではない」と答えた児童の割合が全国平均よりも高く，「ほとんど毎日運動しない」人数の増加につながっていると思われる。

一方，中学生の要因としては，「運動が好き」と答えた生徒の割合が男女とも全国平均よりも高く，「保健体育の授業が楽しい」と答えた生徒も全国平均を大きく上回った。

運動に対する良いイメージを持っている生徒が多く、このことが、積極的な運動の取り組みにつながり、体力合計点の好結果につながっていると考えられる。

(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、小学生は運動の機会を増やし、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

「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おり、教員の運動への意識も高くなっている。今後も継続した実践を行っていく。

教科指導においては、ペア学習やグループ活動を積極的に取り入れ、教科の特性に触れさせ、運動のコツやポイントを理解させる。「できる」充実感や達成感を味わわせ、運動の楽しさを実感させる。

② 中学校

女子は、運動を活発に行う者とあまり行わない者との2極化傾向が見られるので、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、年間指導計画の見直しを行っていく。また、「自分のペースで運動を行いたい」や「友人と一緒にしたい」という傾向が見られるので、授業の導入や授業展開に工夫を行い、交流活動を取り入れるなど、楽しい雰囲気の中で運動に親しむ授業改善を図る。今後も、実技研修会に積極的に参加し、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。

また、中学校では、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。

8 今後の高松市の取り組み

(1) 小学校

① 「体力づくりマニュアル」を作成し、自校の体力向上に活用する。

② 「一校一運動」の成果や取り組み状況を集約し、情報提供をすることで体力向上策として活用する。

(2) 中学校

① 授業形態の工夫を推進する。

ア 導入時に筋力や持久力を高める運動を取り入れる。

イ 積極的に音楽やICTを活用する。

ウ 交流活動等を取り入れた「わかる」「楽しい」授業を展開する。

② 武道実技伝達講習会の充実