

平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等の結果の考察と今後の対策について

高松市教育委員会 保健体育課

I 調査の概要

1 調査の目的

- (1) 子供の体力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供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、各国公立学校が全国的な状況との関係において自らの子供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、子供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) 各国公立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27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査に関する実施要領」(文部科学省)より～

2 実施概要

- (1) 実施期間 平成27年4月から7月末までの期間
- (2) 調査方式 高松市立小・中学校における以下の学年について、原則として全児童生徒を対象とする悉皆調査

3 調査の対象とする児童生徒

小学校調査…第5学年(学校数48校 児童数3942名 男子2001名 女子1941名)
中学校調査…第2学年(学校数22校 生徒数3442名 男子1753名 女子1689名)

4 調査事項

- (1) 児童生徒に対する調査
 - ア 実技に関する調査(測定方法等は新体力テストと同様)
 - 【小学校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
 - 【中学校8種目】握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走(男子1,500m女子1,000m)、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ
(※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択)
 - イ 質問紙調査
運動習慣、生活習慣等に関する調査
- (2) 学校に対する調査
子どもの体力向上に係る取組等に関する質問紙調査

5 その他

平成20年度から調査実施
平成20・21・25・26年度悉皆、平成22・24年度抽出、平成23年度は未実施

6 結果の考察

(1) 実技と運動習慣について

小学校、中学校の男女ともに、体力合計点が昨年度を上回っていることは、各学校の特色ある体力向上プラン「1校1運動」の実践とともに、1週間の総運動時間60分未満の減少から運動習慣の定着が図られてきつつあると考えられる。今後は、「体力・運動の能力」を高めるために「運動やスポーツへの意識の向上」や「運動時間の増加」などの視点から運動習慣を改善する取組みを、家庭と連携して継続して行うことが必要である。

種目別では、小学校5年男女ともに、握力と20mシャトルランが全国平均を下回り、中学校2年男女ともに握力は同程度、20mシャトルランが全国平均を下回っている。このことから、筋力・持久力が必要な種目が低水準になっていると考えられる。これは、「握る」という運動や動作は遊びや生活の中で培われる部分が大きいため、幼少期からのさまざまな遊びや経験が失われつつあることが、また、遊びや運動に十分に浸る時間の確保が難しいことが原因の一つと考えられ、今後、意図的な取組みが必要である。

(2) 生活習慣について

体力合計得点との関係において、朝食を食べる回数が多いほど得点が高い傾向が見られることや、ゲーム機を平日利用する時間が多いほど得点が高い傾向が見られることから、食生活や基本的な生活習慣の見直しを図り、運動量を確保することが重要であると考えられる。

7 今後の方針

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から見られる本市の課題について、その改善を図るため、以下の取組を進めていく。

(1) 学校体育の充実

① 情報提供による各校の体力向上策の改善

全国体力・運動能力、運動習慣等調査を各校で分析・考察し、特色ある体力向上プラン「1校1運動」の取組と成果を集約し、情報提供を行う。それとともに、各校独自の体力づくりの取組を見直し、改善していく。特に、小学校では「こつ伝授第5集～準備編～」を保健体育課のホームページに掲載・周知し、教員など誰でも活用を図れるようにし、児童の体力向上や運動の習慣化をめざす。

② 体育授業や研修会の充実による指導技術の向上

体育指導においては、ペア学習やグループ活動を積極的に取り入れたり、ICTを活用したりして運動のコツやポイントを理解させる。「わかる」、「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。また、授業の導入時にダンスを取り入れ運動に親しみやすい雰囲気を作ったり、筋力や持久力を高める運動を取り入れたりする。そのために、教員を対象とした実技伝達講習会等により指導技術の向上を図る。

(2) 家庭・地域との連携の推進

児童生徒の基本的な運動習慣の確立をめざし、運動・栄養・睡眠の重要性に着目し、各校において、運動習慣等のデータを参考に、「一日の運動時間の確保」や、「外遊び」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。