

平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の 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

子どもの体力が低下している状況にかんがみ、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。また、学校における体育・健康に関する指導の改善に役立てる。

～「平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の記入マニュアル」(スポーツ庁)より～

2 実施概要

(1) 実施期間 平成28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…第5学年(学校数47校)	児童数3,769名	男子1,885名	女子1,884名)
中学校…第2学年(学校数21校)	生徒数3,446名	男子1,767名	女子1,679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、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(男子1500m、女子1000m)か20mシャトルランのどちらかを選択できるが、本市では20mシャトルランの結果を選択

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年度から調査を実施

平成20・21及び25～28年度は悉皆、平成22・24年度は抽出(18.8%)

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

小学校女子と中学校男子では、1週間の総運動時間60分未満の児童生徒の割合が減少し、体力合計点が昨年度を上回っている。このことから、各学校の特色ある体力向上プランの実践の成果により運動習慣の定着が図られてきていることで体力合計点に反映されていると考えられる。

しかし、小学校男子、中学校女子においては、1週間の総運動時間については、全国に比べて短いことなどから、「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・中学校、男女ともに、長座体前屈と20mシャトルランが全国平均を下回っており、柔軟性・持久力が必要な種目が低水準になっている。これは、様々な運動経験や動作は、遊びや生活の中で培われることが大きいこと、幼少期からの遊びや運動経験が失われつつあること、また、成長するにしたがって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、意図的な取組が必要である。

(2) 生活習慣について

体力合計点との関係において、朝食を食べる割合が高いほど、得点が高い傾向が見られることや、テレビやビデオ・DVDを平日に視聴する時間が、多いほど得点が低い傾向が見られることから、食生活などの基本的な生活習慣の見直しを図り、よりよい生活習慣を形成することが、体力の向上に結びついていくものと考えられ、家庭への啓発が必要である。

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

○情報提供による各校の体力向上策の改善・充実

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の取組を見直すように指導する。

また、小学校では「こつ伝授」を各学校に配布し、保健体育課のホームページやTe-Comp@ssのクラウド上に掲載し、体育の授業等に教員が誰でも活用できるようにし、児童の体力向上や運動の習慣化をめざす。

○体育授業の工夫や研修会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のコツやポイントを理解できるようにすることで、「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、柔軟性や持久力を高める運動を取り入れたりする。

さらに、教員を対象とした様々な領域の実技伝達講習会を開催し、各領域における専門的な指導技術の向上を図れるようにする。

(2) 家庭・地域との連携の推進

児童生徒の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」、「食生活」の重要性について家庭に情報提供し、家庭とともに体力づくりの推進と改善に努める。

II 結果の概要

1 実技に関する調査

(1) 小学5年生

○全国平均との比較

・男子は、体力合計点が下回った。

種目別では、上体起こし・50m走・立ち幅とびが上回った。握力・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・ソフトボール投げが下回った。

・女子は、体力合計点が下回った。

種目別では、立ち幅とび・ソフトボール投げが上回った。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走が下回った。

○香川県平均との比較

・男子は、体力合計点が上回った。

種目別では、握力・上体起こし・長座体前屈・立ち幅とび・ソフトボール投げが上回った。反復横とび・20mシャトルラン・50m走が下回った。

・女子は、体力合計点が下回った。

種目別では、握力・上体起こし・立ち幅とび・ソフトボール投げが上回った。長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・50m走が下回った。

○昨年度との比較

・男子は、体力合計点が下回った。

種目別では、反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび・ソフトボール投げが上回った。握力が同程度であった。上体起こし・長座体前屈・50m走が下回った。

・女子は、体力合計点が上回った。

種目別では、上体起こし・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび・ソフトボール投げが上回った。握力・長座体前屈・50m走が下回った。

◆新体力テスト調査結果

小学校男子								小学校女子							
		全国	全国比	香川	県比	高松市	昨年比			全国	全国比	香川	県比	高松市	昨年比
握力	平成27年度	16.45		15.95		16.02		握力	平成27年度	16.05		15.64		15.75	
	平成28年度	16.47		15.97	○	16.02	△		平成28年度	16.13		15.62	○	15.69	
上体起こし	平成27年度	19.58		19.43		19.78		上体起こし	平成27年度	18.42		18.02		18.23	
	平成28年度	19.67	○	19.48	○	19.68			平成28年度	18.60		18.36	○	18.52	○
長座体前屈	平成27年度	33.05		32.15		32.32		長座体前屈	平成27年度	37.44		37.00		37.24	
	平成28年度	32.87		31.84	○	31.92			平成28年度	37.21		36.30		36.26	
反復横とび	平成27年度	41.60		41.65		40.97		反復横とび	平成27年度	39.55		39.43		38.87	
	平成28年度	41.97		41.68		41.04	○		平成28年度	40.06		39.99		39.53	○
20mシャトルラン	平成27年度	51.64		49.38		48.89		20mシャトルラン	平成27年度	40.69		39.06		37.92	
	平成28年度	51.89		49.68		48.93	○		平成28年度	41.29		39.85		38.67	○
50m走	平成27年度	9.38		9.34		9.30		50m走	平成27年度	9.62		9.56		9.55	
	平成28年度	9.38	○	9.36		9.37			平成28年度	9.61		9.59		9.62	
立ち幅とび	平成27年度	151.24		150.38		152.18		立ち幅とび	平成27年度	144.77		143.64		145.51	
	平成28年度	151.39	○	151.41	○	153.32	○		平成28年度	145.31	○	144.68	○	146.38	○
ソフトボール投げ	平成27年度	22.52		22.06		21.97		ソフトボール投げ	平成27年度	13.77		14.09		13.82	
	平成28年度	22.42		22.05	○	22.23	○		平成28年度	13.88	○	14.34	○	14.36	○
合計	平成27年度	53.80		53.18		53.28		合計	平成27年度	55.18		54.74		54.72	
	平成28年度	53.92		53.15	○	53.23			平成28年度	55.54		54.96		54.83	○

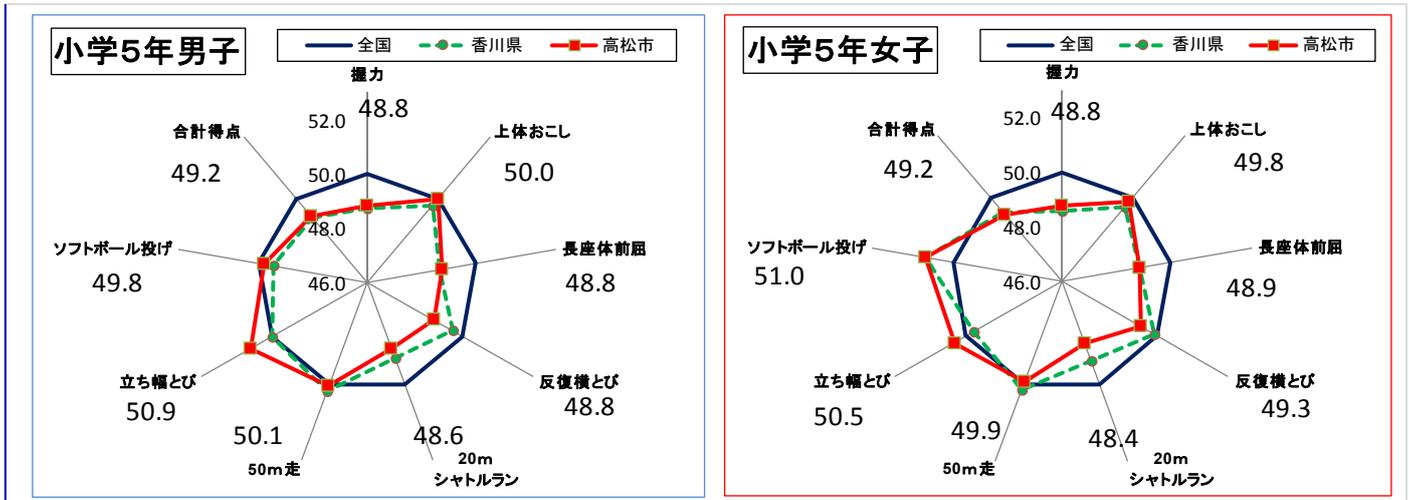
* ○印は、上回っているもの

* △印は、同程度のもの

◆T得点による比較グラフ

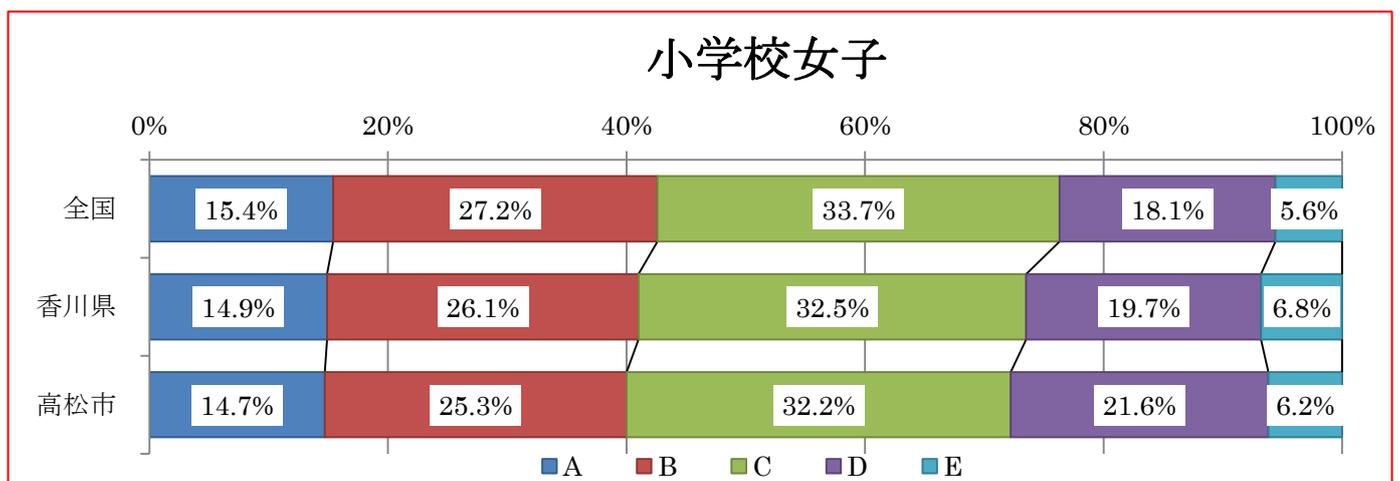
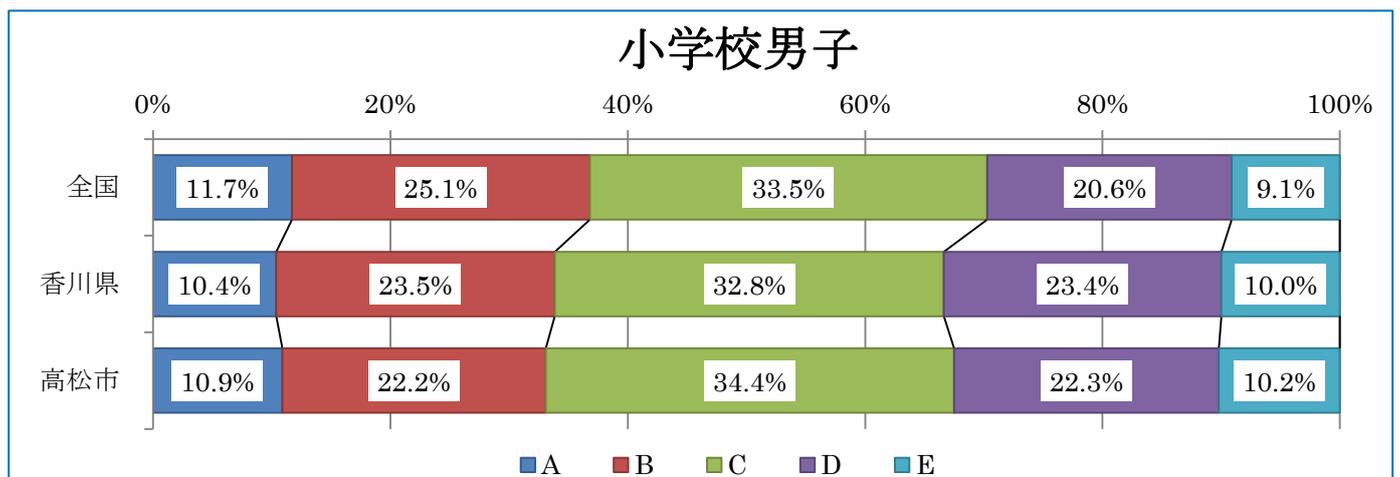
* 体力合計点：8種目の調査種目の成績を1～10点に得点化し総和した合計得点

* T得点：平均値を50と換算し、全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較



◆総合評価

* 8種目の成績をそれぞれ調査種目すべて実施した場合に判定し、体力合計点の高い方からABCDEの5段階で評定した体力総合評価



(2) 中学2年生

○全国平均との比較

- ・男子は、体力合計点が上回った。
種目別では、握力・反復横とび・50m走・立ち幅とび・ハンドボール投げが上回った。上体起こし・長座体前屈・20mシャトルランが下回った。
- ・女子は、体力合計点が下回った。
種目別では、50m走・立ち幅とびが上回った。握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・ハンドボール投げが下回った。

○香川県平均との比較

- ・男子は、体力合計点が上回った。
種目別では、全ての種目で上回った。
- ・女子は、体力合計点が上回った。
種目別では、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とびが上回った。50m走・ハンドボール投げが同程度であった。

○昨年度との比較

- ・男子は、体力合計点が上回った。
種目別では、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走が上回った。ハンドボール投げは同程度。立ち幅とびが下回った。
- ・女子は、体力合計点が下回った。
種目別では、全ての種目で下回った。

◆新体力テスト調査結果

中学校男子								中学校女子							
		全国	全国比	香川	県比	高松市	昨年比			全国	全国比	香川	県比	高松市	昨年比
握力	平成27年度	28.93		28.82		28.93		握力	平成27年度	23.68		23.52		23.66	
	平成28年度	28.91	○	28.93	○	29.41	○		平成28年度	23.75		23.44	○	23.48	
上体起こし	平成27年度	27.43		26.26		26.90		上体起こし	平成27年度	23.26		22.10		22.30	
	平成28年度	27.46		26.51	○	27.16	○		平成28年度	23.48		21.88	○	22.20	
長座体前屈	平成27年度	43.08		42.45		42.53		長座体前屈	平成27年度	45.53		46.05		47.27	
	平成28年度	43.06		42.65	○	42.78	○		平成28年度	45.46		45.01	○	45.40	
反復横とび	平成27年度	51.62		51.97		52.30		反復横とび	平成27年度	46.09		46.32		46.54	
	平成28年度	51.93	○	52.38	○	52.44	○		平成28年度	46.60		45.93	○	45.95	
20mシャトルラン	平成27年度	85.56		83.26		83.79		20mシャトルラン	平成27年度	58.06		55.62		56.61	
	平成28年度	86.24		85.04	○	85.80	○		平成28年度	58.80		55.52	○	55.64	
50m走	平成27年度	8.01		7.96		7.95		50m走	平成27年度	8.84		8.77		8.67	
	平成28年度	8.03	○	7.92	○	7.87	○		平成28年度	8.83	○	8.80	△	8.80	
立ち幅とび	平成27年度	194.05		195.13		197.91		立ち幅とび	平成27年度	167.28		168.18		171.47	
	平成28年度	194.69	○	194.37	○	195.42			平成28年度	168.28	○	166.90	○	168.56	
ハンドボール投げ	平成27年度	20.65		20.85		21.47		ハンドボール投げ	平成27年度	12.83		13.02		13.34	
	平成28年度	20.59	○	20.97	○	21.47	△		平成28年度	12.85		12.76	△	12.76	
合計	平成27年度	41.89		41.75		42.59		合計	平成27年度	49.08		49.18		50.39	
	平成28年度	42.13	○	42.23	○	42.93	○		平成28年度	49.56		48.50	○	48.84	

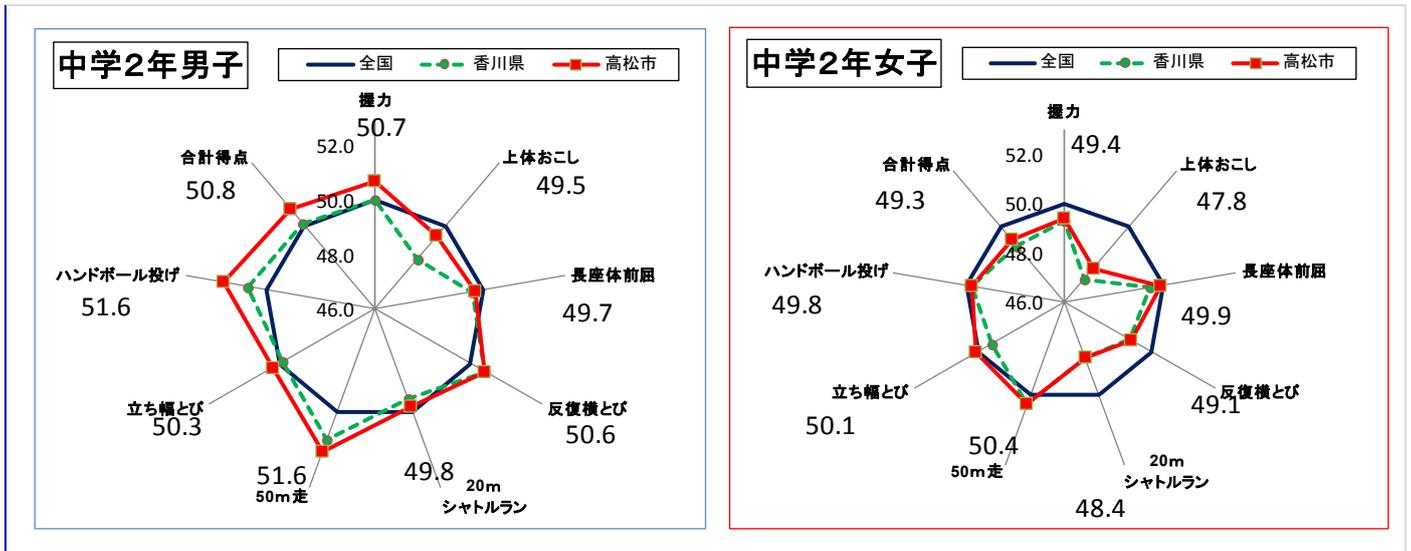
* ○印は、上回っているもの

* △印は、同程度のもの

◆T得点による比較グラフ

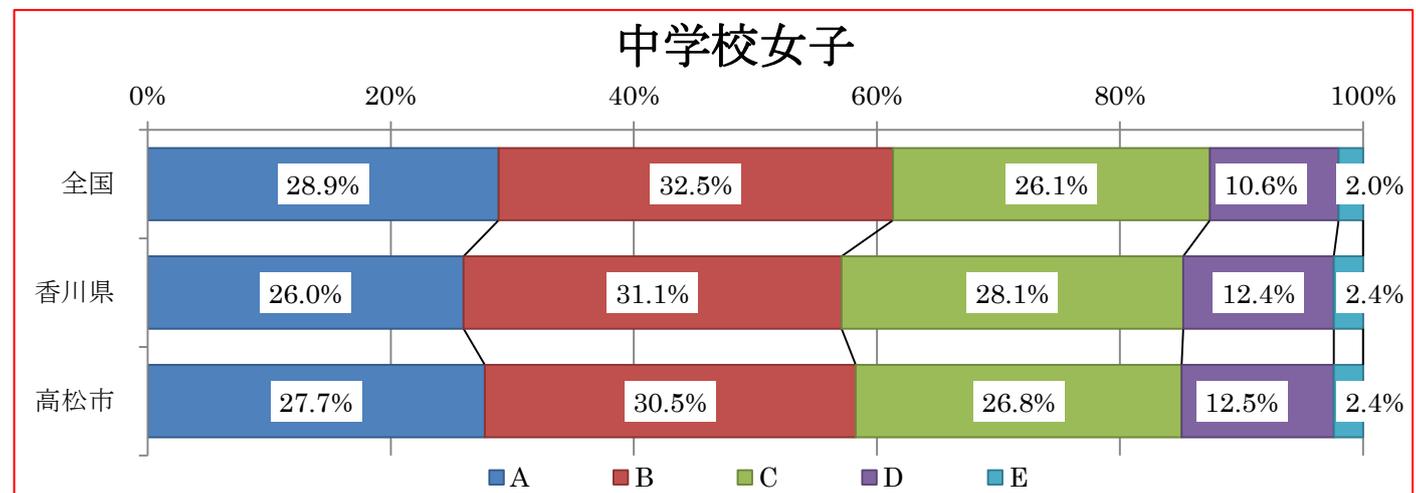
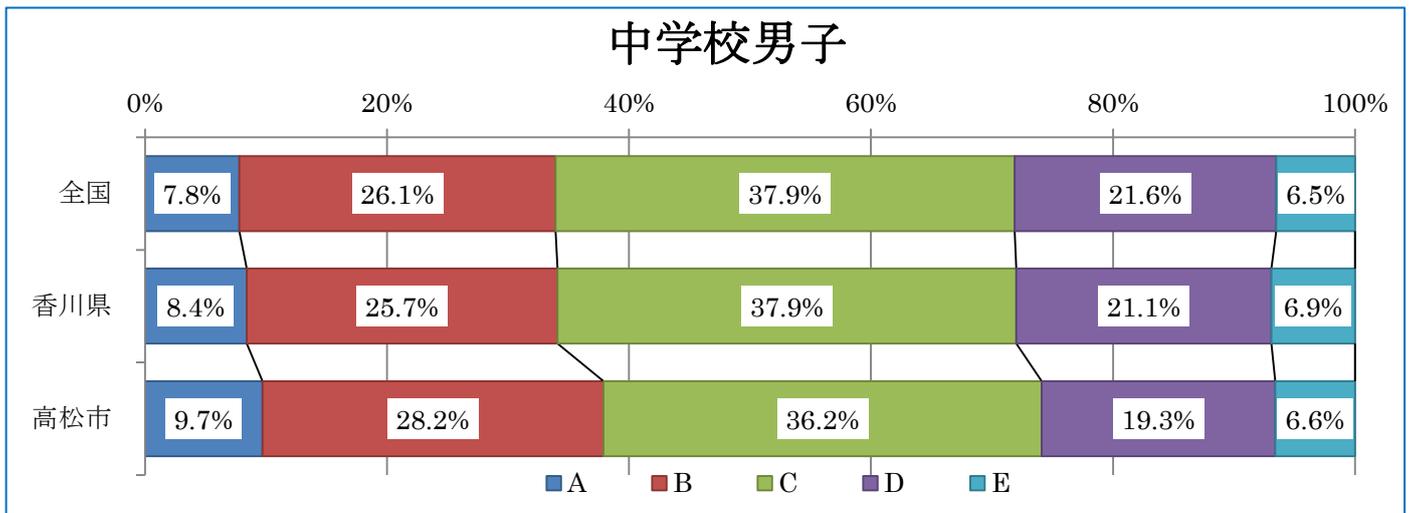
* 体力合計点：8種目の調査種目の成績を1～10点に得点化し総和した合計得点

* T得点：平均値を50と換算し、全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較



◆総合評価

* 8種目の調査種目をすべて実施した場合に判定し、体力合計点の高い方からABCDEの5段階で評定した体力総合評価



2 質問紙調査

(1) 運動習慣の状況

◆ 1週間の総運動時間の分布及び平均

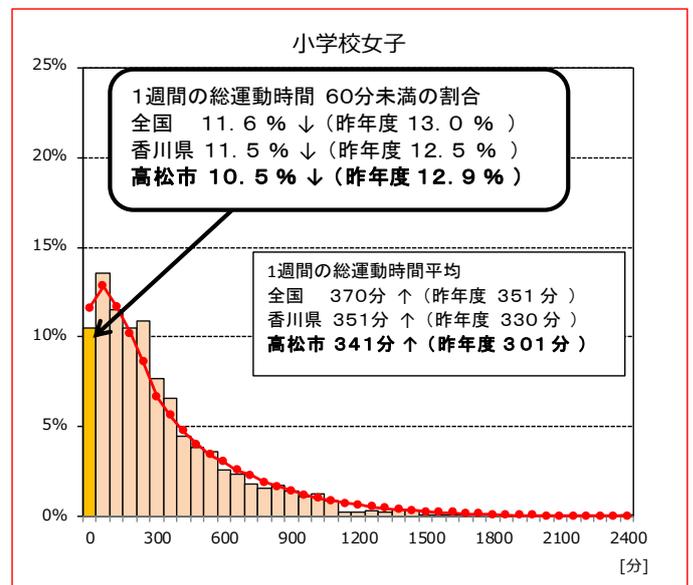
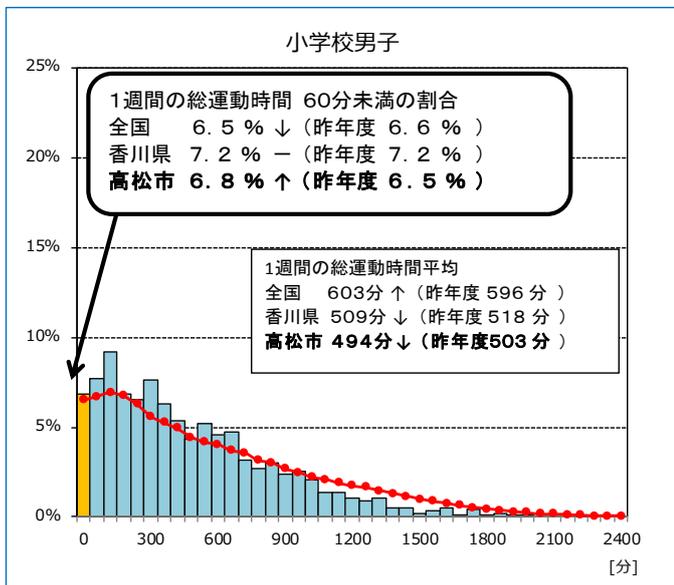
○ 総運動時間が60分未満の児童生徒の割合は、全国平均より小学校では、男子が0.3ポイント高く、女子が1.1ポイント低い。中学校では、全国平均より男子が0.5ポイント低く、女子が1.0ポイント高かった。

また、昨年度との比較においては、小学校では、男子が0.3ポイント高く、女子が2.4ポイント低くなっている。中学校では、男子が0.6ポイント低く、女子が0.9ポイント高くなっている。

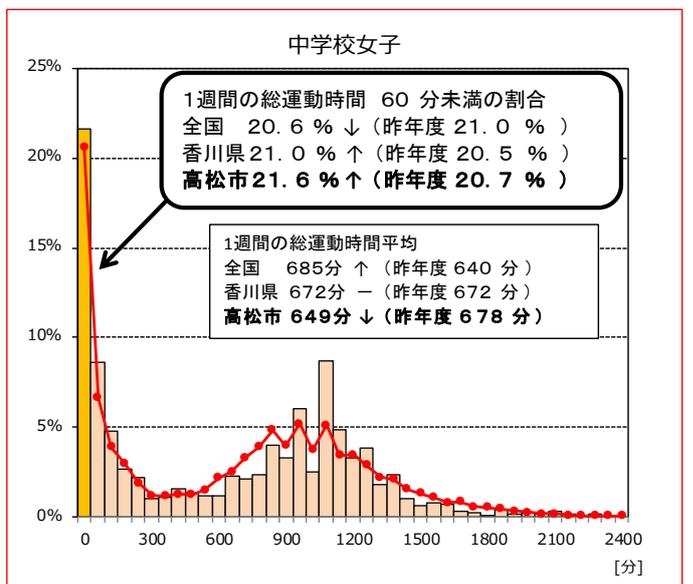
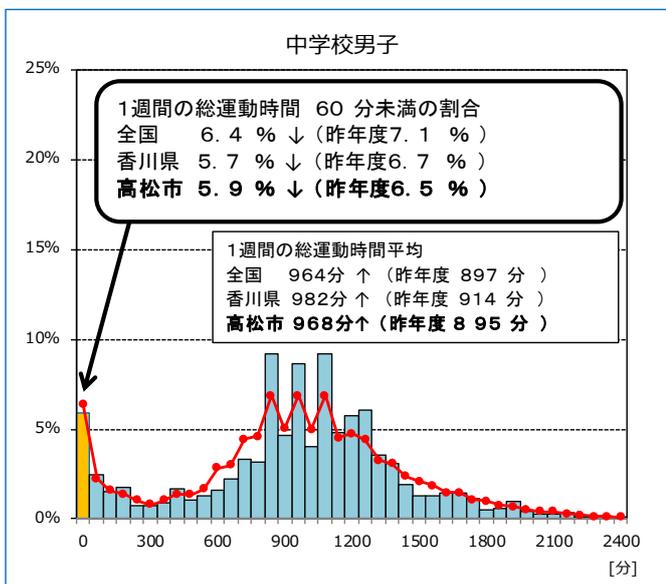
○ 総運動時間の平均は、小学校では、全国平均より男子が109分、女子が29分それぞれ短かった。中学校では、全国平均より男子が4分長く、女子は36分短かった。

また、昨年度との比較において、小学校では、男子が9分短く、女子が40分長くなっている。中学校では、男子が73分長く、女子が29分短くなっている。

総運動時間の分布については、全国と同様に中学校において、運動する生徒としない生徒の二極化が見られる。



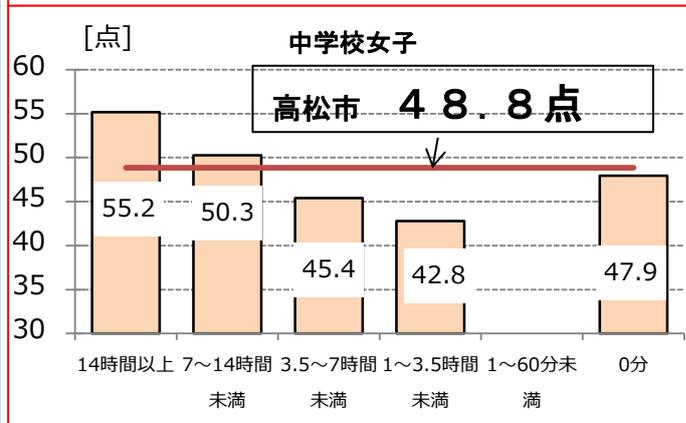
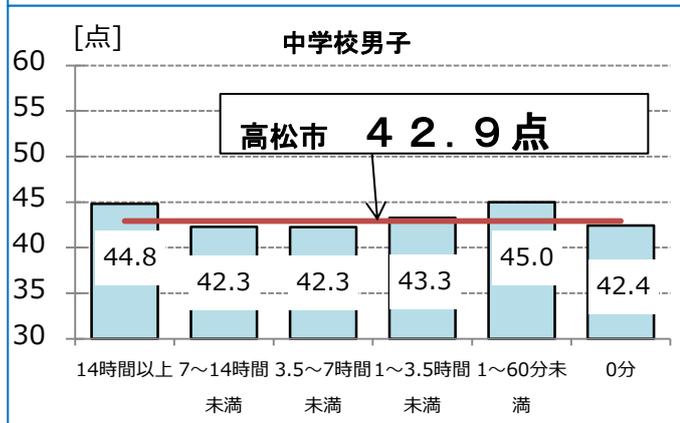
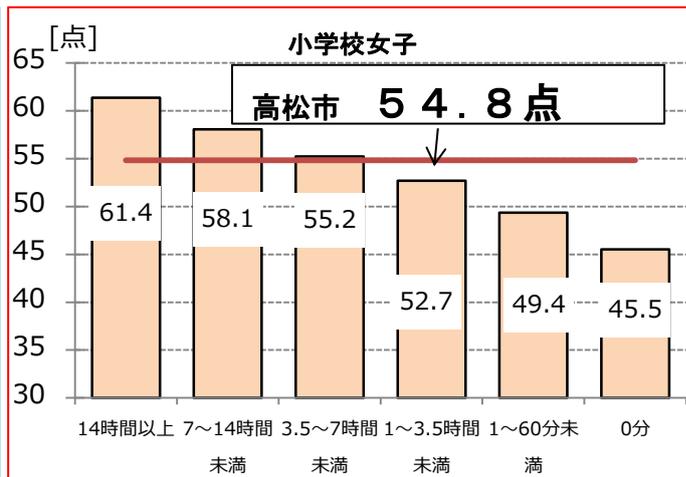
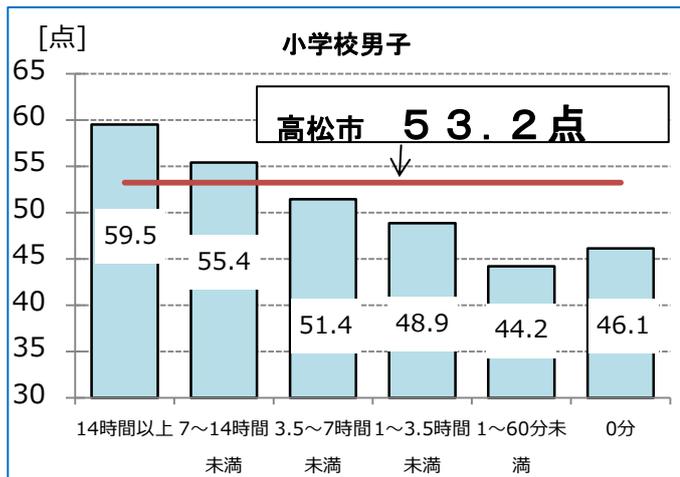
※折れ線グラフは、全国の分布です



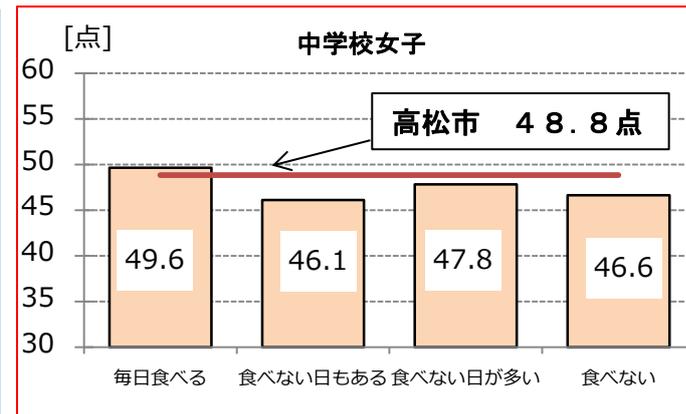
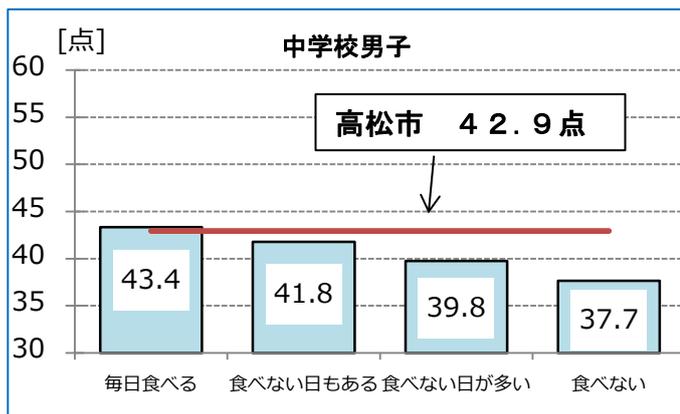
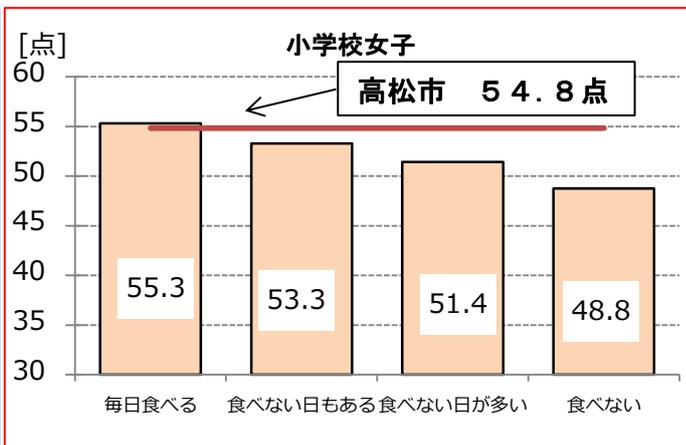
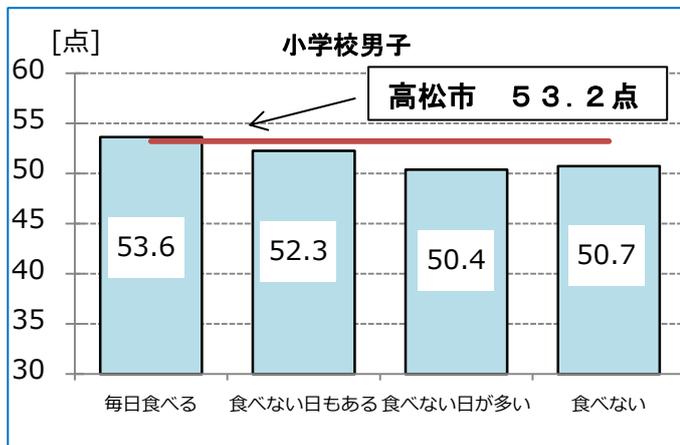
*折れ線グラフは、全国の分布です

(2)生活習慣と体力との関係

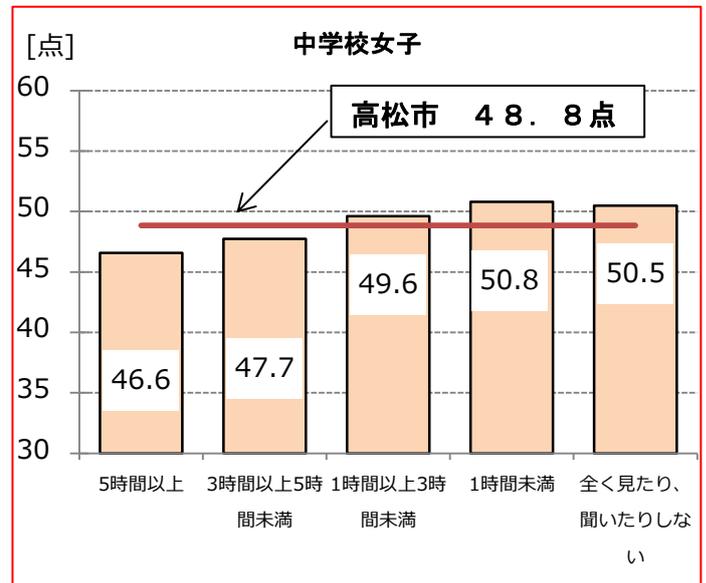
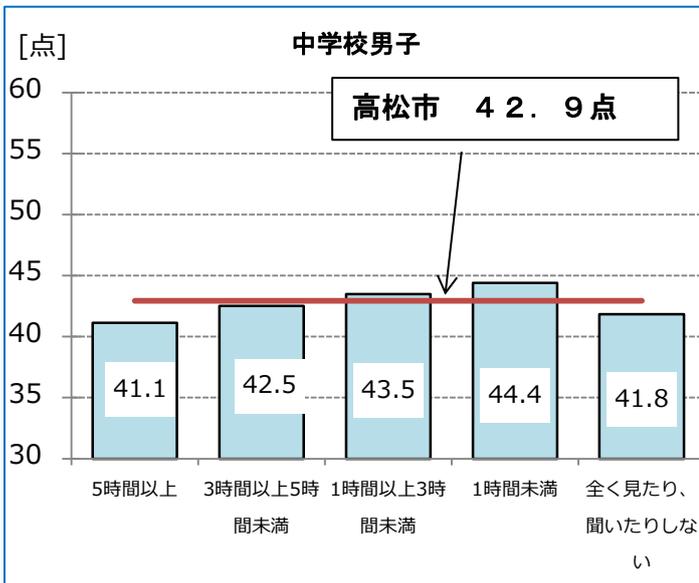
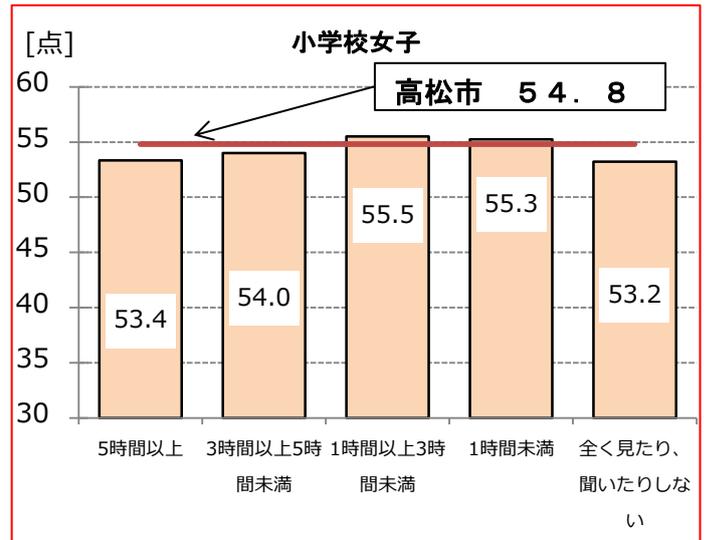
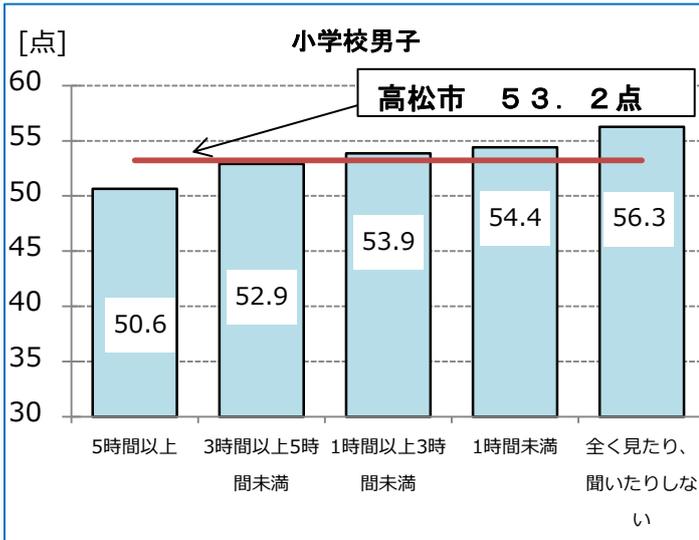
◆高松市の体力合計点の平均と1週間の総運動時間との関係



◆高松市の体力合計点の平均と朝食を食べる割合との関係 *昨年度からの調査項目



◆高松市の体力合計点の平均と平日のテレビやビデオ・DVDの視聴時間との関係



3 学校質問紙調査

◆体育指導で授業中のICTの活用について（全国・県との比較）

