

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より

大仙市教育委員会

I 実施の状況

1 調査目的

- 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、国、教育委員会・学校が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。
- 学校が各児童生徒の体力や生活習慣、食習慣、運動習慣を把握し、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。

2 調査対象 小学校第5学年 中学校第2学年

3 調査内容

①実技調査

・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、持久走か20mシャトルラン、50m走、立幅とび、ハンドボール投げ)

②質問紙調査

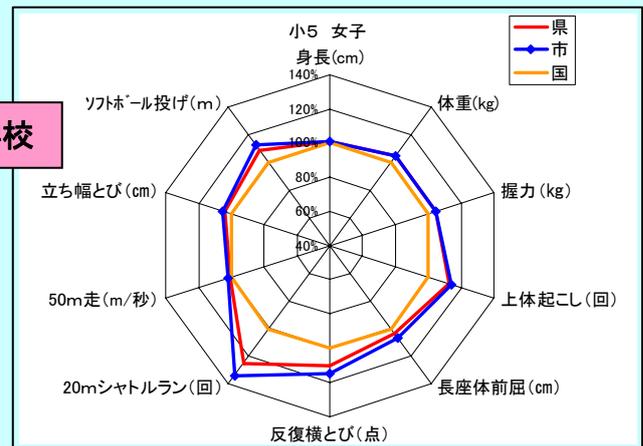
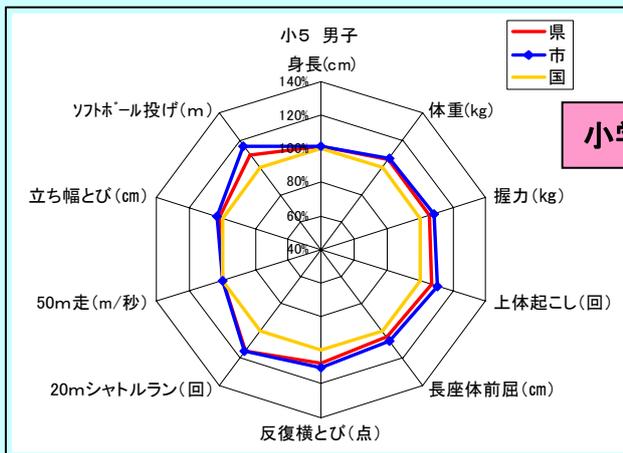
・児童生徒に対する調査

(生活習慣、食習慣、運動習慣に関するアンケート)

・学校に対する調査

(体育的活動の取組状況や教育諸条件の整備状況に関する調査)

II 体力運動能力調査の結果



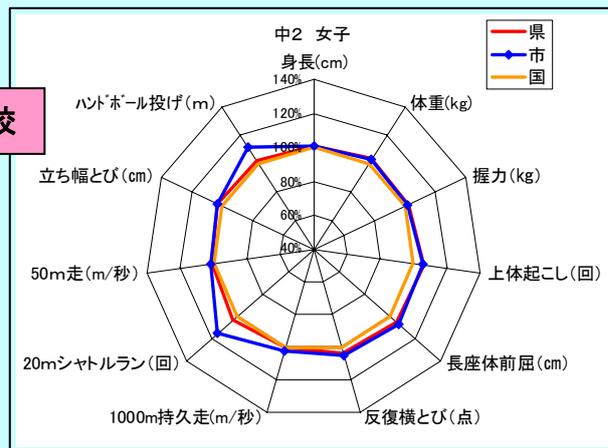
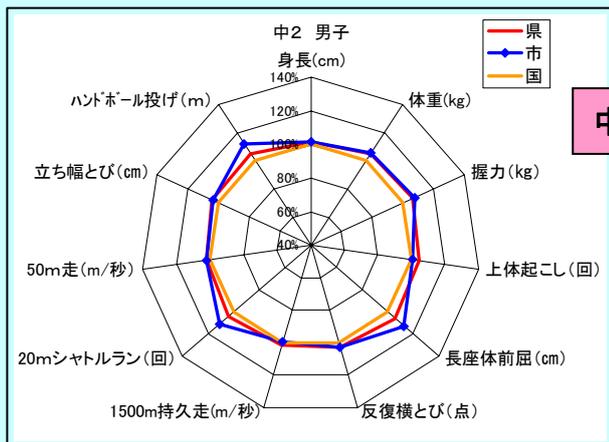
○ 5年男子

ほぼ全ての項目で国や県を上回っており、上体起こし、反復横とび、シャトルラン、ソフトボール投げで国を10%以上上回っている。

○ 5年女子

全ての項目で国や県を上回っており、上体起こし、反復横とび、ソフトボール投げで国を10%以上上回り、シャトルランでは30%以上と大きく上回っている。

II 体力運動能力調査の結果



中学校

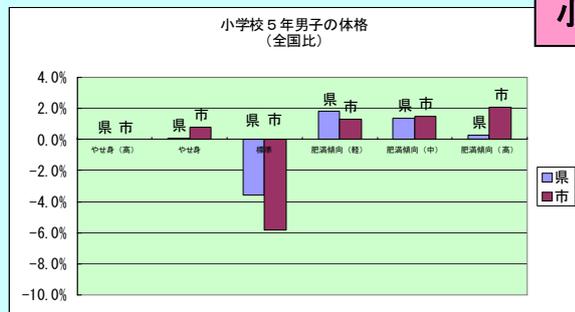
〇2年男子

ほとんどの項目で国を上回っており、長座体前屈、シャトルラン、ハンドボール投げで国を10%以上上回っている。

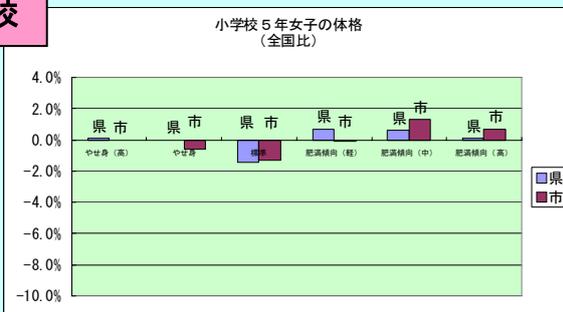
〇2年女子

ほとんどの項目で国や県を上回っており、シャトルラン、ハンドボール投げで国を10%以上上回っている。

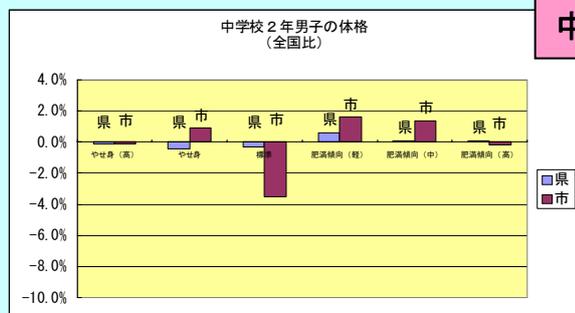
III 体格調査の結果



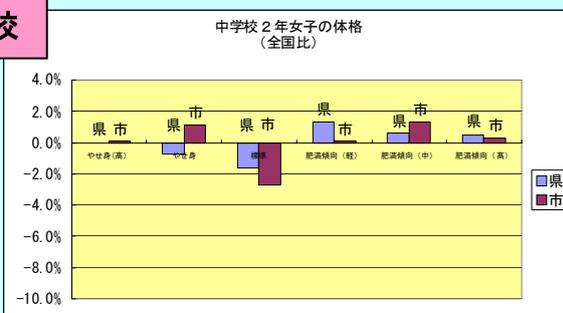
小学校



〇男女ともに全国に比べ標準が少なく、肥満傾向の児童が多い。特に男子にその傾向が強く見られる。



中学校

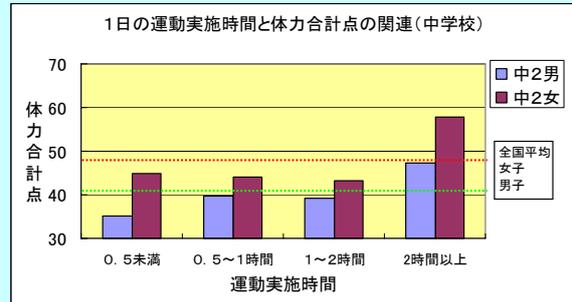
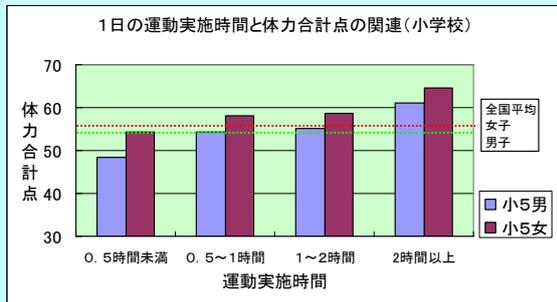


〇男女ともに全国に比べ標準が少なく、やせ身や肥満傾向の生徒が多い。

〇小・中ともに男子において、全国に比べ標準が少なく、やせ身や肥満傾向の児童生徒が多い。また、女子は全国に比べ肥満傾向(中・高度)が多くなっている。

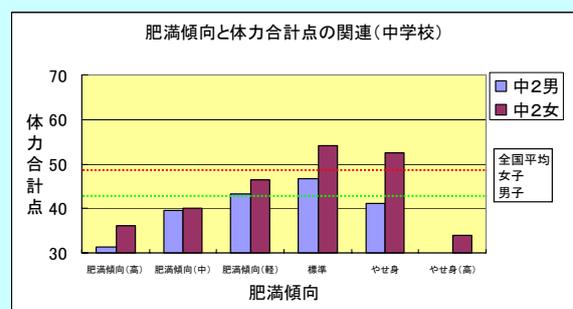
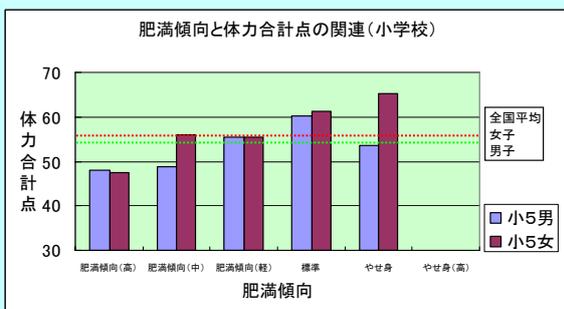
IV 運動習慣、体格と体力との関連

①1日の運動時間と体力との関連



○1日の運動実施時間(体育を除く)が2時間以上になると小中、男女ともに体力合計点が顕著に高くなる。

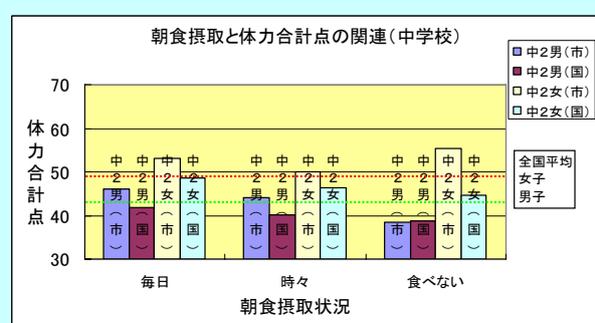
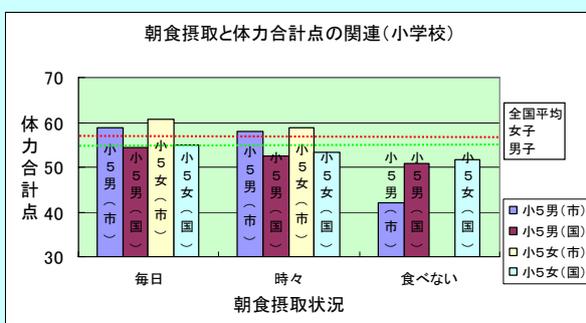
②肥満傾向と体力との関連



○小中男女ともに「標準」(肥満度-19.9~19.9%)範囲内の児童生徒は体力合計点が高く、全国平均を上回っている。

○小中の女子において「やせ身」(肥満度-20~-29.9%)の児童生徒は体力合計点が高く、全国平均を上回っている。

③-1 朝食摂取状況と体力との関連

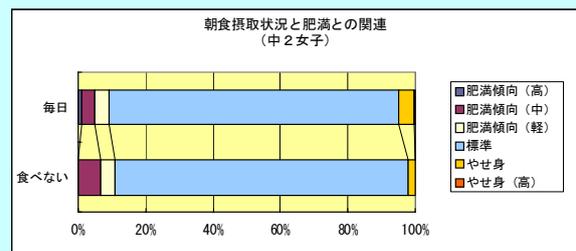
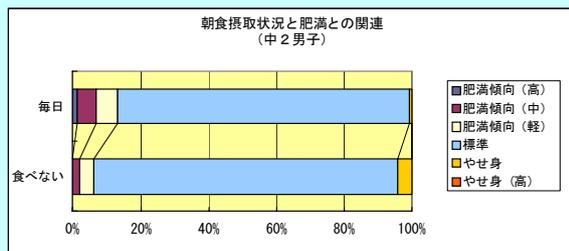
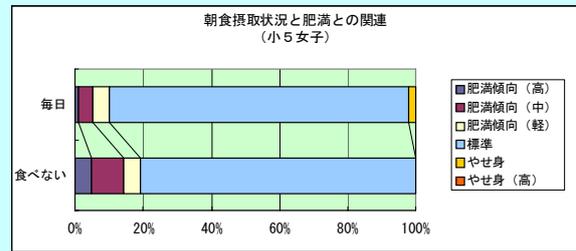
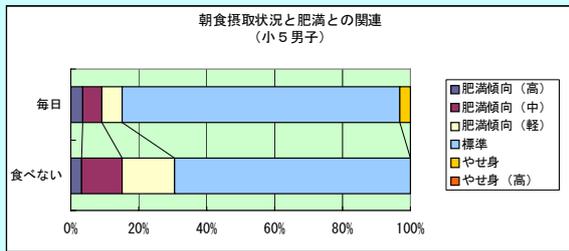


○小中男女ともに「朝食を毎日食べている」、「時々食べない」児童生徒は体力合計点が高く、全国平均を上回っている。

IV 運動習慣、体格と体力との関連

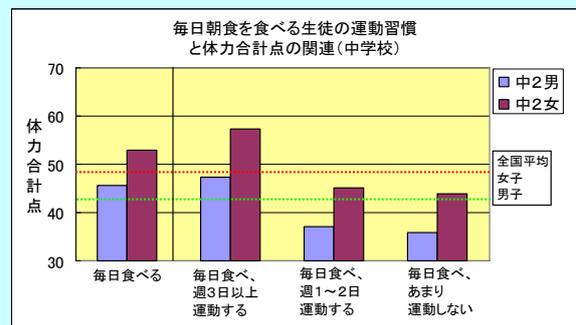
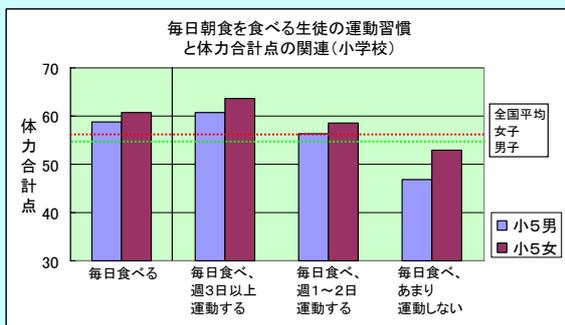
③-2 朝食摂取状況と肥満との関連

「食べない」は(時々食べない+食べない)を示す



○ 毎日朝食を摂取している児童生徒は、標準が多く、肥満が少ない傾向を示している。

③-3 毎日朝食を食べる児童生徒の運動習慣と体力合計点の関連



○毎日朝食を食べ、さらに週3日以上運動している児童生徒の方が体力合計点も高く、全国平均を大きく上回っている。

V 考察

本市の優れているところ

○体力・運動能力において小中、男女ともにほとんどの項目で全国を上回っている。

◎特にシャトルラン(電子音にあわせ20mを走る回数を計測)やソフトボール投げで(中学校では、ハンドボール投げ)10割以上全国を上回っている。

V 考察

本市の課題

△体格において小中、男女ともに、標準(肥満度-19.9~19.9%)が全国を下回り、やせ身や肥満傾向が全国より上回った。

課題の改善に向けて《やせ身や肥満傾向改善のために》

《運動習慣確立のための継続的な取組の実施》

○業間運動や放課後持久走などを継続的に行い、運動を習慣化する場と時間を設定するなど全校体制の取組を実施する。

《食習慣・生活習慣確立のための継続的な取組の実施》

○食育や授業などをとおして生活を見直し、正しい食習慣や基本的な生活習慣を確立させる取組を実施する。(連絡帳、ノートを活用)

○保護者・地域と連携した食習慣・生活習慣の確立を図る。

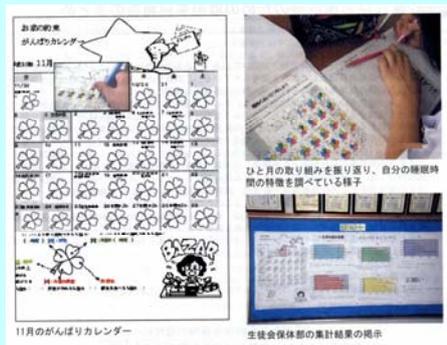
資料 改善に向けた手立て

(平成20年度全国体力・運動能力、運動習慣調査 報告書より)

生活習慣の改善例(中学校)



週1回食事
内容の点検



生活リズムの確立
(点検カレンダーの活用)



家庭との協力



中学年用の「元気アップノート」(抜粋)