

2019年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査
報告書

令和2年2月

当別町教育委員会

目 次

I 調査について	1
1) 目的	
2) 対象学年(参加した学校・児童生徒数)	
3) 内容	
4) 実施期間	
II 小学校の結果	
1) 体格に関する調査	2
2) 体力・運動能力(実技)に関する調査	3
3) 過年度との比較	4
4) 運動習慣、生活習慣等に関する児童質問紙調査	6
III 中学校の結果	
1) 体格に関する調査	9
2) 体力・運動能力(実技)に関する調査	10
3) 過年度との比較	11
4) 運動習慣、生活習慣等に関する生徒質問紙調査	13
IV 当別町体力向上プラン	16

I 調査について

1) 目的

- ① 子どもの体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子どもの体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力・運動能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、自らの子どもの体力・運動能力の向上に係る施策(各国公立学校においては取組)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・運動能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・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2) 対象学年・児童生徒数

	対象学年	対象学校数	対象児童生徒数	参加児童生徒数	男子	女子	参加率
小学校	第5学年	2校	115人	111人	55人	56人	96.5%
中学校	第2学年	2校	108人	99人	49人	50人	91.7%

3) 内容

① 実技に関する調査

ア) 小学校調査 [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

イ) 中学校調査 [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 1500m、女子 1000m)または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して実施する。当別町では、20mシャトルランを実施した。

② 質問紙調査(運動習慣、生活習慣等)

4) 実施期間

平成31年4月から令和元年7月までの期間

II 小学校の結果

1) 体格に関する調査

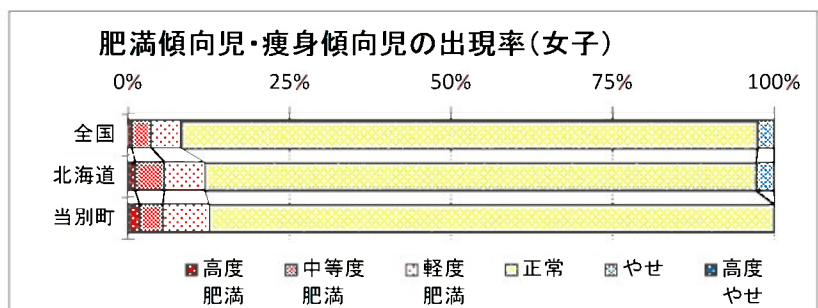
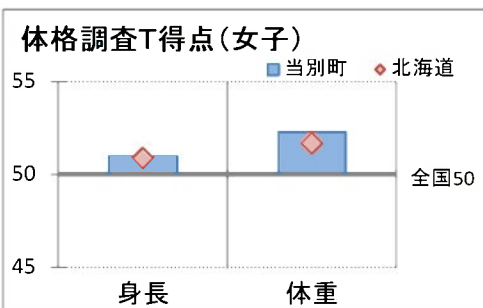
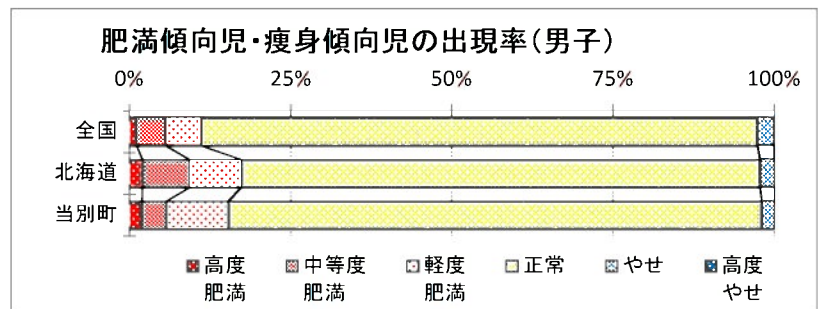
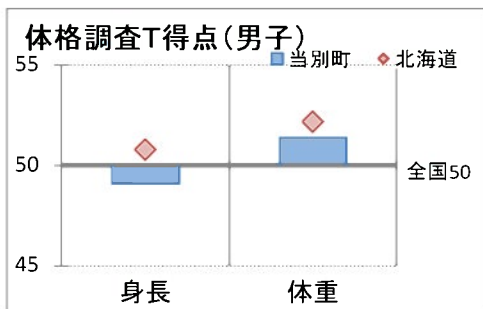
【小学校男子】 身長は全国平均を下回り、体重は全国平均を上回った。また、肥満傾向児の出現率から、肥満傾向児の割合が全国平均より高くなっている。

【小学校女子】 身長、体重ともに全国平均を上回っている。また、肥満傾向児の出現率から、肥満傾向児の割合が全国平均より高くなっている。

小学校 5年男子 (55人)	身長(cm)		体重(kg)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	高度 肥満	中等度 肥満	軽度 肥満	正常	やせ	高度 やせ
全国	138.92	50.0	34.37	50.0	1.1%	4.5%	5.5%	86.3%	2.5%	0.1%
北海道	139.44	50.8	35.99	52.2	2.0%	7.3%	8.0%	80.4%	2.2%	0.0%
当別町	138.34	49.1	35.39	51.4	1.9%	3.8%	9.6%	82.7%	1.9%	0.0%

小学校 5年女子 (37人)	身長(cm)		体重(kg)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	高度 肥満	中等度 肥満	軽度 肥満	正常	やせ	高度 やせ
全国	140.12	50.0	34.11	50.0	0.6%	3.0%	4.6%	89.3%	2.5%	0.1%
北海道	140.72	50.9	35.28	51.7	1.1%	4.5%	6.2%	85.4%	2.7%	0.1%
当別町	140.77	51.0	35.68	52.3	1.8%	3.6%	7.1%	87.5%	0.0%	0.0%

※全国・北海道の値は、公立校を対象としたものです。



《用語と解説》

用語	解説
平均値	調査結果(テスト成績)の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 「平均値=調査結果の総和/標本数」
T得点	全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する。 平均値50点、標準偏差10点の標準得点。「T得点=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差」

＜標準体重と肥満度判定＞

$$\text{標準体重} = a \times \text{身長(cm)} - b$$

$$\text{肥満度(％)} = [\text{自分の体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}] \div \text{標準体重(kg)} \times 100$$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
9(小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10(小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11(小6)	0.782	75.106	0.803	78.846

「児童・生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」より
平成18年3月31日発行 財団法人日本学校保健会

判定基準

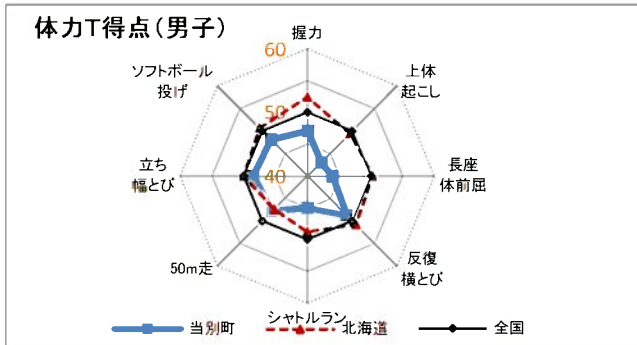
肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30～49.9%	中等度肥満
20～29.9%	軽度肥満
-19.9～19.9%	正常
-29.9～-20%	やせ
-30%以下	高度やせ

2) 体力・運動能力(実技)に関する調査

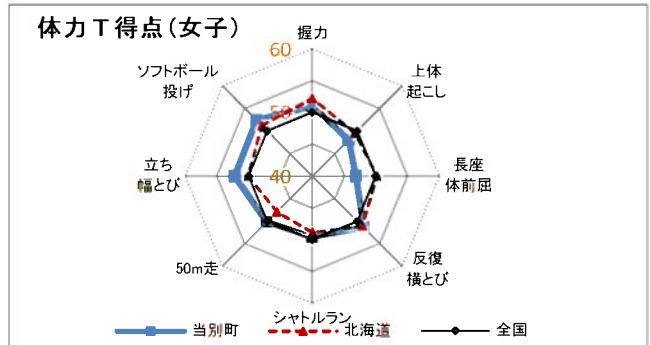
【小学校男子】 昨年度は8種目中4種目で全国平均を上回ったが、今年度はすべての種目で全国平均を下回った。特に、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルランで全国平均を5ポイント以上下回っていることから、筋持久力、柔軟性、全身持久力に大きな課題があると推察される。また、体力合計点も全国平均を5.7ポイント下回っており、体力低下傾向が窺える。

【小学校女子】 8種目中5種目(握力、反復横とび、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ)で全国平均を上回った。また、体力合計点も全国平均を上回っている。一方で、総合評価が下位層の児童の割合が全国平均を上回っていることから、体力の底上げが課題である。

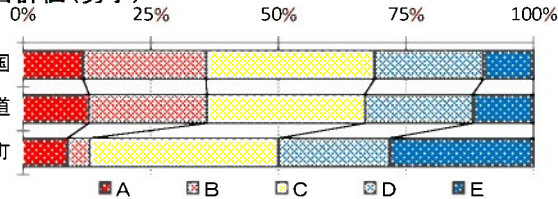
【小学校男子】



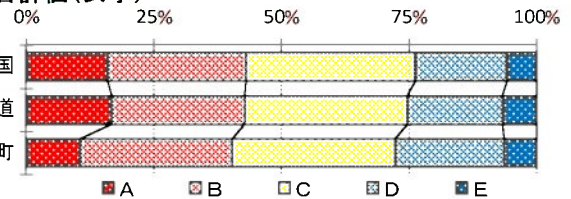
【小学校女子】



総合評価(男子)



総合評価(女子)



男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.37	50.0	19.80	50.0	33.24	50.0	41.74	50.0
北海道	17.28	52.4	19.44	49.4	33.45	50.3	42.38	50.8
当別町	15.28	47.1	15.63	43.0	28.23	43.9	40.75	48.7

女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.09	50.0	18.95	50.0	37.62	50.0	40.14	50.0
北海道	16.93	52.2	18.67	49.5	37.79	50.2	40.95	51.1
当別町	16.46	51.0	17.87	48.0	34.91	46.8	41.18	51.4

男子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ソフトボール投げ(m)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	50.32	50.0	9.42	50.0	151.45	50.0	21.61	50.0
北海道	47.77	48.8	9.69	47.4	151.38	50.0	22.12	50.6
当別町	39.68	45.0	9.65	47.8	148.04	48.5	20.05	48.1

女子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ソフトボール投げ(m)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	40.79	50.0	9.64	50.0	145.68	50.0	13.61	50.0
北海道	38.78	48.8	9.82	47.9	145.84	50.1	14.18	51.2
当別町	40.19	49.6	9.62	50.2	150.27	52.2	14.73	52.4

男子	体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	53.61	50.0	11.7%	24.1%	33.0%	21.3%	9.9%
北海道	53.40	49.8	12.9%	23.1%	31.0%	21.2%	11.9%
当別町	48.37	44.3	8.7%	4.3%	37.0%	21.7%	28.3%

女子	体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	55.59	50.0	16.0%	27.0%	33.2%	17.9%	5.8%
北海道	55.51	49.9	16.7%	26.1%	31.9%	18.6%	6.7%
当別町	55.64	50.1	10.6%	29.8%	31.9%	21.3%	6.4%

《体力テスト種目と要素》

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤ 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧ ソフトボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価 Aは65点以上、Bは58～64点、Cは50～57点、Dは42～49点、Eは41点以下	

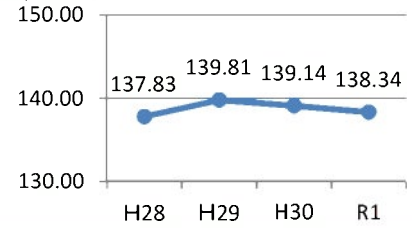
3) 過年度との比較

【小学校男子】

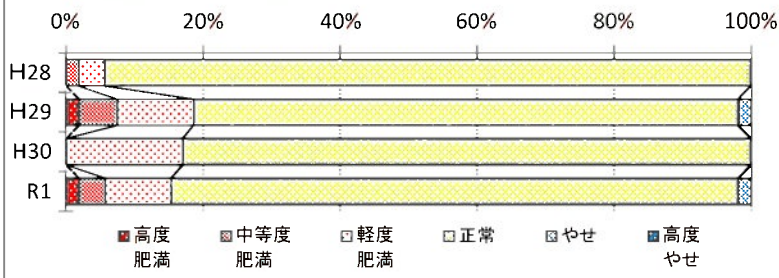
① 体格

小学校 5年男子	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	平均値	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H28	137.83	32.86	0.0%	1.9%	3.7%	94.4%	0.0%	0.0%
H29	139.81	35.46	1.9%	5.6%	11.1%	79.6%	1.9%	0.0%
H30	139.14	35.84	0.0%	0.0%	17.0%	83.0%	0.0%	0.0%
R1	138.34	35.39	1.9%	3.8%	9.6%	82.7%	1.9%	0.0%

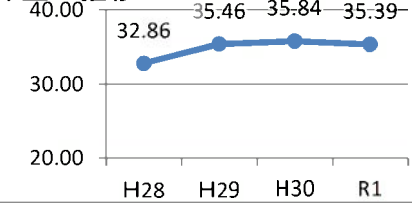
身長の推移



肥満・痩身出現率の推移



体重の推移



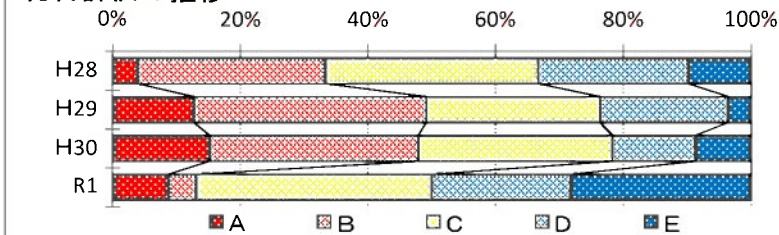
② 体力

小学校 5年男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H28	17.49	52.7	17.42	46.2	29.15	45.4	43.75	52.3	47.29	47.8	9.68	47.0	152.42	50.5
H29	18.05	54.1	19.11	48.6	32.44	49.1	43.16	51.5	52.82	50.3	9.22	51.5	164.09	55.7
H30	15.11	46.2	18.11	46.9	42.13	60.8	45.32	54.0	47.43	47.8	9.60	47.6	153.66	50.6
R1	15.28	47.1	15.63	43.0	28.23	43.9	40.75	48.7	39.68	45.0	9.65	47.8	148.04	48.5

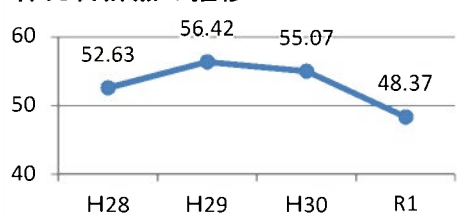
小学校 5年男子	ソフトボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H28	23.06	50.8	52.63	48.6	3.9%	29.4%	33.3%	23.5%	9.8%
H29	26.40	54.7	56.42	52.5	12.7%	36.4%	27.3%	20.0%	3.6%
H30	23.89	52.1	55.07	50.9	15.2%	32.6%	30.4%	13.0%	8.7%
R1	20.05	48.1	48.37	44.3	8.7%	4.3%	37.0%	21.7%	28.3%

※平成28年度に調査した小学校5年生は、本年度中学校2年生で調査している。

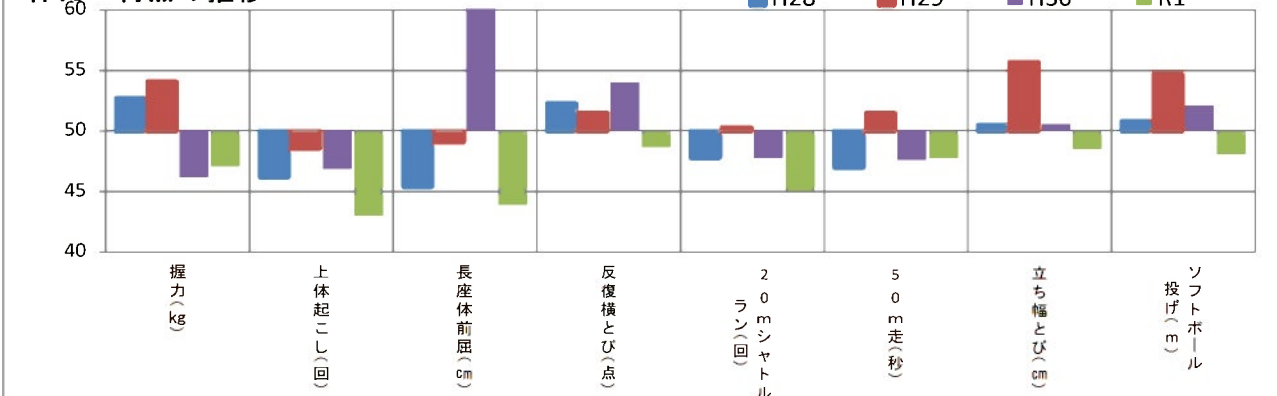
総合評価の推移



体力合計点の推移



体力T得点の推移

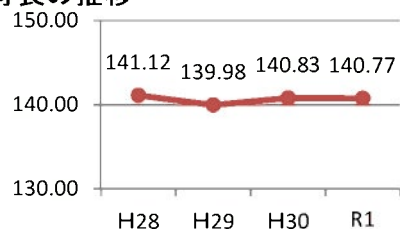


【小学校女子】

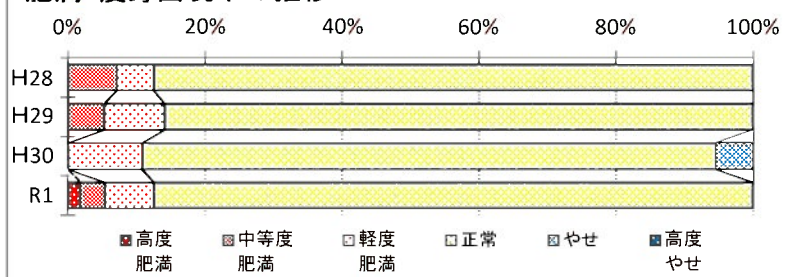
① 体格

小学校 5年女子	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	平均値	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H28	141.12	35.79	0.0%	7.1%	5.4%	87.5%	0.0%	0.0%
H29	139.98	34.81	0.0%	5.3%	8.8%	86.0%	0.0%	0.0%
H30	140.83	33.78	0.0%	0.0%	10.8%	83.8%	5.4%	0.0%
R1	140.77	35.68	1.8%	3.6%	7.1%	87.5%	0.0%	0.0%

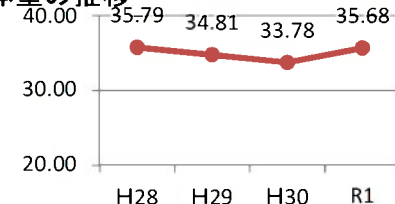
身長推移



肥満・痩身出現率の推移



体重推移



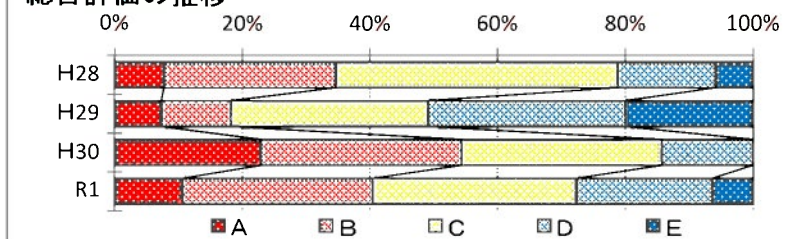
② 体力

小学校 5年女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H28	18.55	56.4	15.05	43.3	36.39	49.0	41.64	52.2	36.60	47.2	9.76	48.3	146.38	50.5
H29	15.95	49.5	14.05	41.1	35.28	47.4	35.07	43.0	27.79	41.6	9.80	47.7	142.93	48.8
H30	14.62	46.0	18.06	48.3	41.19	54.3	50.56	64.2	42.65	50.5	9.48	51.4	157.68	55.7
R1	16.46	51.0	17.87	48.0	34.91	46.8	41.18	51.4	40.19	49.6	9.62	50.2	150.27	52.2

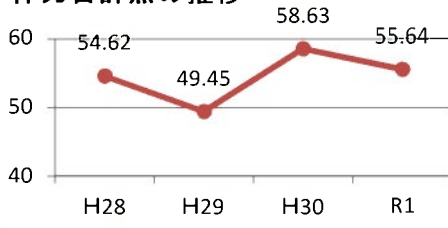
小学校 5年女子	ソフトボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H28	14.87	52.0	54.62	48.9	7.7%	26.9%	44.2%	15.4%	5.8%
H29	12.98	48.0	49.45	42.7	7.3%	10.9%	30.9%	30.9%	20.0%
H30	16.30	55.2	58.63	53.2	22.9%	31.4%	31.4%	14.3%	0.0%
R1	14.73	52.4	55.64	50.1	10.6%	29.8%	31.9%	21.3%	6.4%

※平成28年度に調査した小学校5年生は、本年度中学校2年生で調査している。

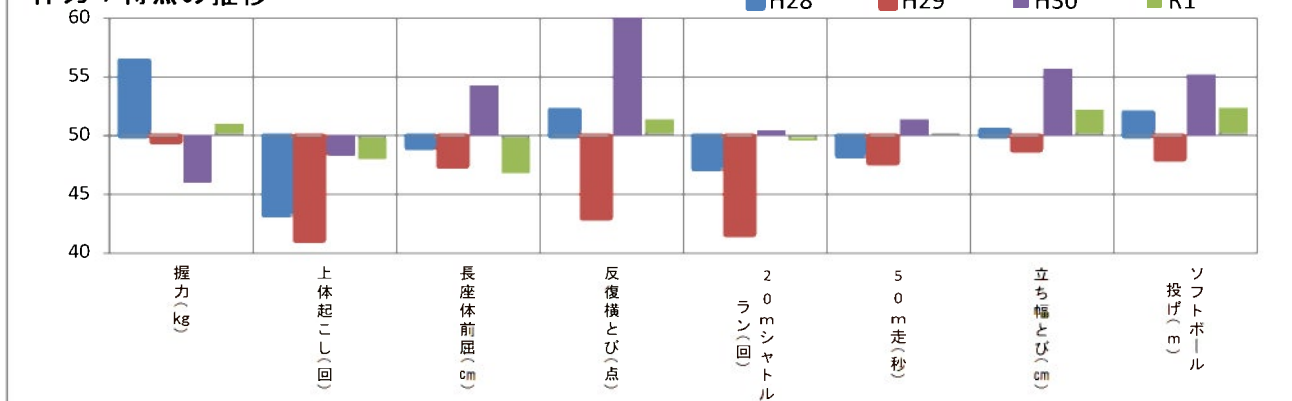
総合評価の推移



体力合計点の推移



体力T得点の推移



4)運動習慣、生活習慣等に関する児童質問紙から

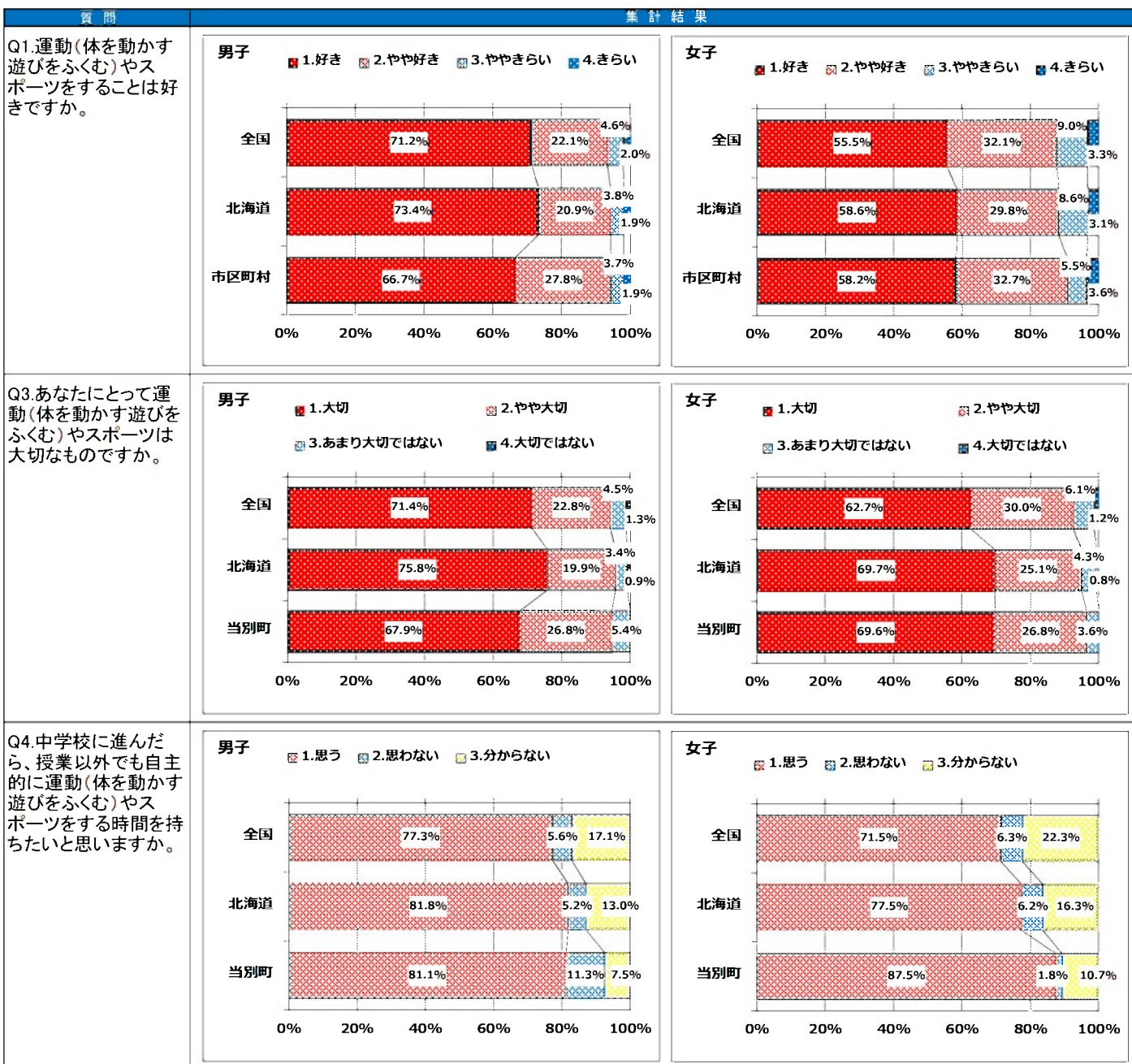
「中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたい」と回答した児童の割合は、男女ともに全国平均を上回っている。一方で、「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好き」「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツは大切」と回答した児童の割合は、男子で全国平均を下回っており、土・日曜日の運動時間は、男女ともに全国平均を下回っている。このことから、運動やスポーツに対する意欲に課題があり、家庭での運動習慣が不足していることが窺えるため、学校以外でも運動する習慣をつけるよう、家庭・地域と連携した取組が必要である。（Q1、Q3、Q4、Q5）

「朝食は毎日食べますか」の問いに、「毎日食べる」と回答した児童の割合は、男子は82.1%、女子は67.9%となっている。また、「学校以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか」の問いに、「3時間以上」と回答した児童の割合は、男子は41%、女子は33.9%となっている。このことから、規則正しい生活習慣を身につけるよう、生活習慣改善を家庭に積極的に働きかける必要がある。（Q6、Q8）

「体育の授業では、授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されている」「体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている」と回答した児童の割合は、男女ともに全国平均を下回っている。このことから、児童が見通しを持ち、児童同士で協働しながら課題を解決する授業にするため、「主体的・対話的で深い学び」の視点に立った授業改善に積極的に取り組む必要がある。（Q13、Q16）

「難しいことでも、失敗をおそれないでちょう戦している」の問いに、「当てはまる」と回答した児童の割合は、男子で全国平均を下回っており、また、「自分には、よいところがあると思う」の問いに、「当てはまる」と回答した児童の割合は、男女ともに全国平均を下回っている。このことから、目まぐるしく変わる社会に対応できる挑戦心を養うため、課題に挑戦し最後まで取り組む体験を通じて、児童の自己有用感を高める取組を積極的に推進する必要がある。（Q25、Q26）

【小学校男子】 【小学校女子】



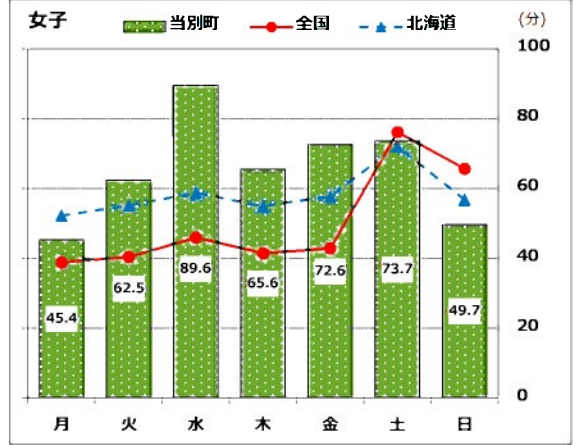
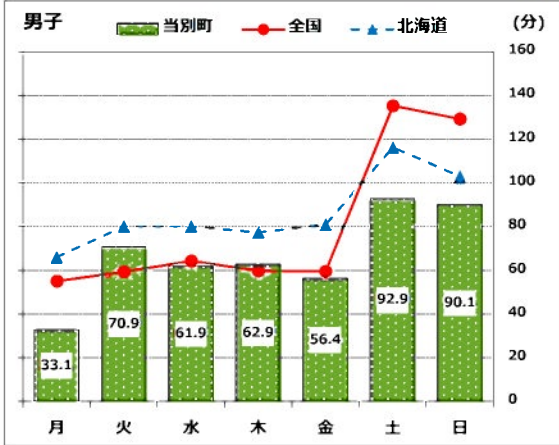
【小学校男子】

【小学校女子】

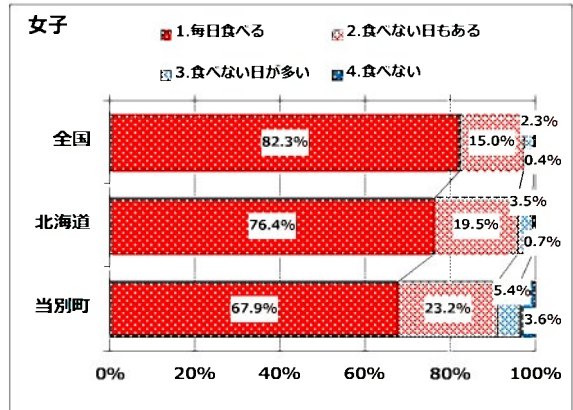
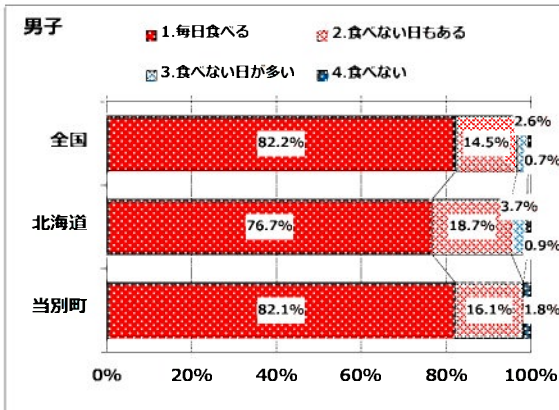
質問

集計結果

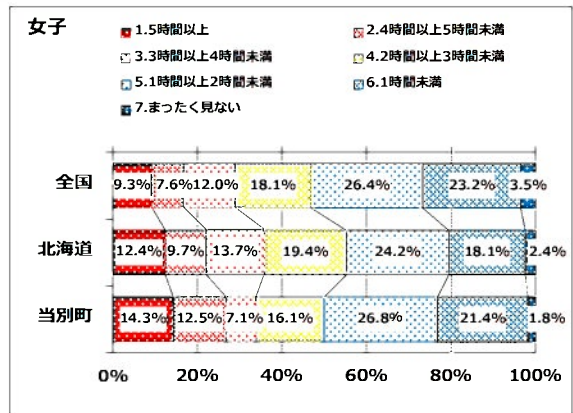
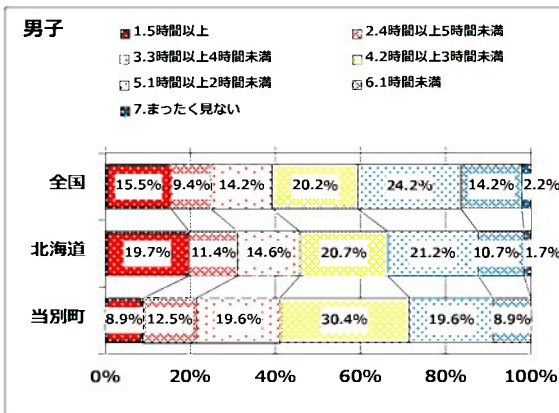
Q5.ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。それぞれの曜日のらんに記入してください。



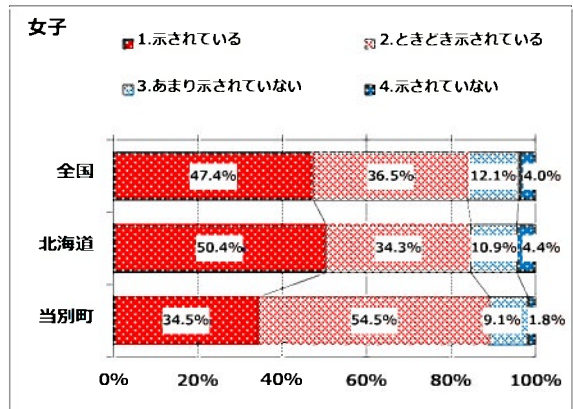
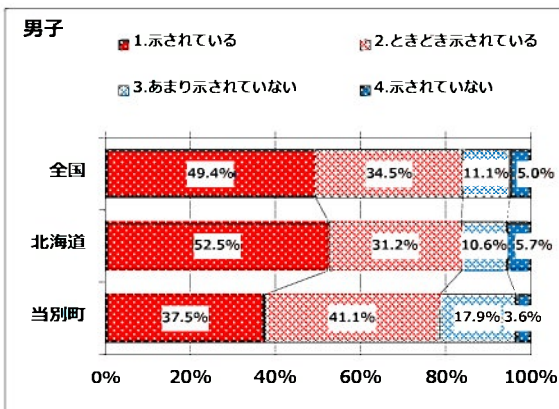
Q6.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)



Q8.平日(月～金曜日)について聞きます。学校以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



Q13.体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



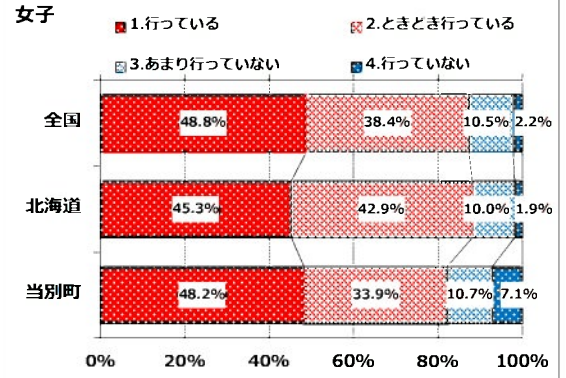
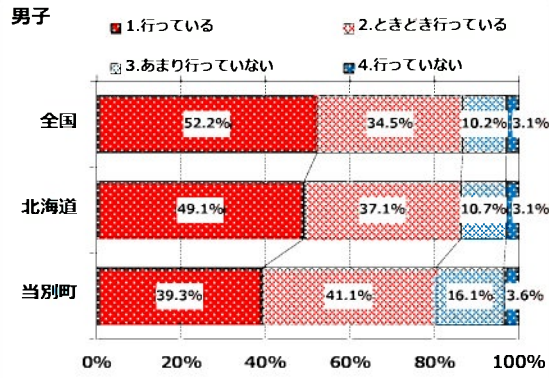
【小学校男子】

【小学校女子】

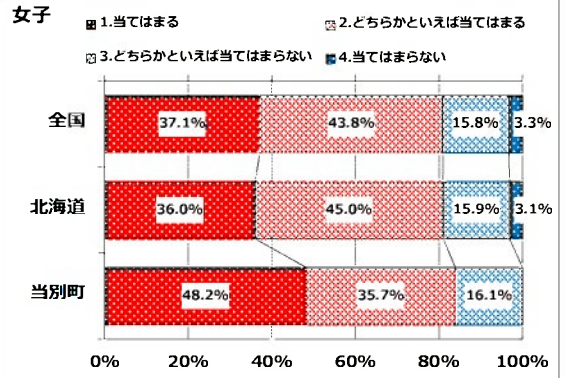
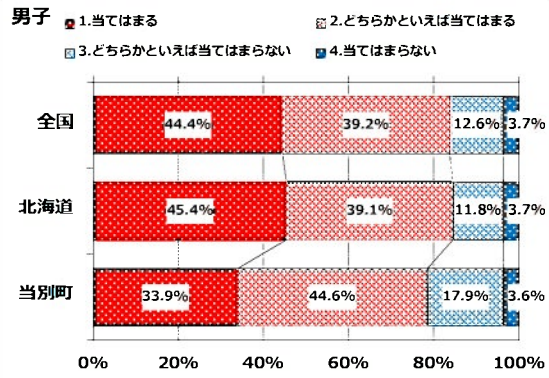
質問

集計結果

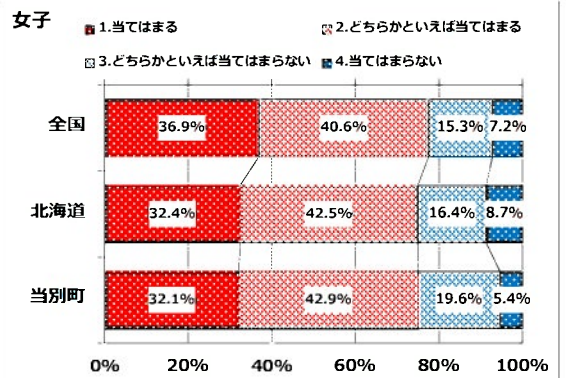
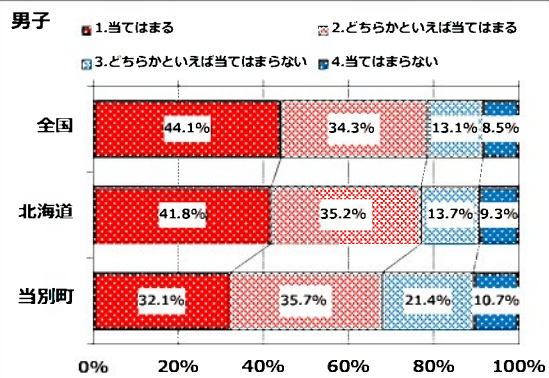
Q16. 体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。



Q25. 難しいことでも、失敗をおそれないで挑戦している。



Q26. 自分には、よいところがあると思う。



Ⅲ 中学校の結果

1) 体格に関する調査

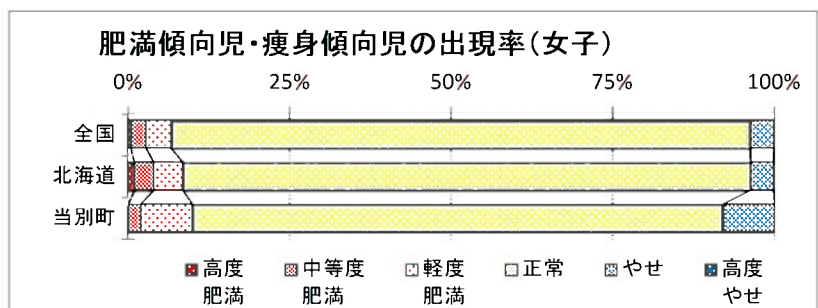
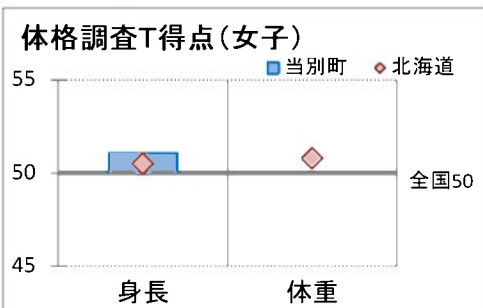
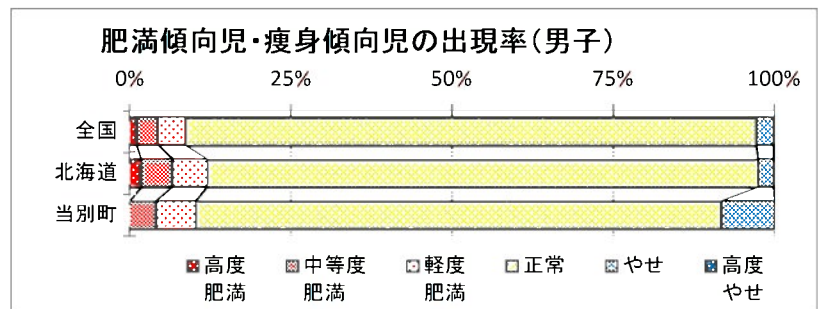
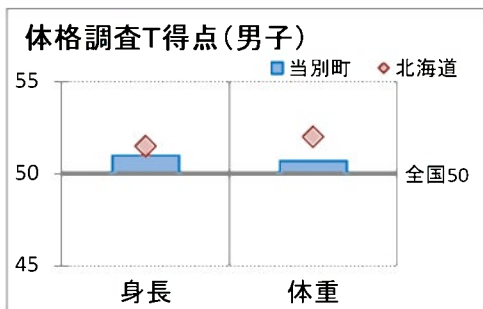
【中学校男子】 身長、体重ともに全国平均を上回った。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、中等度肥満の出現率が4.1%、軽度肥満の出現率が6.1%、やせの出現率が8.2%と、いずれも全国平均より高くなっている。

【中学校女子】 身長は全国平均を上回っているが、体重はほぼ全国平均である。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、軽度肥満の出現率が8.0%、やせの出現率が8.0%と、ともに全国平均の2倍以上となっている。

中学校 2年男子 (49人)	身長(cm)		体重(kg)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
全国	160.00	50.0	48.84	50.0	1.1%	3.3%	4.2%	88.6%	2.6%	0.2%
北海道	161.12	51.5	50.83	52.0	1.8%	4.8%	5.4%	85.5%	2.3%	0.2%
当別町	160.75	51.0	49.54	50.7	0.0%	4.1%	6.1%	81.6%	8.2%	0.0%

中学校 2年女子 (50人)	身長(cm)		体重(kg)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
全国	154.86	50.0	46.82	50.0	0.5%	2.3%	3.9%	89.5%	3.6%	0.1%
北海道	155.15	50.5	47.41	50.8	1.0%	3.0%	4.5%	87.9%	3.5%	0.2%
当別町	155.44	51.1	46.83	50.0	0.0%	2.0%	8.0%	82.0%	8.0%	0.0%

※全国・北海道の値は、公立校を対象としたものです。



《用語と解説》

用語	解説
平均値	調査結果(テスト成績)の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 「平均値=調査結果の総和/標本数」
T得点	全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する。 平均値50点、標準偏差10点の標準得点。「T得点=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差」

＜標準体重と肥満度判定＞

$$\text{標準体重} = a \times \text{身長(cm)} - b$$

$$\text{肥満度(％)} = [\text{自分の体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}] \div \text{標準体重(kg)} \times 100$$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
12(中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13(中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14(中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30～49.9%	中等度肥満
20～29.9%	軽度肥満
-19.9～19.9%	正常
-29.9～-20%	やせ
-30%以下	高度やせ

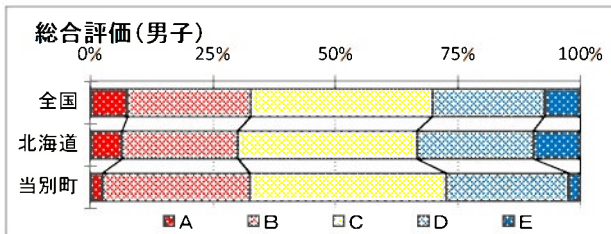
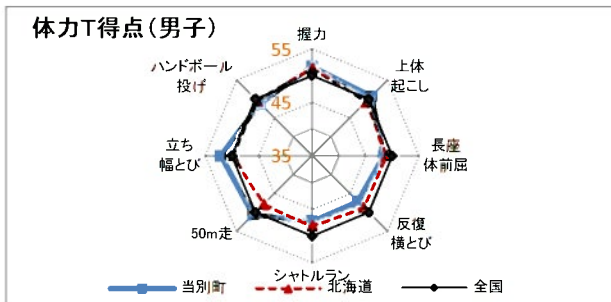
「児童・生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」より
平成18年3月31日発行 財団法人日本学校保健会

2) 体力・運動能力(実技)に関する調査

【中学校男子】 8種目中4種目(握力、上体起こし、50m走、立ち幅とび)で全国平均を上回った。体力合計点については、ほぼ全国平均並みで、総合評価が下位層の生徒の割合が全国平均を下回るなど、体力の底上げが窺える結果となった。

【中学校女子】 8種目中4種目(握力、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ)で全国平均を上回ったが、20mシャトルランで全国平均を4.2ポイント下回っていることから、持久力に課題がある。また、体力合計点は全国平均を下回っており、総合評価が下位層の生徒の割合が全国平均の2倍以上となっていることから、体力の底上げが課題である。

【中学校男子】

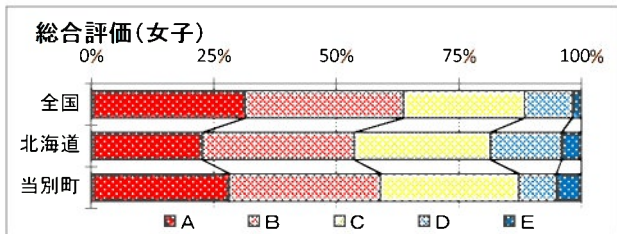
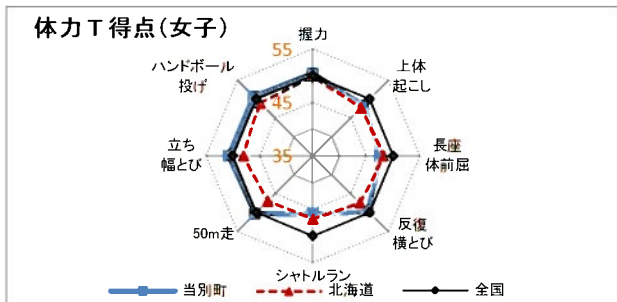


男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	28.65	50.0	26.96	50.0	43.50	50.0	51.91	50.0
北海道	29.58	51.3	26.50	49.3	42.34	48.9	50.85	48.7
当別町	29.83	51.7	27.38	50.7	41.83	48.4	49.54	47.1

男子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ハンドボール投げ(m)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	83.53	50.0	8.02	50.0	195.03	50.0	20.40	50.0
北海道	78.97	48.1	8.21	47.8	194.58	49.8	20.17	49.6
当別町	76.75	47.2	7.97	50.6	200.89	52.1	19.71	48.8

男子	体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	41.69	50.0	7.6%	25.1%	37.1%	22.7%	7.4%
北海道	40.72	49.1	6.5%	23.6%	36.5%	23.8%	9.6%
当別町	41.43	49.7	2.5%	30.0%	40.0%	25.0%	2.5%

【中学校女子】



女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	23.79	50.0	23.69	50.0	46.32	50.0	47.28	50.0
北海道	23.70	49.8	22.27	47.6	44.56	48.2	45.52	47.4
当別町	23.98	50.4	22.72	48.3	43.81	47.5	47.02	49.6

女子	20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ハンドボール投げ(m)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	58.31	50.0	8.81	50.0	169.90	50.0	12.96	50.0
北海道	51.98	46.8	9.06	46.9	165.08	48.0	12.54	49.0
当別町	49.94	45.8	8.79	50.3	171.92	50.8	13.24	50.7

女子	体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	50.22	50.0	31.4%	32.3%	24.7%	9.7%	1.9%
北海道	47.14	47.2	22.7%	31.0%	27.8%	14.5%	4.0%
当別町	48.26	48.2	28.2%	30.8%	28.2%	7.7%	5.1%

《体力テスト種目と要素》

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤-1 持久走	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m、女子1000mの走行時間
⑤-2 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧ ハンドボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計点	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価 Aは57点以上、Bは47～56点、Cは37～46点、Dは27～36点、Eは26点以下	

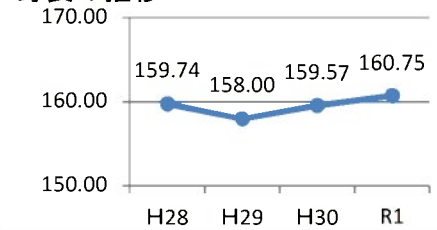
3) 過年度との比較

【中学校男子】

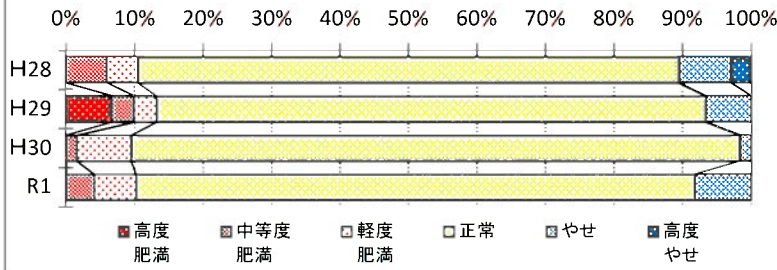
① 体格

中学校 2年男子	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	平均値	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H28	159.74	48.10	0.0%	6.0%	4.5%	79.1%	7.5%	3.0%
H29	158.00	48.30	6.6%	3.3%	3.3%	80.3%	6.6%	0.0%
H30	159.57	47.83	0.0%	1.6%	7.9%	88.9%	1.6%	0.0%
R1	160.75	49.54	0.0%	4.1%	6.1%	81.6%	8.2%	0.0%

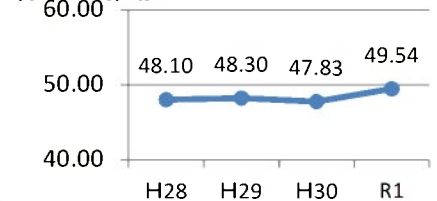
身長推移



肥満・痩身出現率の推移



体重推移



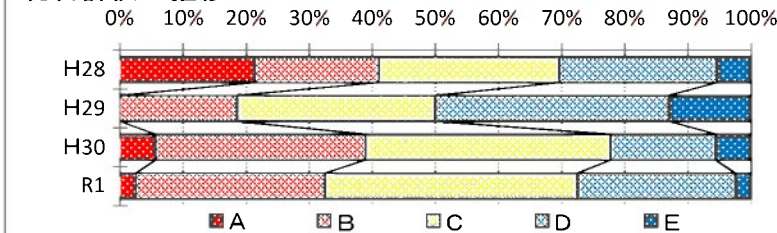
② 体力

中学校 2年男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H28	29.79	51.2	29.25	52.9	43.81	50.7	48.48	45.8	30.42	47.6	7.93	50.9	203.08	53.0
H29	28.26	49.1	24.02	44.4	38.44	45.5	48.10	45.3	76.40	46.1	8.26	46.9	191.77	49.0
H30	28.73	49.8	28.00	51.0	43.60	50.2	54.02	52.2	85.60	49.8	8.12	48.5	195.79	50.1
R1	29.83	51.7	27.38	50.7	41.83	48.4	49.54	47.1	76.75	47.2	7.97	50.6	200.89	52.1

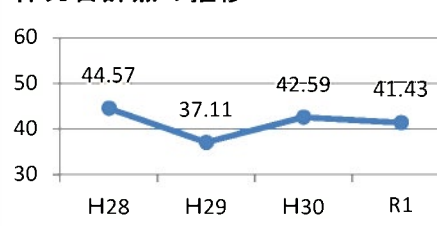
中学校 2年男子	ハンドボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H28	22.04	52.6	44.57	52.4	21.4%	19.6%	28.6%	25.0%	5.4%
H29	20.20	49.4	37.11	45.1	0.0%	18.5%	31.5%	37.0%	13.0%
H30	18.89	47.1	42.59	50.3	5.6%	33.3%	38.9%	16.7%	5.6%
R1	19.71	48.8	41.43	49.7	2.5%	30.0%	40.0%	25.0%	2.5%

※本年度に調査した中学校2年生は平成28年度に小学校5年生で実施している。

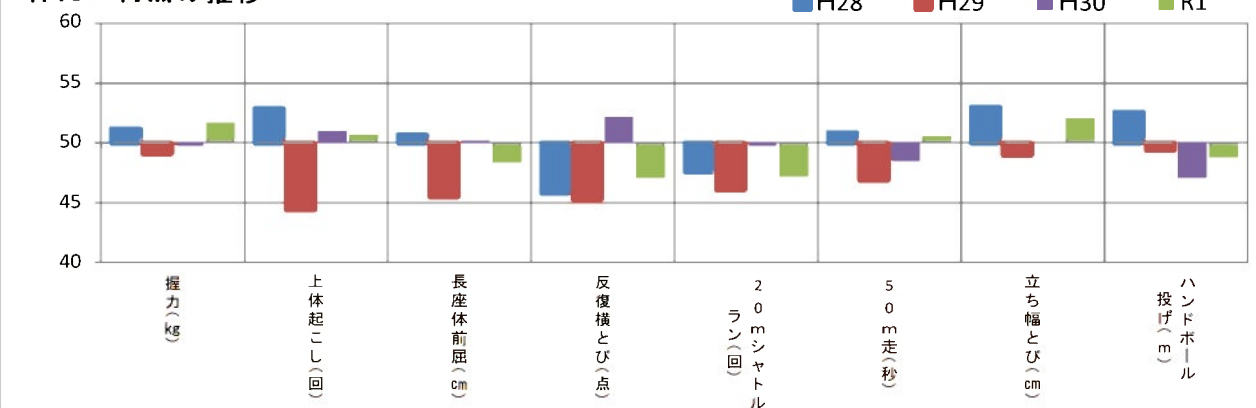
総合評価の推移



体力合計点の推移



体力T得点の推移

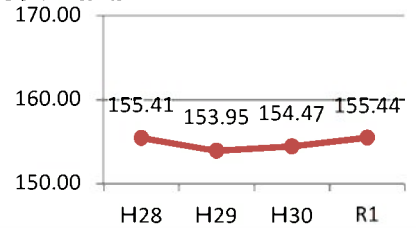


【中学校女子】

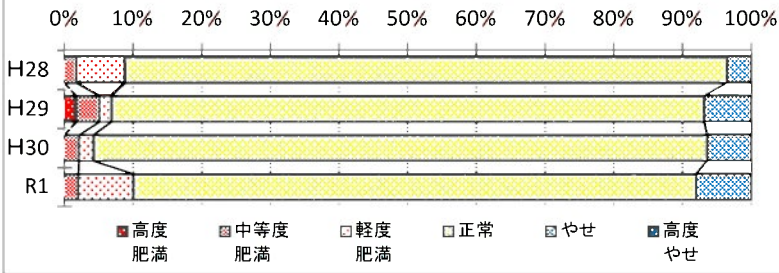
①体格

中学校 2年女子	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	平均値	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H28	155.41	46.61	0.0%	1.8%	7.0%	87.7%	3.5%	0.0%
H29	153.95	45.78	1.7%	3.4%	1.7%	86.4%	6.8%	0.0%
H30	154.47	45.65	0.0%	2.1%	2.1%	89.4%	6.4%	0.0%
R1	155.44	46.83	0.0%	2.0%	8.0%	82.0%	8.0%	0.0%

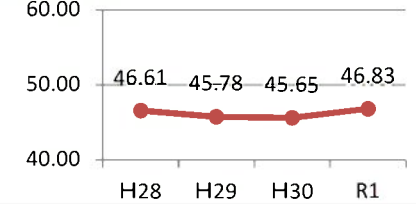
身長推移



肥満・痩身出現率の推移



体重推移



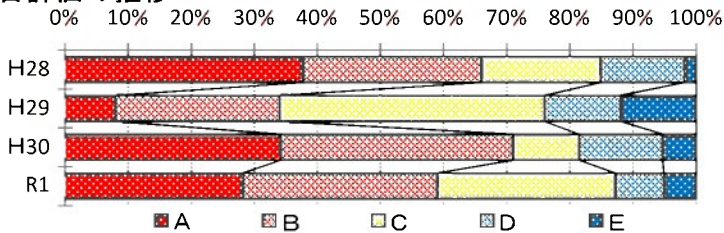
②体力

中学校 2年女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H28	24.03	50.6	24.03	51.3	46.69	51.3	43.83	45.9	50.21	45.8	8.61	52.7	172.91	51.9
H29	21.58	45.1	19.48	42.7	42.77	46.9	39.98	39.9	42.54	41.8	9.04	47.1	154.02	44.1
H30	24.62	51.6	23.80	49.9	47.61	51.4	46.91	49.3	51.53	45.9	8.68	51.2	173.82	51.5
R1	23.98	50.4	22.72	48.3	43.81	47.5	47.02	49.6	49.94	45.8	8.79	50.3	171.92	50.8

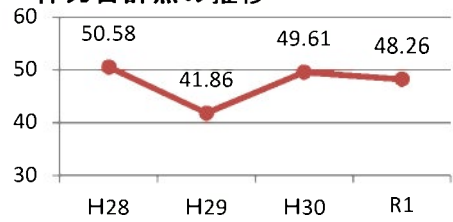
中学校 2年女子	ハンドボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H28	14.55	54.1	50.58	50.9	37.7%	28.3%	18.9%	13.2%	1.9%
H29	12.38	48.6	41.86	42.6	8.0%	26.0%	42.0%	12.0%	12.0%
H30	11.28	45.9	49.61	49.1	34.2%	36.8%	10.5%	13.2%	5.3%
R1	13.24	50.7	48.26	48.2	28.2%	30.8%	28.2%	7.7%	5.1%

※本年度に調査した中学校2年生は平成28年度に小学校5年生で実施している。

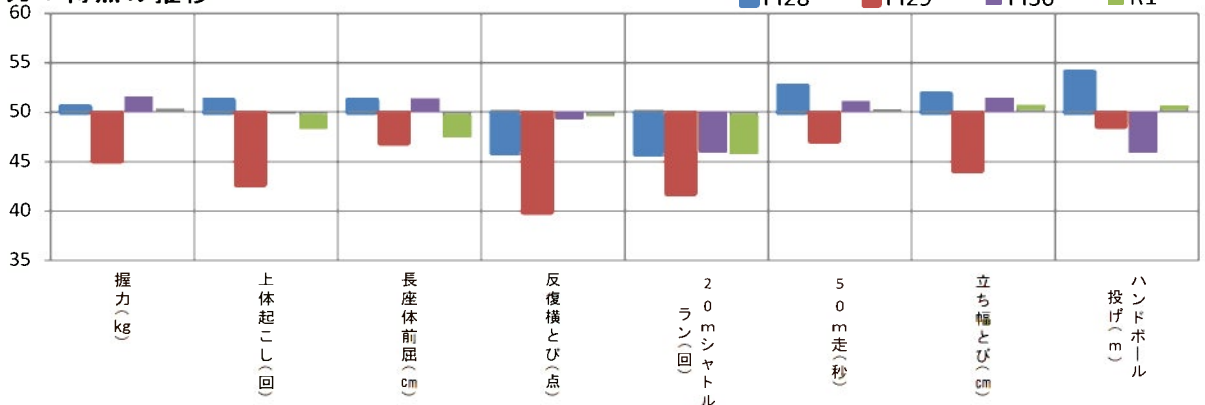
総合評価の推移



体力合計点の推移



体力T得点の推移



4) 運動習慣、生活習慣等に関する生徒質問紙から

「運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切」と回答した生徒の割合は、男子でほぼ全国平均並みで、女子で全国平均を上回っているが、「運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好き」と回答した生徒の割合は男女ともに全国平均を下回っており、また、土曜日の運動時間は、男女ともに全国平均を下回っている。このことから、運動への意識をより高め、学校以外での運動習慣をつけさせるために、運動・スポーツの楽しさを家庭・地域に啓発する取組が必要である。(Q1、Q3、Q6)

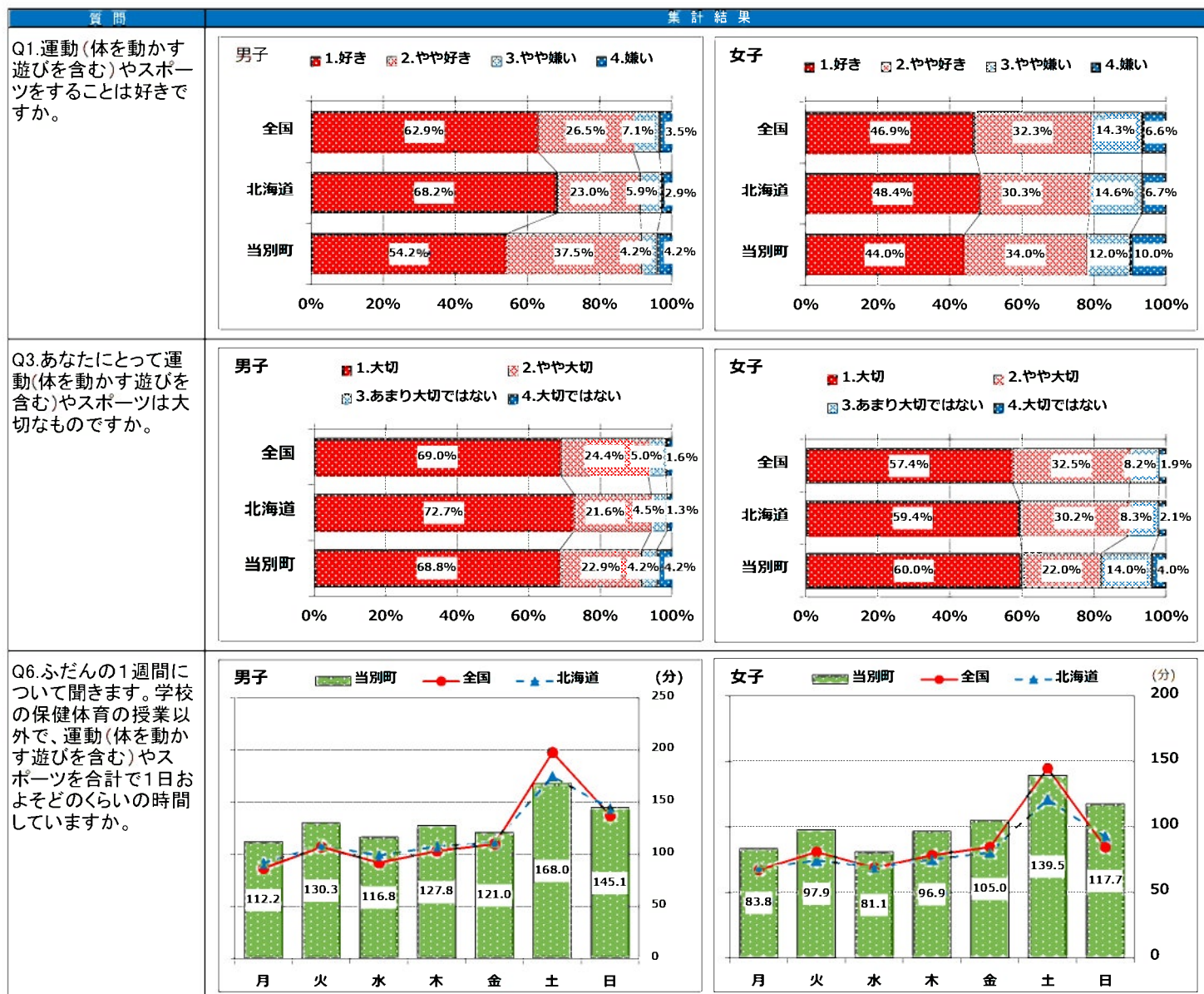
「朝食は毎日食べますか」の問いに、「毎日食べる」と回答した生徒の割合は、男子で66.7%、女子で68%となっている。また、「学校以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか」の問いに、「3時間以上」と回答した生徒の割合は、男子で53.1%、女子で40%となっている。このことから、規則正しい生活習慣を身につけるよう、家庭に対して、生活習慣改善の啓発に積極的に取り組む必要がある。(Q7、Q9)

「保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されている」「保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男女ともに全国平均を下回っている。このことから、生徒が見通しを持ち、授業で学んだことを他の機会を活かせるようにするため、「主体的・対話的で深い学び」の視点に立った授業改善に積極的に取り組む必要がある。(Q13、Q14)

「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」の問いに、「当てはまる」と回答した生徒の割合は、男女ともに全国平均を下回っており、また、「自分には、よいところがあると思う」の問いに、「当てはまる」と回答した生徒の割合は、男子で全国平均を下回っている。このことから、物事を最後までやり遂げる体験を通じて、生徒の自己有用感を高める取組を積極的に推進する必要がある。(Q24、Q26)

【中学校男子】

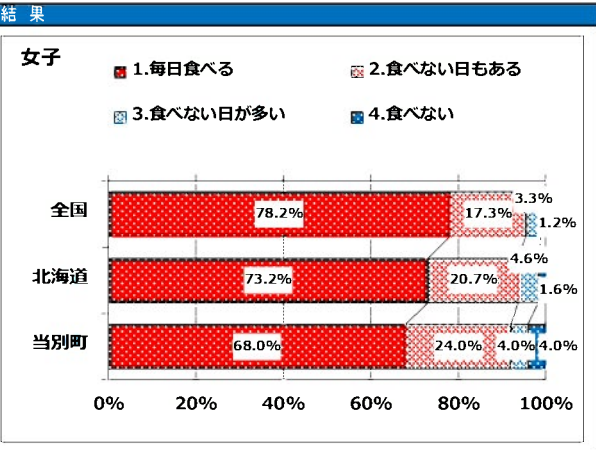
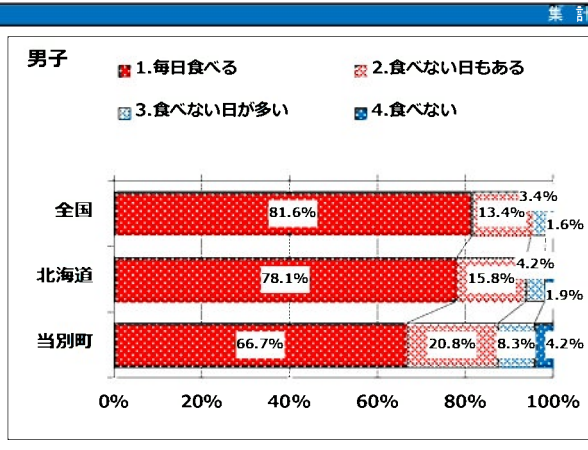
【中学校女子】



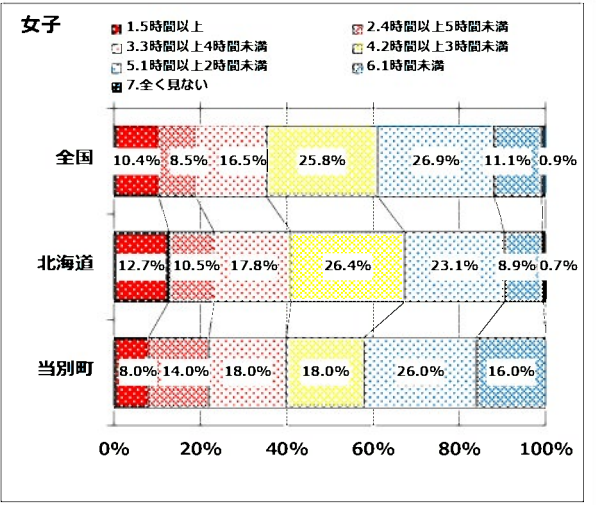
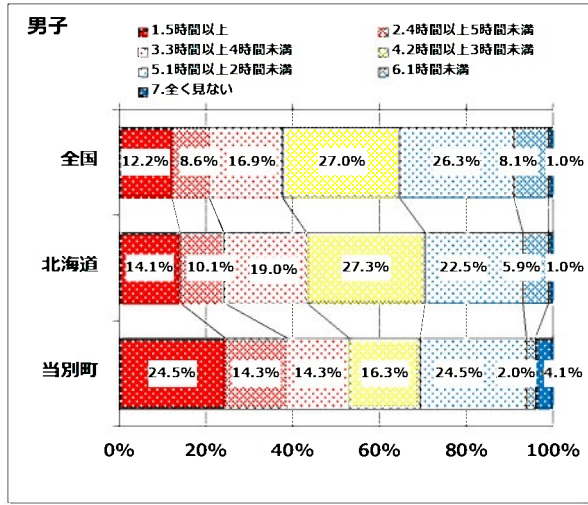
【中学校男子】

【中学校女子】

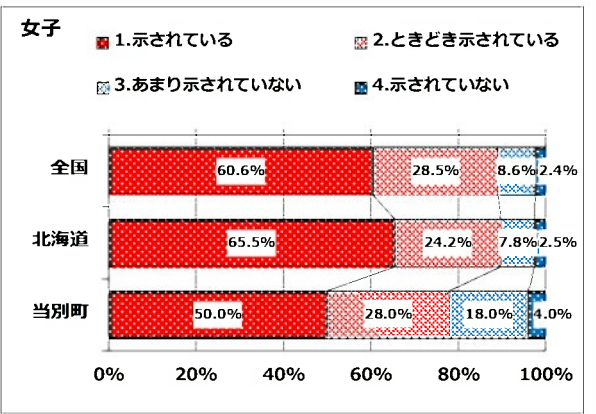
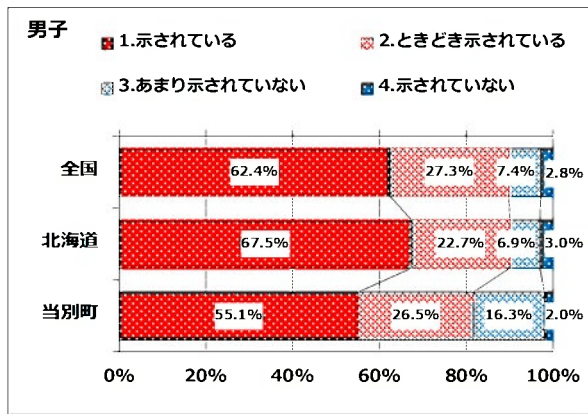
質問
Q7.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)



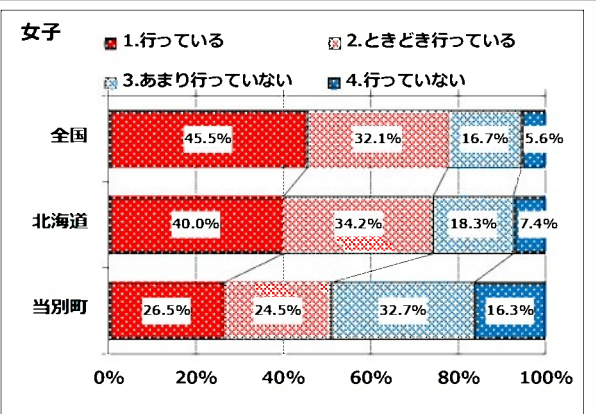
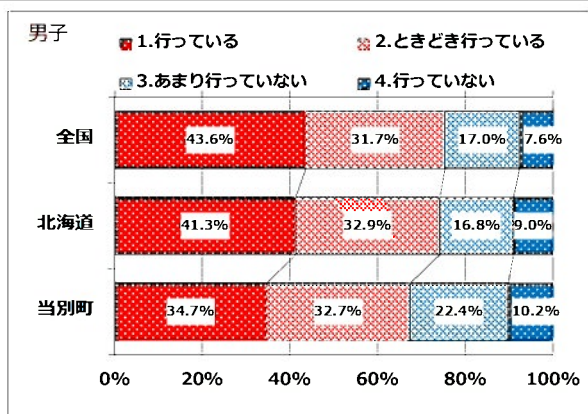
Q9.平日(月～金曜日)について聞きます。1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



Q13.保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



Q14.保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。

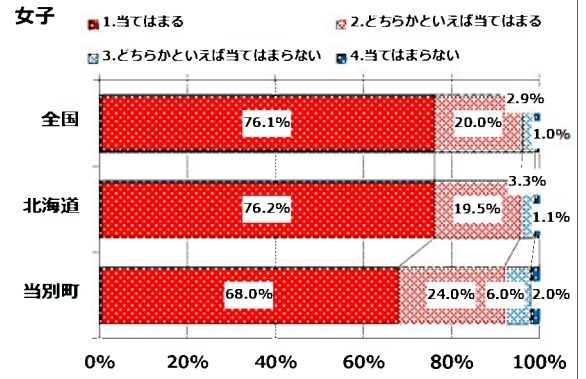
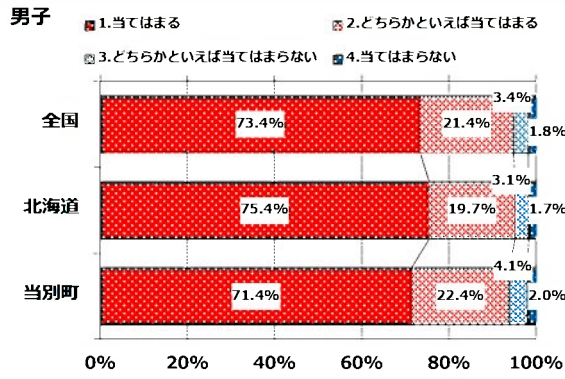


【中学校男子】

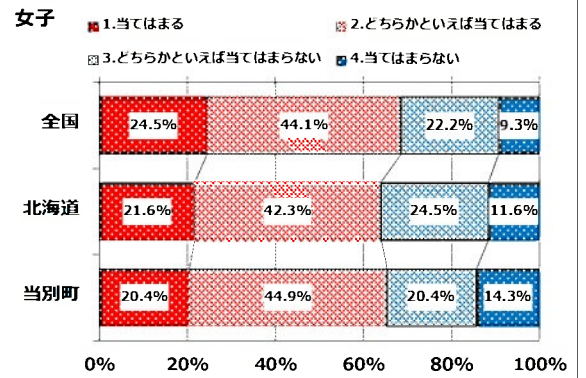
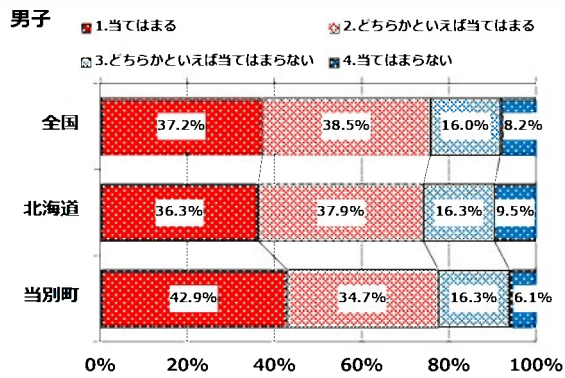
【中学校女子】

質問
Q24.ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある。

集計結果



Q26.自分には、よいところがあると思う。



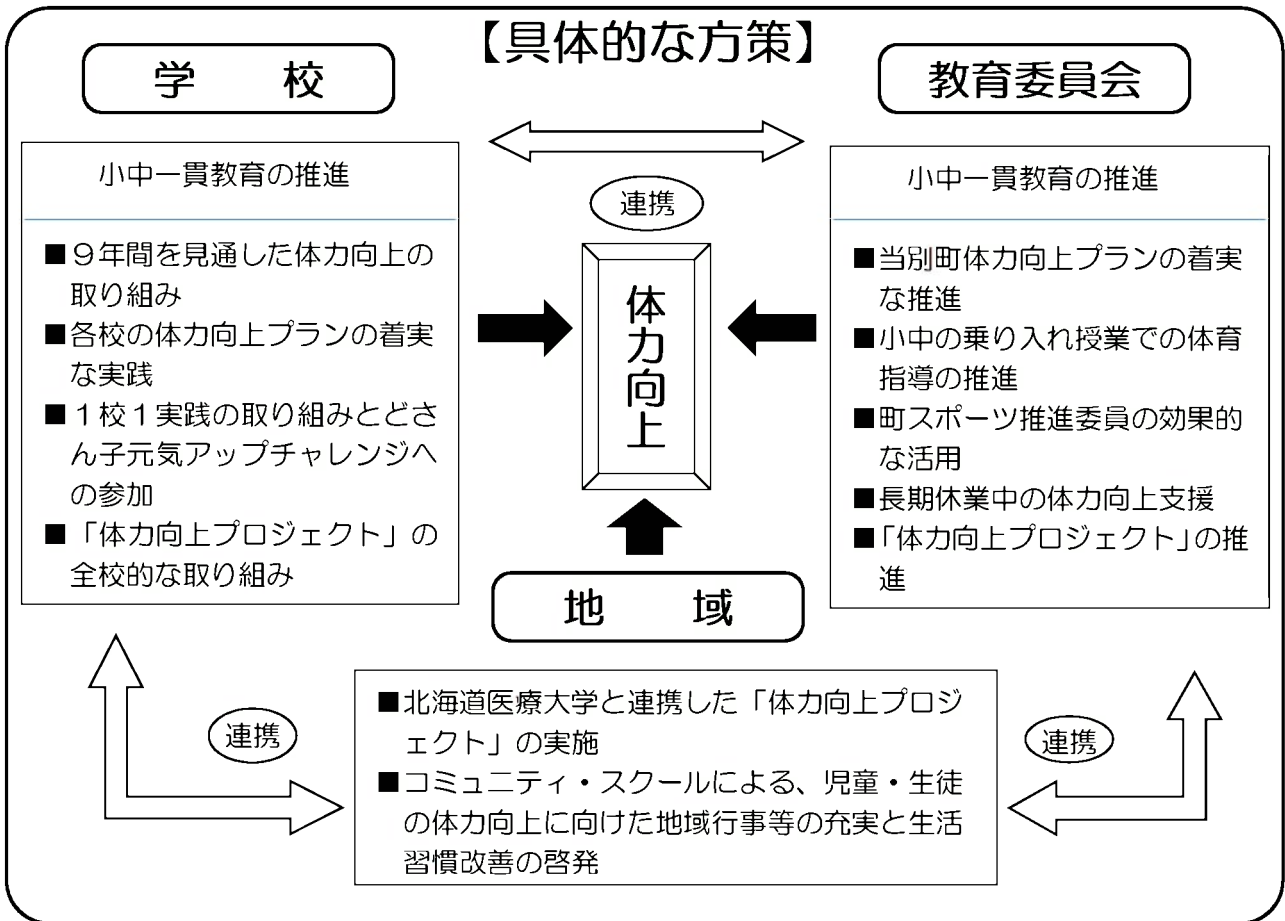
IV 当別町体力向上プラン

当別町体力向上プラン

【目標】 全国体力・運動能力、運動習慣等調査で体力合計点の全国平均以上をめざす

【課題】

- 小学校男子と中学生男女の体力合計点が全国を下回っており、とりわけ小学生男子の落ち込みが大きい。
- 小・中学校ともに、家でのテレビやDVD、ゲーム機、携帯、パソコンなどの画面を見ている時間が、全国平均を大きく上回っていることから、生活習慣の改善が喫緊の課題である。



【年間計画】

月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
学 校	各学校の体力向上プランの見直し		準備	体力調査実施					結果分析・評価			
			体力向上プランの着実な実践									
教 委	体力向上プラン作成		学校への支援							結果分析・評価		

当別町教育委員会学校教育課

【問い合わせ先】

〒061-0292 北海道石狩郡当別町白樺町58番地9

TEL:0133-23-2689 FAX:0133-23-3114

E-mail: kyokan3@town.tobetsu.hokkaido.jp

当别町

