

平成27年度
全国体力・運動能力、運動習慣等調査
報告書

～当別町における結果分析～

平成28年2月

当別町教育委員会

目 次

I	当別町における平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の実施概要	
1)	調査の目的	1
2)	調査の対象学年	1
3)	調査分析の内容	1
4)	実技調査実施期間	1
5)	調査を実施した学校・児童生徒数	1
II	小学校の分析	
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)	運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査	4
4)	経年変化	8
III	中学校の分析	
1)	体格に関する調査	10
2)	体力・運動能力（実技）に関する調査	11
3)	運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査	12
4)	経年変化	16
IV	今年度の傾向と今後の対策について	
1)	今年度の傾向と今後の対策について	18
2)	当別町の体力向上策	18

I 当別町における平成27年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の実施概要

1) 調査の目的

- (1) 子どもの体力が低下している状況に鑑み、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、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) 調査の対象学年

- ・小学校第5学年
- ・中学校第2学年

3) 調査分析の内容

- (1) 体格に関する調査
身長、体重、肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の状況
- (2) 体力・運動能力（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、持久走又は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
- (3) 運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

4) 実技調査実施期間

平成27年4月から平成27年7月末までの期間

5) 調査を実施した学校・児童生徒数

	対象学校数	参加児童生徒数	うち男子	うち女子
小学校	3	128人	75人	53人
中学校	3	153人	81人	72人
合計	6	281人	156人	125人

II 小学校の分析

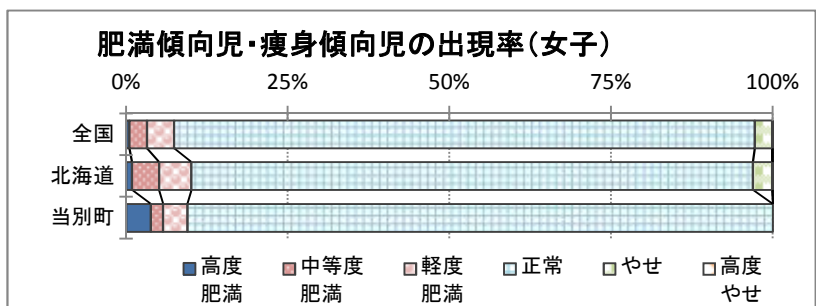
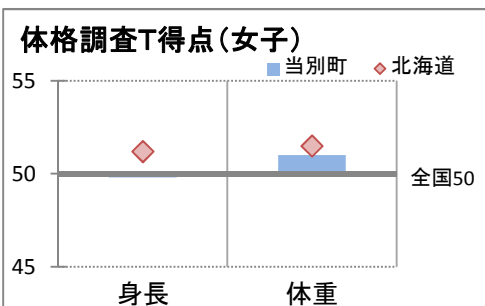
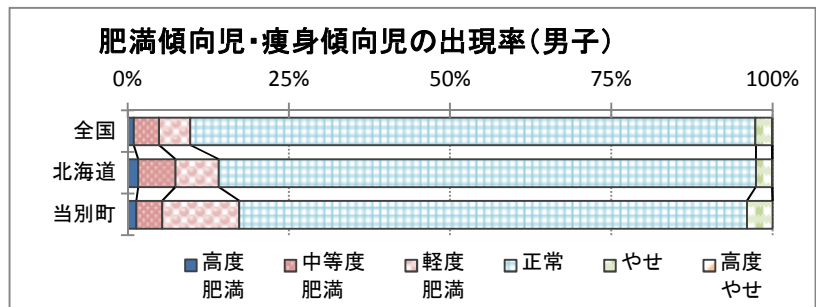
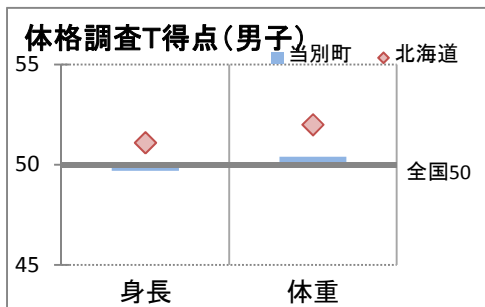
1) 体格に関する調査

《小学校男子》 身長・体重は全国平均と比べて、同程度の結果になりました。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、軽度肥満以上の出現率が高く、昨年度も同様の結果から、やや肥満の傾向がみられます。

《小学校女子》 身長・体重は全国平均と比べて、同程度の結果になりました。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、9割の児童が正常範囲内ですが、高度肥満の出現率が3.8%と、やや高くなっています。

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	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	138.83	50.0	33.94	50.0	0.9%	3.9%	4.9%	87.6%	2.6%	0.1%
北海道	139.50	51.1	35.36	52.0	1.6%	5.8%	6.7%	83.4%	2.5%	0.1%
当別町	138.64	49.7	34.26	50.4	1.3%	4.0%	12.0%	78.7%	4.0%	0.0%

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	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	140.01	50.0	33.83	50.0	0.5%	2.7%	4.2%	89.8%	2.7%	0.1%
北海道	140.79	51.2	34.87	51.5	0.9%	4.2%	5.0%	86.9%	3.0%	0.1%
当別町	139.89	49.8	34.51	51.0	3.8%	1.9%	3.8%	90.6%	0.0%	0.0%



用語	解説
標本数	平均値、標準偏差、T得点を算出した人数
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」
標準偏差	調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。 平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る。 「標準偏差=分散の平方根、分散=偏差平方和/(標本数-1)、 偏差平方和=偏差の平方の総和、偏差=調査結果-平均値」

<標準体重と肥満度判定>

標準体重 = a × 身長(cm) - b				
肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 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

* 全国・北海道の値は、公立校を対象としたものです。

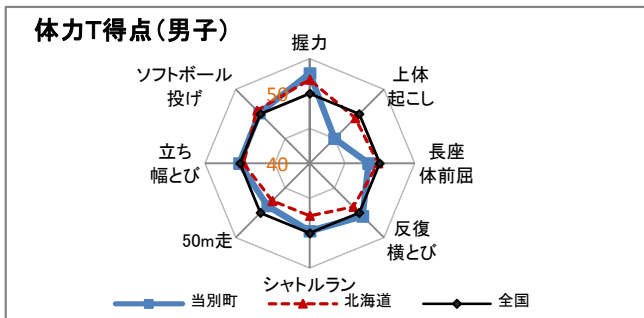
肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30 ~ 49.9%	中等度肥満
20 ~ 29.9%	軽度肥満
-19.9 ~ 19.9%	正常
-29.9 ~ -20%	やせ
-30%以下	高度やせ

2) 体力・運動能力(実技)に関する調査

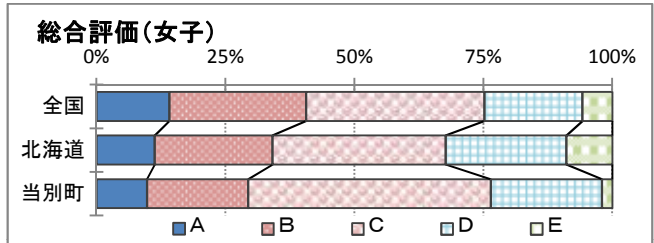
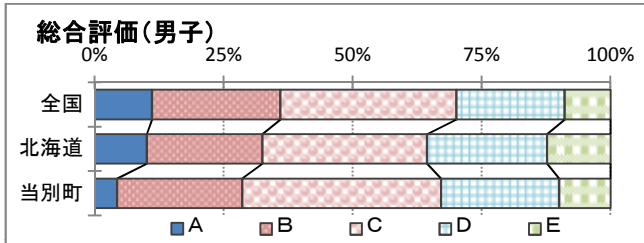
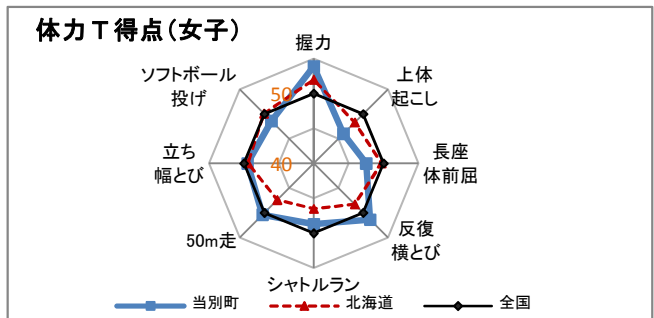
《小学校男子》 体力合計点で全国平均をわずかに下回るものの、同程度の数値を示しています。種目別には、握力、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げで全国平均を上回り、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走が若干下回ることから、筋力や敏捷性に優れているものの、柔軟性やスピード、持久力に課題があると推察されます。

《小学校女子》 体力合計点で全国平均をわずかに下回るものの、同程度の数値を示しています。種目別には、握力、反復横とび、50m走で全国平均を上回り、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げが若干下回ることから、筋力や敏捷性に優れているものの、柔軟性や持久力に課題があると推察されます。

【小学校男子】



【小学校女子】



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	16.45	50.0	19.58	50.0	33.05	50.0	41.60	50.0
北海道	17.20	52.0	19.13	49.2	32.88	49.8	40.64	48.8
当別町	17.53	52.9	16.67	45.0	31.73	48.4	42.16	50.7

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	16.05	50.0	18.42	50.0	37.44	50.0	39.55	50.0
北海道	16.79	52.0	17.51	48.3	37.19	49.7	38.31	48.3
当別町	17.51	53.9	16.31	46.0	35.36	47.5	40.51	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	51.64	50.0	9.38	50.0	151.24	50.0	22.52	50.0
北海道	46.31	47.5	9.61	47.6	150.09	49.5	23.11	50.7
当別町	50.97	49.7	9.51	48.6	151.36	50.1	22.70	50.2

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	40.69	50.0	9.62	50.0	144.77	50.0	13.77	50.0
北海道	35.03	46.5	9.83	47.4	143.57	49.4	13.80	50.1
当別町	38.58	48.7	9.59	50.4	143.83	49.5	13.12	48.6

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	53.80	50.0	11.1%	24.9%	34.1%	21.0%	8.9%
北海道	52.67	48.7	10.1%	22.4%	31.9%	23.3%	12.3%
当別町	52.79	48.9	4.3%	24.3%	38.6%	22.9%	10.0%

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	55.18	50.0	14.1%	26.5%	34.5%	19.0%	5.8%
北海道	53.56	48.1	11.3%	22.8%	33.6%	23.4%	8.9%
当別町	54.59	49.3	9.8%	19.6%	47.1%	21.6%	2.0%

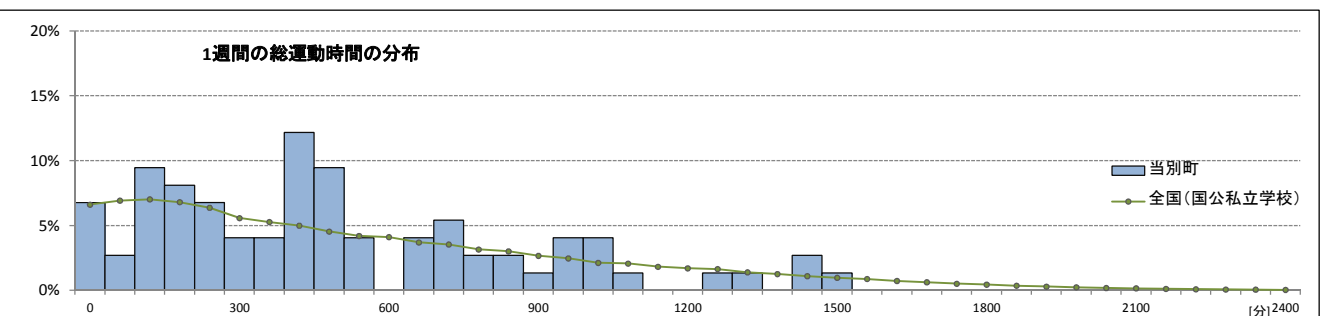
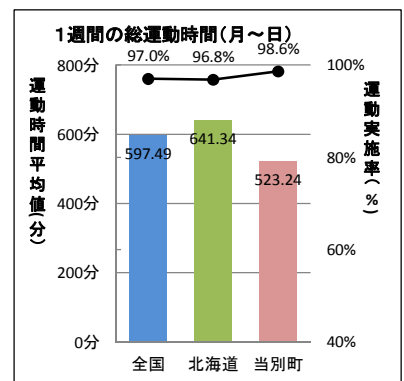
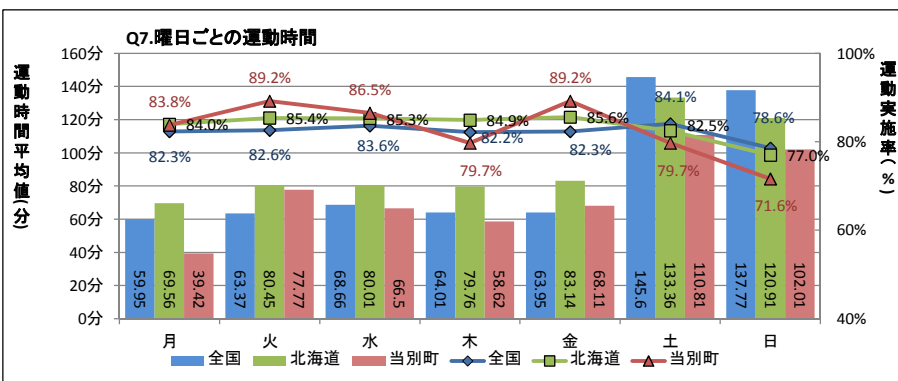
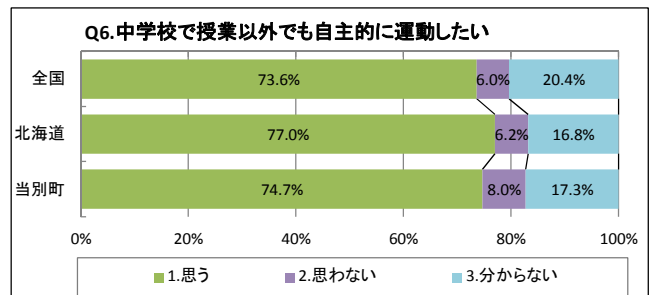
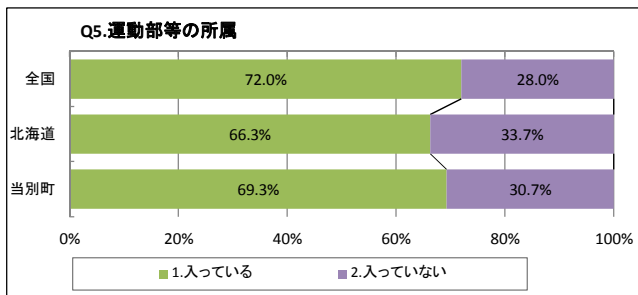
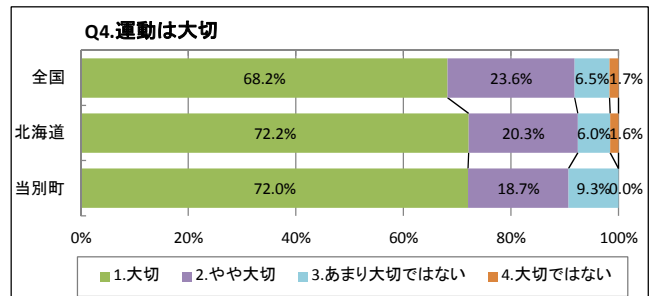
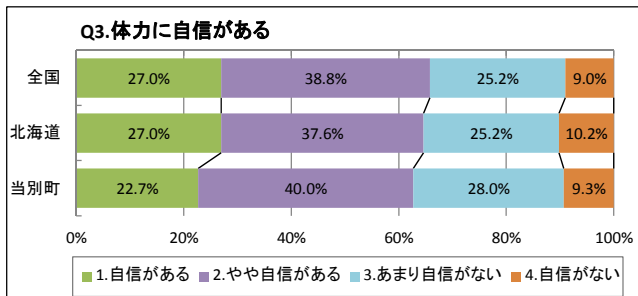
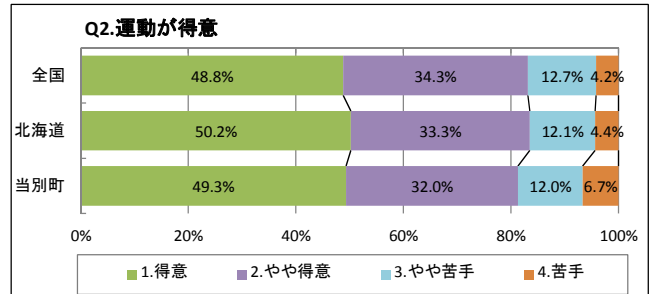
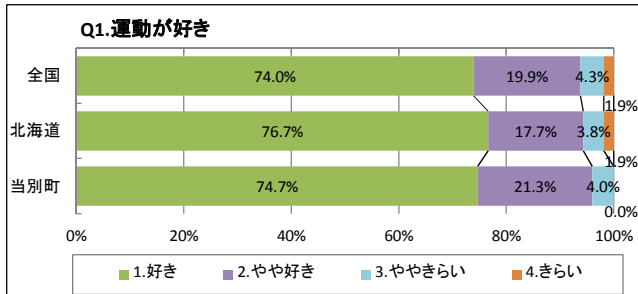
体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤ 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧ ソフトボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10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) 運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

【小学校男子】

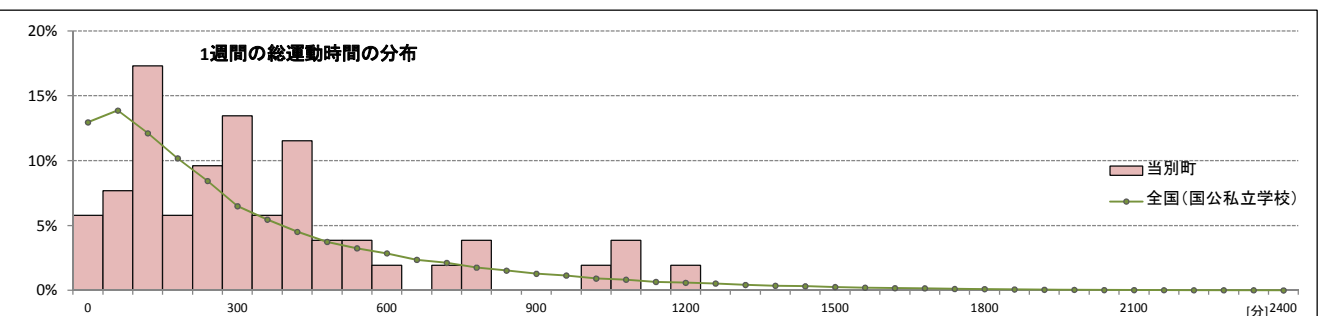
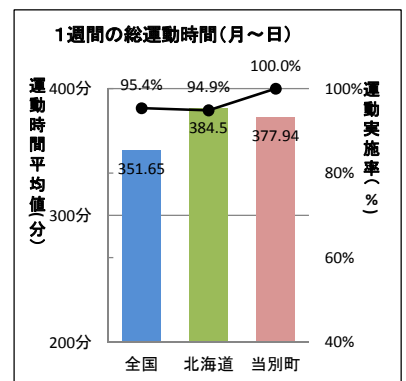
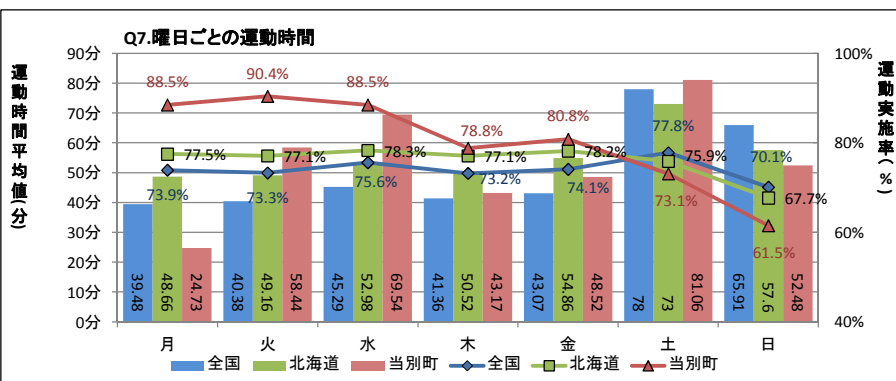
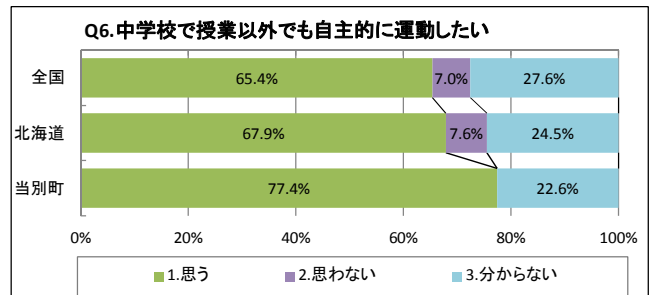
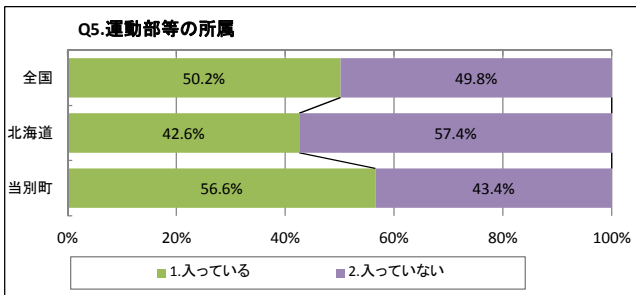
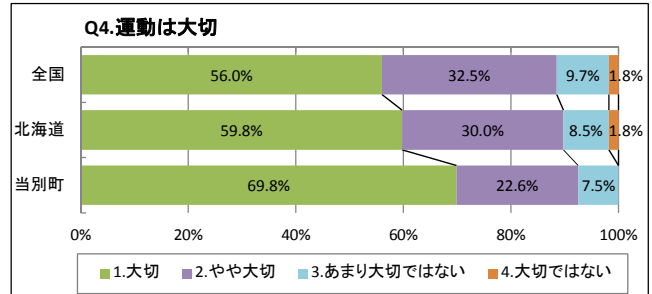
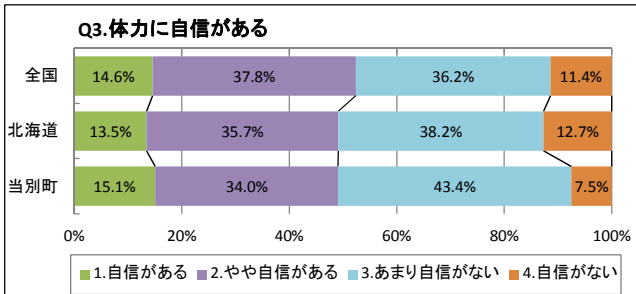
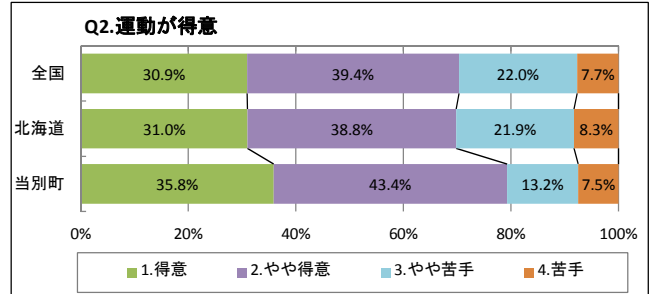
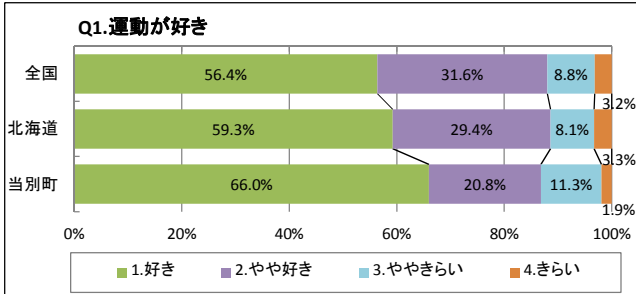
①運動に対する意識

運動が「好き」「得意」「運動は大切」と答えた児童の割合は高く、「体力に自信がある」「やや自信がある」と答えた児童も高い傾向があります。「中学校に行っても授業以外で運動したい」と答えた児童の割合が7割を超えるなど、運動やスポーツに対する意識が高いことが推察されます。1週間の運動時間は全国平均より若干少なく、土・日の運動時間や実施率も全国平均より少ない状況がみられます。



①運動に対する意識

運動が「好き」「得意」「運動は大切」と答えた児童の割合は高く、体力に「自信がある」「やや自信がある」と答えた児童は約半数になりました。「中学校に行っても授業以外で運動したい」と答えた児童の割合が8割近くで、運動やスポーツに対する意識が高いことが推察されます。1週間の運動時間は全国平均より若干多いですが、土・日の運動実施率が全国平均より若干少ない状況がみられます。



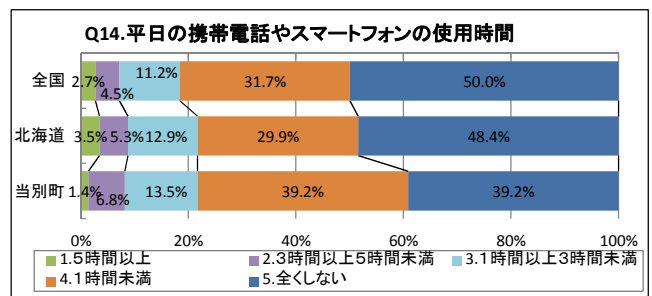
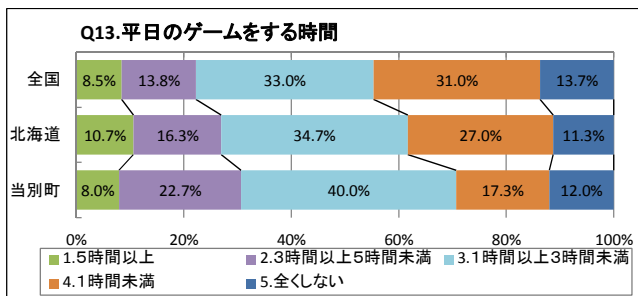
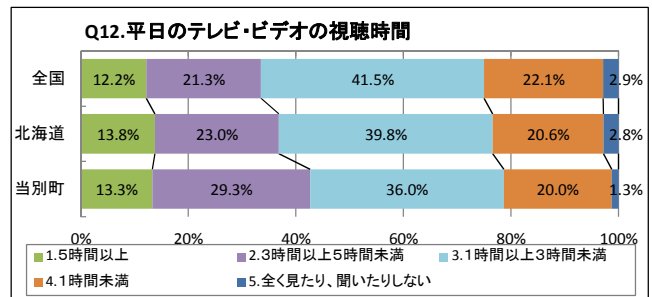
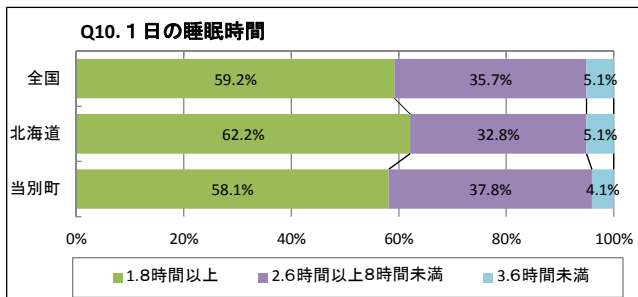
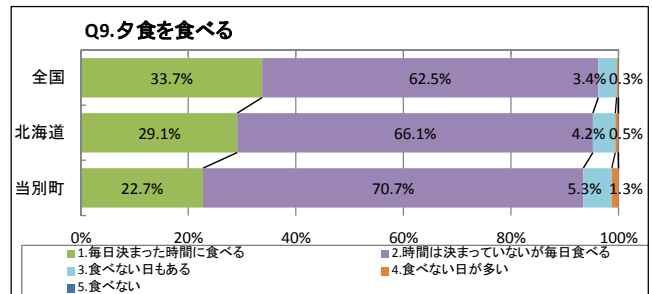
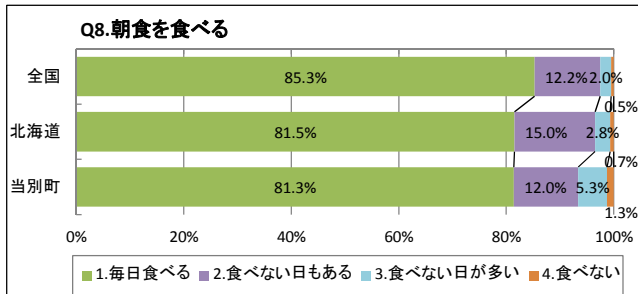
※1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。(0～59分、60～119分、120～179分……、2340～2400分)
 ※学校の体育の授業以外の運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツ活動の合計

【小学校男子】

②生活習慣

朝食を「食べない」「食べない日が多い」「食べない日もある」と答えた児童が全体の約2割を超えており、1日の睡眠時間が「8時間未満」と答えた児童の割合が約4割を超えています。食習慣の改善や睡眠時間の確保など、生活習慣の見直しが必要と考えます。

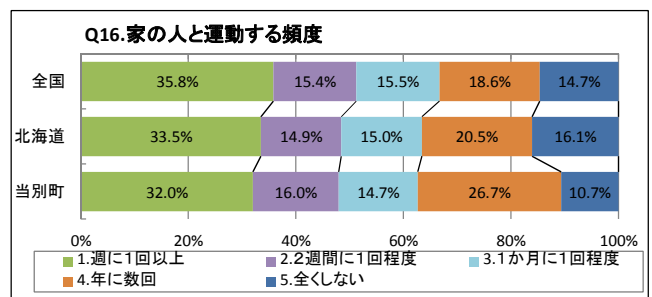
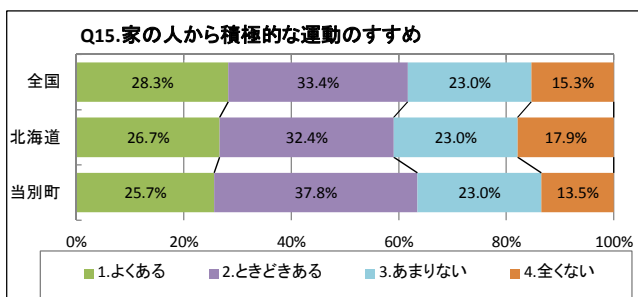
また、平日のテレビ・ビデオの視聴時間は「3時間以上」と答えた児童が4割を超え、平日のゲーム時間は「3時間以上」と答えた児童が3割を超えるなどの課題があり、睡眠時間への影響が心配されます。



③家の人との関わり

「家の人から積極的な運動のすすめ」の問いでは、「あまりない」「全くない」が4割を超え、「家の人と運動する頻度」の問いに対して、「年に数回」「全くない」を合わせて4割近くになりました。

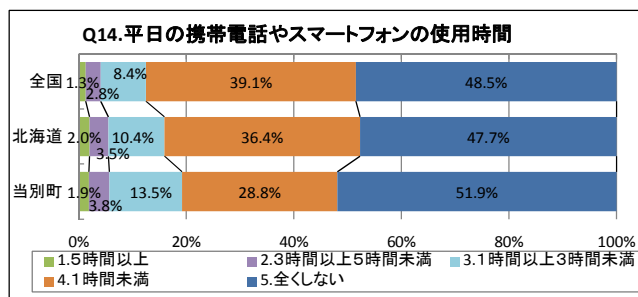
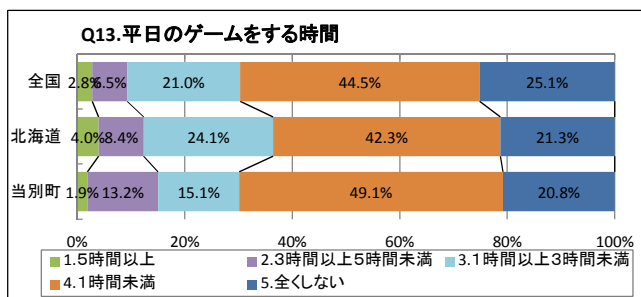
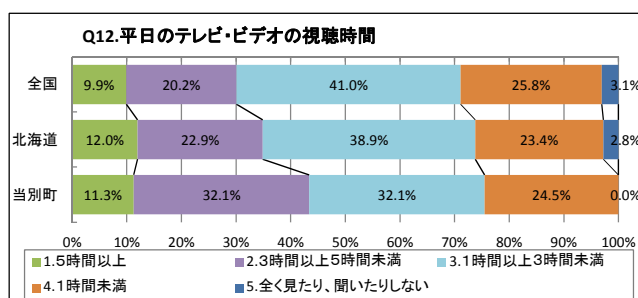
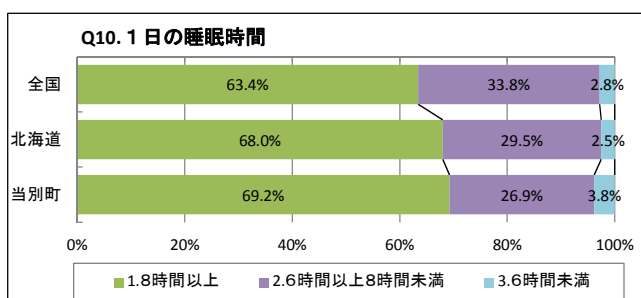
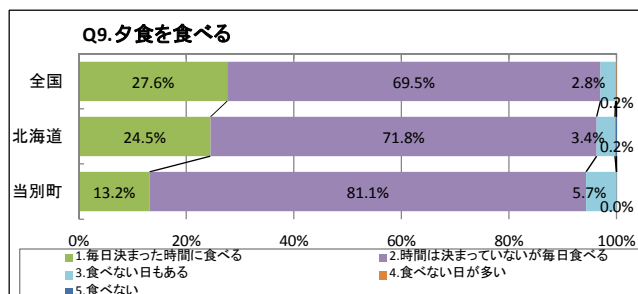
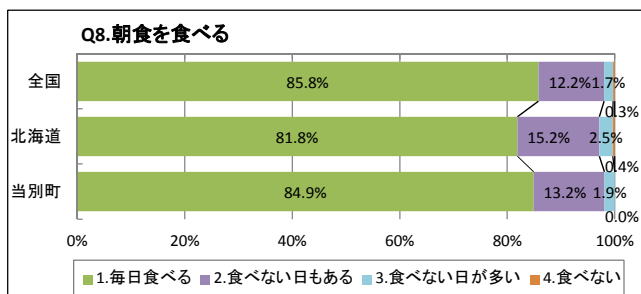
小学校高学年の成長段階では、家の人との関わりの中で、生活習慣を見直したり、運動する習慣をつけていくことが重要であると考えます。



②生活習慣

決まった時間に夕食を食べていない児童の割合が全国平均を上回り、8割を超えるています。また朝食、夕食ともに「食べない日もある」と答えた児童が多く、生活習慣の見直しが必要です。

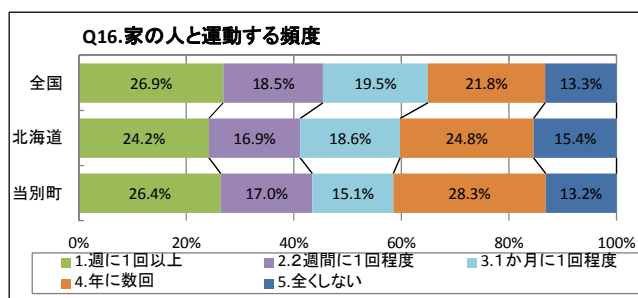
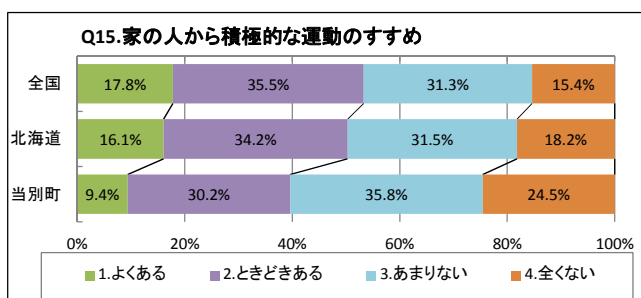
平日のテレビ・ビデオの視聴時間は、「3時間以上」と答えた児童は4割を超え、平日のゲームをする時間が「3時間以上」と答えた児童の割合が全国平均より多いことが懸念され、睡眠時間への影響が心配されます。



③家の人との関わり

「家の人から積極的な運動のすすめ」の問いでは、「あまりない」「全くない」が男子より多く、6割を超え、「家の人と運動する頻度」の問いに対して、「年に数回」「全くない」が合わせて4割を超えています。

小学校高学年の成長段階では、家の人との関わりの中で、生活習慣を見直したり、運動する習慣をつけることが重要であると考えます。



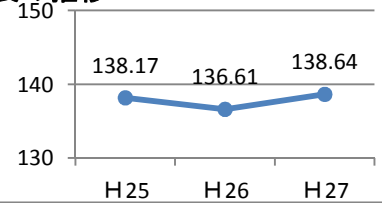
4) 経年変化

【小学校男子】

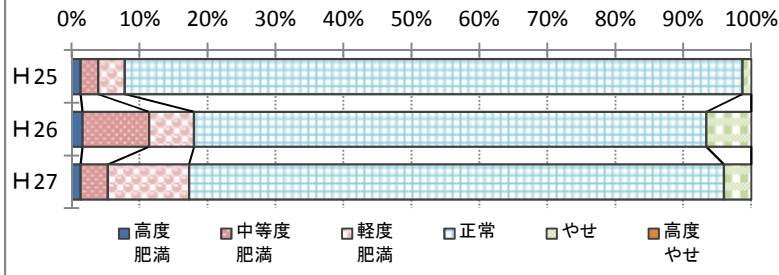
① 体格

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
H25	138.17	33.49	1.3%	2.6%	3.9%	90.9%	1.3%	0.0%
H26	136.61	33.31	1.6%	9.8%	6.6%	75.4%	6.6%	0.0%
H27	138.64	34.26	1.3%	4.0%	12.0%	78.7%	4.0%	0.0%

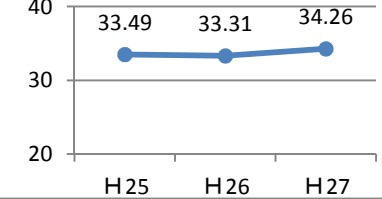
身長の推移



肥満・痩身出現率の推移



体重の推移

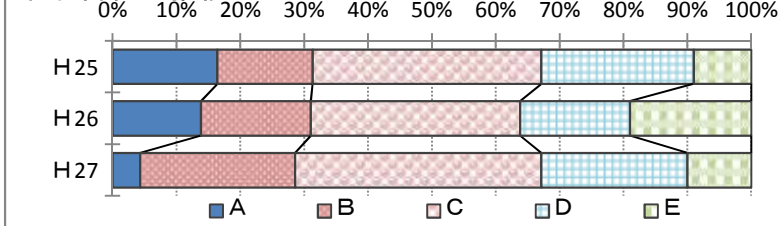


② 体力

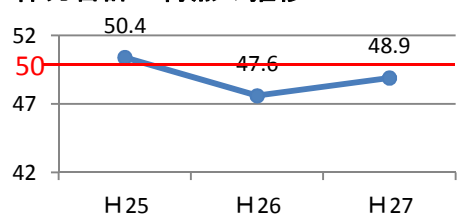
小学校 5年男子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H25	16.35	49.3	18.12	47.6	32.59	49.8	41.99	50.7	56.92	52.6	8.77	56.6	153.30	50.6
H26	16.59	50.1	16.87	45.4	33.10	50.3	41.29	49.6	41.02	44.9	9.53	48.4	145.47	47.1
H27	17.53	52.9	16.67	45.0	31.73	48.4	42.16	50.7	50.97	49.7	9.51	48.6	151.36	50.1

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
H25	25.19	52.5	54.21	50.4	16.4%	14.9%	35.8%	23.9%	9.0%
H26	23.52	50.8	51.78	47.6	13.8%	17.2%	32.8%	17.2%	19.0%
H27	22.70	50.2	52.79	48.9	4.3%	24.3%	38.6%	22.9%	10.0%

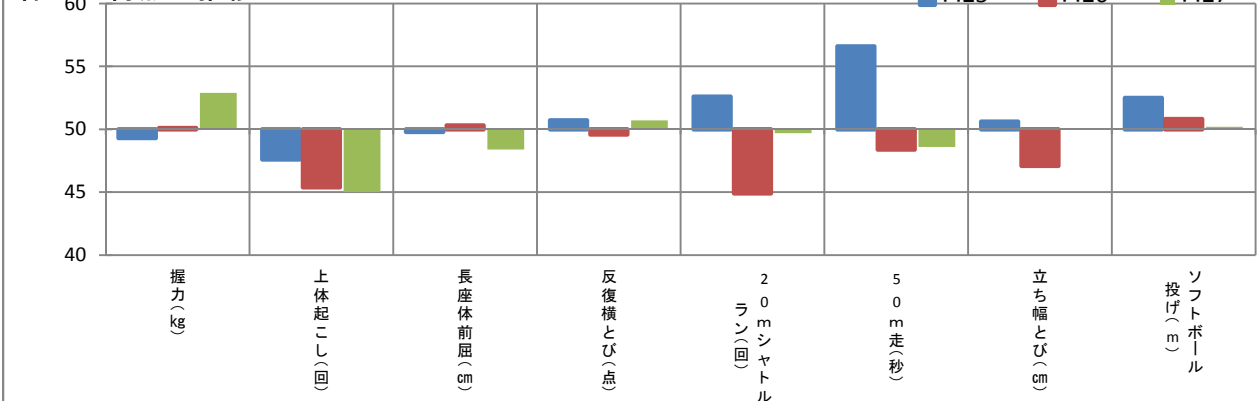
総合評価の推移



体力合計T得点の推移



体力T得点の推移

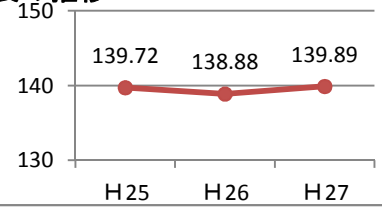


【小学校女子】

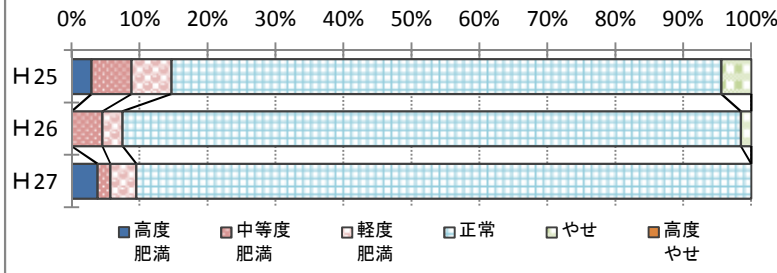
① 体格

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
H25	139.72	34.59	2.9%	5.9%	5.9%	80.9%	4.4%	0.0%
H26	138.88	33.91	0.0%	4.5%	3.0%	91.0%	1.5%	0.0%
H27	139.89	34.51	3.8%	1.9%	3.8%	90.6%	0.0%	0.0%

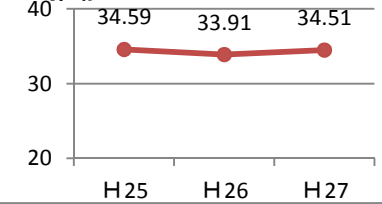
身長推移



肥満・痩身出現率の推移



体重推移

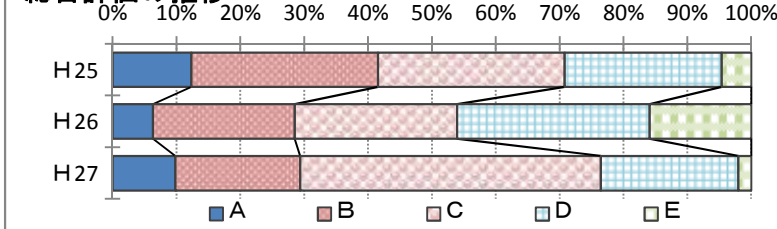


② 体力

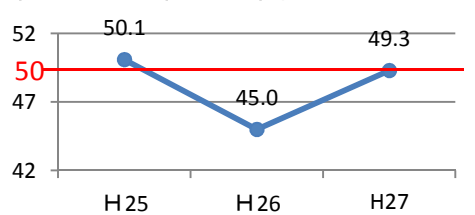
小学校 5年女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H25	15.87	49.3	15.21	44.6	37.91	51.3	37.34	47.6	40.47	50.5	9.03	57.5	142.29	48.9
H26	16.03	49.8	15.37	44.5	35.10	47.4	37.37	47.2	28.61	42.8	9.67	49.6	135.28	45.4
H27	17.51	53.9	16.31	46.0	35.36	47.5	40.51	51.4	38.58	48.7	9.59	50.4	143.83	49.5

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
H25	15.74	53.8	54.75	50.1	12.3%	29.2%	29.2%	24.6%	4.6%
H26	12.76	47.6	50.78	45.0	6.3%	22.2%	25.4%	30.2%	15.9%
H27	13.12	48.6	54.59	49.3	9.8%	19.6%	47.1%	21.6%	2.0%

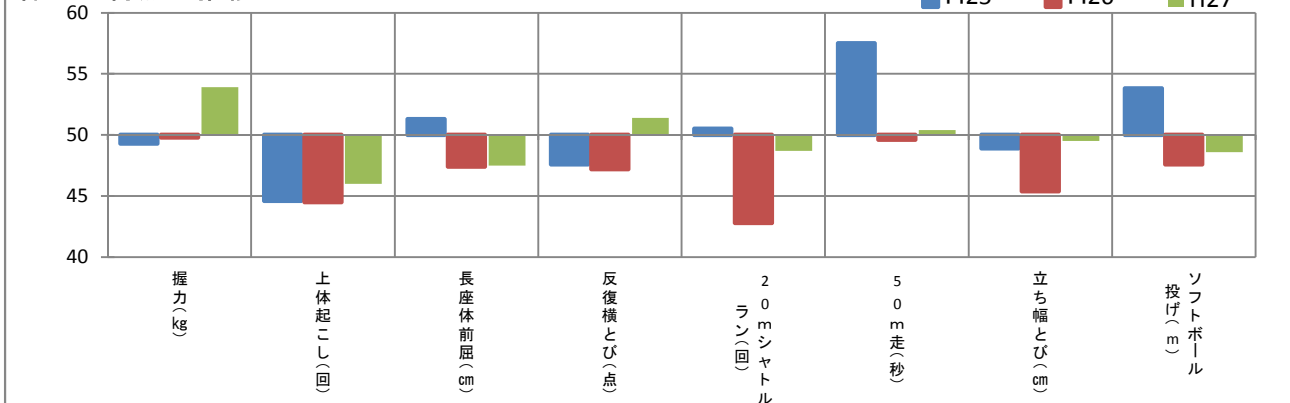
総合評価の推移



体力合計T得点の推移



体力T得点の推移



Ⅲ 中学校の分析

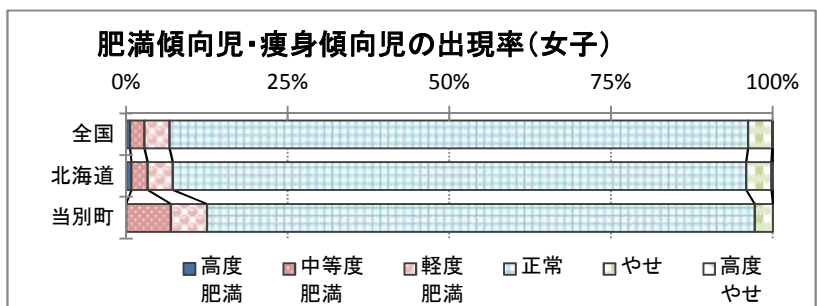
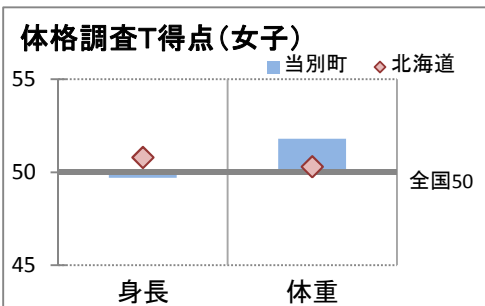
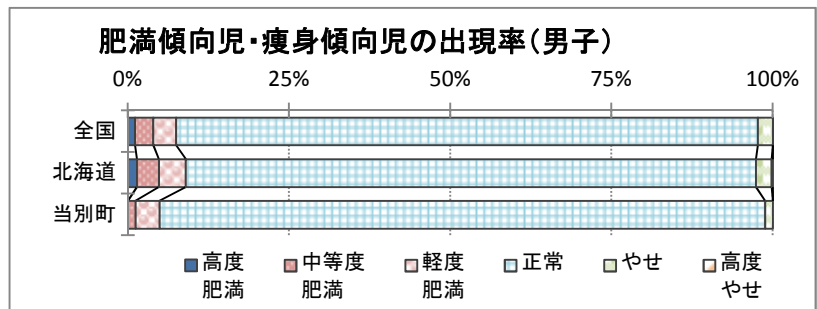
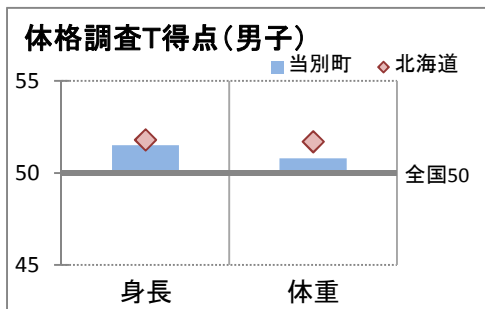
1) 体格に関する調査

《中学校男子》 身長・体重ともに全国平均よりやや上回る結果になりました。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、9割以上の生徒が正常範囲内で、軽度肥満以上の出現率も全国平均より下回る結果になりました。

《中学校女子》 身長・体重ともに全国平均と同程度の結果になりました。肥満傾向児・痩身傾向児の出現率では、軽度肥満・中度肥満の出現率が高く、やや肥満の傾向がみられます。

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	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	159.73	50.0	48.47	50.0	1.1%	2.8%	3.6%	90.2%	2.2%	0.1%
北海道	161.15	51.8	50.04	51.7	1.4%	3.4%	4.2%	88.4%	2.4%	0.2%
当別町	160.86	51.5	49.20	50.8	0.0%	1.2%	3.7%	93.8%	1.2%	0.0%

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	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	154.83	50.0	46.75	50.0	0.6%	2.2%	3.9%	89.5%	3.7%	0.1%
北海道	155.26	50.8	46.95	50.3	0.8%	2.5%	3.9%	88.7%	3.9%	0.2%
当別町	154.69	49.7	48.07	51.8	0.0%	6.9%	5.6%	84.7%	2.8%	0.0%



用語	解説
標本数	平均値、標準偏差、T得点を算出した人数
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」
標準偏差	調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。 平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る。 「標準偏差=分散の平方根、分散=偏差平方和/(標本数-1)、 偏差平方和=偏差の平方の総和、偏差=調査結果-平均値」

<標準体重と肥満度判定>

標準体重 = a × 身長(cm) - b				
肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 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

「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

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

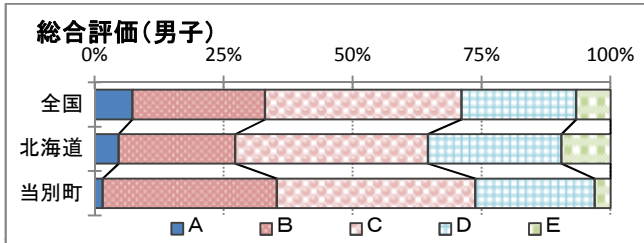
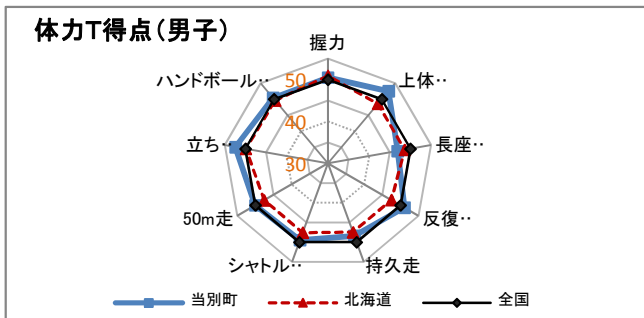
* 全国・北海道の値は、公立校を対象としたものです。

2) 体力・運動能力(実技)に関する調査

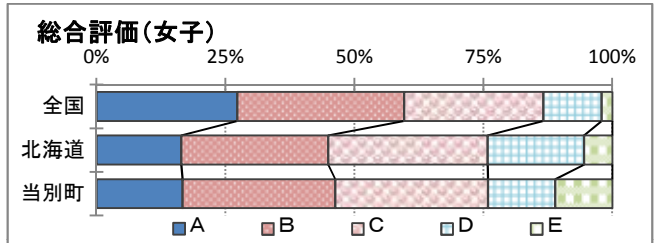
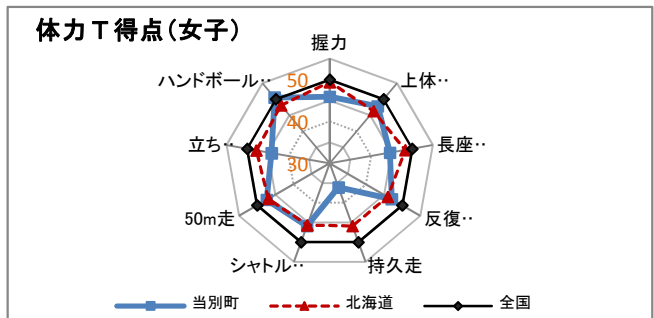
《中学校男子》 全国平均を超える種目が多く、体力合計点は2年連続全国平均を上回るなど、全国と比べて遜色ない状況です。種目別には握力、上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ハンドボール投げで全国平均を上回り、長座体前屈、持久走、20mシャトルランで全国平均を下回ることから、筋力や敏捷性、スピードに優れ、持久力、柔軟性に課題があると推察されます。

《中学校女子》 9種目中8種目で全国平均を下回りました。体力合計点でも4ポイント以上の差があるなど、全体として体力・運動能力が低いことが推察されます。種目別には握力、長座体前屈、持久走、立ち幅とびで全国平均及び昨年度より差が開き、総合評価でもEランクが多いです。筋力、柔軟性、持久力など、全般的な強化が必要です。

【中学校男子】



【中学校女子】



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	28.93	50.0	27.43	50.0	43.08	50.0	51.62	50.0
北海道	29.59	50.9	26.55	48.6	41.62	48.6	49.66	47.5
当別町	29.31	50.5	28.92	52.5	39.85	46.9	52.48	51.1

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	23.68	50.0	23.26	50.0	45.53	50.0	46.09	50.0
北海道	23.40	49.4	21.14	46.3	43.87	48.3	43.41	46.0
当別町	21.80	45.9	21.99	47.8	40.27	44.6	44.15	47.1

男子	持久走(秒)		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
全国	392.63	50.0	85.56	50.0	8.01	50.0	194.05	50.0
北海道	408.33	47.5	79.77	47.6	8.21	47.6	193.75	49.9
当別町	402.94	48.4	84.32	49.5	8.01	50.0	200.60	52.4

女子	持久走(秒)		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
全国	290.03	50.0	58.06	50.0	8.84	50.0	167.28	50.0
北海道	308.22	45.9	49.46	45.7	9.09	46.9	161.77	47.8
当別町	351.74	36.1	49.71	45.9	9.05	47.4	152.81	44.1

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
全国	20.65	50.0	41.89	50.0	7.3%	25.7%	38.1%	22.2%	6.7%
北海道	20.44	49.6	40.10	48.2	4.6%	22.6%	37.3%	25.9%	9.5%
当別町	20.87	50.4	42.63	50.7	1.5%	33.8%	38.5%	23.1%	3.1%

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
全国	12.83	50.0	49.08	50.0	27.3%	32.3%	27.0%	11.3%	2.1%
北海道	12.07	48.1	44.83	46.1	16.4%	28.5%	30.9%	18.7%	5.5%
当別町	13.02	50.5	44.31	45.6	16.7%	29.6%	29.6%	13.0%	11.1%

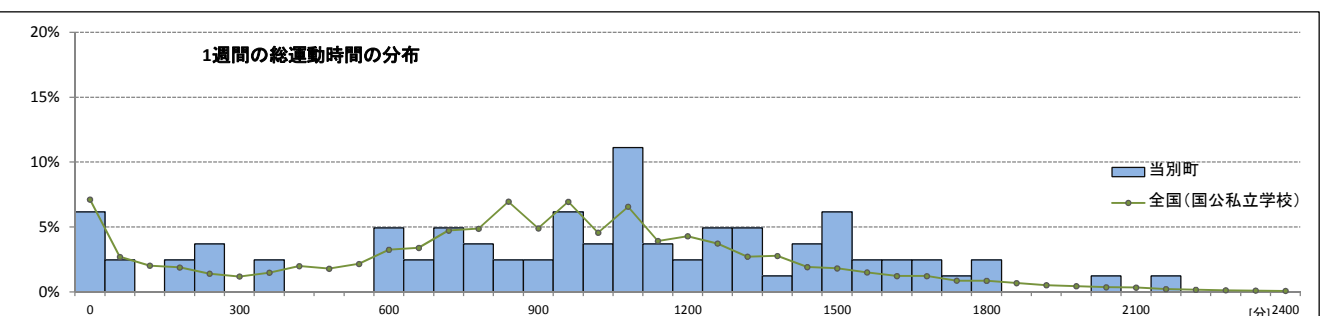
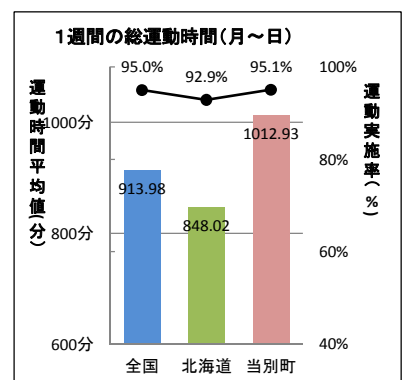
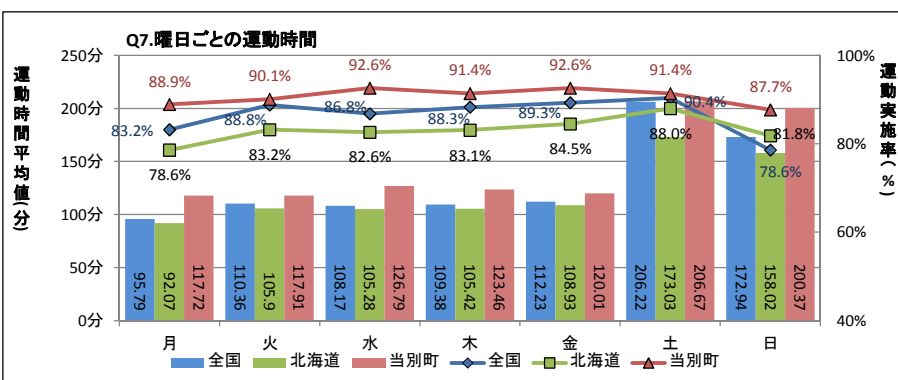
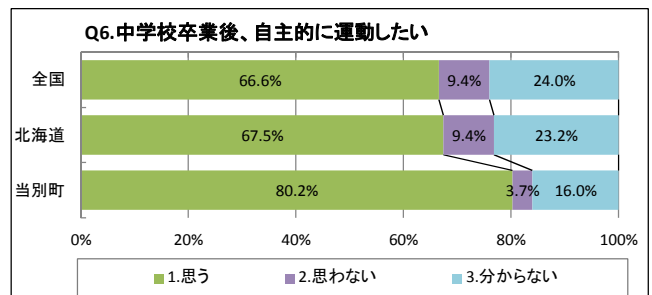
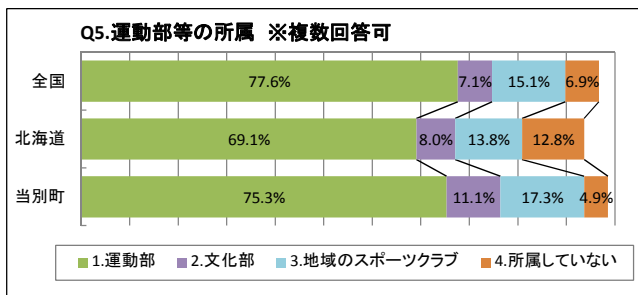
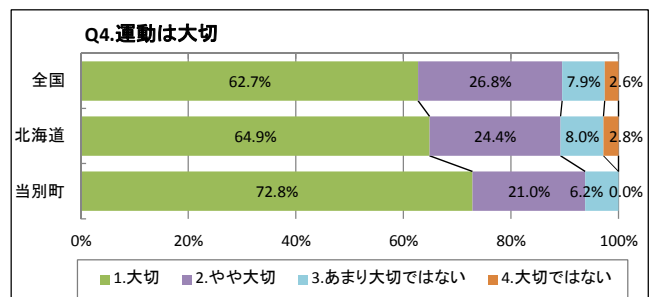
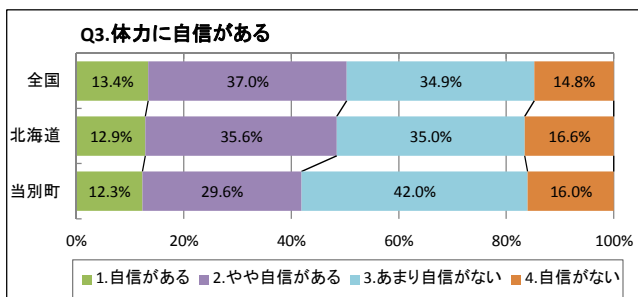
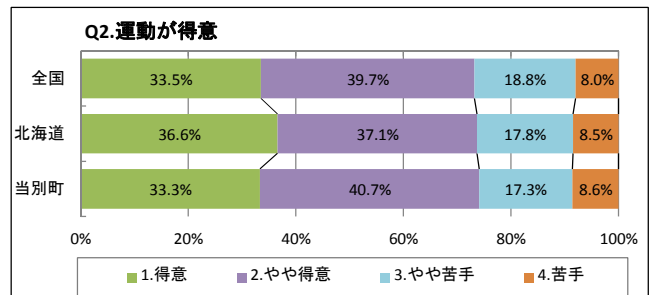
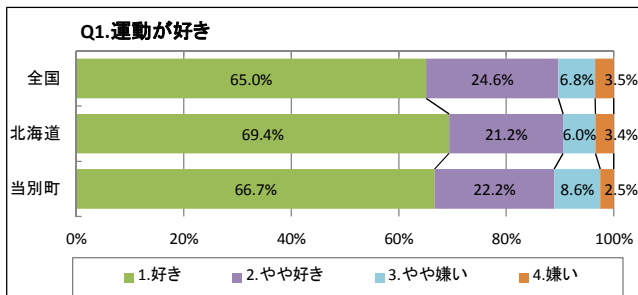
体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤-1 持久走	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m、女子1000mの走行時間
⑤-2 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧ ハンドボール投げ	m	巧緻性・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) 運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

【中学校男子】

①運動に対する意識

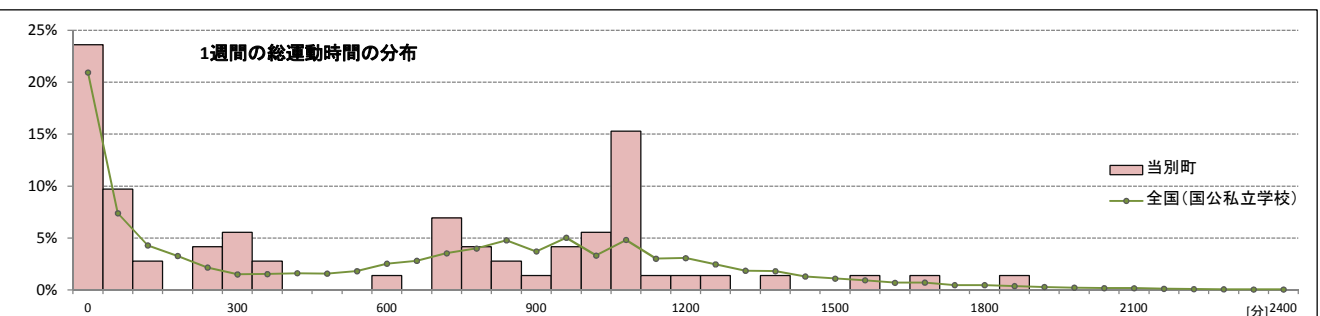
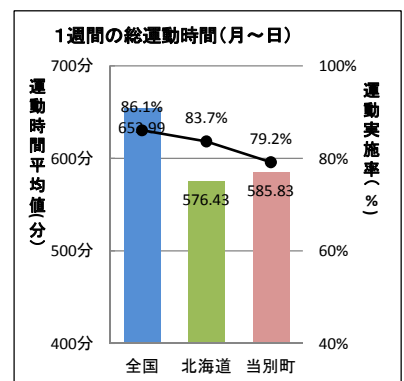
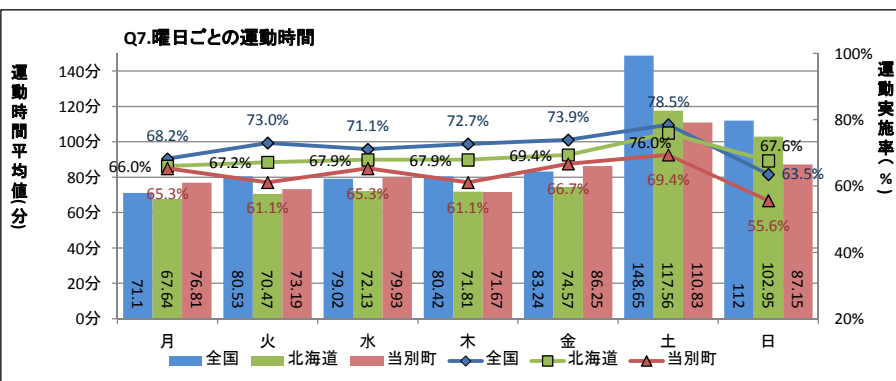
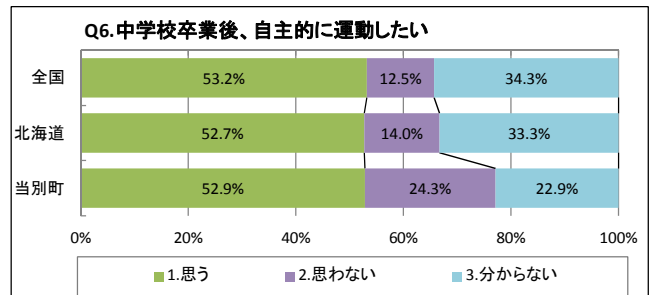
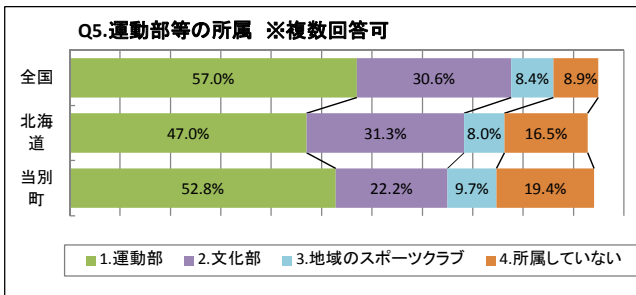
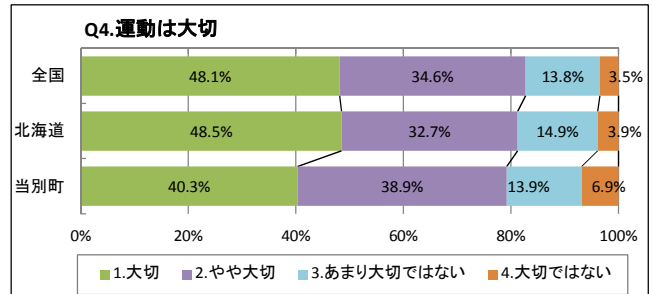
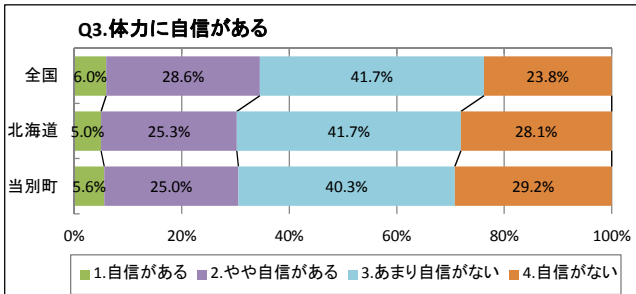
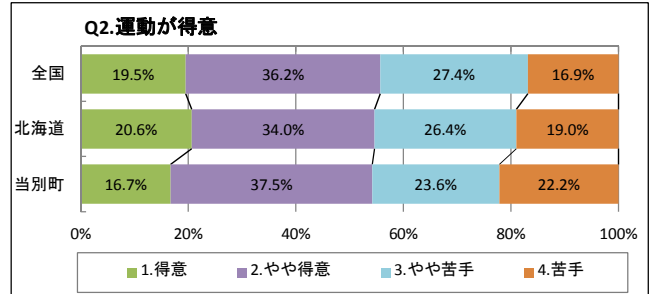
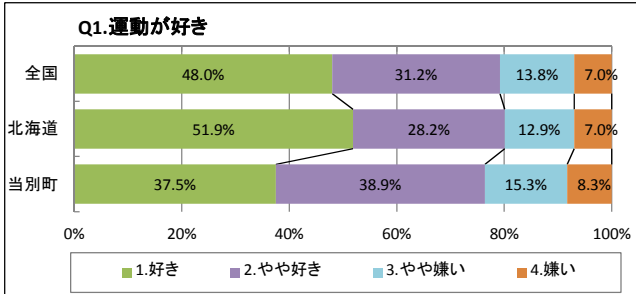
運動が「好き」「得意」「運動は大切」と肯定的に答えた生徒の割合は高く、1週間の運動時間や実施率でも、すべての曜日で全国平均を上回るなど、運動に対する積極性が窺えます。運動部や地域のスポーツクラブに所属している割合が高く、「卒業後も自主的に運動したい」と答えた生徒が8割を超えるなど、運動やスポーツに対する意識が高いことが窺えます。しかし、6割近くの生徒が体力に「自信がない」「あまり自信がない」と答えており、消極的な一面も窺えます。



※1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。(0～59分、60～119分、120～179分……、2340～2400分)
 ※学校の体育の授業以外の運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツ活動の合計

①運動に対する意識

7割以上の生徒が運動が「好き」「やや好き」と答え、5割以上の生徒が運動が「得意」「やや得意」と答えています。また、約8割の生徒が運動は「大切」「やや大切」と答えています。体力に「自信がない」「あまり自信がない」と答えた生徒が約7割の結果になり、1週間の運動実施率は、全ての曜日で全国を下回り、1週間に何も運動しない生徒が2割を超えています。「運動部等の所属」も約半数にとどまり、「中学校卒業後、自主的に運動をしたい」の問いには、24.3%の生徒が「思わない」と回答しています。運動の楽しさや、健康を維持するために適度な運動が必要であることの意識改善が必要と思われます。

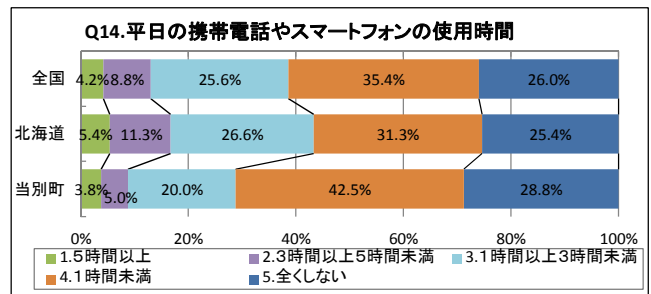
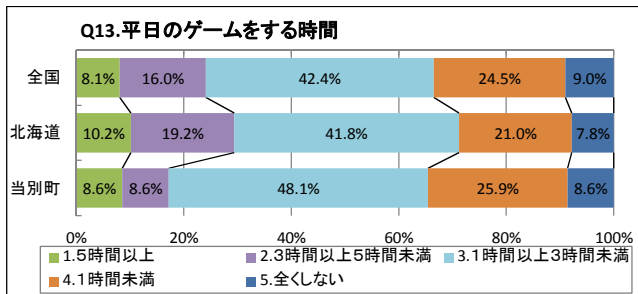
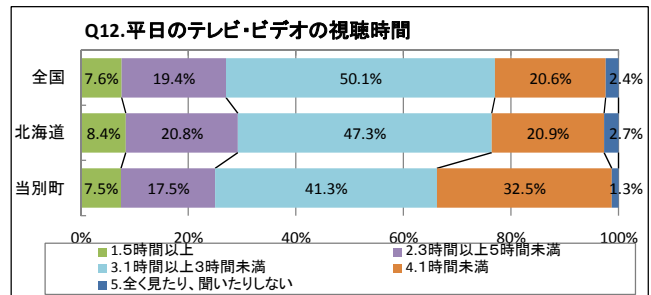
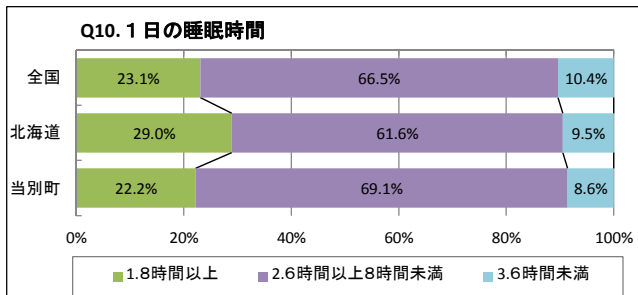
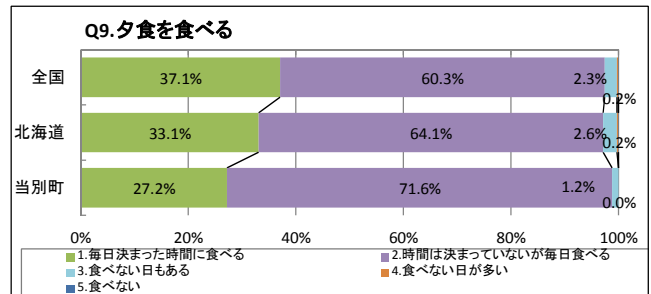
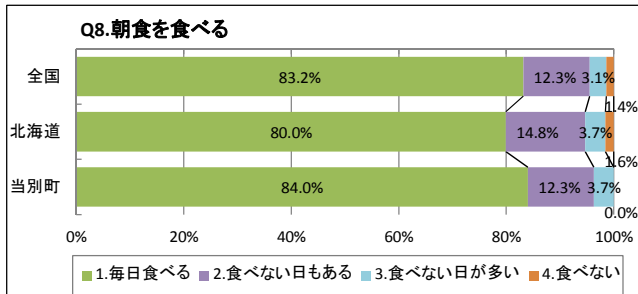


【中学校男子】

②生活習慣

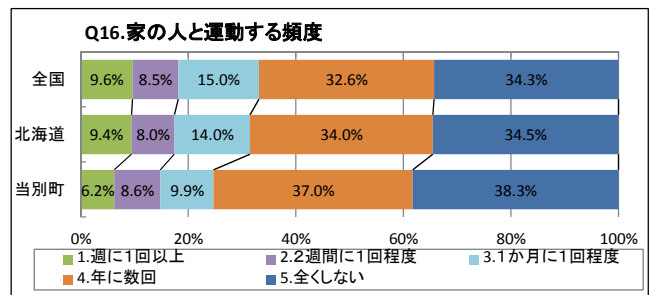
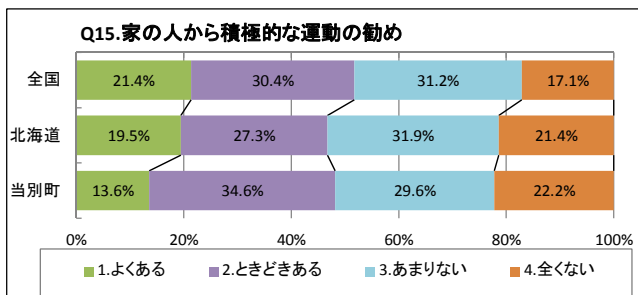
朝食・夕食を「食べない」と答えた生徒は0%であり、また「食べない日もある」「食べない日が多い」と答えた生徒がそれぞれ16%、1.2%で、小学生や中学生女子に比べて低い結果になりました。全国平均と比べても低く、中学生になり、食生活が改善されていることが窺えます。

平日のテレビ・ビデオの視聴時間は、「3時間以上」が2割程度で、平日のゲーム時間では、「3時間以上」が2割弱で、小学生より少ない結果になり、その分を運動時間や家庭学習への時間に充てられているものと推察されます。



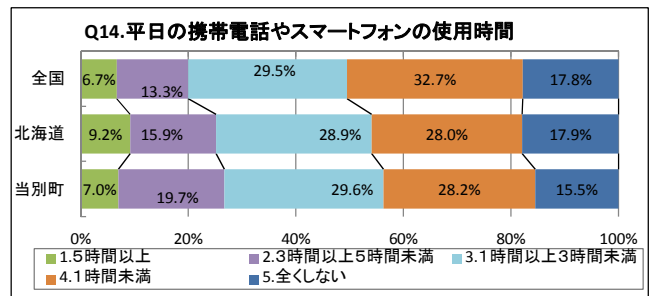
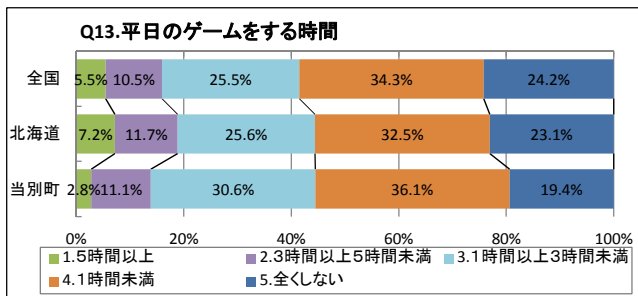
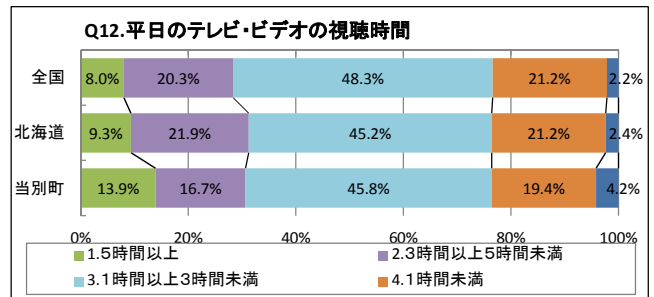
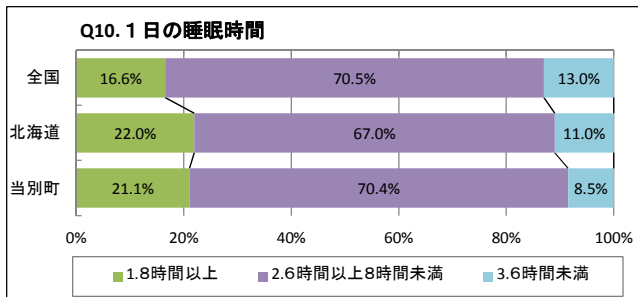
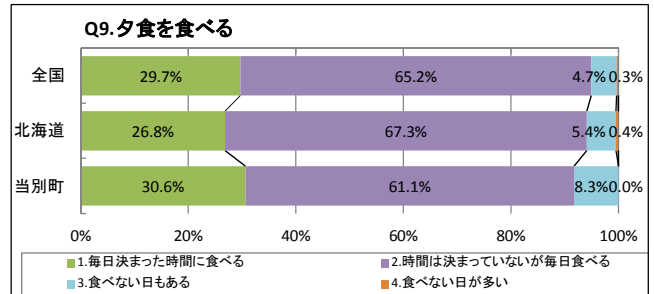
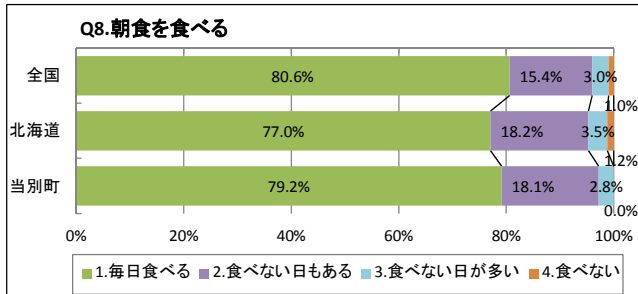
③家の人との関わり

「家の人から積極的な運動の勧め」の問いでは、「ある」「ない」での回答が半々でした。「家の人と一緒に運動する頻度」の問いでは、「1週間に1回以上」と回答した生徒が6.2%と小学生の32.0%と比べて激減し、「全くしない」と回答した生徒は38.3%で、小学生の10.7%に比べて4倍近く増えています。中学生の生活実態変化や、身体的・精神的な成長などから、運動に対する家の人との関わり方が変容していることが窺えます。



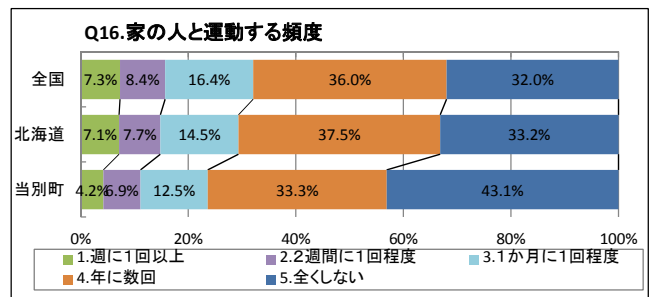
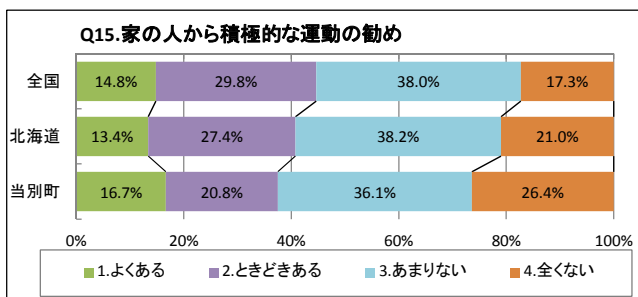
②生活習慣

約2割の生徒が、朝食を「食べない日が多い」「食べない日もある」と答えています。平日のテレビ・ビデオの視聴時間は、「3時間以上」と答えた生徒が3割を超え、男子より多い結果になりました。また、平日の携帯電話やスマートフォンの使用時間が「3時間以上」と答えた生徒の割合が26.7%で、男子生徒（8.8%）の約3倍になり、食生活の改善や生活習慣の改善が必要と考えられます。



③家の人との関わり

「家の人から積極的な運動の勧め」の問いでは、「あまりない」「全くない」と答えた生徒が6割を超え、全国平均より多い結果になりました。また「家の人と一緒に運動する頻度」の問いでは、「年に数回」「全くない」と回答した生徒が7割を超えています。中学生の生活実態変化や、身体的また精神的な成長などから、運動に対する家の人との関わり方が変容していることが窺えます。

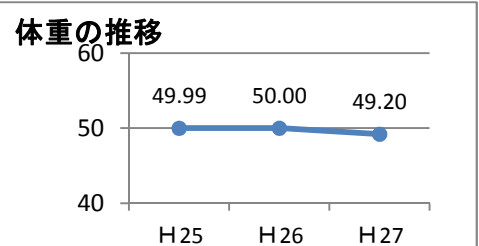
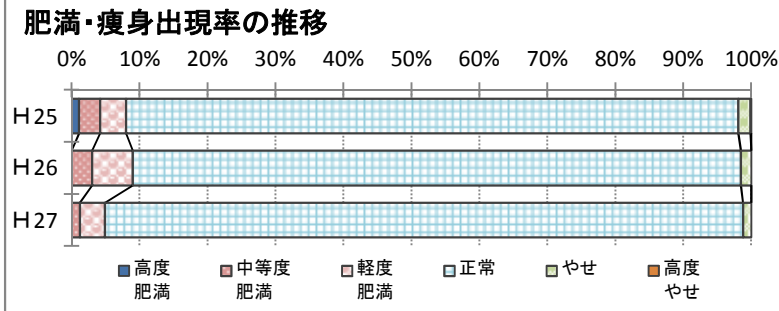
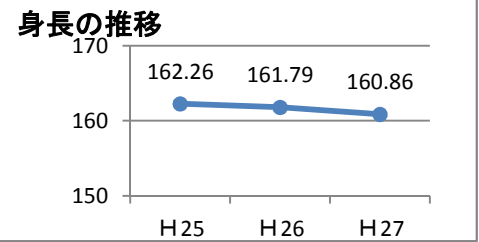


4) 経年変化

【中学校男子】

① 体格

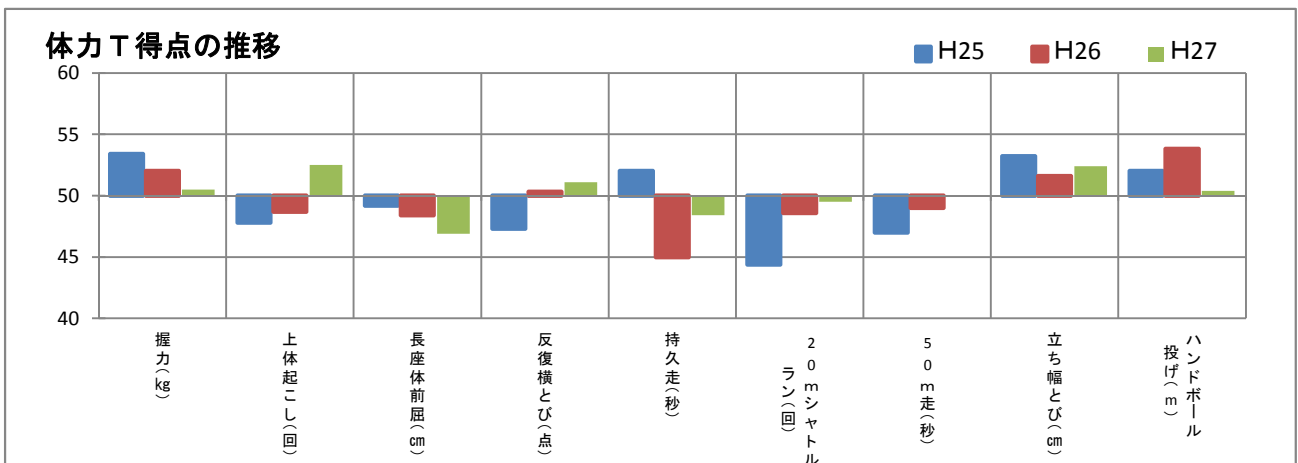
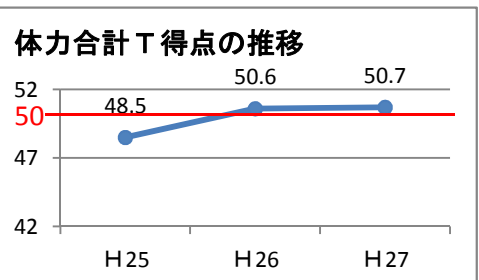
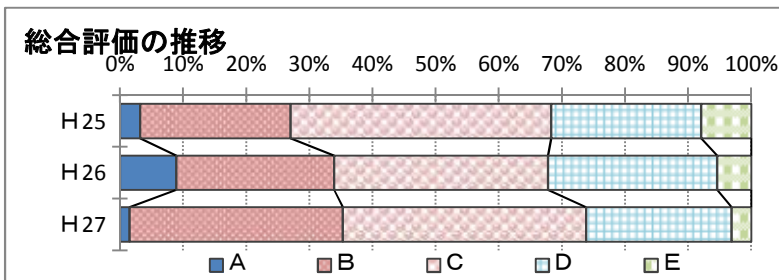
中学校 2年男子	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	平均値	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H25	162.26	49.99	1.1%	3.1%	3.8%	90.2%	1.8%	0.1%
H26	161.79	50.00	0.0%	3.0%	6.0%	89.6%	1.5%	0.0%
H27	160.86	49.20	0.0%	1.2%	3.7%	93.8%	1.2%	0.0%



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)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)	
	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
H25	31.62	53.4	26.27	47.8	42.28	49.2	48.96	47.3	381.00	52.0	71.57	44.4	8.29	47.0
H26	30.40	52.0	26.66	48.7	41.23	48.4	51.56	50.3	424.25	45.0	82.00	48.6	8.11	49.0
H27	29.31	50.5	28.92	52.5	39.85	46.9	52.48	51.1	402.94	48.4	84.32	49.5	8.01	50.0

中学校 2年男子	立ち幅とび(cm)		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	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H25	202.43	53.2	22.13	52.0	40.29	48.5	3.2%	23.8%	41.3%	23.8%	7.9%
H26	197.95	51.6	22.98	53.8	42.34	50.6	8.9%	25.0%	33.9%	26.8%	5.4%
H27	200.60	52.4	20.87	50.4	42.63	50.7	1.5%	33.8%	38.5%	23.1%	3.1%

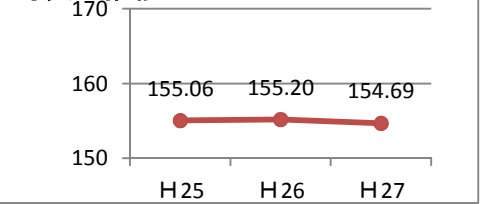


【中学校女子】

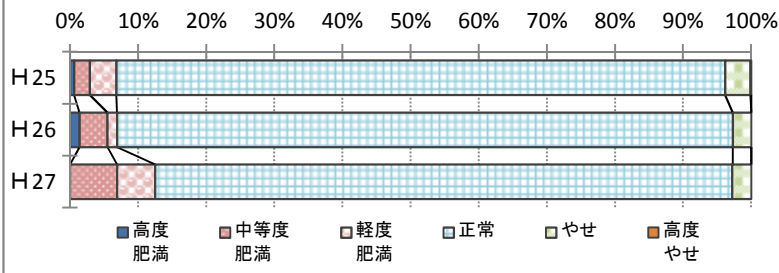
① 体格

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
H25	155.06	46.58	0.6%	2.3%	3.9%	89.3%	3.7%	0.1%
H26	155.20	46.95	1.4%	4.1%	1.4%	90.5%	2.7%	0.0%
H27	154.69	48.07	0.0%	6.9%	5.6%	84.7%	2.8%	0.0%

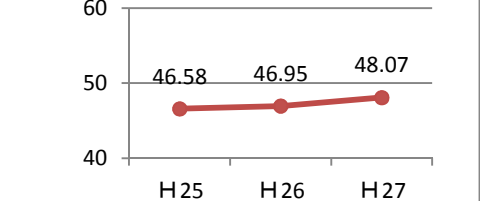
身長推移



肥満・痩身出現率の推移



体重推移

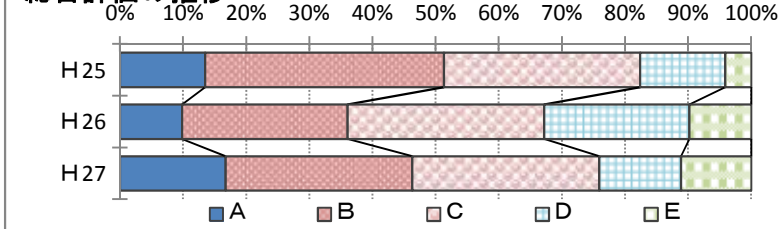


② 体力

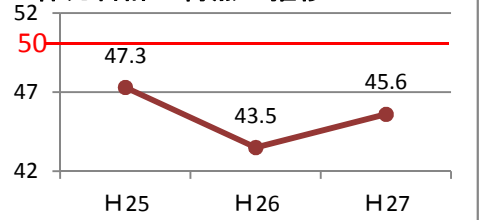
中学校 2年女子	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)	
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
H25	23.95	50.4	21.75	47.8	42.15	46.9	43.16	46.8	314.38	45.2	41.96	42.5	9.20	46.0
H26	22.59	47.6	19.34	43.5	42.93	47.6	43.69	47.1	316.00	44.3	46.48	44.4	9.37	43.8
H27	21.80	45.9	21.99	47.8	40.27	44.6	44.15	47.1	351.74	36.1	49.71	45.9	9.05	47.4

中学校 2年女子	立ち幅とび(cm)		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	平均値	T得点	A	B	C	D	E
H25	165.93	49.9	13.95	52.4	45.49	47.3	13.5%	37.8%	31.1%	13.5%	4.1%
H26	160.92	47.7	11.56	46.8	41.54	43.5	9.8%	26.2%	31.1%	23.0%	9.8%
H27	152.81	44.1	13.02	50.5	44.31	45.6	16.7%	29.6%	29.6%	13.0%	11.1%

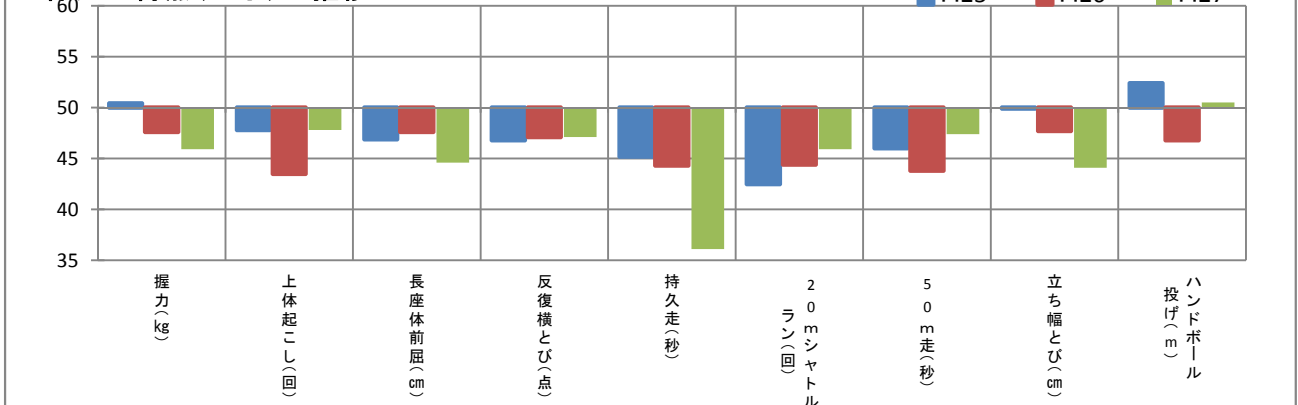
総合評価の推移



体力合計T得点の推移



体力T得点(女子)の推移



IV 今年度の傾向と今後の対策について

1) 今年度の傾向と今後の対策について

【小学生】

今回の調査では、体力・運動能力（実技）の平均点から見れば男女ともに全国とほぼ同水準になりました。1校1実践や体育授業での取り組みの成果と思われれます。この結果を維持発展させていくためには、学校や地域など全体で取り組みを継続していくことが必要と考えます。学校や教育委員会、地域や関係機関が共通理解のもとで行うことが何より大切であり、現在の方向性を維持し、体力・運動能力の向上に努めてまいります。

また、「運動が好き」と答えた児童の割合が高く、小学校段階で運動嫌いをつくらない指導が功を奏したものと推察されます。小学校段階では、全身に偏りのない強化という観点から、一人ひとりの結果を見て、個別に対策を立てることが重要であり、小学校高学年という成長段階では、家の人とのかかわりの中で、生活習慣の見直しや、運動する習慣をつけていくことが必要となってきます。そのためには、保護者の理解と協力がとても大切であると考えています。規則正しい食生活や生活習慣の確立に向けた取り組みを進めてまいります。

当別町の児童については、「1日1時間」と言われているゲームの時間が、依然として長い傾向にあり、家庭学習や運動の機会を減らす大きな要因になっているものと推察されます。家庭での決まりごとをしっかりと守ることなど、保護者に対する児童生徒の運動習慣の改善に向けた啓発、地域スポーツイベントへの積極的な参加を促すなどの取り組みを充実する必要があります。

【中学生】

中学校男子は、全国平均を超える種目が多く、合計点でも全国を上回る結果になりました。特に、筋力や敏捷性で、高い数値を示しており、1校1実践や体育授業、部活動（運動部の所属率75%以上）の活性化など、学校全体の取り組みの成果の表れと推察されます。今後も、この傾向を維持し、継続した取組みを実施していきます。

一方、中学校女子は、依然として、全道、全国平均との隔たりがある状況が続く結果になりました。質問紙調査の結果からも、「運動時間が不足していること」、「運動部系部活動への加入が少ないこと」、「テレビやスマートフォンの使用時間が長いこと」などが大きな要因であると考えられます。「運動は大切」と考えている生徒が多くいることから、その意識を行動に移すように促す指導が重要です。男子に比べて身体的また精神的な成長により、運動に対する意識の変化が顕著に表れていることから、学校改善プランに位置付けるなど、保護者の理解と協力のもと、体力向上に向けた取り組みを進める必要があると考えます。

2) 当別町の体力向上策

- ◎ 全学年で新体力テストを活用し、学年・学級単位で結果分析を行い、学校全体で弱点を解消する体力づくりの取組
- ◎ 体力の実態を踏まえ、体育指導の工夫改善を図り、数値目標を設定した体育授業の取組
- ◎ 1校1実践による体力向上への取組
- ◎ スポーツ推進委員や学校支援地域本部等によるスポーツ指導支援
- ◎ 運動の楽しさを学ぶ「コーディネーショントレーニング」等の拡充
- ◎ 運動やスポーツに対する意識が高い実態を踏まえ、保護者に対する児童生徒の運動習慣の改善に向けた啓発、地域スポーツイベントへの積極的な参加を促す

