

「平成 27 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について

安曇野市体力向上推進委員会

全国体力・運動能力、運動習慣等調査が昨年 4 月から 7 月にかけて、全国の小学校 5 年生と中学校 2 年生を対象に行われ、市内の小学校 10 校、中学校 7 校も参加しました。その結果がスポーツ庁より送付されましたのでお知らせします。

本年度は昨年度までの「体力向上検討委員会」に新たに安曇野市子ども支援課（保育園担当部署）が加わり「体力向上推進委員会」として、幼児・児童・生徒の体力向上・運動習慣の改善等の取り組みをしてまいりました。調査結果の分析に併せ、委員の体力向上に向けた取り組みの事例をお知らせいたします。

尚、この調査により測定できるのは体力等の特定の一部であることや学校教育活動の一側面であることを踏まえ、数値の公表については序列化や過度な競争が生じないように本調査の実施要領に沿って行うとともに、全国・県との比較を◎高い、○僅かに高い、□ほぼ同じ、▽僅かに低い、▼低い等と表しました。

I 調査の概要

- 1 調査主体 スポーツ庁
- 2 調査期間 平成 27 年 4 月から 7 月末までの期間
- 3 対象学年（悉皆調査）
小学校第 5 学年、特別支援学校小学部 5 学年
中学校第 2 学年、特別支援学校中学部 2 学年

4 調査内容

(1) 児童生徒に対する調査

①実技に関する調査

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 1500m、女子 1000m）または 20mシャトルラン、
50m走、立ち幅とび、ハードボール投げ

②質問紙調査

運動習慣に関する質問紙調査

(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

II 調査結果

結果については、下表の基準により全国の平均値や回答率と比べた時、安曇野市の結果がどれくらいの位置にあるかを、次のように表記しています。

※Tスコア：全国平均値 50 点に対する相対的な位置。記号は本会独自のものです。

Tスコア（点）	割合（％）	表 記	独自の記号
0.5 点未満の差	1％未満	ほとんど差が見られない・ほぼ同じ	□
0.5～1 点未満	1～2％	僅かに（高かった・高い・上回った）	○
		僅かに（低かった・高い・下回った）	▽
1 点以上	2％以上	高かった・高い・上回った	◎
		かった・低い・下回った	▼

1 【体格】

(1) 小学校 男子は身長・体重ともに全国を下回り、県を僅かに下回りました。女子は身長・体重とも全国、県を下回りました。肥満傾向児の出現は男女とも全国・県より少なく、痩身傾向児の出現率は全国・県とほぼ同じでした。男子89.0%、女子92.1%が正常範囲内でした。

(2) 中学校 男子の身長が全国に比べ僅かに低く、県とはほぼ同じでした。男子の体重、女子の身長・体重は全国・県とほぼ同じでした。肥満傾向は男女とも全国・県とほぼ同じ出現率でした。男子の痩身傾向は全国より低い出現率で、女子は全国・県とほぼ同じでした。男子92.0%、女子90.0%が正常範囲内でした。

2 【体力・運動能力】

(1) 小学校

男子 ○全国より高い種目

長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅跳び

○全国とほぼ同じ種目

上体起こし・50m走・ソフトボール投げ

○全国より僅かに低い種目

握力

○体力合計点は全国を僅かに上回りました。

女子 ○全国より高い種目

上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳び

○全国とほぼ同じ種目

握力・50m走・ソフトボール投げ

○体力合計点は全国を上回りました。

(2) 中学校

男子 ○全国より高い種目

長座体前屈・立ち幅跳び

○全国を僅かに上回った種目

50m走

○全国とほぼ同じ種目

握力

○全国より低い種目

上体起こし・反復横跳び・20mシャトルラン・ハンドボール投げ

○体力合計点は全国を僅かに下回りました。

女子 ○全国より僅かに高い種目

50m走

○全国とほぼ同じ種目

握力・立ち幅跳び

○全国より僅かに低い種目

長座体前屈

○全国より低い種目

上体起こし・反復横跳び・20mシャトルラン・ハンドボール投げ

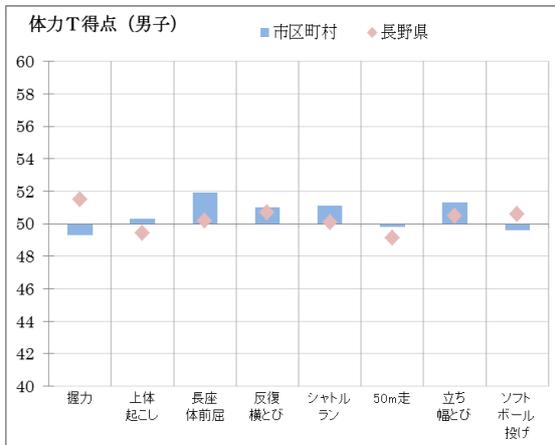
○体力合計点は全国を下回りました。

(3) 種目別平均値一覧 ※市の欄はTスコアによる全国との比較です。

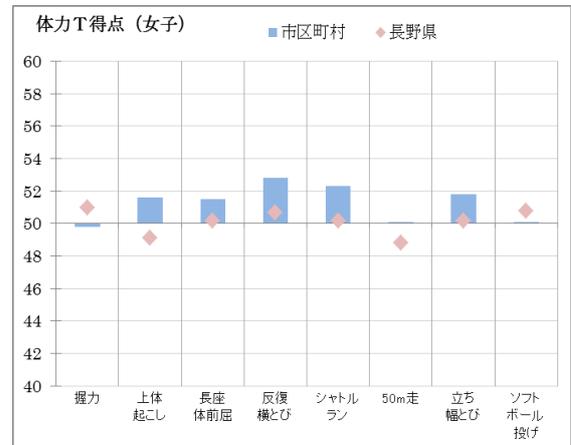
テスト 種目	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフト(ハンド)ボ ール投げ (m)	体力合計点 (点)	
体 力 要 素	筋 力	筋 パ ワ ー 筋 持 久 力	柔 軟 性	敏 捷 性	全 身 持 久 力	疾 走 能 力 ス ピ ー ド	筋 パ ワ ー 跳 躍 能 力	巧 緻 性 投 球 能 力		
小 5 男	国	16.45	19.58	33.05	41.60	51.64	9.38	151.24	22.52	53.80
	県	17.00	19.21	33.20	42.14	51.84	9.47	152.32	23.00	54.10
	市	▽	□	◎	◎	◎	□	◎	□	○
小 5 女	国	16.05	18.42	37.44	39.55	40.69	9.62	144.77	13.77	55.18
	県	16.41	17.94	37.57	40.08	41.04	9.72	145.21	14.17	55.40
	市	□	◎	◎	◎	◎	□	◎	□	◎
中 2 男	国	28.23	27.43	43.08	51.62	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
	県	29.20	26.82	44.09	50.76	83.72	7.95	197.14	21.32	42.33
	市	□	▼	◎	▼	▼	○	◎	▼	▽
中 2 女	国	23.68	23.26	45.53	46.09	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08
	県	23.89	22.32	46.46	44.72	55.87	8.82	167.37	13.04	49.83
	市	□	▼	▽	▼	▼	○	□	▼	▼

(4) 種目別比較グラフ ※□市区町村が安曇野市を表しています。

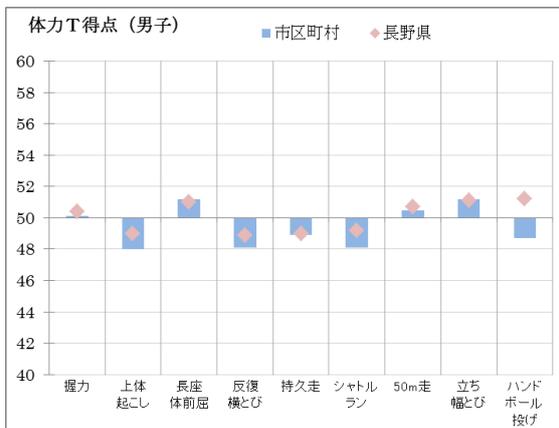
【小5男子】



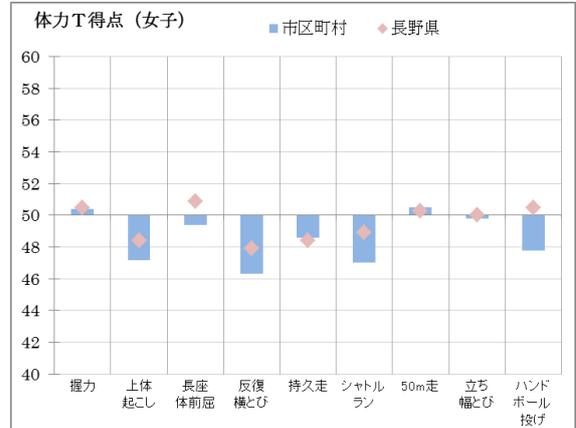
【小5女子】



【中2男子】



【中2女子】

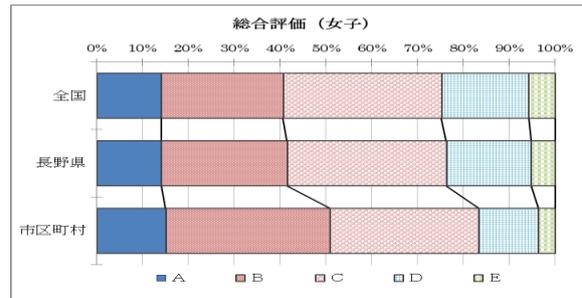
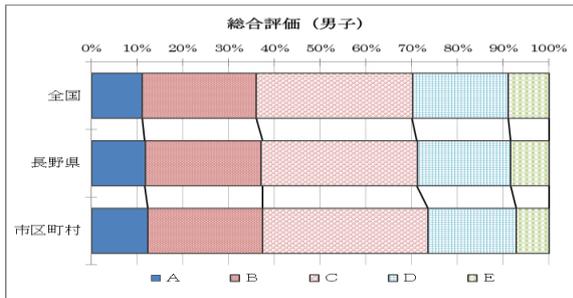


(5) 総合評価の割合

※小中男女別の種目別得点表から換算される種目毎の得点の合計得点を年齢別総合評価基準表にてらし、Aを高得点とするA・B・C・D・Eの5段階評価です。
 ※帯グラフの下段、市区町村が安曇野市を表しています。

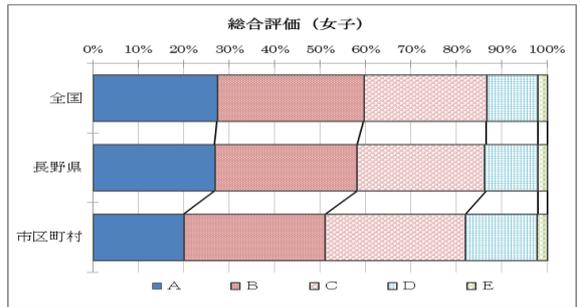
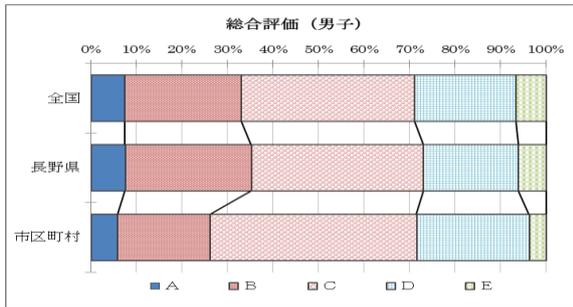
①小学校

男子は全国・長野県とほぼ同じ割合です。女子は、A・C評価は全国・県とほぼ同じですがB評価がどちらよりも多く、D・E評価はどちらよりも少なく、全体に高い傾向が見られます。



②中学校

男子はA・B評価が少なくC評価が多く体力上位者が少ない傾向が見られます。女子はA評価が少なくD評価が多く、男子以上に上位者が少ない状況です。



(6) 安曇野市の傾向と課題

①小学校の特徴

小学校の全国より低い種目と僅かに低い種目は、男子の握力の1種目だけでした。全国より高い種目は、合計点を含め男子が4項目、女子が6項目あり改善が伺えます。女子の体力合計点はH25年度に比べ3.16ポイント高くなっています。総合評価でもAB評価が多くDE評価は少なく、各校の取組成果が表れていると思われます。

②中学校の特徴

男女共に、上体起こし・反復横跳び・20mシャトルラン・ハンドボール投げの4種目が全国より低い結果であり、中学生の課題が明確になりました。この中でも全国との差が大きい女子の反復横跳びでは、その平均回数の比較では全国より2.45回少なくなる結果でした。

体力合計点は、男子は僅かに低く、女子は依然全国を下回る傾向です。総合評価では男子のAB評価が少なく、女子のA評価が少ない様子が分かります。男女とも体力上位者が全国・県と比べ少ない状況です。

(7) 年度別全国との比較

次の表は年度毎、Tスコアによる全国との比較を、低い・僅かに低い・ほぼ同じ・僅かに高い・高いの5段階に、テスト内容の8種目と体力合計点含む9項目のうち何項目が該当したかを表したものです。

比較	▼低い			▽僅かに低い			□ほとんど差がない			○僅かに高い			◎高い		
	25	26	27	25	26	27	25	26	27	25	26	27	25	26	27
年度	25	26	27	25	26	27	25	26	27	25	26	27	25	26	27
小5男	2	0	0	1	0	1	5	4	3	0	1	1	1	4	4
小5女	6	0	0	0	2	0	2	4	3	0	1	0	1	2	6
小計	8	0	0	1	2	1	7	8	6	0	2	1	2	6	10
中2男	3	1	4	1	0	1	3	3	1	0	2	1	2	3	2
中2女	5	6	5	3	2	1	0	0	2	0	1	1	1	0	0
小計	8	7	9	4	2	2	3	3	3	0	3	2	3	3	2

①小学校

男子は、H25年度は2種目が低い結果で、高い項目は1つだけでしたが、H26年度、H27年度は低い項目は0になり、高い項目が4項目に増えています。合計点のTスコアではH26年度、H27年度と全国平均を僅かに上回り取組の成果が表れてきました。

女子については著しい変化があり、低い項目がH25年度は6でしたが、H26年度、H27年度は0となりました。高い項目は、H25年度では1項目だけでしたが、H26年度は2項目、H27年度は6項目と大きく増えています。合計点のTスコアではH25年度は全国平均を下回っていましたがH26年度はほぼ同じとなり、H27年度は上回りました。

男女とも向上の傾向であり各校の取組の成果が表れていると思われます。

②中学校

男子は、H25年度は全国平均より低い項目が3項目ありましたがH26年度は1項目に減りました。またH25年度は僅かに高いと高い項目を合わせると2でしたがH26年度は5項目に増えました。体力合計点のTスコアでもH26年度は全国平均を僅かに上回りました。このようにH26年度は回復の兆しが見えたかに思われました。しかし本年度は低い項目がH25年度より1項目増え、この3年間では全国平均より低い項目が最も多くなりました。体力合計点のTスコアでも全国平均を僅かに下回っています。

女子は、僅かに低いと低い項目が、H25年度とH26年度は9項目目中8項目でした。H27年度は2項目減り6項目となり改善の兆しが見られますが、依然全国平均を下回る傾向が続いています。

3【質問紙調査から】

(1)1週間の総運動時間の分布

※折れ線グラフは、全国（国公立学校）の分布です。棒グラフは安曇野市です。

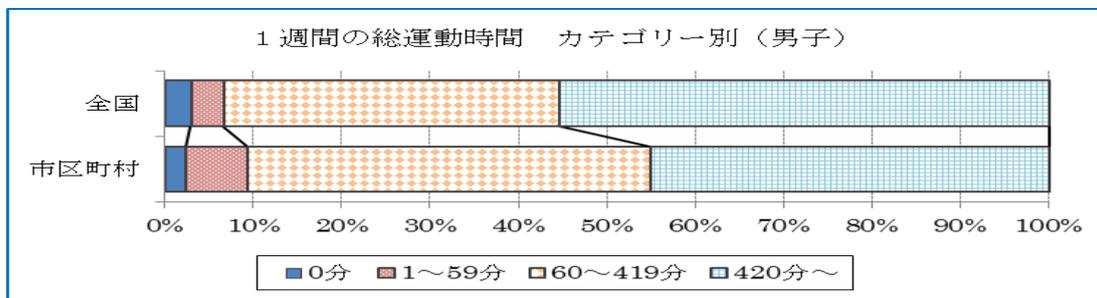
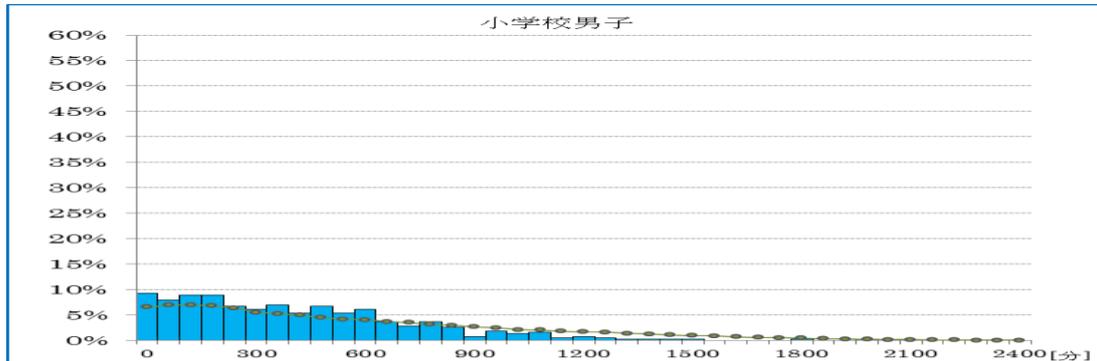
1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。

(0～59分、60～119分、120～179分……、2340～2400分)

※1週間の総運動時間 カテゴリー別グラフの市区町村は安曇野市を表しています。

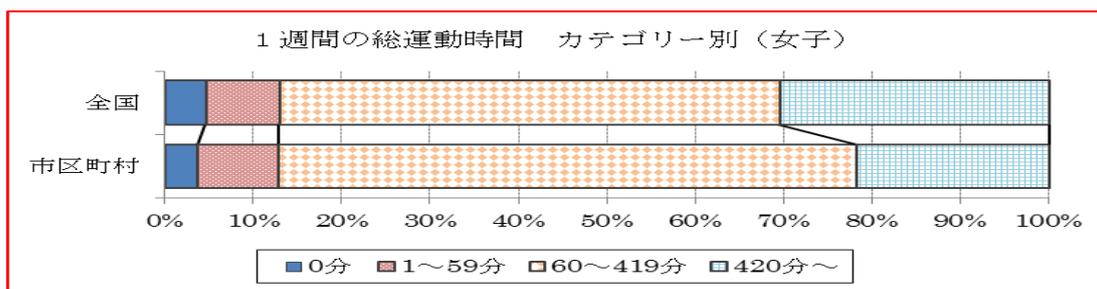
①小学校男子

1週間の総運動時間では、420分以上（一日平均60分）が全国55.4%に対し安曇野市は45.1%でした。運動時間一日60分の児童が半数以下でした。



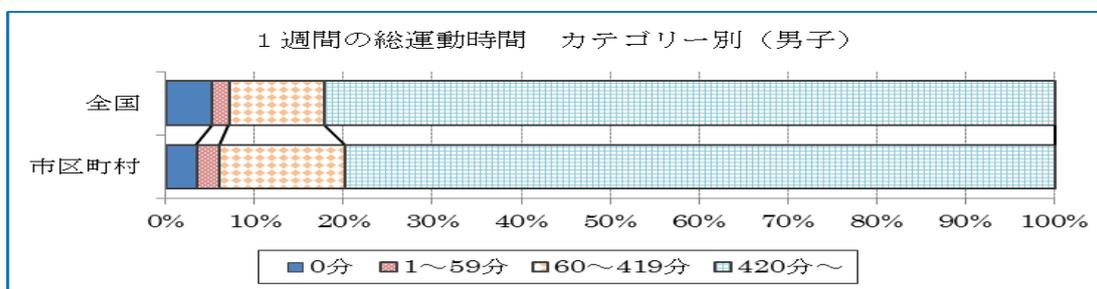
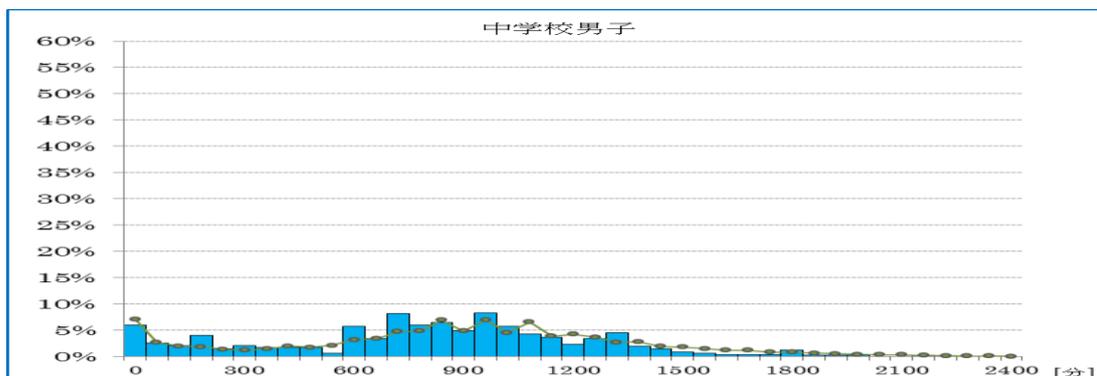
②小学校女子

1週間の総運動時間では420分以上（一日60分）が全国平均30.5%に対し安曇野市は21.8%でした。60分～179分以下では全国より多く、運動時間が少ない状況が見られます。



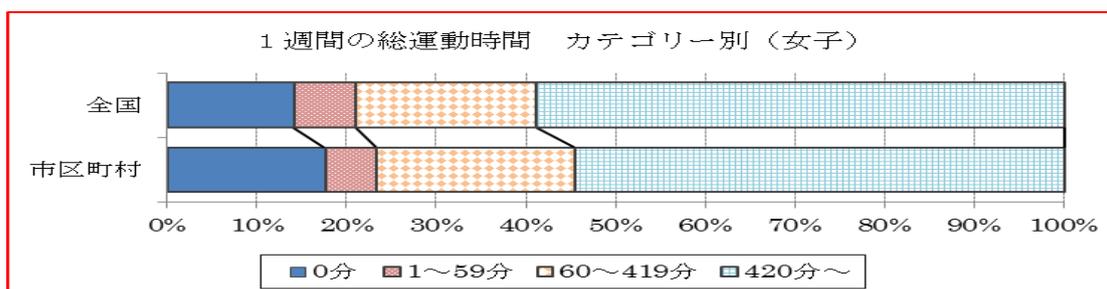
③中学校男子

1週間の総運動時間では420分以上(一日平均60分)では全国82.2%に対し安曇野市は79.8%と少なく、60分～419分が全国10.7%に対し市は14.2%と多く、運動時間が少ない状況です。



④中学校女子

1週間の総運動時間、420分以上(一日平均60分)は全国58.9%に対し安曇野市は54.5%であり、運動時間の少なさが分かります。0分の割合は全国14.1%に対し市は17.6%であり、運動を意識して行っていない生徒が多いことが分かります。

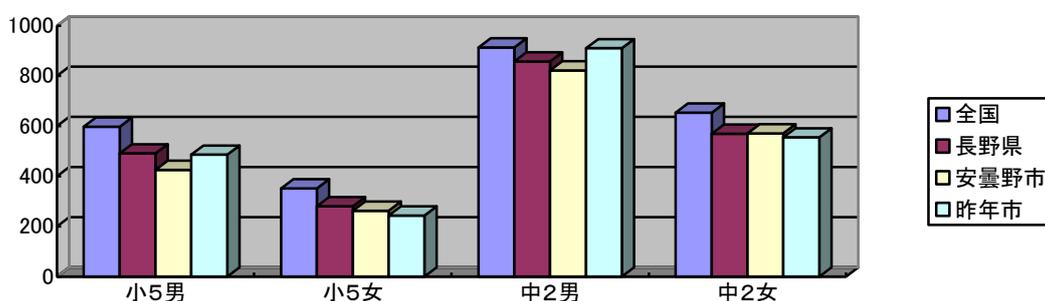


(2) 1週間の総運動時間（全国・長野県・安曇野市）の比較（分）

1週間の総運動時間は、小学校男女、中学校男子は、全国より県が少なく、その県より市は少ない現状です。中学校女子は全国より県は少なく、安曇野市は県とほぼ同じです。

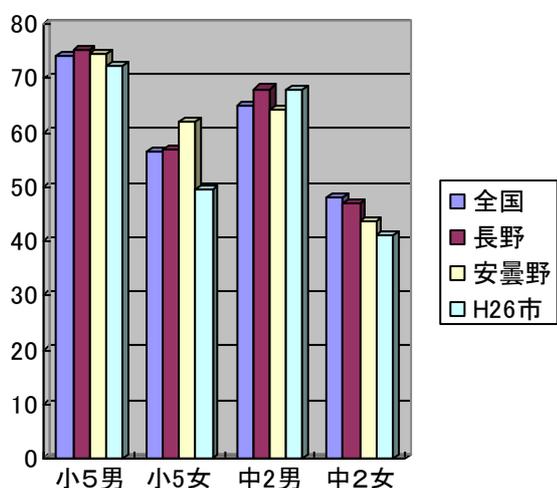
昨年度との市の比較では男子（小5・中2）が昨年より少なくなりましたが、女子は微増し小5は20分程、中2は15分程昨年度より増えています。

	小5男	小5女	中2男	中2女
全国	597.49	351.65	913.98	653.99
長野県	490.99	279.93	858.01	569.56
安曇野市	425.33	262.50	821.69	570.61
※昨年度安曇野市	486.03	243.34	910.52	554.74



(3) 運動が好きな児童・生徒の割合（全国・長野県・安曇野市）の比較

小5男子は全国とほぼ同じ割合ですが、昨年を2.4ポイント上回りました。小5女子は男子に比べると運動好きは少ないものの、大幅に全国・県を上回り、昨年度を大幅に上回りました。中2男子は昨年度より少なくなりました。中2女子は全国・県を下回っているものの昨年度を2.6ポイント上回りました。



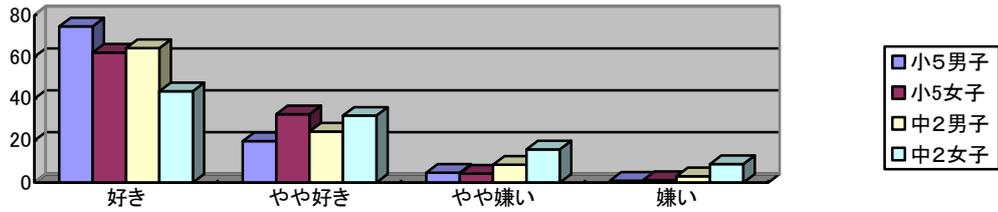
運動が好きな児童・生徒の割合 (%)

	小5男	小5女	中2男	中2女
全国	74.0%	56.4%	65.0%	48.0%
県	75.1%	56.8%	68.1%	46.9%
市	74.6%	62.1%	64.2%	43.6%
H26市	72.2%	49.6%	68.0%	41.0%

(4) 市内児童生徒の運動の好き嫌いの割合 (%)

男女別では男子に運動好きが多く、中学生の運動好きの割合が少なくなる傾向があります。中2女子はやや嫌い・嫌いとする生徒が多い状況が分かります。

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
小5男子	74.6	19.8	4.7	0.9
小5女子	62.1	32.6	4.2	1.2
中2男子	64.2	24.4	8.5	3
中2女子	43.6	31.9	15.8	8.8



III 体力合計点と質問紙（回答）からのクロス集計

1 体力合計点と次の（１）～（６）の質問に対する回答のクロス集計

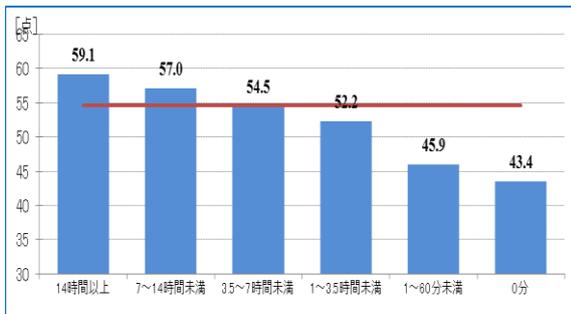
- (1) 1週間の総運動時間 (2) 運動は好き (3) 運動は大切だと思う
- (4) 体育の授業は楽しい (5) 体育の授業ではよく動く (6) 就学前の意識

※体力合計点は小学校男女別、中学校男女別による得点表によるので数値に違いがあります。

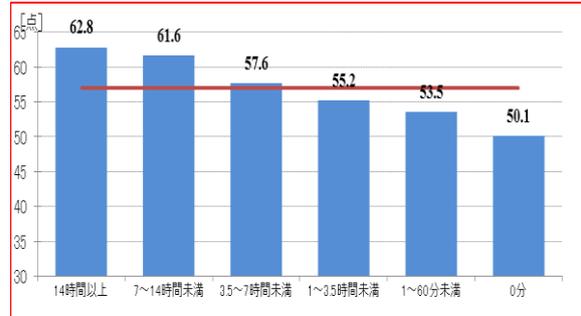
(1) 体力合計点と1週間の総運動時間

○小中男女とも1週間の「総運動量が7時間を超える」児童生徒がそれぞれの平均点越えていることが分かります。

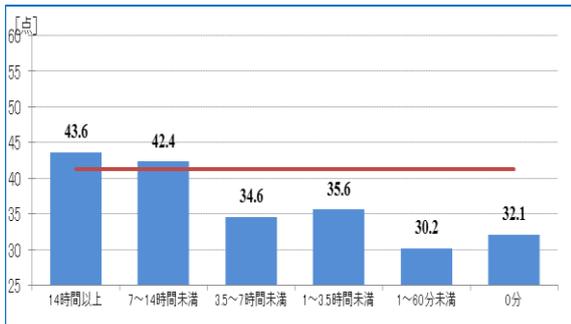
小5男子



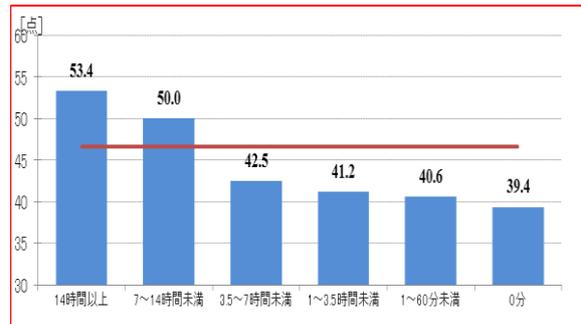
小5女子



中2男子



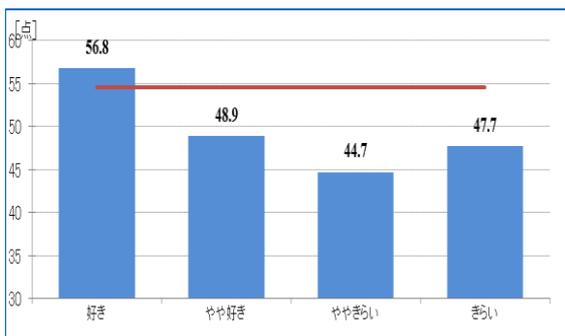
中2女子



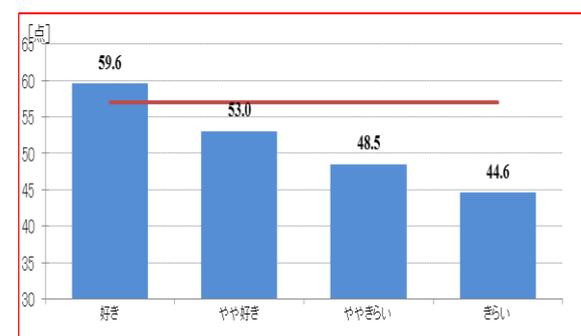
(2) 体力合計点と運動好き

○小中男女とも「運動好き」な児童生徒の体力合計点が高いことが分かります。

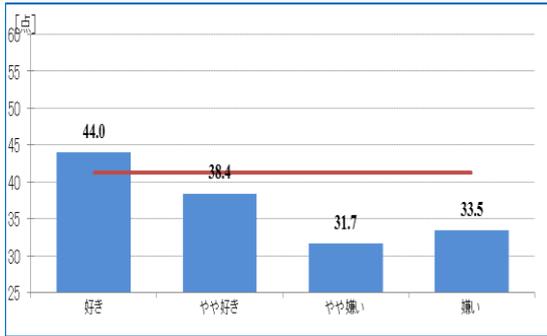
小5男子



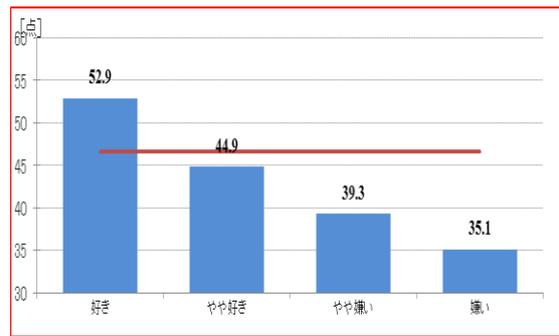
小5女子



中2男子



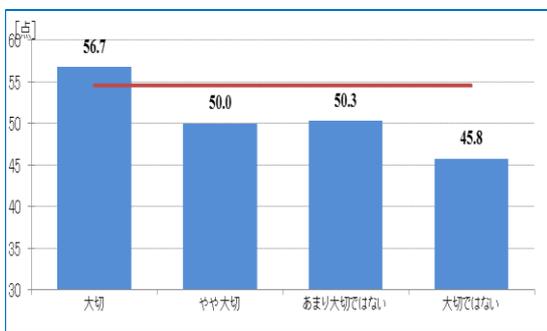
中2女子



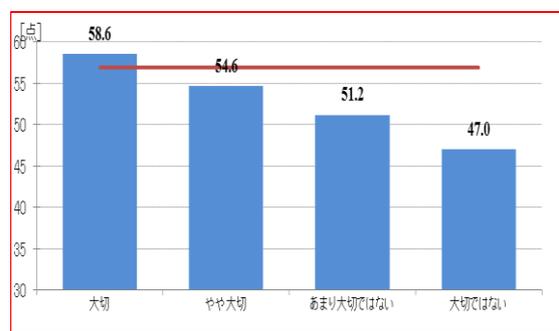
(3) 体力合計点と運動は大切と思う

○小中男女とも「運動は大切と思う」児童生徒の体力合計点が高いことが分かります。

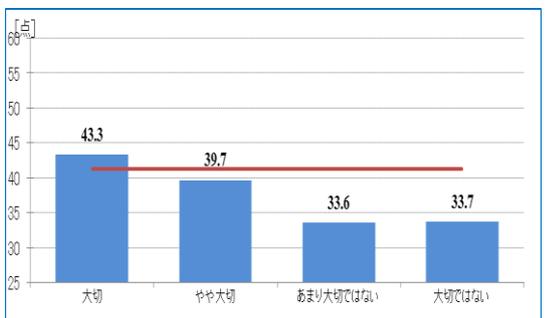
小5男子



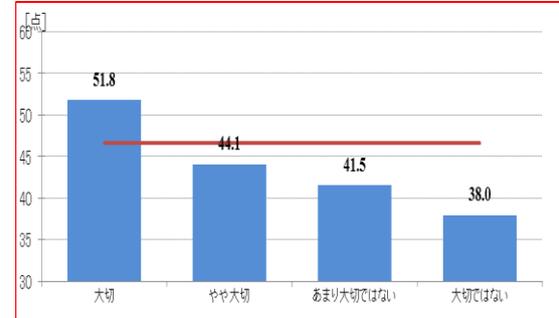
小5女子



中2男子



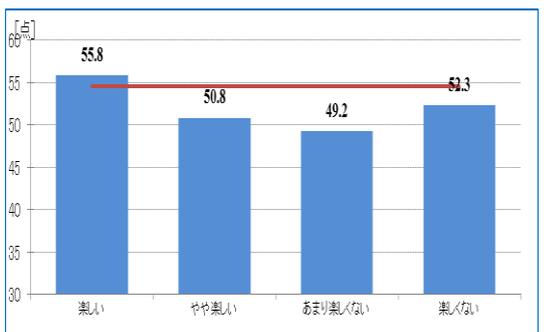
中2女子



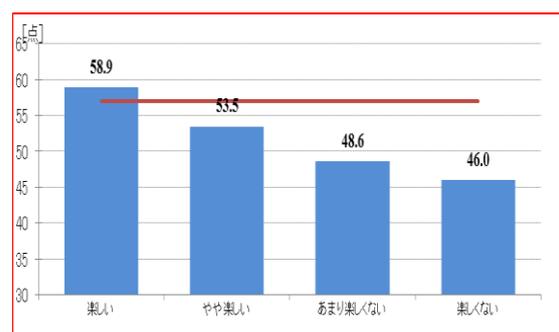
(4) 体力合計点と体育（保健体育）の授業は楽しい

○体育（保健体育）の「授業は楽しい」と感じている児童生徒の体力合計点が高く、特に中2女子では顕著です。

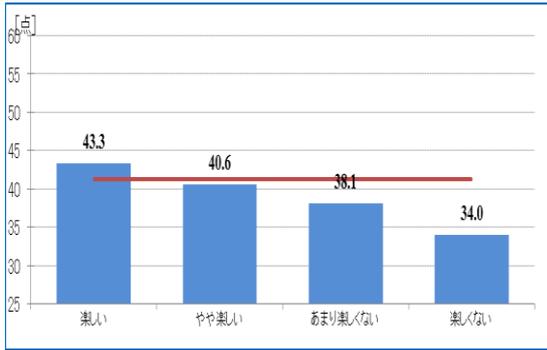
小5男子



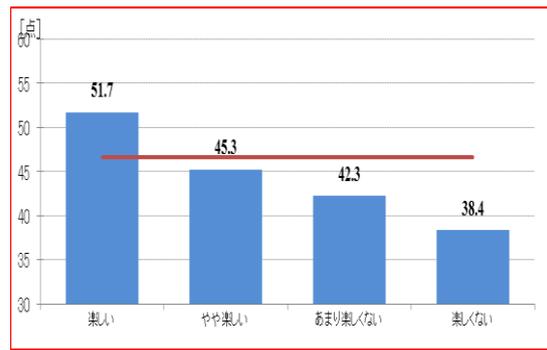
小5女子



中2男子



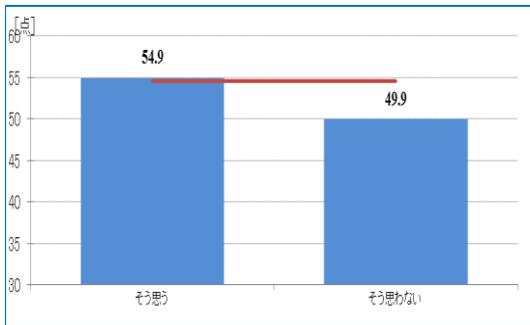
中2女子



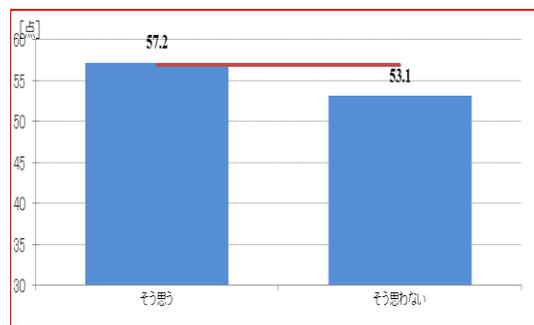
(5) 体力合計点と体育（保健体育）の授業ではたくさん動く

○小中男女とも、体育（保健体育）の授業では「たくさん動く」と答えている児童生徒の体力合計点はほぼ平均点です。

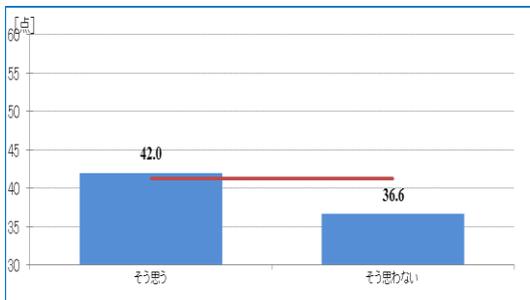
小5男子



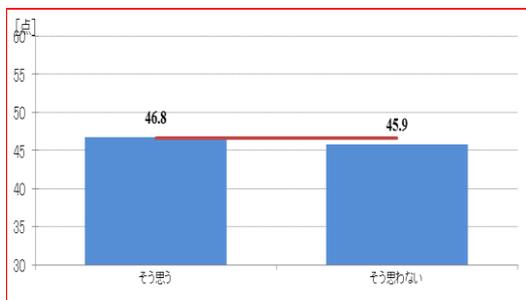
小5女子



中2男子



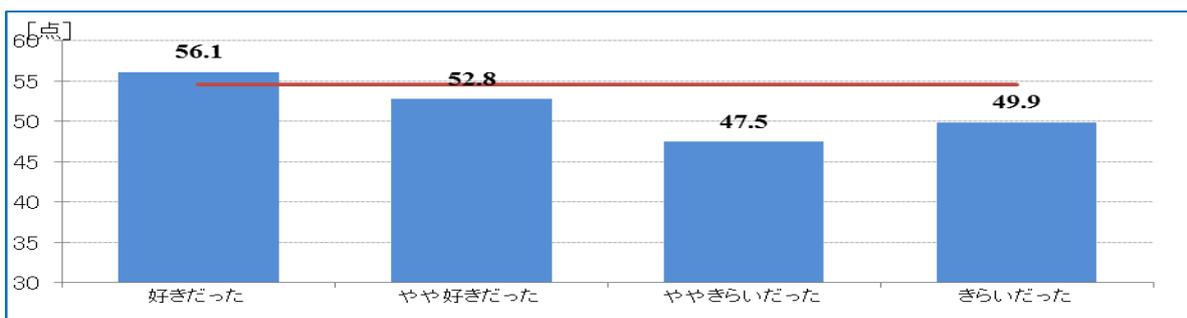
中2女子



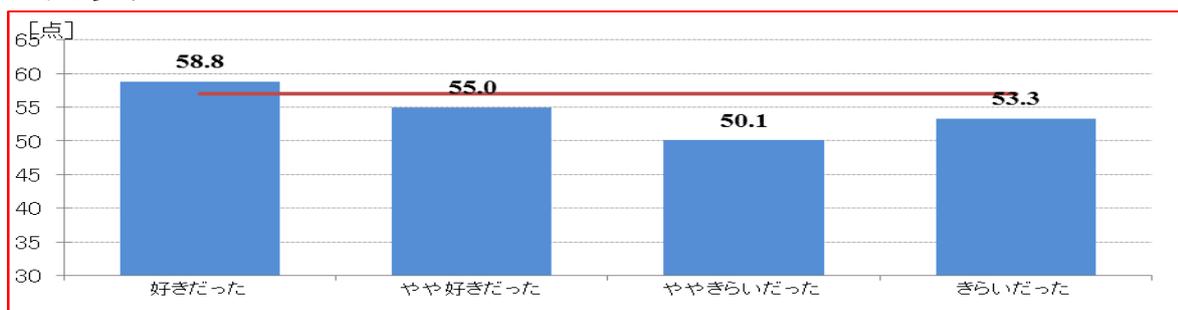
(6) 小学校入学前は運動遊びが好き

○入学前に好きだった児童の体力合計点は平均点を上回っています。

小5男子



小5女子



2 今年度のクロス集計から分かること

今年度は昨年度着目した、1週間の総運動時間（運動の機会）と運動好きに加えて、運動は大切だと思う意識、体育の授業は楽しい、体育の授業でよく動く、就学前の運動遊びに対する意識に着目して、調査結果の体力合計点と質問紙のクロス集計をすることから次のような傾向が分かりました。

- ・ 1週間の総運動時間が7時間を境に平均値を上回る傾向が見られます。
- ・ 運動好きの児童・生徒の体力合計点が高い傾向が見られます。
- ・ 運動は大切だと思う児童・生徒の体力合計点が高い傾向が見られます。
- ・ 体育（保健体育）の授業を楽しく思う児童・生徒の体力合計点が高い傾向が見られます。
- ・ 体育（保健体育）の授業でよく動く児童・生徒の体力合計点が高い傾向が見られます。
- ・ 就学前の運動遊びが好きだという気持ち、体力差に影響する傾向が見られます。

IV 体力向上に向けた取組

平成25年度、安曇野市の学校・教育関係者の間で、「児童・生徒の体力」についての関心が高まりました。同時期に安曇野市教育会では、「体力向上」について調査研究に着手することが検討され、平成26年度発足の準備を進めておりました。そのような高まりの中で市教委と教育会が連携するとともに校長会、市立幼稚園が加わる「体力向上検討委員会」を組織し、委員会に於いて調査結果の分析や体力向上に向けた取組を始める準備が進められました。

平成26年度「体力向上検討委員会」を立ち上げ、平成25年度の全国体力・運動能力、運動習慣等の調査結果を委員が共有し分析をするとともに、「できることから始めよう」と委員所属の園・学校において、体力向上に向けての取組を始めました。年度末には「平成26年度 全国体力・運動能力、運動週間等調査」の結果とともに、各委員の取組を発表いたしました。中学校からは、体育授業でのウォーミングアップメニューに作業療法士の助言を基にした体幹トレーニングを取り入れた授業を発表し、小学校は体育授業の工夫と充実・全校体育や休み時間の運動・日常生活での姿勢や通学方法に着目した取組を発表しました。休み時間の過ごし方では「サーキット」に多くの児童が意欲的に取り組んでいる様子を紹介し、多くの小学校が休み時間の運動に取り入れています。幼稚園からは、就学前に多様な運動遊びを重視し、体を動かすことが楽しいと感じる子育ての様子を紹介しました。地域との連携では、地域の子どもを、地域で見守り、育てていく「地区学校保健協議会」の取組を紹介し、保・小・中・地域の連携の参考にいただきました。また、各校では、自校のテスト結果の公表をするとともに体力テストの結果を基礎データとして反映させた体力向上プランを作成し実践しました。安曇野市校長会では「学力・体力」を小中連携の重点課題として校長・教頭・教務主任・研究主任の合同研修会で取り上げました。

平成27年度は平成26年度の成果と課題を受け、体力向上検討委員会に保育園に関わる部局の「子ども支援課」が加わり、より子どもの育ちの全体を視野に入れての取組になりました。

年度当初の市教委学校訪問では、各校が体力向上に取り組む必要性の認識を高めた上で体力向

上プランを作成できるように、市内小中学生の課題について再確認をしました。体力の低下や向上を「勘」だけに頼るのではなく、体力テストから客観的なデータを得ることは、体力の一部ではあっても、児童生徒や職員、保護者の意識・関心を高めるために必要なことと考え、テストの実施を薦めてまいりました。既に中学校では全学校、全学年実施しておりましたが平成27年度は小学校で実施学年が4学年増え、全学年実施の小学校が市内10校中8校となりました。更に県教委スポーツ課の派遣事業を積極的に取り入れたり、自校の職員研修に組み込んだりする学校が増え、意識の高まりを感じた本年度の取り組みでした。

本年度の委員会の中では、各委員から「ウォーミングアップや種目に応じた準備運動の工夫」「中学校3年間を見据えた体づくり運動」「教科体育等にかかされる全校運動」「学年独自の手づくりサーキット」「小中学校の連携で進める姿勢指導」「幼児期からの運動あそびの実践」が発表されました。詳しくは、「体力向上への取組～安曇野市体力向上推進委員会・安曇野市教育会教育課題委員会調査・研究～」をご覧くださいと思います。

調査・検討、日々の実践をする中で、各委員の根底にあったことは、「幼少期の多様な運動経験を大切に」「日常的に運動できる環境整備をする」「体育・保健体育の授業や部活動の充実を図る」「関係者の連携を深める」「地道に運動好きな児童・生徒を育む」このようなことが課題に応えることに繋がるという思いでした。今後も数値だけに囚われることなく、幼保小中・保護者・地域・行政の連携を深め「運動好きで、進んで運動に取り組む子ども」をめざして調査・研究・実践を進めてまいりたいと思います。

V 次年度の取組について

1 教育委員会の方針

- (1) 児童・生徒の体力向上を図るために、「体力向上推進委員会」を組織します。
- (2) 市校長会や市教育会、学校、子ども支援課・幼稚園・保育園、地域関係者などとも実態を共有し体力や健康・運動能力の向上、運動習慣等の改善のために連携していきます。
- (3) 「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果の概要を公表し、機会をとらえて家庭や地域に協力を依頼していきます。

2 学校は

- (1) 自校の調査結果や体力の概要を保護者に報告します。
- (2) 学校全体で実態把握に努め、体力向上の目標を検討し、体力向上プランに反映させ取り組みます。
- (3) 小学校では同学年または隣接する学年の教員同士で、中学校では担当する教員同士で、体力向上に向けた取組や授業における指導方法の工夫・改善などについて検討し推進します。
- (4) 中学校区において小中連携を進め、体力・健康・運動能力向上や生活習慣改善のための取組をします。
- (5) 運動実施時間が少ない児童・生徒の実態を把握し、改善に 取り組みます。

3 委員会

- (1) 悉皆調査「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」についてその結果を検討し概要を公表します。
- (2) 安曇野市の子どもの健康や体力・運動能力の現状を理解し課題と対応を考えます。
- (3) 健康・体力・運動能力の向上や生活習慣改善のための実現可能な具体的な方法を検討し提言します。
- (4) 幼保小中が連携・一貫して取り組む方策を検討し提言します。

平成 26 年度

安曇野市体力向上検討委員会

宮 崎 賢 治	三郷中学校	教諭	(委員長)
宮 澤 明 弘	堀金小学校	教諭	(副委員長)
宮 澤 純 子	穂高南小学校	校長	
山 越 信 彦	三郷小学校	校長	
上 嶋 和 三	三郷小学校	教諭	
鬼 頭 康	穂高北小学校	教諭	
三 村 徹	豊科南中学校	教諭	
佐 藤 智 子	穂高東中学校	教諭	
鳥 屋 千 穂	穂高幼稚園	養護助教諭	
池 田 安 宏	安曇野市教育委員会	学校教育課	教育指導員

平成 27 年度

安曇野市体力向上推進委員会

宮 澤 明 弘	堀金小学校	教諭	(委員長)
岡 村 浩 男	穂高西中学校	教諭	(副委員長)
藤 松 伸二郎	豊科南中学校	校長	
佐 藤 厚 彦	豊科北中学校	校長	
上 嶋 和 三	三郷小学校	教諭	
深 沢 有 基	穂高北小学校	教諭	
三 村 徹	豊科南中学校	教諭	
奥 田 孝 利	穂高東中学校	教諭	
鳥 屋 千 穂	穂高幼稚園	養護助教諭	
水 谷 みゆき	安曇野市子ども支援課	課長補佐兼保育所長	
池 田 安 宏	安曇野市教育委員会	学校教育課	教育指導員