

「平成 28 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果と体力向上に向けた取組について

安曇野市体力向上推進委員会

平成 28 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「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が行われ、市内の小中学校 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。

また、「体力向上推進委員会」では調査結果の分析に併せ、体力向上に向けた取り組みをしていますのでその具体的な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っています。

I 調査の概要

1 調査主体 スポーツ庁

2 調査期間 平成 28 年 4 月から 7 月末までの期間

3 対象児童・生徒（原則として以下の学年の全児童生徒を対象）

(1) 小学校第 5 学年、特別支援学校小学部第 5 学年、義務教育学校前期課程第 5 学年

(2) 中学校第 2 学年、中等教育学校第 2 学年、特別支援学校中学部第 2 学年、義務教育学校後期課程第 2 学年

(3) 市内調査校数

小学校 10 校 中学校 7 校

4 調査事項

(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、20m シャトルラン
50m 走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

②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%未満の差	ほとんど差が見られない・ほぼ同じ	□
0.5～1 点未満の差	1～2%未満の差	僅かに (高かった・高い・上回った)	○
		僅かに (低かった・低い・下回った)	▽
1 点以上の差	2%以上の差	高かった・高い・上回った	◎
		低かった・低い・下回った	▼

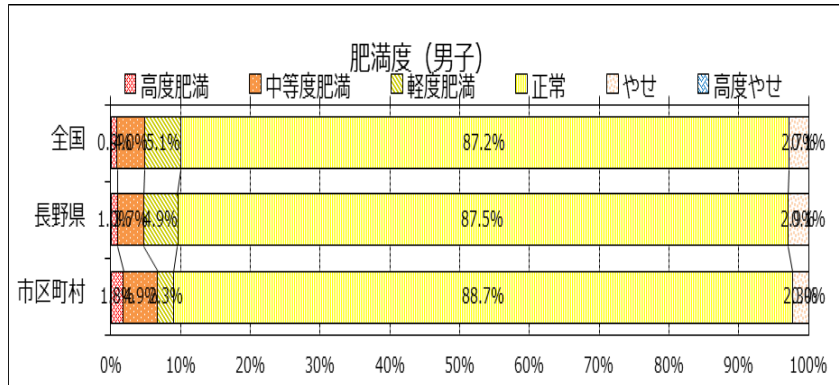
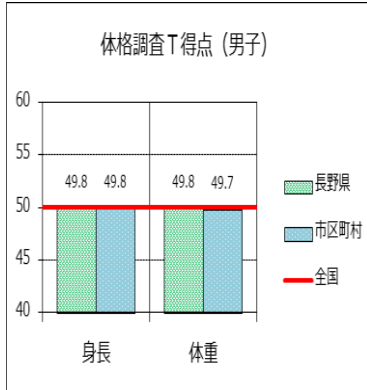
1 体格

(1) 小学校

①男子

○身長・体重は全国平均とほぼ同じでした。

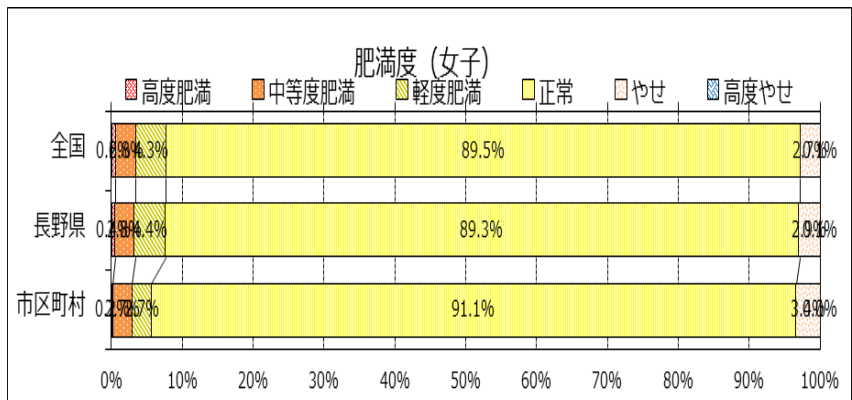
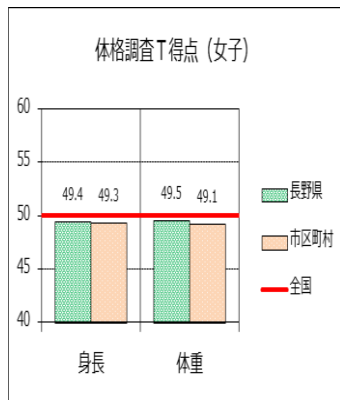
○高度・中度肥満の割合を合わせると全国平均を上回り、軽度肥満は全国平均を下回りました。痩身傾向は全国とほぼ同じでした。



②女子

○身長・体重は全国平均を僅かに下回りました。

○軽度肥満までを合わせた割合は全国平均を下回りました。痩身傾向は全国とほぼ同じでした。



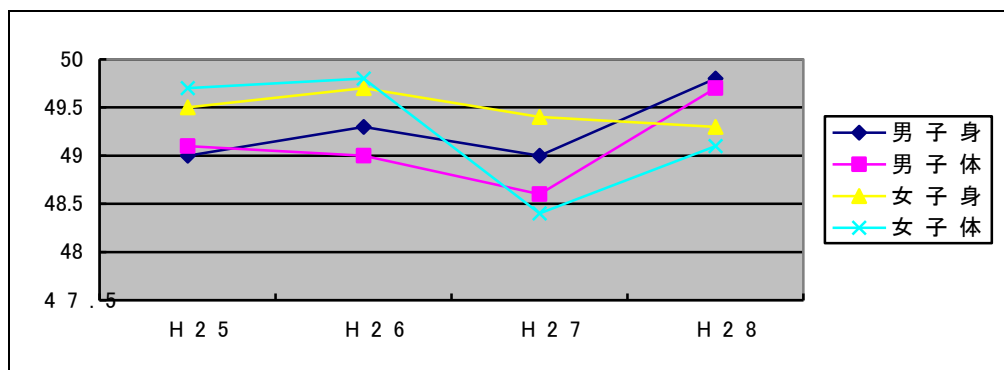
③体格の経年変化 (Tスコア)

○小学校男女の体格は、平成25年度から本年度まで全国平均(50点)を越えず推移しています。

○平成28年度、男子の身長・体重は全国平均とほぼ同じでした。

○女子の体重は変動が大きく、平成28年度は平成27年度の最低値から上向きましたが、全国平均を僅かに下回りました。

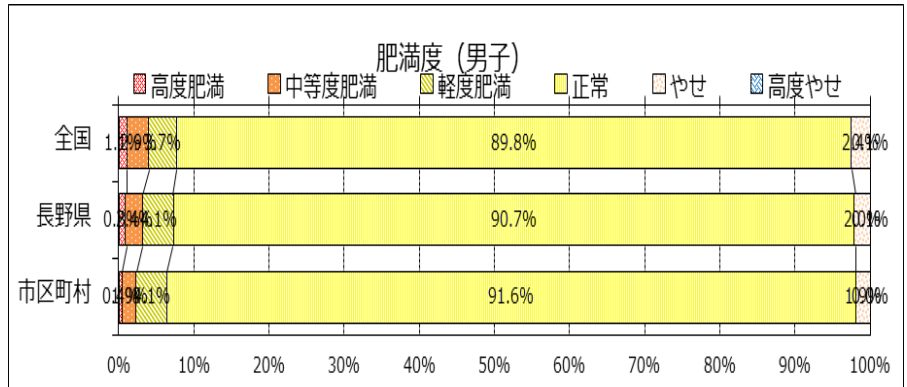
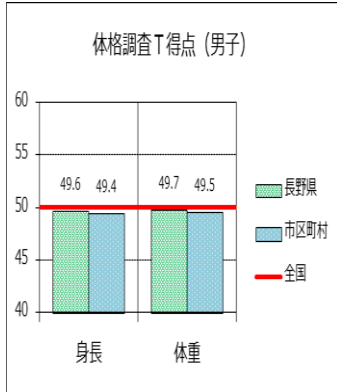
【小学校：男女 体格の経年変化】



(2) 中学校

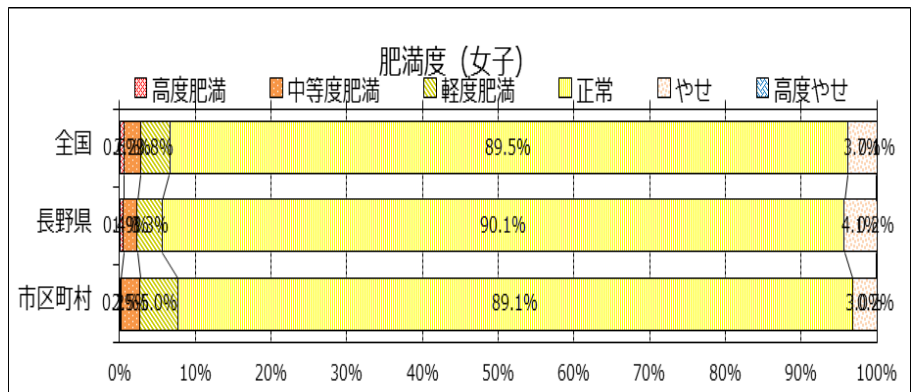
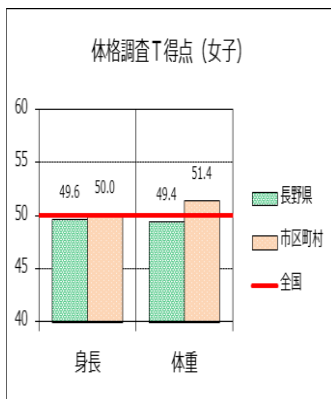
①男子

- 身長は全国平均を僅かに下回り、体重は全国平均とほぼ同じでした。
- 肥満傾向の割合は全国平均より僅かに少なく、痩身傾向は全国平均とほぼ同じでした。



②女子

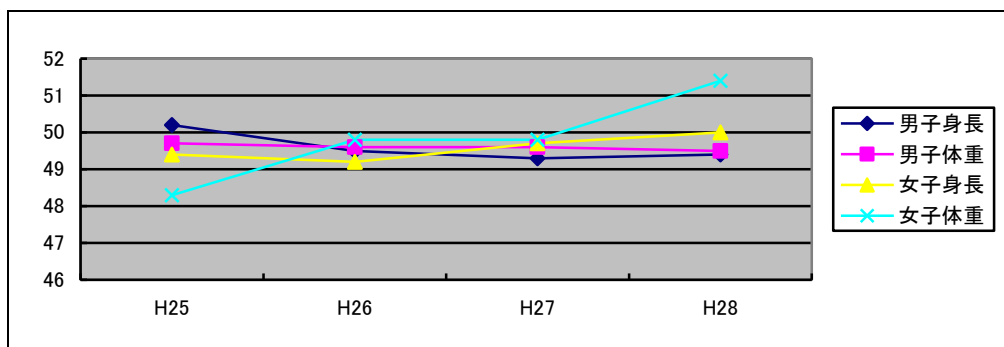
- 身長は全国平均とほぼ同じであり、体重は全国平均を上回りました。
- 軽度肥満傾向の割合が全国平均を僅かに上回り、痩身傾向は全国とほぼ同じでした。



③体格の経年変化 (Tスコア)

- 男子の身長・体重は大きな変動がなく推移していました。
- 女子の体重は平成25年度には全国平均を下回っていましたが、その後上向きとなり、本年度は全国平均を上回りました。

【中学校：体格の経年変化】



2 体力・運動能力

(1) 平成 28 年度の体力合計点

- ①小学校男子：体力合計点は全国平均を上回りました。
- ②小学校女子：体力合計点は全国平均を上回りました。
- ③中学校男子：体力合計点は全国平均とほぼ同じでした。
- ④中学校女子：前年度を 0.14 ポイント上回り平成 25 年度以降の最高値でしたが全国平均を下回りました。
T 得点では平成 25 年度以降の最低値でした。

(2) 体力合計点の経年変化

- ①小学校男子：平成 26 年度が最高値でした。本年度はそれとほぼ同得点であり、全体に上向き傾向です。
- ②小学校女子：平成 27 年度が最高値でした。本年度はそれを上回っていませんが、全国平均を上回っており全体に上向き傾向です。
- ③中学校男子：平成 26 年度が最高値で本年度はそれに次ぐ得点でした。全国平均と大差はなく平成 25 年度からの経年変化では僅かに上向き傾向です。
- ④中学校女子：平成 25 年度以降の最高値でしたが、全国平均に比べて上昇が僅かでしたので T 得点では最低値でした。依然全国との差は開いています。

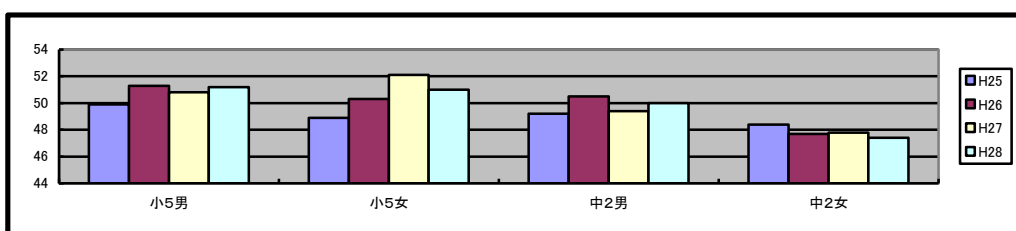
《本年度と平成 25 年度からの安曇野市と長野県・全国の体力合計点（平均）の一覧》

(◎高い ○僅かに高い □ほぼ同じ ▽僅かに低い ▼低い)

		平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度
① 小5男子	市T得点	□49.9	◎51.3	○50.8	◎51.2
	安曇野市	53.74	55.10	54.55	55.00
	県	54.07	53.84	54.10	54.20
	国	53.87	53.91	53.80	53.92
② 小5女子	市T得点	▼48.9	□50.3	◎52.1	◎51.0
	安曇野市	53.78	55.27	56.94	56.35
	県	54.35	54.66	55.40	55.29
	国	54.70	55.01	55.18	55.54
③ 中2男子	市T得点	▽49.2	○50.5	▽49.4	□50.0
	安曇野市	41.01	42.19	41.27	42.11
	県	41.87	42.11	42.33	42.39
	国	41.78	41.74	41.89	42.13
④ 中2女子	市T得点	▼48.4	▼47.7	▼47.8	▼47.4
	安曇野市	46.72	46.15	46.63	46.77
	県	47.01	47.38	48.83	48.65
	国	48.42	48.66	49.08	49.56

※体力合計点：小・中学校 8 種目の記録を年齢別、男女別の換算表により点数化（1～10 点）し、その合計点を 80 点満点で表したものです。 ※T 得点：全国平均を 50 点としたときの換算点です。

【体力合計点（T 得点）の経年変化】



(3) 種目別平均点

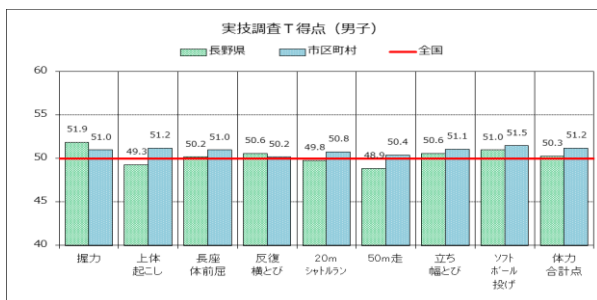
- ①小学校男子：握力・上体起こし・長座体前屈・立ち幅とび・ボール投げの5種目が全国を上回っていました。
- ②小学校女子：反復横とび・50mシャトルラン・ボール投げの3種目が全国を上回っていました。
- ③中学校男子：50m走・立ち幅とびの2種目が全国を上回っていました。
- ④中学校女子：長座体前屈が全国を僅かに上回っていました。握力が僅かに下回り他は下回っていました。

《安曇野市と長野県・全国との比較》

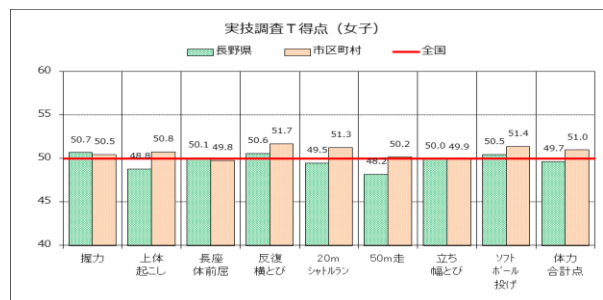
		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)
① 小学校 男子	市T得点	◎51.0	◎51.2	◎51.0	□50.2	○50.8	□50.4	◎51.1	◎51.5
	安曇野	16.85	20.40	33.71	42.12	53.51	9.34	153.67	23.61
	県	17.20	19.28	33.03	42.47	51.55	9.49	152.61	23.20
	全国	16.47	19.67	32.87	41.97	51.89	9.38	151.39	22.42
② 小学校 女子	市T得点	○50.5	○50.8	□49.8	◎51.7	◎51.3	□50.2	□49.9	◎51.4
	安曇野	16.30	19.02	37.08	41.25	43.41	9.59	145.10	14.57
	県	16.38	17.96	37.27	40.45	40.50	9.76	145.30	14.14
	全国	16.13	18.60	37.21	40.96	41.29	9.61	145.31	13.88
③ 中学校 男子	市T得点	▽49.3	□50.0	□50.2	▼47.5	▽49.4	◎51.0	◎51.2	□50.4
	安曇野	28.38	27.46	43.30	49.93	84.76	7.93	198.06	20.81
	県	29.33	26.97	43.68	50.58	84.37	8.01	197.91	21.44
	全国	28.91	27.46	43.06	51.93	86.24	8.03	194.69	20.59
④ 中学校 女子	市T得点	▽49.4	▼47.9	○50.7	▼45.0	▼47.3	▼48.9	▼48.3	▼47.8
	安曇野	23.48	22.28	46.17	43.20	53.31	8.92	164.11	11.92
	県	23.87	22.48	46.08	44.78	56.37	8.87	167.34	12.91
	全国	23.75	23.48	45.46	46.60	58.80	8.83	168.28	12.85

【種目別比較グラフ】 ※市区町村が安曇野市を表しています。

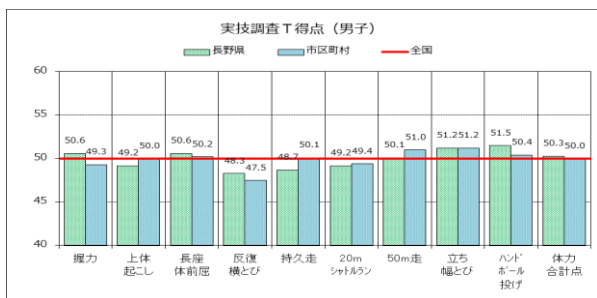
① 【小5男子】



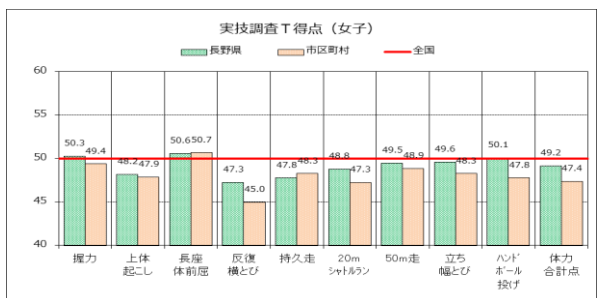
② 【小5女子】



③ 【中2男子】



④ 【中2女子】



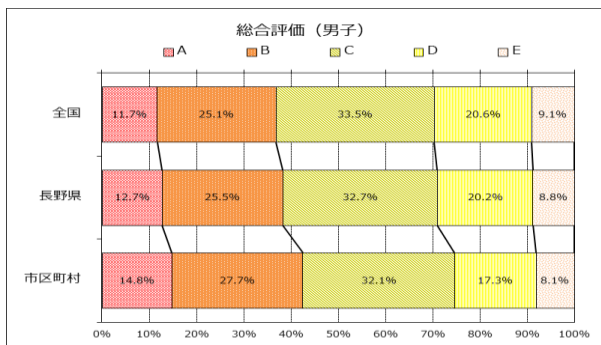
中学校では、持久走と20mシャトルランのどちらかを選択しています。市内ではお種目とも行っている学校もあります。

(4) 総合評価の割合と度数分布

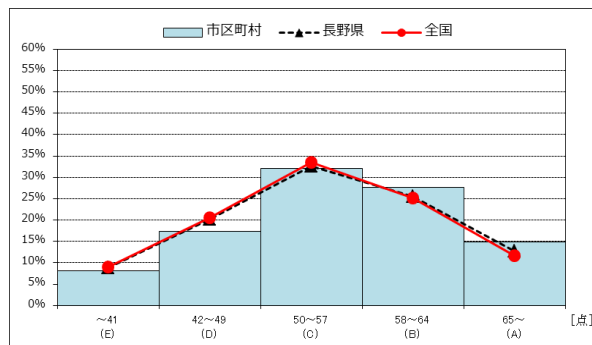
※総合評価は、8種目すべてを実施した場合、合計点の良い方からABCDEの5段階で示した評定です。
 ※市区町村が安曇野市を表しています。

①小学校男子：A段階が全国を上回り、A・B段階の合計でも全国を上回っていました。D段階が少なく平均値は全国を上回っていました。

①【小学校男子 総合評価の割合】

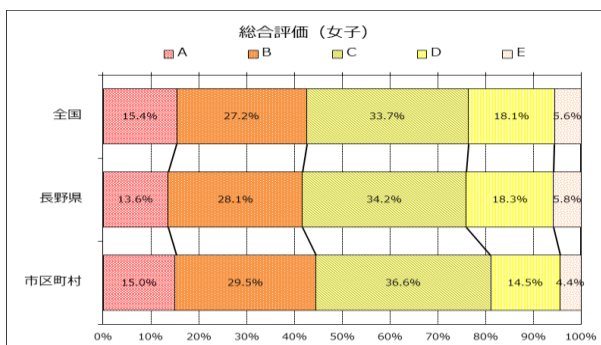


①-2【小学校男子 総合評価の度数分布】

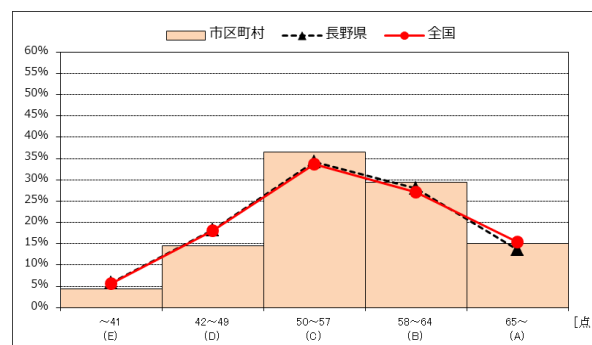


②小学校女子：A段階は全国とほぼ同じですが、B・C段階が全国を上回りD段階が全国を下回り平均値では全国を上回っていました。

②【小学校女子総合評価の割合】

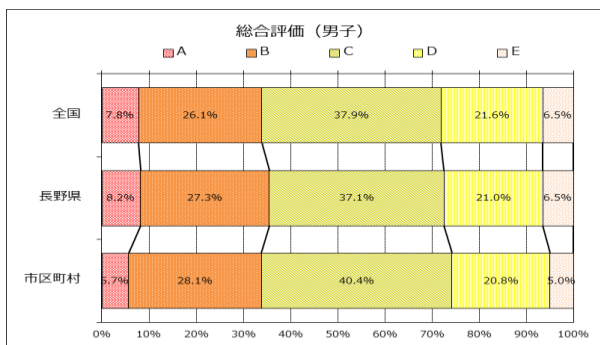


②-2【小学校女子 総合評価度数分布】

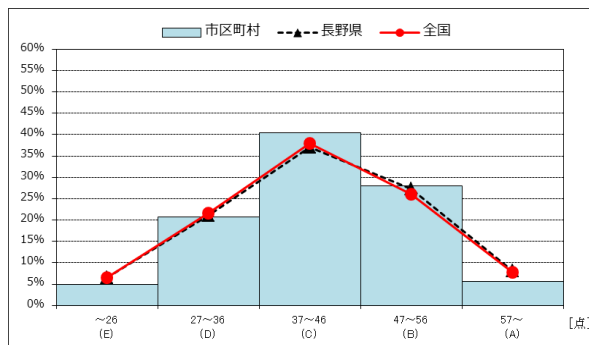


③中学校男子：A段階は全国を下回っていますが、A・B段階の合計は全国とほぼ同じでした。平均値は全国とほぼ同じでした。

③【中学校男子 総合評価の割合】

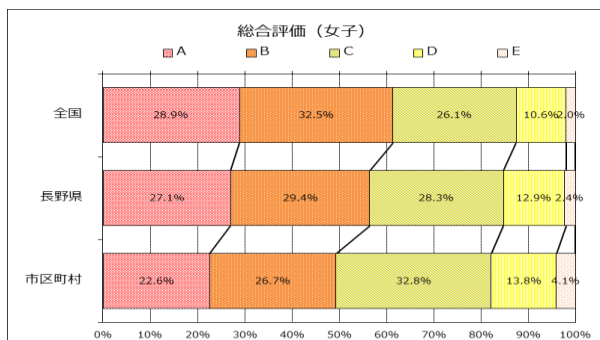


③-2【中学校男子 総合評価同数分布】

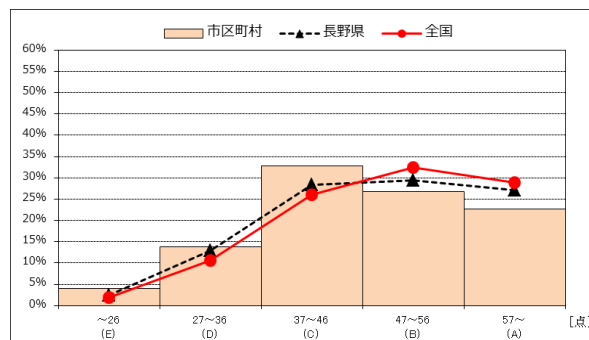


④中学校女子：A段階が全国より6.3%少なく、B段階も5.8%少なかった。C・D・E段階が全国・県より多くその合計は50%を越えていました。

④【中学校女子 総合評価の割合】



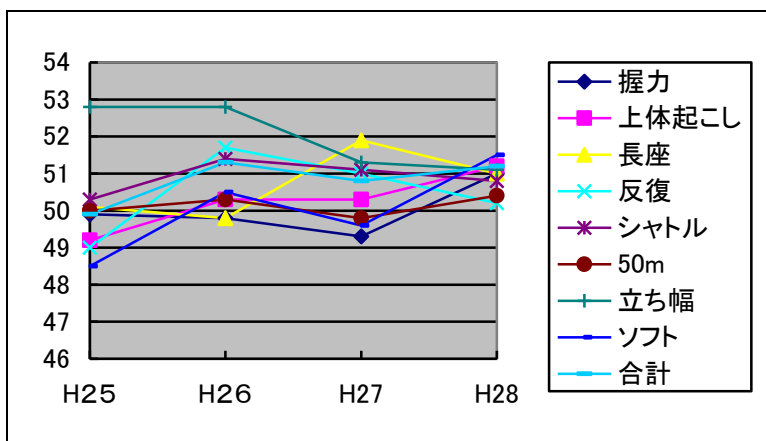
④-2【中学校女子 総合評価度数分布】



(5) 種目別平均点のT得点の経年変化 (平成25年度から)

①【小学校男子】

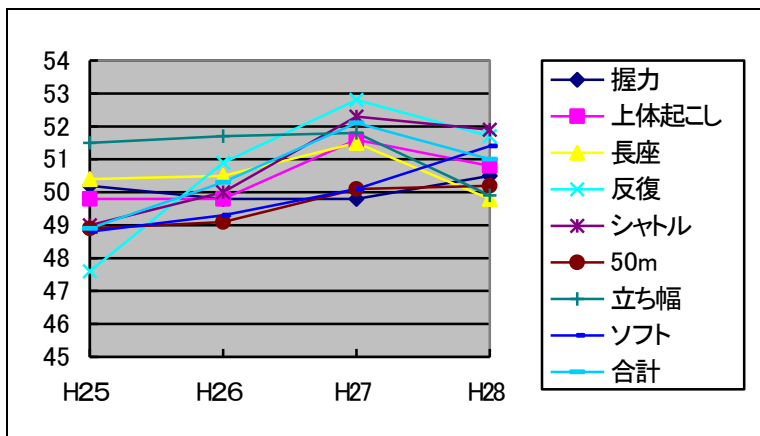
立ち幅跳びは平成25年度を最高値として下降し本年度が最低値でした。ソフトボール投げは平成25年度を最低値として本年度が最高値でした。種目により上下動がありましたが、本年度は全種目がバランスよく50点以上となり全体では上向き傾向でした。



	H25	H26	H27	H28
握力	49.9	49.8	49.3	51.0
上体起こし	49.2	50.3	50.3	51.2
長座体前屈	50.1	49.8	51.9	51.0
反復横跳び	49	51.7	51	50.2
シャトルラン	50.3	51.4	51.1	50.8
50m走	50	50.3	49.8	50.4
立ち幅跳び	52.8	52.8	51.3	51.1
ソフトボール投げ	48.5	50.5	49.6	51.5
合計点	49.9	51.3	50.8	51.2

②【小学校女子】

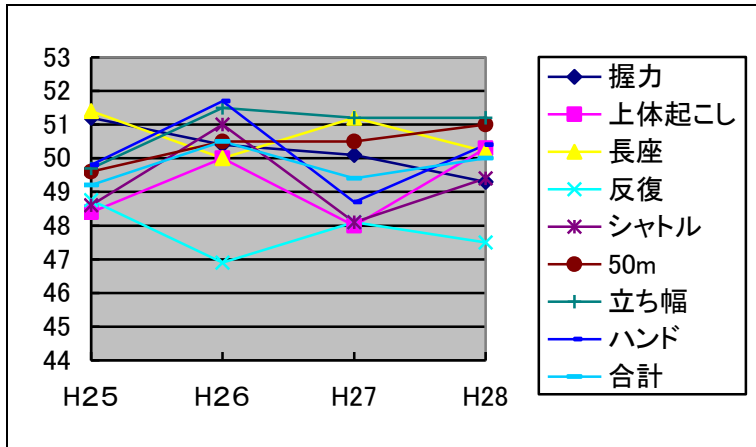
合計点では平成27年度が最高値でした。平成28年度は前年度を下回りましたが、50点に届かない長座体前屈と立ち幅跳びは全国平均とほぼ同じであり、課題となる種目が見られず全体では上向き傾向でした。



	H25	H26	H27	H28
握力	50.2	49.8	49.8	50.5
上体起こし	49.8	49.8	51.6	50.8
長座体前屈	50.4	50.5	51.5	49.8
反復横跳び	47.6	50.9	52.8	51.7
シャトルラン	49	50	52.3	51.3
50m走	48.9	49.1	50.1	50.2
立ち幅跳び	51.5	51.7	51.8	49.9
ソフトボール投げ	48.8	49.3	50.1	51.4
合計点	48.9	50.3	52.1	51.0

③【中学校男子】

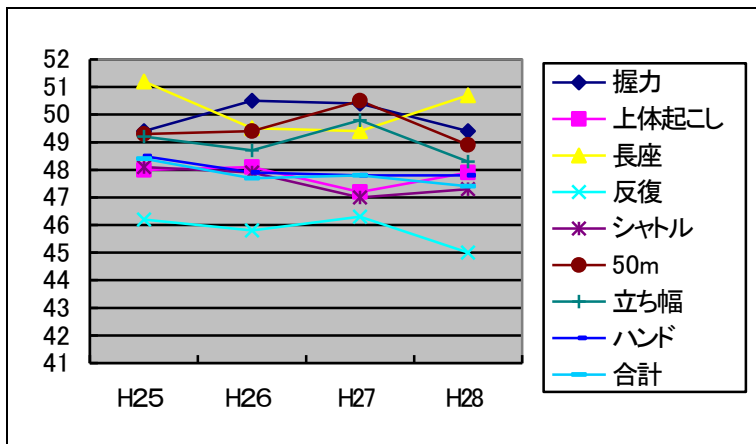
平成26年度は反復横とびを除いて50点を越えており、合計点では最高値でした。結果の上下動がある中、上体起こし・反復横とび・20mシャトルラン・ハンドボール投げが共通の課題でした。本年度は上体起こしとハンドボール投げに改善が見られましたが、依然、反復横とびと20mシャトルランに課題があります。



	H25	H26	H27	H28
握力	51.2	50.4	50.1	49.3
上体起こし	48.4	50.0	48.0	50.0
長座体前屈	51.4	50.0	51.2	50.2
反復横跳び	48.76	46.9	48.1	47.5
シャトルラン	48.6	51.0	48.1	49.4
50m走	49.6	50.5	50.5	51.0
立ち幅跳び	49.7	51.5	51.2	51.2
ソフトボール投げ	49.8	51.7	48.7	50.4
合計点	49.2	50.5	49.4	50.0

④【中学校女子】

長座体前屈は僅かに上向きましたが、他は依然低迷しています。特に上体起こし・反復横とび・20mシャトルラン・ハンドボール投げの全国との差が大きく、反復横とびのT得点は最大の差となりました。



	H25	H26	H27	H28
握力	49.4	50.5	50.4	49.4
上体起こし	48.0	48.1	47.2	47.9
長座体前屈	51.2	49.5	49.4	50.7
反復横跳び	46.2	45.8	46.3	45.0
シャトルラン	48.1	47.9	47.0	47.3
50m走	49.3	49.4	50.5	48.9
立ち幅跳び	49.2	48.7	49.8	48.3
ソフトボール投げ	48.5	47.9	47.8	47.8
合計点	48.4	47.7	47.8	47.4

(6) 安曇野市の傾向と課題

①小学校の特徴

○男子：種目別のT得点では立ち幅とびが下降していますが、体力合計点は、平成26年度以降全国平均を下回ることなく推移しており上向き傾向です。

○女子：平成25年度の体力合計点は全国平均より低く、その後はほぼ同じとなり、平成27、28年度と連続して全国平均を上回りました。本年度の種目別では長座体前屈と立ち幅跳びが50点を割り4年間の中では最低点でしたが、全体に上向き傾向です。

②中学校の特徴

○男子：全国平均を僅かに下回ったり上回ったりして推移しており全国とほぼ同じです。経年変化では僅かに上向き傾向ですが、反復横とび・20mシャトルランに課題があります。総合評価A・B段階の底上げが課題です。

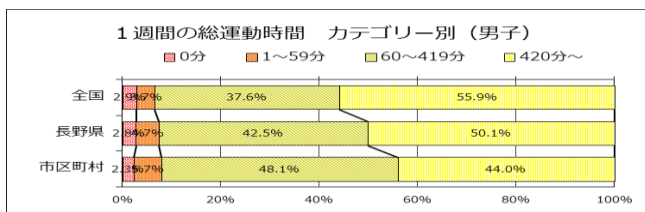
○女子：全国平均より低くその差が開いています。特に上体起こし・反復横とび・シャトルラン・ハンドボール投げに課題が見られます。総合評価では中位層が厚く上位層が薄い状況です。

3 児童生徒に対する質問紙調査

※市区町村が安曇野市を表しています。

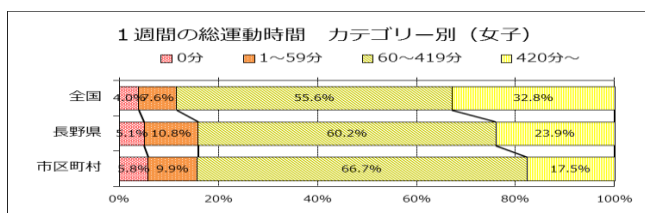
(1) 1週間の総運動時間 カテゴリー別

①【小学校男子】 ○総運動時間420分以上が全国より11%、県より6%下回りました。

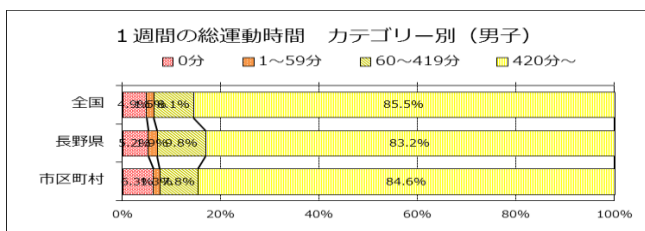


男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	2.9%	3.7%	37.6%	55.9%
長野県	2.8%	4.7%	42.5%	50.1%
市区町村	2.3%	5.7%	48.1%	44.0%
女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	4.0%	7.6%	55.6%	32.8%
長野県	5.1%	10.8%	60.2%	23.9%
市区町村	5.8%	9.9%	66.7%	17.5%

②【小学校女子】 ○0分から419分が全国より多く、420分以上が15.7%下回りました。

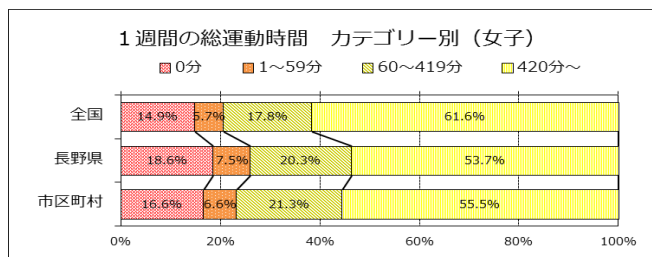


③【中学校男子】 ○0分が全国より2%多いが全体にはほぼ全国と同じ割合でした。



男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	4.9%	1.5%	8.1%	85.5%
長野県	5.2%	1.9%	9.8%	83.2%
市区町村	5.3%	1.3%	7.8%	84.6%
女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	14.9%	5.7%	17.8%	61.6%
長野県	18.6%	7.5%	20.3%	53.7%
市区町村	16.6%	6.6%	21.3%	55.5%

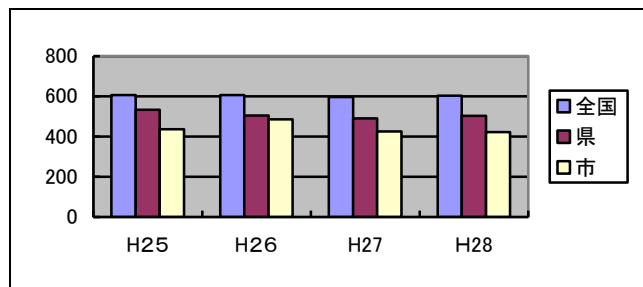
④【中学校女子】 ○0分から419分が全国より多く、420分以上が6.1%下回りました。



(2) 1週間の総運動時間 (全国・長野県・安曇野市) の経年変化

①【小学校男子】

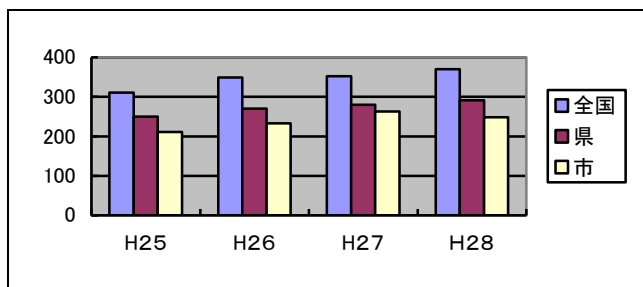
全国平均は600分前後で推移していますが、市は500分を超えることがなく、全国・県より少ない時間で推移しており、平成28年度の全国平均との差は-178分。県平均との差は-78分でした。



	H25	H26	H27	H28
全国	606	607	597	603
長野県	533	504	491	503
安曇野市	436	486	425	422
全国との差	-170	-121	-172	-178

②【小学校女子】

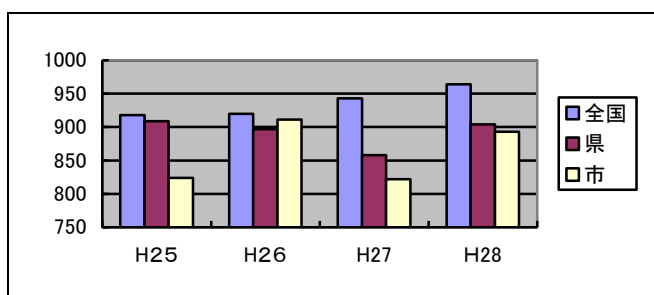
全国平均は300分を超え推移していますが、市は300分を超えることがなく、全国・県より少ない時間で推移しています。平成28年度の全国平均との差は-122分。県との差は-43分でした。



	H25	H26	H27	H28
全国	311	349	352	370
長野県	250	270	280	291
安曇野市	211	233	263	248
全国との差	-100	-116	-89	-122

③【中学校男子】

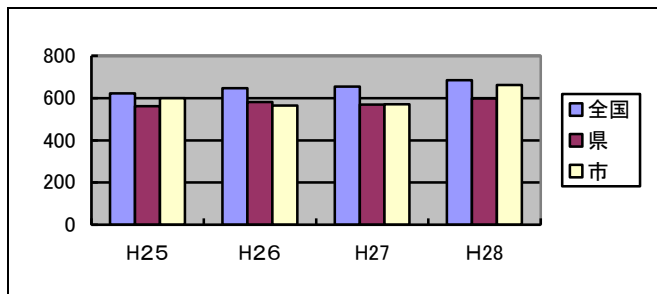
全国平均は900分を超え推移していますが、市は平成26年度を除き900分を超えていません。平成28年度の全国平均との差は-71分でした。



	H25	H26	H27	H28
全国	918	920	914	964
長野県	909	897	858	904
安曇野市	824	911	822	893
全国との差	-89	-9	-92	-71

④【中学校女子】

平成28年度は600分を超えて全国平均との差は-23分となり、全国の運動時間に近づきました。



	H25	H26	H27	H28
全国	623	647	654	685
長野県	563	581	570	598
安曇野市	600	555	571	662
全国との差	-23	-92	-83	-23

(3) 曜日毎の運動時間の比較

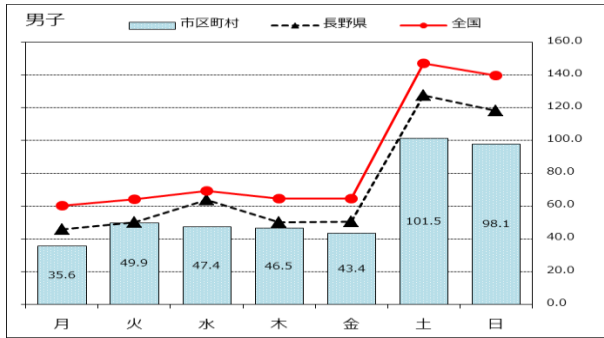
※市区町村が安曇野市を表しています。

- ①小学校男子：どの曜日も全国は60分を超えています。総運動時間の全国との差は約180分あり、小中男女別の中で一番大きな全国平均との差でした。
- ②小学校女子：どの曜日も全国・県より運動時間が少なく、総運動時間の全国との差は-122分でした。

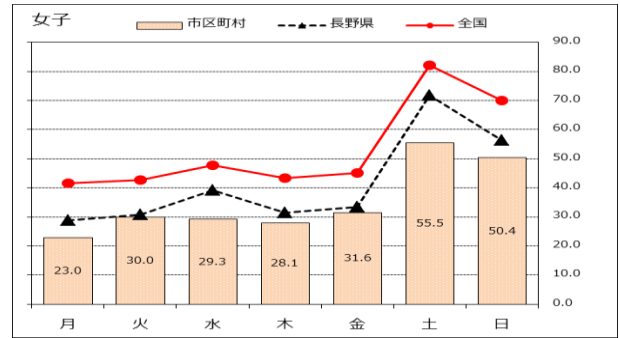
《小学校 曜日毎の運動時間》

		月	火	水	木	金	土	日	計	
① 小学校 男子	全国	60.1	64.1	69.3	64.4	64.4	147.2	139.7	602.9	全国
	長野県	45.8	49.9	63.9	50.1	50.6	127.4	118.3	503.0	長野県
	安曇野市	35.6	49.9	47.4	46.5	43.4	101.5	98.1	422.4	安曇野市
② 小学校 女子	全国	41.5	42.6	47.7	43.3	45.1	82.1	70.0	370.3	全国
	県	28.8	30.7	39.2	31.5	33.4	71.7	56.3	290.9	県
	安曇野市	23.0	30.0	29.3	28.1	31.6	55.5	50.4	247.9	安曇野市

①【小学校男子】



②【小学校女子】



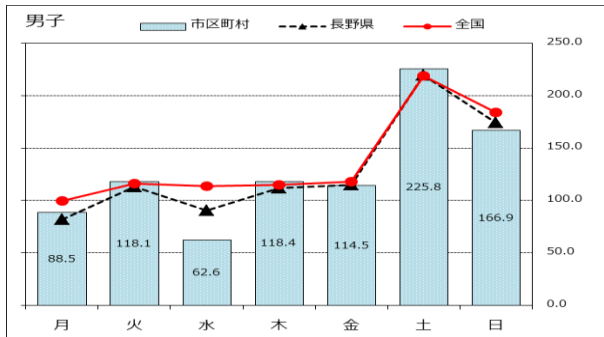
③中学校男子：月・水・日曜日が全国より少なく、総運動時間の全国との差は-71分でした。

④中学校女子：月・水曜日が全国より少なく、土・日曜日は全国より多く、総運動時間の全国との差は小中男女別の中で一番小さく-23分でした。

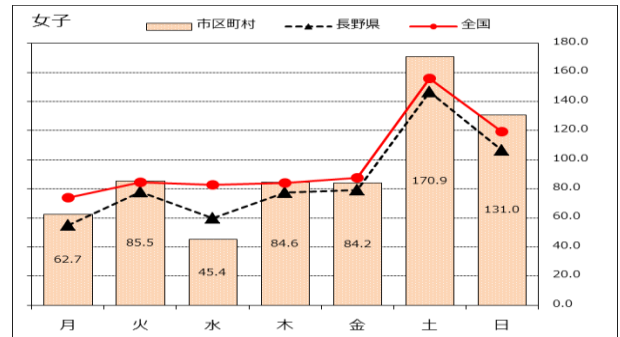
《 中学校 曜日毎の運動時間 》

		月	火	水	木	金	土	日	計	
③ 中学 男子	全国	99.5	116.1	113.5	114.8	118.2	219.1	184.0	964.3	全国
	長野県	81.7	113.0	90.4	112.0	114.7	219.6	174.0	903.5	長野県
	安曇野市	88.5	118.1	62.6	118.4	114.5	225.8	166.9	893.3	安曇野市
④ 中学 女子	全国	74.1	84.4	82.7	84.2	87.4	156.0	119.3	685.2	全国
	県	55.0	78.0	59.9	77.3	79.2	146.6	106.5	598.1	県
	安曇野市	62.7	85.5	45.4	84.6	84.2	170.9	131.0	662.2	安曇野市

③【中学校男子】



④【中学校女子】



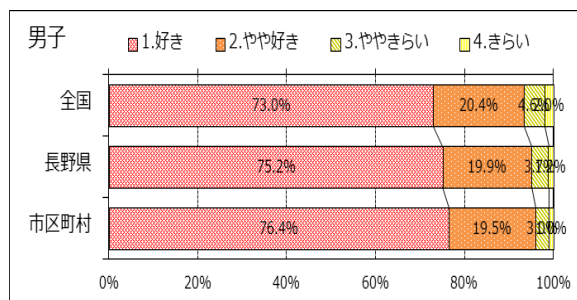
(4) 運動が好きな児童・生徒の割合 (全国・長野県・安曇野市) の比較

※市区町村が安曇野市を表しています。

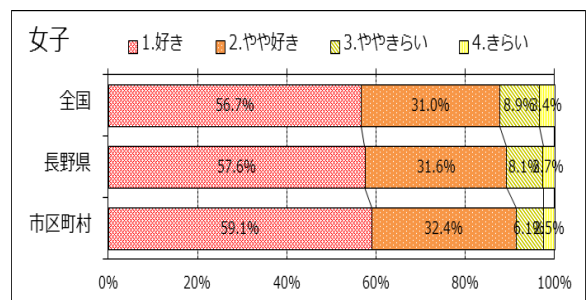
①小学校男子：運動好きが全国・長野県より多い状況でした。

②小学校女子：男子に比べ「運動好き」が少なくなる傾向ですが、全国・長野県よりは多い状況でした。

①【小学校男子】



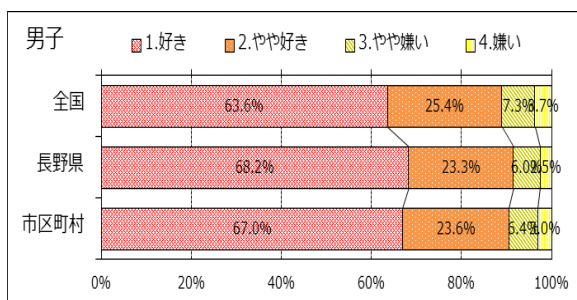
②【小学校女子】



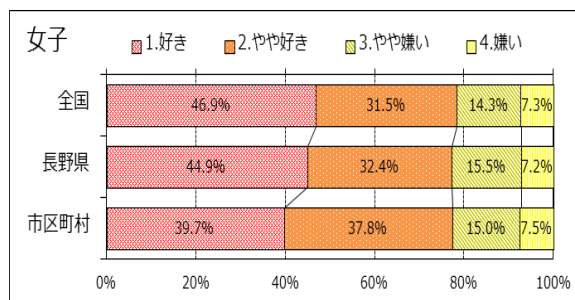
③中学校男子：運動好きは全国より多く、嫌いは全国との差がほぼありませんでした。

④中学校女子：運動好きは全国や県より少なく、やや好きが多いため、運動好きとやや好きを合わせると全国・県とほぼ同じになります。嫌いは全国と差がありませんでした。

③【中学校男子】



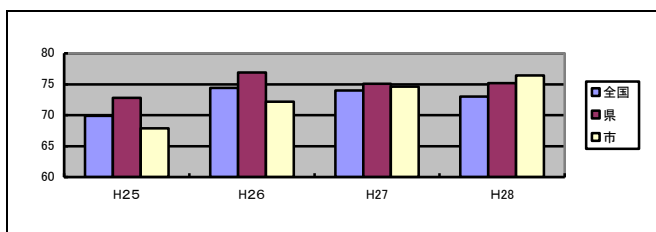
④【中学校女子】



(5) 市内児童生徒の運動好きの割合 (%) 経年変化

①【小学校男子】

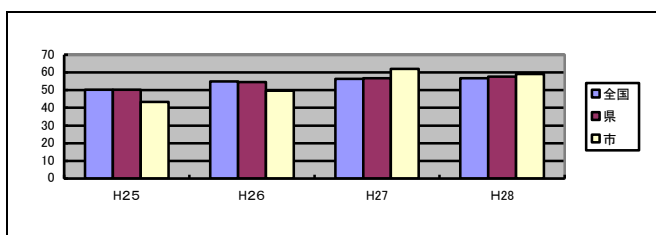
男子は平成 25・26 年度と全国・県を下回っていましたが、平成 27 年度全国を僅かに上回り、平成 28 年度は上回り運動好きの児童が年々増加していました。



男子	H25	H26	H27	H28
全国	69.9	74.4	74.0	73.0
長野県	72.8	76.9	75.1	75.2
安曇野市	67.9	72.2	74.6	76.4
全国との差	-2.0	-2.2	0.6	3.4

②【小学校女子】

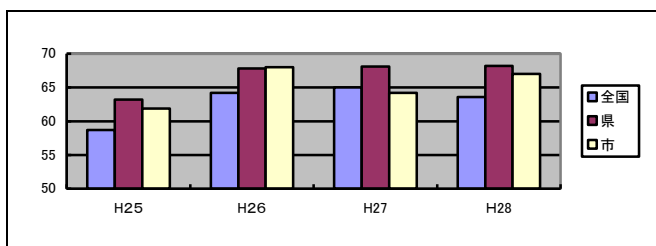
平成 25・26 年度と全国・県を下回っていましたが、平成 27 年度に全国・県を上回り、平成 28 年度は 60% に僅かに届いていませんが、運動好きの児童が上向き傾向で増えていました。



女子	H25	H26	H27	H28
全国	50.3	55.0	56.4	56.7
長野県	50.2	54.5	56.8	57.6
安曇野市	43.4	49.6	62.1	59.1
全国との差	-6.9	-5.4	5.7	2.4

③【中学校男子】

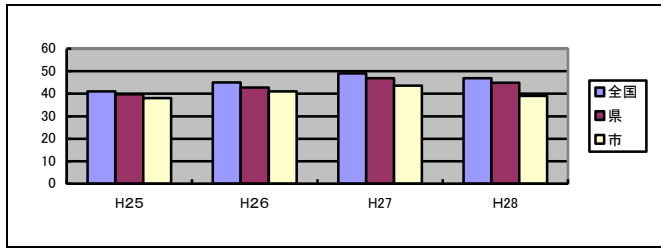
平成 25・26 年度と全国平均を上回っていましたが、平成 27 年度は僅かに下回りました。平成 28 年度は再び上昇し、全国平均を上回っていました。



男子	H25	H26	H27	H28
全国	58.7	64.2	65.0	63.6
長野県	63.2	67.8	68.1	68.2
安曇野市	61.9	68.0	64.2	67.0
全国との差	3.2	3.8	-0.8	3.4

④【中学校女子】

平成25年度を最低値として年々上昇していましたが、平成28年度は下降し全国との差は7.9%と開きました。

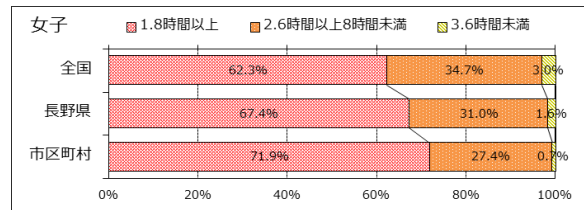
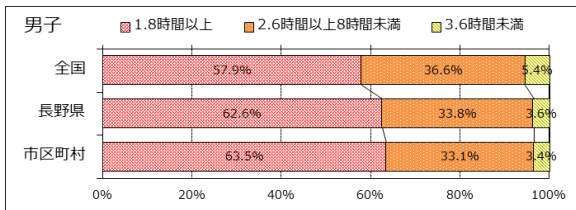


女子	H25	H26	H27	H28
全国	41.1	45.0	49.0	46.9
長野県	39.8	42.8	46.9	44.9
安曇野市	38.0	41.0	43.6	39.0
全国との差	-3.1	-4.0	-5.4	-7.9

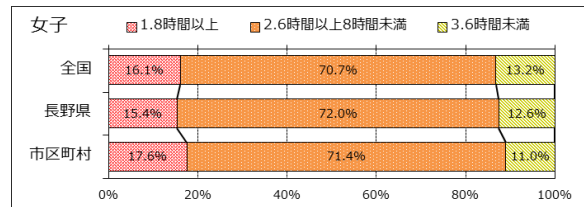
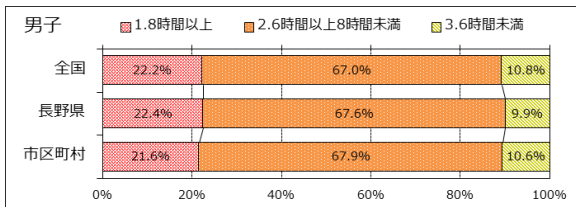
(6) 睡眠時間

※グラフ内市区町村が安曇野市を表しています。

①小学校 男女とも8時間以上が最も多く、全国・県を上回っていました。

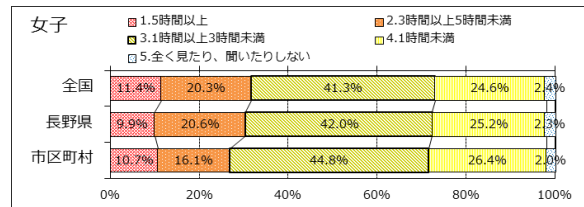
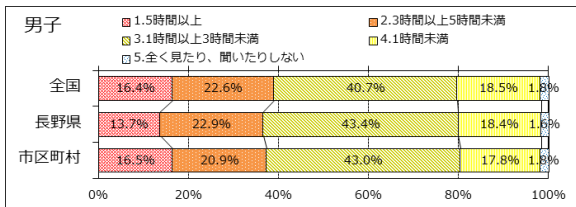


②中学校 男女とも6時間以上8時間未満が多く、割合は全国・県とほぼ同じでした。

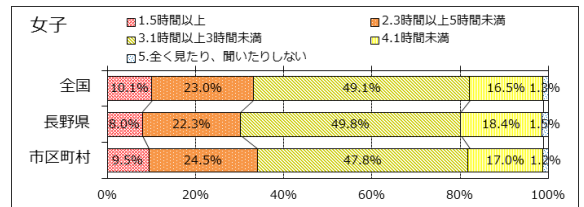
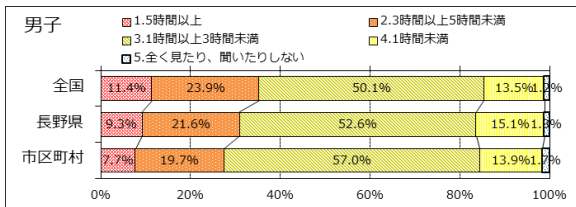


(7) 平日のテレビ・ビデオ等の時間

①小学校:男子は全国とほぼ同じでした。女子は3時間以上5時間未満が少なく、3時間未満が上回っていました。

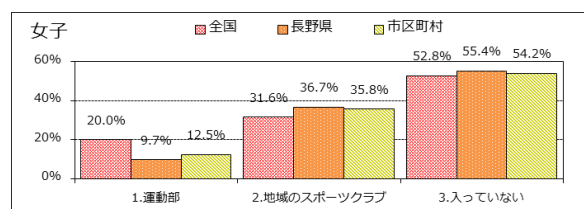
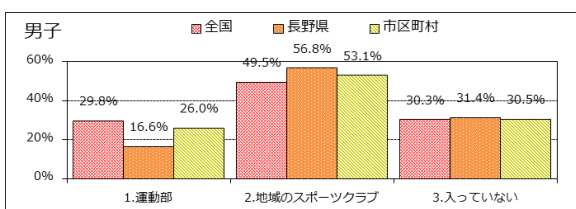


②中学校:男子は5時間以上、3時間以上が全国より少なく、女子は全国とほぼ同じ割合でした。

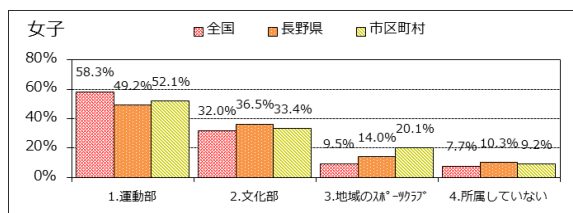
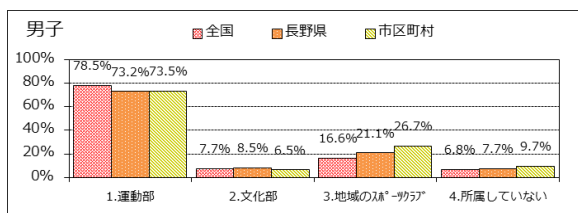


(8) 運動部等への所属

①小学校:男女とも運動部所属は全国を下回り、地域のスポーツクラブ所属は全国を上回っていました。

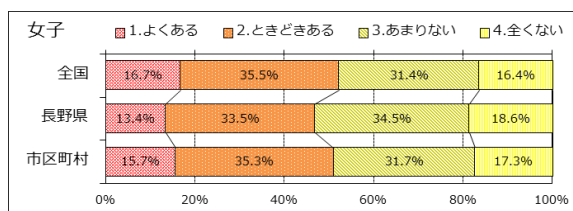
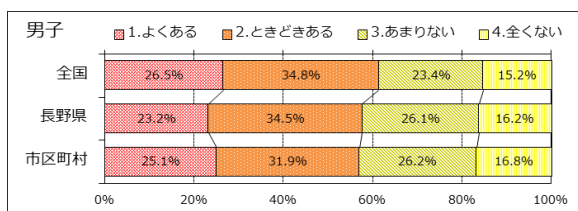


②中学校：男女とも運動部所属が全国を下回っていました。地域のスポーツクラブ所属は男女とも全国・県を上回っていました。

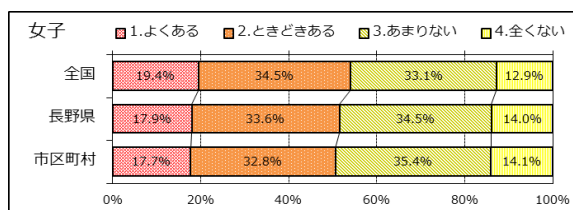
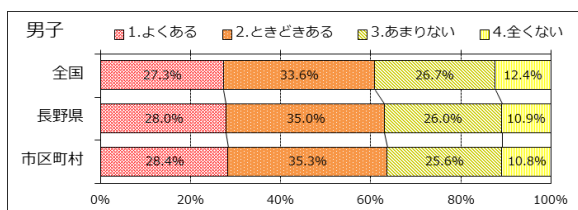


(9) 家の人から運動やスポーツを積極的に勧められる

①小学校：男子は全国に比べ「ある」「ときどきある」が少なく、「あまりない」「全くない」が多くなっていました。女子の割合は全国とほぼ同じでした。

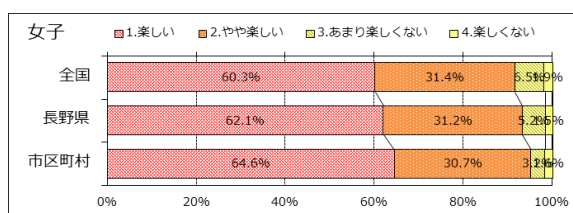
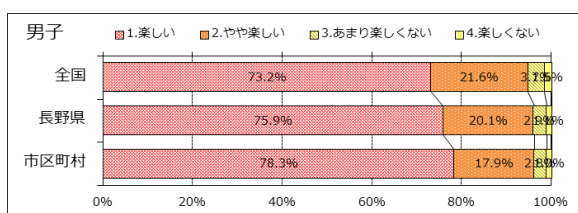


②中学校：男子は全国に比べ「ある」「ときどきある」が多く、女子は、「あまりない」「全くない」が全国を上回っていました。

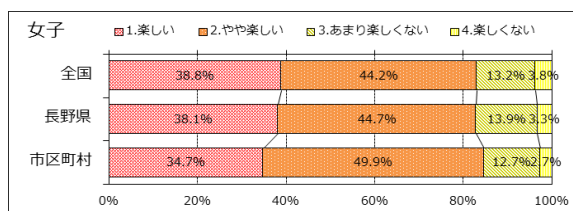
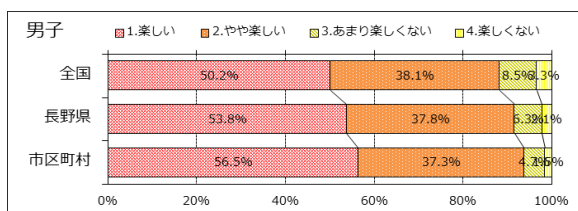


(10) 体育（保健体育）の授業は楽しい

①小学校：男女とも「楽しい」が全国・県を上回っていました。「あまり楽しくない」は全国・県を下回っていました。



②中学校：男子は「楽しい」が全国・県を上回っていました。女子は「楽しい」が下回り「やや楽しい」が上回っていました。



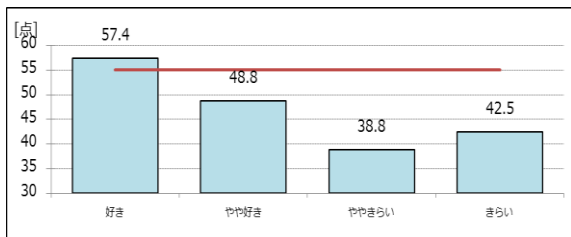
Ⅲ 体力合計点と質問紙（回答）のクロス集計

1 意識に関わるクロス集計

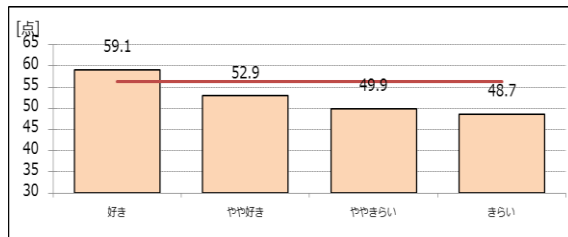
(1) 運動好き

○小学校男女・中学校男女とも「運動好き」が、それぞれの平均点を上回る傾向がありました。

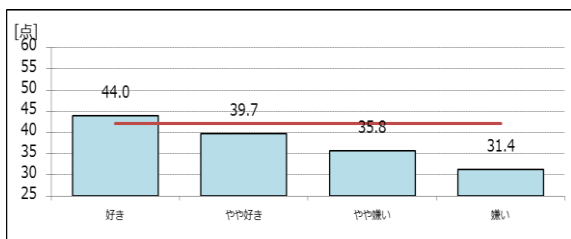
① 【小学校男子】



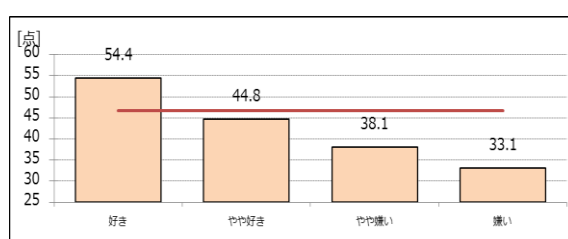
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



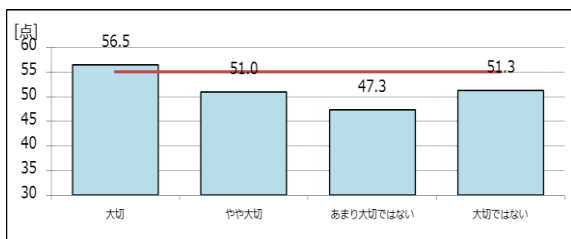
④ 【中学校女子】



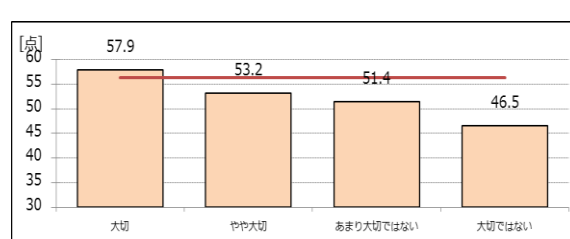
(2) 運動は大切だと思う

○小学校男女・中学校男女とも「運動は大切」だと思うが、それぞれの平均点を上回る傾向がありました。

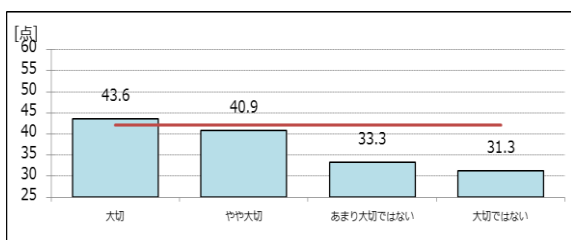
① 【小学校男子】



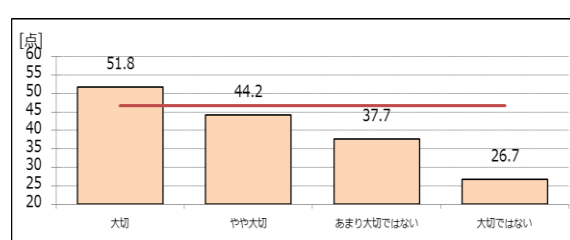
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



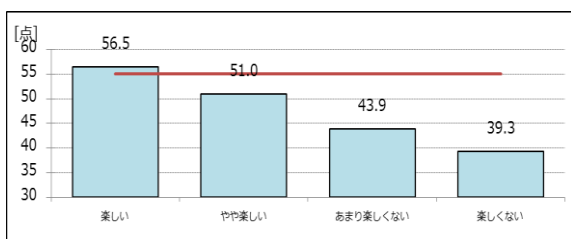
④ 【中学校女子】



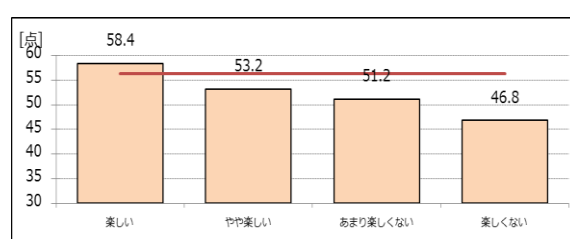
(3) 体育の授業は楽しいと思う

○小学校中学校の男女とも「体育の授業は楽しい」と思うが、それぞれの平均点を上回る傾向がありました。

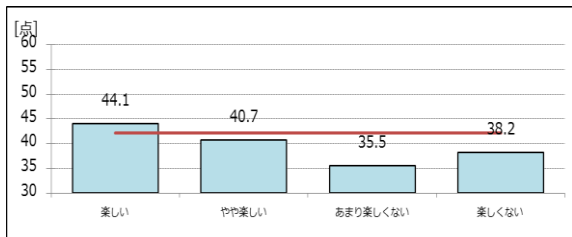
① 【小学校男子】



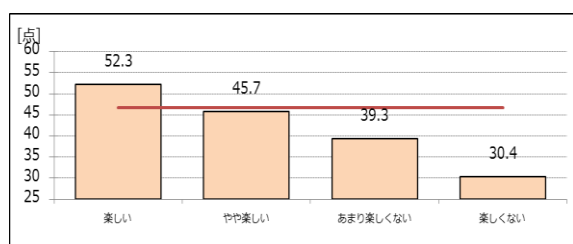
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



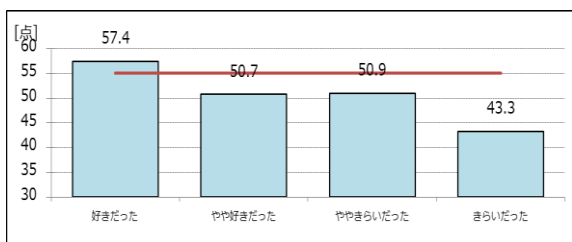
④ 【中学校女子】



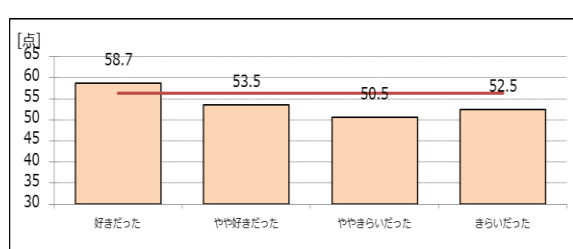
(4) 就学前の意識 (小学校5年生への質問)

○男女とも就学前「運動が好きだった」と思うが、それぞれの平均を上回る傾向がありました。

① 【小学校男子】



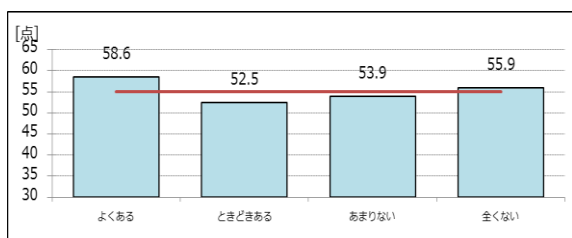
② 【小学校女子】



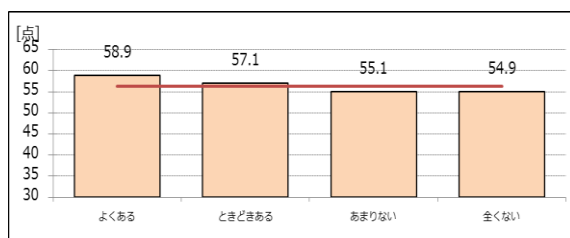
(5) 家の人からの積極的な運動の勧め

○中中学校男女とも「家の人からの積極的な運動の勧めがよくある」が、それぞれの平均点を上回る傾向がありました。

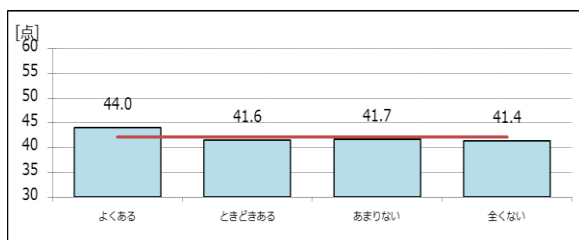
① 【小学校男子】



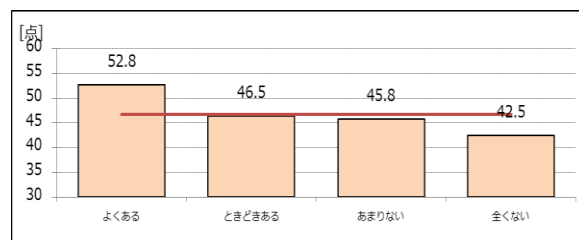
② 【小学校男子】



③ 【中学校男子】



④ 【中学校女子】



2 生活習慣に関わるクロス集計

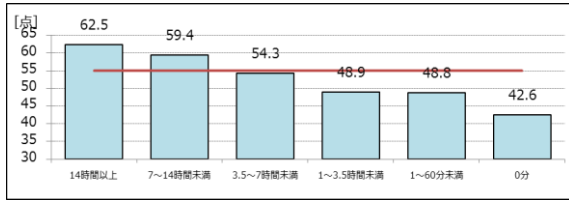
(1) 1週間の総運動時間

○小学校男子は、「7時間以上」の運動時間が平均点を上回る傾向があります。小学校女子は「3.5時間以上」の運動時間が平均点を上回る傾向がありました。

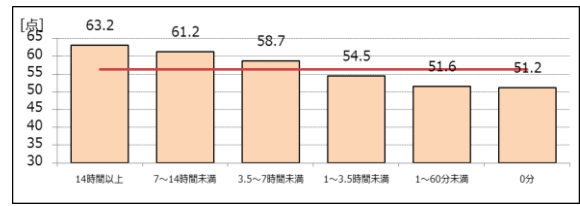
○中学校男女とも「7時間以上」の運動時間が平均点を上回る傾向がありました。

男女とも7時間以上と7時間未満の差は顕著でした。

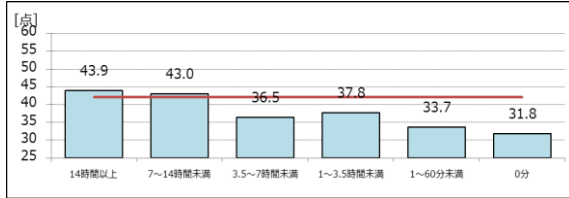
① 【小学校男子】



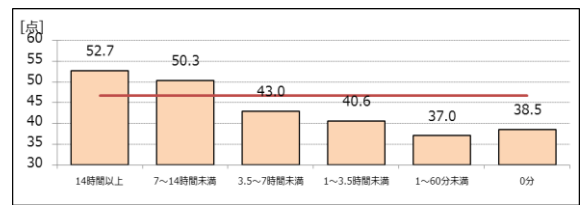
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



④ 【中学校女子】

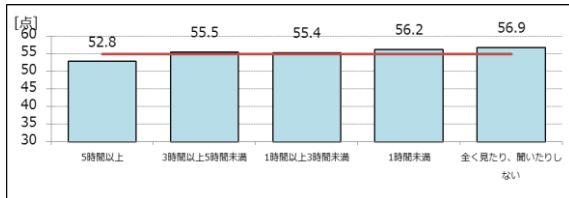


(2) 平日のテレビやビデオDVDの視聴時間

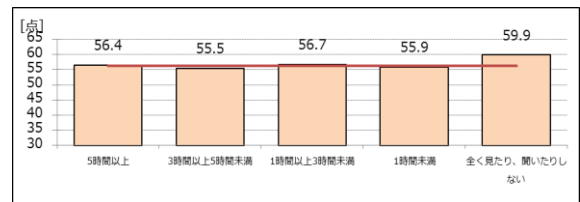
○小学校男女とも「全く見たり、聞いたりしない」が、平均点を上回る傾向がありました。

○中学校では男女とも視聴時間「1時間未満」が、それぞれの平均点を上回る傾向がありました。

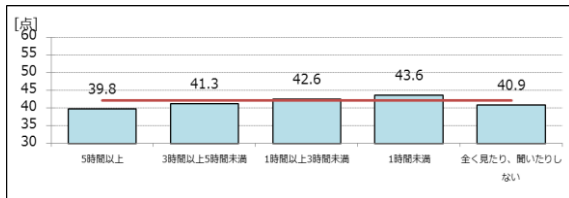
① 【小学校男子】



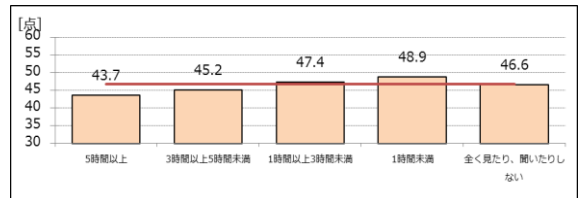
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



④ 【中学校女子】

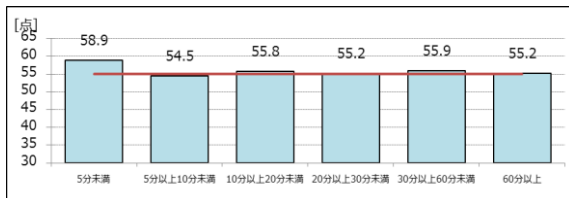


(3) 徒歩時間

○小学校男子の徒歩時間5分未満は該当人数が少ないことを考えると、徒歩時間による大きな差異はありませんでした。

○中学校は男女とも60分以上の生徒の平均点が高い傾向がありました。

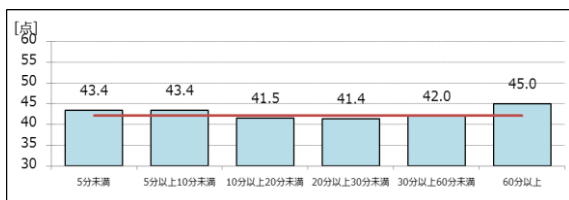
① 【小学校男子】



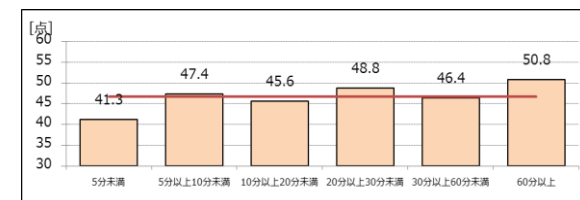
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



④ 【中学校女子】

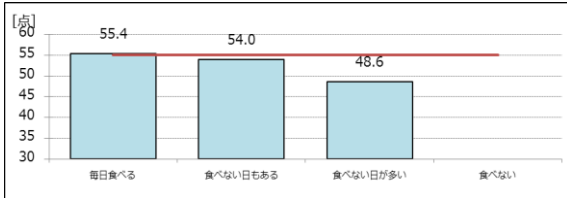


(4) 朝食

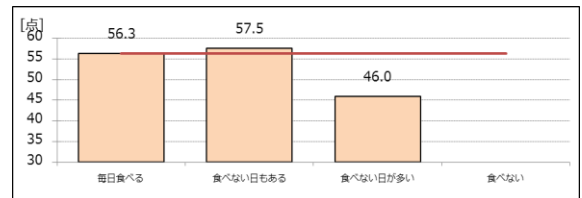
○小学校男子では「毎日食べる」が平均点を上回り、女子は「食べない日もある」が「毎日食べる」を僅かに上回りました。男女とも「食べない日が多い」は少人数ですが平均点を下回りました。

○中学校男女では「毎日食べる」が平均点を越え他は下回っています。

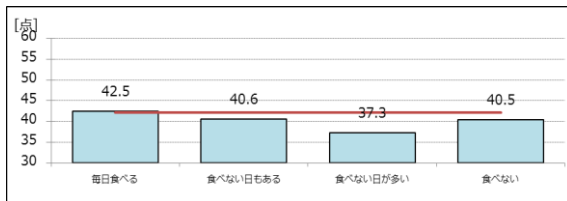
①【小学校男子】



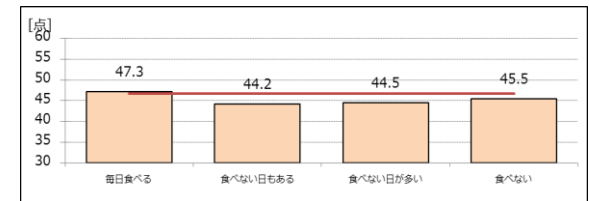
②【小学校女子】



③【中学校男子】



④【中学校女子】



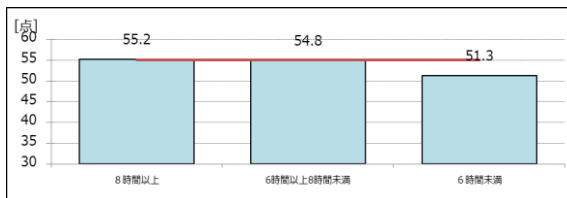
(5) 睡眠時間

○小学校男女とも8時間以上と6～8時間未満は平均点に大差はありませんが、男女とも8時間以上は平均点を僅かに越えていました。6時間未満は男子が3.7ポイント、女子が5.35ポイント下回っていました。

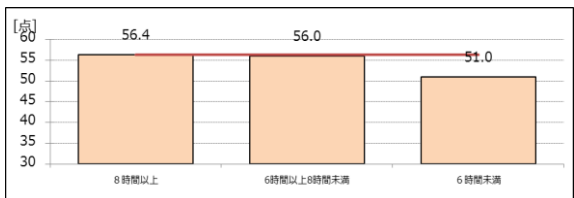
○中学校男子は6～8時間未満が平均点を僅かに上回り、8時間以上と6時間未満は僅かに下回っていました。

女子は6～8時間未満と8時間以上が僅かに平均点を上回り、6時間未満は約1ポイント平均点に及ばない状況でした。

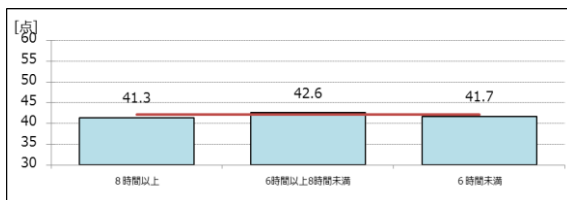
①【小学校男子】



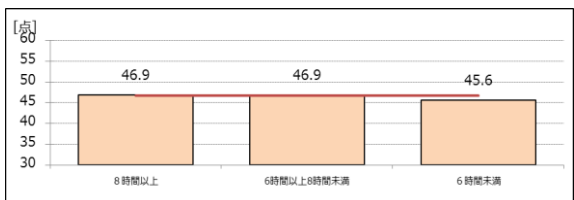
②【小学校女子】



③【中学校男子】



④【中学校女子】

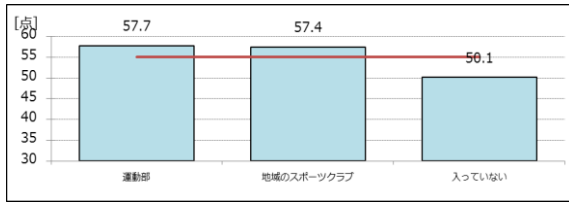


(6) 運動部所属

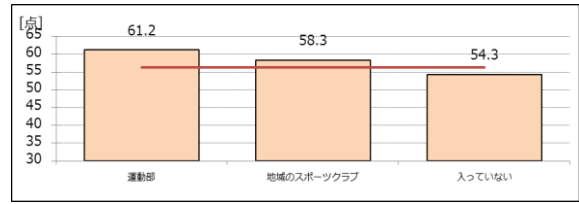
○小学校では男女とも「運動部」・「地域スポーツクラブ」に参加している児童の体力点が高く、市の平均値を上回る傾向がありました。

○中学校では男女とも「運動部」・「地域のスポーツクラブ」に参加している生徒の体力点が高くそれぞれの平均点を上回る傾向がありました。文化部男子は「所属していない」と変わりなく、文化部女子は「所属していない」を下回っていました。

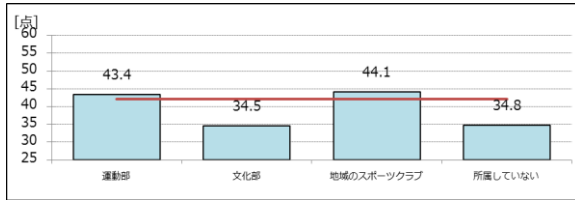
① 【小学校男子】



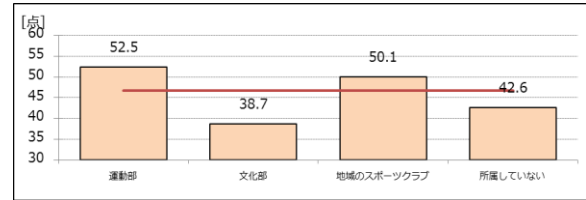
② 【小学校女子】



③ 【中学校男子】



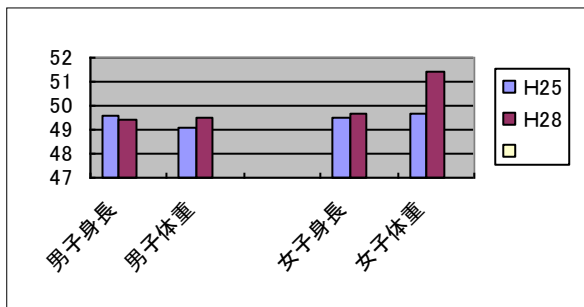
④ 【中学校女子】



IV 平成25年度（小学校5年時）と本年度（中学校2年）との比較

1 体格の比較【Tポイントによる】

- (1) 男子：小学校5年時は身長がほぼ同じで、体重は僅かに下回っていました。中学校2年時は身長が0.2ポイント減り、体重は0.4ポイント増えました。
- (2) 女子：小学校5年時は身長が僅かに全国平均下回り、体重はほぼ同じでした。中学2年時では身長は全国平均とほぼ同じでしたが、体重は1.4ポイント上回りました。



《体格の比較 Tポイント》

	男子		女子	
	H25 小学5年	H28 中学2年	H25 小学5年	H28 中学2年
身長	49.6	49.4	49.5	50.0
体重	49.1	49.5	49.7	51.4

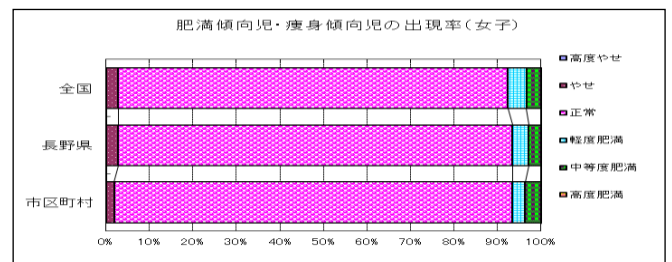
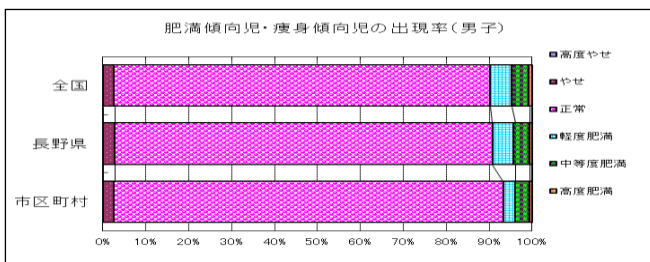
2 肥満傾向・痩身傾向児の出現率（%）の比較

- (1) 男子：中等度肥満と痩身傾向が僅かに減少し、軽度肥満が僅かに増えていました。
- (2) 女子：軽度肥満が僅かに増えています。

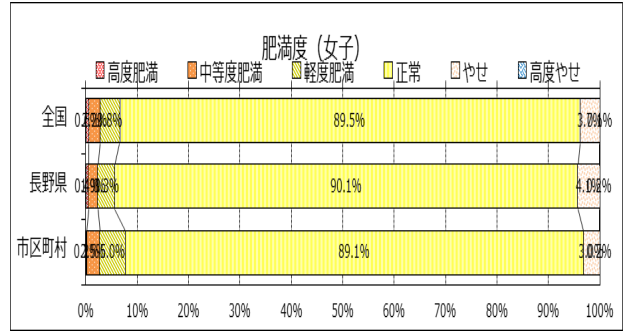
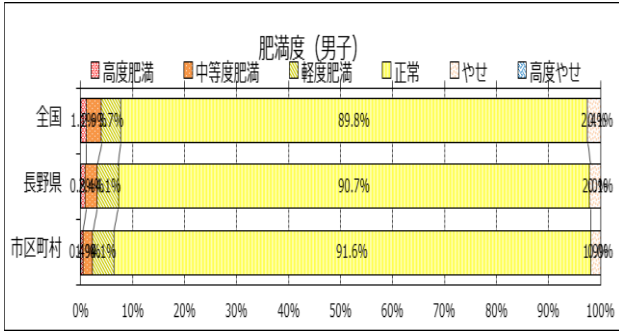
《男女別 肥満傾向・痩身傾向児の出現率（%）の比較》

	男子					女子						
	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
H25	0.6	3.3	2.9	90.7	2.5	0	0.4	2.5	3.8	90.6	2.6	0.1
H28	0.4	1.9	4.1	91.6	1.9	0	0.2	2.5	5.0	89.1	3.0	0.2

【小学校5年時 平成25年度】



【中学校2年時 平成28年】



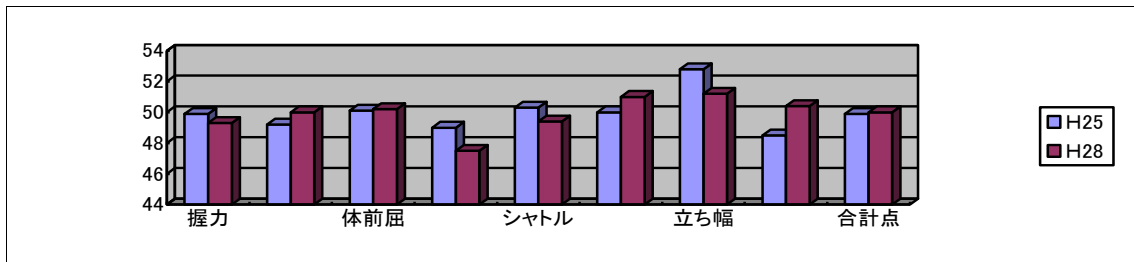
3 運動能力 Tポイントの比較

- (1) 男子：上体起こし・長座体前屈・50m走・ボール投げの4種目と合計点で小学校5年時のTポイントを越え、反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とびの4種目が伸びていませんでした。
- (2) 女子：長座体前屈が僅かに上回り、50m走は同ポイントでした。他は5年時を下回り全国との差が開き、特に反復横跳びは全国との差が大きくなりました。

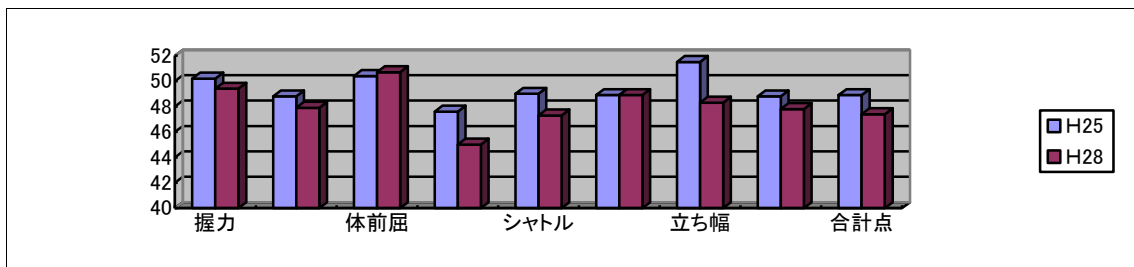
《種目別Tポイントの比較》

	男子		女子	
	H25 小5	H28 中2	H25 小5	H28 中2
握力	49.9	49.3	50.2	49.4
上体起こし	49.2	50.0	48.8	47.9
長座体前屈	50.1	50.2	50.4	50.7
反復横跳び	49.0	47.5	47.6	45.0
20mシャトルラン	50.3	49.4	49.0	47.3
50m走	50.0	51.0	48.9	48.9
立ち幅跳び	52.8	51.2	51.5	48.3
ボール投げ	48.5	50.4	48.8	47.8
合計点	49.9	50.0	48.9	47.4

① 【種目別TポイントH25とH28の比較 男子】



② 【種目別TポイントH25とH28の比較 女子】



4 質問紙調査 回答内容の比較

《質問調査 5年時と中2年時の回答内容の比較》

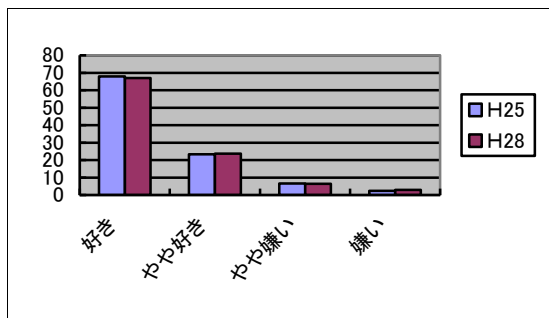
		男子		女子	
		H25 小学校5年	H28 中学校2年	H25 小学校5年	H28 中学校2年
(1) 運動が好き %	好き	67.9	67.0	43.4	39.7
	やや好き	23.3	23.6	35.1	37.8
	やや嫌い	6.6	6.4	14.9	15.0
	嫌い	2.3	3.0	6.6	7.5
(2) 体育(保健体 育)の授業は楽 しい %	楽しい	74.9	56.5	48.5	34.7
	やや思う	19.7	37.3	36.5	49.9
	あまり	4.7	4.7	11.9	12.7
	思わない	0.8	1.5	3.0	2.7
(3) 朝食を食べる %	毎日食べる	90.7	87.9	92.3	83.5
	食べない日がある	7.9	9.9	7.5	12.6
	食べない日が多い	…	1.7	…	3.4
	食べない	1.4	0.4	0.2	0.5
(4) 睡眠 %	6時間未満	7.0	21.6	2.8	17.0
	6～8時間	39.4	67.9	36.6	71.4
	8時間以上	53.6	10.6	60.6	11.0

(1) 運動好き (%)

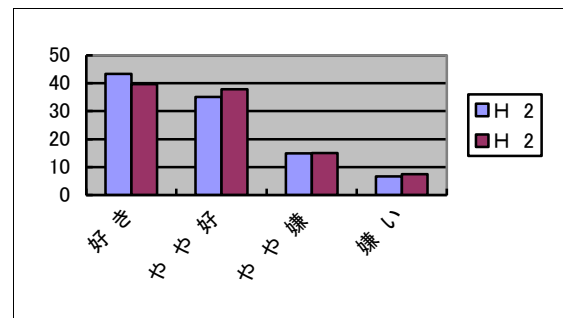
①男子：平成25年度と平成28年度はほぼ同じ割合でした。

②女子：平成28年度、「運動好き」が3.7%減少し、「やや好き」が2.7%増加しました。

①【男子】



②【女子】

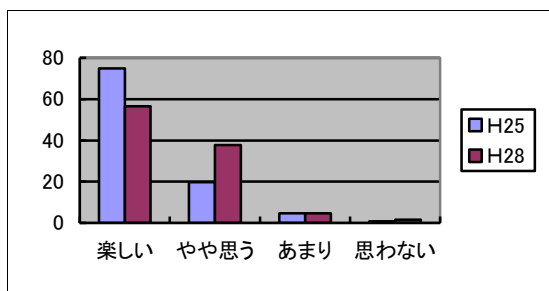


(2) 体育(保健体育)の授業は楽しい (%)

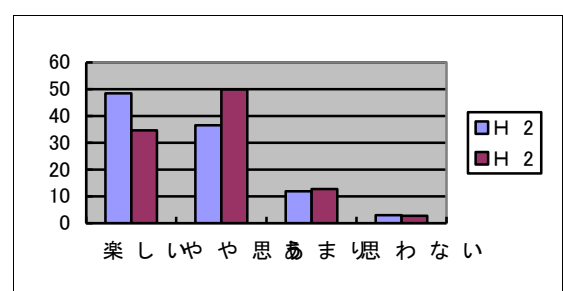
①男子：「楽しいと思う」が減少し、「やや思う」が増加しました。あまり楽しいと思わないはほぼ同じでした。

②女子：「やや思う」が「楽しいと思う」を上回りました。

①【男子】



②【女子】

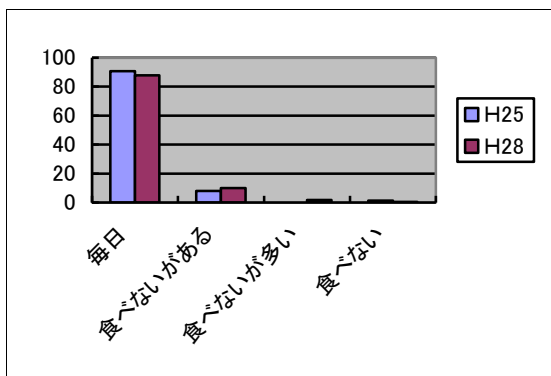


(3) 朝食を食べる (%)

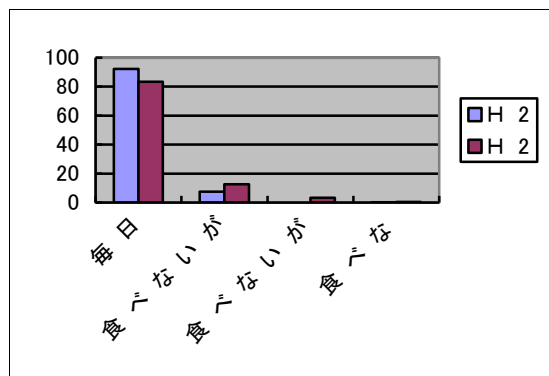
①男子は朝食を毎日食べるが2.8%減少し、食べない日があるが2%増加しました。

②女子は朝食を毎日食べるが8.8%減少し、食べない日があるが5.1%増加しました。男子に比べ女子の変化が大きくなりました。

①【男子】



②【女子】

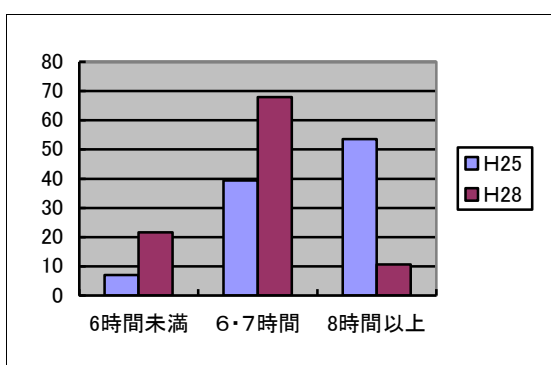


(4) 睡眠時間 (%)

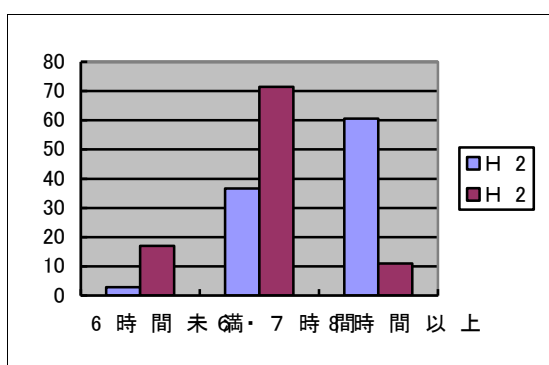
①男子は8時間以上が大きく減り、6～8時間未満と6時間未満が増えました。

②女子も男子と同じ傾向でした。

①【男子】



②【女子】



V 年長児の体づくり等に関するアンケートから

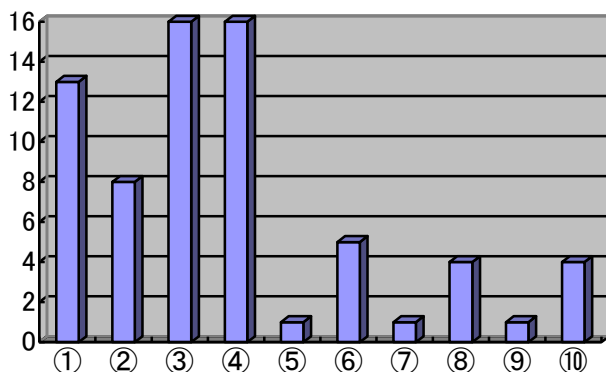
以前より子どもの体力の低下やとっさに手が出ないことによる顔面・頭部の怪我の多さ等が指摘され「子どもの体のおかしさが」関係者の中で話題になっておりました。

本年度体力向上推進委員会では、安曇野市立幼稚園と保育園の19園を対象に平成28年11月29日～12月15日の間、日頃感じたり掴んでいたりする範囲で各園代表者お一人に回答していただくアンケートを実施しました。

1 子どもの変化・遊びの様相について

転んで怪我をする子が多くなったり、アレルギー症状の子どもやこだわりが強い子が多くなったりしている状況が伺えます。遊びの様相では、友達と仲良く遊ぶより喧嘩が増え、集団遊びより一人遊びが多くなり、運動好きより運動嫌いが多くなった傾向が伺えます。また、子ども達は誘い合って群れて遊ぶことが少なく、どちらかという屋外よりと室内でテレビやビデオ、電子ゲーム等で遊ぶ子が多い状況が伺えました。

【グラフ1】園児のからだの変化・遊びの形態について

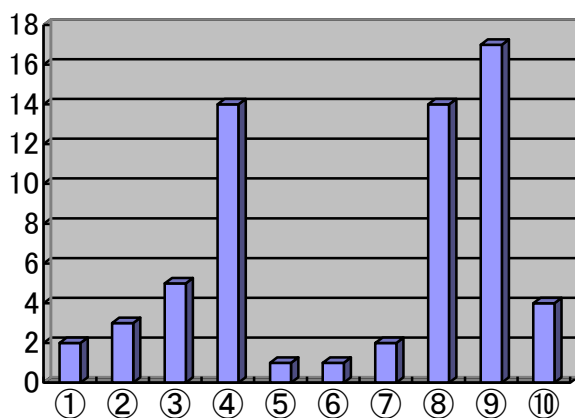


- ①転んで怪我をする子が多くなった
- ②頭部、顔部の怪我が多くなった
- ③アレルギー症状の子が多くなった
- ④こだわりが強い子が多くなった
- ⑤友達と仲良く遊べる子が多くなった
- ⑥喧嘩が多くなった
- ⑦集団遊びをする子が多くなった
- ⑧一人遊びをする子が多くなった
- ⑨運動好きの子が多くなった
- ⑩運動嫌いの子が多くなった
- ⑪その他

2 年長児の休日の家庭での遊びや習慣について

親子で運動遊びをしている家庭や家でお手伝いをしている子は少なく、早寝、早起き、朝ごはん等規則正しい生活ができなかったり、栄養・運動・休養（睡眠）のバランスが崩れていたりする子が多いと感じます。スポーツクラブや習い事が増えており、複数で遊ぶ子が少ないことや栄養・運動・休養（睡眠）のバランスに影響しているのではないかと思います。

【グラフ2】年長児の休日の家庭での遊びや習慣について



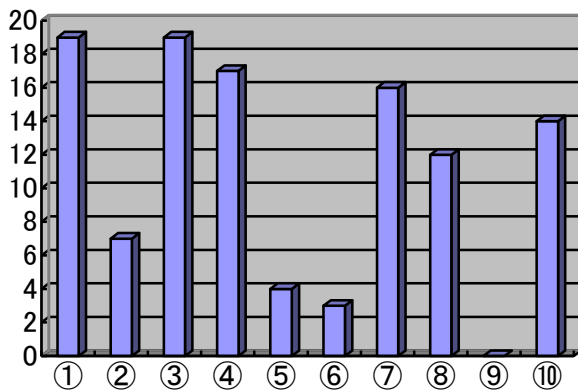
- ①どちらかという誘い合って複数で遊ぶ子が多い
- ②〃 一人遊びの子が多い
- ③〃 屋外での遊びをよくしている子が多い
- ④〃 室内でテレビやビデオ、電子ゲーム等で遊ぶ子が多い
- ⑤〃 親子で運動遊びをしている家庭が多い
- ⑥〃 家でのお手伝いをしている子が多い
- ⑦〃 早寝、早起き、朝ごはん等規則正しい生活をしている子が多い
- ⑧〃 栄養・運動・休養（睡眠）のバランスが崩れている子が多い
- ⑨〃 スポーツクラブや習い事をする子が増えている
- ⑩その他 お気づきの点 _____

3 園での運動や遊びの扱いについて

市内の園では、楽しく遊ぶ時間を確保し、集団遊びの時間を設け、外遊びを積極的に取り入れ、用具を揃えている状況が伺えます。また、運動あそびや体づくり等の職員研修が半数以上の園で行われ、園児が運動好きになるように意識した取組をしている園も多くありました。

親子での運動遊びや歩いての登園を勧めている園は少なく、近隣の小学校と運動遊びや体づくり等に関する連携をしている園もないため今後の課題としたいと思います。また多くの園が外部講師を招いて年数回の実技指導を行っていますので日常化を図ることができたらと考えます。

【グラフ3】園での運動や遊びの扱いについて



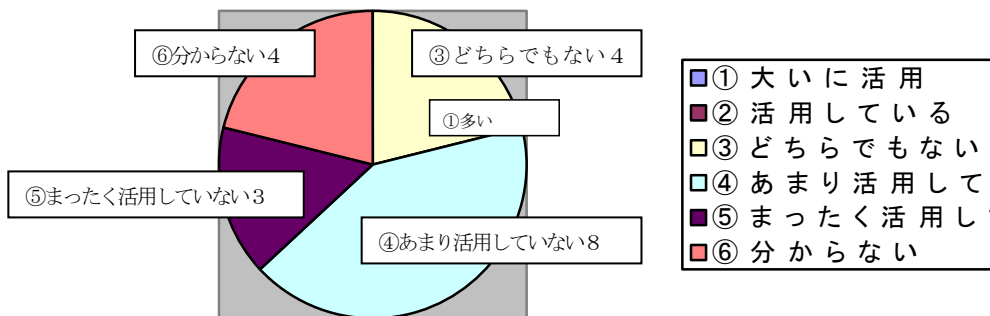
- ①園では楽しく遊ぶ時間を確保している
- ②園児の多くは走跳投バランスよく運動している
- ③園では外遊びを積極的に取り入れている
- ④園では楽しく体を動かす用具を充分揃えている
- ⑤園では親子の運動あそびを勧めている
- ⑥園では歩いての登園を薦めている
- ⑦園では集団遊びの時間を設けている
- ⑧園では運動遊びや体づくり等に関する職員研修をしている
- ⑨園では近隣の小学校と運動遊びや体づくり等に関する連携をしている
- ⑩園では園児が運動好きになるように意識した取組をしている

4 文科省の「幼児期運動指針」について

各園では運動遊びの環境を整え、様々な取組をしておりますが、幼児期の運動指針の活用はあまりされていない現状でした。これは、保育園の管轄は厚生労働省であり、保育園関係者に浸透していないものと思われます。幼児期・児童期にからだを動かして遊び、適切な運動刺激によりに身につけた能力は、その後の青年期の体力・運動能力だけでなく生涯の体力や運動能力・健康への影響が大きいと、今後園での職員研修や小学校との連携に関連させ周知を図っていきたいと思います。

【グラフ4】幼児期運動指針の活用

※①大いに活用②活用しているは回答がありませんでした。



VI これまでの取組みについて

1 活動の経過

平成26年度に安曇野市教育委員会は、安曇野市校長会・安曇野市教育会の教育課題委員会の皆様・市幼稚園関係者に参画していただき体力向上検討委員を組織しました。平成27年度は子ども支援課に変わっていただき、体力向上推進委員会と改称し、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果の分析と体力向上について調査研究に取り組んでまいりました。

昨年度調査から①1週間の総運動時間が7時間を境に体力差が生じる傾向 ②運動好き・運動は大切だと思う児童生徒の体力合計点が高い傾向 ③体育の授業でよく動き授業が楽しいと思う児童・生徒の体力合計点が高い傾向 ④就学前の運動遊びが好きだという児童の体力合計点が対空という傾向が明らかになりました。そこで体力向上推進委員会では、目指す子ども像を「運動・スポーツ好きで、進んで取り組む子ども」として、このような傾向を意識してテスト数値だけに囚われることなく「出来ることから始めよう」と本年度も取組みましたので実践の様子を発表いたします。

2 本年度の取組み

(1) 結果の公表と活用

- 市教委・体力向上推進委員会は、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を広報「あづみの」・市ホームページ・学校教育課窓口にて公表しました。
- 各校は全国体力・運動能力、運動習慣等調査の「CD」や県教委スポーツ課フィードバックシステムを活用し「自校の状況」を公表し、自校の体力向上プログラムに反映しました。
- 安曇野市教育会平成28年度総集会において、平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果と体力向上推進委員会の取組内容を発表しました。

(2) 体力向上推進委員会の開催・実践とその公表】

- 児童・生徒の体力向上・運動習慣の改善に向けて連携して取り組み、実践の様子を公表しました。
- 運動好きな児童・生徒を育み子ども達の体力向上に向けた実践・研究を行いました。
 - ①運動時間の確保
 - ②幼児期からの多様な運動経験
 - ③日常的に運動できる環境の整備
 - ④体育・保健体育授業や部活動の充実
 - ⑤幼稚園・保育園関係者アンケートの実施

(3) 体力測定（新体力テスト）の実施

- 各校では新体力テストを実施し、実態の把握や児童・生徒・教員の関心意欲の向上に結びました。

(4) 講習会・講師派遣事業の活用

- 県教委主催の長野スポーツスタジアムに希望学級が参加
- 長野県教育委員会「学校体育実技指導協力者派遣事業（水泳）」の活用
- 長野県教育委員会「体づくり運動実技講習会」の活用
- 市教育委員会学校教育課の「スクールサポート事業」や「立志塾（講師派遣事業）」等の事業の活用
- 市生涯学習課の小学校放課後子ども教室「わいわいランド」への参加

(5) 関係者との連携

- 学校単独の学校保健委員会から小中合同・幼保小中合同・地域合同の委員会へと拡大し、体力や健康を共通の課題として開く等、地域の方々と連携する学校（中学校区）が増えました。
- 地域教育協議会において各校の体力向上プランを発表し、地域の皆様に状況と対応を理解していただきました。

VII これからの取組み

本年度調査の全国との比較からは、改めて運動時間の少なさや中学2年生女子の課題が明らかになりました。また、体力合計点と質問紙のクロス集計では、家の人からの積極的な運動の勧めが体力向上に大きく影響していることも分かりました。幼稚園・保育園への幼児期の運動に関わる独自アンケートでは、幼保小の連携の重要さも分かってきました。今後も「運動・スポーツ好きで、進んで取り組む子ども」を育成することが生涯に関わる運動習慣の形成に繋がるという重大さを認識し、課題解決に取り組みたいと思います。

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・市教育会・学校・子ども支援課・幼稚園・保育園、地域関係者等と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) 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) 中学校区において幼保小の連携・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 体力向上推進委員会は

- (1) 「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) 幼保小中が連携して取り組む方策を検討し提言します。

平成 28 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)
佐藤厚彦	豊科北中学校	校長	(安曇野市校長会)
大島春彦	堀金中学校	校長	(安曇野市教育会)
中島政樹	穂高南小学校	教諭	
竹内幸浩	豊科北小学校	教諭	
山岸真大	三郷中学校	教諭	
小林直也	明科中学校	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	