



市の子どもたちの体力・運動能力等の傾向と課題を分析

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果概要

スポーツ庁の「平成27年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が行われました。調査結果から市の子どもたちの体力や運動能力の状況と体力向上に向けた取り組みについてお知らせします。

図 学校教育課学校教育係 TEL 71・2460 FAX 71・2338



全国体力・運動能力、運動習慣等調査は、4月から7月にかけて全国の小学5年生と中学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。調査内容は、体力テスト（握力、上体起こしなど）8種目と運動習慣などの質問紙調査が行われました。

多くの種目で改善が見られました。一方、中学校では、男子は全国平均をわずかに下回っており、女子は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。

（※）全国平均値（50点）に対する相対的な位置を示します

調査結果の概要

調査結果は、文部科学省の基準により、全国の平均値や回答率と比べた時、市の結果がどれくらいの位置にあるかを表しています。

〔体格〕

小学校、中学校いずれも男女ともほぼ9割が正常範囲内でした。

〔体力・運動能力〕

実技調査の全国と市の平均値（※）との比較は、表1のとおりです。昨年度の調査に比べ小学校では、

調査結果から分かる傾向

- ① 1週間の総運動時間、7時間を境に体力差が生じる傾向が見られます。
- ② 運動好きや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。
- ③ 体育（保健体育）の授業でよく

体力向上推進委員会

市教育委員会では、昨年度に発足した「体力向上検討委員会」を改め、本年度「体力向上推進委員会」を組織しました。小中学校と幼稚園、市校長会・市教育会に新たに市子ども支援課を加え、全国調査結果の分析と結果を踏まえての児童・生徒の体力向上・運動習慣の改善等に向けて、連携し取り組んでいます。

本年度、委員会では次のような課題を掲げ、幼稚園や保育園、各小中学校では、子どもたちの体力向上に向けた実践、研究を行いました。

■体力向上へ 各学校の取り組み

事例紹介① 穂高西中学校

準備運動メニューの工夫

穂高西中学校では、本年度、授業で行う準備運動の質を上げるため、体力テストの結果から特に課題があると思われる「反復横跳び」「20mシャトルラン」「上体起こし」の3項目の体力向上に取り組んでいます。運動の動きの質を高めるよう、筋力トレーニングや、バランス能力などを高める「コーディネーショントレーニング」、瞬発力などを鍛える「アジリティトレーニング」を取り入れています。



コーディネーショントレーニングの例

事例紹介② 堀金小学校

「姿勢指導」を通じた小中学校の連携

堀金小学校では、「姿勢を正そう」をテーマに、堀金中学校と連携して取り組んでいます。集中力を高めるなど正しい姿勢の効果に着目し、姿勢指導士による指導や、自作の正しい姿勢作りのDVDを見たり、「姿勢週間」を設けたりして、正しい姿勢維持に努めています。



姿勢指導士による指導

表1 全国と市の平均値の比較

種目	体力要素	小学校	小学校	中学校	中学校
		5年男子	5年女子	2年男子	2年女子
握力	筋力	▽	□	□	□
上体起こし	筋パワー・筋持久力	□	○	▽	▽
長座体前屈	柔軟性	○	○	○	▽
反復横とび	敏捷性	○	○	▽	▽
20mシャトルラン	全身持久力	○	○	▽	▽
50m走	疾走能力スピード	□	□	○	○
立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	○	○	○	□
ソフト(ハンド)ボール投げ	こうち巧緻性投球能力	□	□	▽	▽
体力合計点		○	○	▽	▽

□: 0.5点未満の差、○: +0.5~1点未満、◎: +1点以上、▽: -0.5~1点未満、●: -1点以上

調査結果の活用

子どもたちの体力向上に向け調査結果を活用し、次の項目に取り組めます。

① 今後も「体力向上推進委員会」を組織し、各学校や関係団体などと体力向上・運動習慣などの改善のために連携していきます。

② 調査結果の概要を公表し、家庭や地域との協力を依頼していきます。

教育委員会では

- ① 自校の調査結果や体力の概要を保護者に報告し、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めます。
- ② 学校全体で実態把握と体力向上の目標を定め、体力向上プランに反映させ取り組みます。
- ③ 教員同士で体力向上に向けた取り組みや指導方法の工夫・改善などについて検討し推進します。
- ④ 中学校区単位で小中学校間の連携を進め、体力・健康・運動能力向上や生活習慣改善に取り組めます。

学校では

- ① 自校の調査結果や体力の概要を保護者に報告し、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めます。
 - ② 学校全体で実態把握と体力向上の目標を定め、体力向上プランに反映させ取り組みます。
 - ③ 教員同士で体力向上に向けた取り組みや指導方法の工夫・改善などについて検討し推進します。
 - ④ 中学校区単位で小中学校間の連携を進め、体力・健康・運動能力向上や生活習慣改善に取り組めます。
- なお、調査結果の詳細は、市ホームページ、学校教育課（3階7番窓口）でご覧いただけます。