

## ■インタビュー

### 体力向上検討委員会

本年度、市教育委員会では、小中学校と幼稚園、市校長会・市教育会から構成する「体力向上検討委員会」を立ち上げ、昨年度および本年度の調査結果の分析と結果を活用しての児童・生徒の体力向上・運動習慣の改善等のため連携を始めています。



体力向上検討委員会  
委員長 宮崎賢治さん  
(三郷中学校 教諭)

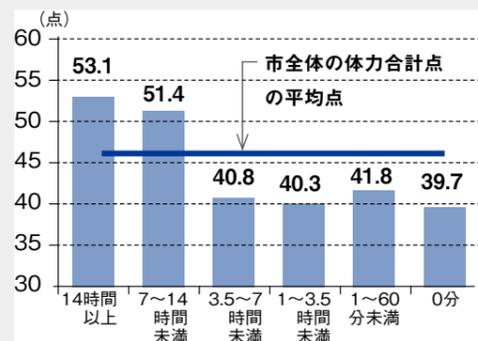
**本年度の取り組み状況は?**  
初年度ということで、各学校や幼稚園などが行っている体力向上の取り組みなどの情報を共有することから始めました。  
まず、私たち教師をはじめ子どもたちの指導に関わる多くの人が課題を共有し、「できること」から始め、

**子どもたちの体力が低下した背景などを教えてください。**  
子どもたちの体力低下は、全国的には昭和60年頃をピークに下降傾向とされています。その原因として社会環境や生活様式の変化が考えられます。例えば事故や犯罪防止のため、子どもが外で体を動かし遊ぶ場所(空間)、仲間、時間の三つの「間」が減少したとも言われています。  
特に女子の体力低下が課題です。長野県をみると中学生女子の体力は全国で40位前後に位置しています。市全体を見ると、県平均をやや下回っており、また、中学生では部活動などで、運動量の多い生徒と少ない生徒の二極化が顕著であり課題となっています。

**家庭で子どもたちの体力向上に取り組めることはありますか?**  
子どもたちの体力低下は、現在の状態が進むと、子どもたちが大人になるころは、より深刻になると考えられます。  
家族からの運動のすすめは、体力向上の一要因になっています。保護者の皆さんには、就学前から一緒に運動遊びに親しみ楽しんでいただき、また、学校などで元気に体を動かせるよう、家庭での食生活や生活リズムなどの生活習慣の改善などにも取り組んでいただけたらと思います。

また、それぞれの実践している内容を広めていければと思います。  
今回の調査結果から、体力データの数値と児童・生徒の運動習慣や生活習慣との関連性を分析し、傾向を知ることができました。今後は、調査結果の活用方法を研究し、学校単位で傾向の分析とともに、運動の楽しさや達成感を得られるような教材の工夫など体力向上推進の取り組みにつなげていければと考えています。

中2女子の運動時間と体力合計点との関係(グラフ1)



共通して一週間の総運動時間7時間を境にして差が生じていました。中学2年女子ではその差が顕著でした。

- ② 運動好きの児童生徒の体力合計点が高い傾向がみられます。
- ③ 就学前の運動遊びの頻度や経験が体力差に影響する傾向がみられます。
- ④ 中学生は、家の人の運動のすすめがよくある生徒の体力が高い傾向がみられます。

調査結果の詳細は、市ホームページ、市教育委員会窓口にてご覧いただけます。



穂高幼稚園の自由あそびの時間

# 特集◎安曇野の子どもたちの体力

文部科学省の「平成26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の体力や運動能力の状況と体力向上に向けた学校の取り組みの様子をお知らせします。

**調査結果の概要**  
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、市内の小中学校10校、中学校7校も参加しました。調査内容は、新体力テスト(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。

### 中学校女子ではほとんどの種目で全国を下回る結果に

調査結果は、文部科学省の基準により、全国・県の平均値や回答率と比べた時、市の結果がどれくらい低い位置にあるか表しています。  
**【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。

### 調査結果から分かる傾向

- 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みられます。(グラフ1)
- ② 実技調査の体力合計点と運動習慣(質問紙調査)の調査結果との関連性を分析すると次のような傾向が分かりました。

**【体力・運動能力】**  
小学校では、昨年度の調査に比べ多くの種目で改善が見られました。中学校では、男子はほとんどの種目で全国より上回るかほぼ同じ結果でした。女子は握力がわずかに上回りましたが5種目は下回り、2種目はわずかに下回り依然課題が残りました。

### 週7時間の運動を境に体力差、運動習慣は家族のすめから