

令和元年度

全国体力・運動能力，運動習慣等調査

石狩市集計結果



令和2年2月

石狩市教育委員会 生涯学習部

はじめに

本調査は、全国的な子どもの体力の状況を把握し分析することにより、子どもの体力向上に係る方策の改善を図るために毎年実施されています。市内全小中学校で実技・質問紙等による調査を実施し、スポーツ庁が結果を集計、石狩市教育委員会が分析を行いました。

令和元年度の本市の児童生徒の体格は、小学校男子・女子ともに身長・体重で全国平均と同様であり、中学校男子・女子では身長・体重ともに全国平均を上回りました。また、肥満傾向児・痩身傾向児の出現率については、小学校男子が軽度肥満の割合が全国平均よりやや高く、女子は高度・中程度肥満の割合が全国をやや上回りました。中学校では男子の軽度肥満傾向の割合が全国を上回り、女子についても同様の傾向でした。

本市の児童生徒の体力合計点は、男子が小中学校ともに全国平均を上回りました。また、女子では小中学校ともに昨年度の体力合計点を上回りました。種目別では、小学校男子は8種目のうち5種目(握力・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・ソフトボール投げ)で全国平均と同様または上回り、女子は8種目のうち4種目(握力・長座体前屈・反復横とび・ソフトボール投げ)で全国平均を上回りました。一方、中学校では男子が9種目のうち6種目(握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・ハンドボール投げ)で、女子は9種目のうち3種目(握力・反復横とび・持久走)で全国平均を上回りました。

ここ3年間の体力合計点の結果を経年で比較すると、男子は小中学校ともに3年間連続して全国平均を上回りました。また、女子は小中学校ともに今年度最もよい結果となり、全国平均との差を縮めました。

本調査では、実技種目だけではなく、「運動やスポーツに対する意識」「運動習慣の状況」「家庭での生活習慣の状況」「運動やスポーツへの関心」「体育・保健体育の授業に関する意識」等の項目を調査分析の対象とした児童生徒質問紙調査も実施されました。その結果、体力合計点が高い児童生徒ほど生活習慣が規則正しく身に付いていること、児童生徒の運動やスポーツに対する意識が高いほど体力合計点が高い結果となり、その関連が明らかとなりました。

学校質問紙では、「体力・運動能力向上に向けた取組」「体育・保健体育授業の工夫・改善の取組」「努力を要する児童生徒に対する取組」「学校における体育・保健体育授業以外の取組」「授業における外部人材の活用」「地域や関係機関・家庭との連携に関する取組」等が調査されました。本市の結果は多くの質問項目で全道・全国の平均を上回りました。

石狩市教育委員会は、これまでの取組の成果を確認するとともに、本調査で明らかになった実技種目や運動習慣等の課題解決のため、今後も各学校独自の「1校1プラン」の積極的な推進や規則正しい生活の定着(いしかりふれあいDAY;生活リズムチェックシート等による家庭との連携)、地域の教育力を活用した体育授業及び体育的活動の充実を図る等の施策を進めてまいります。

子ども達の体力向上のためには、市民の皆様と成果と課題等を共有し、学校・家庭・地域が一体となって取り組むことが大切であると考えます。今後とも、市民の皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。

調査の概要

1 調査の目的

子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能力の向上に関わる施策の成果と課題を検証し、その改善を図ります。

石狩市教育委員会は、全国的な状況との関係において、本市の子供の体力・運動能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、子供の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立します。

市内小学校及び中学校が、各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てます。

2 調査の対象

小学校第5学年及び中学校第2学年

3 調査の内容

児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査(以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストの方法による。)

〔小学校〕 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〕 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)又は20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査(以下「児童生徒質問紙調査」という。)

学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査(以下「学校質問紙調査」という。)

4 調査の方法

市内全小中学校で実技・質問紙等による調査を実施し、スポーツ庁が結果を集計し、石狩市教育委員会が分析を行った。

5 調査の実施

2019年(平成31年・令和元年)4月～7月までの期間で実施。

6 調査の実施状況 (指定都市を含む公立学校)

	小学校		中学校	
	実施校数	実施児童数	実施校数	実施生徒数
全国	19,823	1,038,188	9,973	903,282
北海道	1,063	40,015	623	37,123
石狩市	12	562	8	484

用語解説と説明

体力テスト種目	単位	体力要素	測定	
握力	kg	筋力	左右握力の平均値	
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	
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	
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	
-1 持久走(中学校選択)	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m, 女子1000mの走行時間	中学校は、どちらか1種目を選択、両方実施した場合は高いほうの得点合計
-2 20mシャトルラン(小学校, 中学校は選択)	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数	
50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間	
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	
ソフトボール投げ(小学校)	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離	
ハンドボール投げ(中学校)			ハンドボール2号球を遠投した距離	
体力合計	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		

「T得点」とは、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 = 偏差 / 標準偏差, 偏差 = 調査結果 - 平均値」

< 標準体重と肥満度判定 > 「児童生徒等の健康診断マニュアル(平成27年度改訂版)」より
 平成27年8月25日発行 財団法人日本学校保健会

$$\text{標準体重} = a \times \text{身長(cm)} - b$$

$$\text{肥満度(\%)} = \{ \text{自分の体重(kg)} - \text{標準体重(kg)} \} \div \text{標準体重(kg)} \times 100$$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6(小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7(小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8(小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
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
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

標準判定

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