

平成28年度 全国体力・運動能力・運動習慣等調査の結果を受けて

I. 調査目的と対象

調査目的

- 子どもの体力が低下している状況をかんがみ、国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 各教育委員会、学校が全国的な状況との関係において、個々の成果と課題を把握し、継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 各学校が児童の体力、運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

対象

- 第5学年児童

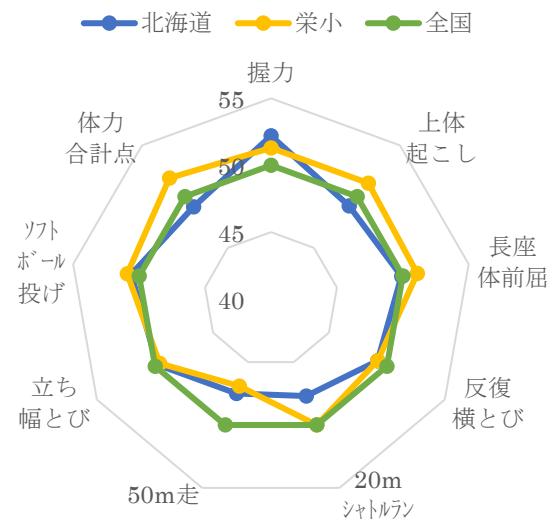
II. 調査結果の概要

実技に関する調査

<男子>

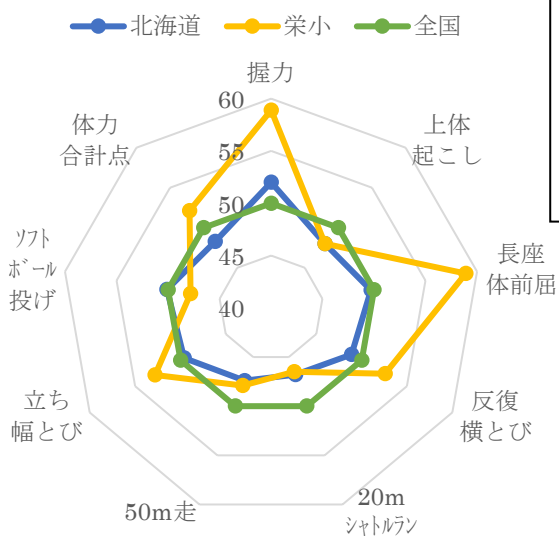
- ・ 全国平均を上回っている項目は、握力、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、ソフトボール投げの5項目（8項目中）である。
- ・ 全道平均では、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、ソフトボール投げの5項目（同上）である。
- ・ 総合評価では、全国平均、全道平均よりもともに1ポイント以上上回っている。

実技調査T得点（男子）



※ T得点：全国平均値に対する相対的位置（全国平均を50とした時の数値）

実技調査T得点（女子）



<女子>

- ・ 全国平均を上回っている項目は、握力、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳びの4項目（同上）である。
- ・ 全道平均では、握力、長座体前屈、反復横跳び、50m走、立ち幅跳びの5項目（同上）である。
- ・ 総合評価では、全国平均、全道平均よりもともに2ポイント以上上回っている。

体格に関する調査

<男子>

- ・ 身長は、全国平均をやや上回り、全道平均をやや下回っている。
- ・ 体重は、全国平均を下回り、全道平均を大きく下回っている。
- ・ 肥満度の出現率では、痩身傾向児はおらず、肥満傾向児の出現率が全国平均をやや上回り、全道平均を下回っている。しかし、高度肥満傾向児は0ポイントである。

<女子>

- ・ 身長は、全国平均、全道平均を上回っている。
- ・ 体重は、全国平均、全道平均を上回っている。
- ・ 肥満度の出現率は、痩身傾向児の出現率は全国平均、全道平均とほぼ同ポイントで、肥満傾向児の出現率は全国平均、全道平均を上回っている。しかし、高度肥満傾向児は0ポイントである。

質問紙調査

<男子>

- ・ 運動が好きな児童の割合は全国平均・全道平均を上回っているが、嫌いな児童の割合も上回っている。
- ・ 運動は大切であると思う児童の割合が高い。
- ・ 朝食を欠食する日が多い児童はいない。
- ・ テレビなどの視聴時間の割合が高い。
- ・ 運動やスポーツクラブに所属している児童はおよそ3/4を占めている。
- ・ ほとんどの児童が健康に過ごすために運動・食事・睡眠が大切だと考えている。
- ・ 体育授業の目標設定や振り返りがあまりされていないと感じる児童が多い。
- ・ 体力向上の目標を立てている児童が70ポイント以上いる。

<女子>

- ・ 朝食を欠食する日が多い児童が全国平均や全道平均を上回っている。
- ・ 1日の睡眠時間6時間未満の児童の割合が高い。
- ・ テレビなどの視聴時間が3時間以上の児童が半数近くいる。
- ・ 運動部やスポーツクラブに所属していない児童がおよそ2/3を占める。
- ・ ほとんどの児童が健康に過ごすために運動・食事・睡眠が大切だと考えている。
- ・ 体育授業の目標設定や振り返りがあまりされていないと感じる児童が多い。
- ・ 体力向上の目標を立てている児童が70ポイント以上いる。



握力



上体起こし



長座体前屈

Ⅲ. 体力向上に向けて

課題

- ・ 男子では、敏捷性、スピード、瞬発力を高める必要がある。
- ・ 女子では、体幹の筋力、持久力、スピード、巧緻性を高める必要がある。

今後の取組

- ・ 個々の児童が自分の身体と向き合い、運動の効果や必要性について学習を深め、生涯スポーツに取り組める素地を養える保健や体育の指導の充実を図る。
- ・ 体育授業において、児童が体を動かす時間を多くする内容構成をさらに進める。
- ・ 体育授業において、これまでよりも初めに目標を示し、最後に学んだ内容を振り返る活動を取り入れていく。
- ・ 規則正しい生活習慣の推進（「早寝・早起き・朝ごはん」など）を図り、学校と家庭・地域と協力してテレビやゲームの視聴時間の削減と外での遊びや運動をする生活に取り組む必要がある。