

## 令和元年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果

### 七飯町立小中学校（小5、中2）のまとめと課題

今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（以降：全国体力テスト）は、4月から7月にかけて、全国の国公私立学校の小学校5年生と中学校2年生を対象とする悉皆調査方式で実施された。文部科学省は12月23日に各都道府県の調査結果データを公表し、各市町教育委員会及び小中学校へは12月26日付けで送付されている。七飯町では、小学校5年生男子137名、女子96名の合計233名、中学校2年生男子127名、女子98名の合計225名が参加している。

以下は、七飯町児童生徒の全国体力テスト結果をまとめたものであり、優れている点は\_\_\_\_\_線、劣っている点は\_\_\_\_\_線で表している。

#### I 体格と肥満・痩身度に関する調査

##### 1. 体格（身長・体重）

- 小学校では、男子は身長・体重ともに全国平均・全道平均を上回っている。女子は身長・体重ともに、男子以上の比率で全国平均・全道平均を上回っている。
- 中学校では、男子は身長・体重ともに全国平均を上回っているが、全道平均は下回っている。女子は、身長・体重ともに全国平均・全道平均を上回っている。

##### 2. 肥満・痩身度（肥満や痩身傾向児の出現率％）

- 小学校では、男子の高度肥満・中等度肥満・軽度肥満の合計が19.9％（全国11.1％、全道17.3％）、女子の高度肥満・中等度肥満・軽度肥満の合計が14.6％（全国8.2％、全道11.8％）と、男女ともに昨年度に引き続き肥満傾向児の出現率が高い割合を示している。
- 中学校では、男子の高度肥満・中等度肥満・軽度肥満の合計が12.7％（全国7.6％、全道12％）、女子の高度肥満・中等度肥満・軽度肥満の合計が14.5％（全国6.7％、全道8.5％）と、男女ともに昨年度に引き続き肥満傾向児の出現率が高い割合を示している。
- 痩身傾向児（やせ、高度やせの合計）は、小学校男子は0.7％（全国2.6％、全道2.2％）で出現率の割合は低いが、女子は5.2％（全国2.6％、全道2.8％）と、出現率が高い割合を示している。一方、中学校男子は4.0％（全国2.8％、全道2.5％）と、出現率が高い割合を示しているが、女子は1.0％（全国3.7％、全道3.7％）と低く、正常範囲での出現率となっている。

#### II 実技に関する調査

##### 1. 体力合計点（T得点で比較）

- 小学校は、男女ともに全国・全道平均を上回っている。平均値においては、全国より男子が2.0ポイント、女子が1.6ポイント上回っている、平成30年度との経年比較においては、男子が0.4ポイント下降しているが、女子は0.7ポイント上昇している。
- 中学校は、男子が全国・全道平均を下回っており、平均値においては、全国より1.2ポイント下回っている。女子は全国平均を2.0ポイント下回っているが、全道平均は0.8ポ

イント上回っている。平成 30 年度との経年比較においては、男子は変わらないが、女子は 0.5 ポイント下降している。

## 2. 各種目（小学校 8 種目、中学校 9 種目）

- 小学校男子では、「握力(全国比+0.93)」「長座体前屈(同+2.85)」「反復横とび(同+1.62)」「立ち幅とび(同+8.02)」「ソフトボール投げ(同+1.28)」の 5 種目が全国平均を上回っている。「20mシャトルラン」は全国平均と同程度となっているが、「上体起こし」「50m走」は全国平均をやや下回っている。
- 小学校女子では、「握力(全国比+0.64)」は全国平均を上回り、「長座体前屈(同+2.32)」「反復横とび(同+4.30)」「20mシャトルラン(同+0.26)」「ソフトボール投げ(同+1.66)」の 4 種目が全国・全道平均を上回っている。「立ち幅とび」は全国・全道平均と同程度となっているが、「上体起こし」「50m走」は全国平均を下回っている。
- 中学校男子では、「握力(全国比+1.46)」「上体起こし(同+0.24)」「持久走(同+2.33)」の 3 種目が全国・全道平均を上回っている。「ハンドボール投げ」「立ち幅とび」は全国・全道平均と同程度となっているが、「20mシャトルラン」は全国平均を下回っている。「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」は全国・全道平均を下回っている。
- 中学女子では、「握力(全国比+1.04)が全国・全道平均を大きく上回り、「上体起こし」「ハンドボール投げ」は全国平均と同程度となっている。「持久走」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」は全道平均をやや上回っているが、全国平均は下回っている。「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」は全国・全道平均を下回っている。

★ 今年度の七飯町児童生徒の各種目の平均値を昨年度(平成 30 年度)と比較してみると、下表のようになっている。

小学校は、男子が「反復横とび」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」の 3 種目で昨年度を上回り、その他の 5 種目は昨年度を下回っている。女子は、「長座体前屈」「50m走」「立ち幅とび」の 3 種目で昨年度を下回ったが、その他の 5 種目は昨年度を上回っている。

中学校は、男子が「反復横とび」「持久走」「50m走」が昨年度を上回ったが、他の 6 種目は昨年度を下回っている。女子は「ボール投げ」が昨年度を上回ったが、他の 8 種目すべてで昨年度を下回っている。

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)
小5男	-0.72	-0.96	-1.04	+1.27		+0.26	-0.11	+1.47	-0.16
女	+0.18	+0.01	-1.61	+2.10		+3.32	-0.14	-0.61	+1.43
中2男	-0.74	-0.58	-0.43	+0.25	+81.95	-1.17	+0.06	-4.94	-0.14
女	-0.71	-0.45	-0.50	-0.12	-20.75	-1.38	-0.19	-3.95	+0.13

3. 総合評価（小学校8、中学校9種目の体力・運動能力調査の合計得点を、良い方からA B C D Eの5段階で%評価したもの）

- 小学校は、男子がAとBの上位層の割合が全国を上回り、DとEの下位層の割合は若干下回っている。女子はAとBの上位層の割合が全国を若干上回り、DとEの下位層の割合は下回っている。具体的な数字を見ると、男子の上位層の割合は全国より10.1ポイント高く、下位層の割合は1.1ポイント低くなっている。同じく女子の上位層の割合は全国より0.8ポイント高く、下位層の割合は8.0ポイント低くなっている。
- 中学校は、男女ともにAとBの上位層の割合が全国を下回り、DとEの下位層の割合も男女ともに全国を上回っている。具体的な数字を見ると、男子の上位層の割合は全国より7.0ポイント低く、下位層の割合は4.8ポイント高くなっている。同じく、女子の上位層の割合は全国より5.0ポイント低く、下位層の割合は11.2ポイント高くなっている。

### Ⅲ 児童生徒質問紙調査

1. 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることが好きですか？（小・中 Q1）

- 小学校男子は、「好き」「やや好き」を合わせると96.4%（全国93.3%）、女子は92.8%（同87.6%）で、男女ともに全国を上回っている。
- 中学校男子は、「好き」「やや好き」を合わせると91.2%で全国（89.4%）を上回っているが、女子は77.8%で全国（79.2%）を下回っている。

2. あなたにとって運動やスポーツは大切なものですか？（小・中 Q3）

- 小学校男子は、「大切」「やや大切」を合わせると97.0%（全国94.2%）、女子は98.9%（同92.7%）で、男女ともに全国を上回っている。
- 中学校男子は、「大切」「やや大切」を合わせると93.0%（全国93.4%）、女子は83.7%（同89.9%）で、男女ともに全国を下回っている。

3. 中学校に進んだら（中学校を卒業した後）、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか？（小・中 Q4）

- 小学校男子は、「思う」が89.7%（全国77.3%）、女子は76.3%（同71.5%）で、男女ともに全国を上回っている。
- 中学校男子は、「思う」が69.3%（全国70.8%）、女子は59.2%（同59.7%）で、男女ともに全国をやや下回っている。

4. 体育の授業以外で1週間に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをどのぐらいの時間していますか？（小Q5・中Q6）→ 1週間合計で420分以上運動やスポーツをしている児童生徒の体力合計点の平均値が高い。

- 1週間で420分以上運動をしている小学校男子は55.5%（全国51.5%）、女子は35.4%（全国30.1%）で、男女ともに全国を上回っている。
- 1週間で420分以上運動をしている中学校男子は78.4%（全国83.5%）、女子は47.5%（全国61.7%）で、男女ともに全国を下回っている。

5. 朝食は毎日食べますか(学校が休みの日も含む)？（小Q6・中Q7）

- 小学校男子は、「毎日食べる」が75.2%（全国82.2%）、女子は79.6%（同82.3%）で、男女ともに全国を下回っている。
- 中学校男子は、「毎日食べる」が75.6%（全国81.6%）、女子は75.8%（同78.2%）で、男女ともに全国を下回っている。

6. 毎日どのくらい寝ていますか？（小Q7・中Q8）→ 体力合計点が最も高いのは、小学生が8時間以上9時間未満、中学生が7時間以上8時間未満のグループ。
- 8時間以上9時間未満寝ている小学校男子は30.1%で全国（31.7%）を下回っているが、女子は36.1%で全国（33.9%）を上回っている。
  - 7時間以上8時間未満寝ている中学校男子は30.7%で全国（37.3%）を下回っているが、女子は40.8%で全国（35.9%）を上回っている。
7. 平日（月～金）の1日にどれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか？（小Q8・中Q9）→ 視聴時間が3時間以上のグループは体力合計点が全国平均値より低い。
- 3時間以上見ている割合は、小学生男子が84.6%（全国68.1%）、女子が77.4%（同72.9%）で、男女とも全国を上回っている。
  - 3時間以上見ている割合は、中学生男子が55.1%（全国37.7%）、女子が47.4%（同35.4%）で、男女とも全国を上回っている。
8. 放課後や学校が休みの日に、運動部（運動部活動）や地域のスポーツクラブ以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることはありますか？（小・中Q10）
- 小学校男子は、「よくある」「時々ある」を合わせると83.3%（全国78.4%）、女子は81.4%（同74.9%）と、男女ともに全国を上回っている。
  - 中学校男子は、「よくある」「時々ある」を合わせると64.5%（全国67.6%）、女子は52.0%（同53.6%）で、男女とも全国を下回っている。
9. 体育の授業は楽しいですか？（小・中Q11）
- 小学校男子は、「楽しい」「やや楽しい」を合わせると92.8%で、全国（94.7%）を下回っているが、女子は98.0%で全国（91.3%）を上回っている。
  - 中学校男子は、「楽しい」「やや楽しい」を合わせると90.5%で全国（89.4%）を若干上回り、女子は83.5%で全国（83.6%）の割合とほぼ同様である。
10. 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか？（小・中Q22）
- 小学校男子は、「目標を立てている」が76.9%（全国74.5%）、女子が76.0%（同74.2%）と、男女ともに全国を上回っている。
  - 中学校男子は、「目標を立てている」が68.0%（全国67.8%）、女子が66.7%（同66.3%）で、男女ともに全国をわずかに上回っている。

#### IV 七飯町児童生徒の課題

1. 小中学校男女の肥満傾向及び小学校女子・中学校男子の痩身傾向児童生徒への対策。
2. 中学校男女の運動習慣の定着と体力・運動能力の向上。
3. 小学校男女の「上体起こし」「50m走」の底上げ。
4. 中学校男女の「20mシャトルラン」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」及び女子の「立ち幅とび」の底上げ。
5. 小中学生の「朝食を毎日食べる」習慣の確立による朝食摂取率の底上げ。
6. 小中学生の平日におけるテレビ・DVD・ゲーム機・スマートフォン・パソコン等の視聴時間の縮減。