

## 平成21年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」逗子市の分析結果(小学校)

### はじめに

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」は、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、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図ることを目的に毎年抽出校を対象に実施されています。

平成21年度、逗子市では、子どもの体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等の状況を全国的な状況との関係において把握・分析するとともに、分析結果を踏まえ、各学校において今後の指導方法の工夫と改善に活用すること、本市の教育施策の成果と課題を把握しその改善を図ることを目的とし、全ての公立小学校の5年生がこの調査に参加しました。

### 1 実施状況



調査実施日 平成21年4月から7月末までの期間

#### 調査事項

実技に関する調査8種目(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)

質問紙調査(運動習慣、生活習慣、食習慣に関する質問紙調査)

実施学校・学年・調査数 逗子市立小学校5年生455名

### 2 逗子市の実技に関する調査結果の概要(小学校5年生)

#### (1)男子

8種目中4種目(「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」)で全国平均も県平均も上回る結果でした。4種目が全国平均を下回っていますが、うち2種目(「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」)はわずかな差です。「上体起こし」は5%強下回っています。大きな課題を残したのは、「20mシャトルラン」で、全国平均の回数よりも10%を超える差で下回っています。体力合計点は5段階でA評価となる子の割合が全国平均よりも低かったものの、B評価・C評価となる子の占める割合が高く、E評価となる子の割合は低くなっています。体力合計点の平均値は、全国の値とほぼ同じでした。

#### (2)女子

男子とほぼ同様の結果で、8種目中4種目(「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」)で全国平均も県平均も上回る結果でした。4種目が全国平均を下回っていますが、うち2種目(「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」)はわずかな差です。「上体起こし」は5%弱下回っています。大きな課題を残したのは、「20mシャトルラン」で、全国平均の回数よりも10%を超える差で下回っています。体力合計点は5段階でA評価となる子の割合が全国平均よりも高く、E評価となる子の占める割合は全国の半分程度と低くなっています。体力合計点の平均値は、全国の値とほぼ同じでした。

### 3 調査結果を踏まえた指導の改善

体力・運動能力の調査結果のほとんどが全国の値とほぼ同じですが、20mシャトルランの結果にだけ大きな課題が見られます。この調査は、「気力」と「スタミナ」に係わるものです。他に「気力」に係る調査は「上体起こし」、スタミナに係る調査は「上体起こし」と「反復横とび」です。これらの結果と併せて考えると、逗子の小学5年生の子どもたちが第一に伸ばすべき力は「気力」といえるでしょう。苦しい時やつらい時にもう一頑張りができるよう励ます指導の工夫が必要です。

質問紙調査の結果からは、改善のためには家庭や地域との連携が不可欠である課題がいくつか見えてきます。子どもたちが主体的に改善に取り組めるよう、連携を呼びかけていきます。

子どもたちの体力・運動能力のより一層の向上のために、神奈川県教育委員会が「健康・体力づくり」の取り組み推進のために作成・発行している資料（教師向け実践事例資料集・ビデオ、子ども向けの冊子、家庭向けのリーフレット）等を活用して効果的な指導を行っていきます。

### 4 質問紙調査の回答から見てくること

**体格** 男女ともに全国・県と比較すると痩身出現率がやや高くなっています。男子の肥満出現率は全国とほぼ同じですが、女子は5%弱低くなっています。

**食習慣** 男女とも、朝食の摂食状況は、「毎日食べる」と回答した割合も、「毎日食べない」と回答した割合も全国・県とほぼ同じです。

**生活習慣** 【睡眠時間】男子は、一日の睡眠時間は「8時間以上」と回答した割合が全国・県の割合をやや上回っています。「6時間未満」と回答した割合は、全国・県の割合とほぼ同じです。女子は、一日の睡眠時間は「8時間以上」と回答した割合が全国の割合を5%強下回っています。「6時間未満」と回答した割合は、全国・県の割合とほぼ同じです。

【テレビ等の視聴時間（テレビゲームも含む）】男子は、視聴時間が「1時間未満」と回答した割合が全国・県よりもやや上回っており、「3時間以上」と回答した割合が全国・県よりもやや下回っています。女子は、視聴時間が「1時間未満」と回答した割合も、「3時間以上」と回答した割合も全国・県よりもやや上回っています。

**運動習慣** 【運動部やスポーツクラブへの所属】「所属している」と回答した割合は、男子は全国とほぼ同じで、女子は全国をやや上回っています。

【運動やスポーツの実施頻度】男子は「週3日以上」と回答した割合が全国をやや下回っていますが、「週3日以上」と回答した割合と「週に1～2日」と回答した割合を合計した割合は全国・県とほぼ同じです。女子は、運動やスポーツの実施頻度は「週3日以上」と回答した割合も、「週3日以上」と回答した割合と「週に1～2日」と回答した割合を合計した割合も全国・県をやや上回っています。

【平日（中休み）の運動やスポーツの実施状況】男女とも、「している」と回答した割合が全国・県の割合を15%程度上回っており、また、その時間も長めです。

【平日下校後の運動やスポーツの実施状況】男子は、「している」と回答した割合が全国・県の割合をやや下回っており、その時間も短めです。女子は「している」と回答した割合が全国の割合をやや上回っており、その時間も長めです。

【土曜日・日曜日の運動やスポーツの実施状況】「している」と回答した割合が、男子は国をやや上回っています。女子は全国・県の割合を5%強上回っています。