

# 「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」における 防府市立小・中学校の結果について

令和2年3月 防府市教育委員会

## 1 調査の概要

### (1) 調査の目的

児童生徒の体力・運動能力及びこれらと関係の深い基本的な生活習慣の実態を明らかにすることで、体育・保健体育の指導及び児童生徒の心と体の健康づくりの基礎資料として活用する。

### (2) 調査の時期

平成31年4月～令和元年6月

## 2 体力に関する調査について（小学校第5学年及び中学校第2学年）

防府市立小・中学校の児童生徒（小学校第5学年及び中学校第2学年）の平均値を全国・山口県の平均値と比較しました。

体力テスト種目	単位	測定	体力要素
握力	kg	左右握力の平均値	筋力
上体起こし	回	30秒間に上体を起こした回数	筋パワー
長座体前屈	cm	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離	柔軟性
反復横とび	点	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数	敏捷性
持久走	秒	男子1500m、女子1000mの走行時間 ※中学校のみ	全身持久力・長距離走能力
20mシャトルラン	回	20m走行の折り返し回数	全身持久力
50m走	秒	50mの疾走時間	疾走能力
立ち幅とび	cm	両脚で前方へ跳躍した直線距離	筋パワー・跳躍能力
ハンド(ソフト)ボール投げ	m	中学生はハンドボール、小学生はソフトボールを遠投した距離	巧緻性・投球能力
体力合計点	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	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価	

## 3 山口県の子どもの実態

### 【体力の状況】

体力の総合的な指標である「体力合計点」は、小中学校ともに昨年度の記録及び全国平均を下回っています。種目については、これまで同様、**持久力には優れている**が、一方で筋力や柔軟性等を課題とする傾向が続いています。投力については、全国と同様に低下傾向が続いています。

### 【運動習慣等の状況】

1週間の総運動時間は、小中学校ともに全国平均を上回っています。スクリーンタイム（テレビやゲーム機、スマートフォン等の画面を見ている時間）については、1日に3時間以上見ている児童生徒の割合が全国平均を上回っています。

これまでの調査結果から、運動習慣や生活習慣と体力には相関関係があると言われてしています。特にスクリーンタイムが3時間を超えると、体力合計点が全国平均を下回るという調査結果も出ています。体力の向上のためには、日頃からの運動習慣や規則正しい生活習慣の定着が必要です。

※参考資料…学校体育通信「やまぐちっ子元気維新」令和元年度 第8号

## 4 防府市の子どもの実態

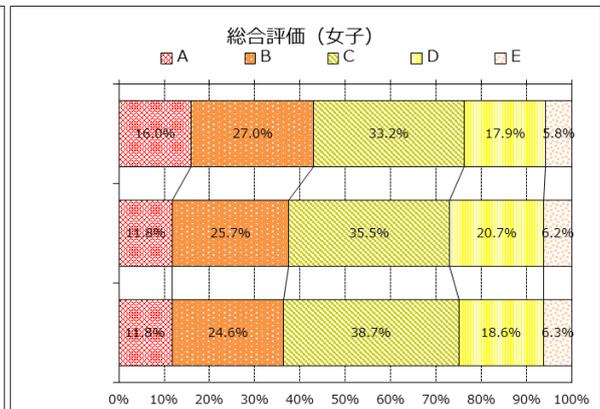
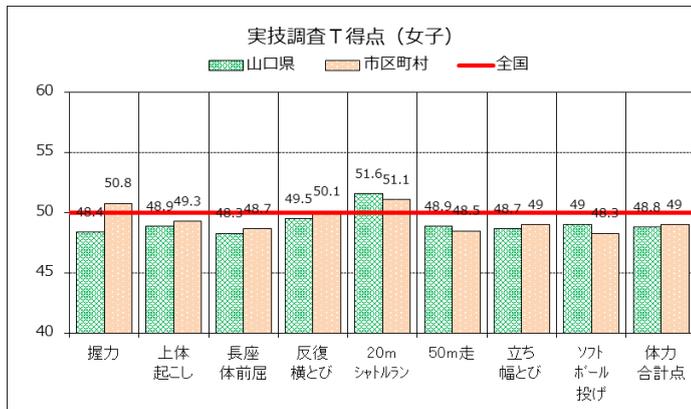
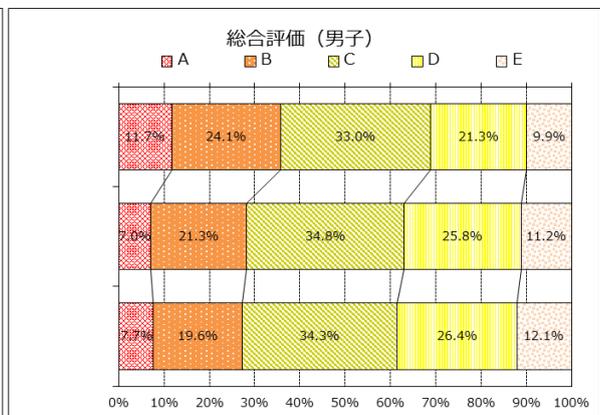
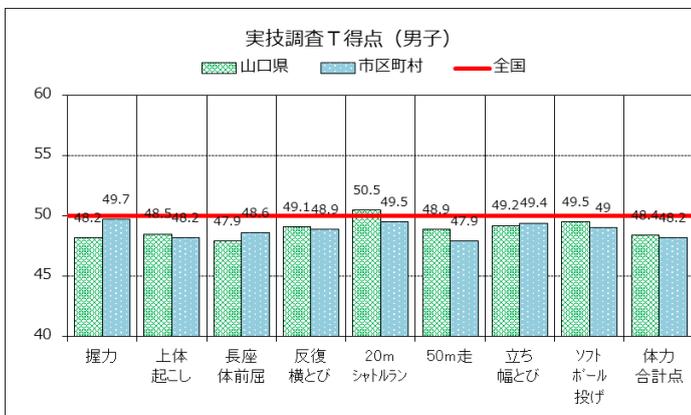
### (1) 体力・運動能力調査の結果から

※「比較」欄は、全国や山口県に対する防府市の記録の評価を記号で表したものです。

◎…大きく上回っている、○…やや上回っている、—…同じ、△…やや下回っている、×…大きく下回っている

#### 【小学校5年生】

小5		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横跳び (点)		20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)		立ち幅跳び (cm)		ソフトボール投げ (m)		体力合計点 (点)		身長 (cm)		体重 (kg)		
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	
		山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市		山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市	山口県	防府市	山口県
男子	全国	16.37	△	19.80	×	33.24	×	41.74	×	50.32	△	9.42	×	151.45	△	21.61	×	53.61	×	138.92	×	34.37	×
	山口県	15.69	◎	18.90	△	31.53	○	41.04	△	51.37	×	9.53	×	149.58	○	21.23	△	52.16	△	137.98	○	33.58	○
	防府市	<b>16.24</b>		<b>18.75</b>		<b>32.05</b>		<b>40.83</b>		<b>49.35</b>		<b>9.64</b>		<b>150.05</b>		<b>20.79</b>		<b>51.91</b>		<b>138.12</b>		<b>33.71</b>	
女子	全国	16.09	○	18.95	△	37.62	×	40.14	○	40.79	◎	9.64	×	145.68	×	13.61	×	55.59	×	140.12	×	34.11	△
	山口県	15.50	◎	18.35	○	36.15	○	39.81	○	43.40	△	9.73	△	142.92	○	13.11	△	54.54	○	139.25	—	33.47	○
	防府市	<b>16.39</b>		<b>18.57</b>		<b>36.51</b>		<b>40.20</b>		<b>42.55</b>		<b>9.77</b>		<b>143.56</b>		<b>12.80</b>		<b>54.75</b>		<b>139.25</b>		<b>33.67</b>	



※市区町村＝「防府市」

#### ○グラフについての補足説明

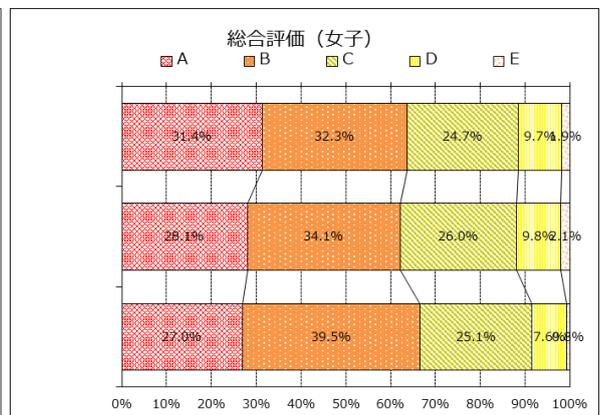
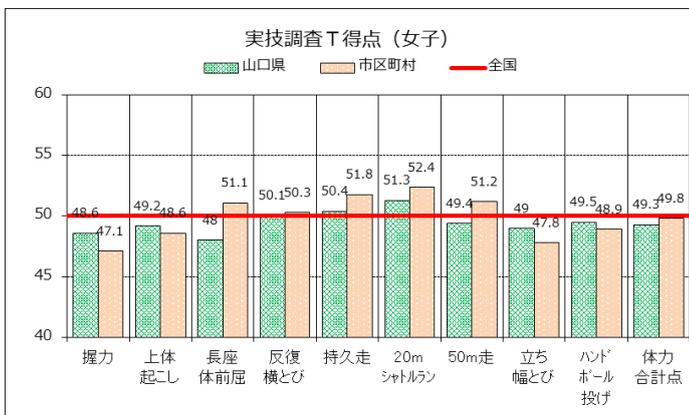
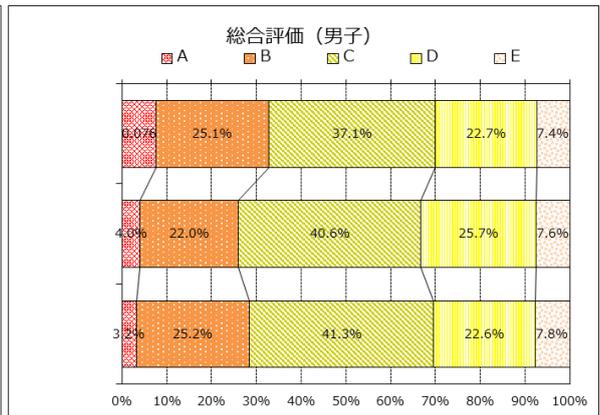
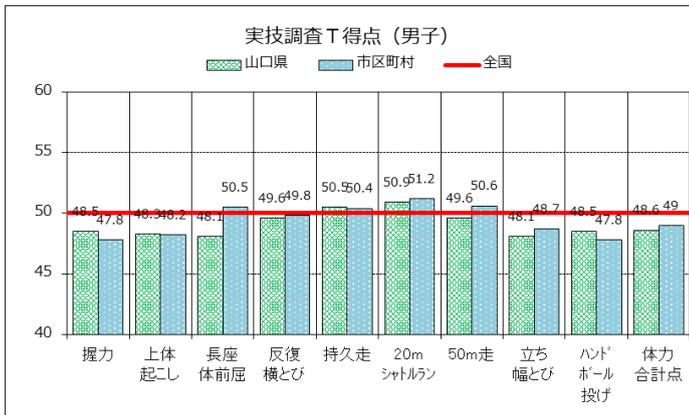
T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値（50点）に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価

#### ○小学5年生の特徴

- ・男子はすべての種目で、全国平均を下回っています。
- ・女子は握力、反復横跳び、20mシャトルランで、全国平均を上回りました。
- ・総合評価が「C」以上の児童は、男子が61.6%、女子が71.8%でした。（防府市の目標＝80%）

【中学校 2 年生】

中 2		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		20mシャトルラン		50m走		立ち幅とび		ハンドボール投げ		体力合計点		身長		体重	
		(kg)		(回)		(cm)		(点)		(秒)		(回)		(秒)		(cm)		(m)		(点)		(cm)		(kg)	
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較
男子	全国	28.65	×	26.96	×	43.50	○	51.91	△	398.98	○	83.53	◎	8.02	○	195.03	×	20.40	×	41.69	×	160.00	×	48.84	○
	山口県	27.61	△	25.90	△	41.47	◎	51.59	○	395.48	△	85.72	○	8.05	○	189.68	○	19.55	△	40.26	○	158.96	○	48.21	○
	防府市	<b>27.11</b>		<b>25.83</b>		<b>44.08</b>		<b>51.76</b>		<b>396.12</b>		<b>86.42</b>		<b>7.97</b>		<b>191.33</b>		<b>19.14</b>		<b>40.68</b>		<b>159.29</b>		<b>48.85</b>	
女子	全国	23.79	×	23.69	×	46.32	◎	47.28	○	289.82	◎	58.31	◎	8.81	◎	169.90	×	12.96	×	50.22	△	154.86	×	46.82	○
	山口県	23.16	×	23.24	△	44.34	◎	47.38	○	288.23	◎	60.99	◎	8.85	◎	167.55	×	12.75	△	49.49	○	154.23	○	46.76	○
	防府市	<b>22.44</b>		<b>22.86</b>		<b>47.43</b>		<b>47.47</b>		<b>281.93</b>		<b>63.10</b>		<b>8.71</b>		<b>164.60</b>		<b>12.50</b>		<b>50.04</b>		<b>154.31</b>		<b>47.03</b>	



※市区町村 = 「防府市」

○グラフについての補足説明

T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値（50点）に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	8種目の体カテストをすべて実施した場合、体カテスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体カの総合評価

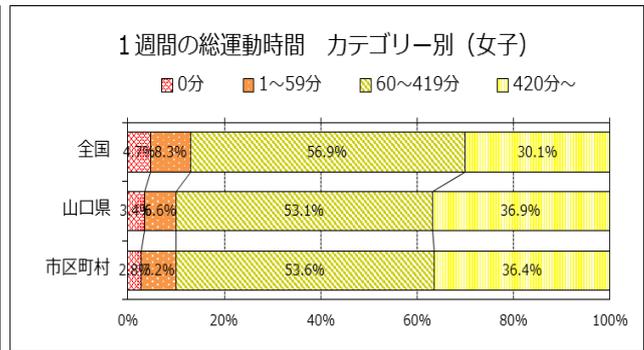
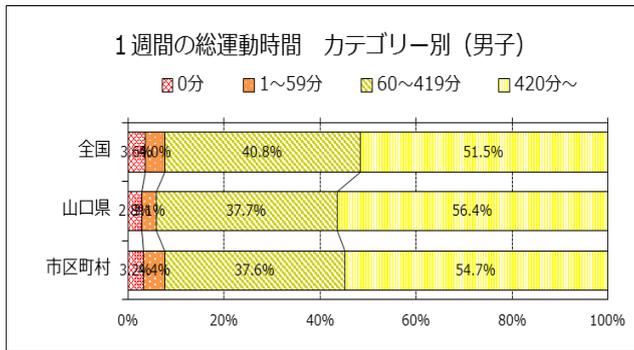
○中学2年生の特徴

- ・男女ともに、長座体前屈、持久力（持久走、20mシャトルラン）、50m走で、全国平均を上回りました。女子は反復横とびでも全国平均を上回りました。
- ・総合評価が「C」以上の生徒は、男子が69.7%、女子が91.6%でした。（防府市の目標＝80%）

(2) 運動習慣等調査の結果から

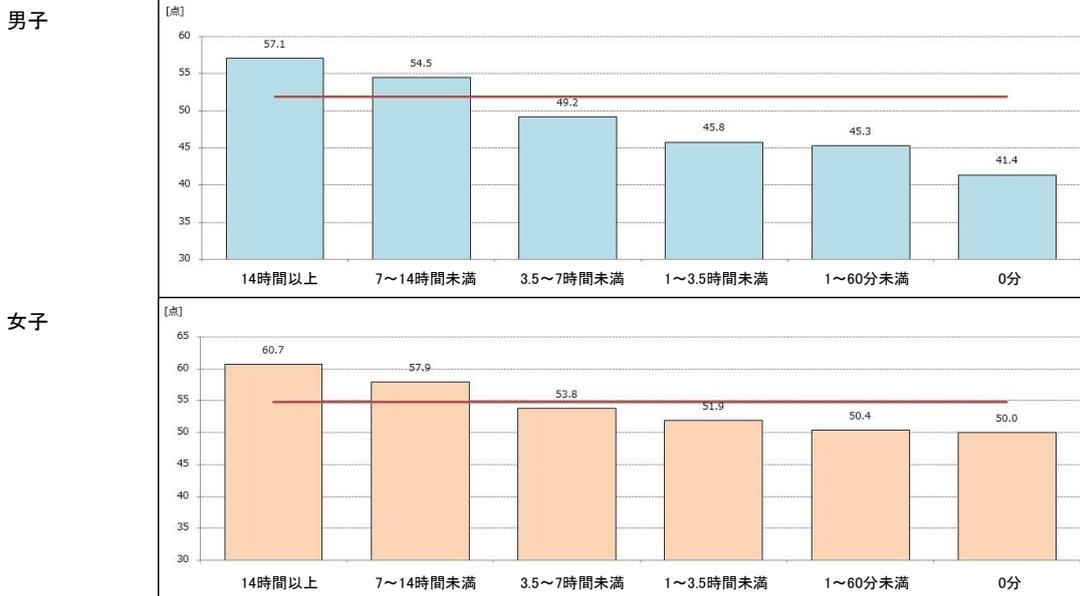
【小学5年生】

○ 1週間の総運動時間(分) ※運動時間には体育の授業を含まない



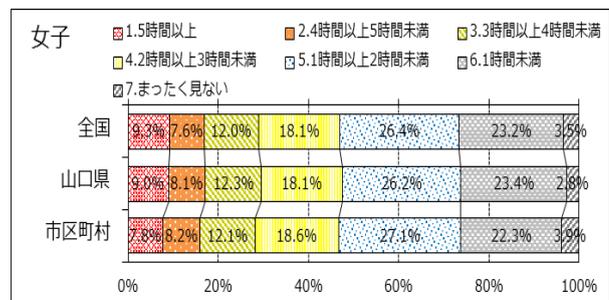
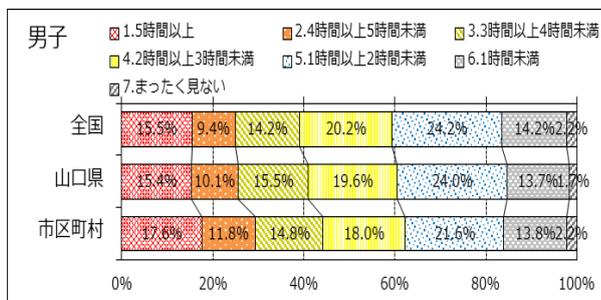
- ・ 1週間の総運動時間(体育の授業を除く)が60分未満の児童は、男子7.6%、女子10.0%でした。
- ・ 男女ともに、1週間の総運動時間(平均)は、平成30年度と比較して減少傾向にあります。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係



- ・ 男女ともに、1週間の総運動時間が多いほど、体力合計点が高い傾向が見られました。
- ・ 男女ともに、1週間の総運動時間が7時間未満になると、体力合計点の平均値を下回っています。

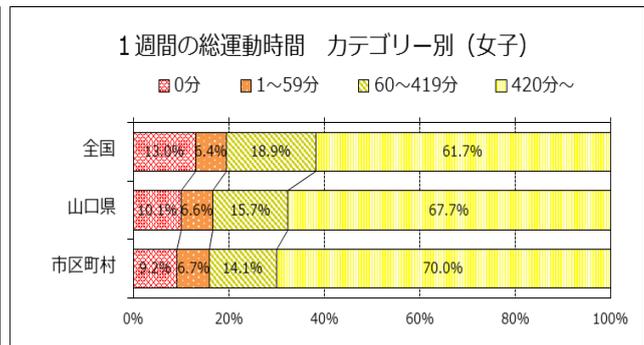
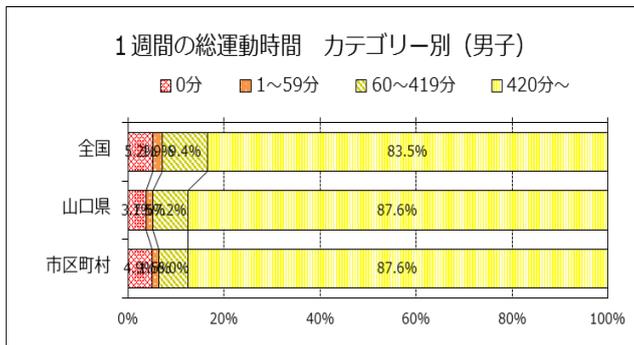
○ 平日のスクリーンタイム(テレビやゲーム機、スマートフォン等の画面を見ている時間)



- ・ 1日に3時間以上見ている児童の割合は、男子44.2%、女子28.1%でした。
- ・ 男子は、平成30年度と比較して増加傾向にあります。

## 【中学2年生】

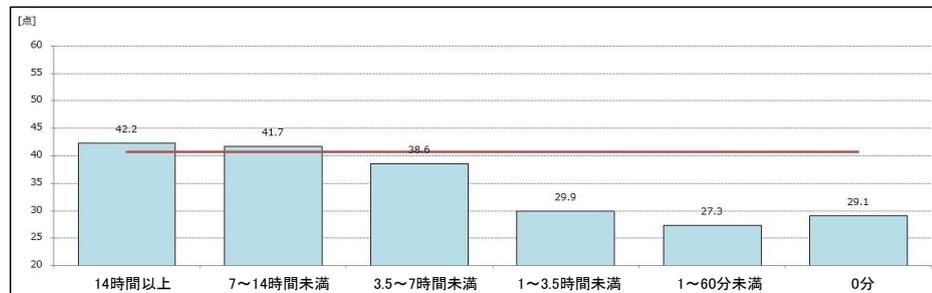
○ 1週間の総運動時間（分） ※運動時間には体育の授業を含まない



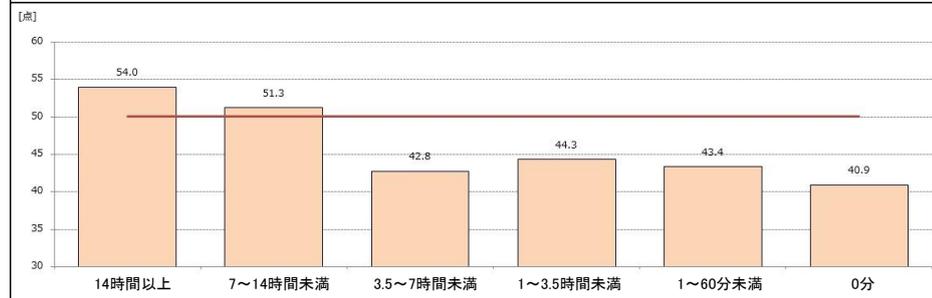
- ・部活動の関係で、男女ともに、小学生に比べて運動時間は確保できていないと言えます。
- ・平成30年度と比較して総運動時間が男子は減少、女子は増加しました。このうち、運動部活動の活動時間については、男女ともに減少しています。
- ・女子については、運動をする生徒としない生徒の二極化が見られます。これについては全国的に同じ傾向が見られます。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係

男子

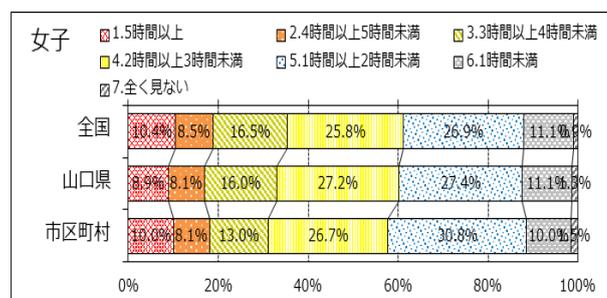
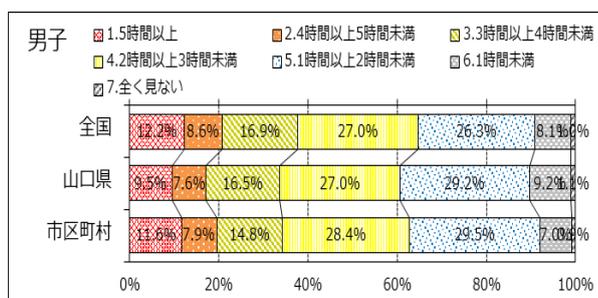


女子



- ・男女ともに、1週間の総運動時間が多いほど、体力合計点が高い傾向が見られました。
- ・男女ともに、1週間の総運動時間が7時間未満になると、体力合計点の平均値を下回っています。

○ 平日のスクリーンタイム（テレビやゲーム機、スマートフォン等の画面を見ている時間）



- ・1日に3時間以上見ている生徒の割合は、男子34.3%、女子31.1%でした。
- ・男子は、平成30年度と比較して増加傾向にあります。これは、小学5年生男子と同様の傾向です。

## 5 今後の取組

### (1) 体育・保健体育の授業以外の時間の取組について

現在、防府市立小・中学校では、体力向上または運動習慣定着に向けた体力向上プログラムを作成し、1校1取組を行うなど体力向上を図っています。

児童会や生徒会が主催するスポーツ大会やクラスマッチも実施し、児童生徒が中心となって企画運営することで、生涯スポーツにつながるような取組も行っております。

また学校行事として、持久走大会や水泳記録会等を実施し、児童生徒の体力向上に努めております。

今後も、運動が好きな児童生徒を育てるために、体力向上または運動習慣定着に向けた取組を継続していきます。

### (2) 体育・保健体育の授業改善について

以下に、「健康・体力を育む体育・保健体育授業」としての体育授業のポイントを示します。

○体力テストの結果分析等から児童生徒の健康・体力向上に向けた活動を計画している。

○健康・体力の向上のため、十分な運動量がある。

○授業の中で、「めあて」と「振り返り」を意識している。

○個々の学習課題に応じた場づくりをしている。

○学習過程に、運動特性を支える技能の習得に向けた活動を位置付けている。

○運動の習慣化を図る取組計画を作成・活用している。

○児童生徒が運動の楽しさや喜びを味わうことができる。

○豊かなかわり合い、温かな励まし合いがある。

今後も、これらのポイントに沿って、体育の授業改善を図っていきます。



### (3) 児童生徒の主体的な取組によるクラブ活動・部活動等の展開について

児童生徒の主体的な取組によるクラブ・部活動等の運営ができるよう、指導方法の工夫・改善を図り、生涯スポーツの土台づくりに努めます。

## 6 参考

- ・ 山口県教育庁学校安全・体育課ホームページ

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a50500/index/>