

## 平成25年度 体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

### 1 趣旨

平成25年度に国が実施した全国体力・運動能力、運動習慣等調査(悉皆調査)における本市の児童生徒の結果を全国・神奈川県の結果と比較・分析し、傾向をまとめたので報告するものです。

### 2 実施状況

○調査期間 全国調査 平成25年5月～ 7月実施

○調査対象

	対象学校数		対象学年・人数	
全 国	小学校	20,331 校	小学校5年生	1,076,073 人
	中学校	9,822 校	中学校2年生	988,838 人
神奈川県	小学校	859 校	小学校5年生	73,374 人
	中学校	411 校	中学校2年生	60,343 人
藤沢市	小学校	35 校	小学校5年生	3,703 人
	中学校	19 校	中学校2年生	3,208 人

○調査内容

・実技(8種目)

種目	体力の要素	
握力	力強さ	各種目 10点
上体起こし	動きを持続する能力、力強さ	
長座体前屈	体の柔らかさ	合計 80点
反復横とび	すばやさ、タイミングの良さ	
20mシャトルラン 持久走(中学生のみ)	動きを持続する能力 ※中学生はどちらかを選択	
50m走	すばやさ、力強さ	
立ち幅跳び	タイミングの良さ、力強さ	
ソフトボール投げ (中学生はハンド ボール投げ)	タイミングの良さ、力強さ	

※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点(80点満点)。

・質問紙調査(本参考資料では以下の6項目を抜粋)

①	運動部やスポーツクラブに入っていますか。
②	運動やスポーツをどのくらいしていますか
③	運動やスポーツをすることは好きですか。
④	朝食は食べますか
⑤	1日の睡眠時間
⑥	1日にどのくらいテレビを見ますか (テレビゲームもふくみます)



この質問項目に対する回答と、体力合計点および総合評価でクロス集計を行い関連をみた。

※クロス集計を行う場合は、2要素がそろった児童生徒のみを集計している。

3 藤沢市立小学校5年生体力・運動能力調査の結果

小5男子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)/80
(体力の要素)	・力強さ	・動きを持続する能力 ・力強さ	・体の柔らかさ	・すばやさ ・タイミングのよさ	・動きを持続する能力	・すばやさ ・力強さ	・タイミングのよさ ・力強さ	・タイミングのよさ ・力強さ	
全国	16.63	19.54	32.73	41.41	51.41	9.38	152.07	23.19	53.87
神奈川県	16.74	19.18	33.4	38.99	47.92	9.37	150.96	22.54	52.85
藤沢市	<b>18.38</b>	19.29	<u>31.11</u>	<u>38.30</u>	<u>47.36</u>	<b>9.29</b>	<u>148.77</u>	<u>21.53</u>	52.54

小5女子	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)/80
(体力の要素)	・力強さ	・動きを持続する能力 ・力強さ	・体の柔らかさ	・すばやさ ・タイミングのよさ	・動きを持続する能力	・すばやさ ・力強さ	・タイミングのよさ ・力強さ	・タイミングのよさ ・力強さ	
全国	16.14	18.06	36.87	39.06	39.66	9.64	144.55	13.94	54.70
神奈川県	15.98	17.37	37.50	36.06	34.08	9.69	141.79	13.01	52.55
藤沢市	<b>17.90</b>	17.55	<u>35.36</u>	<u>35.65</u>	34.95	<b>9.52</b>	142.22	<u>12.76</u>	53.15

#### 4 藤沢市立小学校5年生の運動習慣等の結果および生活と体力・運動能力の関係

※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点、

体力合計点を基準点によってA～Eの5段階に評価したものが総合評価

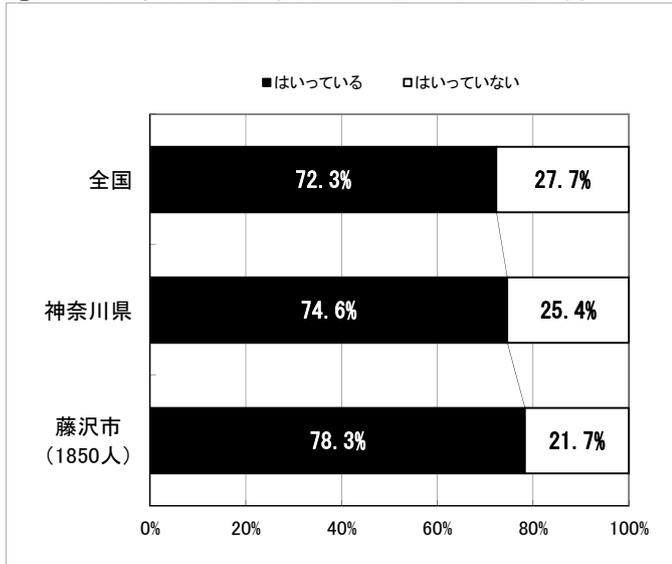
総合評価A～Eの基準点

A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

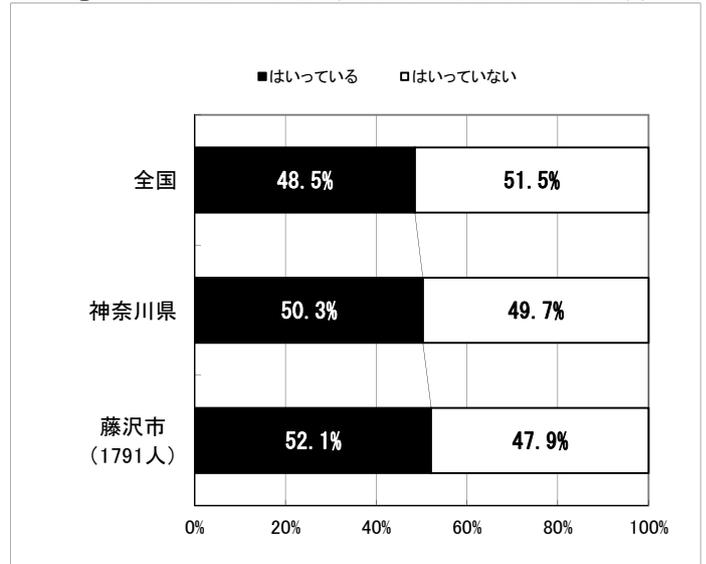
小学校5年生 男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
①運動部やスポーツクラブ に入っていますか。 (スポーツ少年団をふくみ ます)	所属	54.8	9.1%	28.6%	38.5%	18.9%	5.0%	199	625	842	414	109	2189
	無所属	49.2	1.7%	10.4%	38.0%	36.7%	13.1%	20	120	437	422	151	1150
②運動やスポーツをどのく らいしていますか。 (学校の体育の授業をの ぞきます)	ほとんど毎日 (週3日以上)	56.1	10.8%	32.4%	39.0%	15.6%	2.2%	154	464	557	223	32	1430
	ときどき (週2～1日)	51.4	4.0%	17.5%	39.4%	30.5%	8.7%	53	233	526	407	116	1335
	ときたま (月に1～3日)	48.6	1.5%	9.1%	36.6%	35.1%	17.7%	6	36	145	139	70	396
	しない	46.9	1.2%	7.5%	30.6%	38.7%	22.0%	2	13	53	67	38	173
③運動やスポーツをするこ とは好きですか。	好き	55.7	10.5%	30.9%	39.6%	16.3%	2.8%	206	607	778	320	56	1967
	やや好き	49.5	0.8%	11.0%	40.1%	36.5%	11.5%	7	95	346	315	99	862
	ややきらい	47.1	0.0%	6.4%	32.8%	40.5%	20.3%	0	19	97	120	60	296
	きらい	43.5	0.0%	1.7%	15.7%	48.7%	33.9%	0	2	18	56	39	115
④朝食は食べますか。	毎日	53.1	6.9%	23.1%	38.3%	24.4%	7.3%	204	684	1135	723	216	2962
	食べない日がある	50.3	4.0%	14.4%	38.0%	32.0%	11.6%	14	51	134	113	41	353
	食べない	52.2	4.5%	18.2%	59.1%	9.1%	9.1%	1	4	13	2	2	22
⑤1日の睡眠時間	6時間未満	51.1	5.4%	15.1%	40.4%	28.3%	10.8%	9	25	67	47	18	166
	6～8時間	52.6	7.2%	20.7%	38.9%	24.6%	8.5%	94	272	510	323	112	1311
	8時間以上	53.1	6.3%	24.0%	37.8%	24.9%	7.0%	117	444	701	462	129	1853
⑥1日にどのくらいテレビ を見ますか。 (テレビゲームもふくみま す)	1時間未満	53.5	7.3%	27.3%	33.3%	26.3%	5.8%	35	131	160	126	28	480
	1～2時間	53.1	6.2%	22.1%	40.2%	25.3%	6.1%	62	220	400	252	61	995
	2～3時間	52.9	6.4%	22.0%	38.7%	24.8%	8.2%	53	183	322	206	68	832
	3時間以上	52.2	6.8%	20.0%	38.8%	24.4%	10.0%	69	203	395	248	102	1017

# ① 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

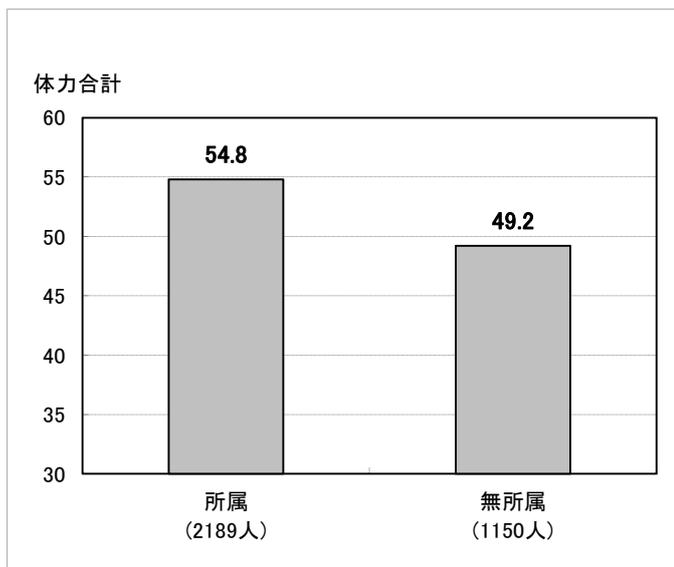
①-1 (小5男子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



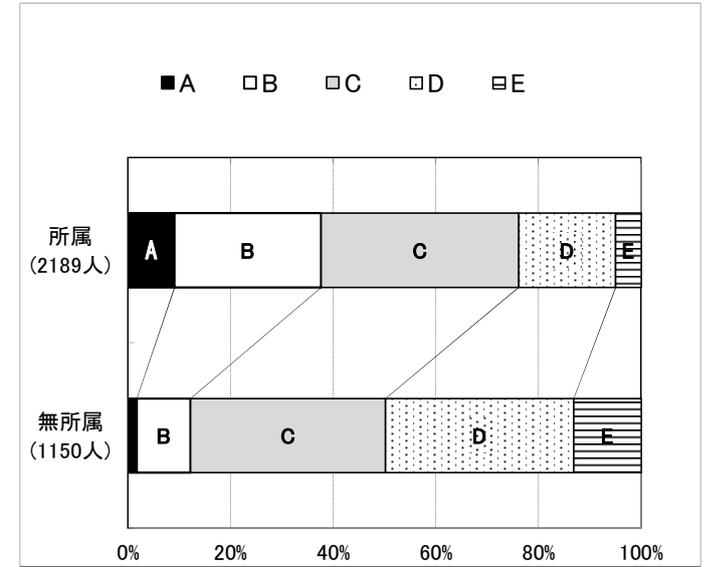
①-2 (小5女子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



①-3 (スポーツクラブ等の所属・無所属と体力合計点の関係)



①-4 (スポーツクラブ等の所属・無所属と総合評価の関係)

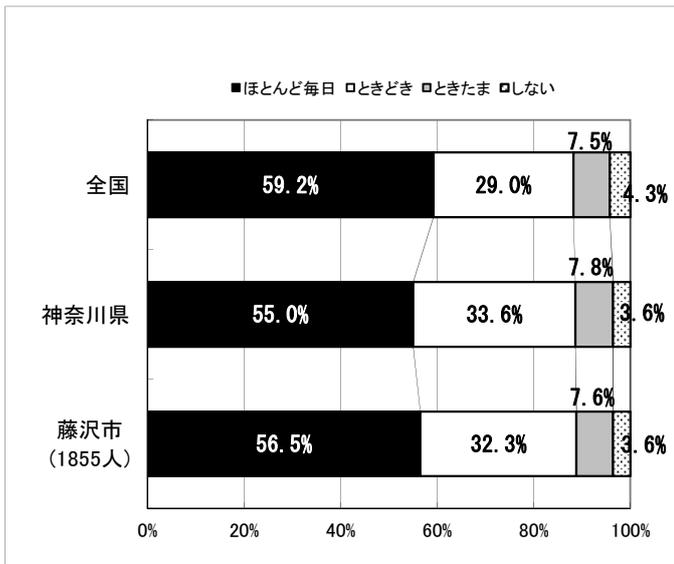


**【結果】**

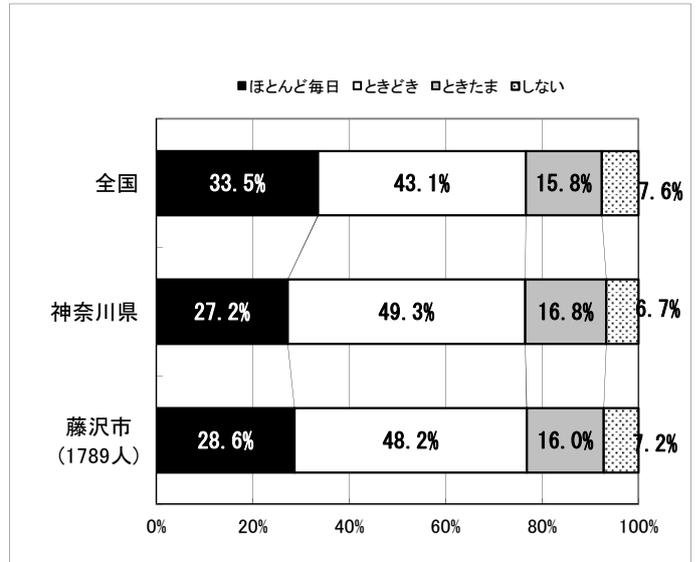
スポーツクラブ等へ、男子の78.3%が、女子の52.1%が所属しており、全国・県の割合を男女ともに上回っています。スポーツクラブに所属している児童と所属していない児童との体力を比較してみると、所属している児童の体力合計点数の平均は54.8点、所属していない児童の平均は49.2点となっています。総合評価については、スポーツクラブに所属している児童は、A・Bの評価を得た者の割合が多く、所属していない児童はD・Eの評価を得た者の割合が多くなっています。このことから、スポーツクラブ等に所属している児童は体力が高い傾向にあるといえます。

## ② 運動やスポーツの実施状況と体力

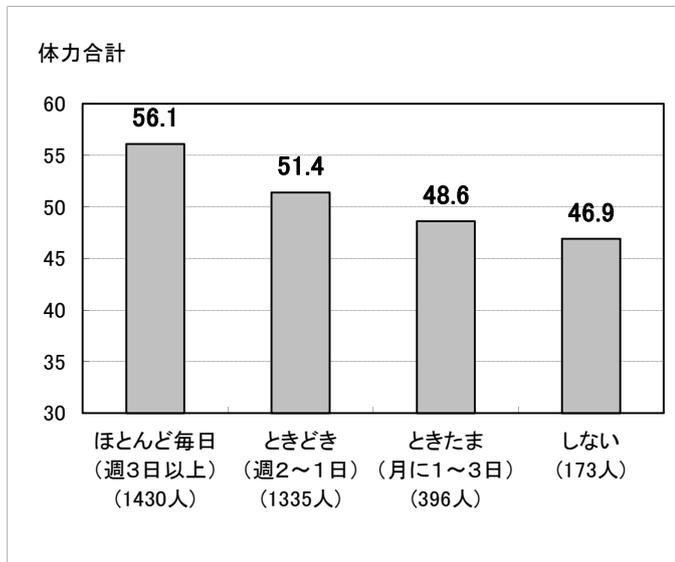
### ②-1 (小5男子: 運動やスポーツの実施状況)



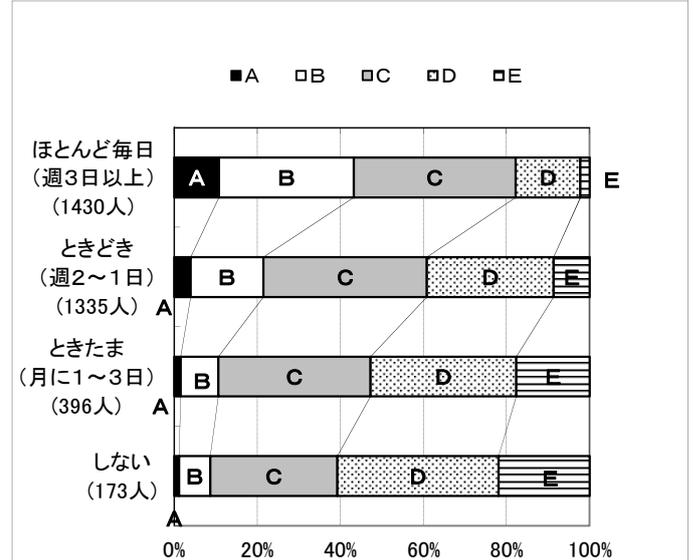
### ②-2 (小5女子: 運動やスポーツの実施状況)



### ②-3 (スポーツの実施状況と体力合計点の関係)



### ②-4 (スポーツの実施状況と総合評価の関係)



### 【結果】

スポーツの実施状況は、「ほとんど毎日行っている」「ときどき行っている」と答えた児童は、男子が88.8%、女子が76.8%で、全国・県の割合とほぼ同様となっています。

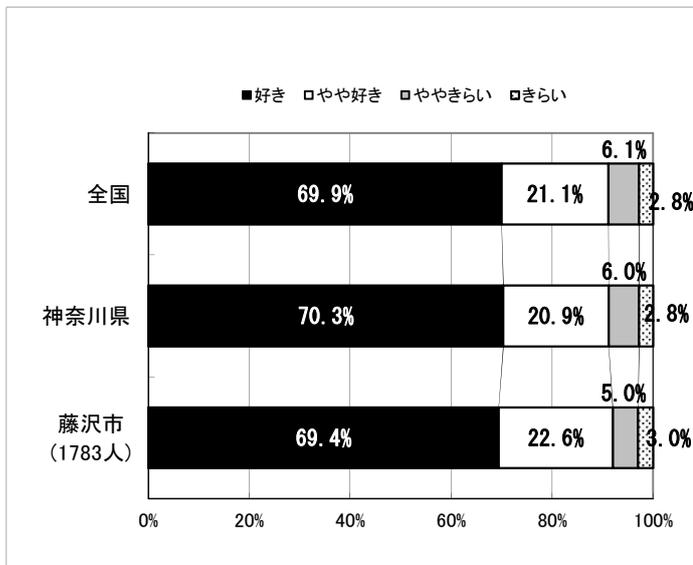
スポーツの実施状況と体力を比較してみると、運動頻度が低くなるにつれ体力は低くなり、週に1日以上運動している児童と月に1~3日程度運動している児童との間に格差が見られます。

また、総合評価については、運動頻度が高いほど評価A・Bの割合が高く、運動頻度が低いほど評価Eの児童の割合が高くなっています。

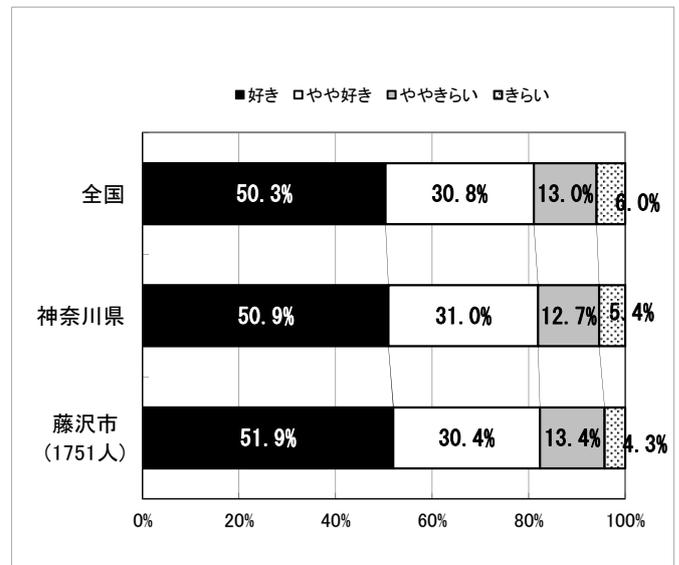
このことから、運動頻度が高い児童は体力が高い傾向にあるといえます。

### ③ 運動やスポーツの好ききらいと体力

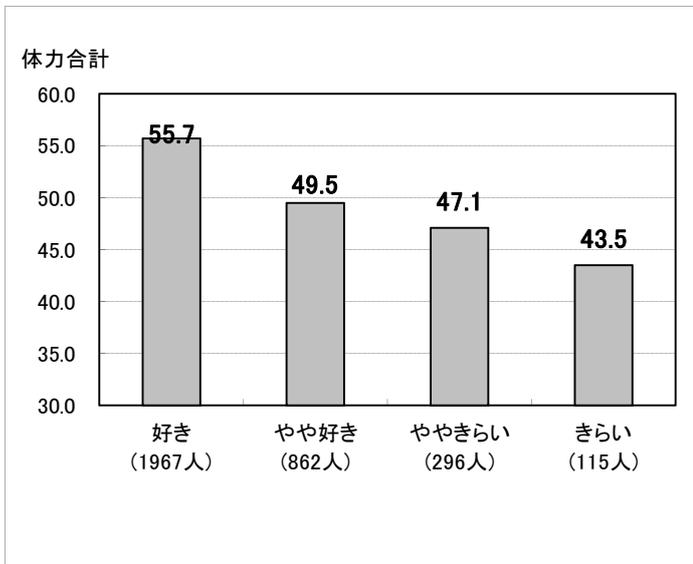
③-1 (小5男子: 運動やスポーツをすることが好きか)



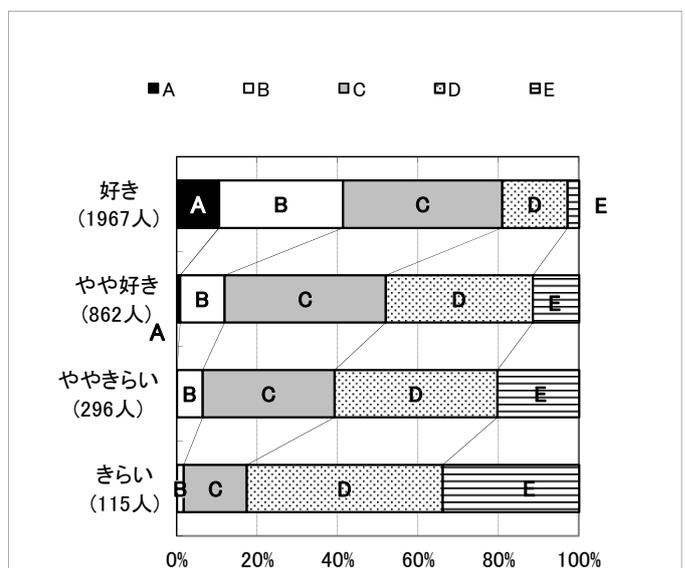
③-2 (小5女子: 運動やスポーツをすることが好きか)



③-3 (運動が好きかきらいかと体力合計点の関係)



③-4 (運動が好きかきらいかと総合評価の関係)



#### 【結果】

運動やスポーツをすることについて、「好き」「やや好き」と考えている児童は合わせて男子92.0%、女子82.3%で、どちらも全国・県の割合をやや上回っています。

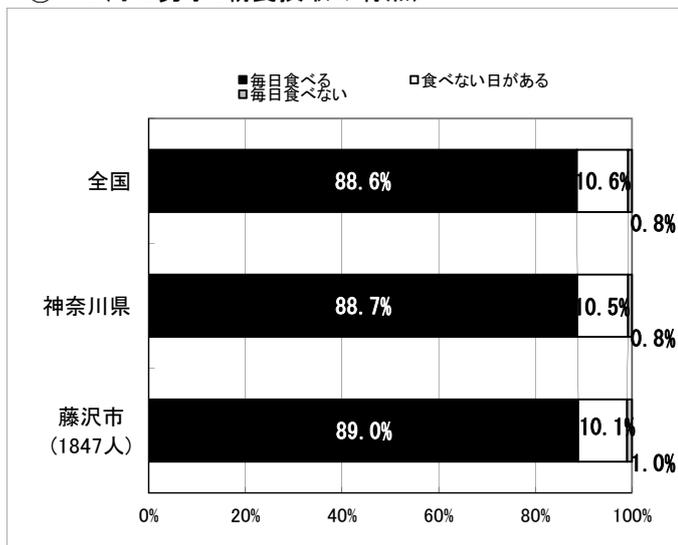
運動やスポーツの好ききらいの意識と体力との関係をもてみると、運動が好きと考える児童ほど体力が高く、きらいと考える児童ほど体力が低くなっています。

また、総合評価についても、運動やスポーツが好きと考えているほど、A～Cの評価を得た児童の割合が多くなり、D～Eの評価を得た児童の割合が少なくなっています。「きらい」「ややきらい」と考えている児童の中に評価Aはいませんでした。

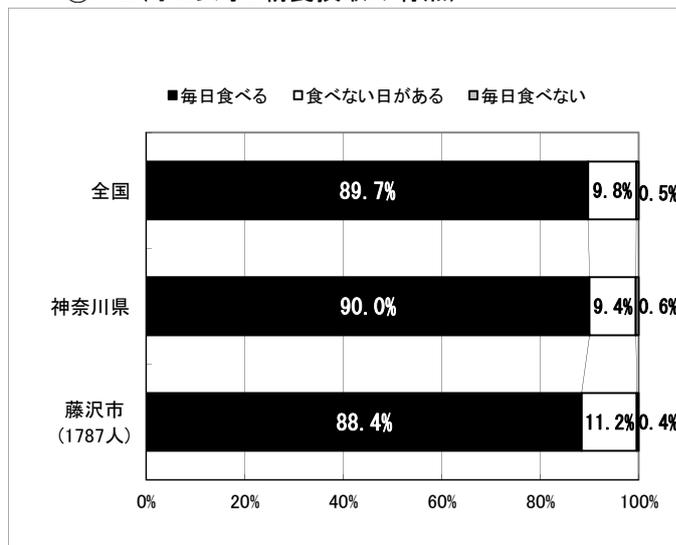
運動やスポーツの好き嫌いが体力の向上に影響していると読み取ることができます。

#### ④ 朝食摂取の有無と体力

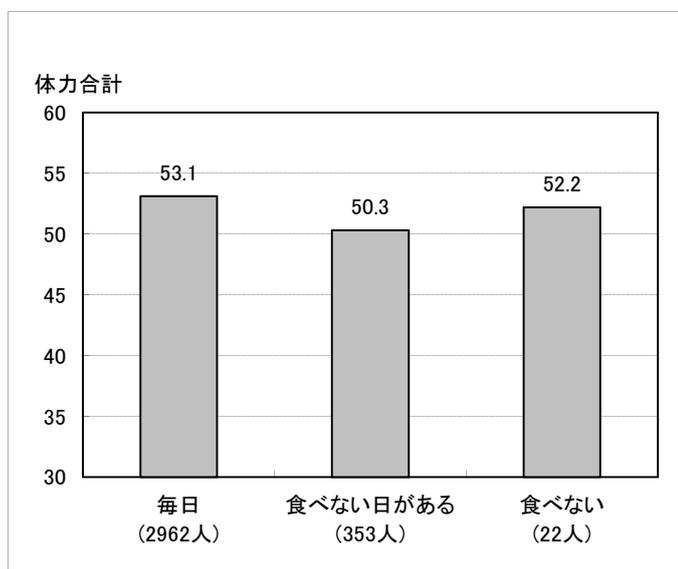
##### ④-1 (小5男子:朝食摂取の有無)



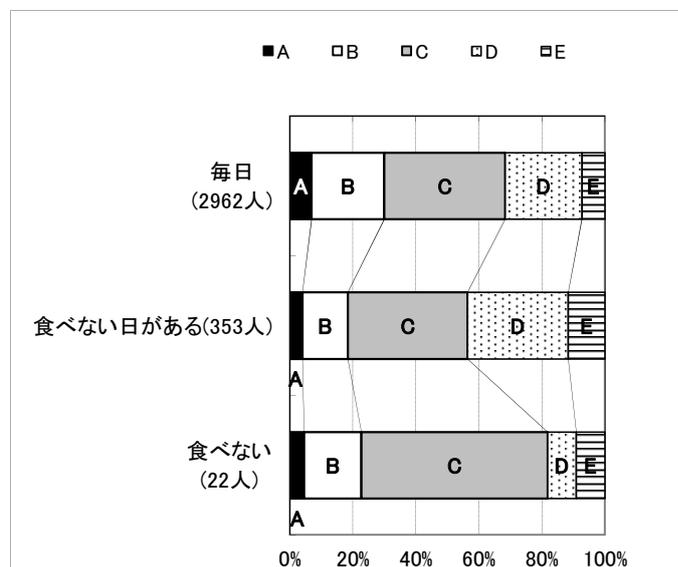
##### ④-2 (小5女子:朝食摂取の有無)



##### ④-3 (朝食摂取と体力合計点の関係)



##### ④-4 (朝食摂取と総合評価の関係)



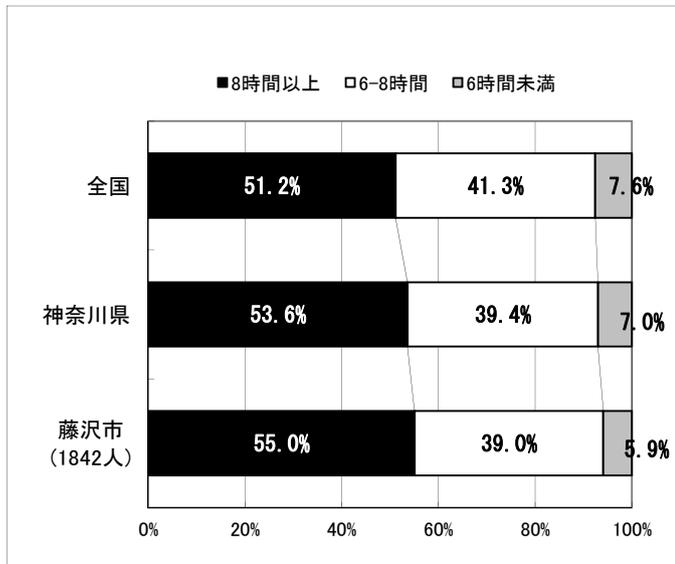
#### 【結果】

朝食摂取は、「毎日食べている」児童は男子が89.0%、女子が88.4%で、全国・県の割合と大きな差はありません。体力合計点をみると、「時々食べない」児童より「毎日食べない」児童のほうが体力合計点が高くなっています。

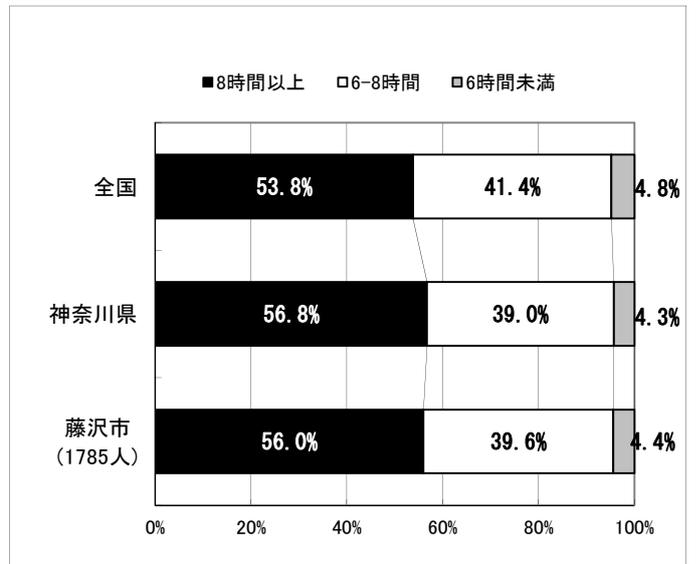
全国のデータでは、朝食を毎日食べている児童は体力が高い傾向となっています。藤沢市のデータに限定しますと、体力合計点、総合評価においても朝食摂取との相関関係がはっきりとあらわれていません。

⑤ 睡眠時間と体力

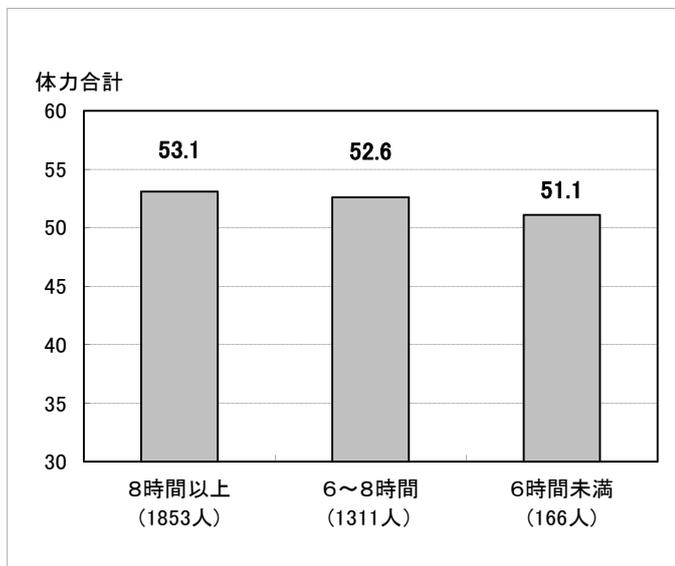
⑤-1 (小5男子: 1日の睡眠時間)



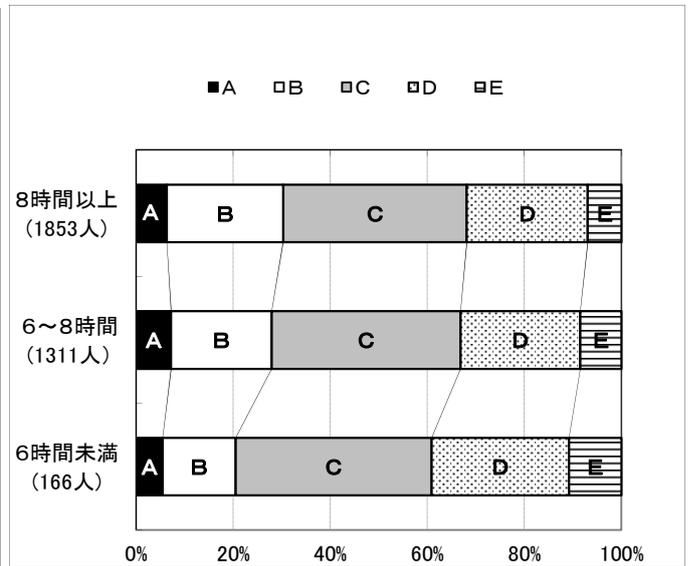
⑤-2 (小5女子: 1日の睡眠時間)



⑤-3 (睡眠時間と体力合計点の関係)



⑤-4 (睡眠時間と総合評価の関係)

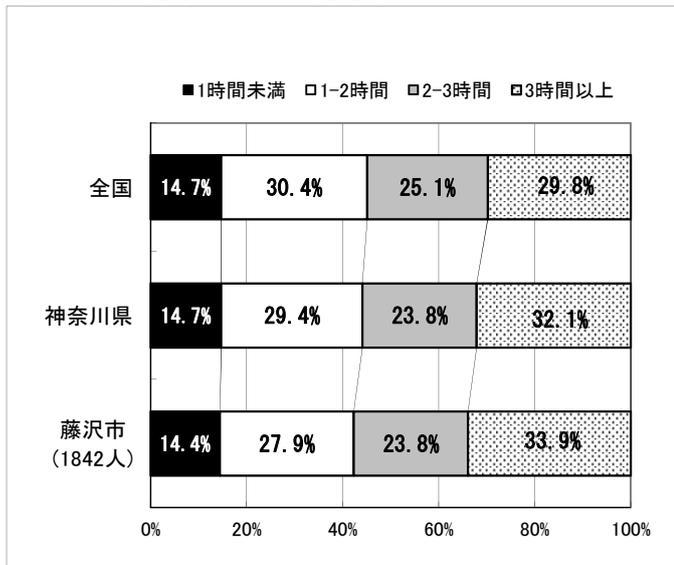


【結果】

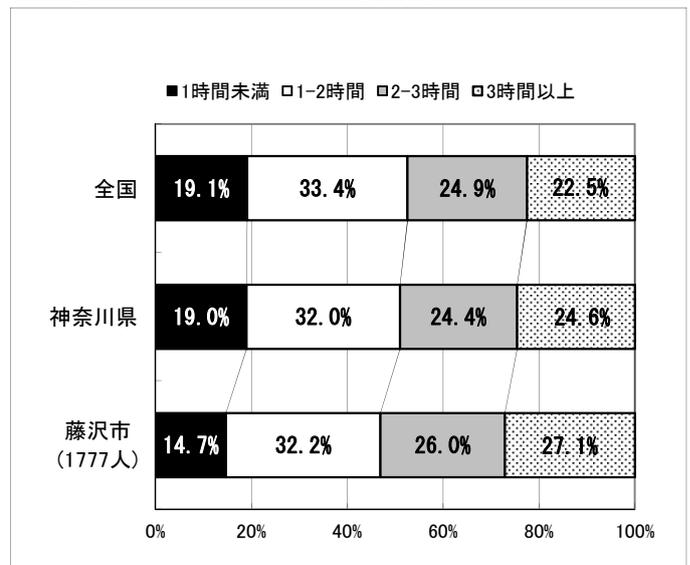
睡眠時間が、8時間以上の児童は男子55.0%、女子56.0%で、男女ともに全国の割合を上回っています。また、6時間以上の児童は、男女とも約95%となっています。  
睡眠時間と体力との関係は、睡眠時間が長いほど体力が高い傾向となっており、A・Bの評価を得た児童の割合も高い傾向となっています。

## ⑥ テレビの視聴時間(テレビゲームを含む)と体力

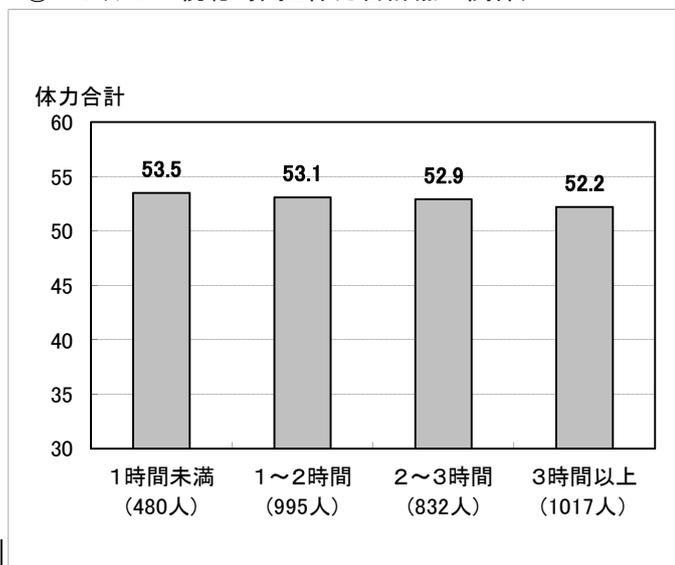
### ⑥-1(小5男子:テレビの視聴時間)



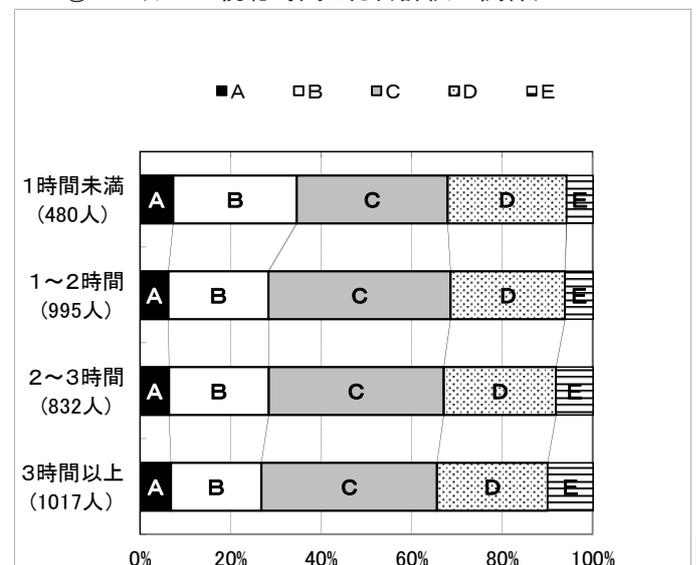
### ⑥-2(小5女子:テレビの視聴時間)



### ⑥-3(テレビ視聴時間と体力合計点の関係)



### ⑥-4(テレビ視聴時間と総合評価の関係)



### 【結果】

テレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間は、男子は「3時間以上」が最も多く33.9%、女子は「1~2時間」が最も多く32.2%でした。男子も女子も「2~3時間」「3時間以上」の児童の割合が全国・県の割合を上回り、視聴時間が長い傾向が見取れます。

1時間未満の児童は総合評価A・Bの割合がもっとも高くなっています。また、3時間以上視聴する児童では総合評価A・Bの割合が低く、D・Eの割合が若干高い傾向になっています。

### ◇調査結果の傾向(小学校5年生)

小学5年生の体力・運動能力調査結果については、男子女子ともにほぼ同様の傾向が現れています。男子は、握力、50m走の2種目において全国・県の数値を上回り、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げで全国・県の数値を下回っています。女子も握力、50m走の2種目において全国・県の数値を上回り、長座体前屈、反復横とび、ソフトボール投げで全国・県の数値を下回っています。50m走と握力の数値が高く、長座体前屈の数値が低い傾向にあるのは、昨年と同様の傾向となっています。

これらのことから市内5年生男子女子の体力は「力強さ」の要素が高く、「タイミングの良さ」と「体の柔らかさ」の要素が低い傾向があります。

前述の運動習慣は望ましい傾向が見られます。一方、男子のテレビ視聴時間や女子の朝食摂取については課題があり、生活習慣改善の指導が引き続き必要です。また、「巧みな動き」や「柔軟性」を高める運動の機会を多く与え、日常化していけるような体育学習の展開を工夫する必要があります。

5 藤沢市立中学校2年生の体力・運動能力調査の結果

中2 男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	選択		50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ(m)	体力合計点 (点)/80
					持久走 (秒)	20mシャトル ラン(回)				
(体力の要素)	・力強さ	・動きを持 続する能 力 ・力強さ	・体の柔ら かさ	・すばやさ ・タイミン グのよさ	・動きを持続する能力		・すばやさ ・力強さ	・タイミン グのよさ ・力強さ	・タイミン グのよさ ・力強さ	
全国	29.21	27.58	43.11	51.08	393.90	84.98	8.04	193.68	21.01	41.78
神奈川県	28.84	26.78	42.07	49.45	395.20	84.57	8.11	189.62	20.51	40.04
藤沢市	<b>30.13</b>	26.86	42.49	<b>51.40</b>	<b>391.06</b>	<b>87.56</b>	<b>7.92</b>	192.28	<b>21.58</b>	<b>41.89</b>

中2 女子	握力(kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	選択		50m走(秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール 投げ(m)	体力合計点 (点)/80
					持久走 (秒)	20mシャトル ラン(回)				
(体力の要素)	・力強さ	・動きを持 続する能 力 ・力強さ	・体の柔ら かさ	・すばやさ ・タイミン グのよさ	・動きを持続する能力		・すばやさ ・力強さ	・タイミン グのよさ ・力強さ	・タイミン グのよさ ・力強さ	
全国	23.76	23.03	45.12	45.27	292.71	57.20	8.88	166.18	12.97	48.42
神奈川県	23.50	21.95	43.84	43.66	297.28	55.36	8.95	161.16	12.28	45.86
藤沢市	<b>24.25</b>	<u>21.93</u>	<u>43.33</u>	45.14	<b>290.74</b>	56.08	<b>8.74</b>	165.59	12.85	47.75

## 6 藤沢市立中学校2年生の運動習慣等の結果および生活と体力・運動能力の関係

※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点、

体力合計点を基準点によってA～Eの5段階に評価したものが総合評価

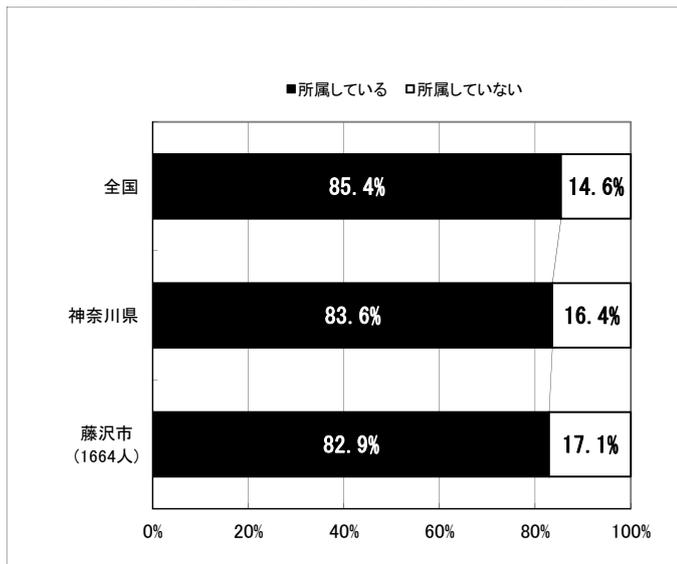
総合評価A～Eの基準点

A: 65以上 B: 64～58 C: 57～50 D: 49～42 E: 41以下

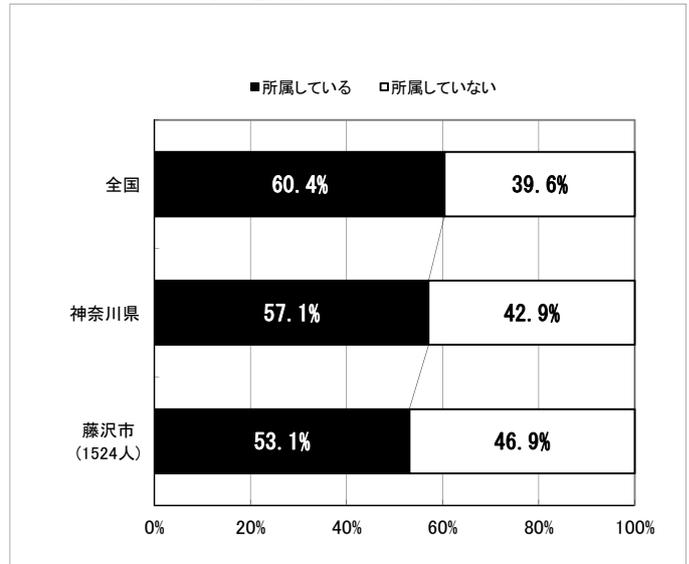
中2男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
①運動部や地域スポーツ クラブへの所属状況	所属	47.0	17.9%	33.8%	33.7%	12.7%	1.9%	333	629	628	236	35	1861
	無所属	39.5	4.0%	18.1%	41.9%	26.7%	9.2%	33	149	345	220	76	823
②運動・スポーツの実施状 況 (学校の体育の授業を除 く)	ほとんど毎日 (週3日以上)	47.1	18.1%	34.4%	33.4%	12.5%	1.7%	343	651	632	236	33	1895
	ときどき (週2～1日)	40.8	2.9%	22.0%	43.3%	25.6%	6.1%	8	61	120	71	17	277
	ときたま (月に1～3日)	38.2	1.6%	13.2%	48.6%	24.5%	12.1%	4	34	125	63	31	257
	しない	37.4	3.5%	12.5%	38.3%	34.0%	11.7%	9	32	98	87	30	256
③運動やスポーツをするこ とは好きですか。	好き	47.8	20.0%	34.4%	33.5%	10.9%	1.2%	305	524	511	166	18	1524
	やや好き	42.2	6.2%	26.1%	40.5%	21.8%	5.4%	45	190	295	159	39	728
	ややきらい	38.0	1.8%	15.0%	43.1%	31.0%	9.1%	5	41	118	85	25	274
	きらい	36.7	4.6%	12.4%	33.3%	32.0%	17.6%	7	19	51	49	27	153
④朝食の有無	毎日	45.0	14.2%	29.3%	36.4%	16.3%	3.7%	323	665	827	371	84	2270
	時々食べない	43.5	10.3%	29.1%	36.3%	18.2%	6.1%	37	104	130	65	22	358
	食べない	39.9	9.8%	14.8%	36.1%	31.1%	8.2%	6	9	22	19	5	61
⑤1日の睡眠時間	6時間未満	44.4	12.0%	31.4%	34.0%	17.7%	5.0%	51	133	144	75	21	424
	6～8時間	45.1	14.5%	29.6%	35.9%	16.4%	3.7%	272	555	673	307	69	1876
	8時間以上	43.1	11.0%	23.3%	41.3%	19.0%	5.4%	43	91	161	74	21	390
⑥1日のテレビの視聴時間 (テレビゲームを含む)	1時間未満	46.2	18.9%	29.6%	37.0%	10.5%	4.1%	79	124	155	44	17	419
	1～2時間	45.5	14.5%	30.0%	36.2%	16.8%	2.6%	130	270	325	151	23	899
	2～3時間	44.4	11.7%	30.5%	36.2%	17.8%	3.8%	88	230	273	134	29	754
	3時間以上	42.8	11.1%	25.2%	36.3%	20.5%	6.8%	69	156	225	127	42	619

① 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況と体力

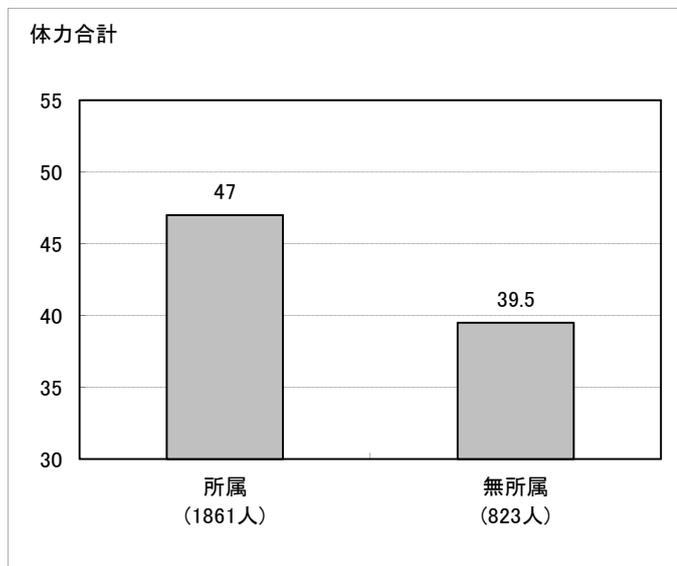
①-1 (中2男子:運動部やスポーツクラブへの所属)



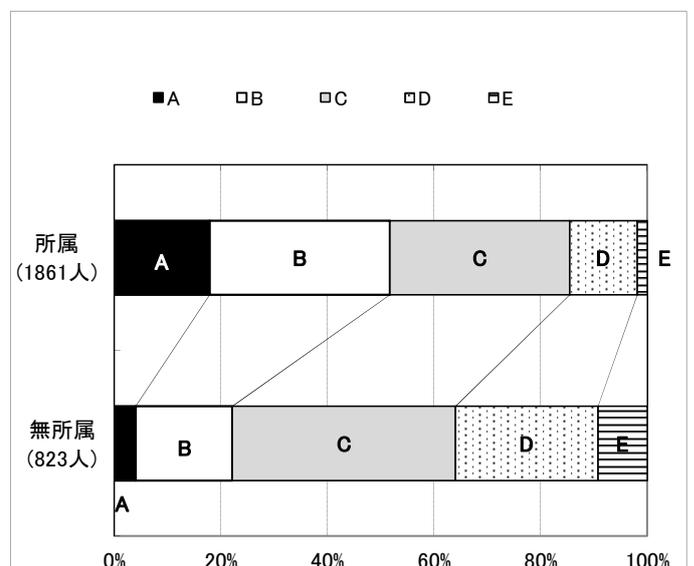
①-2 (中2女子:運動部やスポーツクラブへの所属)



①-3 (スポーツクラブ等の所属・無所属と体力合計点の関係)



①-4 (スポーツクラブ等の所属・無所属と総合評価の関係)

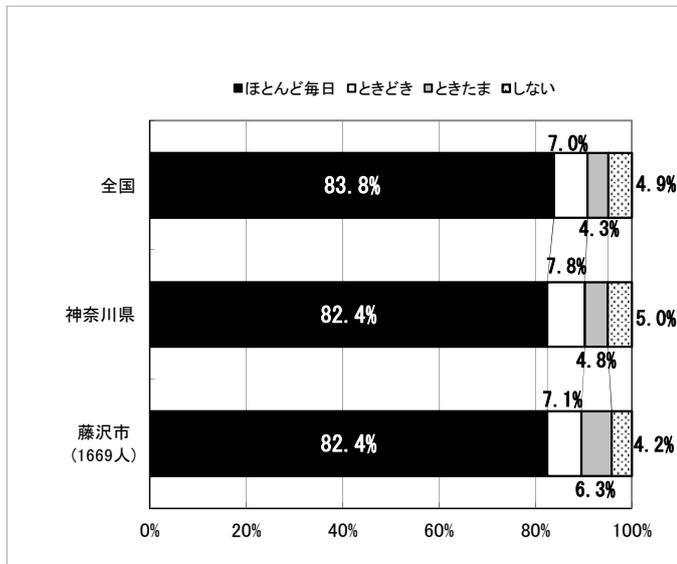


【結果】

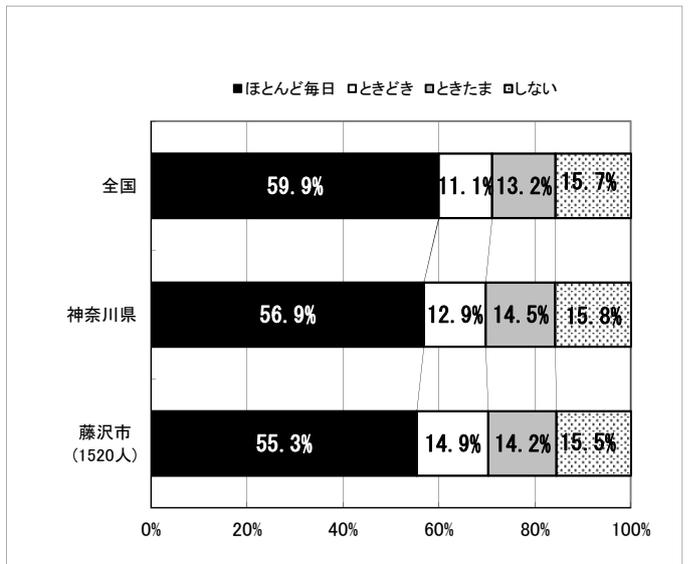
運動部やスポーツクラブ等への所属状況は、男子が82.9%、女子が53.1%で、男子も女子も全国・県の割合を下回っています。  
 運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒と所属していない生徒との体力を比較してみると、所属している生徒の体力合計点の平均は47.0点、所属していない生徒の平均は39.5点となり、運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒の方が体力が高い傾向が見られます。また、総合評価についても、運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒の方が、A・Bの評価を得た者の割合が高い結果となっています。

## ② 運動・スポーツの実施状況と体力

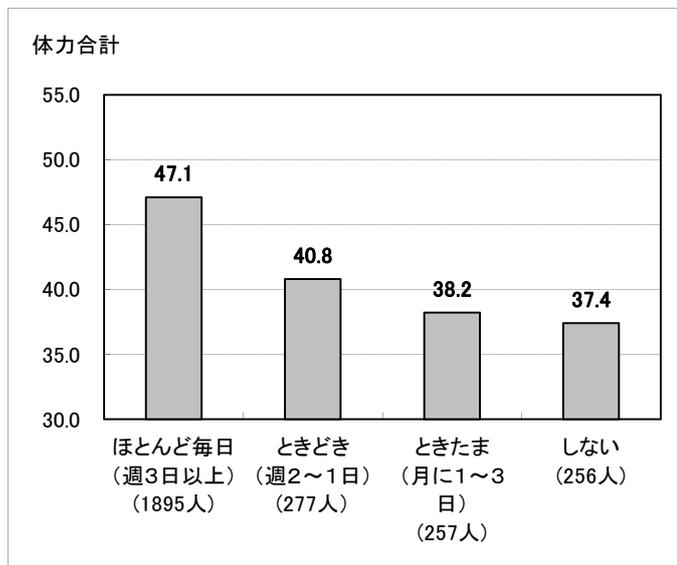
### ②-1 (中2男子:運動やスポーツの実施状況)



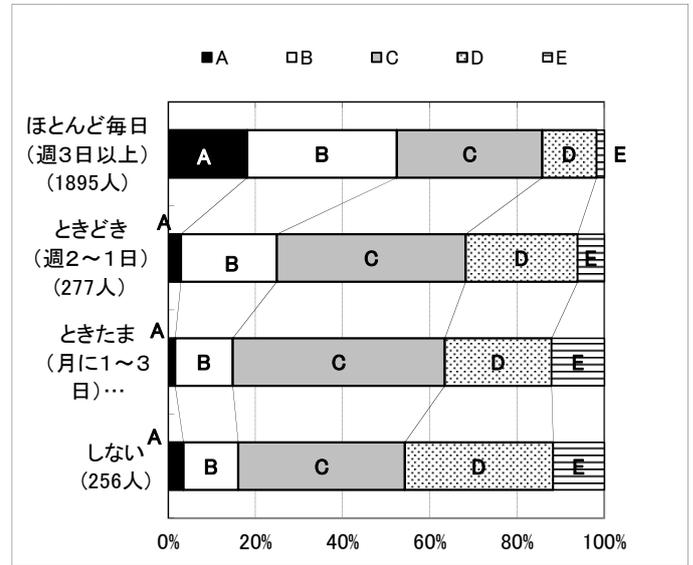
### ②-2 (中2女子:運動やスポーツの実施状況)



### ②-3 (スポーツの実施状況と体力合計点の関係)



### ②-4 (スポーツの実施状況と総合評価の関係)



### 【結果】

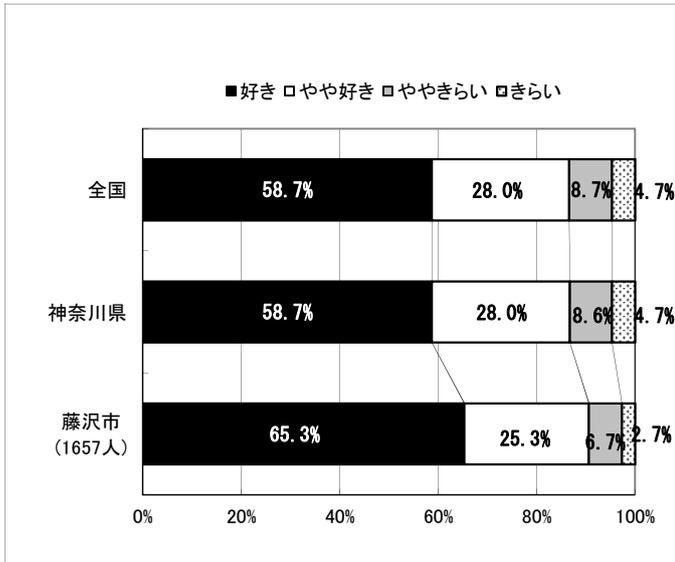
スポーツ実施状況は、「ほとんど毎日行っている(週に3日以上)」「ときどき行っている(週に2~1日)」と答えた生徒は、男子89.5%、女子70.2%で、男子女子ともに全国・県の割合とほぼ同じです。「全くしない」と答えた生徒は、男子は4.2%、女子は15.5%で、その割合も全国・県とほぼ同程度でした。

スポーツの実施状況と体力合計点の平均を比較してみると、「ほとんど毎日行っている」生徒と「全くしない」生徒では、体力差が大きく開いています。

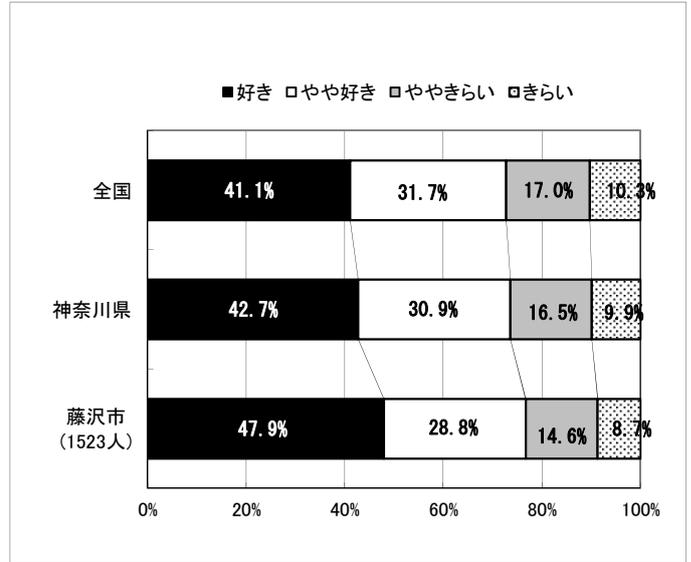
また、総合評価については、「ほとんど毎日行っている」生徒の評価A・Bの割合が高く、評価Eの割合が低いことから、毎日運動することは体力の向上に大きく影響していることが分かります。

③ 運動やスポーツをすることが好きか

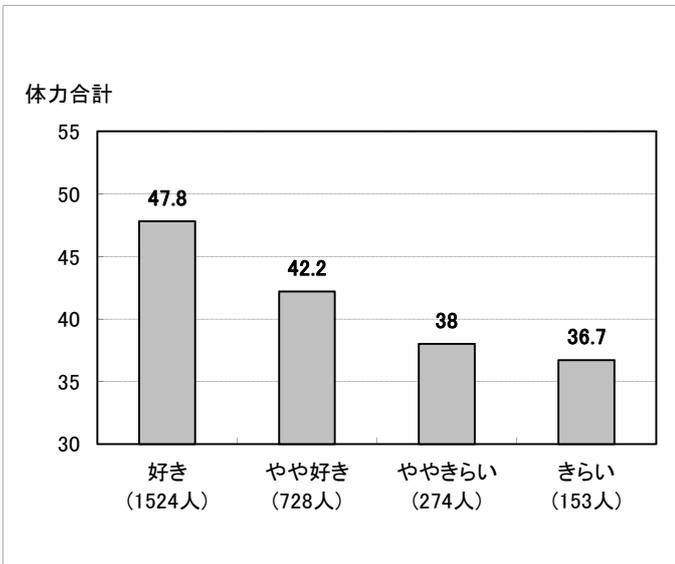
③-1 (中2男子: 運動やスポーツをすることが好きか)



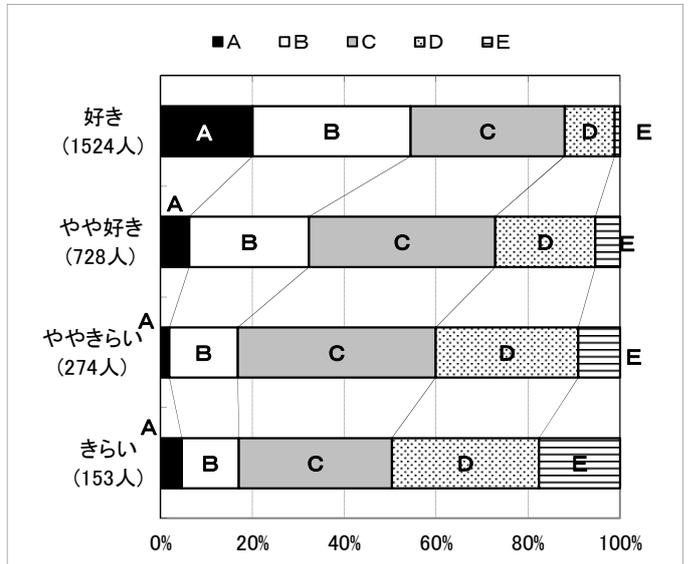
③-2 (中2女子: 運動やスポーツをすることが好きか)



③-3 (運動が好きかきらいかと体力合計点の関係)



③-4 (運動が好きかきらいかと総合評価の関係)

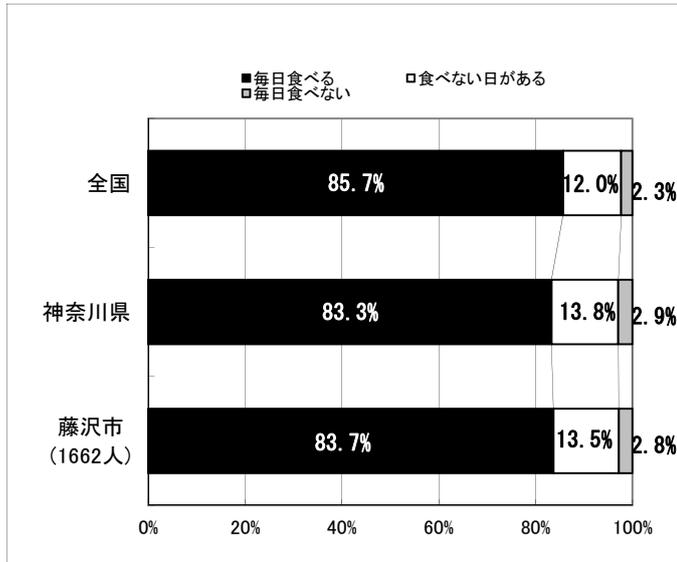


【結果】

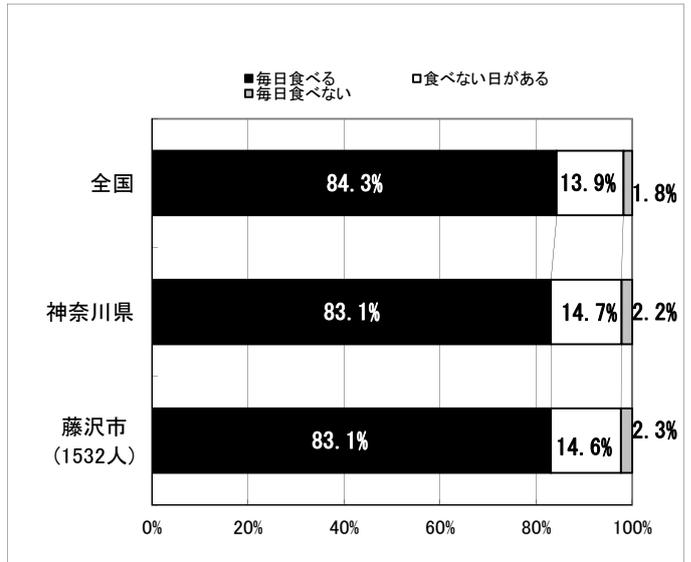
運動やスポーツをすることが、男子は「好き」「やや好き」と回答した生徒の割合が9割を超えています。また、女子は、「好き」「やや好き」と回答した生徒が約76%でした。全国・県と比較しても、運動やスポーツをすることが好きである傾向にあります。「運動やスポーツをすることが好き」と体力を比較してみると、「好き」な生徒ほど体力合計点が高くなっています。また、総合評価についても「好き」と回答した生徒のA・B評価の割合が高く、「きらい」と回答した生徒のD・E評価の割合が高い結果となっています。

#### ④ 朝食摂取の有無と体力

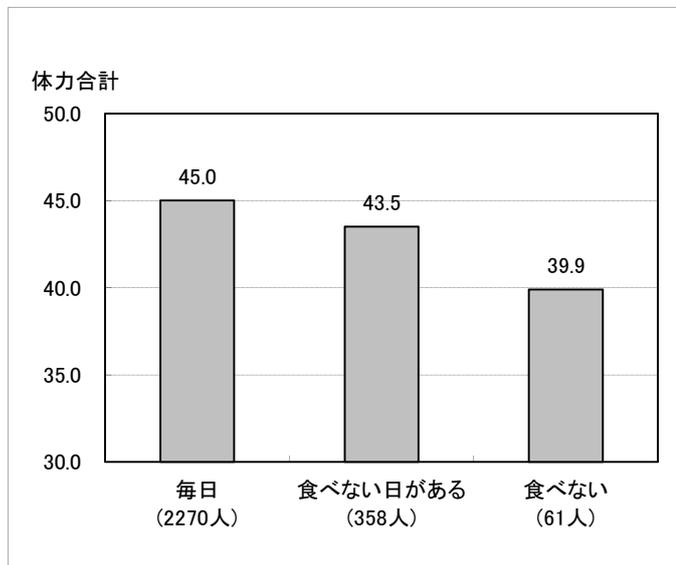
##### ④-1(中2男子:朝食摂取の有無)



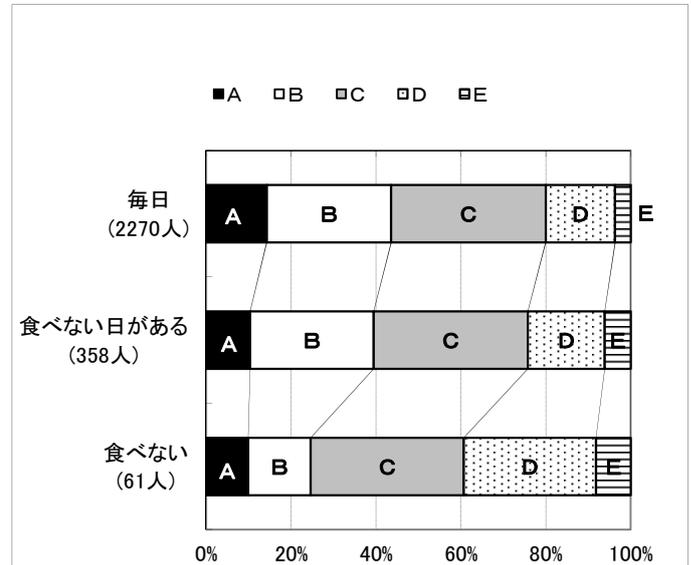
##### ④-2(中2女子:朝食摂取の有無)



##### ④-3(朝食摂取と体力合計点の関係)



##### ④-4(朝食摂取と総合評価の関係)



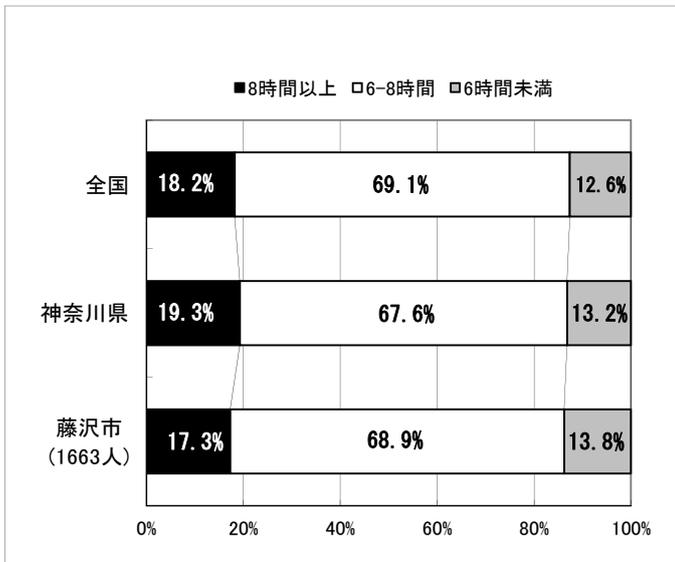
#### 【結果】

朝食摂取は、毎日食べている生徒は男子が83.7%、女子が83.1%になっています。「食べない日がある」「毎日食べない」割合も含めて、全国・県と同様の傾向がみられます。

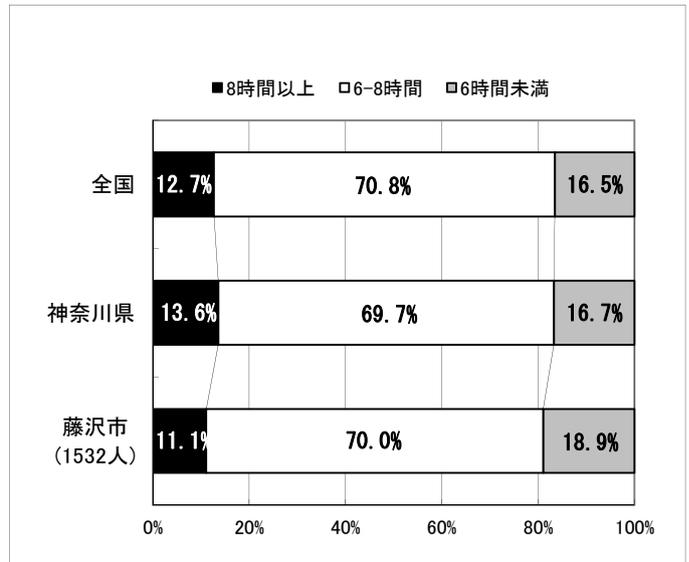
体力合計点については、毎日食べる生徒の平均値が高く、また総合評価については、朝食を毎日摂る生徒の方がA・B評価の割合が高く、「食べない」と回答した生徒のD・E評価の割合が高くなっています。中学2年生の結果においては、朝食の摂取が体力の向上に影響しているものと思われます。

⑤ 1日の睡眠時間と体力

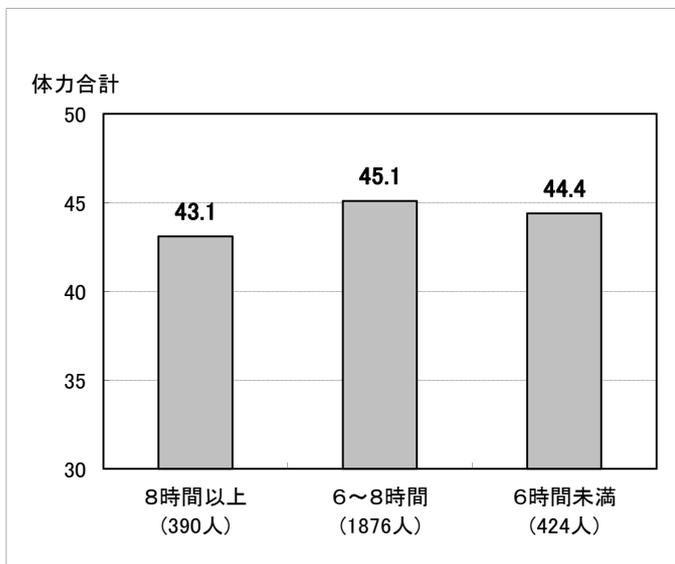
⑤-1(中2男子:1日の睡眠時間)



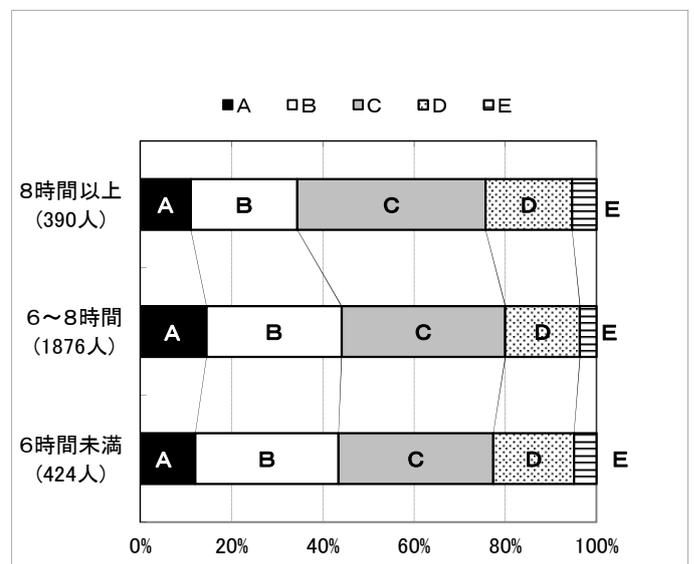
⑤-2(中2女子:1日の睡眠時間)



⑤-3(睡眠時間と体力合計点の関係)



⑤-4(睡眠時間と総合評価の関係)



【結果】

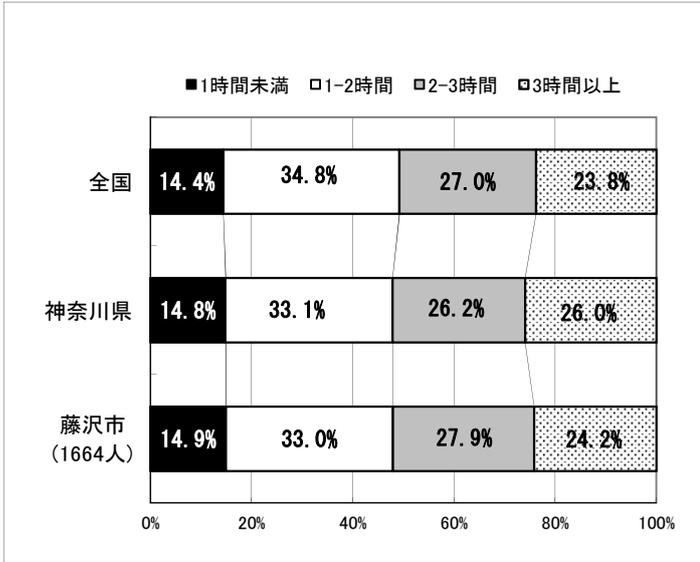
睡眠時間が8時間以上の生徒は男子が17.3%、女子が11.1%でした。また、6時間未満の生徒は男子が13.8%、女子が18.9%で全国・県の割合と比べると睡眠時間は若干短い傾向にあることがわかります。

睡眠時間と体力との関係は、体力合計点では、「6~8時間」の生徒の平均値が高くなっています。「8時間未満」と「8時間以上」との間に若干の隔たりがあり、本調査においては、睡眠時間が多いほど体力が低い結果となっています。

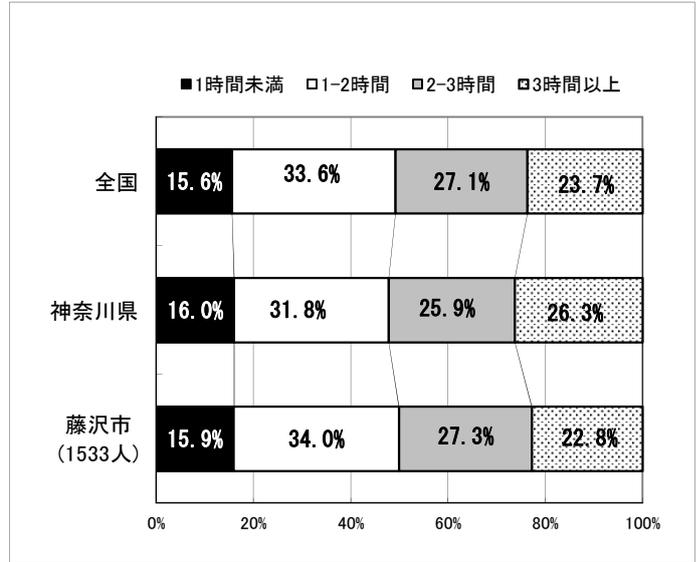
総合評価については、「6~8時間」の生徒のA評価の割合が高く、D・E評価の割合は低い結果となっています。

⑥ 1日のテレビの視聴時間(テレビゲームを含む)と体力

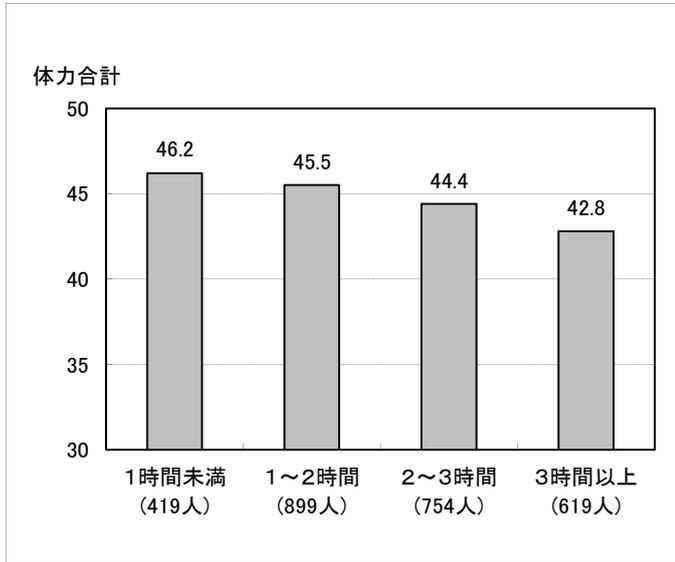
⑥-1(中2男子:テレビの視聴時間)



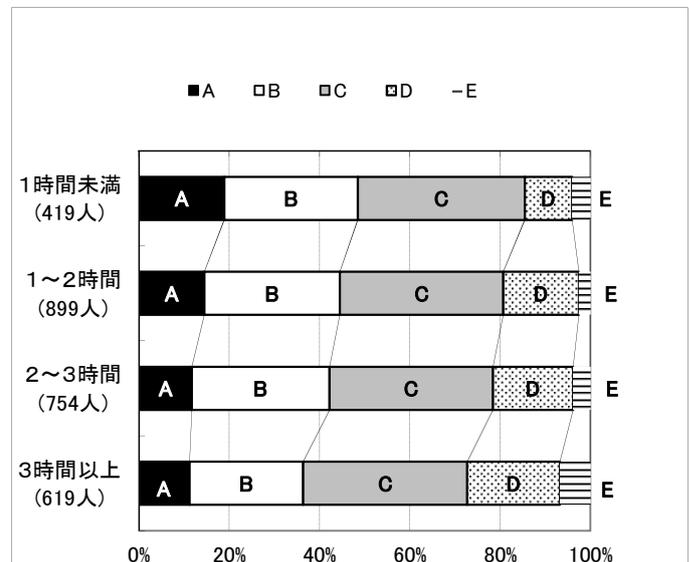
⑥-2(中2女子:テレビの視聴時間)



⑥-3(テレビ視聴時間と体力合計点の関係)



⑥-4(テレビ視聴時間と総合評価の関係)



【結果】

テレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間は、1時間未満の割合が一番少なく、男女ともに全国・県と同じような傾向を表しています。男子も女子も「1~2時間」の視聴が最も多く、男子は33.0%、女子は34.0%でした。

テレビの視聴時間と体力との関係を見ると、視聴時間が「1時間未満」の体力平均が高くなっています。総合評価の割合では「1時間未満」の生徒にA・B評価の割合が高く、「3時間以上」視聴している生徒にD・E評価の割合が高い傾向が表れています。

◇調査結果の傾向(中学2年生)

中学2年生の体力・運動能力調査結果については、男子は握力、反復横とび、持久走、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げにおいて全国・県の数値を上回っています。女子も握力、持久走、50m走において全国・県の数値を上回り、上体おこし、長座体前屈で全国・県の数値を下回っています。男女ともに「力強さ」の要素である握力や50m走と「動きを持続する能力」の持久走の能力が高い傾向にあります。昨年のデータと比較してみますと、握力、50m走については男女とも昨年と同様に数値が高い傾向となっています。男子については持久走・20mシャトルランの数値が高いことも昨年と同様の傾向となっています。上体起こしは男女とも低い傾向で、これも昨年と同様の傾向です。

なお、体力合計点の平均点は、男子は若干ですが全国・県の数値を上回り、女子も県の数値を上回る結果となっています。運動習慣については、男子は運動をしている生徒が最も多く82.4%、次に多いのが週1回以上運動する生徒で7.1%でした。女子も毎日運動する生徒が55.3%で最も多いものの、次に多いのは全く運動をしない生徒で15.5%でした。女子は運動をする者としないう者に分かれる傾向にあると言えます。

生活習慣については、朝食を毎日とらない生徒や睡眠時間6時間未満の生徒の割合が全国・県に比べて高いので、健康で充実した生活が過ごせるよう、また成長著しい中学生期の体がしっかりとつくれるよう、望ましい生活習慣の定着を図るよう指導を続けることが必要です。

## 7 結果の活用について

児童生徒が自分の体力や運動能力を把握し、日常の生活に生かすことができるように、体力調査を実施した児童生徒一人ひとりがその結果を「体力・運動能力調査記録カード」に記録し、家庭へも通知しています。

また、運動習慣や生活習慣について、児童生徒自身が自分の課題を捉え改善が図れるよう、生活習慣診断ソフト等を活用しながら、日常的に運動へ取り組む意識を高めることに努めています。このソフトは神奈川県教育委員会が平成23年度に作成したもので、各学校に配付しております。児童生徒が自分の記録を入力し、生活習慣の質問に回答していくと「運動する時間を増やしましょう」や「食事のバランスに気をつけましょう」等のコメントのついた診断書が作成できるものです。

中学生女子に見られる「運動やスポーツに親しんでいる生徒」と「運動をほとんどしない生徒」の二極化については、入部している部活動との関係も大きく影響しています。女子においては、「週に1日は運動する」と「しない、または月に1～3日」の比率がだいたい7:3となっています。

全国調査の報告書を見ると、運動することが苦手であったり、嫌いであったりする児童生徒は、「好き・できそうな種目があれば」「友だちと一緒にできたら」「自分のペースで運動ができれば」積極的に運動してみたいと回答しています。このような条件を取り入れ、体育や保健体育の授業の工夫充実を図ることで運動を好きになる児童生徒が増えていくと考えられます。学校訪問の機会を捉えて、体育の授業について、取り上げる種目や練習場所の設定の工夫について指導と助言をしております。

「生活習慣の見直し」「体力づくりへの興味・関心の喚起」等、子どもの体力・運動能力の向上には、学校・家庭・地域との連携が重要であることから、この資料を学校へ送付するとともに、本市教育委員会ホームページ上に公開し、周知していきます。