

平成21年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 富良野市における調査結果の概要

平成22年2月 富良野市教育委員会

《調査の概要》

○調査の目的

本調査は、子どもの体力が低下している状況を踏まえて、国が全国的な子どもの体力状況を把握・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として文部科学省が実施したものです。

○調査の対象学年

小学校5年生及び中学校2年生

○調査の内容

1)実技に関する調査(以下、「実技調査」という。)

＜小学校＞ 8種目 ※種目名→体力の要素

- ・握力→力の強さ
- ・上体起こし→力強さ、動きを持続する能力
- ・長座体前屈→身体のやわらかさ
- ・反復横とび→力強さ、すばやさ、タイミングのよさ
- ・20メートルシャトルラン→動きを持続する能力
- ・50メートル走→力強さ、すばやさ
- ・立ち幅とび→力強さ、タイミングのよさ
- ・ソフトボール投げ→力強さ

＜中学校＞ 8種目 ※種目名→体力の要素

- ・握力→力の強さ
- ・上体起こし→力強さ、動きを持続する能力
- ・長座体前屈→身体のやわらかさ
- ・反復横とび→力強さ、すばやさ、タイミングのよさ
- ・持久走又は20メートルシャトルラン→動きを持続する能力
- ・50メートル走→力強さ、すばやさ
- ・立ち幅とび→力強さ、タイミングのよさ
- ・ハンドボール投げ→力強さ

2)質問紙調査(児童、生徒への運動習慣等についての質問調査)

○調査期間

平成21年5月から7月までの期間で実施

体力・運動能力調査(実技調査)結果の概要

《市教育委員会の基本的な考え方》

- ・体力は人間のあらゆる活動の源であり、運動やスポーツを続けていくためには、学校だけでなく、家庭での果たす役割は非常に重要であると考えております。
- ・これまでも各学校では学級通信や保健だより等で「生活習慣の基本である健康3原則(バランスの良い食事、適度な運動、十分な睡眠)」について、啓発しております。

《実技調査の高い結果について》

- ・各学年とも概ね全道、全国平均より高い傾向にあり、普段の地道な体力・運動能力活動を継続してきた結果であると考えます。
- ・実技種目の中では、敏しょう性(すばやさ)やタイミングのよさを表す「50メートル走」や「反復横とび」、筋力の強さを表す「ボール投げ」「握力」、持久力(動きを持続する能力)を表す「持久走」や「20メートルシャトルラン」、瞬発力を表す「上体起こし」「反復横とび」等は高い実技調査結果が出ています。
- ・一方で、身体の柔らかさを表す「長座体前屈」が少し劣る等、それぞれの学年男女別に表れています。
- ・そのためにも、「長座体前屈」では柔軟性を向上させる等、苦手種目(「立ち幅とび」等)を伸ばすことにより、更にバランスの良い身体となり、スポーツの際のケガの防止にもつながるものと考えます。

《今後の取組》

- ・今後も成長期にある子どもたちの「知育・徳育・体育」の調和のとれた教育を粘り強く推進し、各学校での授業と併せて、次のとおり取り組みます。
- ①小学生には少年団活動や中学生にはスポーツ部活動等への積極的な加入促進を図ります。
 - ②子どもたちの体力向上に向け、家庭・学校・地域スポーツ関係団体とも連携を密にして参ります。
 - ③「早寝、早起き、朝ごはん、家族そろって晩ごはん」運動の推進と食育を通じた健康や体力の向上に努めて参ります。

運動習慣調査(質問紙調査)結果の概要

《小学校では》

1. 学習指導要領に基づき、体育の時間では「歩く」「走る」「跳ぶ」「投げる」等の運動に重点をおいています。
2. スポーツに対する興味が芽生え、運動する喜びや家族や集団での活動の重要性を認識させるとともに、スポーツ少年団活動への加入促進を図り、野球、バレーボール、タグラクビー、ドッジボール、バドミントン、クロスカントリースキー、アルペンスキー等、体力の向上と併せて競技スポーツへの取り組みに結びつけています。

《中学校では》

1. 学習指導要領に基づき、体育の授業では筋力や持久力を養成する活動に重点をおいています。
2. 急激な発育、発達を示す時期でもあり、保健体育指導計画を作成し、推進しています。
3. スポーツ部活動を中心とした体力向上に向け積極的に取り組んでいます。

《実技調査と質問紙調査結果からみる主な傾向》

8種目の実技調査の結果を1～10点で評価した体力合計点(80点満点)と児童・生徒を対象とした質問紙調査の結果を関連づけて分析したところ、次のような傾向が明らかになりました。

1. 毎日、朝食を食べている児童・生徒は、食べていない子と比べて、体力合計点が高い傾向にありました。
2. クラブや運動部に所属している児童・生徒は、所属していない子と比べて、体力合計点が10～15点程度高い傾向にありました。
3. 1日のテレビを見る時間(テレビゲームを含む)が短いほど、体力合計点が高い傾向にありました。
4. 1日の睡眠時間が小学生では8時間以上、中学生では8時間未満の場合、体力合計点が高い傾向にありました。

※なお、成人の理想的な睡眠時間は7～8時間とも言われますが、理想の睡眠時間には個人差があります。