

# 平成30年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

## ○調査の目的

児童生徒の体力や生活習慣、食習慣、運動習慣の状況を把握し、体育・健康に関する指導の改善等に役立つ。

## ○調査期間

平成30年5月～7月

## ○調査の対象

小学校5年生男子・女子 中学校2年生男子・女子

## ○調査の内容

### 1 実技に関する調査

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
握力	kg	筋力	左右握力の平均値
上体起こし	回	筋パワー、筋持久力	30秒間で上体を起こした回数
長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
反復横跳び	点	敏捷性	20秒間に両足で左右側方に反復跳躍した回数
持久走(中学生)	秒	全身持久力・長距離走能力	男子1500m、女子1000mの走行時間
20mシャトルラン(小学生)	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
立ち幅跳び	cm	筋パワー、跳躍能力	両足で前方へ跳躍した直線距離
ハンドボール投げ(中学生)	m	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離
ソフトボール投げ(小学生)	m	巧緻性・投球能力	ソフトボール1号球を遠投した距離

### 2 質問紙調査

・運動に対する意識に関する質問(6問)

・家庭生活との関連に関する質問(12問)

・健康三原則(運動を行うこと、食事をしっかりとること、よく寝ること)に関する質問(1問)

・体育・保健体育の授業に関する質問(12問)

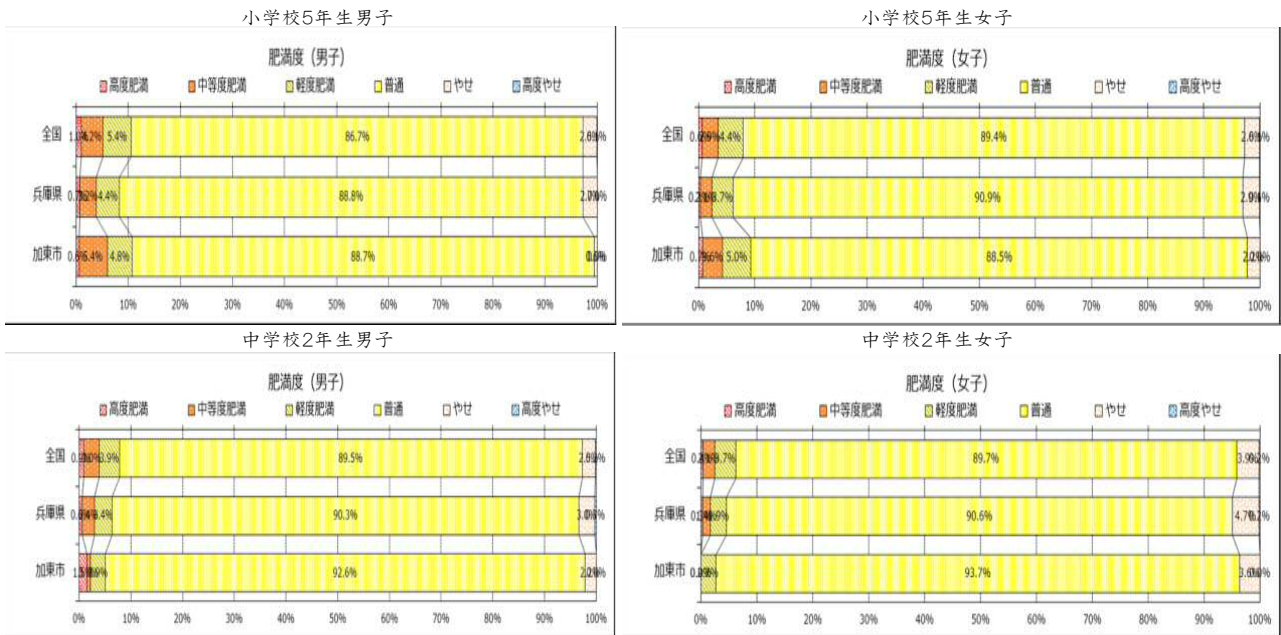
## ○調査の結果

### 1 実技に関する調査結果

※全国平均値を100とし、全国平均値との差が±0.0～5.0の場合は「同程度」、±5.1～の場合は「高い(低い)」とする。



## 2 肥満傾向児・痩身(やせ)傾向児の出現率



### < 標準体重と肥満度判定 >

標準体重 = a × 身長 (cm) - b

肥満度 (%) = [自分の体重 (kg) - 標準体重 (kg)] ÷ 標準体重 (kg) × 100

「児童・生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」より

### 標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
9(小4)	0.687	61.39	0.652	56.992
10(小5)	0.752	70.461	0.73	68.091
11(小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12(中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13(中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14(中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

### 判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30 ~ 49.9%	中等度肥満
20 ~ 29.9%	軽度肥満
-19.9 ~ -19.9%	正常
-29.9 ~ -19.9%	ややせ
-30%以下	高度ややせ

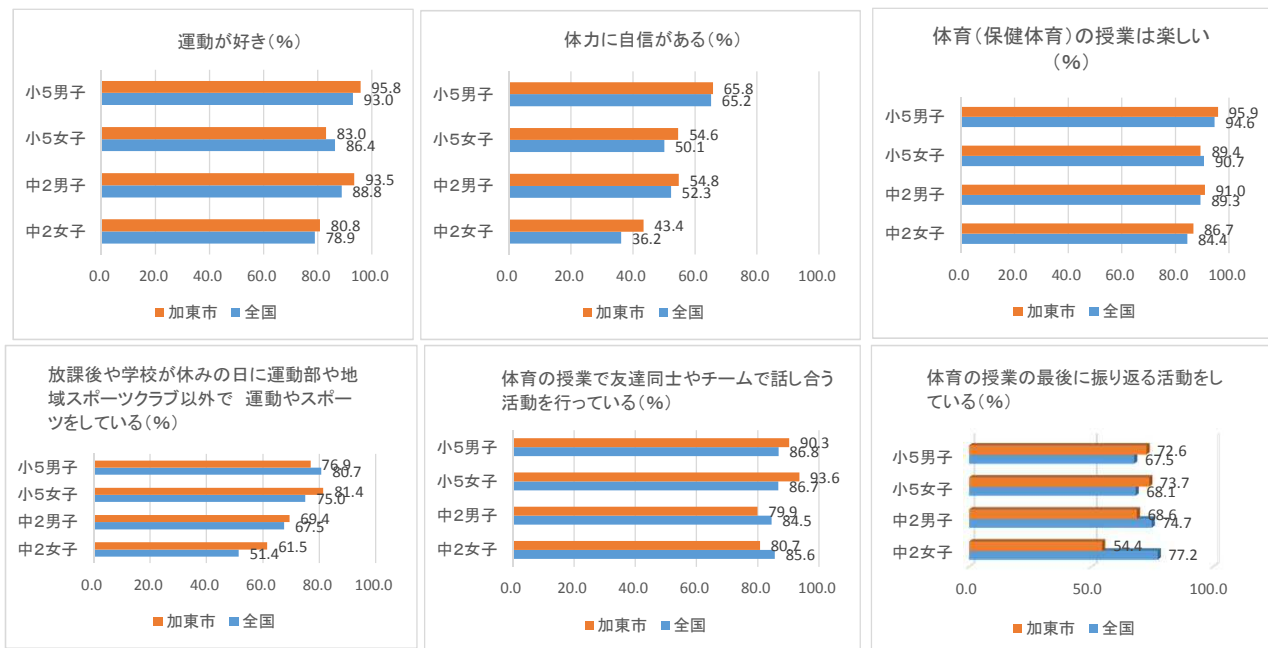
### (概要)

加東市の小学校5年生では、男女ともに、標準体重と比較して「正常」値にあるものが多い。全国と比較すると男子ではややせ傾向の児童がやや少なく、女子は軽度肥満がやや多い。中学校2年生でも標準体重と比較して「正常」値にあるものが多い。男子は全国と比較すると高度肥満傾向にある生徒の割合がやや多く、女子は、高度肥満、中等度肥満傾向にある生徒の割合が少ない。

## 3 質問紙調査結果

### (概要)

全国平均と比較して、加東市では、「運動が好き」と回答した児童生徒は男女とも同程度であるが、「体力に自信がある」と回答した割合はやや高い。体育の授業については、大部分の児童生徒が「楽しい」と回答し、友達同士で話し合う活動を行っている。体育の授業の最後に振り返り活動を行っている割合は、小学生が高いのに対して、中学生は低くなっている。放課後や部活動以外で運動やスポーツをする割合は、中学生になると低くなっている。



### ○ 体力・運動能力向上に向けた主な取組

- ・新体力テストの計画的実施(小・中学校)
- ・小学校水泳交歓会(5・6年生)
- ・水泳進級カードの活用と泳力の向上(小学校)
- ・中学校新人体育大会・総合体育大会
- ・中学校スキー教室(中学1年生)
- ・部活動外部指導者派遣事業