

## 平成25年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 三重県の調査結果について（概要）

### I 調査の概要について（報告書 P.1）

文部科学省は、小学校5年生、中学校2年生の原則として全児童生徒を対象として全国的な悉皆調査を行い、本県の実施状況は以下のとおりであった。

校種（全学校数）	対象学校数	対象児童生徒数
小学校（389校）	379校（97.4%）	16,616人
中学校（164校）	159校（97.0%）	15,565人

※対象学校数：該当学年児童生徒数が0人、校舎改築等で実施できない学校等を除いた学校数及び児童生徒数

### II 調査結果（全国と三重県）について（報告書 P.4～P.40）

#### 1 実技に関する調査の結果（報告書 P.4～P.16）

【小学校第5学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H25年度	H25年度	H24年度	H25年度	H25年度	H24年度
	三重県	全国	三重県	三重県	全国	三重県
握力 (kg)	↑ 16.49	16.63	16.32	↑ 16.04	16.14	15.85
上体起こし (回)	↑ 18.35	19.54	18.21	↑ 16.88	18.06	16.61
長座体前屈 (cm)	↓ 32.59	32.73	32.85	↓ 36.58	36.87	36.76
反復横とび (点)	↑ 41.28	41.41	40.86	↑ 38.76	39.06	38.32
20mシャトルラン(回)	↓ 49.56	51.41	49.81	↑ 36.90	39.66	36.33
50m走 (秒)	↓ 9.44	9.38	9.42	↑ 9.72	9.64	9.76
立ち幅とび (cm)	↑ 150.44	152.07	150.03	↑ 142.88	144.55	141.99
ソフトボール投げ(m)	↓ 23.24	23.19	23.35	↑ 14.36	13.94	14.21
体力合計点※ (点)	↑ 52.98	53.87	52.95	↑ 53.65	54.70	53.29

  : 全国平均を上回る
 ↑ : 平成24年度三重県平均を上回る
 ↓ : 平成24年度三重県平均を下回る

※体力合計点：各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

全国状況と比較すると、体力合計点は男女ともに全国平均を下回った。種目別では、男女ともにソフトボール投げの1種目のみが全国平均を上回り、他の種目は全国平均を下回る結果であった。

昨年度（平成24年度）の三重県状況の比較において、体力合計点は男女とも上回った。種目別では、男子は握力・上体起こし・反復横とび・立ち幅とびの4種目が昨年度を上回り、女子は長座体前屈を除くすべての種目が昨年度を上回った。

【中学校第2学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H25年度	H25年度	H24年度	H25年度	H25年度	H24年度
	三重県	全国	三重県	三重県	全国	三重県
握力 (kg)	↓ 28.95	29.21	29.31	↓ 23.58	23.76	24.05
上体起こし (回)	↓ 26.62	27.58	27.50	↓ 22.00	23.03	22.50
長座体前屈 (cm)	↑ 43.03	43.11	42.84	↑ 44.85	45.12	44.25
反復横とび (点)	↓ 50.87	51.08	51.95	↓ 45.28	45.27	46.14
持久走 (秒)	↓ 399.69	393.90	390.10	↑ 296.61	292.71	300.73
20mシャトルラン(回)	↓ 82.82	84.98	83.66	↓ 56.27	57.2	56.65
50m走 (秒)	↓ 8.08	8.04	8.03	↓ 8.92	8.88	8.91
立ち幅とび (cm)	↓ 190.09	193.68	193.66	↓ 163.49	166.18	165.73
ハンドボール投げ(m)	↓ 20.85	21.01	21.29	↓ 13.26	12.97	13.84
体力合計点※ (点)	↓ 40.7	41.78	42.09	↓ 47.77	48.42	48.84

■ : 全国平均を上回る    ↑ : 平成22年度三重県平均を上回る    ↓ : 平成22年度三重県平均を下回る

※体力合計点：各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

全国状況と比較すると、体力合計点は男女ともに全国平均を下回った。種目別では、女子の反復横とび、ハンドボール投げの2種目が全国平均を上回り、他はすべて全国平均を下回る結果であった。

昨年度（平成24年度）の三重県状況と比較すると、体力合計点は男女ともに昨年度を下回った。種目別では、男女の長座体前屈と女子の持久走が昨年度を上回り、他の種目は昨年度を下回った。

【平成20年度以降の推移】

	小学校第5学年				中学校第2学年			
	男子		女子		男子		女子	
	三重県	全国	三重県	全国	三重県	全国	三重県	全国
平成20年度	52.66	54.18	52.95	54.84	40.33	41.50	47.63	48.38
平成21年度	52.83	54.19	52.80	54.59	40.45	41.36	47.12	47.94
平成22年度	52.84	54.36	53.42	54.89	41.08	41.71	47.69	48.14
平成23年度	東日本大震災の影響等により、調査の実施が見送られました							
平成24年度	52.95	54.07	53.29	54.85	42.09	42.32	48.84	48.72
平成25年度	52.98	53.87	53.65	54.70	40.70	41.78	47.77	48.42

これまでの調査結果の推移では、小学校5年生の体力合計点は、男女ともにわずかな上昇傾向が見られ、本年度の体力合計点は過去最高値を示した。一方、中学校2年生の体力合計点は、昨年度までは上昇傾向が見られたが、本年度は昨年度の数値を下回る結果となった。

全国の場合と比較すると、小学校5年生の体力合計点は、男女ともに全国平均を下回っているものの、その差は少しずつ小さくなってきた。中学校2年生の体力合計点は、男女ともに昨年度まではほぼ全国平均にまで上昇していましたが、本年度は全国平均を下回った。

2 体格と肥満度に関する調査の結果（報告書 P. 17～P. 20）

○ 「身長」「体重」「座高」については、校種や男女の別にかかわらず、全国の平均値とほぼ同じであった。

「肥満傾向児出現率」は、小学校の男女は全国とほぼ同じであり、中学校の男女は全国よりわずかに低い傾向がみられた。

<肥満傾向児の出現率>

【小学校】

区分	男子			女子		
	肥満	正常	痩身	肥満	正常	痩身
三重県	9.5%	87.9%	2.5%	7.2%	90.6%	2.8%
全国	9.9%	87.5%	2.6%	7.7%	89.6%	2.6%

【中学校】

区分	男子			女子		
	肥満	正常	痩身	肥満	正常	痩身
三重県	7.1%	90.8%	2.0%	5.3%	90.4%	4.3%
全国	8.0%	90.2%	1.9%	6.8%	89.3%	3.8%

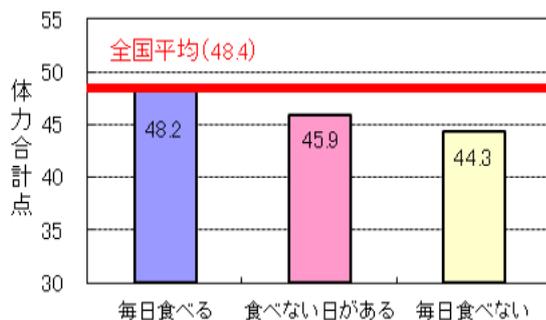
### 3 児童生徒質問紙調査の結果（報告書 P. 21～P. 33）

#### （1）生活習慣の状況（報告書 P. 21～P. 23）

- 校種や男女の別にかかわらず、朝食を「毎日食べる」集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。
- 校種や男女の別にかかわらず、1日のテレビ（テレビゲームを含む）の視聴時間が「3時間以上」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が低い傾向がみられた。
- 小学校の男女で、1日の睡眠時間が「6時間未満」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が低い傾向がみられた。
- 中学校の男女で、1日の睡眠時間が「6～8時間未満」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点がわずかに高い傾向がみられた。

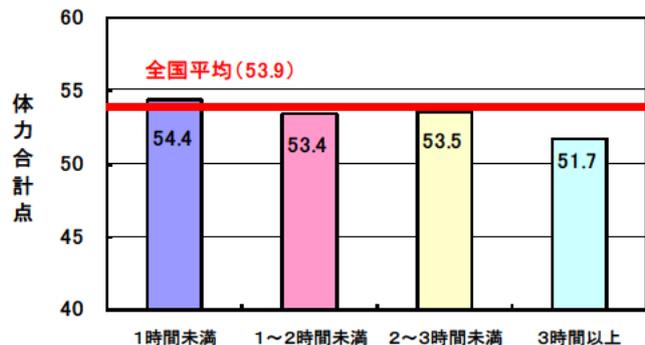
#### <朝食の有無>

【中学校2年生】（女子）



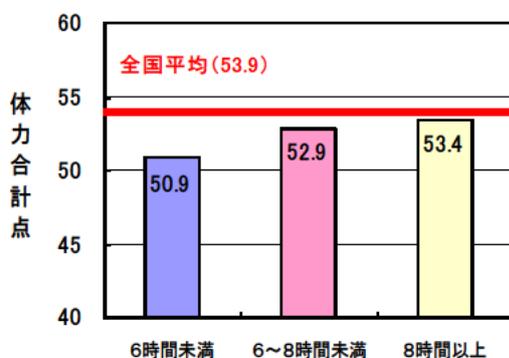
#### <1日のテレビ視聴時間>

【小学校5年生】（男子）

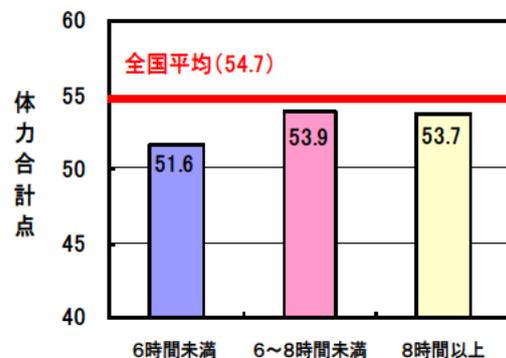


#### <1日の睡眠時間>

【小学校5年生】（男子）



【中学校2年生】（女子）

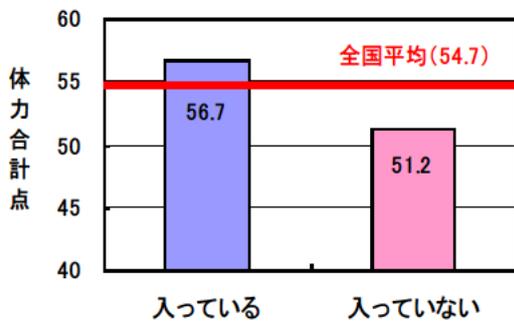


(2) 運動習慣の状況 (報告書 P. 24~P. 28)

- 校種や男女の別にかかわらず、運動部や(地域)スポーツクラブに「入って(所属して)いる」集団は、「入って(所属して)いない」集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。
- 校種や男女の別にかかわらず、「ほとんど毎日(週に3日以上)」の集団は、それ以外の集団と比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。
- 校種や男女の別にかかわらず、平日に運動やスポーツをする時間帯は、小学校は男女とも「下校後」が最も高く、中学校は男女とも「放課後」が最も高かった。

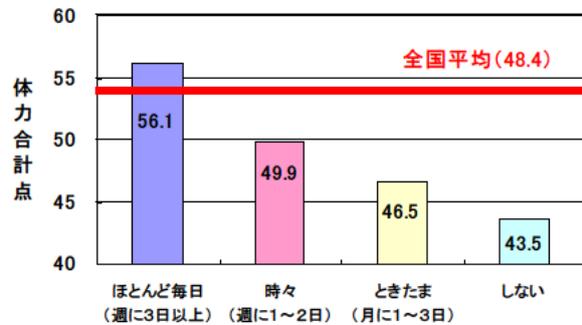
<運動部やスポーツクラブへの所属>

【小学校5年生】(女子)



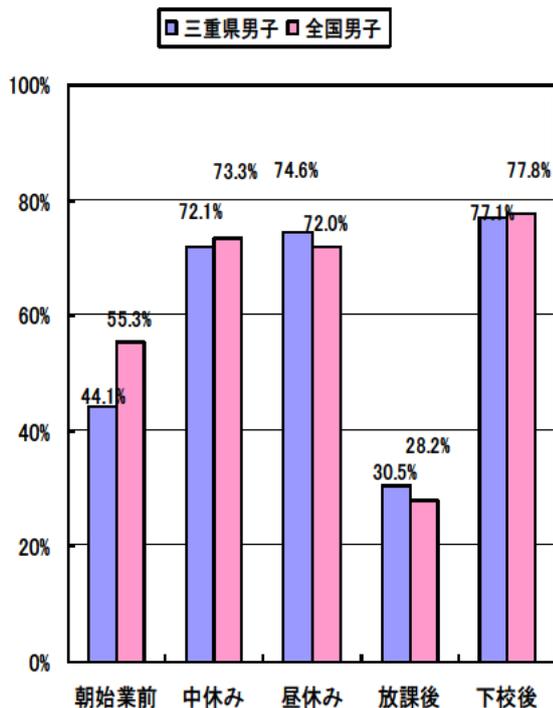
<運動やスポーツの実施頻度>

【中学校2年生】(女子)

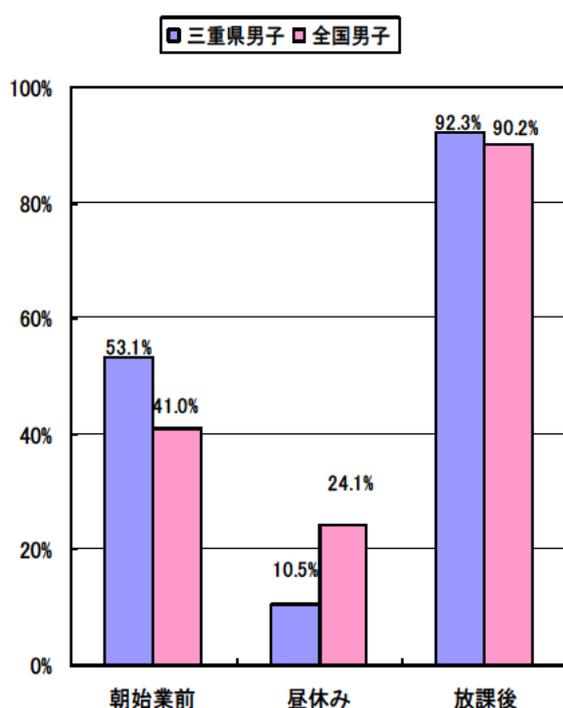


<平日の運動・スポーツの実施時間>

【小学校5年生】(男子)



【中学校2年生】(男子)

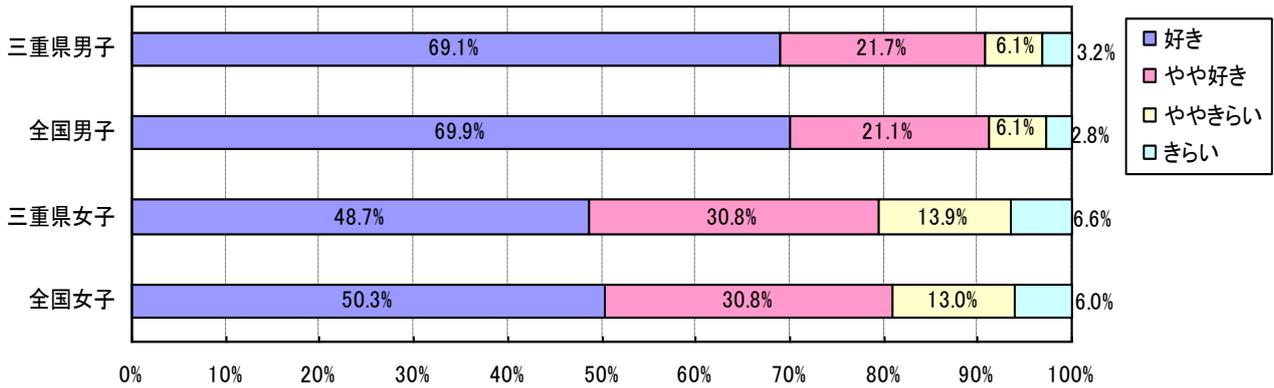


(3) 運動やスポーツに関する意識 (報告書 P. 29~P. 33)

- 校種や男女の別にかかわらず、運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。
- 今後どのようなことがあれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみようと思うかは、校種や男女の別にかかわらず、「自分が好きな種目、できそうな種目があったら」が最も高く、次いで「友達と一緒にできたら」が高かった。

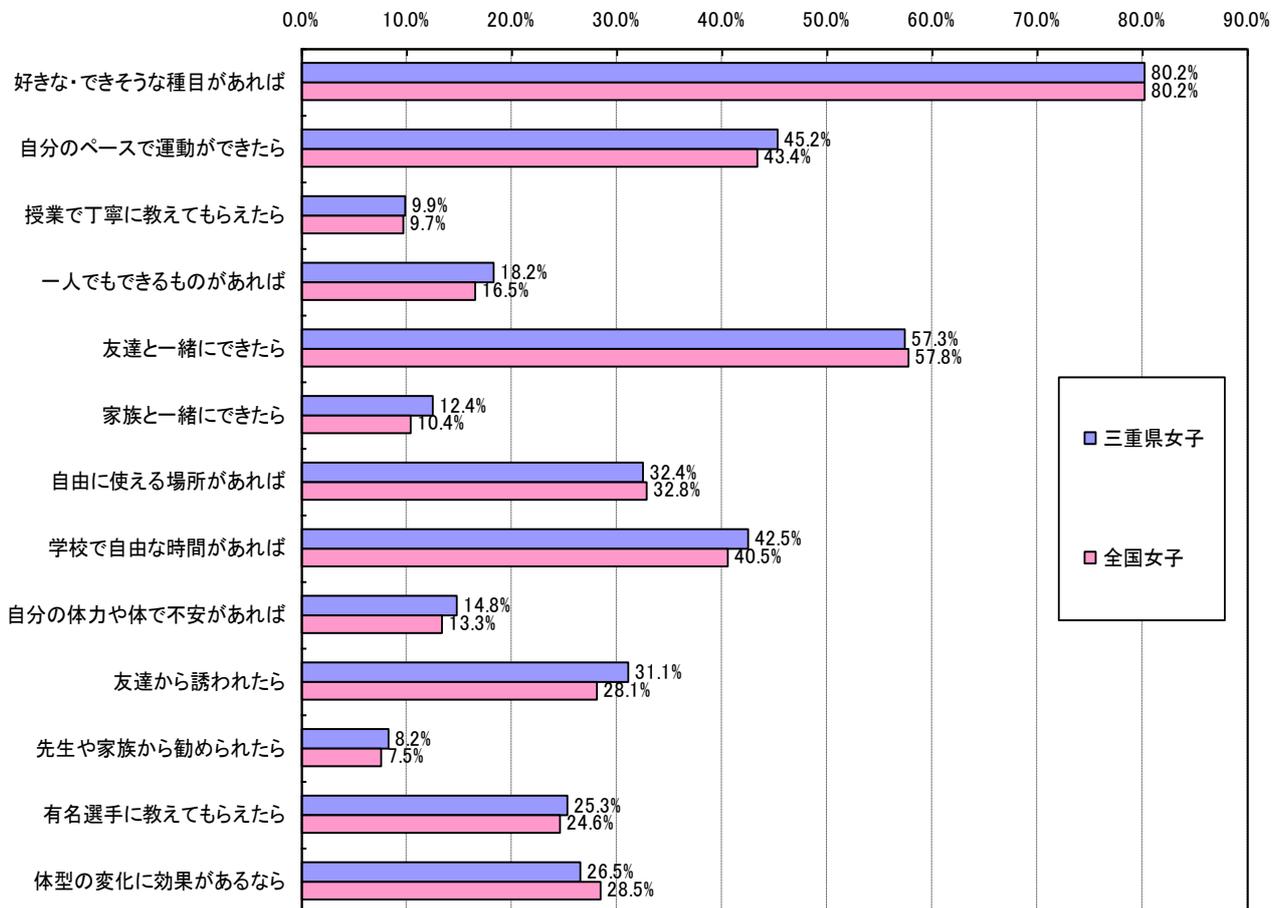
<運動・スポーツの好き・きれい>

【小学校5年生】(男子)



<運動やスポーツをもっとするようになるには>

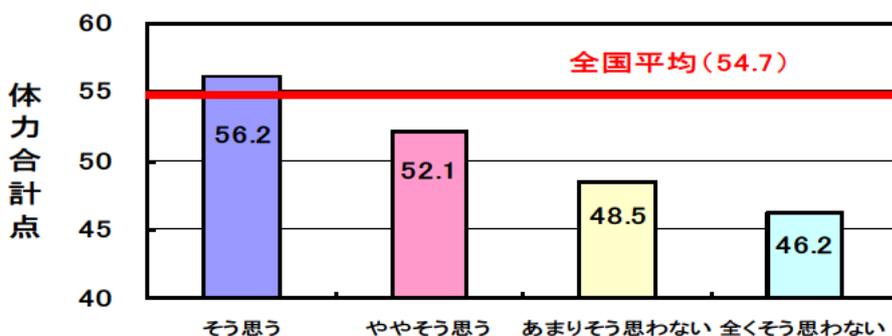
【中学校2年生】(女子)



- 校種や男女の別にかかわらず、体育・保健体育の授業が「楽しい」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

＜体育・保健体育の授業は楽しい＞

【中学校2年生】（女子）



(4) 児童生徒質問紙調査結果のまとめ

- 朝食を毎日食べることや、適切な睡眠時間を確保することなど、基本的な生活習慣を身につけることが、子どもたちの体力に大きな影響を与えていることが、あらためて確認できた。

子どもたちの基本的な生活習慣を育成し、総合的に体力向上を図る必要がある。

- 運動やスポーツの「好き」「きれい」が体力合計点に大きく関わることを確認された。

子どもたちが運動を「好きになる」「できそうになる」体育・保健体育の授業を目指して、授業の工夫や改善をさらに進める必要がある。

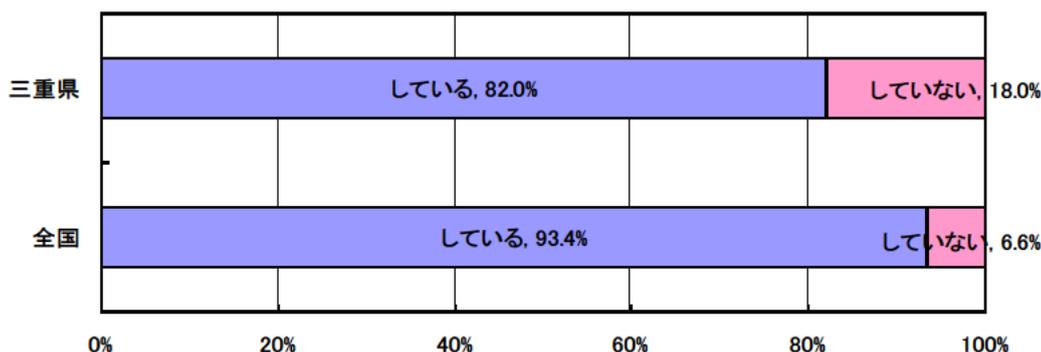
4 学校質問紙調査の結果（報告書 P. 34～P. 40）

(1) 体力向上の目標や取組、指導方法の工夫・改善の機会（報告書 P. 34～P. 35）

(ア) 体力・運動能力向上のための取組状況（報告書 P. 35）

- 学校全体で体力・運動能力を向上させる取組を「している」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

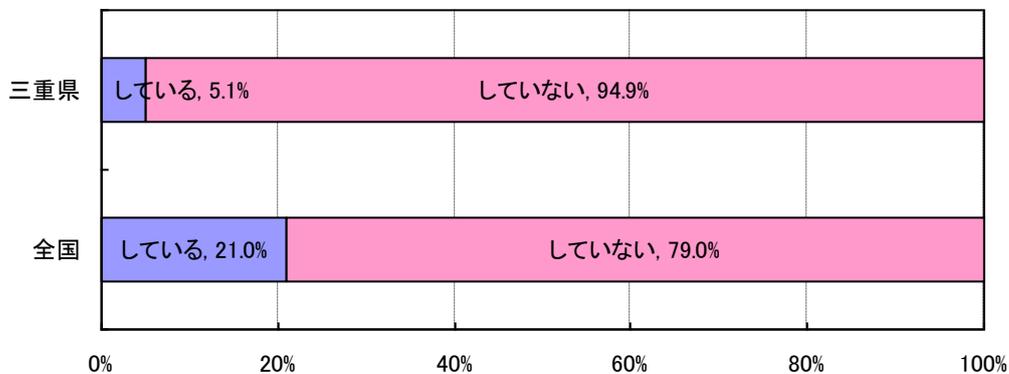
【小学校】



(イ) 体力・運動能力向上の目標設定 (報告書 P. 35)

○ 体力・運動能力向上の目標設定を「している」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

【小学校】

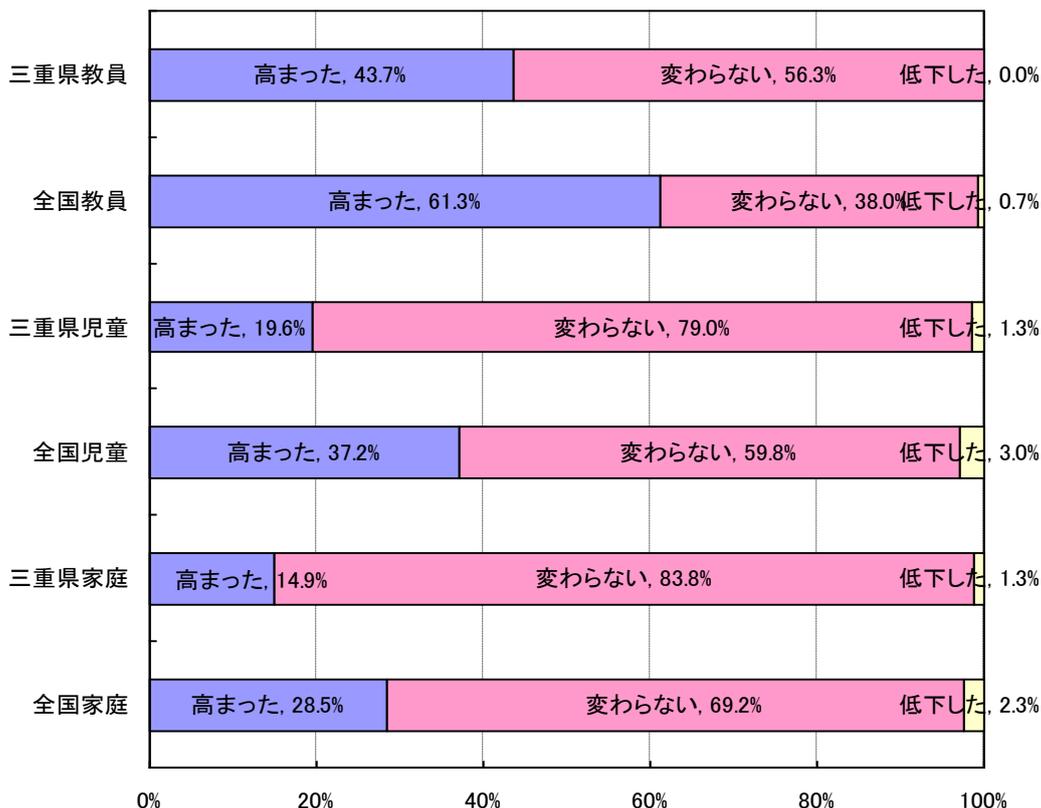


(2) 平成20年頃と比較した教員・児童生徒・家庭の関心及び体力向上の取組 (報告書 P. 38~P. 39)

(ア) 教員・児童生徒・家庭の関心 (報告書 P. 38)

○ 平成20年頃と比較して、子どもの体力向上に関して教員・児童生徒・家庭の関心が「高まった」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

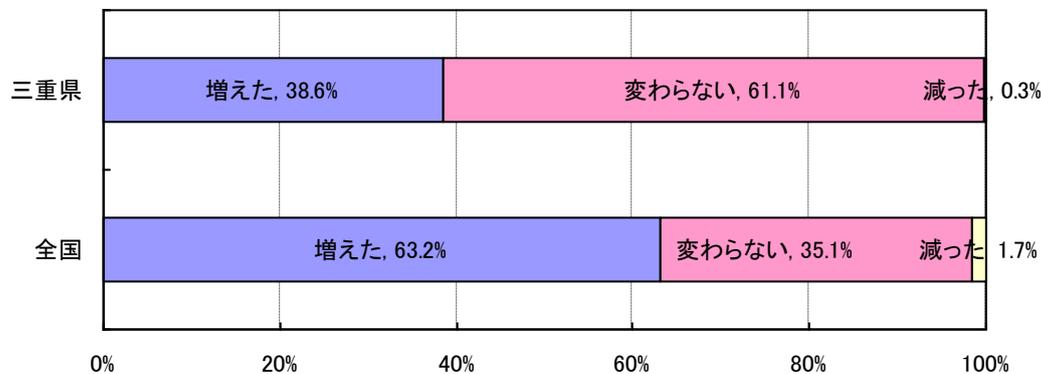
【小学校】



#### (イ) 体力向上に関する取組（報告書 P. 39）

- 平成20年頃と比較して、体力向上に関する取組が「増えた」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

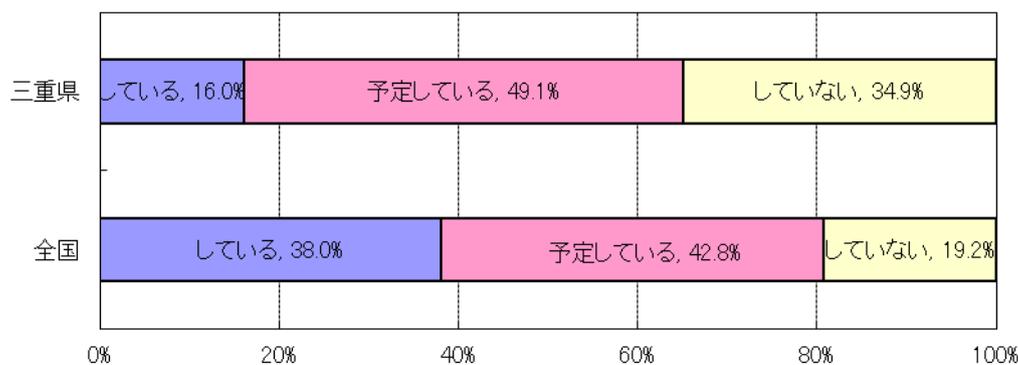
##### 【小学校】



#### (3) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を踏まえた取組（報告書 P. 40）

- 調査の結果を踏まえた取組（取り組む予定を含む）を「している」+「予定している」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

##### 【小学校】



#### (4) 学校質問紙調査の結果のまとめ

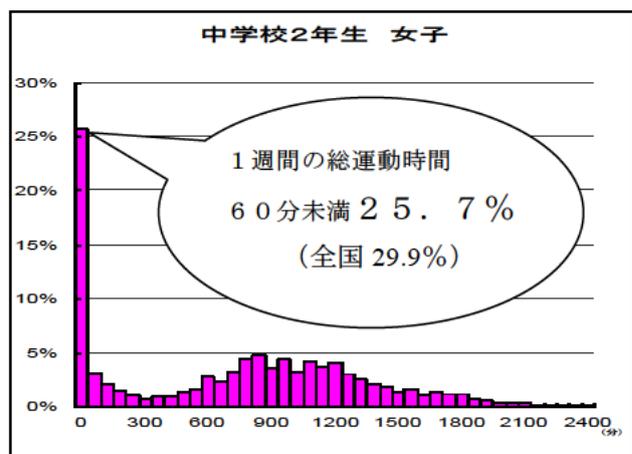
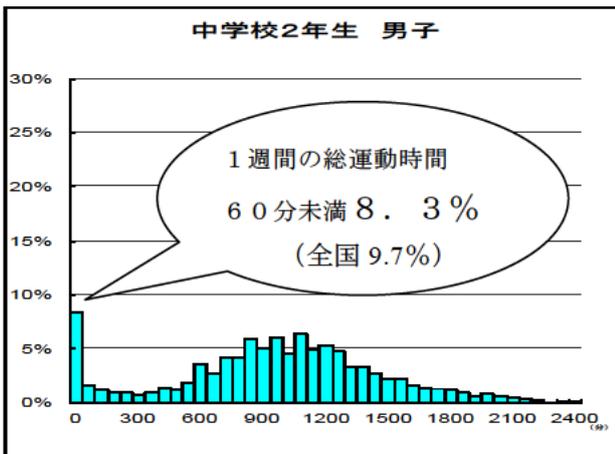
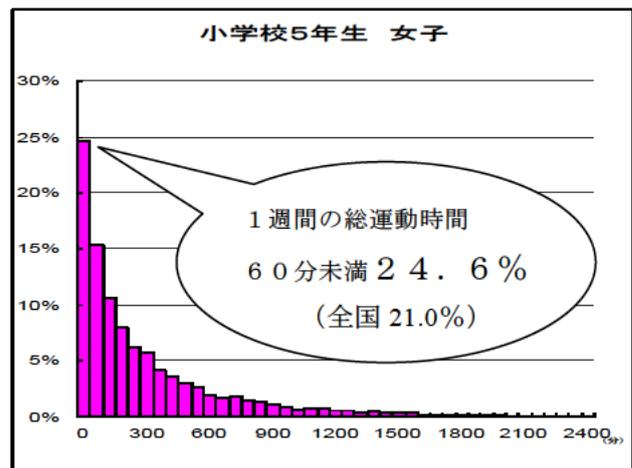
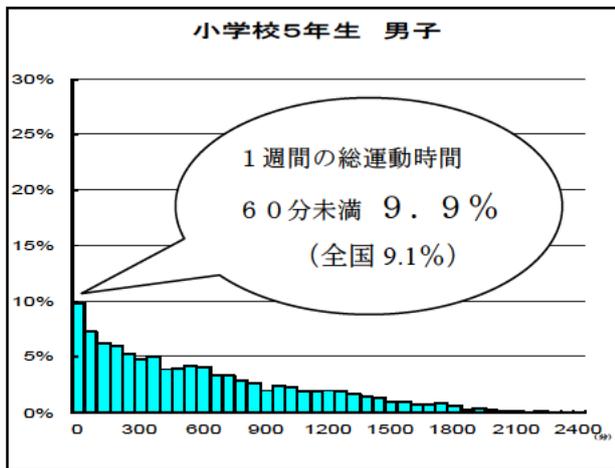
- 体力・運動能力向上に関する取組や目標（値）を設定している学校が、全国に比べて低い状況にある。また、子どもの体力向上に関する教員の関心、児童生徒の関心、家庭の関心の高まりも、全国に比べて低いことがわかった。  
教員に対する研修や、学校への働きかけ等を通して、体力向上に向けた取組の必要性や重要性を、これまで以上に訴える必要がある。

### Ⅲ 調査結果の特徴について（報告書 P. 41～P. 53）

#### 1 児童生徒の運動習慣と体力（報告書 P. 41～P. 43）

1 週間の総運動時間の分布は、これまでの調査と同様、小学校で運動をほとんどしていない児童が多く、中学校で二極化がみられ、特に女子においては顕著であった。

また、校種や男女の別にかかわらず、運動部や（地域）スポーツクラブへの所属の有無と大きく関連している。



- 1 週間の総運動時間（体育の授業を含まない）が60分未満という、ほとんど運動しない子どもが全国と同様に相当数いる。とりわけ女子については、4人に1人程度がほとんど運動していない。

また、60分未満の子どものうち、総運動時間が0分なのが、小学校では男女とも50%を超え、中学校では80%を超えた。

どの学年も、総運動時間が長い児童生徒の方が、体力合計点が高い傾向がみられるので、各学校が子どもたちの運動習慣の状況を把握し、運動習慣の確立に努めるよう、働きかける必要がある。

## 2 児童生徒の体力、運動習慣、食習慣・生活習慣の変化（報告書 P. 44～P. 52）

※平成20～25年度の6年間における5回の調査結果との比較。

※今回同様に悉皆調査で行われた平成21年度結果との比較

### （1）体力・運動能力（報告書 P. 44～P. 45）

	小学校5年生		中学校2年生	
	男子	女子	男子	女子
体力合計点	変化なし	わずかに 高い	変化なし	わずかに 高い
総合評価が ABCの割合	変化なし	わずかに 高い	変化なし	変化なし

※ 総合評価は、体力合計点の高い「A」から、体力合計点の低い「E」までの5段階に判定される。教育委員会では、総合評価が「D」「E」の子どもの割合を減らし、「A」「B」「C」の子どもの割合を高めることを目標に置いて、子どもたちの体力向上に取り組んでいる。

- 小学校の女子において、体力合計点と総合評価「A」「B」「C」の割合が高くなっているが、小学校の男子、中学校の男女とも全国平均との差が小さくなってきている。各学校での体力向上の目標を立てて取り組むことが必要である。

### （2）運動やスポーツの実施状況（報告書 P. 46～P. 47）

	小学校5年生		中学校2年生	
	男子	女子	男子	女子
運動部 スポーツクラブ に所属	変化なし	変化なし	変化なし	<u>下がっている</u>
ほとんど 毎日実施	<u>下がっている</u>	<u>下がっている</u>	変化なし	わずかに <u>下がっている</u>

- 運動部や地域スポーツクラブの所属状況については、中学校の女子で低下し、運動の実施頻度も全体的にやや低下傾向がみられる。

子どもたちが運動を好きになり、自ら運動に取り組む意欲が高まるような取組が必要である。

(3) 運動やスポーツに対する意識 (報告書 P. 48~P. 49)

	小学校 5 年生		中学校 2 年生	
	男子	女子	男子	女子
運動やスポーツが好き	<u>下がっている</u>	<u>下がっている</u>	<u>下がっている</u>	<u>下がっている</u>
運動やスポーツが得意	変化なし	<u>下がっている</u>	<u>上がっている</u>	わずかに <u>上がっている</u>

- 小学校、中学校ともに、女子の運動やスポーツが「好き」と答える割合が前回より低くなっている。子どもたちがますます運動から遠ざかってしまう恐れがあるため、体育の授業改善を通して、子どもたちが運動を好きになる取組が必要である。

(4) 食習慣・生活習慣 (報告書 P. 50~P. 52)

	小学校 5 年生		中学校 2 年生	
	男子	女子	男子	女子
毎日、朝食を食べる	<u>下がっている</u>	<u>下がっている</u>	<u>上がっている</u>	変化なし
睡眠時間	8 時間以上	<u>下がっている</u>	/	
	6~8 時間	/		
テレビ視聴 3 時間以上	<u>下がっている</u>			<u>下がっている</u>

- 全体的に、テレビ等の視聴時間については、改善されつつあるが、小学校の男女とも朝食を毎日食べる子どもの割合が、低くなっている。また、全体的に睡眠時間が短くなってきている。運動習慣とともに、毎日朝食を食べることやしっかりと寝ることの重要性を子どもたちに認識させる必要がある。

3 体育、保健体育の授業についての意識 (報告書 P. 53)

※平成 21 年度との比較 (平成 20、21、24 年度は該当する質問項目がない。)

- 小学校、中学校ともに、「楽しい」の割合が低下している。授業の改善をはじめ、体力向上の取組をすすめている学校が増えてきているが、子どもたちの実態に合った取組なのか検証していく必要がある。