

平成21年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の米子市の概要について

米子市教育委員会学校教育課

平成21年4月から7月に、小学校5年生及び中学校2年生を対象に実施された、全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について、本市の概要についてお知らせします。

1 調査の目的

- (1) 子どもの体力が低下している状況にかんがみ、国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会、学校等が全国的な状況との関係において自らの子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査内容

(1) 児童生徒に対する調査

実技に関する調査（新体力テストと同様、小・中学校ともに8種目）

米子市の中学校は、20mシャトルランを実施

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

(2) 学校に対する調査

学校における体育、保健体育の指導及び特別活動等に関する質問紙調査

3 調査対象数

小学校5年生・・・1,467人(男子753人, 女子714人) 中学校2年生・・・1,333人(男子666人, 女子667人)

4 実技調査の結果

(1) 小学校の調査結果

- ・体力合計点は、男子、女子とも全国平均値をわずかに上回っています。
- ・種目別では、男子、女子とも20mシャトルランが全国平均値を大きく上回っています。男女とも全身持久力が優れています。一方、握力、長座体前屈、立ち幅とび、ソフトボール投げは、男女とも全国平均値を下回っています。

(2) 中学校の調査結果

- ・体力合計点は、男子、女子ともは全国平均値をわずかに上回っています。
- ・種目別では、男子、女子とも20mシャトルランが全国平均値を大きく上回っています。男女とも全身持久力が優れています。一方、男子は握力、長座体前屈、ハンドボール投げの3種目、女子は握力、長座体前屈、50m走、ハンドボール投げの4種目が全国平均を下回っています。

< 種目別平均 >

【小学校5年生(男子)】

| 小学5年 男子 <体力> | 握力 kg | 上体起こし 回 | 長座体前 屈 cm | 反復横とび 点 | 50m走 秒 | 立ち幅跳 び cm | ソフトボ ール投げ m | 20mシャ トルラン 回 | 合計 点 |
|--------------------|----------|------------|-----------------|------------|-----------|-----------------|-------------------|--------------------|---------|
| 本市 | 16.2 | 19.6 | 31.1 | 41.7 | 9.4 | 153.1 | 25.3 | 57.8 | 54.4 |
| 県 | 16.8 | 19.7 | 31.7 | 43.0 | 9.4 | 155.7 | 26.1 | 61.2 | 55.8 |
| 全国 | 17.0 | 19.3 | 32.6 | 40.8 | 9.4 | 153.6 | 25.4 | 50.1 | 54.2 |

【小学校5年生(女子)】

| 小学5年 女子 <体力> | 握力 kg | 上体起こし 回 | 長座体前 屈 cm | 反復横とび 点 | 50m走 秒 | 立ち幅跳 び cm | ソフトボ ール投げ m | 20mシャ トルラン 回 | 合計 点 |
|--------------------|----------|------------|-----------------|------------|-----------|-----------------|-------------------|--------------------|---------|
| 本市 | 15.8 | 18.3 | 34.9 | 40.0 | 9.7 | 144.4 | 14.0 | 46.5 | 54.9 |
| 県 | 16.3 | 18.4 | 35.5 | 41.3 | 9.6 | 146.5 | 14.6 | 49.8 | 56.5 |
| 全国 | 16.4 | 17.7 | 36.6 | 38.5 | 9.6 | 145.1 | 14.6 | 38.7 | 54.6 |

【中学校2年生(男子)】

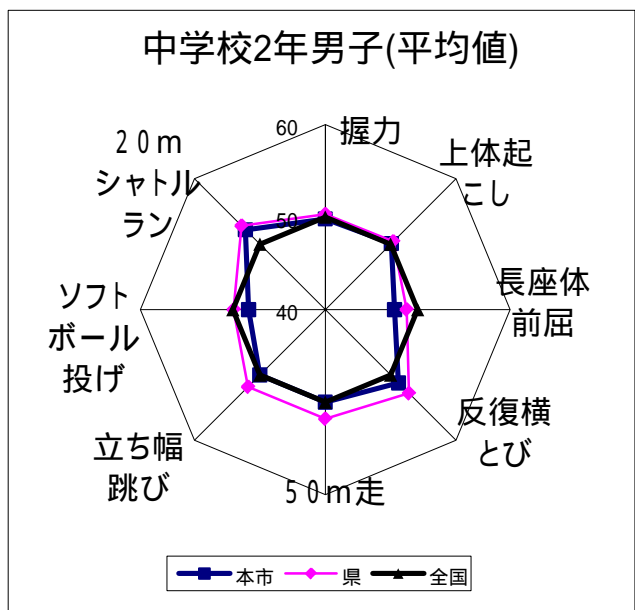
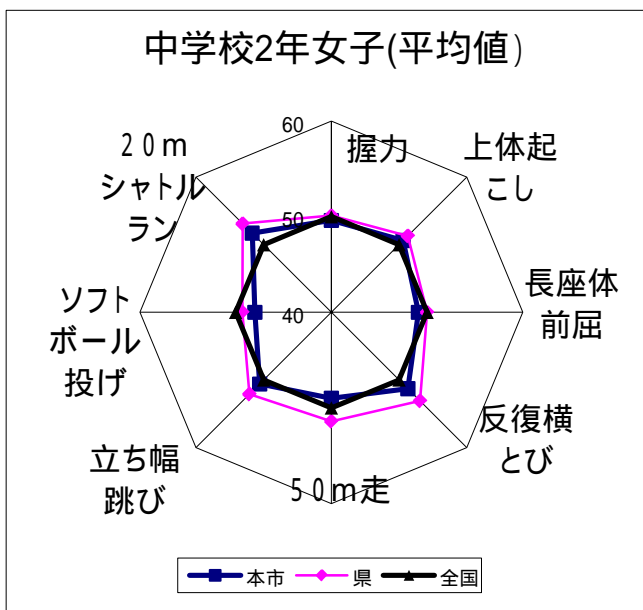
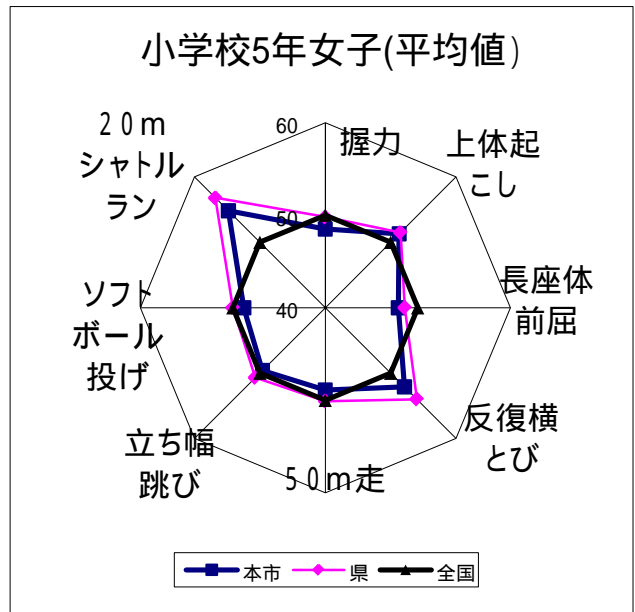
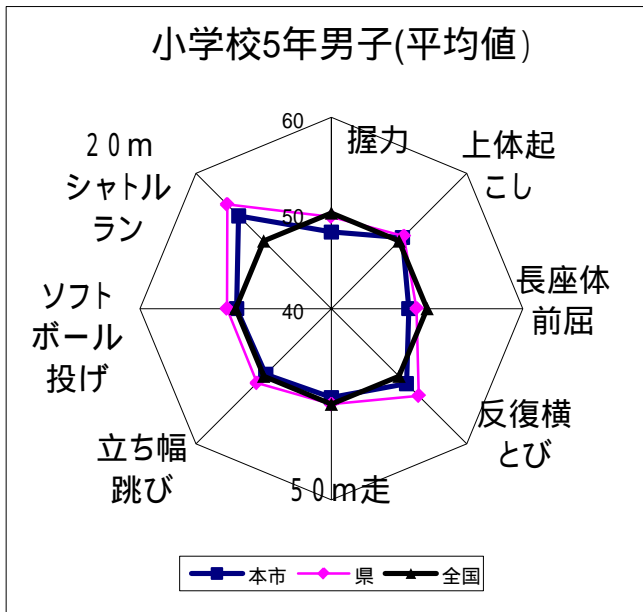
| 中学2年 男子 <体力> | 握力 kg | 上体起こし 回 | 長座体前 屈 cm | 反復横とび 点 | 50m走 秒 | 立ち幅跳 び cm | ハンドボ ール投げ m | 20mシャ トルラン 回 | 合計 点 |
|--------------------|----------|------------|-----------------|------------|-----------|-----------------|-------------------|--------------------|---------|
| 本市 | 29.7 | 26.8 | 40.4 | 51.4 | 8.1 | 194.6 | 20.4 | 88.6 | 41.5 |
| 県 | 30.0 | 26.9 | 41.8 | 52.6 | 7.9 | 199.4 | 21.2 | 90.1 | 43.2 |
| 全国 | 29.8 | 26.7 | 42.9 | 50.5 | 8.1 | 194.6 | 21.3 | 83.3 | 41.4 |

【中学校2年生(女子)】

| 中学2年 女子 <体力> | 握力 kg | 上体起こし 回 | 長座体前 屈 cm | 反復横とび 点 | 50m走 秒 | 立ち幅跳 び cm | ハンドボ ール投げ m | 20mシャ トルラン 回 | 合計 点 |
|--------------------|----------|------------|-----------------|------------|-----------|-----------------|-------------------|--------------------|---------|
| 本市 | 23.8 | 22.4 | 43.6 | 45.4 | 9.0 | 167.4 | 12.6 | 59.8 | 48.0 |
| 県 | 24.0 | 22.8 | 44.4 | 46.6 | 8.8 | 171.1 | 13.1 | 62.6 | 50.2 |
| 全国 | 24.0 | 22.1 | 44.4 | 44.6 | 8.9 | 166.0 | 13.4 | 56.4 | 47.9 |

< 種目別平均値 >

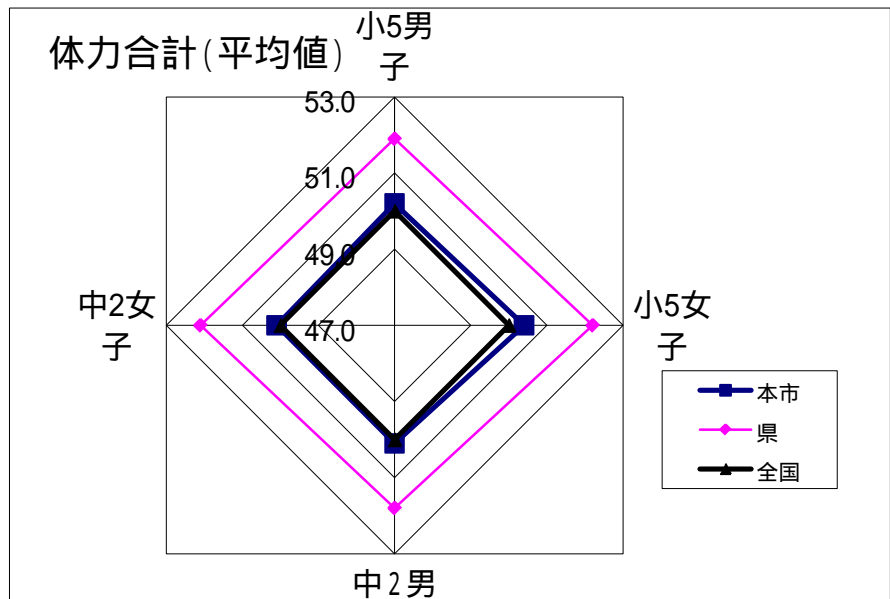
平均値は全国平均値を50としたときの値



< 学年・男女別体力合計平均値 >

| 合計 (平均値) | 小5 男子 | 小5 女子 | 中2 男子 | 中2 女子 |
|-------------|----------|----------|----------|----------|
| 本市 | 50.2 | 50.4 | 50.1 | 50.1 |
| 県 | 51.9 | 52.2 | 51.8 | 52.1 |
| 全国 | 50.0 | 50.0 | 50.0 | 50.0 |

平均値は全国平均値を50としたときの値



5 運動習慣, 生活習慣, 食習慣等調査の結果

- ・朝食を毎日食べる児童生徒の割合は, 小学校5年男女, 中学校2年男女とも全国平均を上回っています。
- ・1日8時間以上睡眠する児童生徒の割合は, 全国平均を2~7%程度上回っています。
- ・テレビを3時間以上見る児童生徒の割合は, 小学校5年男女, 中学校2年男子は全国平均を下回っていますが, 中学校2年女子は約6%上回っています。
- ・運動をほとんど毎日している児童生徒の割合は, 全国平均を3~6%程度上回っています。また, 1日に1時間以上運動している児童生徒の割合も全国平均を上回っています。特に, 小学校5年男女は, 1日2時間以上運動している割合が全国平均を7%上回っています。
- ・小学校5年は, 男女とも身長, 体重, 座高ともに全国平均をわずかに下回っています。
- ・中学校2年男子は, 座高は全国平均を上回り, 身長, 体重は下回っています。女子は, 身長は全国平均とほぼ同じで, 座高は上回っています。

< 朝食の有無・1日睡眠時間・テレビ視聴時間 >

【小学校5年生(男子)】

| 小学5年 男子 | Q 朝食の有無 % | | | Q 1日睡眠時間 % | | | Q テレビ時間 % | | | |
|------------|-----------|--------|--------|------------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
| | 毎日食べる | 時々食べない | 毎日食べない | 6時間未満 | 6~8時間 | 8時間以上 | 1時間未満 | 1~2時間 | 2~3時間 | 3時間以上 |
| 本市 | 91.2 | 8.3 | 0.5 | 3.9 | 34.9 | 61.2 | 21.8 | 28.5 | 19.7 | 30.1 |
| 県 | 89.9 | 9.5 | 0.6 | 5.6 | 39.6 | 54.8 | 19.4 | 30.7 | 22.9 | 27.1 |
| 全国 | 89.3 | 9.9 | 0.8 | 6.1 | 38.2 | 55.7 | 14.2 | 27.7 | 24.9 | 33.2 |

【小学校5年生(女子)】

| 小学5年 女子 | Q 朝食の有無 % | | | Q 1日睡眠時間 % | | | Q テレビ時間 % | | | |
|------------|-----------|--------|--------|------------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
| | 毎日食べる | 時々食べない | 毎日食べない | 6時間未満 | 6~8時間 | 8時間以上 | 1時間未満 | 1~2時間 | 2~3時間 | 3時間以上 |
| 本市 | 93.3 | 6.0 | 0.7 | 3.4 | 37.1 | 59.5 | 23.6 | 28.7 | 25.3 | 22.5 |
| 県 | 92.0 | 7.5 | 0.5 | 3.5 | 40.3 | 56.1 | 21.8 | 30.0 | 25.5 | 22.6 |
| 全国 | 91.2 | 8.3 | 0.5 | 3.8 | 38.6 | 57.6 | 16.7 | 29.8 | 25.0 | 28.5 |

【中学校2年生(男子)】

| 中学2年 男子 | Q 朝食の有無 % | | | Q 1日睡眠時間 % | | | Q テレビ時間 % | | | |
|------------|-----------|--------|--------|------------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
| | 毎日食べる | 時々食べない | 毎日食べない | 6時間未満 | 6～8時間 | 8時間以上 | 1時間未満 | 1～2時間 | 2～3時間 | 3時間以上 |
| 本市 | 85.6 | 12.6 | 1.8 | 6.2 | 66.7 | 27.1 | 14.6 | 29.7 | 29.5 | 26.2 |
| 県 | 86.7 | 11.3 | 2.0 | 6.6 | 69.2 | 24.2 | 13.4 | 32.6 | 29.1 | 24.9 |
| 全国 | 84.2 | 13.1 | 2.8 | 10.3 | 69.4 | 20.3 | 13.5 | 30.3 | 27.5 | 28.7 |

【中学校2年生(女子)】

| 中学2年 女子 | Q 朝食の有無 % | | | Q 1日睡眠時間 % | | | Q テレビ時間 % | | | |
|------------|-----------|--------|--------|------------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
| | 毎日食べる | 時々食べない | 毎日食べない | 6時間未満 | 6～8時間 | 8時間以上 | 1時間未満 | 1～2時間 | 2～3時間 | 3時間以上 |
| 本市 | 84.7 | 13.2 | 2.1 | 10.5 | 71.4 | 18.1 | 9.6 | 25.9 | 26.5 | 38.1 |
| 県 | 87.4 | 11.3 | 1.3 | 9.9 | 74.5 | 15.6 | 11.0 | 29.7 | 29.5 | 29.8 |
| 全国 | 84.0 | 13.9 | 2.1 | 14.0 | 72.3 | 13.7 | 12.0 | 27.4 | 28.2 | 32.4 |

<運動実施状況・1日運動時間>

【小学校5年生(男子)】

| 小学5年 男子 | Q 運動実施状況 % | | | | Q 1日運動時間 % | | | |
|------------|------------|------|------|-----|------------|---------|---------|-------|
| | ほとんど毎日 | ときどき | ときたま | しない | 30分未満 | 30分～1時間 | 1時間～2時間 | 2時間以上 |
| 本市 | 66.8 | 23.3 | 6.5 | 3.3 | 12.8 | 14.7 | 19.4 | 53.1 |
| 県 | 67.0 | 23.8 | 6.1 | 3.2 | 11.9 | 14.0 | 22.8 | 51.3 |
| 全国 | 61.4 | 28.5 | 6.6 | 3.6 | 11.7 | 17.1 | 25.1 | 46.1 |

【小学校5年生(女子)】

| 小学5年 女子 | Q 運動実施状況 % | | | | Q 1日運動時間 % | | | |
|------------|------------|------|------|-----|------------|---------|---------|-------|
| | ほとんど毎日 | ときどき | ときたま | しない | 30分未満 | 30分～1時間 | 1時間～2時間 | 2時間以上 |
| 本市 | 43.5 | 40.4 | 12.6 | 3.4 | 20.9 | 26.7 | 22.8 | 29.6 |
| 県 | 40.7 | 40.3 | 13.9 | 5.1 | 22.5 | 24.1 | 22.1 | 31.3 |
| 全国 | 37.1 | 44.7 | 12.7 | 5.5 | 23.8 | 28.5 | 25.3 | 22.4 |

【中学校2年生(男子)】

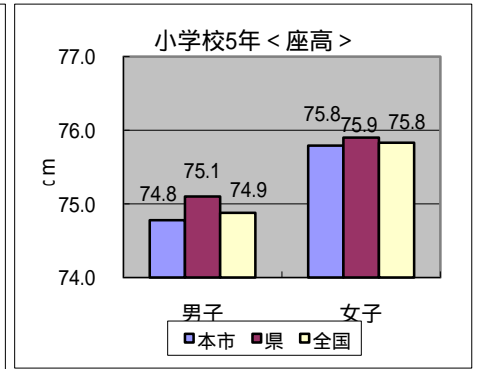
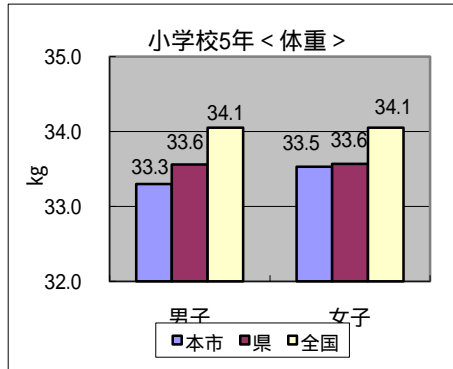
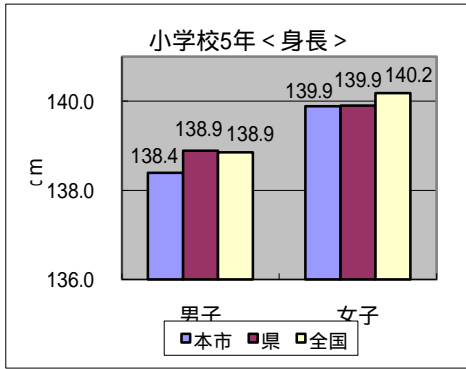
| 中学2年 男子 | Q 運動実施状況 % | | | | Q 1日運動時間 % | | | |
|------------|------------|------|------|-----|------------|---------|---------|-------|
| | ほとんど毎日 | ときどき | ときたま | しない | 30分未満 | 30分～1時間 | 1時間～2時間 | 2時間以上 |
| 本市 | 86.6 | 6.5 | 2.9 | 3.9 | 5.8 | 6.2 | 24.1 | 63.9 |
| 県 | 89.7 | 4.6 | 2.7 | 3.0 | 4.8 | 4.6 | 29.0 | 61.5 |
| 全国 | 83.1 | 7.7 | 4.4 | 4.7 | 9.2 | 6.0 | 20.8 | 63.9 |

【中学校2年生(女子)】

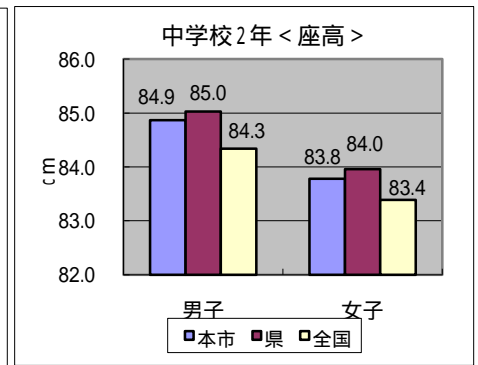
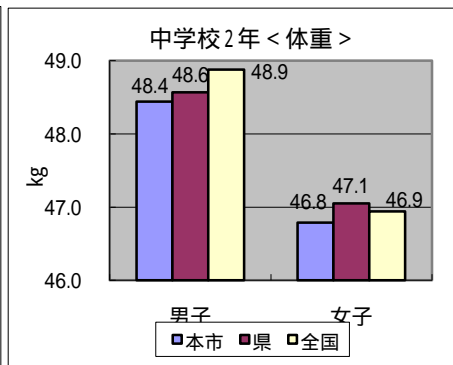
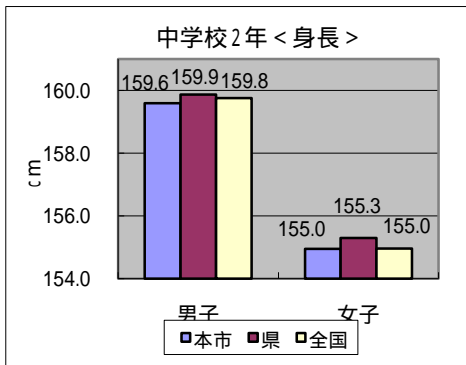
| 中学2年 女子 | Q 運動実施状況 % | | | | Q 1日運動時間 % | | | |
|------------|------------|------|------|------|------------|---------|---------|-------|
| | ほとんど毎日 | ときどき | ときたま | しない | 30分未満 | 30分～1時間 | 1時間～2時間 | 2時間以上 |
| 本市 | 67.7 | 8.6 | 8.5 | 15.2 | 25.5 | 6.7 | 21.4 | 46.3 |
| 県 | 69.3 | 8.0 | 9.7 | 13.1 | 24.6 | 6.0 | 28.8 | 40.6 |
| 全国 | 61.1 | 12.2 | 12.4 | 14.3 | 29.0 | 8.9 | 17.3 | 44.7 |

< 体格 >

【小学校5年生】



【中学校2年生】



【参考：「平成21年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書」<文部科学省>より抜粋】

- ・小学校男女、中学校男女とも、1週間の総運動時間と体力合計点との関連を見ると、運動時間の多い児童生徒ほど体力合計点が高くなる傾向がみられた。
- ・朝食の摂取状況が良好であるほど、体力合計点が高い傾向がみられた。
- ・朝食を毎日食べる群はそれ以外の群と比較して、1週間の総運動時間が長い傾向がみられた。
- ・小・中学校において、体力向上にかかる継続的な取組をしている学校は、体力合計点が高い傾向がみられた。

6 米子市の体力向上の取組について

今回の調査で、本市の小学校5年、中学校2年の児童生徒の体力・運動能力の状況は、体力合計点がいずれも全国平均をやや上回り、概ね良好な状況ですが、種目によっては課題もみられます。運動習慣や生活習慣の状況においては、全国平均をやや上回る数値で、特に顕著な課題となる面は見られません。全国調査で明らかになった生活習慣と体力が深く関わっているという結果は、本市においても同様です。

本市では、今年度も米子市学校教育の指針に、「心身ともに健康で安全な生活を送るため、健康や安全に関する基本的な知識の習得を図るとともに、健康の保持増進のための適切な行動ができる能力や生涯体育への意欲と積極的な実践力の育成に努める。」ことを掲げ、各学校、市教委、関係機関とともに健康教育、体力づくりを推進しています。

各学校では、児童生徒の体力の向上、運動習慣や生活習慣の定着に取り組み、確実に成果をあげてきていますが、今回調査で各学校の児童生徒の体力の状況の課題も明らかになりました。今後も、体育の授業の改善、日常生活の中での運動習慣の確立、放課後の運動活動の充実などの取組が必要です。

体力向上、運動習慣や生活習慣の定着は、学校だけでなく、家庭や地域社会と連携を図ることが大切です。米子市教育委員会では、今後、学校が家庭や関係機関と一体となって体力づくりや生活習慣の定着に取り組めるよう支援してまいります。