

## 平成27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27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27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	20,477 校	小学校5年生	1,068,598 人
	中学校	10,578 校	中学校2年生	1,061,981 人
神奈川県	小学校	874 校	小学校5年生	72,506 人
	中学校	432 校	中学校2年生	62,592 人
藤沢市	小学校	35 校	小学校5年生	3,474 人
	中学校	19 校	中学校2年生	3,215 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  合計 80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	
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	16.45	19.58	33.05	41.6	51.64	9.38	151.24	22.52	53.8
神奈川県	16.44	19.21	33.3	38.92	48.21	9.39	148.58	21.77	52.44
藤沢市	<b>18.00</b>	<u>19.07</u>	<u>31.78</u>	<u>37.66</u>	<u>46.09</u>	<b>9.20</b>	<u>145.73</u>	<u>21.03</u>	<u>52.09</u>

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	16.05	18.42	37.44	39.55	40.69	9.62	144.77	13.77	55.18
神奈川県	15.85	17.75	37.61	36.22	34.98	9.69	140.58	12.65	52.61
藤沢市	<b>17.61</b>	<u>17.54</u>	<u>35.95</u>	<u>35.49</u>	<u>34.64</u>	<b>9.54</b>	<u>139.29</u>	<u>12.35</u>	52.68

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。男女とも握力、50m走の2種目において全国・県の数値を上回り、上体起こし、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。50m走と握力の数値が高いのは、例年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、「動きを持続する能力」、「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。

#### 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**

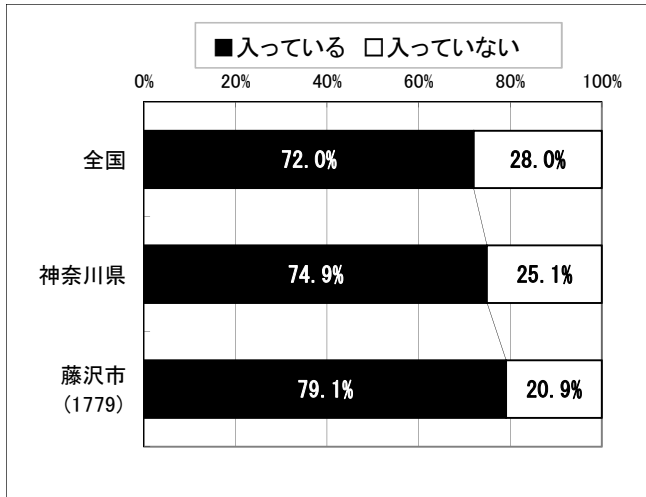
総合評価A～Eの基準点

A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

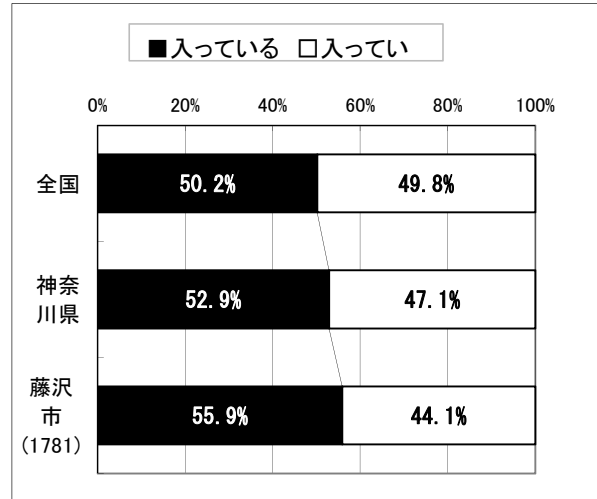
小学校5年生 男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
①運動部やスポーツクラブに入っていますか。(スポーツ少年団をふくみます)	所属	54.4	8.8%	24.6%	41.2%	20.2%	5.3%	197	553	926	455	119	2250
	無所属	48.3	1.6%	9.2%	35.1%	38.9%	15.3%	17	100	381	423	166	1087
②運動やスポ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)	14時間以上	58.2	15.7%	33.4%	38.8%	10.2%	1.8%	105	223	259	68	12	667
	7～14時間未満	54.5	6.8%	25.2%	45.1%	19.5%	3.3%	53	196	351	152	26	778
	3.5～7時間未満	50.9	3.6%	16.9%	39.1%	30.9%	9.6%	25	118	273	216	67	699
	1～3.5時間未満	49.2	2.0%	10.9%	37.8%	37.5%	11.8%	17	91	316	314	99	837
	1～60分未満	46.7	1.7%	4.6%	33.5%	38.2%	22.0%	3	8	58	66	38	173
	0分	44.9	0.0%	7.8%	24.5%	38.2%	29.4%	0	8	25	39	30	102
③運動やスポーツをすることは好きですか。	好き	54.8	9.2%	25.7%	42.3%	19.0%	3.7%	205	576	947	426	83	2237
	やや好き	48.6	1.1%	8.9%	37.6%	38.6%	13.8%	9	74	313	321	115	832
	ややきらい	44.7	0.5%	3.1%	18.1%	51.3%	26.9%	1	6	35	99	52	193
	きらい	44.1	0.0%	5.9%	19.1%	36.8%	38.2%	0	4	13	25	26	68
④朝食は食べますか。	毎日	52.7	6.8%	19.7%	39.9%	25.7%	7.8%	199	578	1168	753	229	2927
	食べない日もある	51.2	3.6%	20.1%	34.4%	29.1%	12.8%	13	72	123	104	46	358
	食べない日が多い	48.9	0.0%	5.9%	32.4%	47.1%	14.7%	0	4	22	32	10	68
	食べない	51.7	0.0%	27.3%	18.2%	45.5%	9.1%	0	3	2	5	1	11
⑤1日の睡眠時間	6時間未満	50.7	6.4%	16.5%	31.2%	31.2%	14.7%	7	18	34	34	16	109
	6時間以上8時間未満	51.7	5.1%	19.5%	35.4%	29.0%	11.0%	49	188	342	280	106	965
	8時間以上	52.9	6.9%	19.9%	41.1%	24.9%	7.2%	155	446	920	559	161	2241
⑥1日にどのくらいテレビをみますか。(テレビゲームもふくみます)	全く見ない	51.8	4.3%	17.4%	46.7%	21.7%	9.8%	4	16	43	20	9	92
	1時間未満	53.0	6.4%	21.6%	39.7%	25.6%	6.6%	50	168	308	199	51	776
	1時間以上3時間未満	52.8	7.2%	20.0%	39.8%	24.7%	8.2%	100	276	550	342	114	1382
	3時間以上5時間未満	52.1	6.5%	18.9%	37.7%	27.0%	9.8%	47	136	272	195	71	721
	5時間以上	50.9	3.5%	15.2%	37.0%	32.9%	11.4%	12	52	127	113	39	343

# ① 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

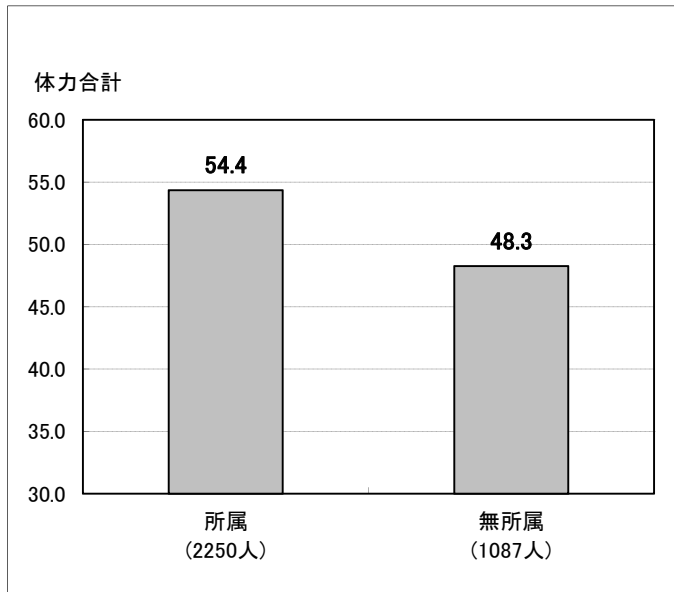
①-1 (小5男子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



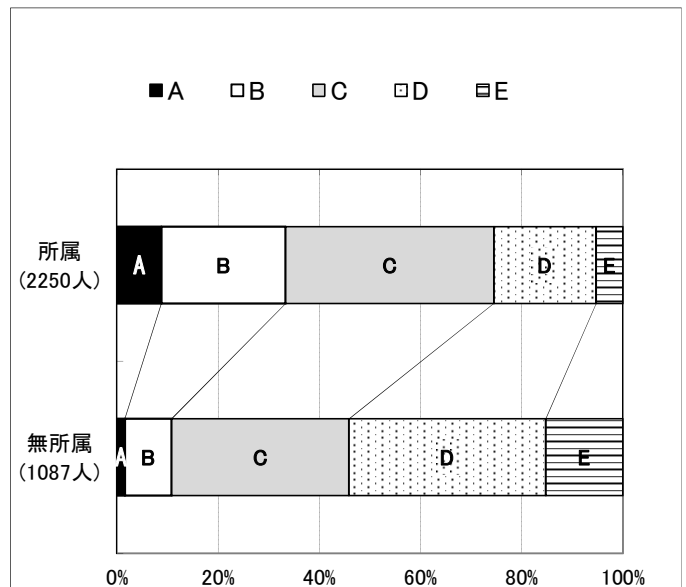
①-2 (小5女子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



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】

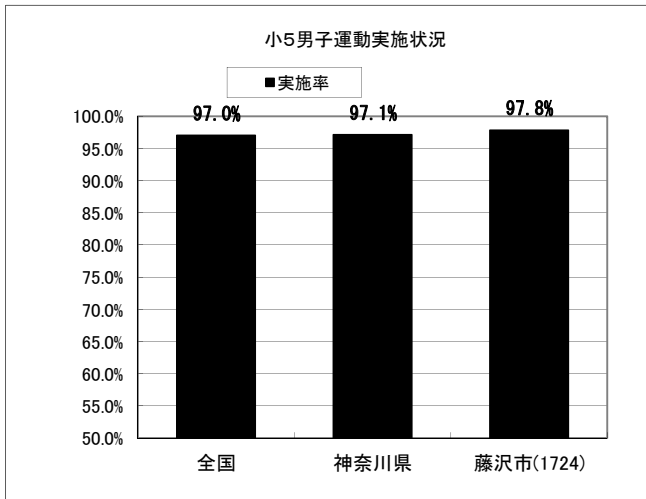
スポーツクラブ等へ、男子の79.1%が、女子の55.9%が所属しており、全国・県の割合を男女ともに上回っています。スポーツクラブに所属している児童と所属していない児童との体力を比較してみると、所属している児童の体力合計点数の平均は54.4点、所属していない児童の平均は48.3点となっています。

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。

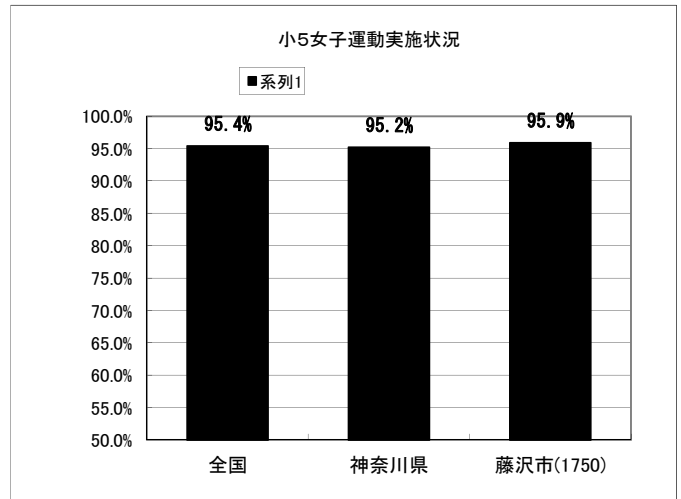
このことから、スポーツクラブ等に所属している児童は体力が高い傾向にあるといえます。

② 運動やスポーツの実施状況と体力

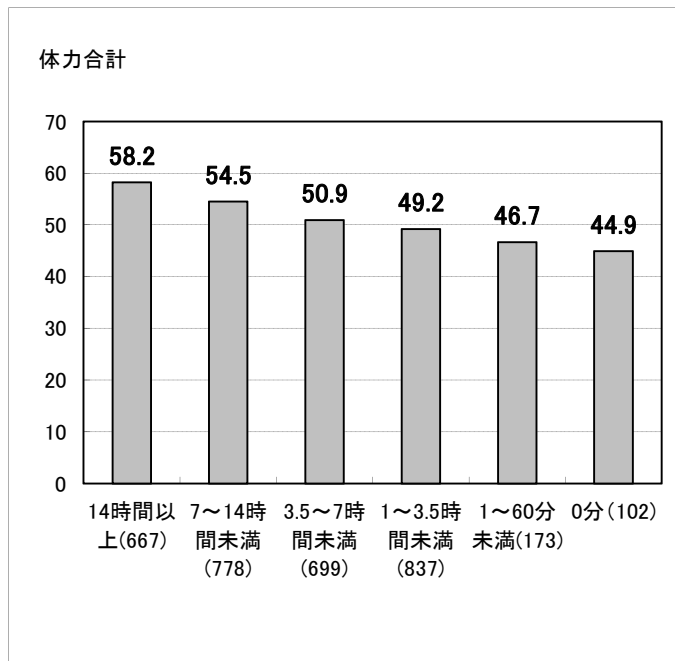
②-1 (小5男子: 1週間の運動実施率〔月～日〕)



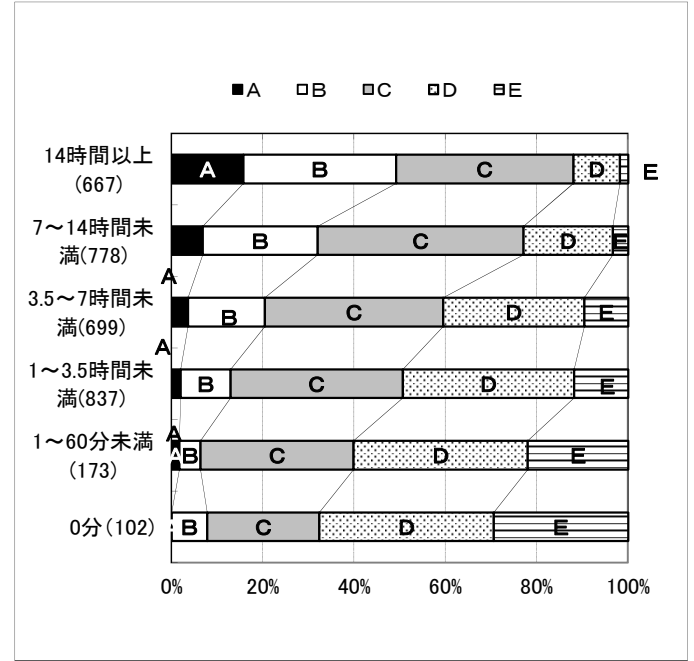
②-2 (小5女子: 1週間の運動実施率〔月～日〕)



②-3 (1週間の総運動時間と体力合計点の関係)



②-4 (1週間の総運動時間と総合評価の関係)

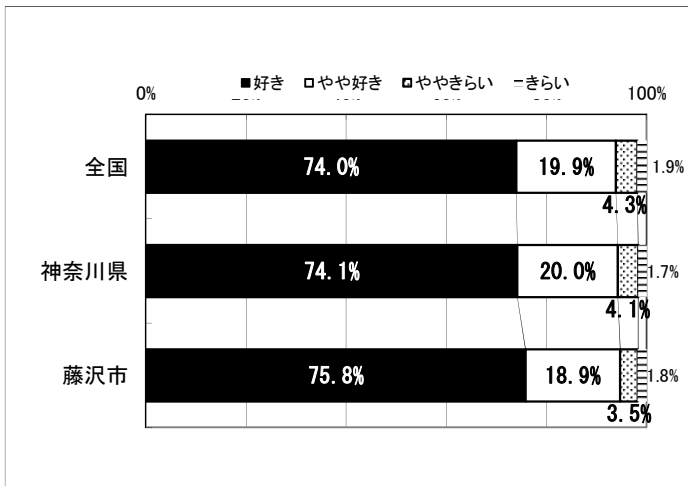


【結果】

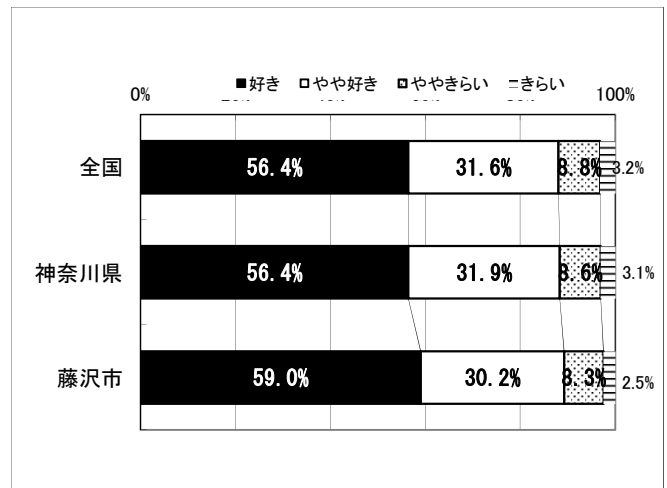
1週間の運動実施率〔月～日〕は、男子が97.8%、女子が95.9%で、全国・県の割合より高くなっています。  
 1週間の総運動時間と体力を比較してみると、運動頻度が低くなるにつれ体力は低くなっています。  
 また、総合評価については、運動頻度が高いほど評価A・Bの割合が高く、運動頻度が低いほど評価Eの児童の割合が高くなっています。  
 このことから、運動頻度が高い児童は体力が高い傾向にあるといえます。

### ③ 運動やスポーツの好き嫌いとは体力

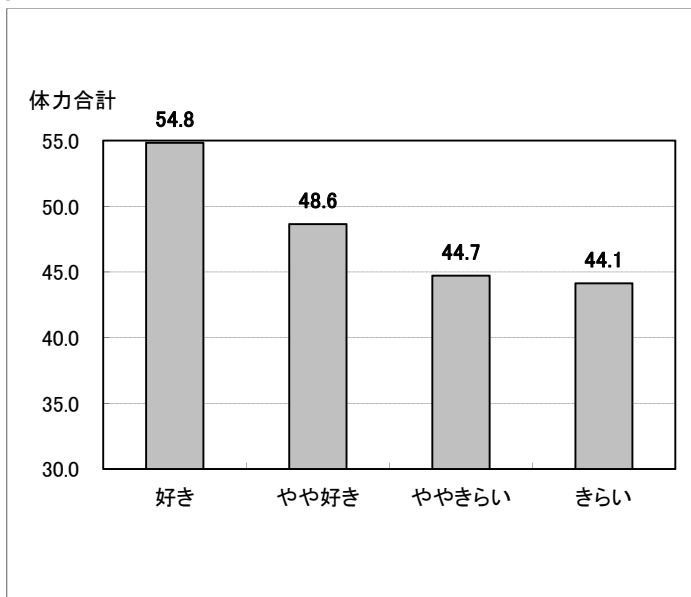
③-1 (小5男子: 運動やスポーツをすることが好きか)



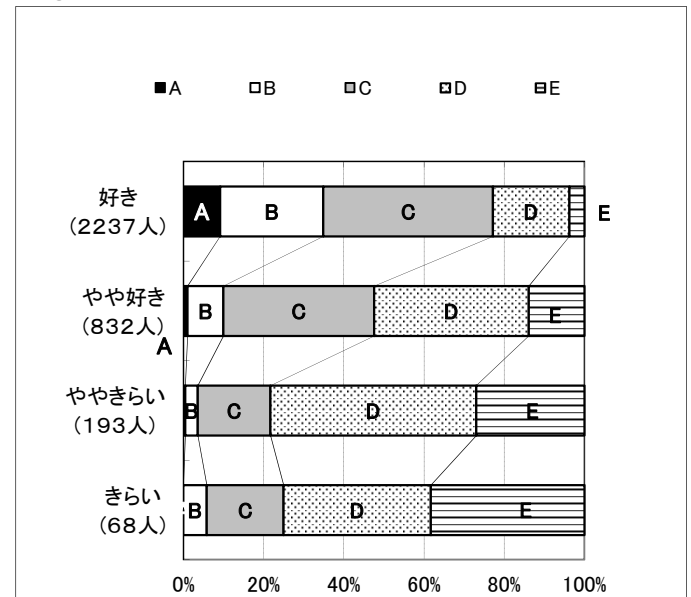
③-2 (小5女子: 運動やスポーツをすることが好きか)



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94.7%、女子89.2%で、どちらも全国・県の割合をやや上回っています。

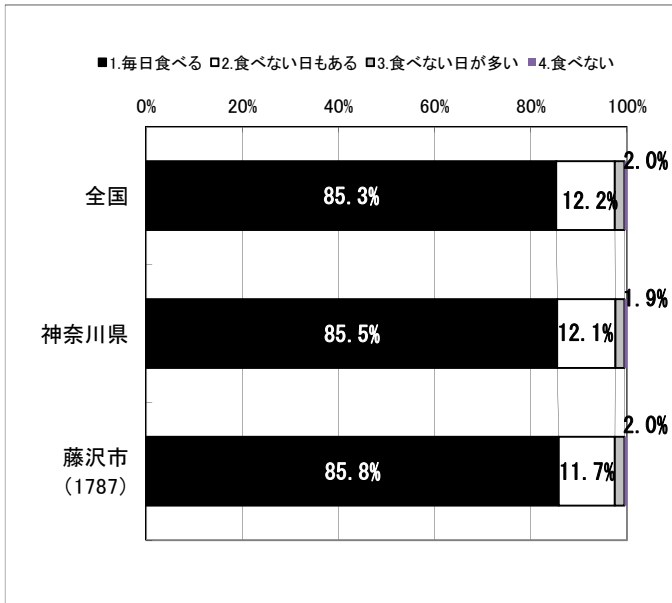
運動やスポーツの好ききらいの意識と体力との関係をもとにみると、運動が好きと答えている児童ほど体力が高く、きらいと答えている児童ほど体力が低くなっています。

また、総合評価についても、運動やスポーツが好きと答えている児童ほど、A～Cの評価の割合が多くなり、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」と答えている児童の中に評価Aは1人しかいませんでした。

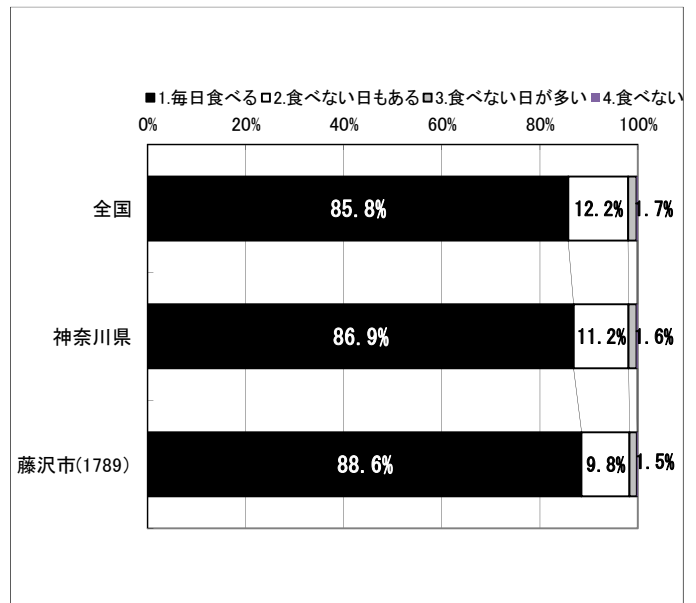
運動やスポーツの好き嫌いが体力結果に表れています。

#### ④ 朝食摂取の有無と体力

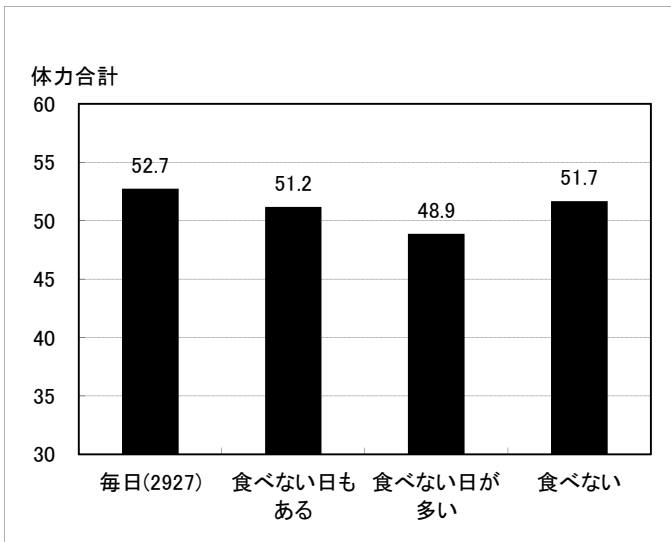
④-1 (小5男子: 朝食摂取の有無)



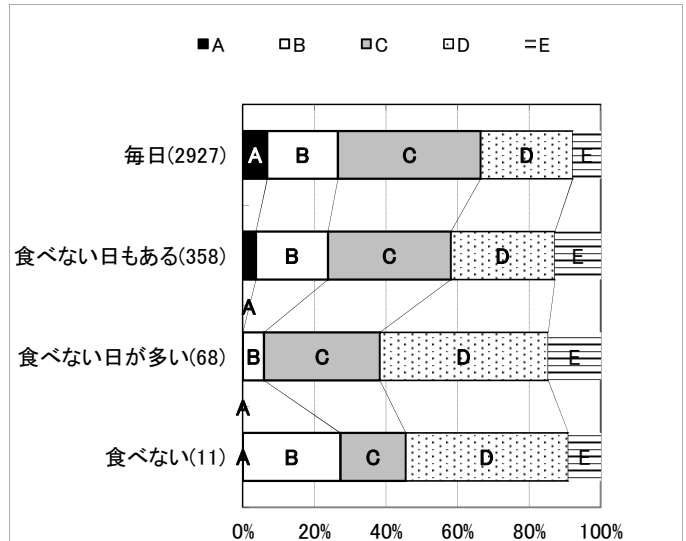
④-2 (小5女子: 朝食摂取の有無)



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)

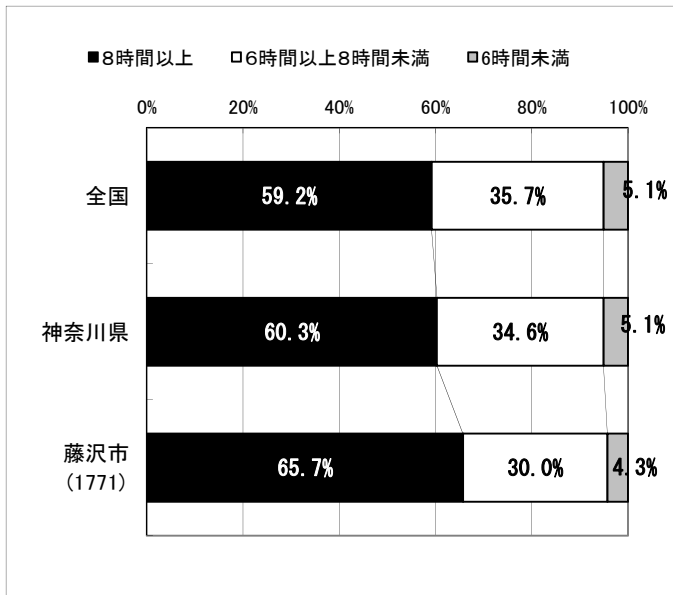


#### 【結果】

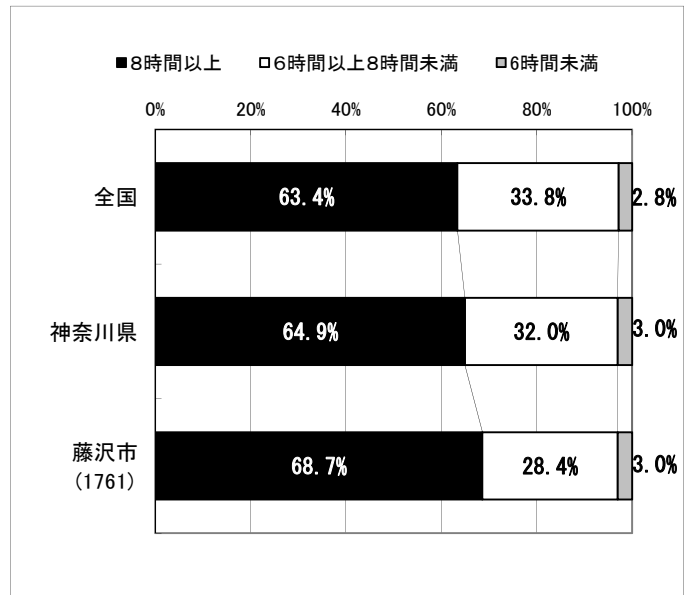
朝食摂取は、「毎日食べている」児童は男子が85.8%、女子が88.6%で、全国・県の割合と大きな差はありません。体力合計点を見ると、「食べない日がある」、「食べない日が多い」児童より「食べない」児童のほうが体力合計点が高くなっています。全国のデータでは、朝食を毎日食べている児童は体力が高い傾向となっています。藤沢市のデータに限定しますと、体力合計点、総合評価においても朝食摂取との相関関係ははっきりとあらわれていません。

⑤ 睡眠時間と体力

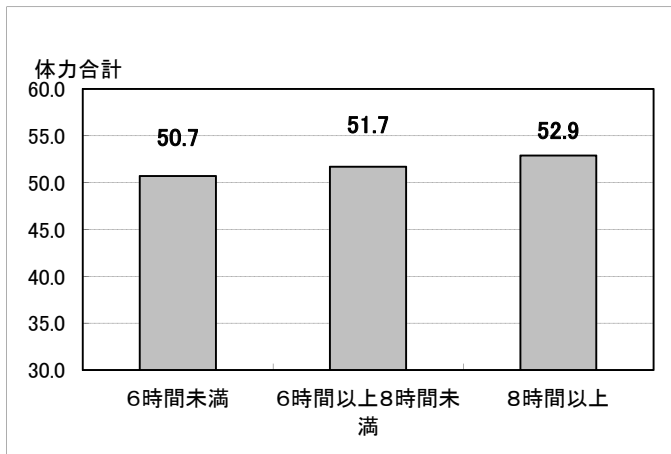
⑤-1(小5男子:1日の睡眠時間)



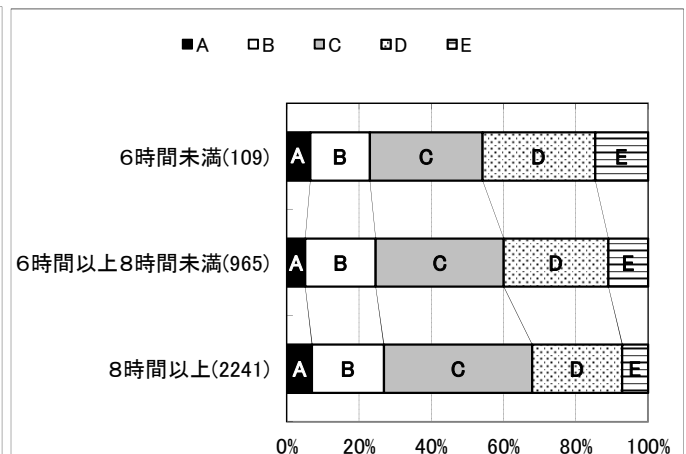
⑤-2(小5女子:1日の睡眠時間)



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】

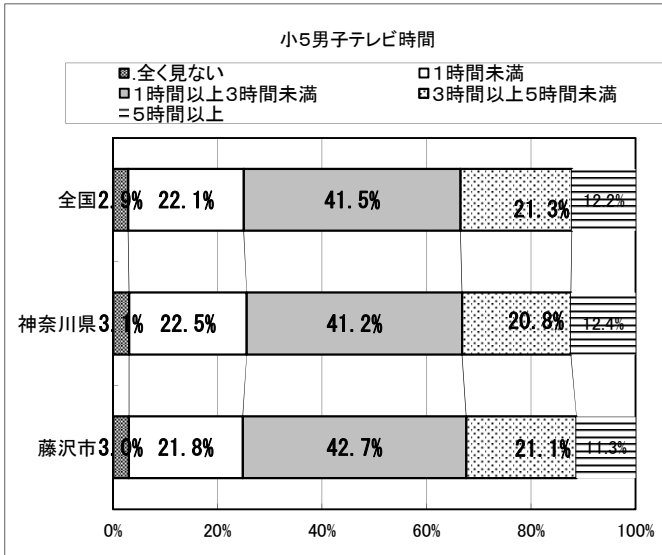
睡眠時間が、8時間以上の児童は男子65.7%、女子68.7%で、男女ともに全国の割合を上回っています。また、6時間以上の児童は、男女とも約95%となっています。

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。

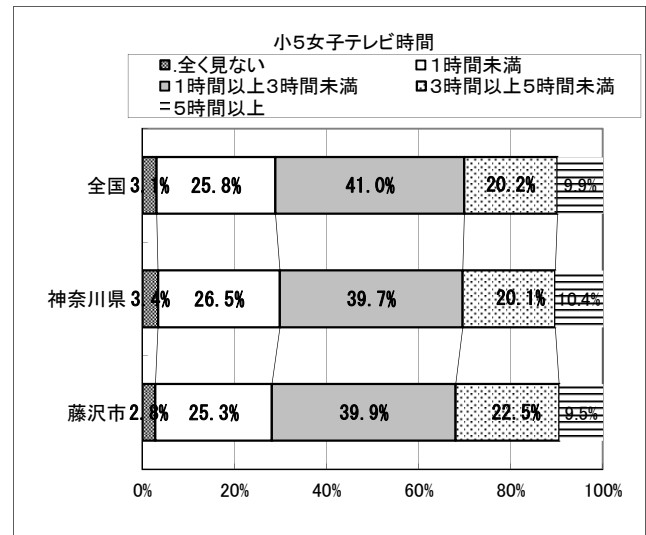


## ⑥ テレビの視聴時間(テレビゲームを含む)と体力

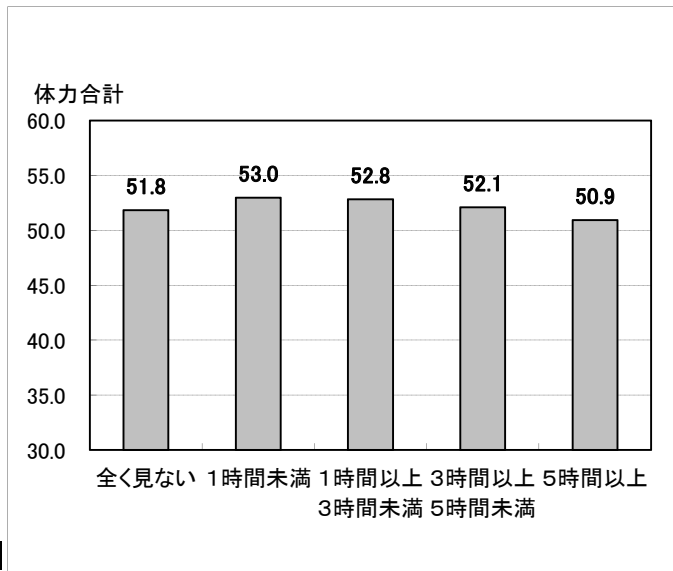
### ⑥-1(小5男子:テレビの視聴時間)



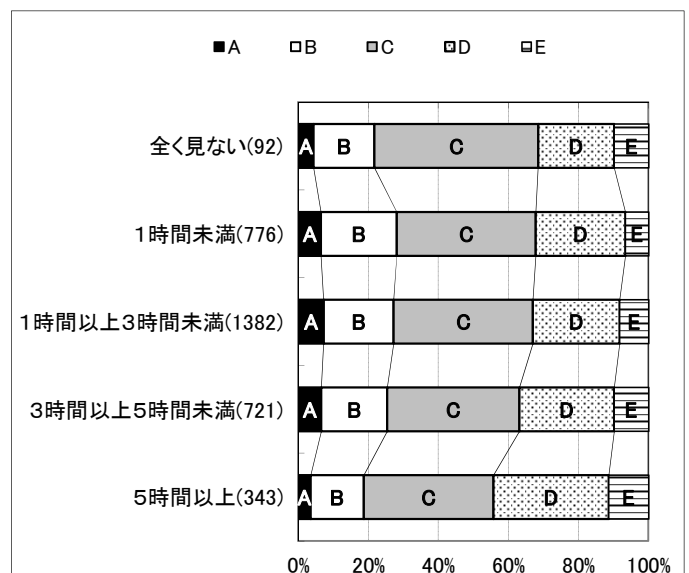
### ⑥-2(小5女子:テレビの視聴時間)



### 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、男女ともに「1時間以上3時間未満」が最も多く男子は42.7%、女子は39.9%でした。男子も女子も「3時間以上5時間未満」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て取れます。

1時間未満の児童は総合評価A・Bを合わせた割合がもっとも高くなっています。また、5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)

運動習慣や生活習慣についても望ましい傾向が見られますが、テレビ視聴時間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、運動の実施状況、運動への興味・関心は全国や県を上回っている状況にありますが、それが、体力テストの結果に反映されていない結果となっています。「動きを持続する能力」、「タイミングのよさ」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	28.93	27.43	43.08	51.62	392.63	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
神奈川県	28.38	26.74	41.75	50.04	392.34	85.65	8.05	190.75	20.2	40.33
藤沢市	<b>29.14</b>	26.84	42.74	<b>52.06</b>	<b>382.71</b>	<b>86.51</b>	<b>7.85</b>	<b>195.25</b>	<b>21.00</b>	<b>42.34</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	23.68	23.26	45.53	46.09	290.03	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08
神奈川県	23.20	22.38	43.99	44.37	295.5	56.45	8.88	162.67	12.15	46.55
藤沢市	23.52	<u>21.73</u>	44.94	45.98	<b>288.87</b>	55.13	<b>8.64</b>	<b>167.30</b>	12.43	48.3

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、立ち幅跳び、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。女子は持久走、50m走、立ち幅跳びにおいて全国・県の数値を上回っています。女子の上体起こしのみ全国・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。また、男子については反復横跳び、持久走・20mシャトルラン、ハンドボール投げの数値が高いことも昨年と同様の傾向となっています。女子は上体起こしが低い傾向にあります。

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。

## 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

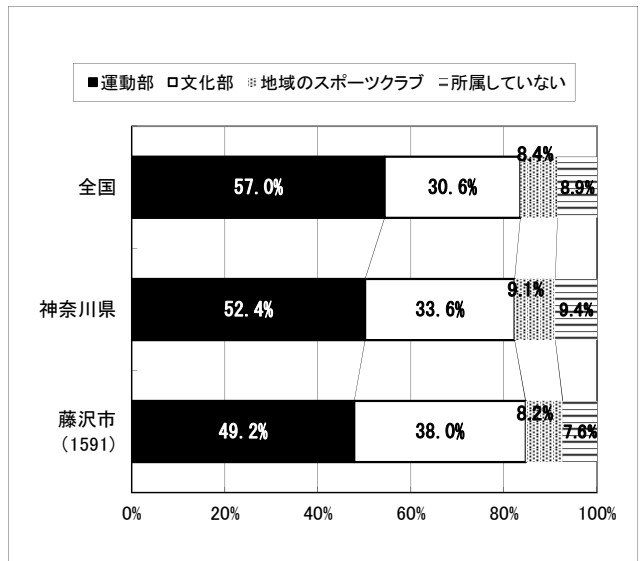
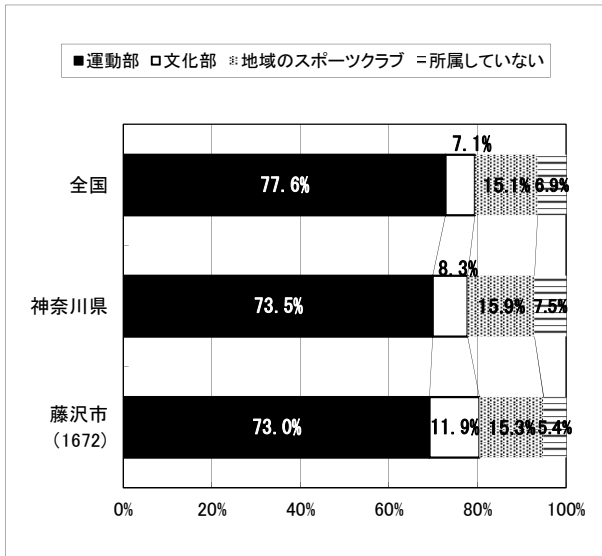
総合評価A～Eの基準点

A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

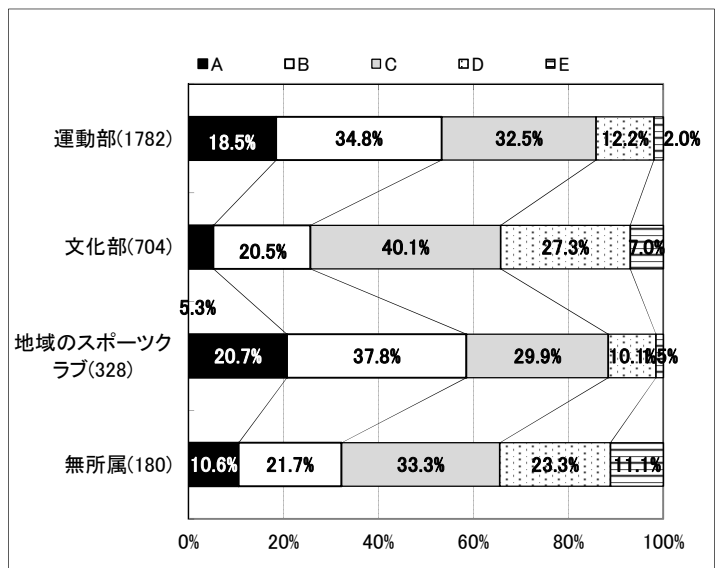
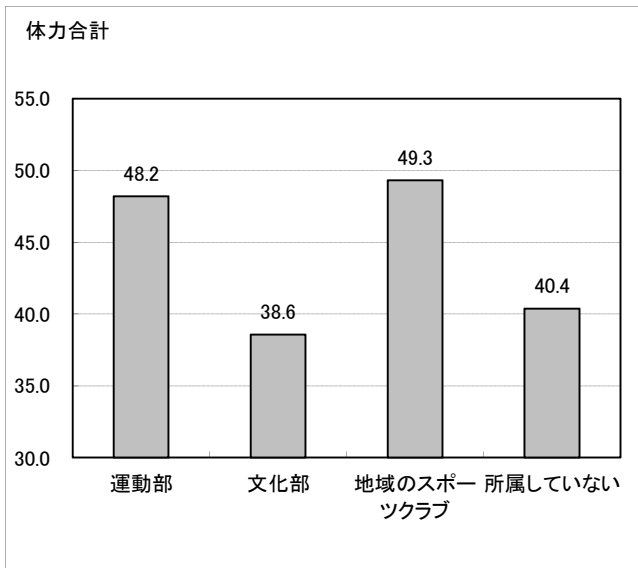
中2男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
①運動部や地域スポーツ クラブへの所属状況	運動部	48.2	18.5%	34.8%	32.5%	12.2%	2.0%	329	621	580	217	35	1782
	文化部	38.6	5.3%	20.5%	40.1%	27.3%	7.0%	37	144	282	192	49	704
	地域のスポーツク	49.3	20.7%	37.8%	29.9%	10.1%	1.5%	68	124	98	33	5	328
	無所属	40.4	10.6%	21.7%	33.3%	23.3%	11.1%	19	39	60	42	20	180
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)	14時間以上	49.1	20.3%	36.7%	31.7%	10.3%	0.9%	332	600	518	169	14	1633
	7～14時間未満	45.4	14.6%	30.0%	35.9%	14.3%	5.2%	50	103	123	49	18	343
	3.5～7時間未満	41.1	6.8%	24.1%	38.3%	26.3%	4.5%	9	32	51	35	6	133
	1～3.5時間未満	39.0	6.3%	22.1%	38.9%	25.3%	7.4%	18	63	111	72	21	285
	1～60分未満	35.3	2.8%	14.5%	37.2%	35.2%	10.3%	4	21	54	51	15	145
	0分	38.9	5.7%	17.7%	40.0%	27.3%	9.3%	17	53	120	82	28	300
③運動やスポーツをするこ とは好きですか。	好き	48.9	20.0%	34.4%	33.5%	10.9%	1.2%	350	604	545	169	22	1524
	やや好き	42.4	6.2%	26.1%	40.5%	21.8%	5.4%	64	203	266	153	31	728
	ややきらい	39.1	1.8%	15.0%	43.1%	31.0%	9.1%	19	55	120	82	28	274
	きらい	34.5	4.6%	12.4%	33.3%	32.0%	17.6%	1	14	55	63	24	153
④朝食は食べますか。	毎日	45.6	15.5%	31.2%	34.3%	15.6%	3.3%	353	710	779	355	76	2273
	食べない日もある	44.4	13.7%	29.3%	34.1%	18.5%	4.3%	63	135	157	85	20	460
	食べない日が多い	44.6	14.4%	27.9%	31.7%	20.2%	5.8%	15	29	33	21	6	104
	食べない	42.1	6.9%	13.8%	55.2%	17.2%	6.9%	2	4	16	5	2	29
⑤1日の睡眠時間	6時間未満	44.6	12.0%	31.4%	34.0%	17.7%	5.0%	59	85	98	54	10	306
	6時間以上8時間未満	45.6	14.5%	29.6%	35.9%	16.4%	3.7%	280	620	646	276	64	1886
	8時間以上	45.6	11.0%	23.3%	41.3%	19.0%	5.4%	91	156	229	133	28	637
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)	全く見ない	45.7	17.3%	28.0%	38.7%	13.3%	2.7%	13	21	29	10	2	75
	1時間未満	46.1	15.9%	30.8%	34.6%	16.5%	2.2%	103	199	224	107	14	647
	1時間以上3時間未満	45.6	16.2%	30.5%	34.1%	15.5%	3.6%	220	415	464	211	49	1359
	3時間以上5時間未満	44.6	13.0%	32.1%	33.2%	17.0%	4.7%	74	183	189	97	27	570
	5時間以上	42.6	9.9%	27.1%	37.0%	19.3%	6.6%	18	49	67	35	12	181

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 複数回答可) ①-2(中2女子:運動部やスポーツクラブへの所属 複数回答可)



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)

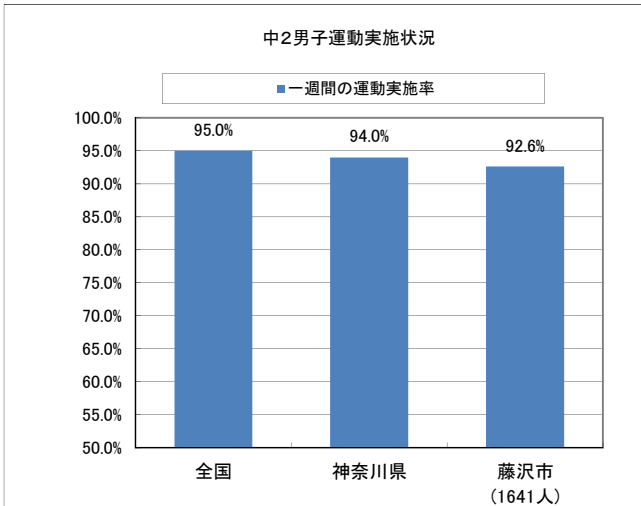


【結果】

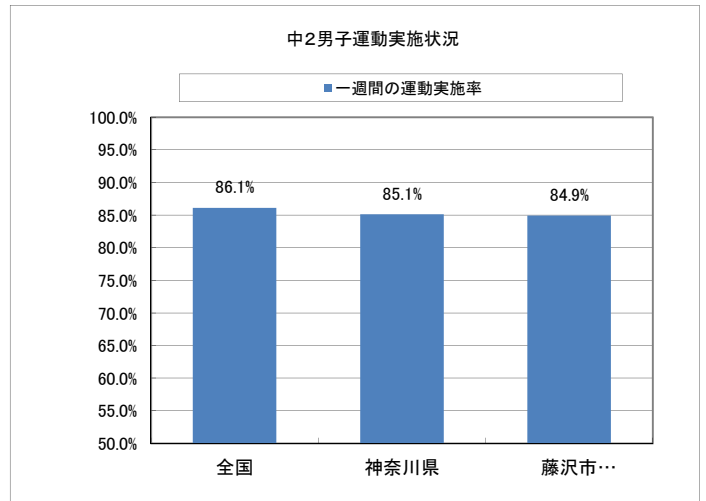
運動部や地域のスポーツクラブ等への所属状況は、男子も女子も全国・県の割合を下回っています。運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒と所属していない生徒との体力を比較してみると、運動部に所属している生徒の体力合計点の平均は48.2点、地域のスポーツクラブに所属している生徒は49.3と、文化部、所属していない生徒の平均は40.4以下となっており、運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒の方が体力が高い傾向が見られます。また、総合評価についても、運動部やスポーツクラブ等に所属している生徒の方が、A・Bの評価を得た者の割合が高い結果となっています。

## ② 運動・スポーツの実施状況と体力

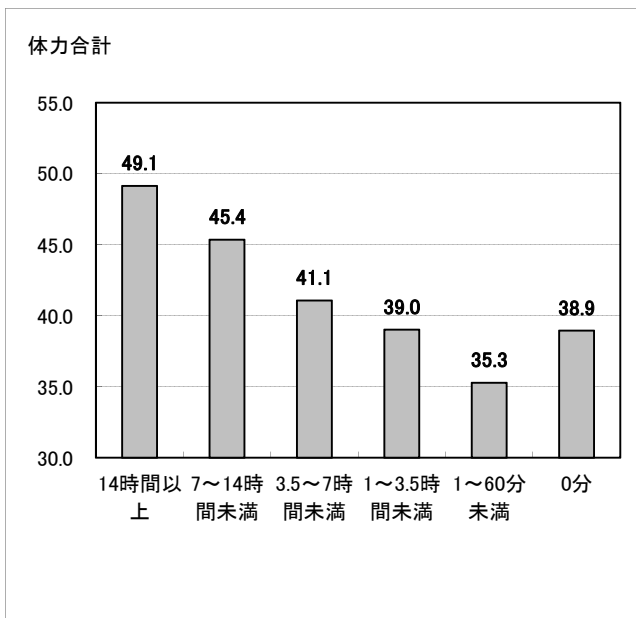
②-1(中2男子:1週間の運動実施率〔月～日〕)



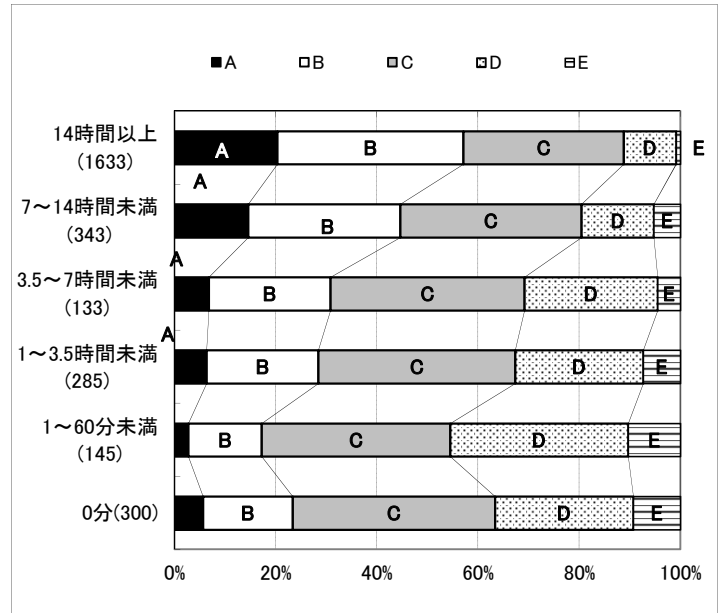
②-2(中2女子:1週間の運動実施率〔月～日〕)



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)



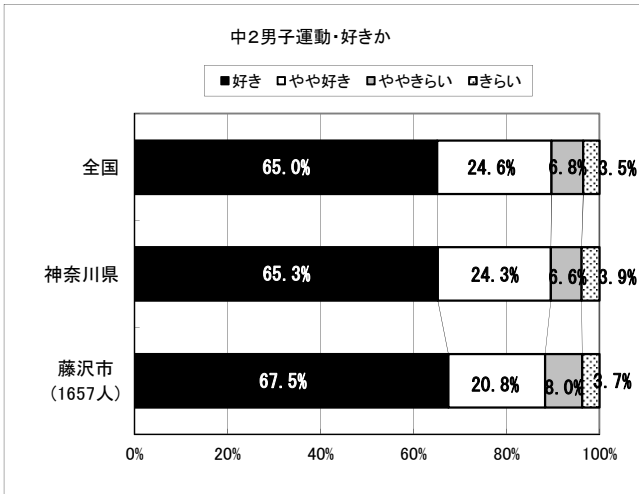
### 【結果】

スポーツ実施状況は、1週間に何日運動しているかの実施率は男子92.6%、女子84.9%で、男子女子ともに全国・県の割合より低い状況にあります。

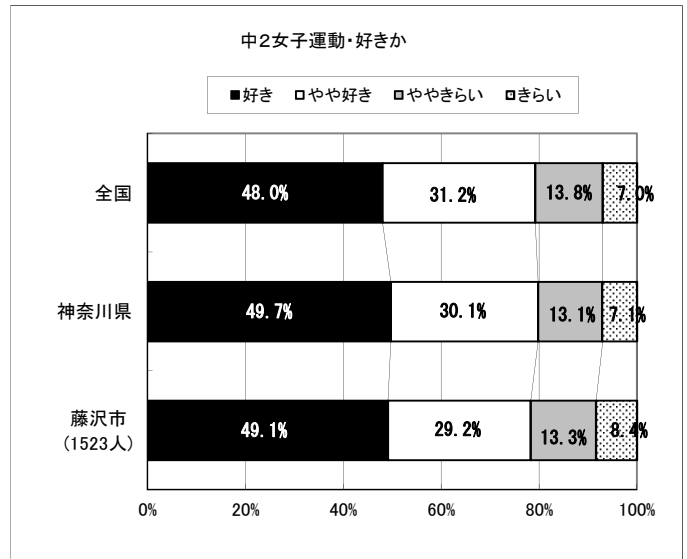
スポーツの実施状況と体力合計点の平均を比較してみると、「週に14時間以上行っている」生徒と「1時間未満」の生徒では、体力差が大きく開いています。

また、総合評価については、「14時間以上行っている」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、運動時間が長いことが体力の結果に表れています。

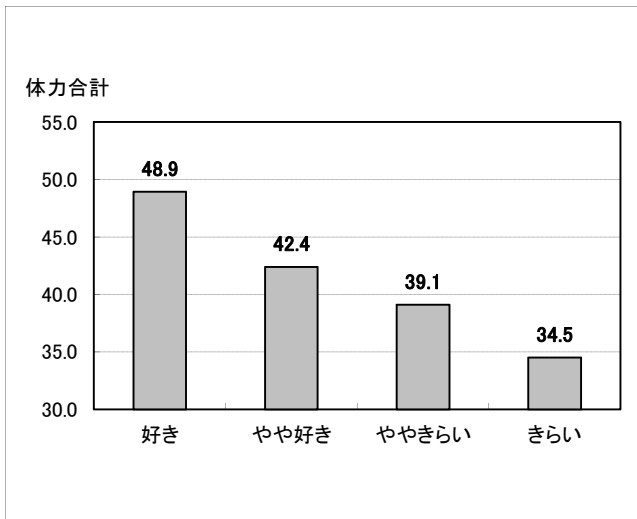
③ 運動やスポーツをすることが好きか  
 (3)ー1 (中2男子:運動やスポーツをすることが好きか)



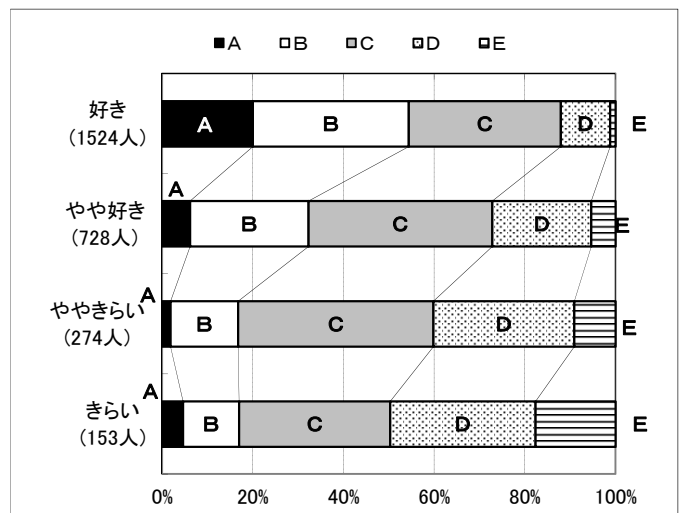
(3)ー2 (中2女子:運動やスポーツをすることが好きか)



③ー3 (運動が好きかきらいかと体力合計点の関係)



③ー4 (運動が好きかきらいかと総合評価の関係)



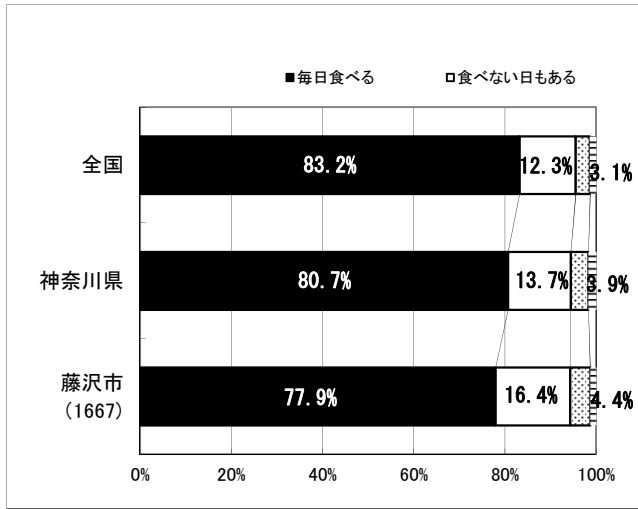
【結果】

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は88.3%女子は、「好き」「やや好き」と回答した生徒が約78.3%で、全国・県と比較すると、どちらもやや低い傾向にあります。

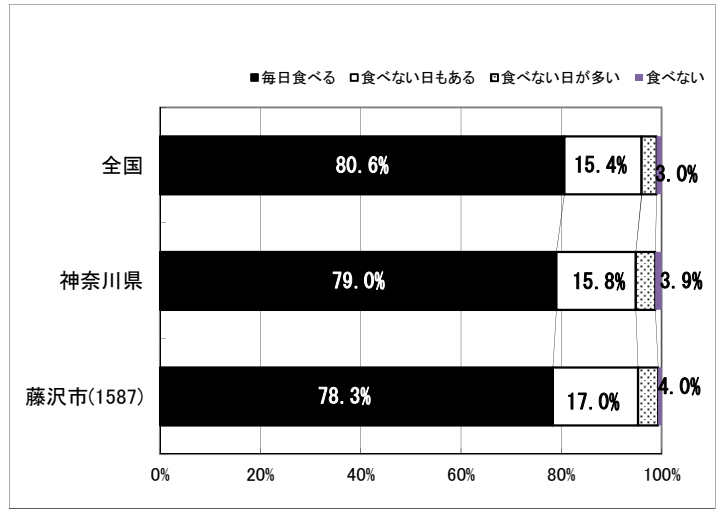
「運動やスポーツをすることが好き」と体力を比較してみると、「好き」な生徒ほど体力合計点が高くなっています。また、総合評価についても「好き」と回答した生徒のA・B評価の割合が高く、「きらい」と回答した生徒のD・E評価の割合が高い結果となっています。

#### ④ 朝食摂取の有無と体力

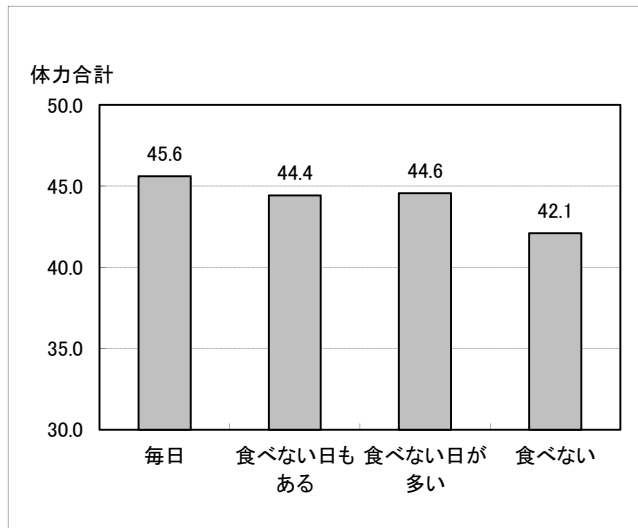
④-1(中2男子:朝食摂取の有無)



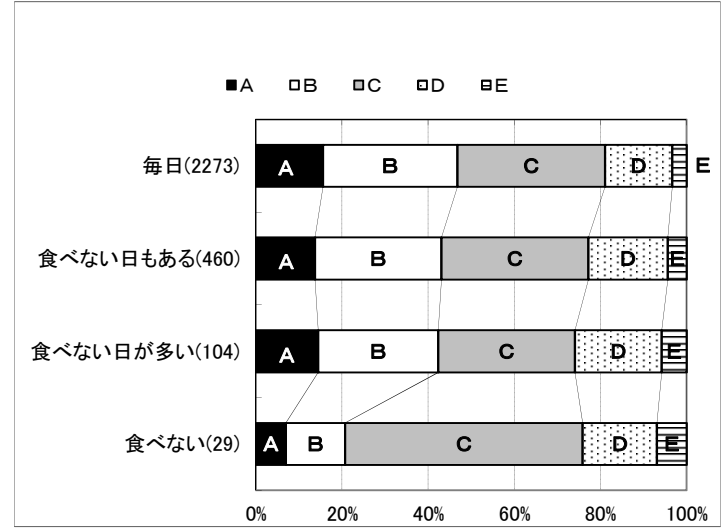
④-2(中2女子:朝食摂取の有無)



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)



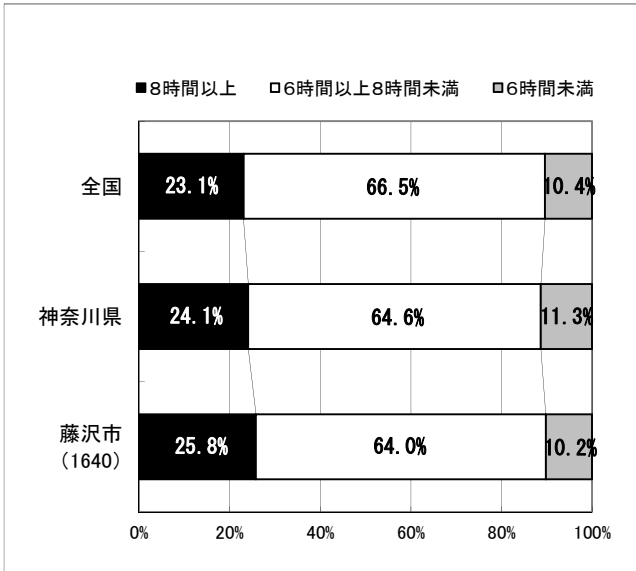
#### 【結果】

朝食摂取は、毎日食べている生徒は男子が77.9%、女子が78.3%で全国・県より低い傾向があります。「食べない日がある」「毎日食べない」割合も全国・県より高い傾向がみられます。

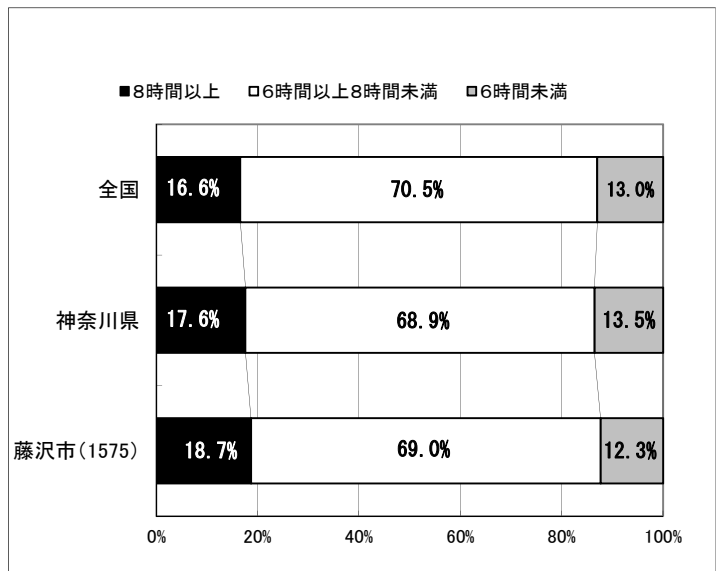
体力合計点については、毎日食べる生徒の平均値が高く、また総合評価については、朝食を毎日摂る生徒の方がA・B評価の割合が高くなっています。しかし「食べない日が多い」と回答した生徒が「食べない日もある」と回答した生徒より体力が高い結果となっています。中学2年生の結果においては、朝食の摂取と体力の向上に相関が見られませんでした。

⑤ 1日の睡眠時間と体力

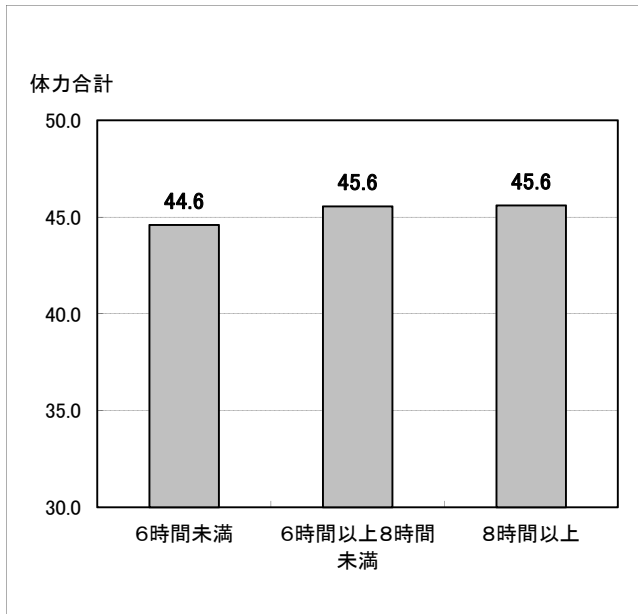
⑤-1 (中2男子: 1日の睡眠時間)



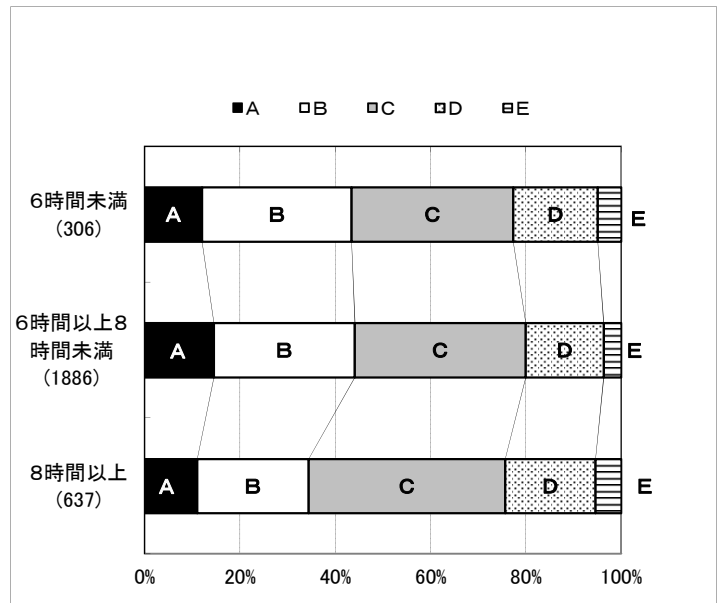
⑤-2 (中2女子: 1日の睡眠時間)



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25.8%、女子が18.7%でした。また、6時間未満の生徒は男子が10.2%、女子が12.3%で全国・県の割合と比べると睡眠時間は長い傾向にあることがわかります。

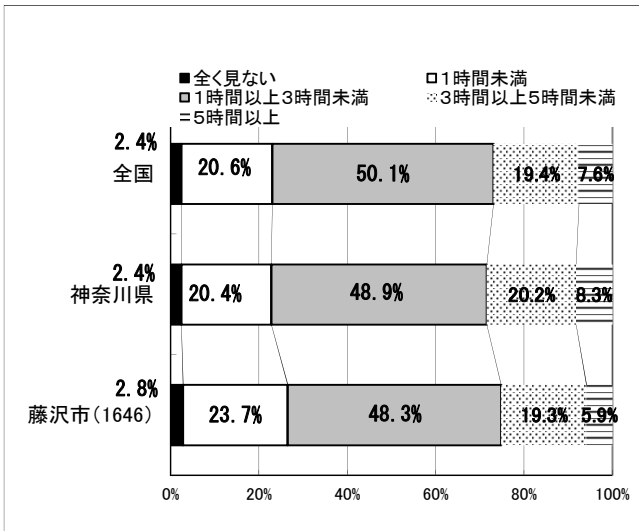
睡眠時間と体力との関係は、体力合計点では、「6時間以上～8時間未満」の生徒の平均値と「8時間以上」の生徒の平均値が同じ結果となっていますが高くなっています。6時間以上の睡眠がとれていると生徒の体力は変わらないという結果となっています。

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。

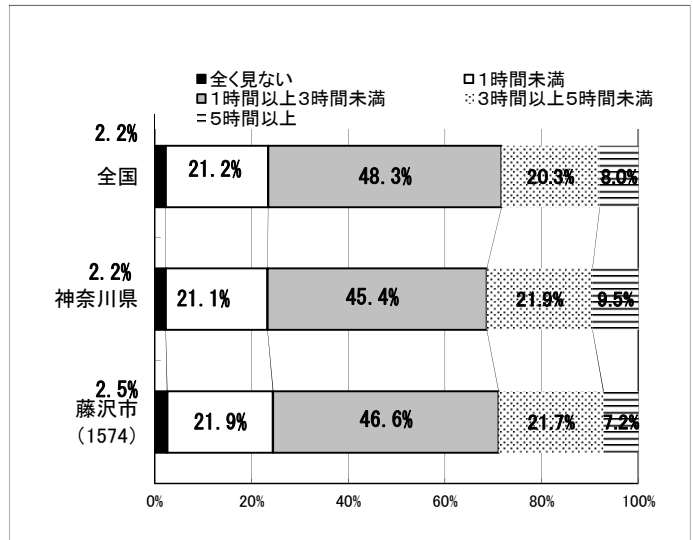


⑥ 1日のテレビの視聴時間(テレビゲームを含む)と体力

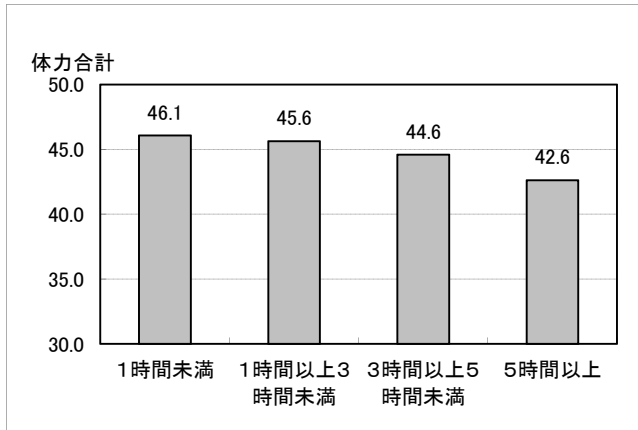
⑥-1(中2男子:テレビの視聴時間)



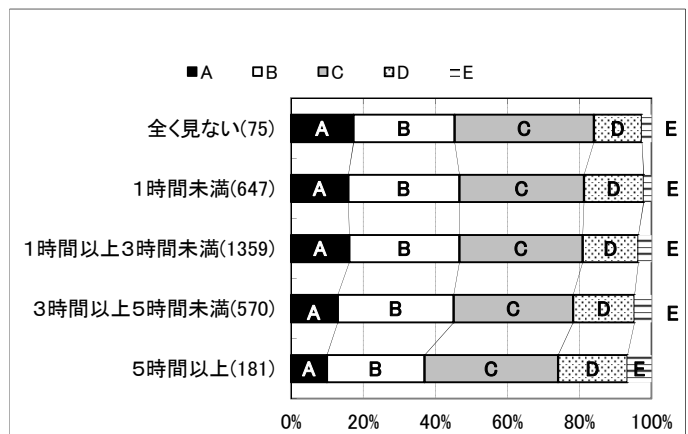
⑥-2(中2女子:テレビの視聴時間)



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時間以上3時間未満の割合が最も多く、男女ともに全国・県と同じような傾向を表しています。

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Aの割合は、「全く見ない」が最も高く、視聴時間が少ないほどAの割合が高いという結果になっています。しかしBの割合は、「3時間以上5時間未満」の結果が高いという結果となっており、相関が見られませんでした。

## ◇調査結果の傾向(中学2年生)

運動習慣については、1週間に何日運動しているかの実施率が全国・県の割合より少し低い状況にあります。また、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は全国・県と比較すると、どちらも低い傾向にあります。

生活習慣については、睡眠時間については全国・県に比べて長く、よい傾向だが、朝食摂取については「食べない日がある」「毎日食べない」割合が全国・県より高い傾向がみられます。

しかし体力については、男女とも全国・県の水準、またはそれを上回っています。特に、これは、保健体育の授業で1年生から継続的に体力テストに取り組んでいることが要因と考えられます。

## 7 まとめ

今回の調査の結果から、体力・運動能力については、藤沢市の小学校5年生は全国・県に比べ低い水準を示す種目が6種目見られるが、中学校2年生になるとほぼ同水準、または上回る結果となっています。これは調査開始以来続いている傾向です。

運動に関する興味・関心については小学校5年生については「運動やスポーツをすることが好き」と答えた児童は多く、運動やスポーツへの志向があることが見て取れます。また1週間の運動実施率も全国・県に比べ高い傾向にあります。しかし、中学校2年生では「運動やスポーツをすることが好き」と答える生徒が少なくなり、1週間の運動実施率も全国・県を下回る傾向にあります。運動への興味・関心を持たせ、その上で日常的な運動習慣の改善を図ることが必要です。

## 8 今後の取り組み

調査結果を受けて、児童生徒の運動に関する興味・関心を高め、望ましい運動習慣を身につけることによって、生涯にわたって運動に親しみ、健康や体力の向上に取り組む資質を養うためには、次のような取り組みが必要であると考えます。

### (1) 児童生徒の取り組み

#### ① 体力テストについての興味・関心

小学校においては「体力テスト取組リーフレット」を活用して体力テストの実施方法について理解するとともに興味・関心を高めます。

#### ② 自分の体力・運動能力の把握

児童生徒一人ひとりが自分の記録を記入した「体力・運動能力調査記録カード」を活用して自分の体力や運動能力の把握に努めます。

#### ③ 自分の運動習慣や生活習慣の課題を捉え改善

運動習慣・生活習慣に関する質問に回答することで「運動習慣」「生活習慣」「食習慣」等のコメントのついた診断書が作成できる「生活習慣診断ソフト」を活用し、運動習慣等を見直します。

### (2) 学校の取り組み

#### ① 児童生徒の興味・関心を高める授業の実践

小学校では、藤沢市小学校教育研究会体育部会を中心に、様々な「鬼遊び」を各学校へ資料提供し、体育の授業で楽しみながら運動量を確保することと、休み時間の外遊びにつなげる活動を推進していきます。

中学校では、藤沢市中学校教育研究会、保健体育部会を中心に、体育授業の導入にバーピージャンプ等を取り入れ、動きを継続する能力や力強さを高める運動を継続して行い、体力向上に努めていきます。

#### ② 体力テスト実施についての理解

県が主催している「体力テスト実施方法研修会」や「体力向上キャラバン隊」に参加した職員を中心に、体力テストの正しい測定方法と十分な力を発揮するための方策について、職員への周知を図ります。また、研修で学んだ体力テストの各種目の動きにつながる準備運動を紹介していきます。

### (3) 教育委員会の取り組み

#### ① 学校との連携

学校訪問の機会を捉えて、体育の授業における、体力・運動能力の向上について指導と助言を行います。

#### ② 家庭との連携

児童生徒の運動実態に応じて、運動を生活に取り入れられるよう、家庭に児童生徒の調査結果を通知したり、啓発資料を配付するなどはたらきかけをしていきます。

#### ③ 地域との連携

2020年のオリンピックに向けての各種スポーツイベント等の情報を発信し、児童生徒のスポーツに対する興味関心を高め、運動に親しむ機会の提供に努めていきます。

#### ④ 環境整備

運動施設や用具の充実を図り、児童生徒の体力・運動能力向上を目指して環境を整えます。

#### ⑤ 情報提供

教員向け講習会などの情報を学校に周知し、啓発活動を行います。また、今回の調査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ていきます。