

平成30年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査

釧路市児童生徒の傾向（概要）

文部科学省(スポーツ庁)では、平成30年12月20日(木)に、今年度実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を公表しました。

この調査結果において、釧路市の子供たちの体力、運動能力は改善傾向にあり、小学校においては全国平均とほぼ同様の結果となっています。

また、体格の調査では、肥満傾向の子供の割合が全国平均と比べてやや高い結果となっています。

以下、体力や体格などについて、調査結果の概要を示します。

目 次

平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施要領	2
1. 小学校第5学年 実技に関する調査結果	3
2. 小学校第5学年 児童に対する調査—体格と肥満度の状況	3
3. 小学校第5学年 児童質問紙調査	
(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか	4
(2) あなたが健康であるために、運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか	5
(3) 1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか	5
(4) 体育の授業は楽しいですか	6
(5) 学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか	7
(6) 授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されていますか	7
(7) 体育の授業では友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか	7
4. 小学校第5学年 学校質問紙調査	
(1) 全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか	8
(2) 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか	8
(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動を取り入れていますか	8
5. 中学校第2学年 実技に関する調査結果	9
6. 中学校第2学年 生徒に対する調査—体格と肥満度の状況	9
7. 中学校第2学年 生徒質問紙調査	
(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか	10
(2) あなたが健康であるために、運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか	11
(3) 1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか	11
(4) 保健体育の授業は楽しいですか	12
(5) 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか	13
(6) 授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されていますか	13
(7) 保健体育の授業では友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか	13
8. 中学校第2学年 学校質問紙調査	
(1) 全ての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか	14
(2) 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか	14
(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか	14
9. 全国体力・運動能力実技に関する釧路市の平均値の経年数値	15
10. 児童生徒質問紙 体格に関する釧路市の平均値の経年数値	15
11. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のまとめ	16

平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施要領

1. 調査の目的

- (1) 子供の体力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供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。
- (2) 各教育委員会、学校が全国的な状況との関係において自らの子供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、子供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. 調査の対象とする児童生徒

- ・小学校第5学年
- ・中学校第2学年

3. 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（以下、「実技調査」という。測定方法は新体力テストと同様。）

(ア) 小学校調査では、以下の種目を実施する。

(8種目) 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

(イ) 中学校調査では、以下の種目を実施する。

(8種目) 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走・20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ（※持久走か20mシャトルランから選択）

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査（以下「児童生徒質問紙調査」という。）を実施する。

(2) 学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下「学校質問紙調査」という。）

4. 調査期間

平成30年4月～平成30年7月

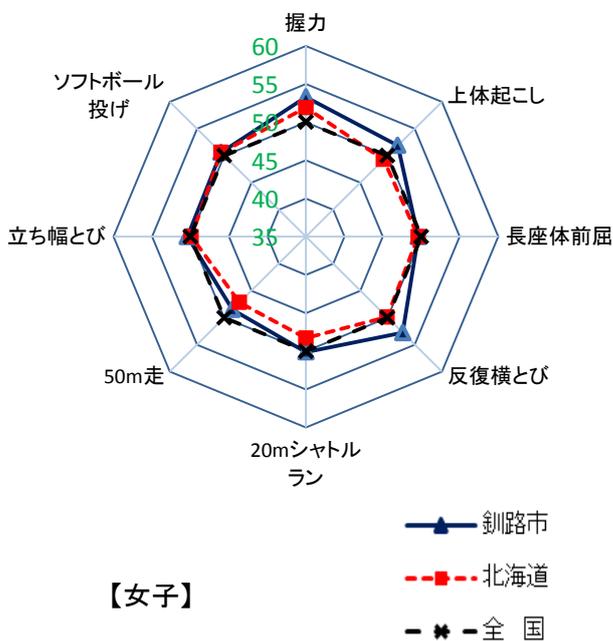
5. 今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の調査参加校ならびに参加者数

区 分	調査校(小学校)		調査校(中学校)	
	児童数	学校数	児童数	学校数
釧路市	1,270 人	26 校	1,166 人	15 校
北海道	40,288 人	1,032 校	38,701 人	605 校
全 国	1,061,626 人	20,121 校	994,158 人	10,645 校

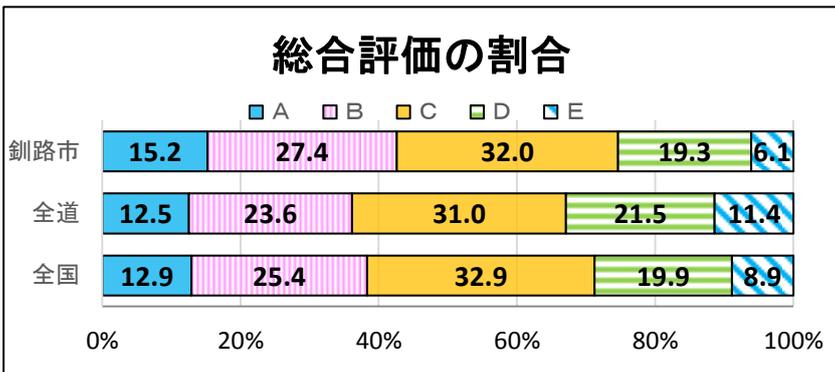
1. 小学校第5学年 実技に関する調査結果

(今年度より北海道平均に札幌市を含む)

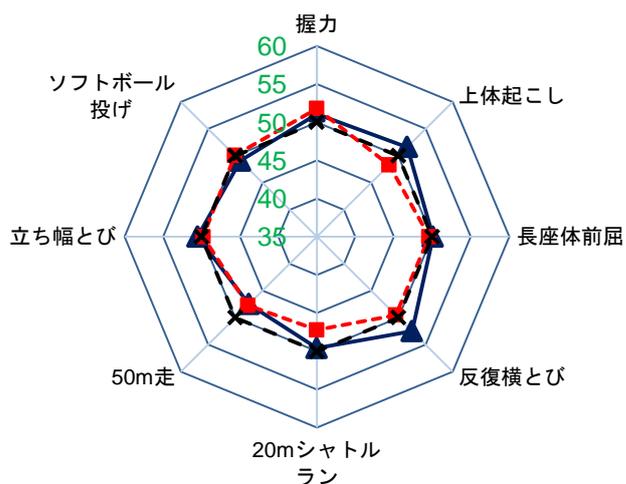
※全国を50とした時の偏差値(T得点)をレーダーチャートで表示
【男子】



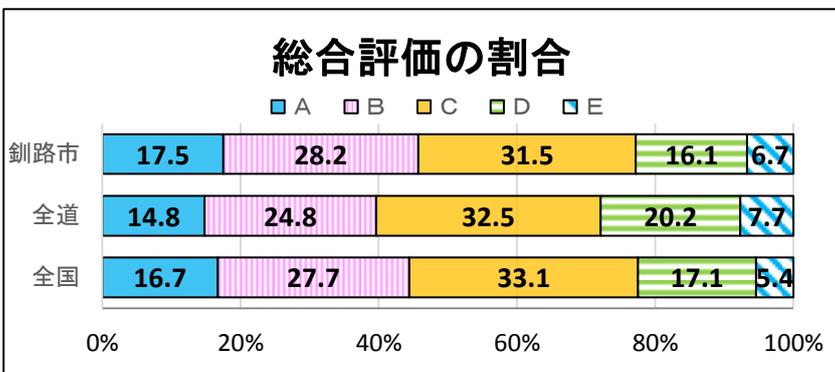
	種目別平均								体力合計点
	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	
釧路市	17.79	21.07	33.00	44.35	52.28	9.52	153.05	22.66	55.26
北海道	17.26	19.55	32.95	42.03	48.48	9.64	152.02	22.61	53.43
全国	16.54	19.95	33.31	42.10	52.15	9.37	152.24	22.15	54.21



【女子】



	種目別平均								体力合計点
	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)	
釧路市	17.05	19.78	36.77	41.81	40.05	9.78	145.67	13.56	55.84
北海道	16.83	18.32	37.37	40.03	37.64	9.84	145.54	13.79	54.76
全国	16.15	18.96	37.62	40.32	41.88	9.60	145.94	13.77	55.90



2. 小学校第5学年 児童に対する調査—体格と肥満度の状況

【男子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)				
	身長(cm)	体重(kg)	肥満	正常	痩身
釧路市	139.41	35.87	17.3%	81.3%	1.4%
北海道	139.51	35.46	14.4%	83.0%	2.6%
全国	138.92	34.20	10.6%	86.7%	2.7%

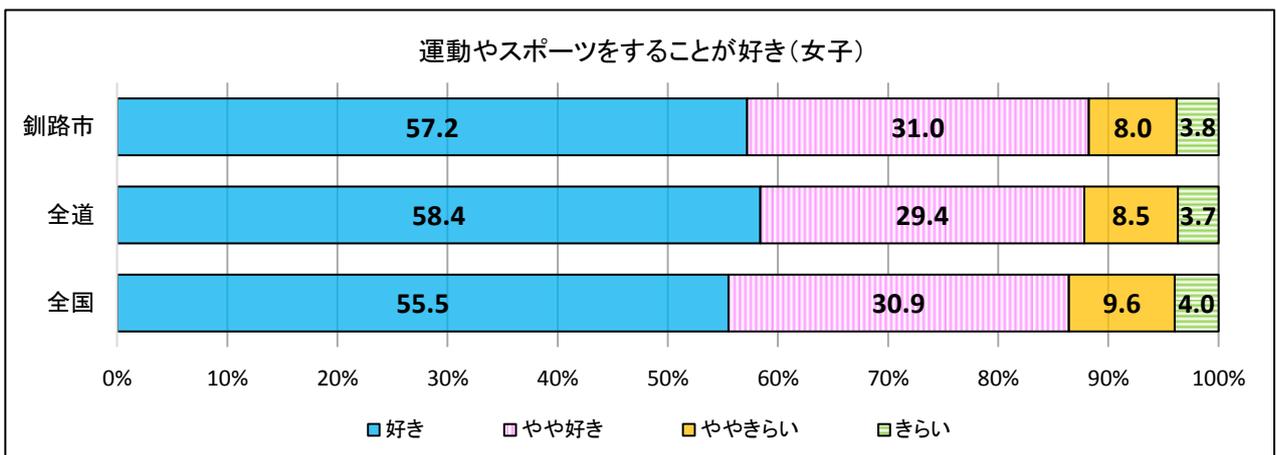
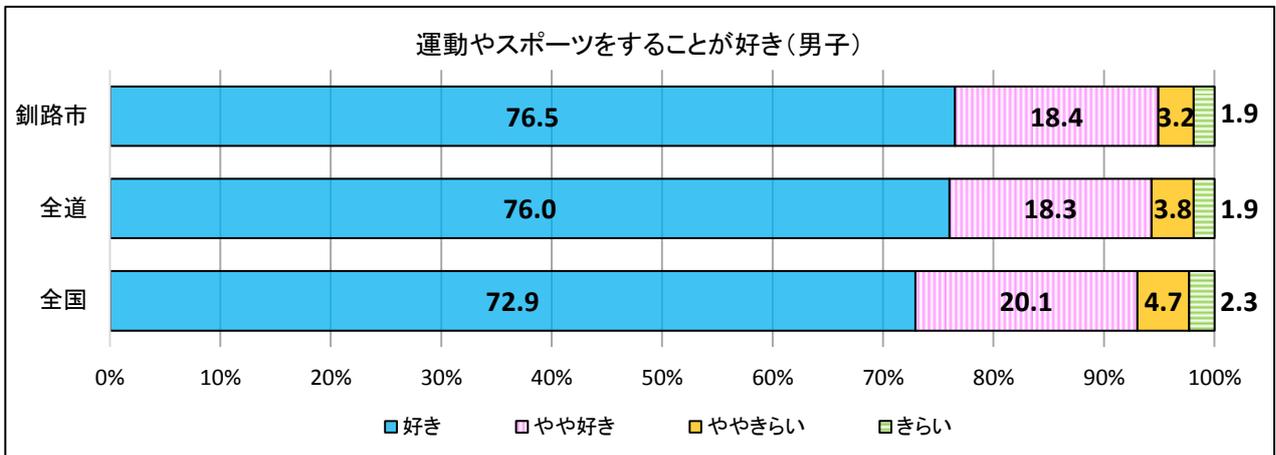
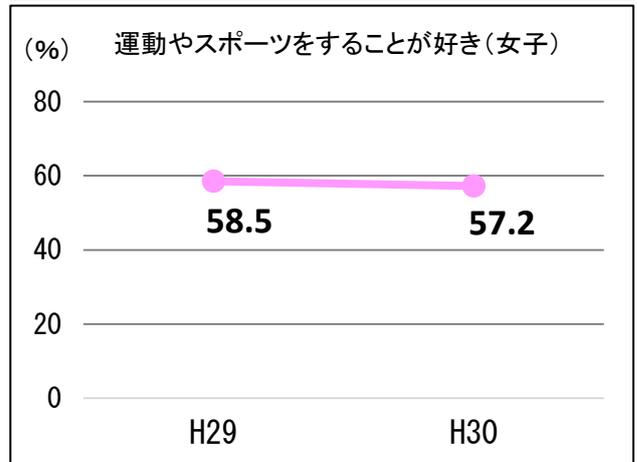
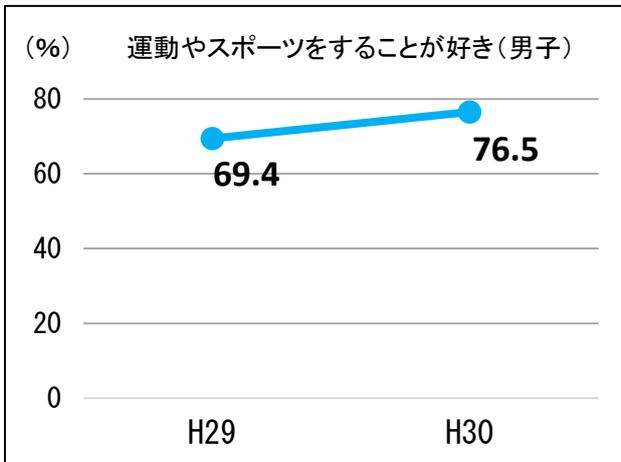
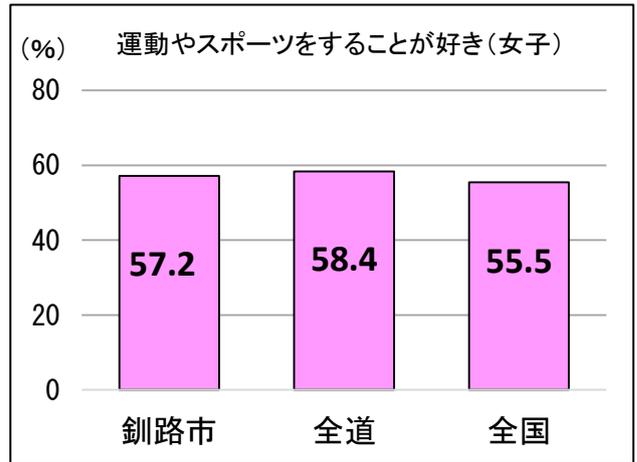
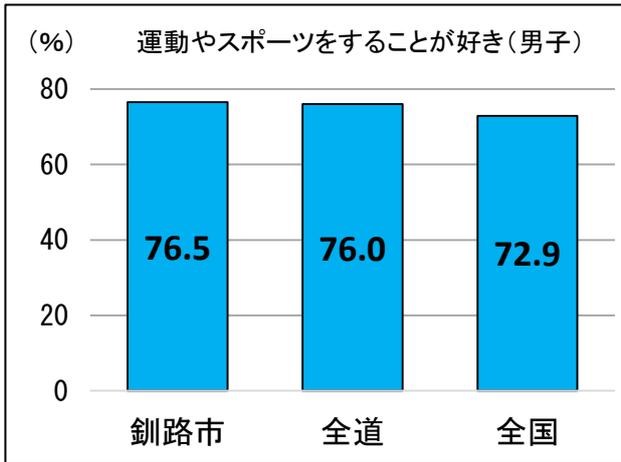
【女子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)				
	身長(cm)	体重(kg)	肥満	正常	痩身
釧路市	140.48	34.82	9.4%	88.4%	2.2%
北海道	140.80	34.89	10.0%	87.0%	3.0%
全国	140.09	34.00	7.9%	89.4%	2.7%

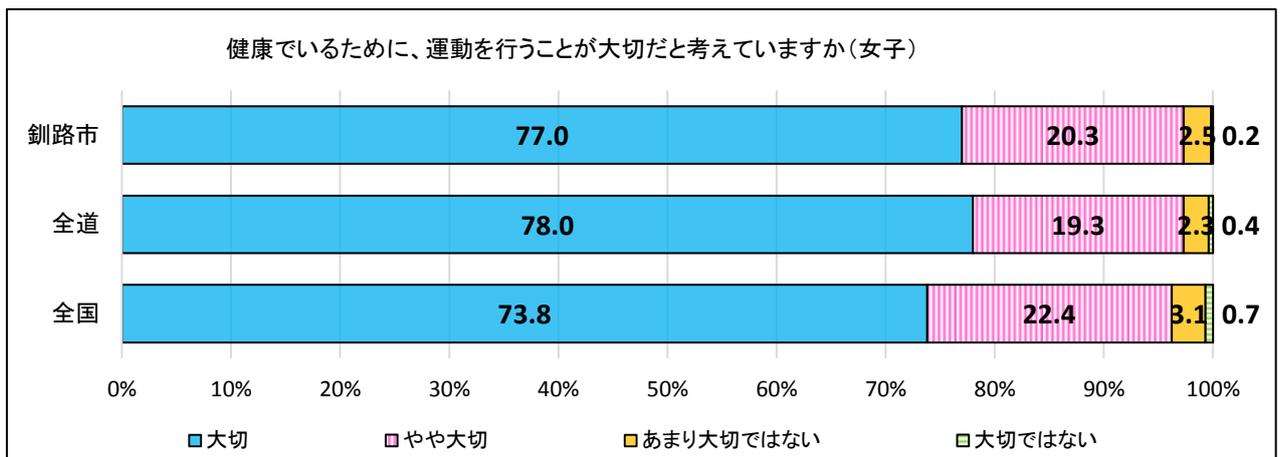
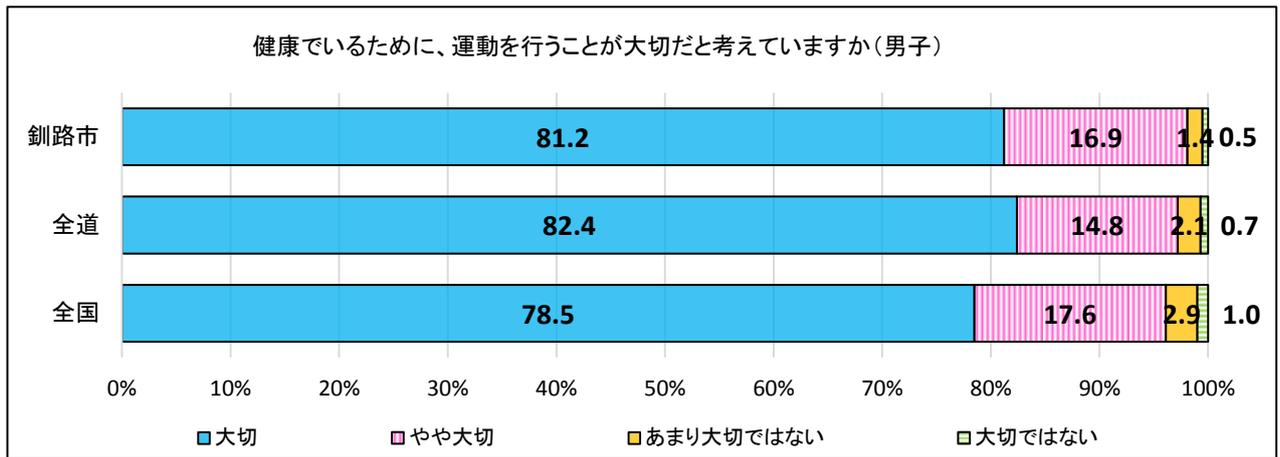
3. 小学校第5学年 児童質問紙調査

○児童質問紙の質問項目の中から、釧路市の児童の傾向があらわれているものを取り上げた。

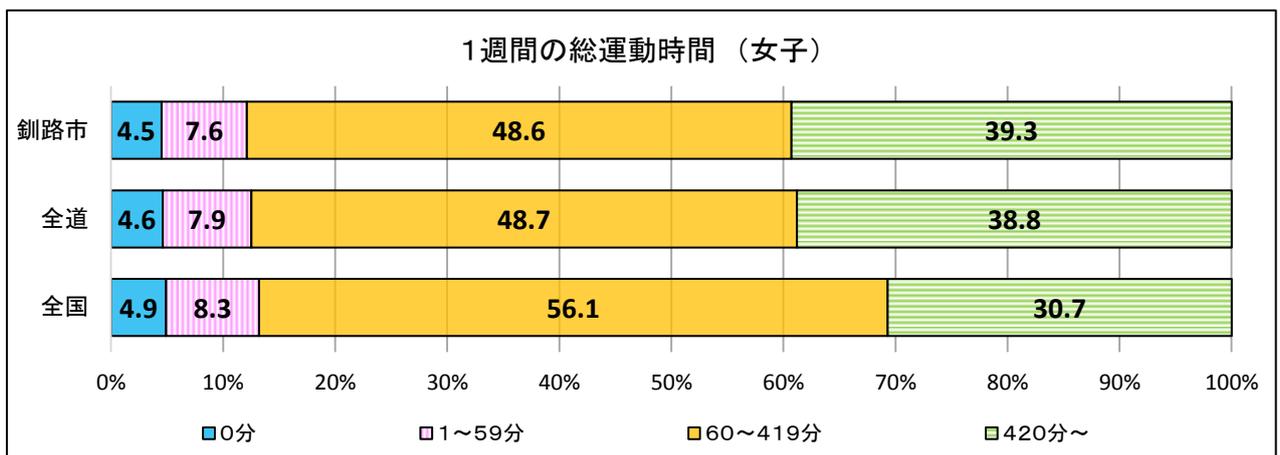
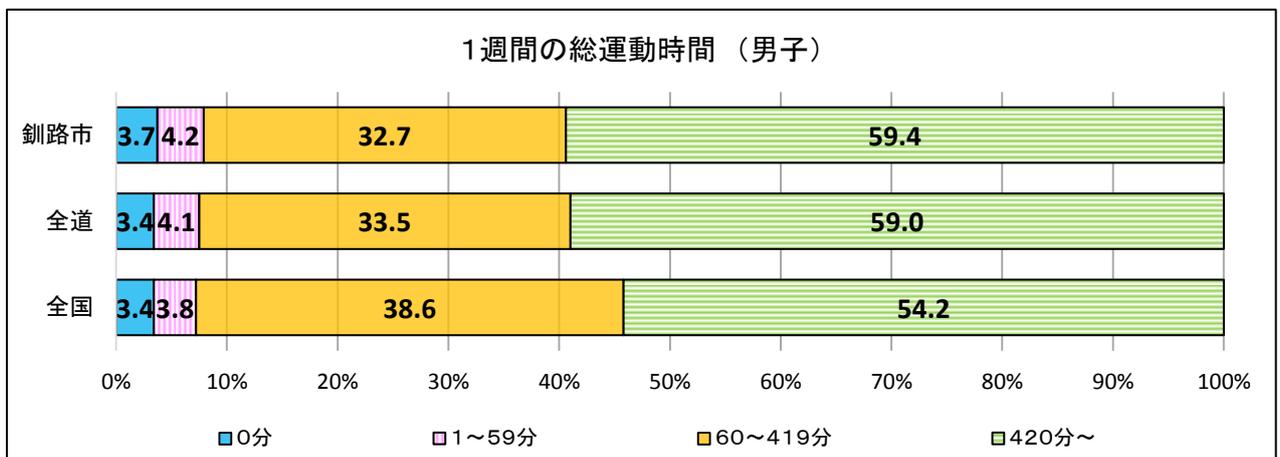
(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。



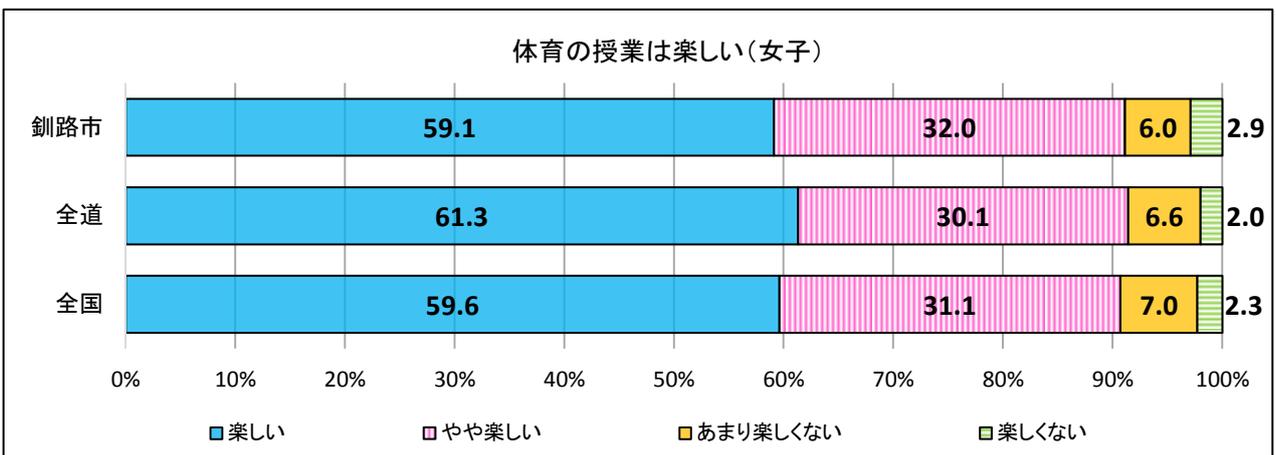
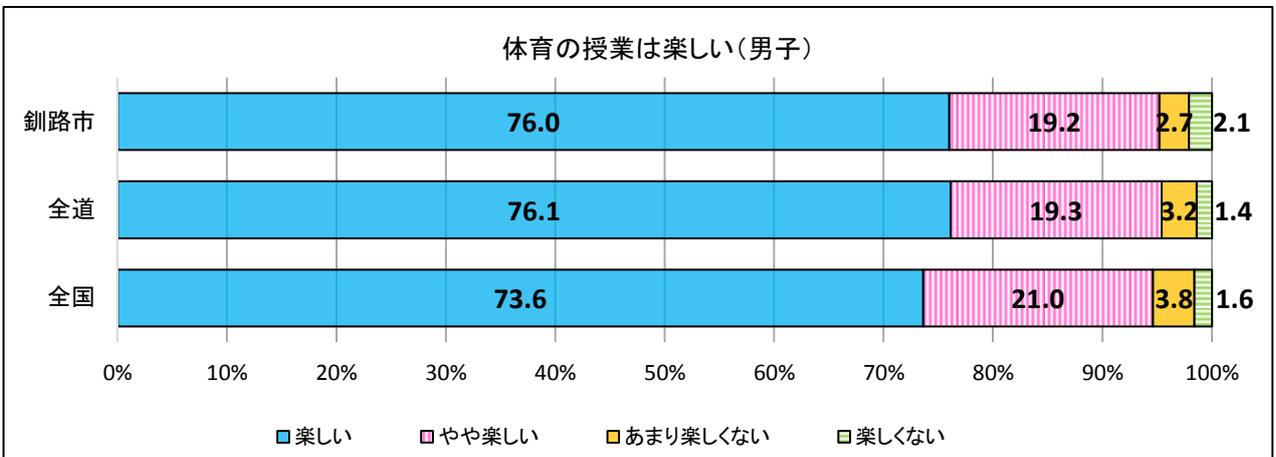
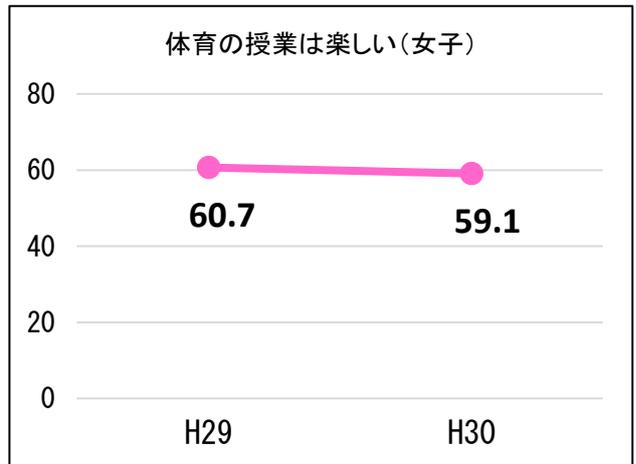
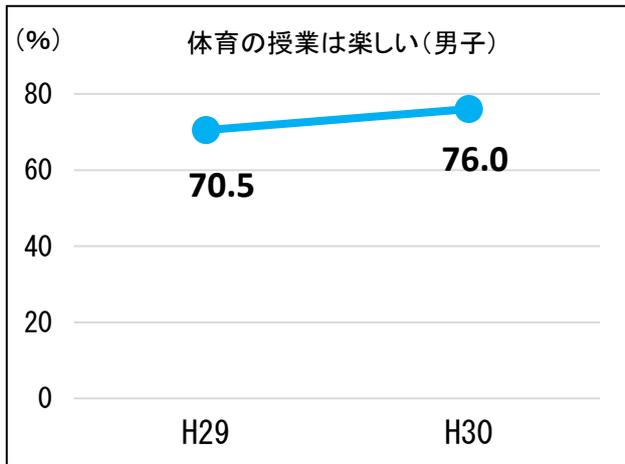
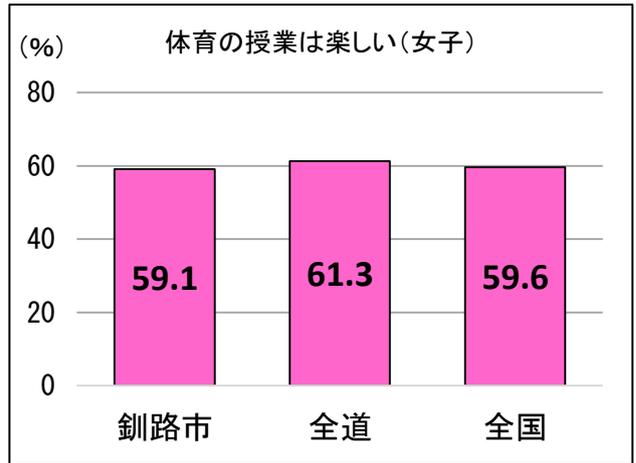
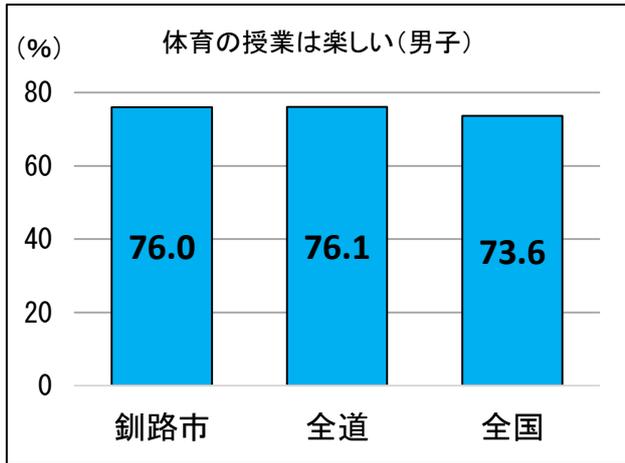
(2) あなたが健康であるために、運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか。



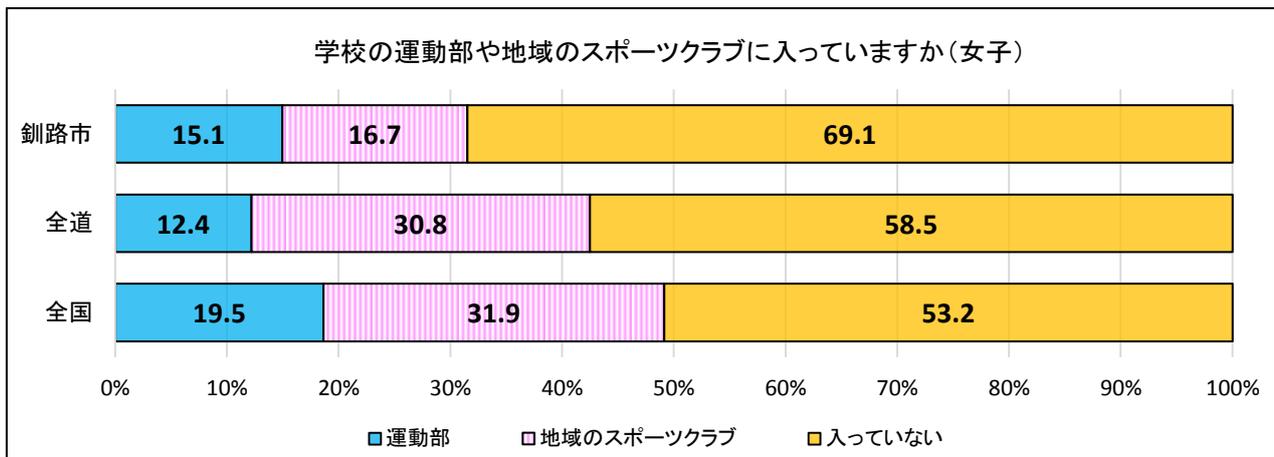
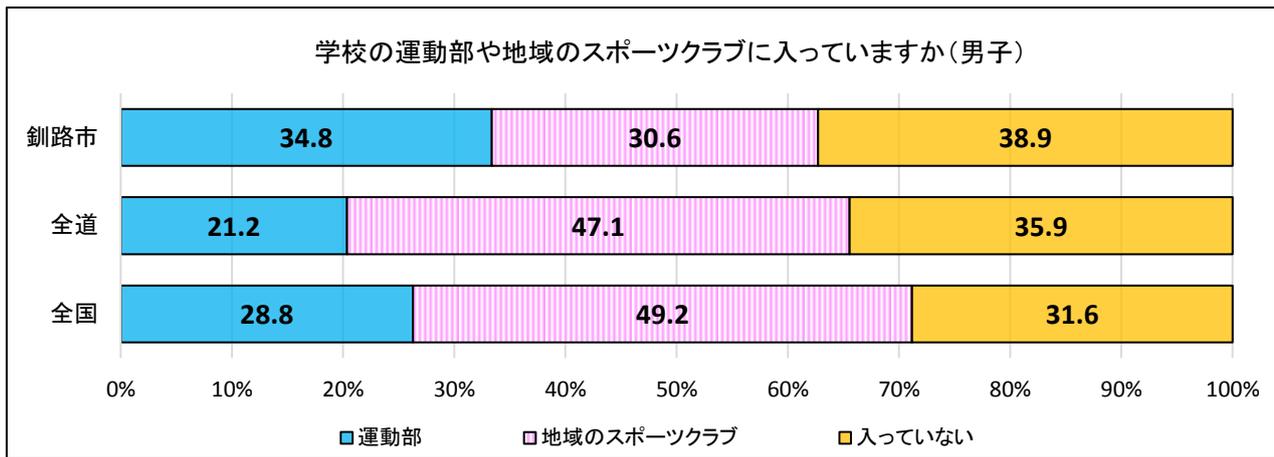
(3) 1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか。



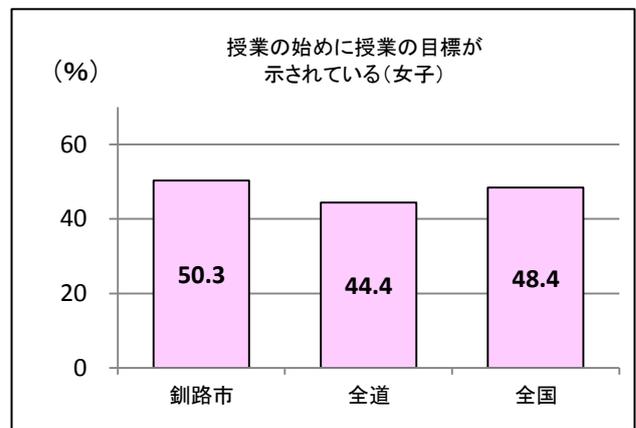
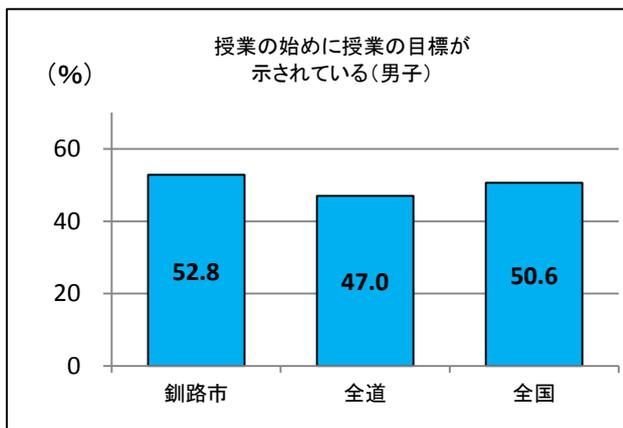
(4) 体育の授業は楽しいですか。



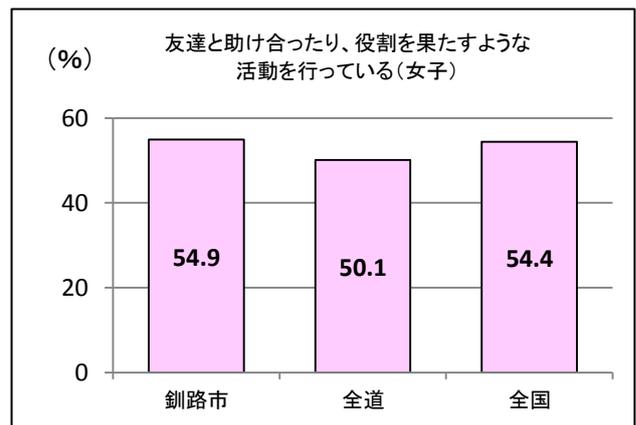
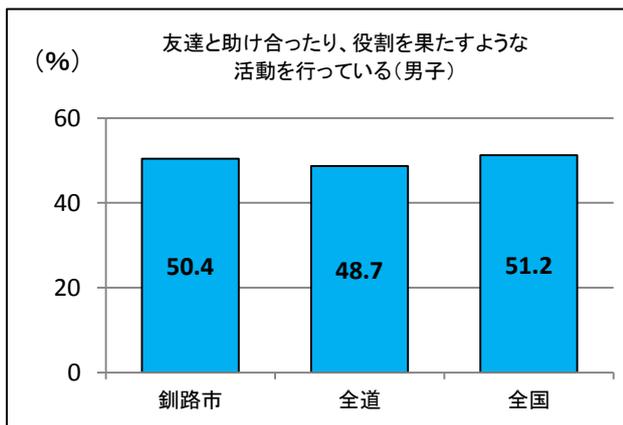
(5) 学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか。



(6) 授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



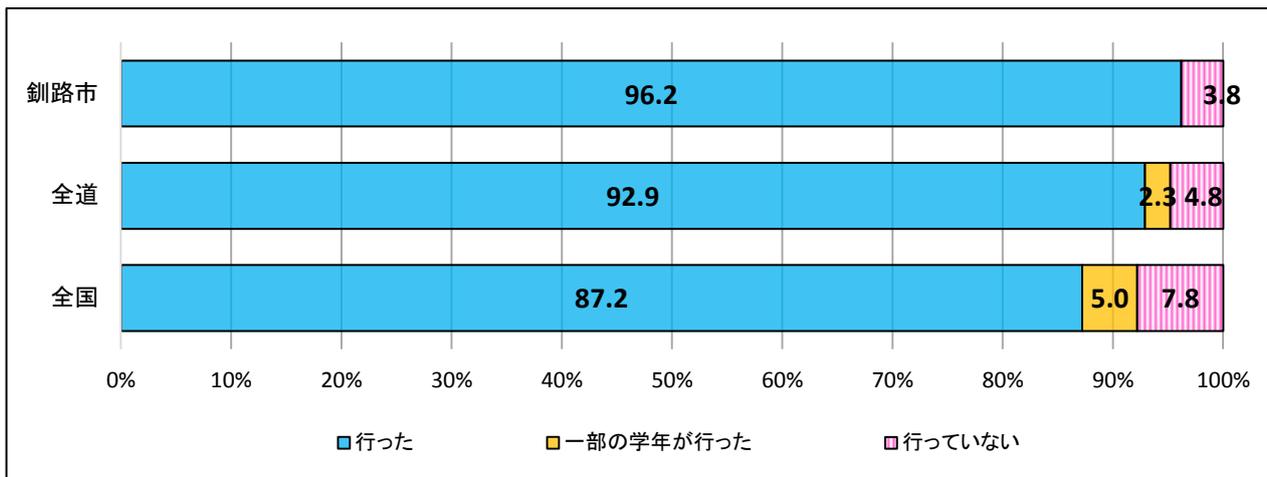
(7) 体育の授業では友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか。



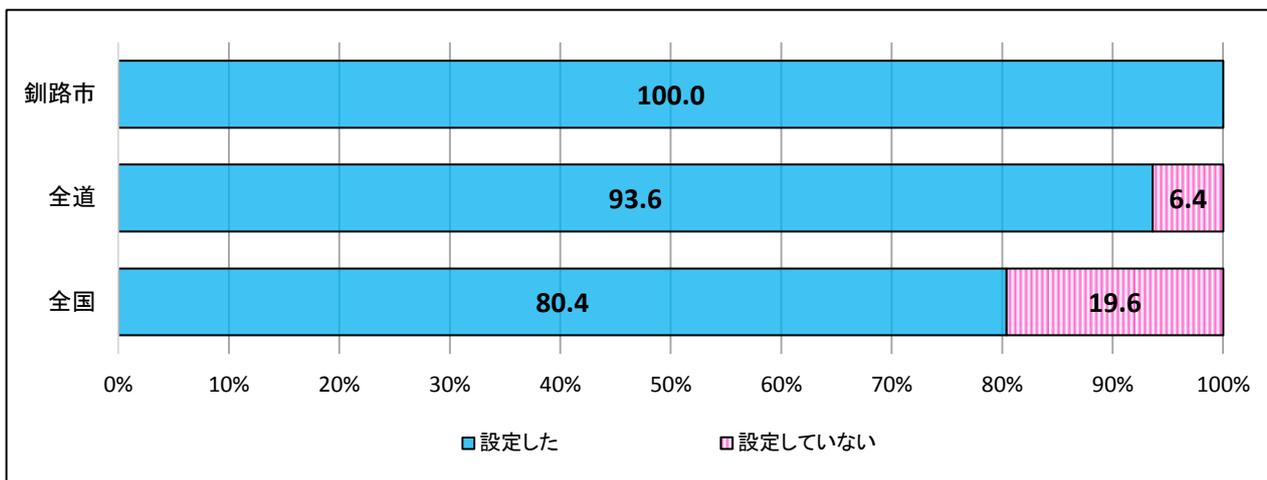
4. 小学校 第5学年学校質問紙調査

○学校の体力向上に関する取組の質問項目の中で、釧路市の状況があらわれているものを取り上げた。

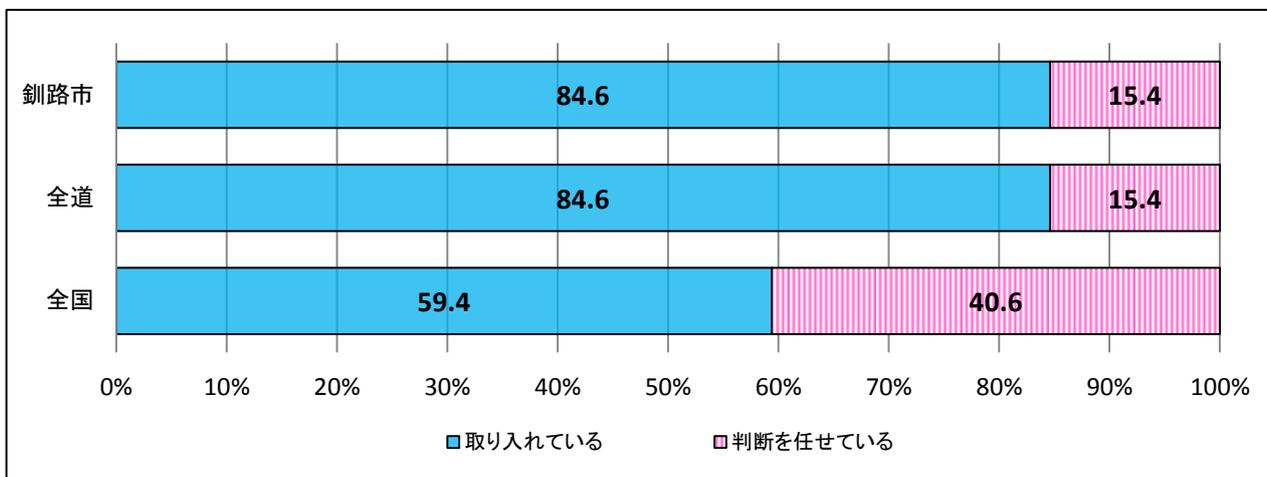
(1) 全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



(2) 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動を取り入れていますか。

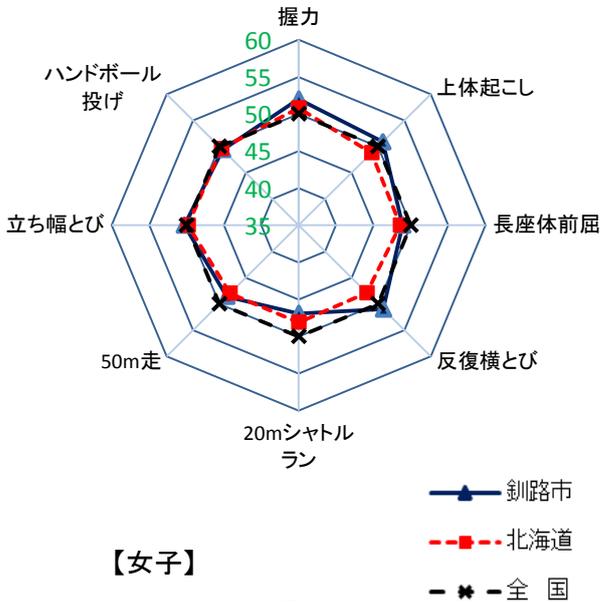


5. 中学校第2学年 実技に関する調査結果

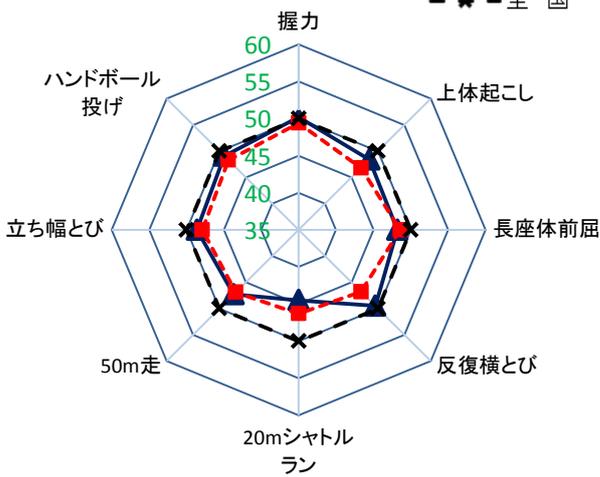
(今年度より北海道平均に札幌市を含む)

※全国を50とした時の偏差値（T得点）をレーダーチャートで表示

【男子】

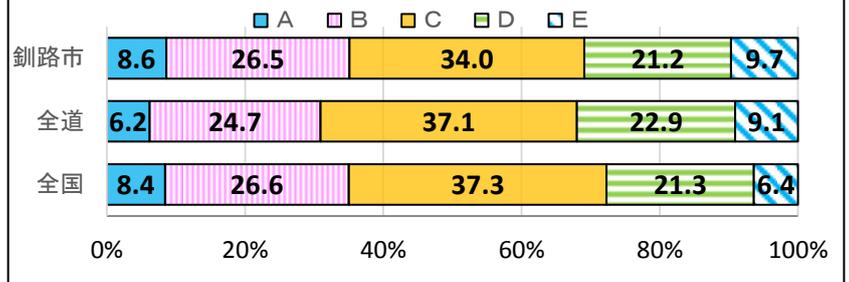


【女子】



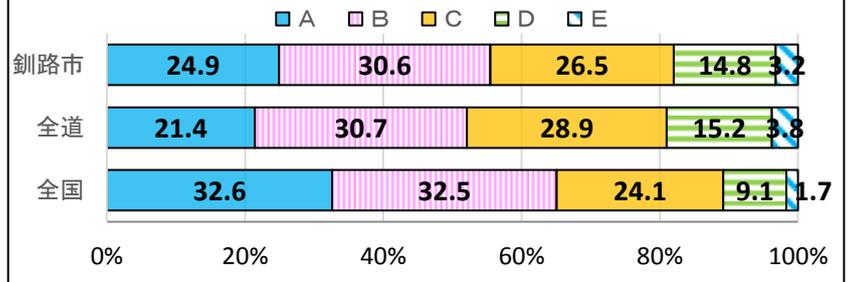
	種目別平均										体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (m)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)		
釧路市	30.29	27.94	42.32	53.03	403.46	78.42	8.11	196.50	20.21	41.94	
北海道	29.43	26.63	41.97	50.57	409.44	81.26	8.16	195.10	20.31	40.94	
全国	28.84	27.36	43.44	52.24	392.65	86.06	7.99	195.62	20.55	42.32	

総合評価の割合



	種目別平均										体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (m)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)		
釧路市	23.95	22.95	44.46	47.06	301.10	48.62	8.99	166.72	12.58	47.83	
北海道	23.60	21.98	44.81	45.19	304.65	52.33	9.02	165.18	12.26	46.82	
全国	23.87	23.87	46.22	47.37	286.85	59.87	8.78	170.26	12.98	50.61	

総合評価の割合



6. 中学校第2学年 生徒に対する調査—体格と肥満度の状況

【男子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	正常	痩身
釧路市	160.81	50.39	10.8%	87.5%	1.7%
北海道	161.36	50.36	10.0%	87.3%	2.7%
全国	160.03	48.64	7.8%	89.5%	2.7%

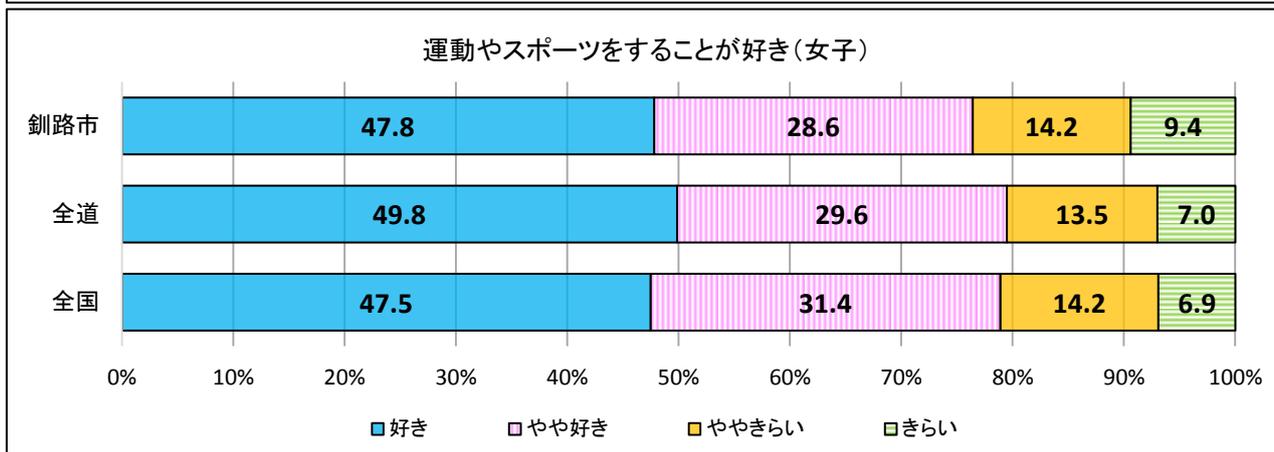
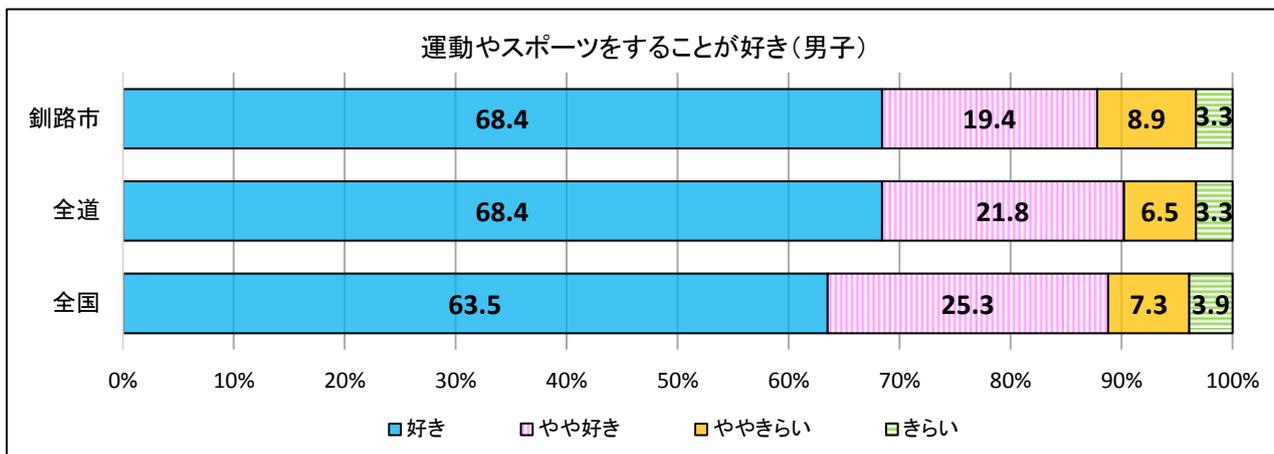
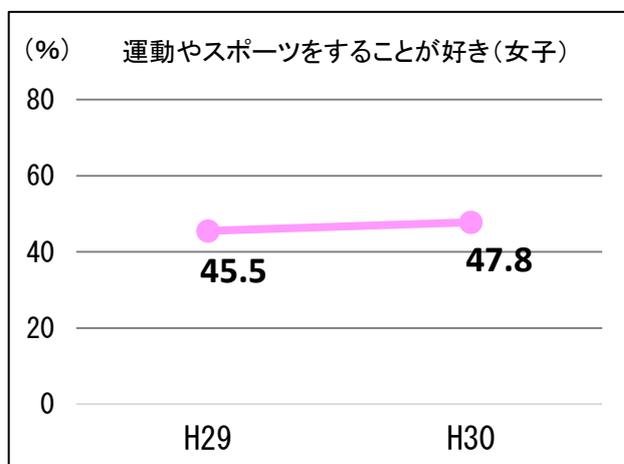
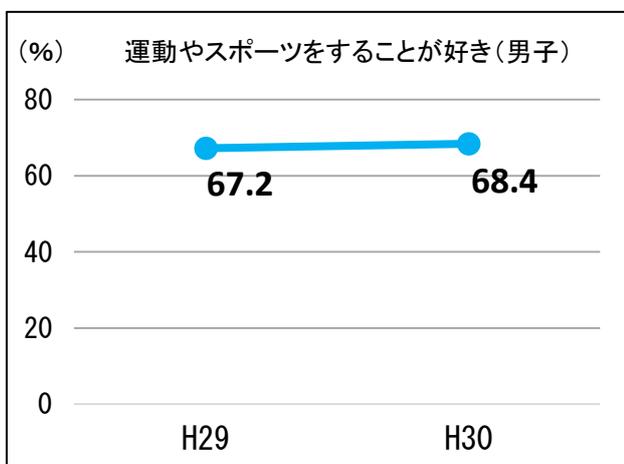
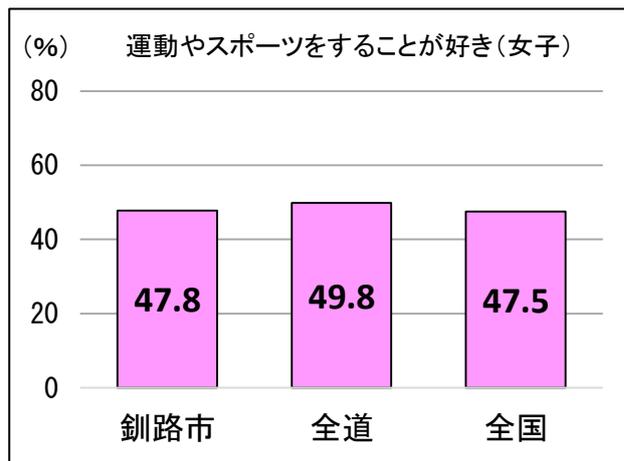
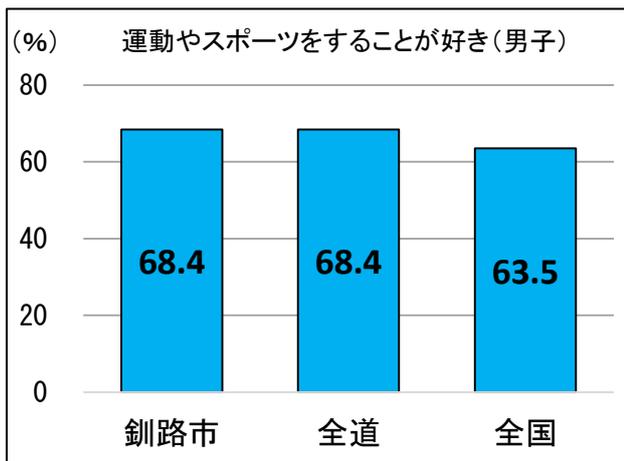
【女子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	正常	痩身
釧路市	155.35	47.02	6.0%	89.4%	4.6%
北海道	155.37	46.95	6.9%	88.6%	4.5%
全国	154.89	46.58	6.2%	89.7%	4.1%

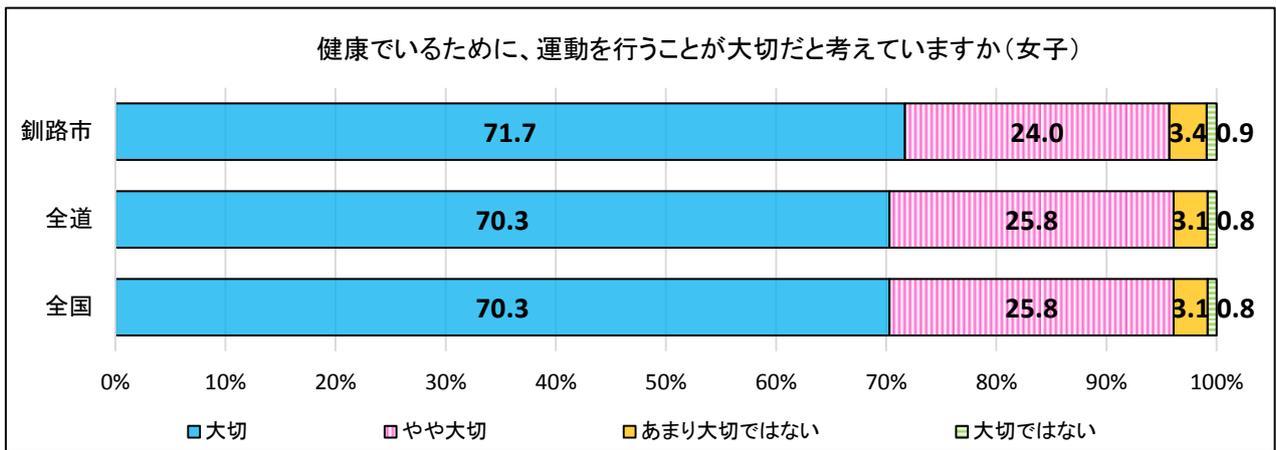
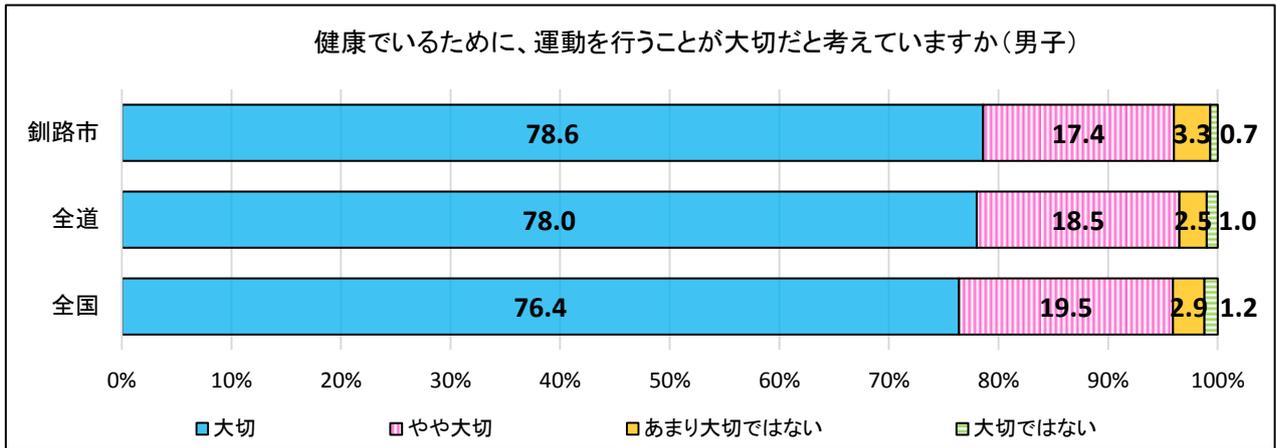
7. 中学校第2学年 生徒質問紙調査

○生徒質問紙の質問項目の中から、釧路市の子供の傾向があらわれているものを取り上げた。

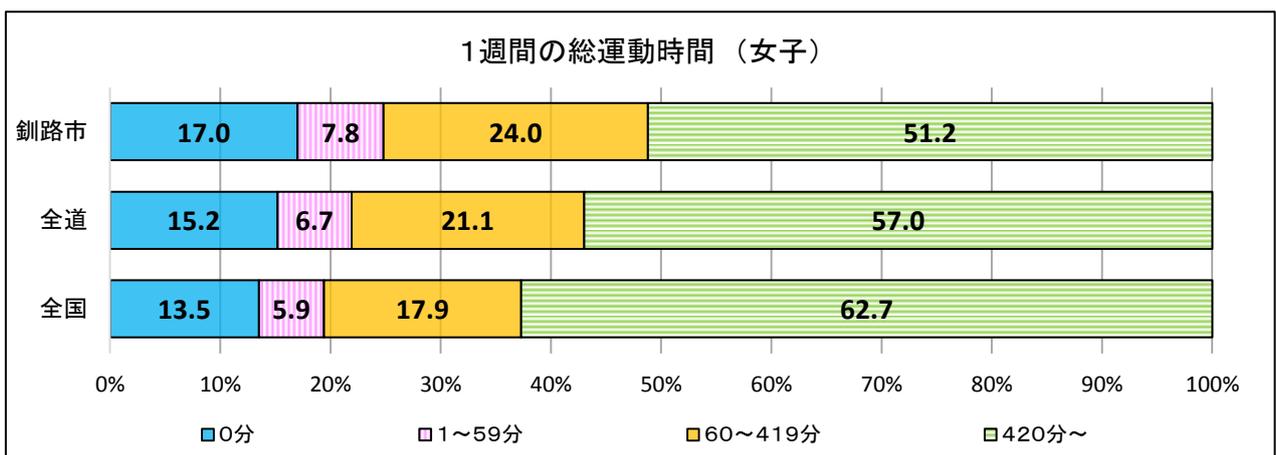
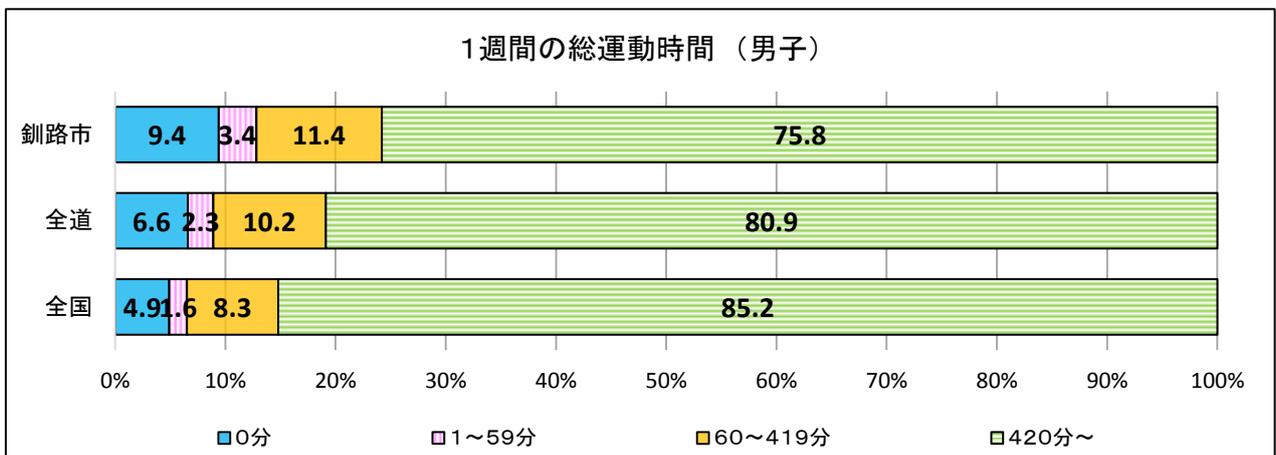
(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



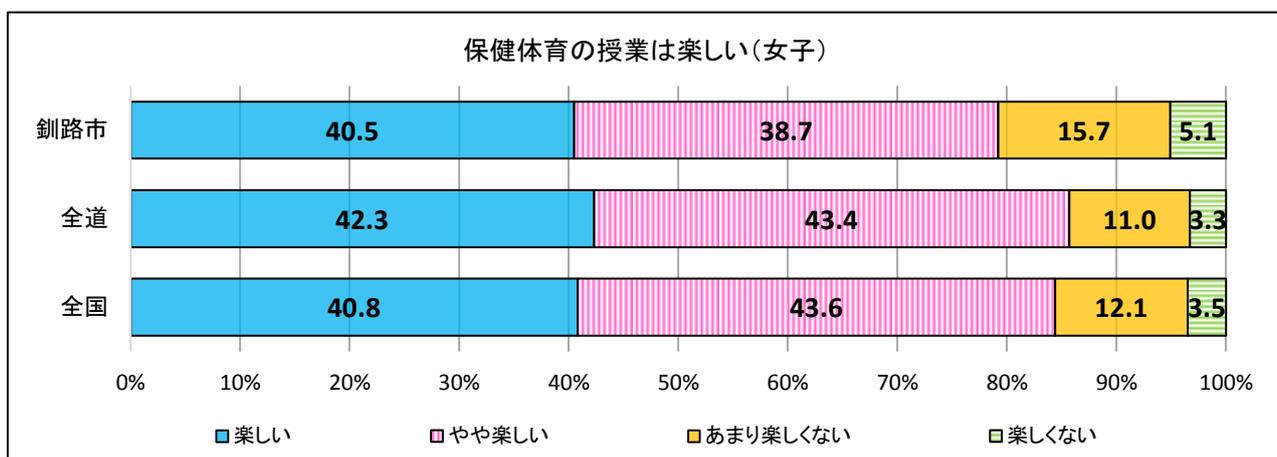
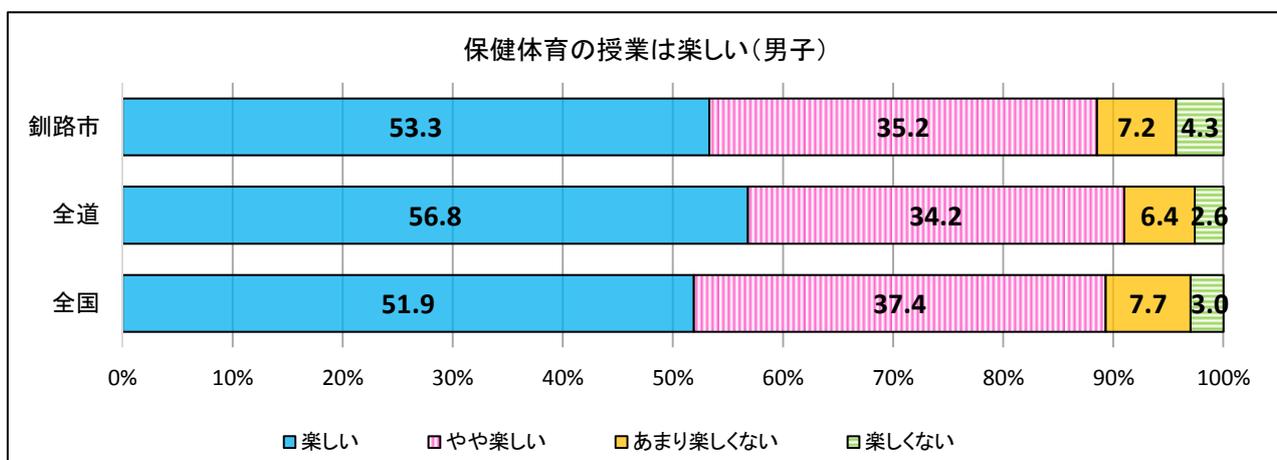
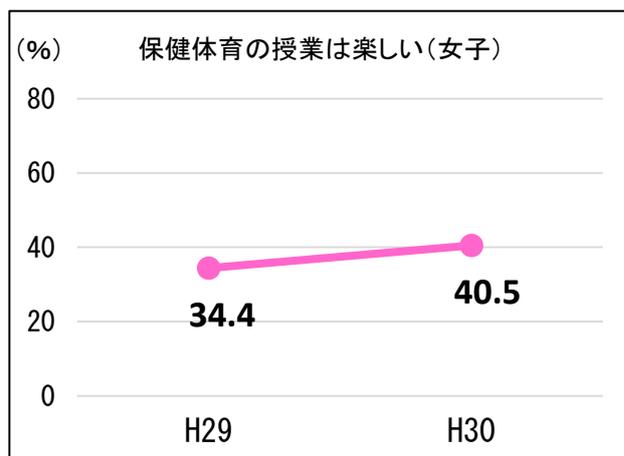
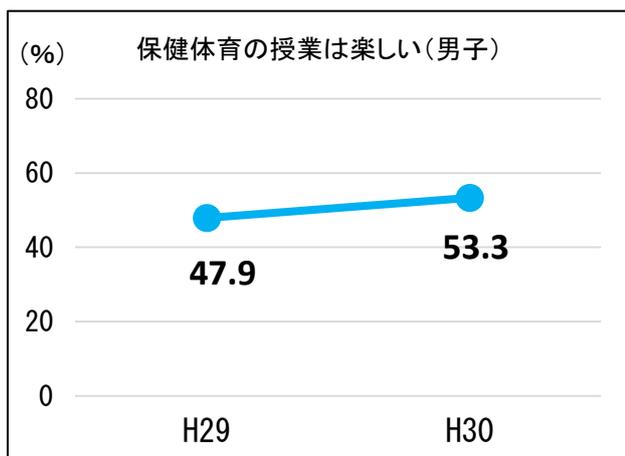
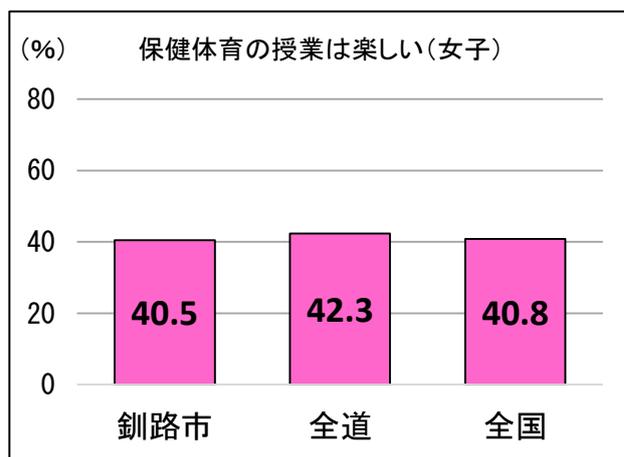
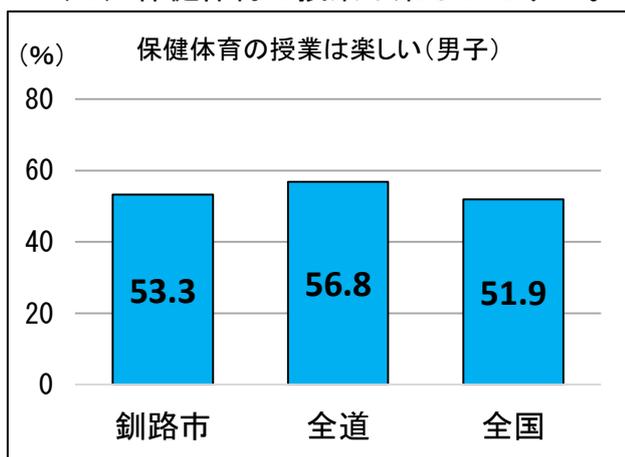
(2) あなたが健康であるために、運動を行うことはどのくらい大切だと考えていますか。



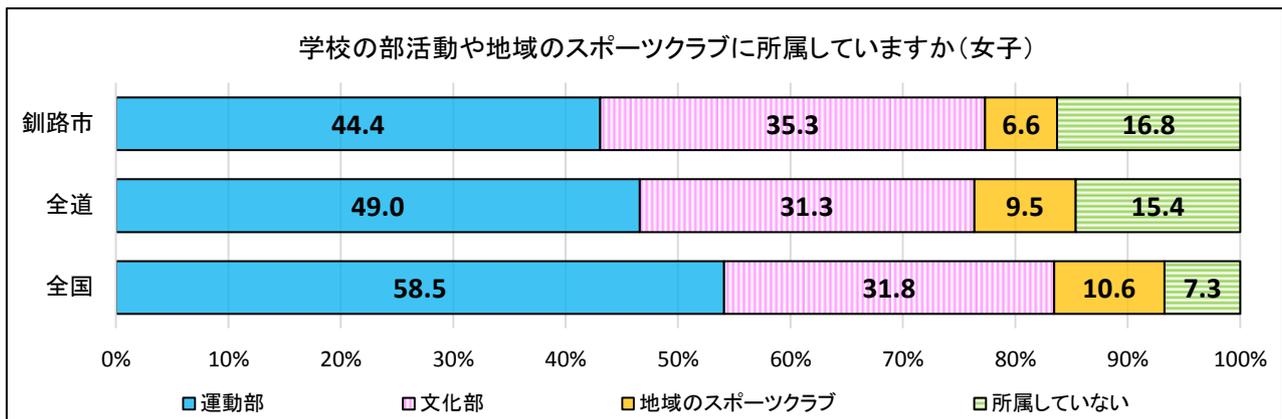
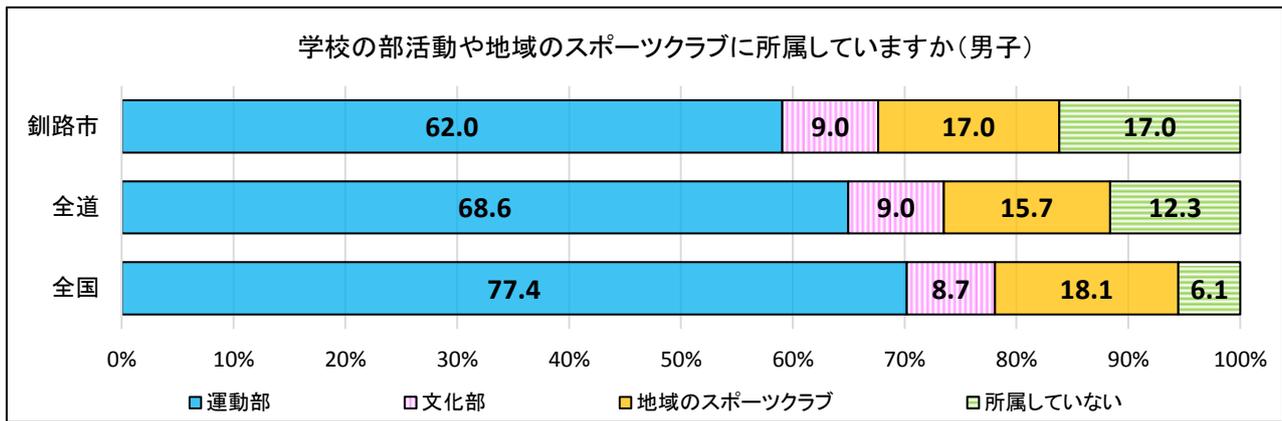
(3) 1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか。



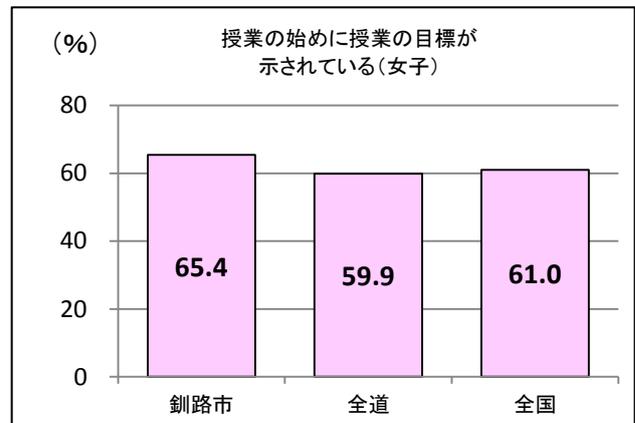
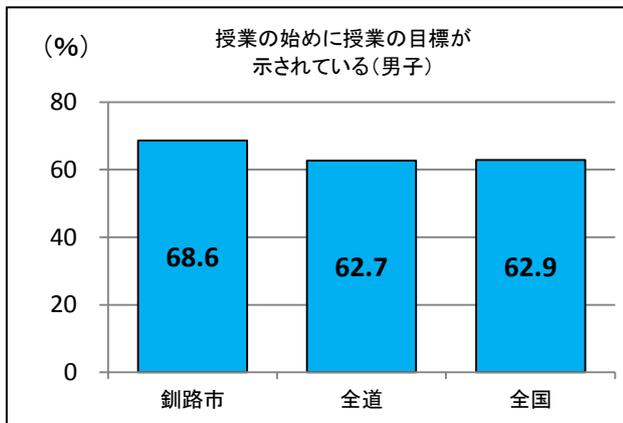
(4) 保健体育の授業は楽しいですか。



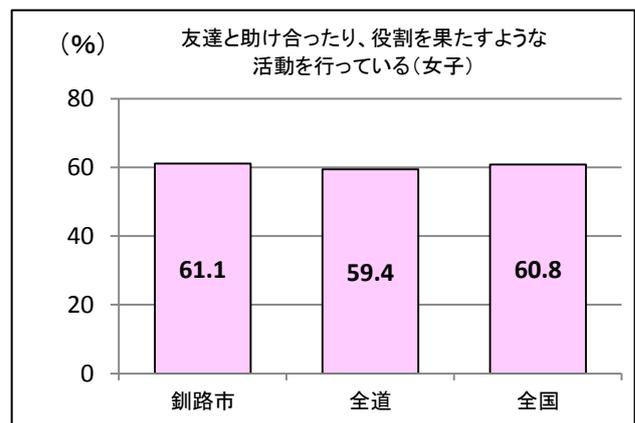
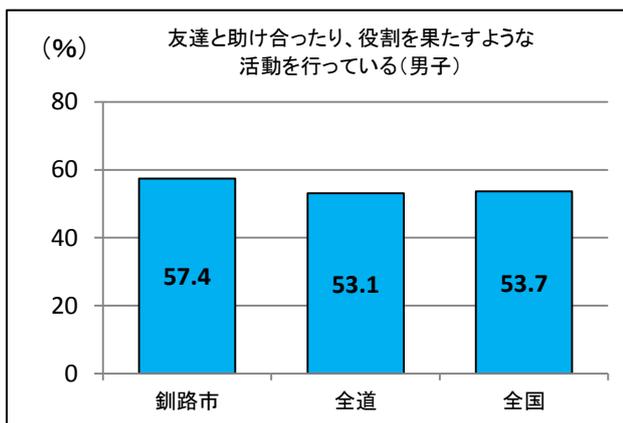
(5) 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



(6) 授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されていますか。



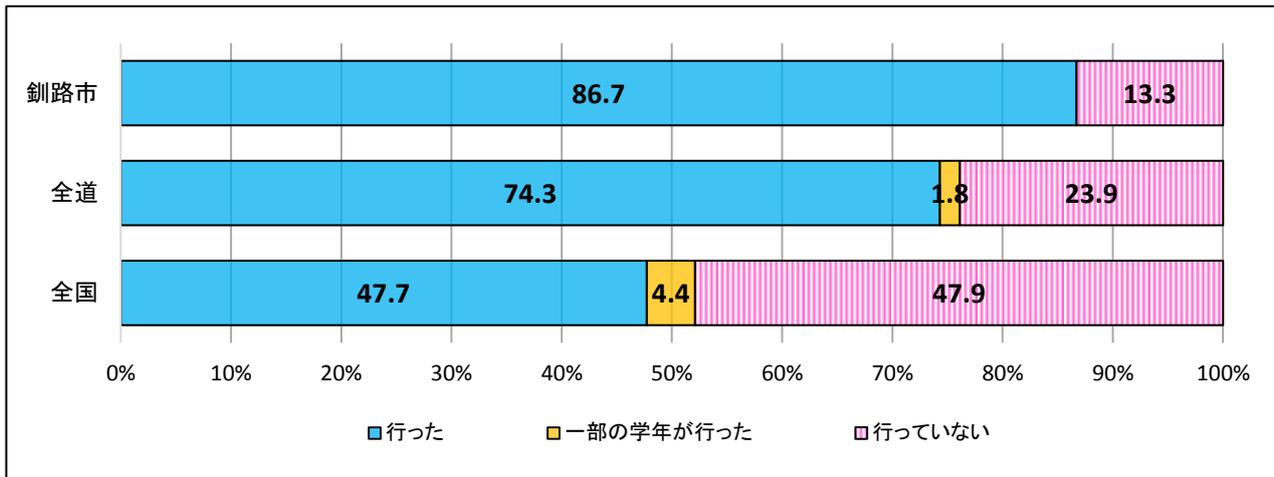
(7) 保健体育の授業では友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか。



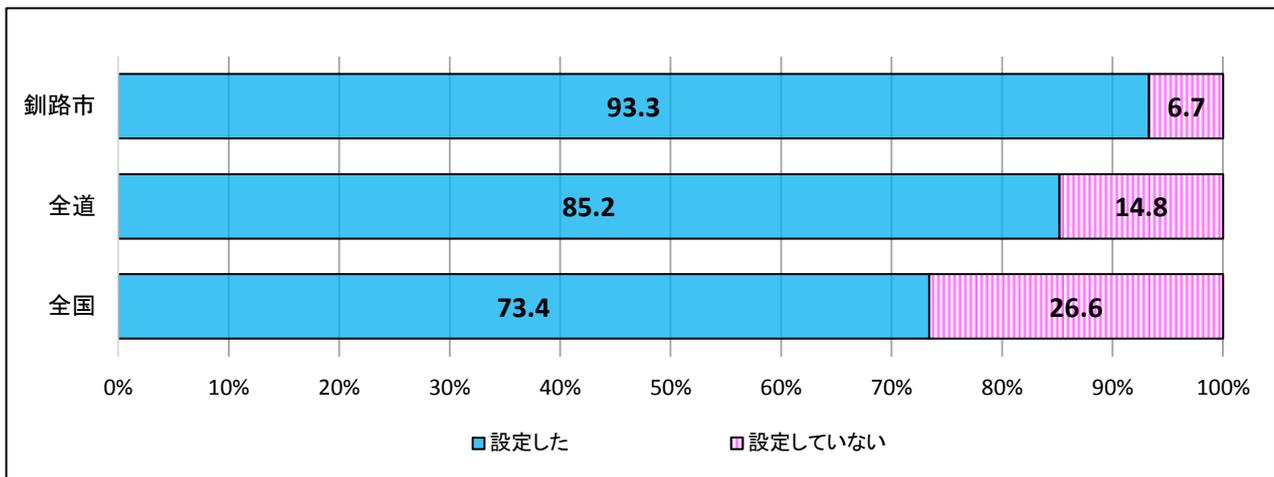
8. 中学校第2学年 学校質問紙調査

○学校の体力向上に関する取組の質問項目の中で、釧路市の状況があらわれているものを取り上げた。

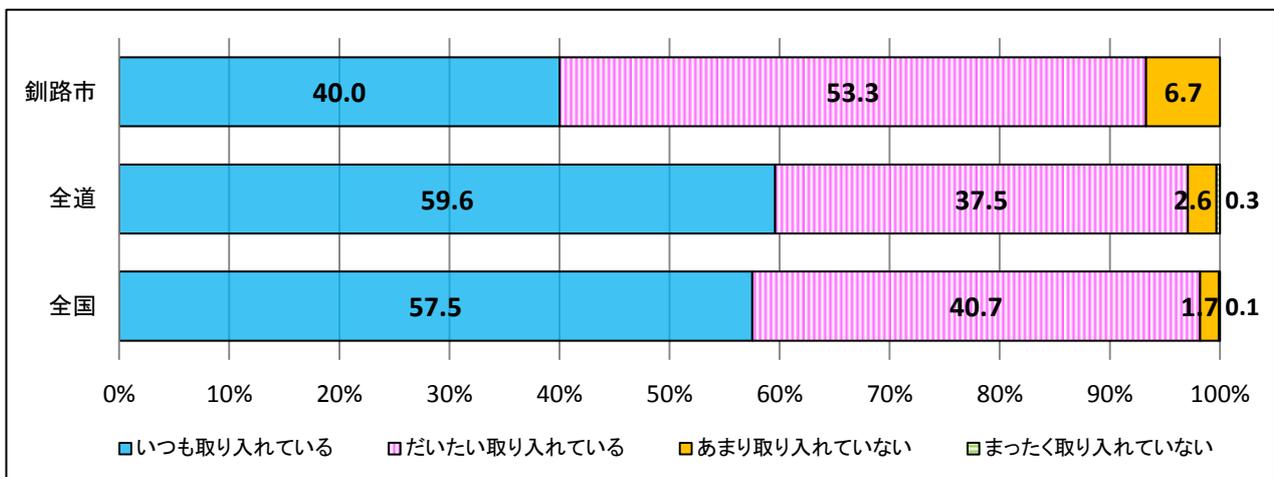
(1) 全ての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



(2) 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか。



9. 全国体力・運動能力実技に関する釧路市の平均値の経年数値

【小学校5年生男子】

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 (m)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
H29年度	16.75	20.87	32.04	43.90	51.17	9.66	151.69	21.92	53.86
H30年度	17.79	21.07	33.00	44.35	52.28	9.52	153.05	22.66	55.26
前年度比	+1.04	+0.20	+0.96	+0.45	+1.11	-0.14	+1.36	+0.74	+1.40

【小学校5年生女子】

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 (m)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
H29年度	16.55	19.65	37.53	41.86	40.91	9.81	146.47	13.51	56.06
H30年度	17.05	19.78	36.77	41.81	40.05	9.78	145.67	13.56	55.84
前年度比	+0.50	+0.13	-0.76	-0.05	-0.86	-0.03	-0.80	+0.05	-0.22

【中学校2年生男子】

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)	持久走 (秒)	20m シャトルラン	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	体力合計点
H29年度	30.02	27.57	41.18	52.31	396.73	74.51	8.18	196.03	19.83	40.68
H30年度	30.29	27.94	42.32	53.03	403.46	78.42	8.11	196.50	20.21	41.94
前年度比	+0.27	+0.37	+1.14	+0.72	+6.73	+3.91	-0.07	+0.47	+0.38	+1.26

【中学校2年生女子】

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)	持久走 (秒)	20m シャトルラン	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	体力合計点
H29年度	23.30	22.40	44.63	45.79	304.31	43.36	9.06	162.41	11.71	45.21
H30年度	23.95	22.95	44.46	47.06	301.10	48.62	8.99	166.72	12.58	47.83
前年度比	+0.65	+0.55	-0.17	+1.27	-3.21	+5.26	-0.07	+4.31	+0.87	+2.62

10. 児童生徒質問紙 体格に関する釧路市の平均値の経年数値

【小学校5年生】

小学生	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	正常	痩身
H29男子	139.47	35.61	17.0%	80.9%	2.1%
H30男子	139.41	35.87	17.3%	81.3%	1.4%
H29女子	140.04	34.49	10.8%	86.6%	2.6%
H30女子	140.48	34.82	9.4%	88.4%	2.2%

【中学校2年生】

中学生	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	正常	痩身
H29男子	161.11	50.47	9.9%	87.8%	2.3%
H30男子	160.81	50.39	10.8%	87.5%	1.7%
H29女子	155.21	47.75	8.7%	87.4%	3.9%
H30女子	155.35	47.02	6.0%	89.4%	4.6%

11. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のまとめ

今年度の調査結果から、釧路市の児童生徒の体力・運動能力は、昨年度に比べ引き続き改善が見られ、小学校男女と中学校男子の体力合計点において全国平均とほぼ同水準の結果となった。特に、小学校男子においては全国平均を上回った。また、中学校女子は全国平均に比べ体力合計点がやや低いが、3年前の小学5年生時の同一集団の結果に比べ改善が見られる。

体格の調査では、身長と体重において、全国平均と同水準の結果となった。また、昨年度に比べ、女子の肥満傾向児の出現率は低下傾向にあるが、全国平均との比較においては、小学校男女と中学校男子は、肥満傾向児の出現率が高い傾向が見られる。

- ① 小学校の実技調査の結果では、男女とも握力、上体起こし、反復横とびの3種目で全国平均を上回った。さらに、男子は20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げにおいても全国平均を上回った。
また、体力合計点においては、男子は全国平均を上回っているほか、女子も全国平均に比べ-0.06ポイントにあり、全国平均同様の水準に改善されている。
- ② 中学校の実技調査の結果では、男女とも握力が全国平均を上回った。さらに、男子は上体起こし、反復横とび、立ち幅とびにおいても全国平均を上回った。
また、体力合計点においては男女ともに全国平均よりやや低い傾向にあるが、3年前の小学5年生時の同一集団の結果に比べて改善されている。
- ③ 小学校では、男女ともに長座体前屈、50m走が全国平均をやや下回っているほか、女子は20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げが全国平均をやや下回っているが、いずれも差は微小であり、これまで課題となっていた走運動に関わる瞬発力や持久力も改善の傾向にある。
- ④ 中学校では、男子は長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げが全国平均を下回っているほか、女子は握力以外のすべての種目で全国平均を下回った。男女ともに特に20mシャトルランの結果が顕著に低く、走運動に関わる持久力が低い傾向にある。
- ⑤ 小学校の体格の調査では、男子の身長・体重、女子の体重の項目で全国平均を上回っている。
また、北海道の肥満傾向児の出現率は全国の中でも高い状況であるが、本市の男子は特に肥満傾向児の出現率が高い傾向にある。
- ⑥ 中学校の体格の調査では、男女ともに身長・体重の項目で全国平均を上回っている。また、男子の肥満傾向児の出現率は全国平均より高く、やや肥満傾向にある。
- ⑦ 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることが好きと回答している割合は、小学校と中学校いずれにおいても全国平均を上回っている。
- ⑧ 健康のために運動を行うことが大切だと回答している割合は、小学校と中学校いずれにおいても全国平均を上回っている。
- ⑨ 小学校での1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は、まったく運動しないと回答した割合が男子で全国平均を超えている。また、420分以上運動をしていると回答した割合は、男女とも全国平均を上回っている。
- ⑩ 中学校での1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は、まったく運動しないと回答した割合が男女とも全国平均を超えている。また、小学校とは対比的に420分以上の運動をしていると回答した割合は、男女とも全国平均を下回っている。
- ⑪ 体育・保健体育の授業は楽しいと回答している割合は、小学校男子と中学校男子では全国平均を上回っているが、小学校女子と中学校女子は全国平均をやや下回っている。
- ⑫ 学校の運動・部活動や地域のスポーツクラブへの所属については、入っていない（所属していない）と回答した児童生徒が小・中学校ともに全国平均を超えている。
- ⑬ 授業の始めに、授業の目標（目当て・ねらい）が示されていると回答した児童生徒の割合は小・中学校ともに全国平均を上回っている。

- ⑭ 体育・保健体育の授業では、友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っているという回答した児童生徒の割合は、小学校では女子が全国平均を上回っており、中学校では男女ともに上回っている。
- ⑮ 学校質問紙調査において、すべての児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った学校の割合は、小・中学校ともに全国平均を上回っている。
- ⑯ 学校質問紙調査において、児童生徒の体力・運動能力の向上のための目標を設定した学校の割合は、小・中学校ともに全国平均を上回っている。
- ⑰ 学校質問紙調査において、授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動をいつも取り入れている小学校の割合は、全国平均を上回っている。
- ⑱ 学校質問紙調査において、授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動をいつも取り入れている中学校の割合は、全国平均を下回っている。

生涯にわたって自己の健康を保持増進し、明るく豊かな生活を営むためには、その基盤である体力や心身の健康に関する知識を身に付けるとともに、より良い生活習慣づくりが大切である。特に心と体が大きく成長するこの時期に運動習慣を確立することは、子供たちの未来に向けた大きな財産となる。

今年度の体力・運動能力の調査結果では、釧路市の子供たちの体力・運動能力が引き続き改善傾向にあり、全国平均に近い水準の結果となった。

また、健康に生活するためには運動を行うことが大切であると理解している割合も高くなっていることから、体育・保健体育の授業改善や運動時間を確保する各学校の地道な取組の成果が表れてきているものと考えられる。

しかし、総じて体力の合計点に関しては改善されてきているものの、特に中学校の全身持久力については、これまで同様に課題となっている。中学校における、保健体育の授業以外に運動やスポーツに取り組む時間の調査では、運動を全くしないと回答している生徒の割合が、全国平均や小学校の結果と比べて高い実態が見られることから、中学校進学後の生活習慣や運動習慣のあり方が体力・運動能力の発達に影響していることが推測される。

さらに、学校の運動部やスポーツクラブに所属していない児童生徒の割合は、小・中学校ともに全国平均と比べて高く、よく運動をしている子供としていない子供の二極化の傾向が引き続き見られる。

今後も、子供たちの体力・運動能力の向上には、運動習慣と健康に対する理解はもとより、運動時間を確保し、運動することの楽しさや喜びを味わう機会の創出が求められる。

体育・保健体育の授業においては、子供たちが運動の魅力に十分に触れる機会を生み出すとともに、授業以外の時間にも、日常の中から運動習慣を確立するための学校・家庭・地域全体の取組を進めることが引き続き重要な課題である。