

「平成30年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」及び 「平成30年度 横浜市立小中学校児童生徒体力・運動能力調査」の結果

市立小中学校、義務教育学校の全児童生徒を対象に、平成30年4月から7月に体力・運動能力調査を実施し、児童生徒の健康・体力に関する状況を分析・検討しました。本市児童生徒の健康や体力の現状を把握し、体力の向上と健康の保持増進に向けた今後の教育活動の改善に役立てます。

【調査の概要】

平成30年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（全国調査）

児童生徒の体力向上に関わる施策の成果と課題の検証、改善、学校における体育、健康に関する指導の改善を目的に実施。

- 1 実施対象 ・市立小中学校の全小学校第5学年及び全中学校第2学年(義務教育学校第5学年及び第8学年)
- 2 調査内容 ・実技に関する調査（新体力テストを実施）
・質問紙調査（学校質問紙、児童生徒質問紙）（全国独自調査）
- 3 標本数 ・小学校及び義務教育学校前期課程 約2万8千人（男子 約1万4千人、女子 約1万4千人）
・中学校及び義務教育学校後期課程 約2万1千人（男子 約1万1千人、女子 約1万人）

平成30年度 横浜市立小中学校児童生徒体力・運動能力調査（横浜市調査）

横浜市児童生徒の体格や運動能力及び生活実態の現状を明らかにし、学校体育指導及び学校体育行政上に必要な基礎資料とすることを目的に実施。

- 1 実施対象 ・市立小中学校及び義務教育学校全児童生徒
- 2 調査内容 ・実技に関する調査（新体力テストを実施） ※ 全国調査と同じ
・生活実態調査
- 3 標本数 ・小学校及び義務教育学校前期課程 約14万8千人（男子 約7万5千人、女子 約7万3千人）
・中学校及び義務教育学校後期課程 約6万人（男子 約3万人、女子 約3万人）

1 横浜市の児童生徒の体力の概況

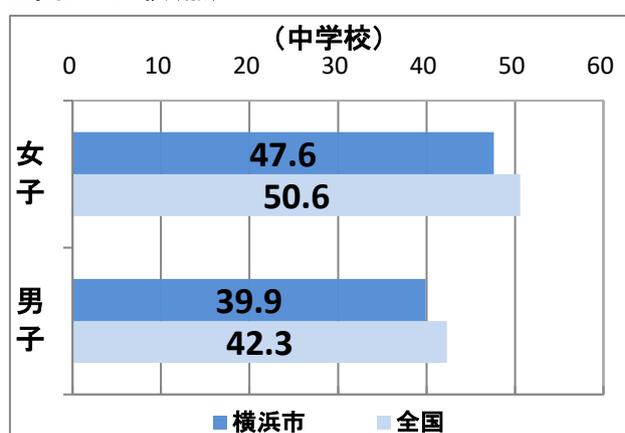
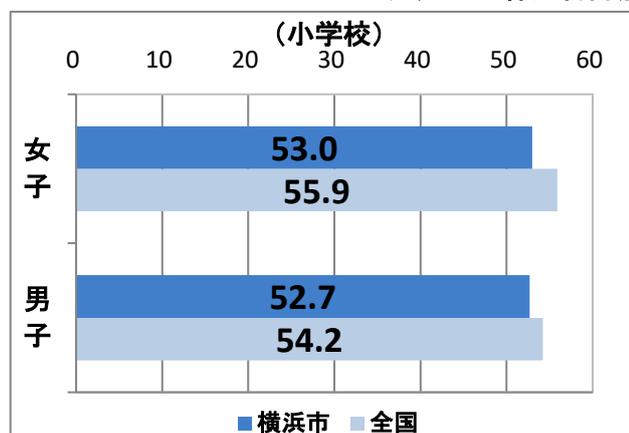
(1) 体力合計点

・体力合計点※を全国と比べると、全国平均より下回っている。

※体力合計点：新体力テストの各種目の測定値を種目別得点表(学校種、男女で異なる)にあてはめ、10段階で得点化し、合計した数値。

<グラフ1> 体力合計点の全国との比較(点)

【全国調査から】

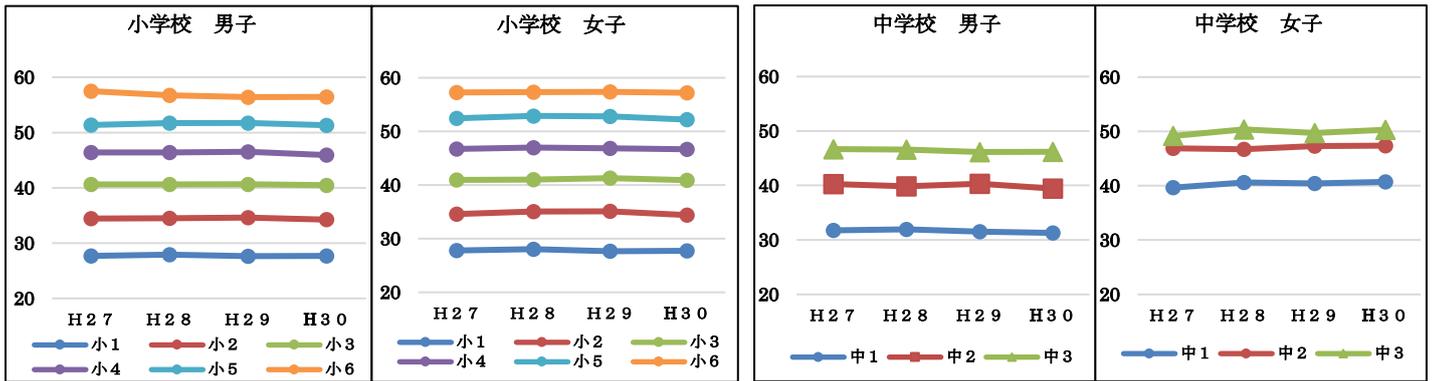


※体力合計点を各種目の運動能力で分析すると、全国に比べ最も低い状況にあるのは、小・中学校ともに敏捷性であり、最も全国平均に近い状況にあるのは、小学校では柔軟性と筋力・筋持久力、中学校では全身持久力である。

・体力合計点の経年変化を見た場合はほぼ横ばいである。

＜グラフ2＞体力合計点の推移(点)

【横浜市調査から】



(2) 体格

- ・肥満度を全国と比べると、「肥満」が少なく、「やせ」が多い傾向にある。
- ・体力合計点と肥満度の相関を見ると、「普通」の児童生徒の合計点が最も高く、「高度肥満」「高度やせ」に近づくほど、体力合計点が低くなる傾向が見られる。

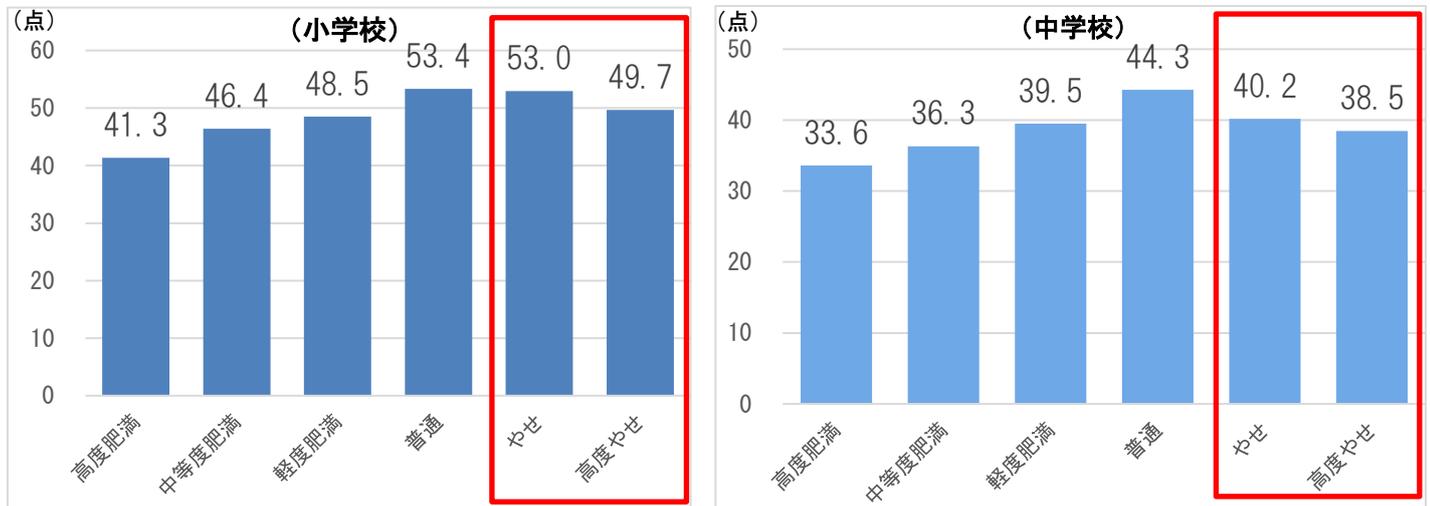
＜表1＞ 児童生徒の体格(%)

【全国調査から】

	(小学校)					(中学校)	
	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	普通	やせ	高度やせ	
全国	0.8	3.6	4.9	88.1	2.6	0.1	
横浜市	0.6	2.8	4.2	88.8	3.6	0.2	

＜グラフ3＞体力合計点と肥満度の相関

【全国調査から】



2 体力向上への取組から見た状況

本市では、児童生徒の体力向上を目指した推進計画である「体力アップ2020プラン」（平成22年策定、平成28年見直し）に基づき、「運動機会の確保」「生活習慣の改善」「教員の指導力向上」を基本方針として、取組を進めている。

また、「横浜教育ビジョン2030」の具現化に向けたアクションプランとして、今後5年間で進める施策や取組をまとめた「第3期横浜市教育振興基本計画」では、指標として「一週間の総運動時間（体育の授業を除く）が7時間未満の児童生徒の割合」を小学校は56%、中学校は25%にすると設定している。

(1) 「運動機会の確保」

ア 運動の実施状況

- ・小学校、中学校ともに、体育、保健体育の授業を除く、一週間の総運動時間が7時間未満と答えた児童生徒の割合は、全国と比べて3ポイント程度多く、昨年度と比べると同程度となっている。

<表2>一週間の総運動時間（体育、保健体育の授業を除く）が7時間未満の児童生徒の割合（%）【全国調査から】

小学校	29年度	30年度	中学校	29年度	30年度
全国	55.1	57.6	全国	25.5	26.1
横浜市	58.1	59.0	横浜市	28.4	28.9

イ 各学校での体力向上への取組

- ・本市では、各学校の特色に応じた体力向上の取組として「1校1実践運動」*を行っている。
※「1校1実践運動」：各学校が作成している学校全体の体育・健康に関する指導の全体計画である「体育・健康プラン」の一部。各校の特色を踏まえ、設定している体力向上への取組のこと。
- ・小学校で、始業前や休み時間等を使って体力向上への取組を実施している学校の割合が、全国よりも多く、90%を超える。
- ・中学校で、学校全体の体力・運動能力の目標を設定し、取り組んでいる学校の割合が、全国よりも多く、80%を超える。
- ・取組の実施場面としては、小学校では中休み、中学校では昼休みを活用した取組が多い。

<表3> 体力向上への取組（%） 【全国調査から】

	小学校		中学校	
	横浜市	全国	横浜市	全国
全学年に対する体育、保健体育の授業以外での体力向上への取組を行った	91.0	87.1	47.1	47.7
学校全体の体力・運動能力向上の目標設定をした	83.5	80.4	82.5	73.4

(2) 「生活習慣の改善」

ア 運動や健康に対する意識

- ・「運動は大切」「食事は大切」「睡眠は大切」と答えた児童生徒の割合は、小学生、中学生ともに全国に比べて多く、健康な生活への意識が高い。
- ・昨年度と比較すると、小学校5年生の男女と中学校2年生の女子は「運動は大切」「食事は大切」「睡眠は大切」と答える児童生徒が増加している。

<表4> 「健康であるため運動は大切だ」と答えた児童生徒の割合（%） 【全国調査から】

	小学第5学年男子	小学第5学年女子	中学第2学年男子	中学第2学年女子
横浜市29年度	80.9	77.1	77.5	69.4
横浜市30年度	82.2	77.8	77.4	72.0
全国30年度	78.5	73.8	76.4	70.3
全国との差	3.7	4	1	1.7

<表5> 「健康であるため食事は大切だ」と答えた児童生徒の割合（%） 【全国調査から】

	小学第5学年男子	小学第5学年女子	中学第2学年男子	中学第2学年女子
横浜市29年度	92.9	94.0	91.4	88.4
横浜市30年度	93.1	94.3	90.8	89.6
全国30年度	91.5	92.7	90.6	88.4
全国との差	1.6	1.6	0.2	1.2

＜表6＞「健康であるため睡眠は大切だ」と答えた児童生徒の割合(%)

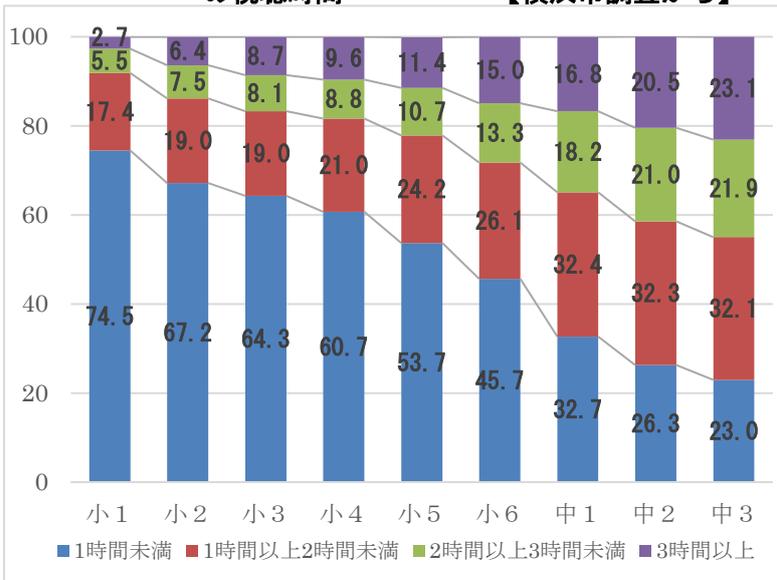
【全国調査から】

	小学第5学年男子	小学第5学年女子	中学第2学年男子	中学第2学年女子
横浜市29年度	85.6	91.0	85.1	87.3
横浜市30年度	86.1	91.1	85.5	88.7
全国30年度	84.1	89.3	84.7	87.5
全国との差	2	1.8	0.8	1.2

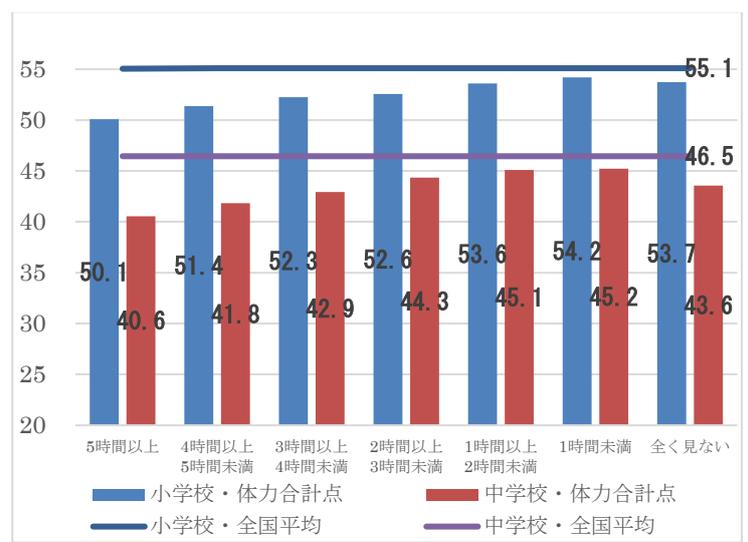
イ 児童生徒の生活状況

- ・ 情報化社会に生きる児童生徒の生活状況を把握するために、携帯電話等の視聴時間に着目した。その結果、パソコン、携帯電話、ゲーム機の視聴時間は、学年が上がるにつれて長くなる傾向がみられる。
- ・ 1日（平日）あたりのテレビや DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどを視聴している時間と体力合計点との相関を見ると、小学生、中学生ともに「1時間未満」と答える児童生徒の体力合計点が最も高く、視聴時間が長くなるほど、体力合計点が低くなる傾向がある。
- ・ パソコン、携帯電話、ゲーム機の視聴時間の割合の推移を、市調査からみると、小学生、中学生ともに視聴する時間は、学年が上がるごとに増加している。さらに、現在の小学校5年生と現在中学2年生の生徒が小学校5年生だった当時とを比べると、現在の小学校5年生の方が視聴時間は多くなっている。

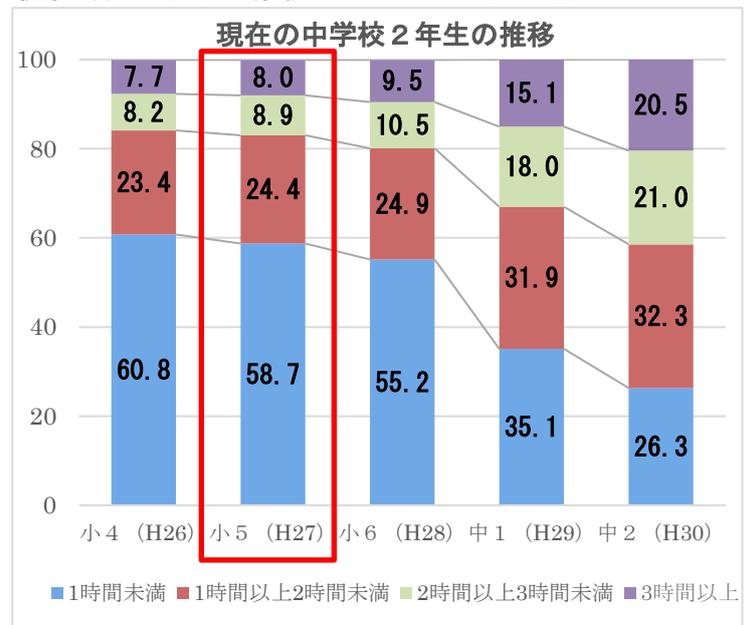
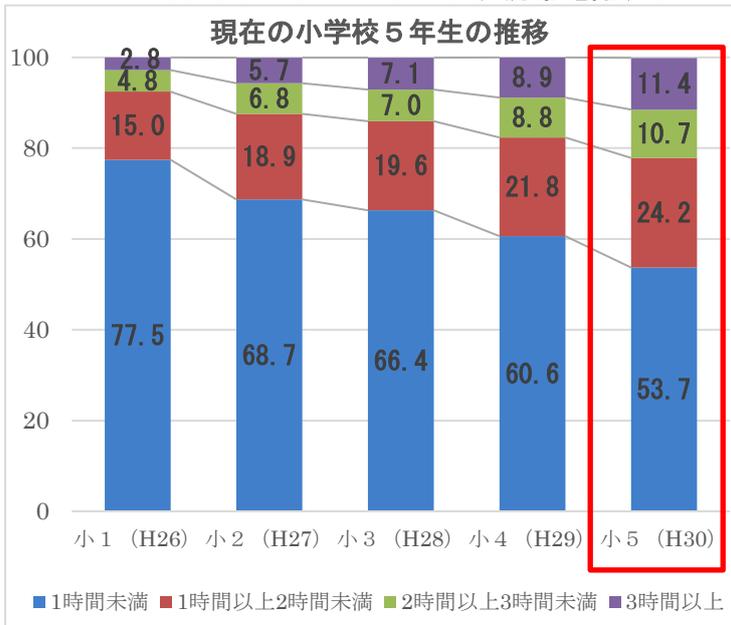
＜グラフ4＞平成30年度 パソコン、携帯電話、ゲーム機の視聴時間 【横浜市調査から】



＜グラフ5＞ 体力合計点と1日（平日）あたりのテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどを視聴している時間の相関 【全国調査から】



＜グラフ6＞ パソコン、携帯電話、ゲーム機の視聴時間の割合の推移(%) 【横浜市調査から】



(3) 児童生徒の意識から見る「教員の指導力向上」

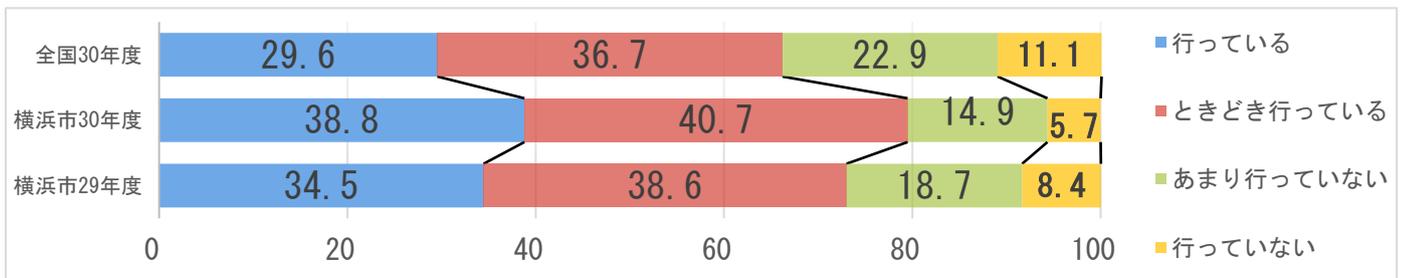
- ・ 体育科、保健体育科の授業においては、小学校、中学校ともに「自分に合った練習や場を選んで活動している」と回答する児童生徒が、全国に比べて多い。また、昨年度と比較しても増加しており、児童生徒が主体的に取り組む授業が目指されていると考えられる。
- ・ 「友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている」と回答する児童生徒は、昨年度よりも増加しており、児童生徒の対話を重視した授業が展開されていると考えられる。

＜グラフ7＞自分に合った練習や場を選んで活動している割合（%） 【全国調査から】

(小学校)

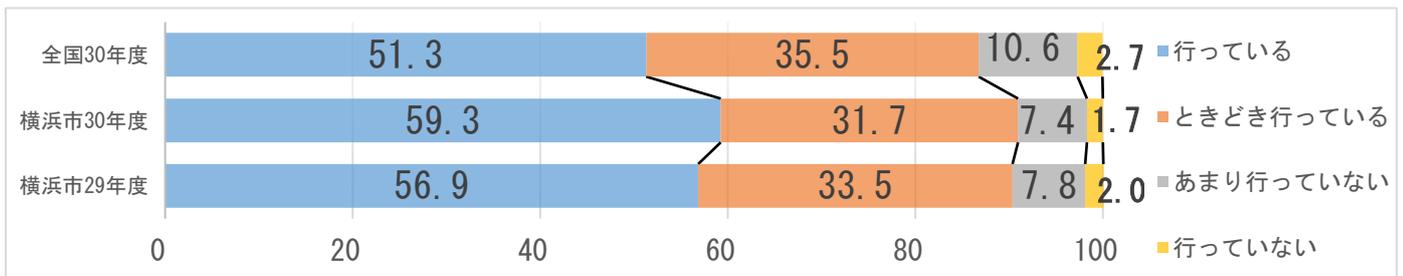


(中学校)



＜グラフ8＞体育の授業で友達やチームと話し合う活動を行っている割合（%） 【全国調査から】

(小学校)



(中学校)



※体力合計点との相関をみると、体育、保健体育の授業において、「自分に合った練習や場を選んで活動している」「話し合う活動を行っている」児童生徒は、体力合計点が高い傾向がある。

3 まとめ

(1) 見えてきたこと

- ・「運動機会の確保」においては、「1校1実践運動」の取組が定着し、児童生徒の企画・運営による縄跳びやランニング、ボール運動の集会活動など休み時間を活用した児童生徒たちへの運動機会の提供は進んできている。しかし、体力合計点は横ばいであり、敏捷性などに依然として課題が見られる。
- ・「生活習慣の改善」において、本市の児童生徒は運動、食事、睡眠の健康三原則を大切に捉えており、健康的な生活への意識は高い。しかし、パソコンやスマートフォン等の活用実態には課題が見られる。情報化が進み、社会が変わっていく現代において情報機器は欠くことのできないものであるが、視聴時間の増加に伴う健康・体力への影響を考えると、対策を講じていく必要がある。
- ・「教員の指導力向上」においては、各校で、仲間との対話を取り入れながら主体的に課題解決していくような授業改善が図られている。体を動かすことの心地よさや楽しさを実感できるよう、体育、保健体育科の学習における活動の時間の保証、充実を図り、運動・健康への意識の向上、主体的に取り組む態度の育成が目指されている。

(2) 今後の取組に向けて

今後も、児童生徒が、生涯にわたって主体的に体力の向上や健康の保持促進を図り、健康で創造的な生活を送ろうとする態度を育成することを目指していく。そのために、調査結果から見えてきたことに応じて、次のような取組の改善を図る。

○運動機会の確保

- ・各校で行っている「1校1実践運動」については、集会活動など休み時間を活用した取組による運動機会の確保や運動習慣の定着を目指すだけでなく、各校が体力・運動能力、運動習慣等に関する調査の分析結果を踏まえて、児童生徒が自らの状況に合わせて取り組める内容を考えるなど、生涯にわたって主体的に運動に取り組む素地を育成できるよう改善を図る。
- ・運動機会の確保、運動習慣の確立に向けて、家庭や地域と目標を共有し、連携を図る取組を広げていく。
- ・運動やスポーツの価値や特性に着目し、「する、みる、支える、知る」の多様な関わり方を通して、自分に合った運動・スポーツに親しんだり、実践したりできるようにする。

○生活習慣の改善

- ・運動、食事、睡眠の大切さへの一層の理解を促し、規則正しい生活習慣を確立できるようにするために、ウェブページや学校便りなどを活用し、家庭や地域と児童生徒の課題や改善点等を共有し、協働的に児童生徒を支援していく。
- ・とりわけ、パソコンやスマートフォン等の視聴時間などについては、家庭とともに考える機会を設け、適切な運用が図られるように協働的な取組を確立していく。

○教員の指導力向上

- ・調査結果をもとに作成した「体力分析チャート」を活用して、各校の「体育・健康プラン」を見直すとともに、学校や小中一貫教育推進ブロックにおける組織的な取組を進めていく。
- ・体育科、保健体育科においては、教科の目標に基づき、生涯にわたる豊かなスポーツライフや体力向上、健康な生活を目指して主体的に取り組む態度の育成を図るため、学習指導上の自己選択・自己決定の機会の設定、活動時間の充実などに向けたより一層の授業改善を図る。

お問合せ先

教育委員会事務局指導部教育課程推進室長 松原 雅俊 Tel 045-671-3723