

令和元年度 体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

1 趣旨

令和元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(政令指定都市を除く)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 令和元年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	20,495 校	小学校5年生	1,089,438 人
	中学校	11,153 校	中学校2年生	1,067,071 人
神奈川県 (政令指定都市を除く)	小学校	344 校	小学校5年生	27,802 人
	中学校	199 校	中学校2年生	27,166 人
藤沢市	小学校	35 校	小学校5年生	3,939 人
	中学校	19 校	中学校2年生	3,500 人

○調査内容

ア 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)。

イ 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。 (複数回答可)
(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)	朝食は毎日食べますか。
(5)	1日の睡眠時間
(6)	平日(月～金曜日)にどのくらいテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか



この質問項目に対しての回答と、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	・動きを継続する能力 ・力強さ	・体の柔らかさ	・すばやさ ・タイミングのよさ	・動きを継続する能力	・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	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.45	21.61	53.61
神奈川県	16.88	19.86	34.40	39.81	47.31	9.41	149.61	20.90	53.17
藤沢市	17.60	<u>19.33</u>	<u>32.35</u>	<u>38.82</u>	<u>44.75</u>	9.36	149.95	<u>20.04</u>	<u>52.24</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	・動きを継続する能力 ・力強さ	・体の柔らかさ	・すばやさ ・タイミングのよさ	・動きを継続する能力	・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	16.09	18.95	37.62	40.14	40.79	9.64	145.68	13.61	55.59
神奈川県	16.40	18.64	38.27	37.68	35.95	9.67	143.24	13.16	54.25
藤沢市	17.08	<u>18.09</u>	<u>36.57</u>	<u>37.01</u>	<u>33.85</u>	9.64	144.11	<u>12.10</u>	<u>53.31</u>

小学5年生の体力・運動能力調査結果について、握力においては男女とも、50m走においては男子が全国・県の数値を上回っています。上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、ソフトボール投げは男女共に全国・県の数値を下回っています。体力合計点については、男女とも、全国・県の数値を下回っています。

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**

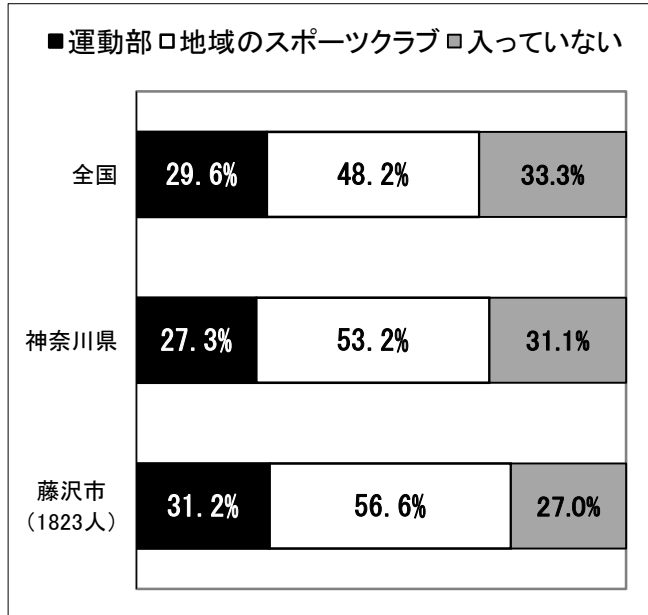
総合評価A～Eの基準点

A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

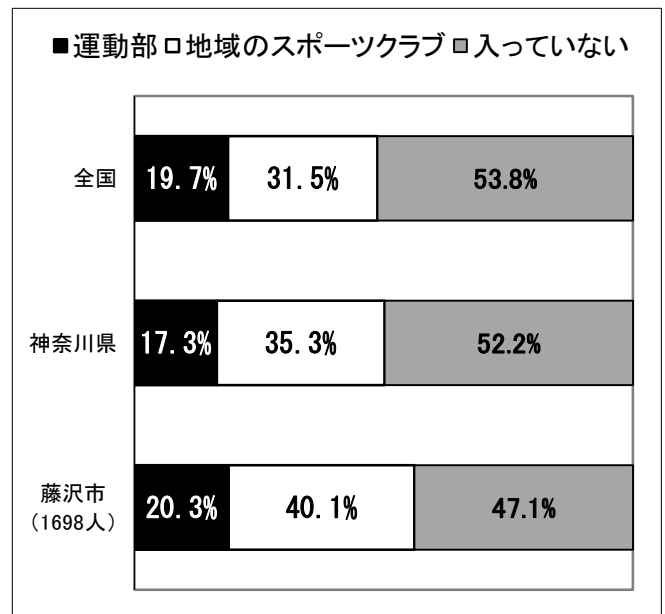
小学校 5年生 男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
(1)運動部やスポーツクラブに入っていますか。(複数回答可)	運動部	55.6	5.2%	33.9%	39.1%	17.2%	4.6%	41	267	308	135	36	787
	地域のスポーツクラブ	54.9	11.6%	27.4%	35.6%	19.7%	5.8%	185	438	569	315	92	1,599
	入っていない	48.9	3.9%	13.9%	32.4%	32.9%	16.9%	46	163	380	386	198	1,173
(2)運動やスポーツをどのくらいしていますか。(1週間の総運動時間)	14時間以上	58.7	18.5%	38.6%	32.0%	10.0%	0.9%	124	258	214	67	6	669
	7～14時間未満	54.7	10.5%	24.4%	41.9%	18.7%	4.5%	76	177	304	136	33	726
	3.5～7時間未満	51.6	4.6%	20.5%	37.1%	28.7%	9.1%	33	146	264	204	65	712
	1～3.5時間未満	48.7	2.6%	14.9%	33.2%	32.5%	16.8%	20	115	256	250	129	770
	1～60分未満	44.9	0.6%	8.9%	22.9%	39.5%	28.0%	1	14	36	62	44	157
	0分	44.8	2.4%	3.3%	21.1%	41.5%	31.7%	3	4	26	51	39	123
(3)運動やスポーツをすることは好きですか。	好き	55.8	12.1%	31.1%	36.7%	16.1%	4.0%	250	643	757	333	82	2,065
	やや好き	48.5	1.8%	9.6%	37.2%	36.0%	15.4%	15	82	316	306	131	850
	ややきらい	44.0	0.4%	2.2%	19.9%	45.5%	32.0%	1	5	46	105	74	231
	きらい	43.8	1.3%	2.6%	14.3%	42.9%	39.0%	1	2	11	33	30	77
(4)朝食は毎日食べますか。	毎日食べる	53.1	8.7%	23.7%	34.8%	23.9%	8.9%	248	673	990	679	253	2,843
	食べない日もある	50.8	5.9%	15.5%	35.1%	28.0%	15.5%	19	50	113	90	50	322
	食べない日が多い	50.2	4.5%	15.2%	40.9%	18.2%	21.2%	3	10	27	12	14	66
	食べない	50.9	0.0%	14.3%	50.0%	21.4%	14.3%	0	2	7	3	2	14
(5)1日の睡眠時間	10時間以上	52.6	8.5%	21.6%	37.3%	21.3%	11.2%	32	81	140	80	42	375
	9時間以上10時間未満	53.1	8.0%	25.0%	33.5%	25.5%	8.0%	81	254	340	259	81	1,015
	8時間以上9時間未満	53.2	8.6%	23.2%	35.6%	23.7%	9.0%	85	230	354	235	89	993
	7時間以上8時間未満	52.5	8.4%	22.0%	35.2%	23.8%	10.6%	45	118	189	128	57	537
	6時間以上7時間未満	51.9	8.6%	18.0%	33.9%	25.8%	13.7%	20	42	79	60	32	233
	6時間未満	49.2	6.0%	9.6%	36.1%	28.9%	19.3%	5	8	30	24	16	83
(6)平日(月～金曜日)にどのくらいテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。	5時間以上	50.1	6.0%	16.4%	33.2%	23.9%	20.5%	29	79	160	115	99	482
	4時間以上5時間未満	52.3	6.5%	21.1%	34.4%	27.6%	10.5%	21	68	111	89	34	323
	3時間以上4時間未満	52.4	7.2%	21.8%	34.2%	29.4%	7.4%	34	103	162	139	35	473
	2時間以上3時間未満	53.3	9.0%	23.6%	34.0%	26.1%	7.3%	58	151	218	167	47	641
	1時間以上2時間未満	53.5	8.1%	25.2%	38.0%	21.1%	7.7%	59	184	278	154	56	731
	1時間未満	54.6	12.5%	25.9%	33.3%	20.2%	8.0%	64	132	170	103	41	510
	全く見ない	53.4	6.8%	23.0%	45.9%	18.9%	5.4%	5	17	34	14	4	74

(1) 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

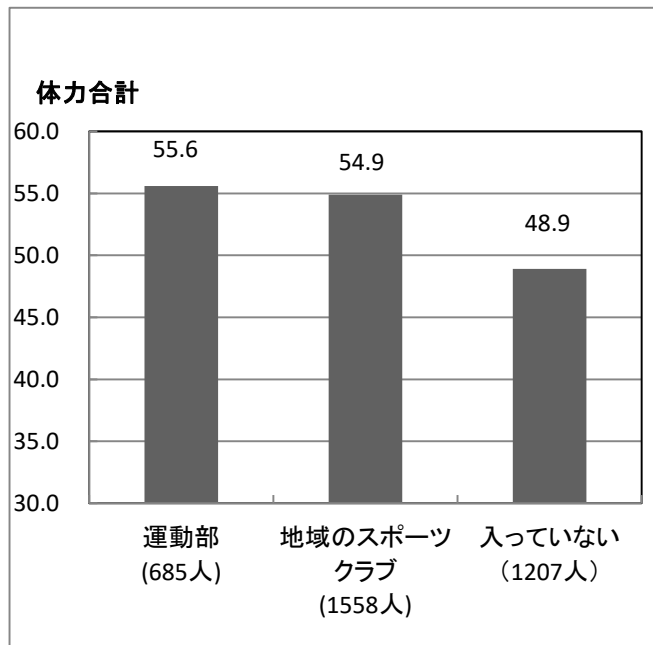
(1) - 1 (小5男子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



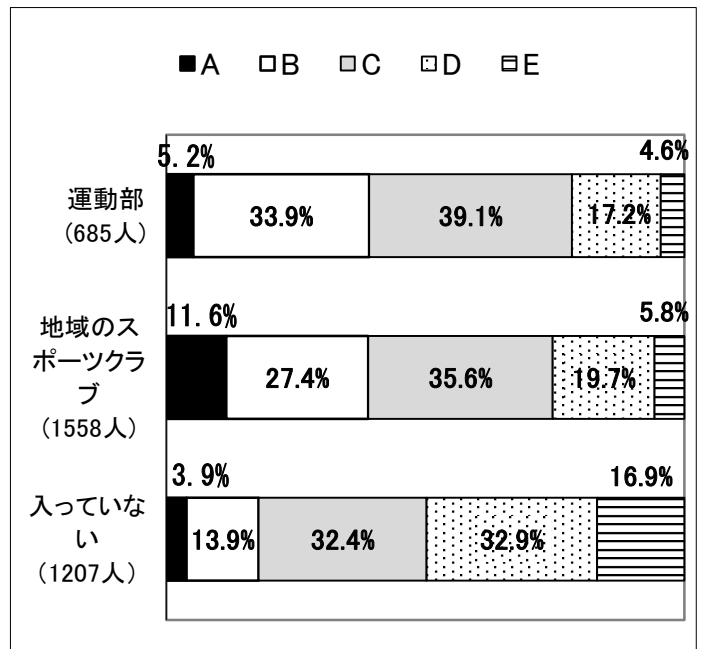
(1) - 2 (小5女子: 運動部やスポーツクラブへの所属)



(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】

運動部への所属、地域のスポーツクラブ等への所属は、男子87.8%、女子は60.4%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。

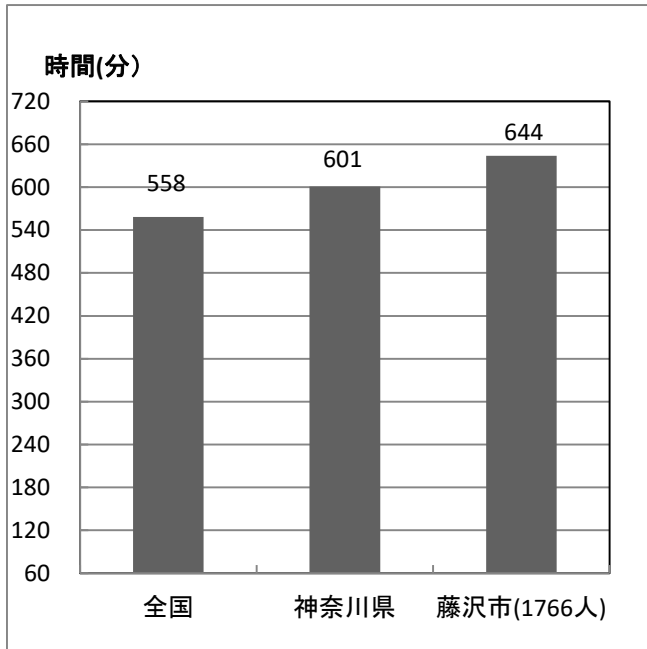
運動部、地域のスポーツクラブ等に所属している児童と所属していない児童との体力を比較してみると、運動部へ所属している児童の体力合計点数は55.6点、地域のスポーツクラブに所属は54.9点、所属していない児童の平均は48.9点となっています。

総合評価については、運動部、地域の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。

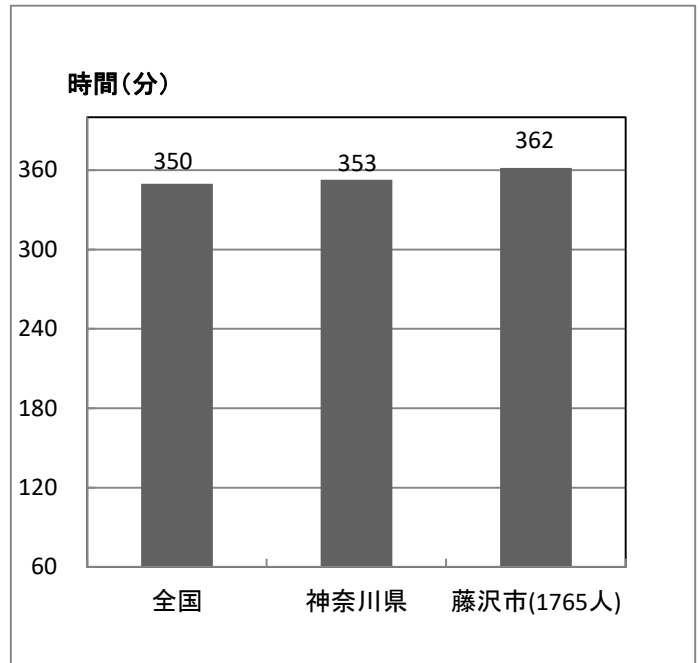
このことから、運動部、スポーツクラブ等に所属している児童は体力が高い傾向にあるといえます。

(2) 運動やスポーツの実施状況と体力

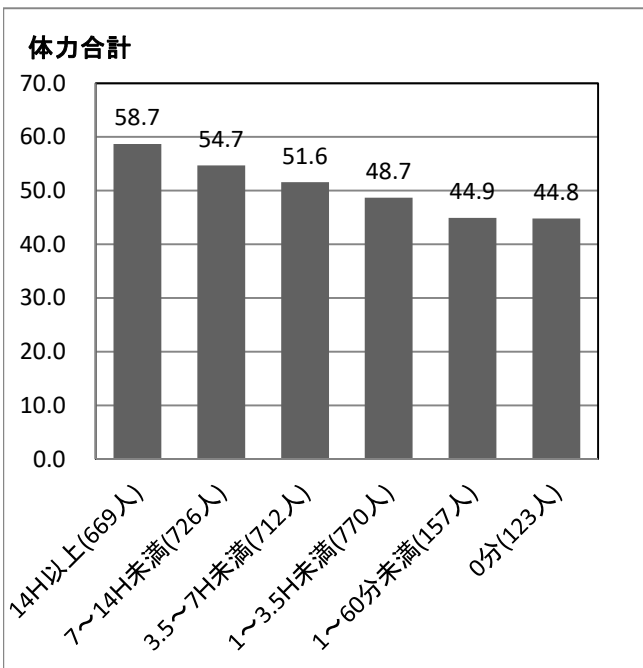
(2)－1(小5男子:1週間の総運動時間 月～日)



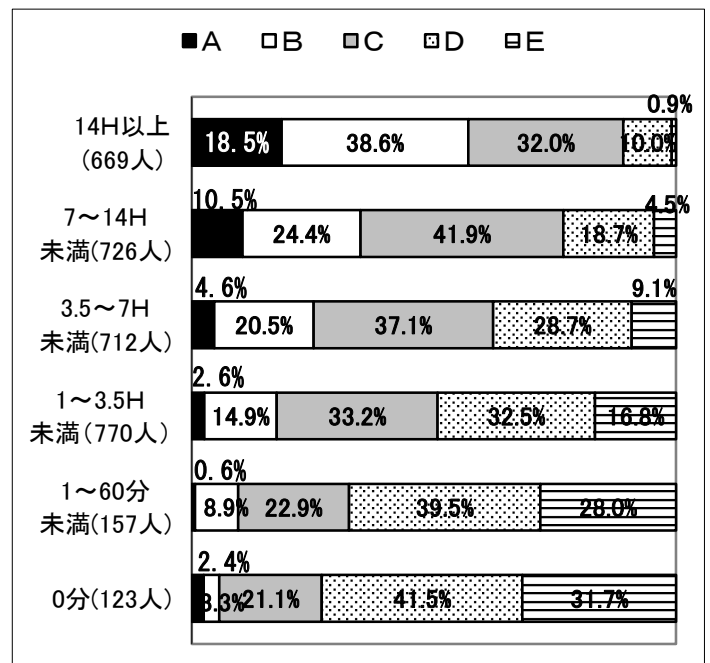
(2)－2(小5女子:1週間の総運動時間 月～日)



(2)－3(1週間の総運動時間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】

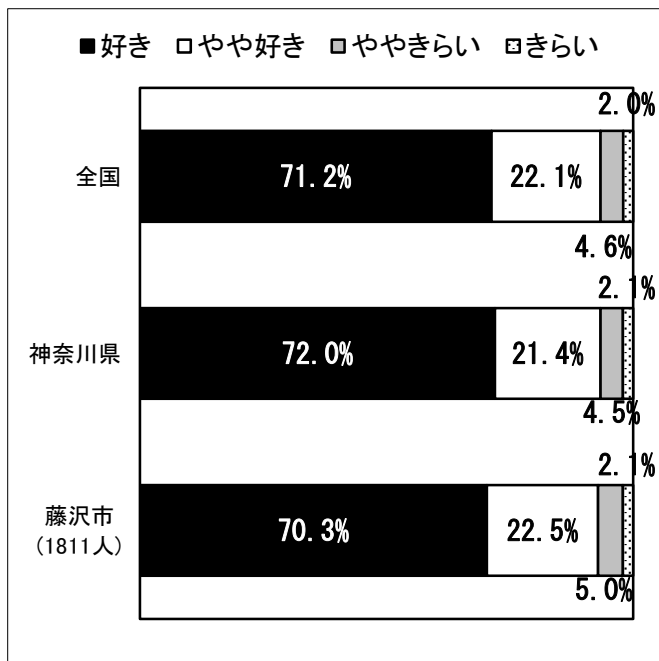
1週間の総運動時間については男子は644分、女子が362分で、全国・県を上回っています。スポーツの実施状況と体力を比較してみると、運動頻度が高くなるにつれ体力も高くなっています。週に14時間以上運動している児童と全く運動しない児童は体力合計点でおよそ13ポイント以上の差が見られます。

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D・Eの児童の割合が高くなっています。

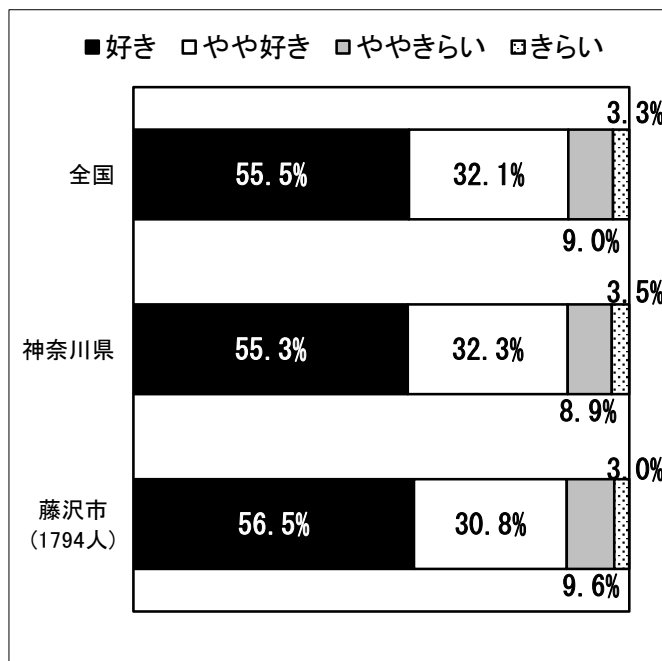
このことから、運動頻度が高い児童は体力が高い傾向にあるといえます。

(3) 運動やスポーツの好ききらいと体力

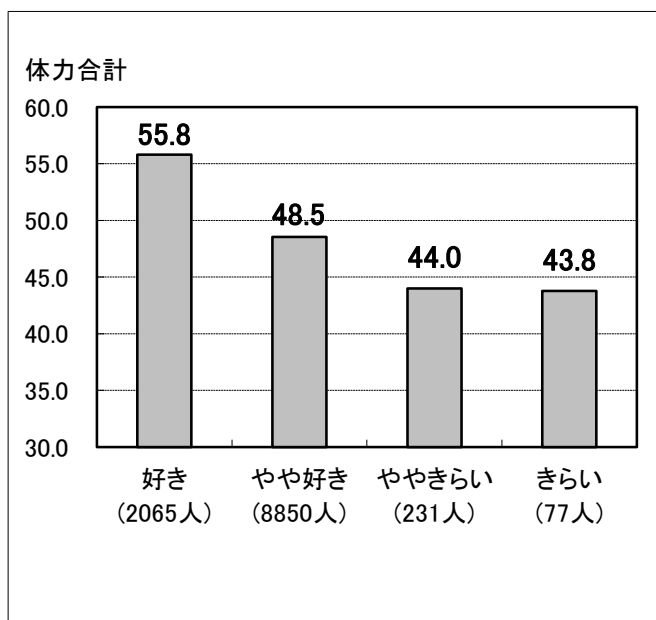
(3)－1(小5男子:運動やスポーツをすることが好きか)



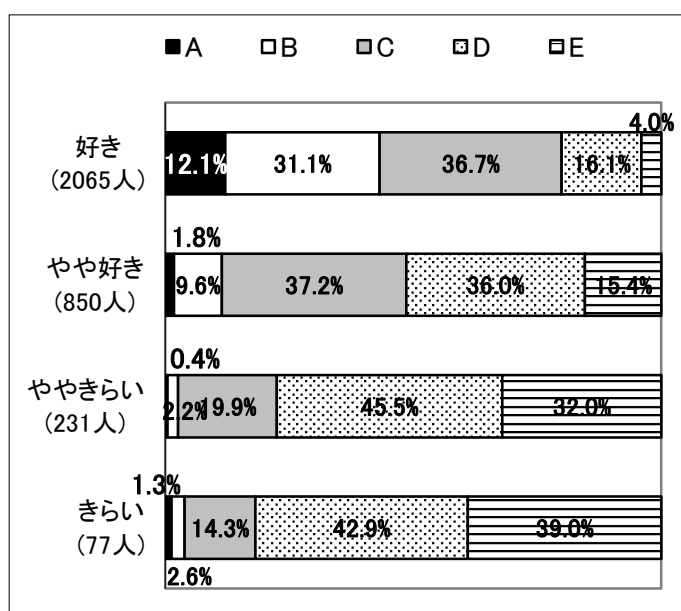
(3)－2(小5女子:運動やスポーツをすることが好きか)



(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」と回答している児童を合わせると男子92.8%、女子87.3%で、どちらも全国・県と同水準となっています。

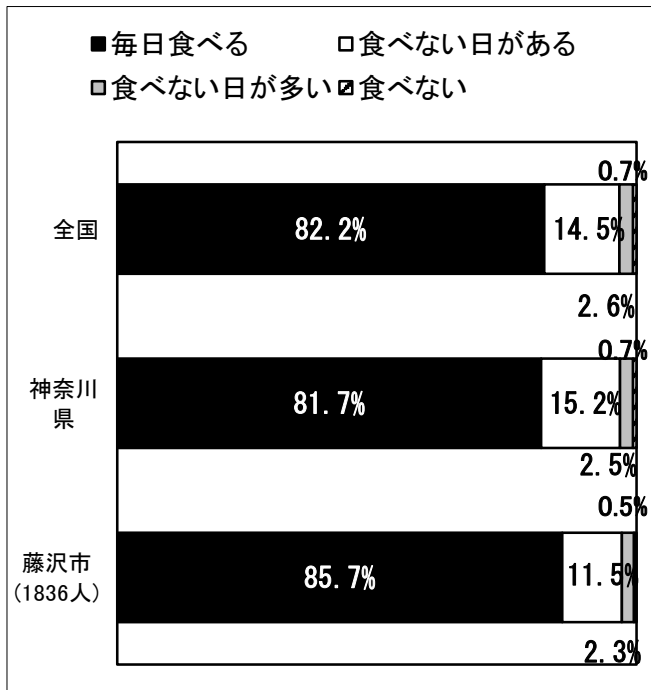
運動やスポーツの好ききらいの意識と体力との関係を見ても、運動が好きと回答する児童ほど体力が高く、きらいと回答する児童ほど体力が低くなっています。

また、総合評価についても、運動やスポーツが「好き」と回答した児童は、A・Bの評価を得た児童の割合が多くなり、D・Eの評価を得た児童の割合が少なくなっています。

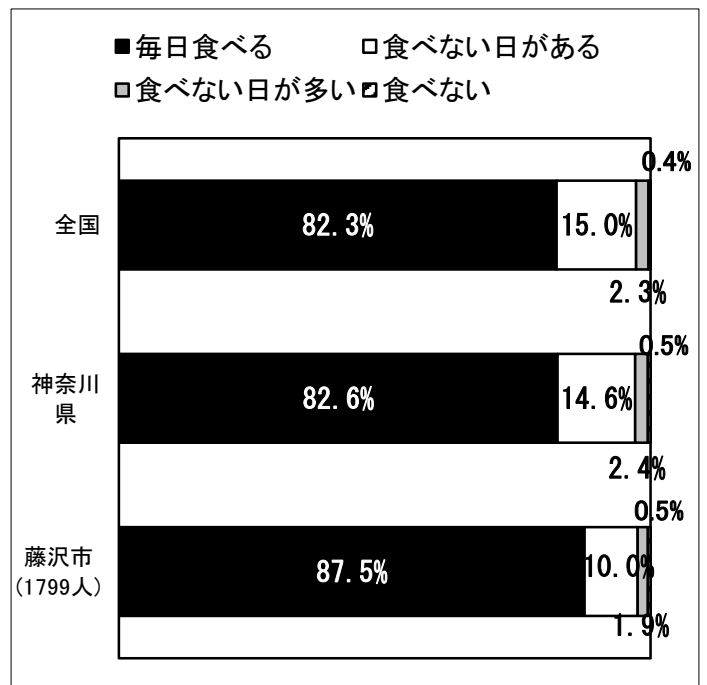
運動やスポーツの好き嫌いが体力に影響していると読み取ることができます。

(4) 朝食摂取の有無と体力

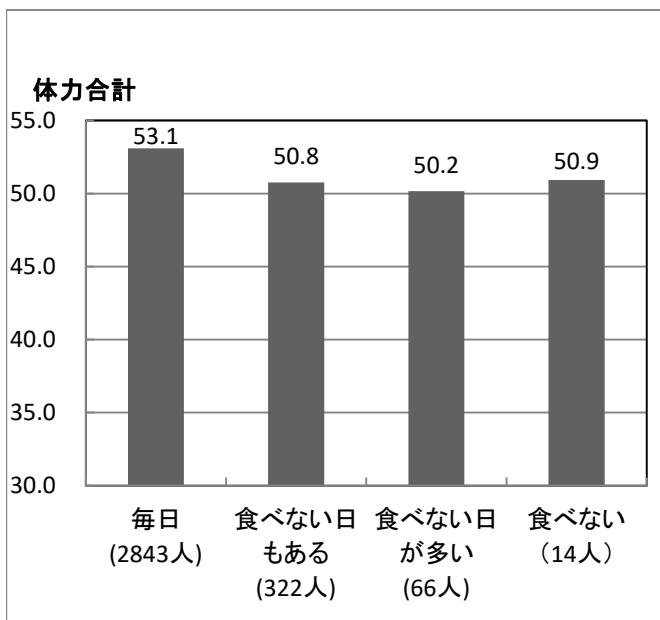
(4)－1(小5男子:朝食摂取の有無)



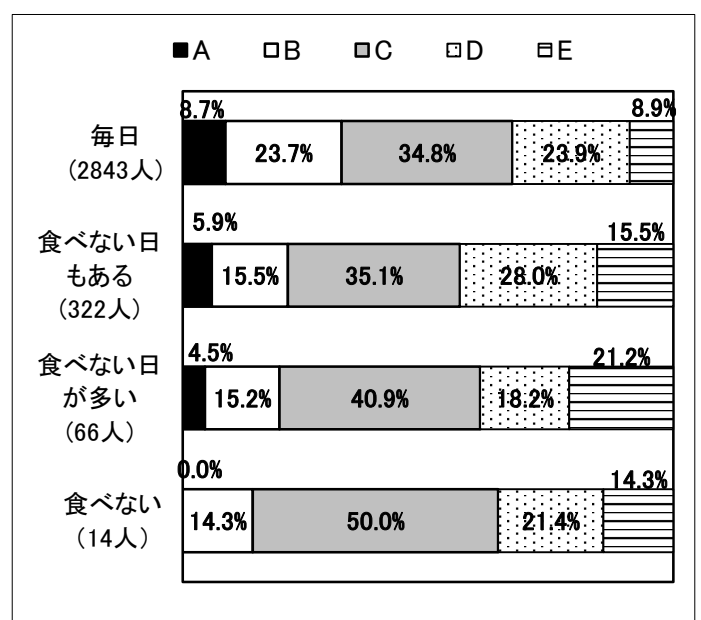
(4)－2(小5女子:朝食摂取の有無)



(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】

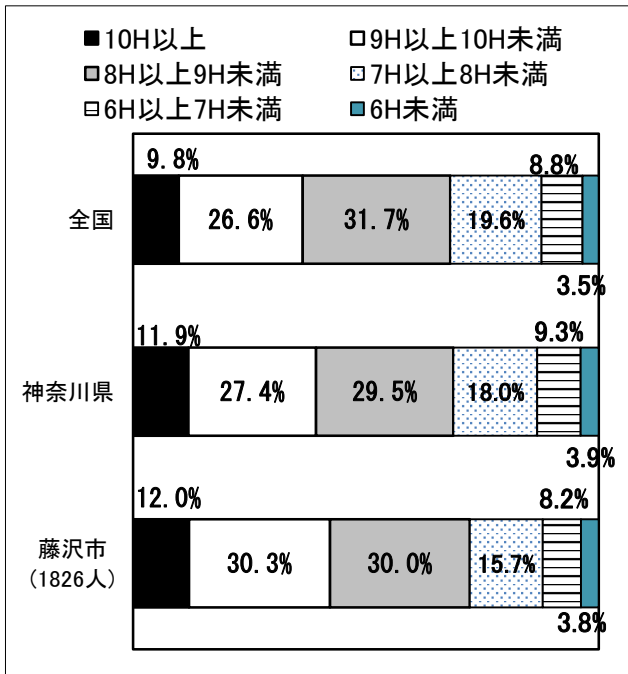
朝食摂取は、「毎日食べている」児童は男子が85.7%、女子が87.5%で、男女ともに全国・県の割合を上回っています。

朝食を毎日摂取している児童はそれ以外の児童と比較すると、体力合計点についてやや高い数値が出ています。

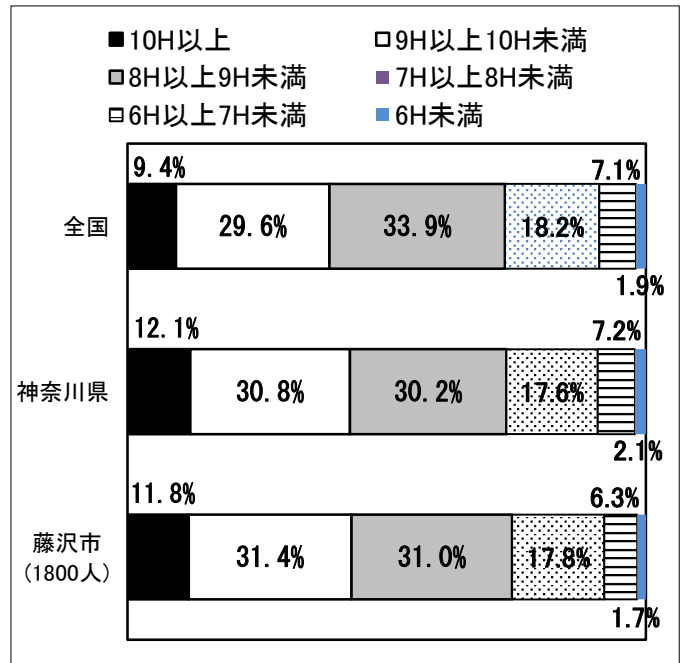
総合評価においては、A・Bの割合は、「毎日食べる」が最も高くなり、食べない日が多い児童ほど低くなっています。

(5) 睡眠時間と体力

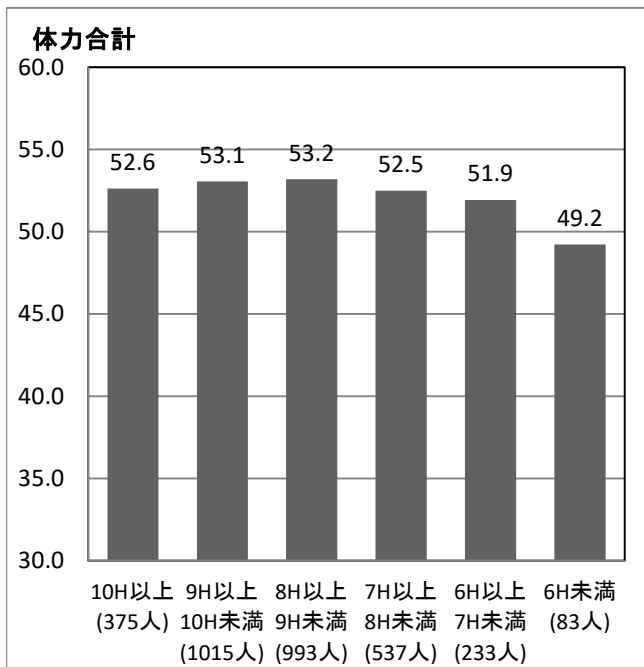
(5) - 1 (小5男子: 1日の睡眠時間)



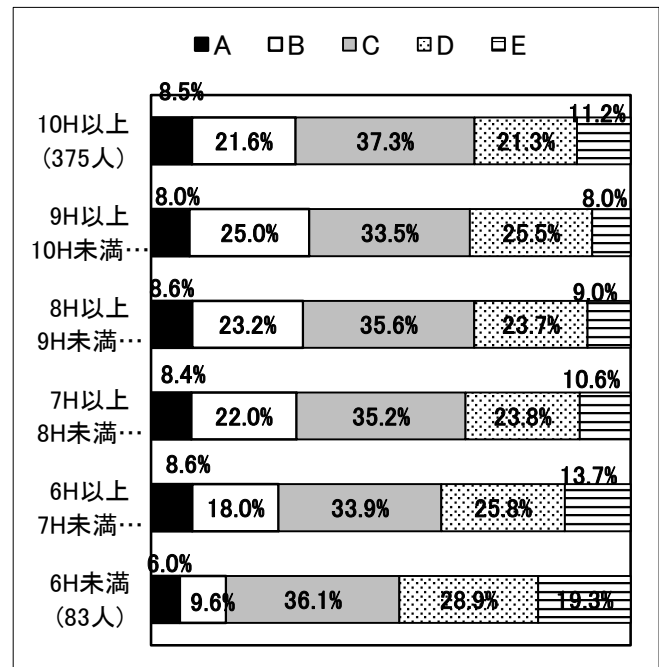
(5) - 2 (小5女子: 1日の睡眠時間)



(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)

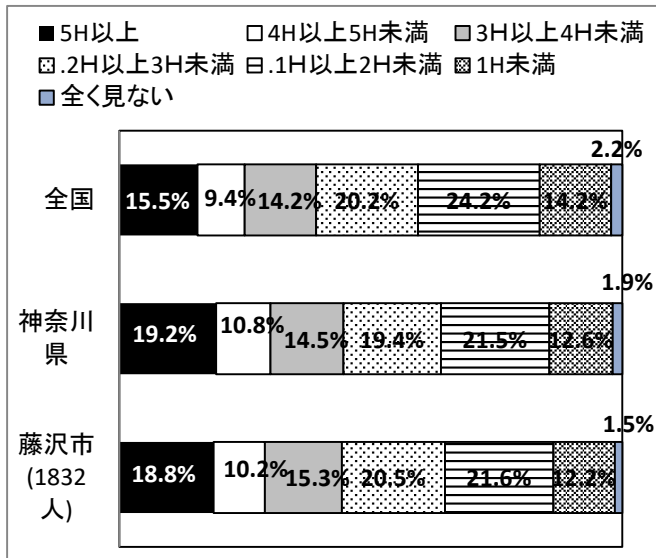


【結果】

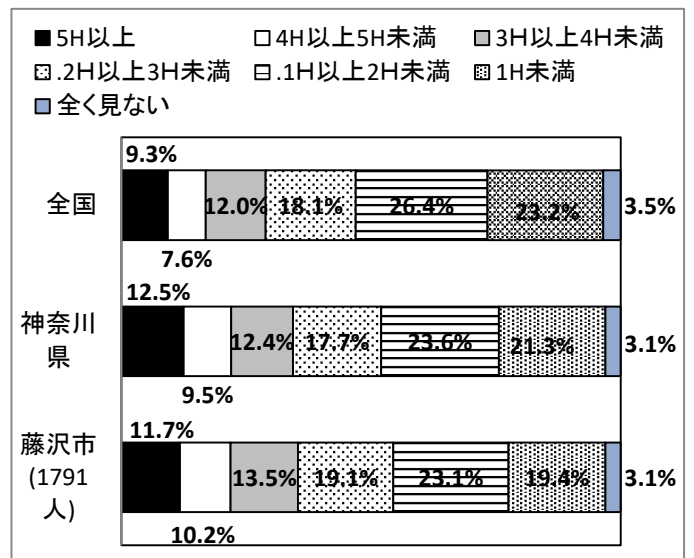
睡眠時間が、8時間以上の児童は男子72.3%、女子は74.2%で全国、県の結果を上回っています。
睡眠時間と体力との関係は、睡眠時間が6時間未満の児童はそれ以外の児童と比較して、体力の合計点が低くなっています。
総合評価については、A・Bをみると6時間未満の児童は低く、7時間以上の割合は同水準となっています。

(6) テレビ等(学校以外)の視聴時間と体力

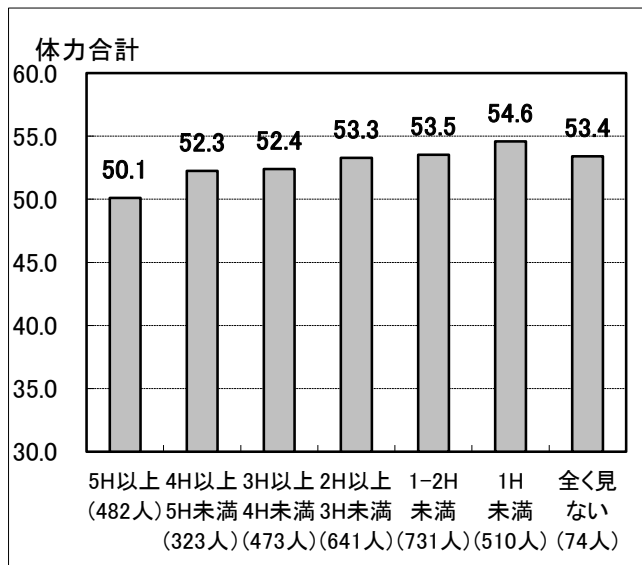
(6)-1(小5男子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



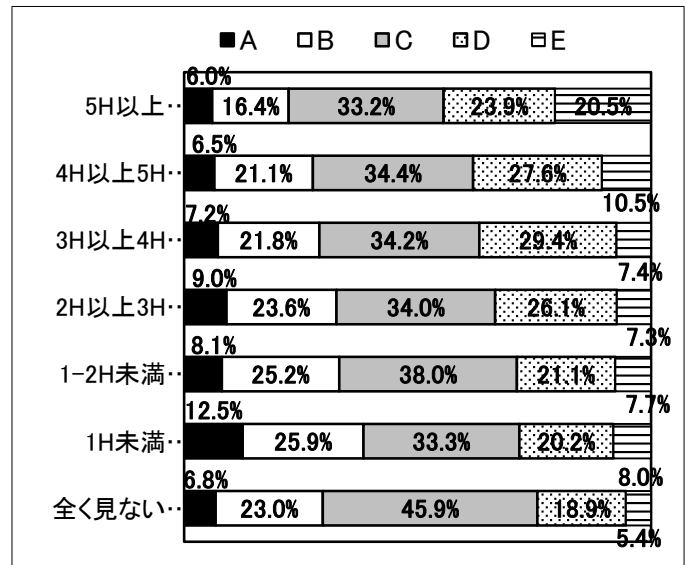
(6)-2(小5女子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



(6)-3(テレビ、パソコン等視聴時間と体力合計点の関係)



(6)-4(テレビ、パソコン等の視聴時間と総合評価の関係)



【結果】

テレビ等(学校以外)の視聴時間は、男女とも「1時間以上2時間未満」が最も多く、男子は21.6%、女子23.1%でした。また、昨年度に引き続き、男女ともに「3時間以上視聴」する児童の割合が全国を上回っています。

体力合計点数は5時間以上の視聴が最も低くなっていますが、それ以外はほぼ同水準となっていて相関関係が見られません。

総合評価A・Bを合わせた割合がもっとも高いのは「1時間未満」となっています。また、「5時間以上」視聴する児童では総合評価D・Eの割合が高い傾向にあります。

◇調査結果の傾向とまとめ(小学校5年生)

今回の調査結果から、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見られます。また、体力合計点では男女とも全国・県の平均を下回っています。

各種目の全国・県との比較から、男女ともに「力強さ」の要素が高く、「動きを持続する能力」や「タイミングのよさ」の要素が低い傾向にあります。

運動習慣については望ましい傾向が見られますが、生活習慣については、朝食を毎日摂取する児童は体力合計で高い数値が出ている一方、男女ともにテレビ視聴時間については長時間の傾向があり、課題が見られます。これらのことから、体力向上のためには、生活習慣改善について指導が必要です。

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	28.65	26.96	43.50	51.91	398.98	83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
神奈川県	28.48	26.99	44.00	51.18	399.72	85.13	7.96	193.91	20.27	41.71
藤沢市	28.96	<u>26.63</u>	<u>40.65</u>	51.37	393.43	86.15	7.85	<u>193.40</u>	20.93	<u>41.56</u>

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	23.79	23.69	46.32	47.28	289.82	58.31	8.81	169.90	12.96	50.22
神奈川県	23.82	23.31	46.06	46.49	294.07	58.07	8.77	168.23	12.82	49.66
藤沢市	24.33	<u>22.78</u>	<u>43.52</u>	47.06	291.20	59.51	8.63	170.16	13.01	50.00

中学2年生の体力・運動能力調査結果について、男子については、握力、持久走、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げの5種目、女子については、握力、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの5種目が全国、県の数値を上回っています。また、上体おこし、長座体前屈については男女ともに全国・県の数値を下回っています。

なお、体力合計点の平均は、男子は全国・県より若干下回っているもののほぼ同程度です。女子は全国平均を下回りましたが、県の平均よりは高くなっています。

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

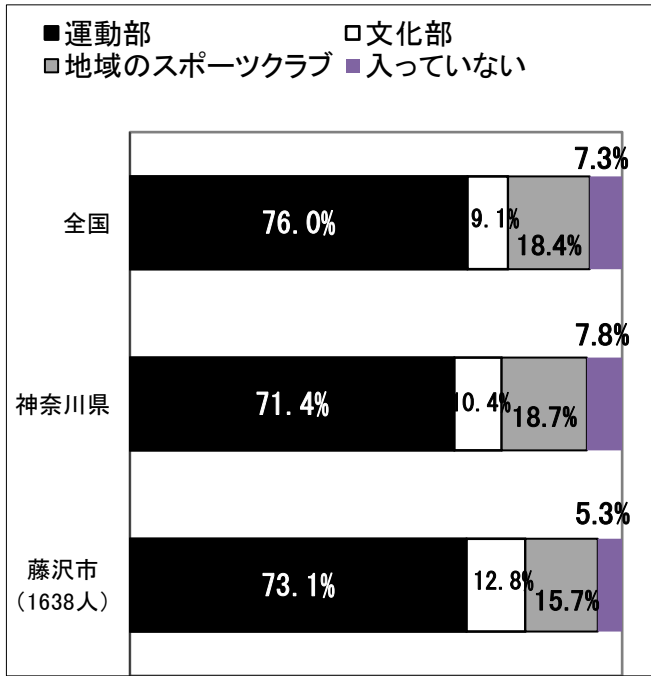
総合評価A～Eの基準点

A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

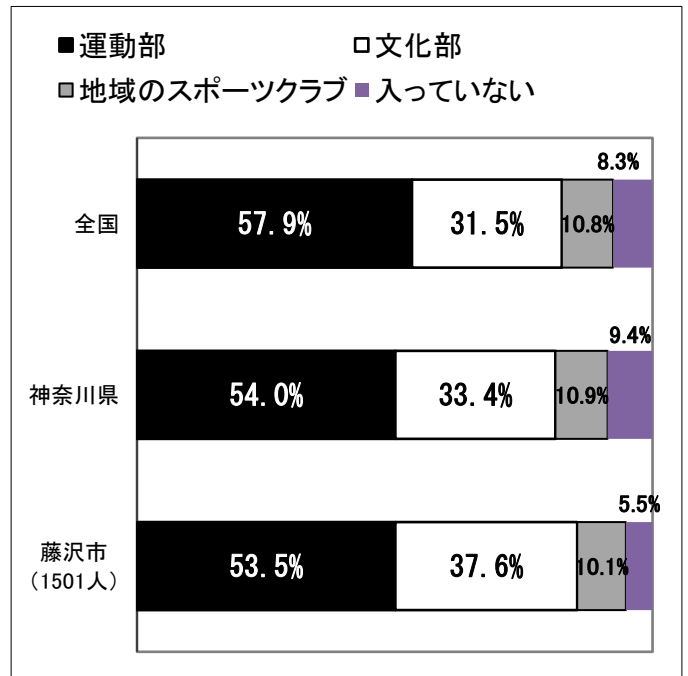
中学校 2年生 男女		体力 合計 点 平均	総合評価段階ごとの割合(藤沢市)					総合評価段階ごとの人数(藤沢市)					
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	計
			65点 以上	64～ 58	57～ 50	49～ 42	41点 以下						
(1)運動部やスポーツクラブに入っていますか。(複数回答可)	運動部	49.0	22.2%	33.2%	30.2%	12.5%	1.9%	381	570	519	215	33	1718
	文化部	37.8	5.9%	20.2%	39.9%	23.7%	10.3%	39	134	264	157	68	662
	地域のスポーツクラブ	50.2	22.8%	38.1%	29.1%	9.1%	0.9%	73	122	93	29	3	320
	入っていない	38.9	9.4%	15.4%	30.8%	30.8%	13.7%	11	18	36	36	16	117
(2)運動やスポーツをどのくらいしていますか。(1週間の総運動時間)	14時間以上	50.1	24.5%	35.0%	28.5%	10.5%	1.5%	312	445	363	134	19	1273
	7～14時間未満	47.1	18.5%	31.1%	32.7%	15.9%	1.9%	118	198	208	101	12	637
	3.5～7時間未満	41.4	13.0%	17.9%	43.1%	20.3%	5.7%	16	22	53	25	7	123
	1～3.5時間未満	38.0	7.3%	20.6%	39.1%	24.2%	8.9%	18	51	97	60	22	248
	1～60分未満	36.2	3.4%	19.3%	42.0%	23.5%	11.8%	4	23	50	28	14	119
	0分	35.4	1.3%	15.4%	38.9%	26.9%	17.5%	3	36	91	63	41	234
(3)運動やスポーツをすることは好きですか。	好き	49.9	25.8%	34.9%	28.4%	9.6%	1.4%	407	551	449	151	22	1580
	やや好き	42.0	7.8%	25.9%	39.9%	20.6%	5.8%	52	173	267	138	39	669
	ややきらい	36.8	2.1%	15.0%	40.9%	30.4%	11.5%	6	43	117	87	33	286
	きらい	34.0	5.1%	8.1%	25.3%	37.4%	24.2%	5	8	25	37	24	99
(4)朝食は毎日食べますか。	毎日食べる	46.3	18.3%	30.8%	31.9%	15.1%	3.9%	401	676	699	331	86	2193
	食べない日もある	44.3	15.7%	25.6%	35.2%	18.3%	5.2%	54	88	121	63	18	344
	食べない日が多い	40.3	14.1%	9.4%	42.4%	22.4%	11.8%	12	8	36	19	10	85
	食べない	41.9	13.8%	20.7%	31.0%	24.1%	10.3%	4	6	9	7	3	29
(5)1日の睡眠時間	10時間以上	46.8	24.5%	20.8%	32.1%	18.9%	3.8%	13	11	17	10	2	53
	9時間以上10時間未満	45.4	13.3%	29.6%	34.2%	18.4%	4.6%	26	58	67	36	9	196
	8時間以上9時間未満	45.5	13.1%	32.3%	35.4%	14.4%	4.8%	73	180	197	80	27	557
	7時間以上8時間未満	46.3	20.0%	28.5%	32.3%	15.0%	4.3%	202	288	326	151	43	1010
	6時間以上7時間未満	45.2	17.6%	29.8%	31.6%	17.1%	3.9%	114	193	205	111	25	648
	6時間未満	45.6	23.0%	25.1%	29.4%	16.6%	5.9%	43	47	55	31	11	187
(6)平日(月～金曜日)にどのくらいテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。	5時間以上	42.7	12.8%	20.0%	31.7%	25.7%	9.8%	34	53	84	68	26	265
	4時間以上5時間未満	43.0	10.4%	25.3%	39.0%	17.8%	7.4%	28	68	105	48	20	269
	3時間以上4時間未満	45.2	16.2%	30.1%	32.1%	17.8%	3.8%	81	150	160	89	19	499
	2時間以上3時間未満	46.3	18.4%	28.8%	34.7%	13.7%	4.4%	126	197	238	94	30	685
	1時間以上2時間未満	47.7	21.5%	33.0%	30.3%	12.7%	2.4%	144	221	203	85	16	669
	1時間未満	47.2	21.8%	33.9%	29.4%	12.9%	2.0%	54	84	73	32	5	248
	全く見ない	46.4	23.5%	23.5%	23.5%	23.5%	5.9%	4	4	4	4	1	17

(1) 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

(1)-1(中2男子:運動部やスポーツクラブへの所属)

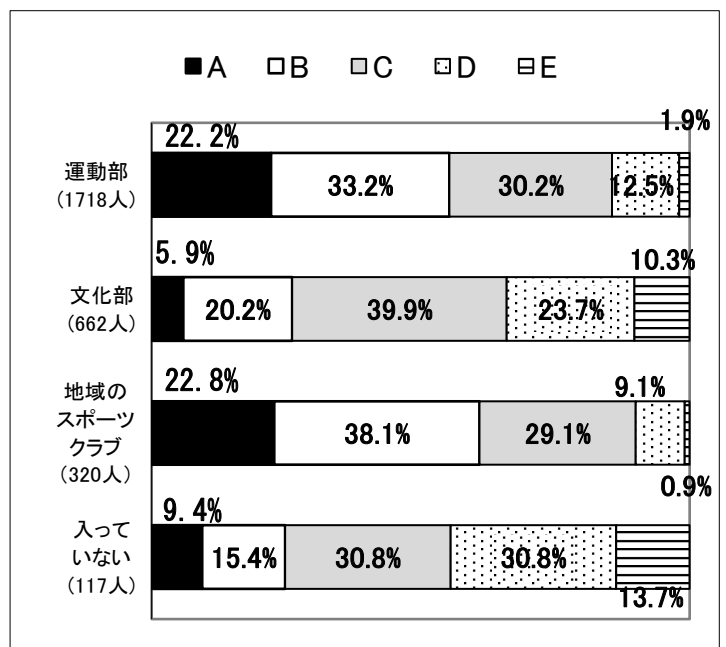
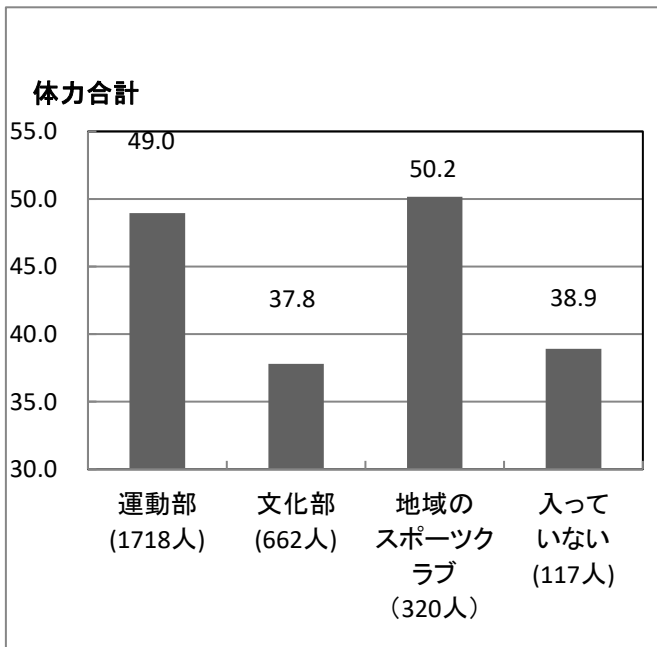


(1)-2(中2女子:運動部やスポーツクラブへの所属)



(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】

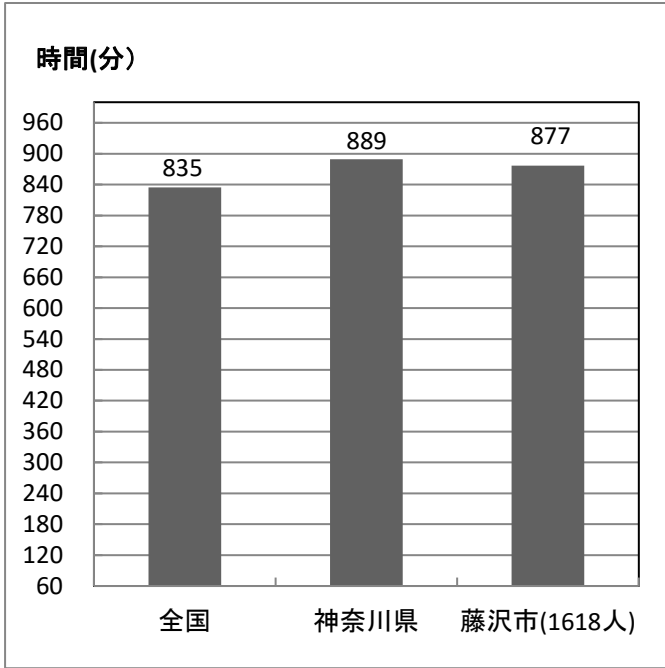
運動部への所属、地域のスポーツクラブ等への所属を合わせると、男子88.8%、女子63.6%となっており、女子については、文化部への所属が多いのは特徴的です。

運動部や地域のスポーツクラブ等に所属している生徒と文化部、所属していない生徒との体力を比較してみると、運動部や地域の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、運動部と地域の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。

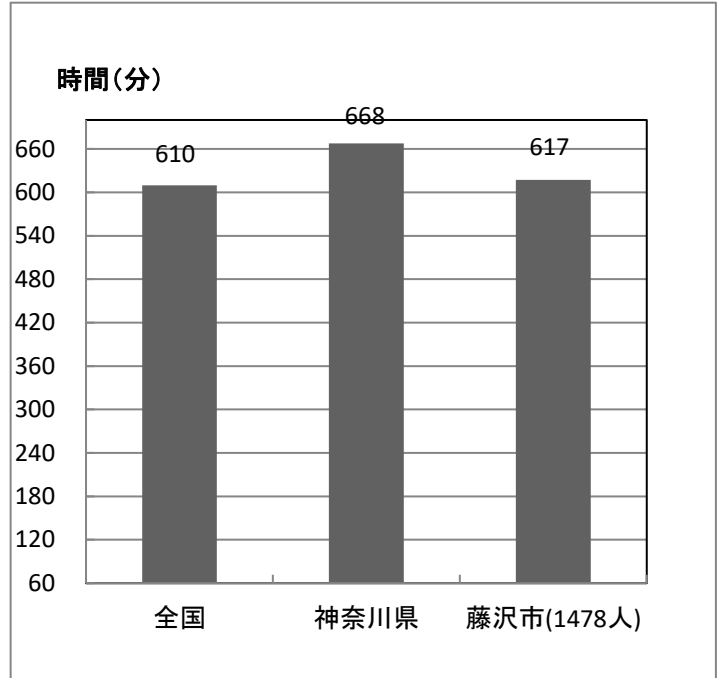
このことから、運動部、スポーツクラブ等に所属している生徒は体力が高い傾向にあるといえます。

(2) 運動やスポーツの実施状況と体力

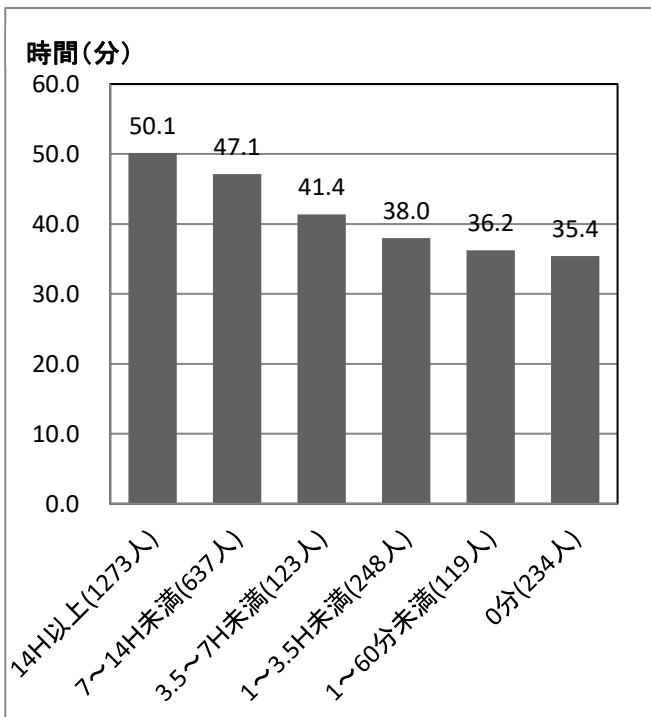
(2)－1(中2男子:1週間の総運動時間 月～日)



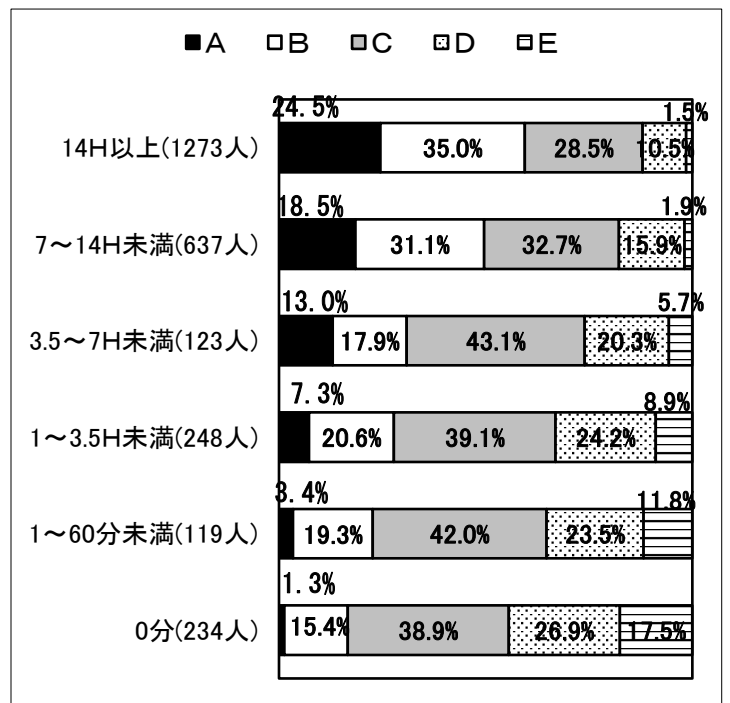
(2)－2(中2女子:1週間の総運動時間 月～日)



(2)－3(1週間の総運動時間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、男女とも、1週間の総運動時間は、全国よりは上回っていますが、県よりは下回っています。

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、「14時間以上行っている」生徒と「全くしない」生徒では、体力合計点の差が14ポイント以上見られました。

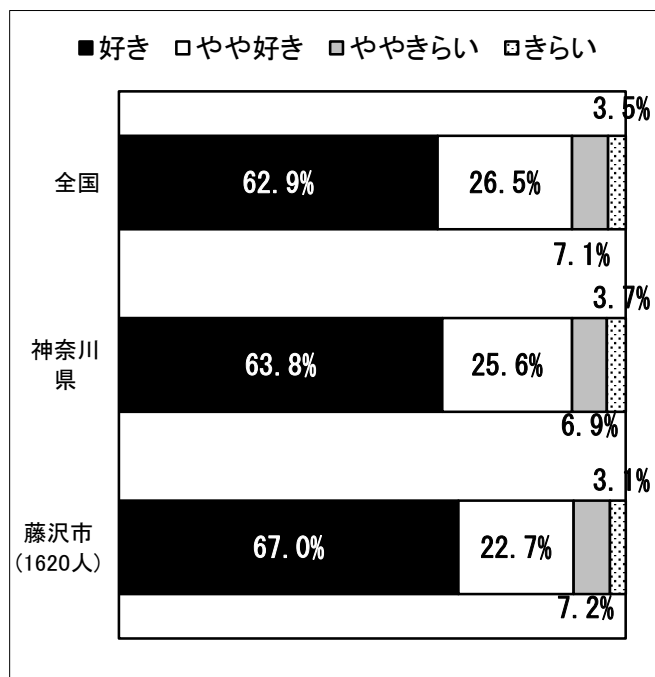
また、総合評価については、運動頻度が高いほどA・Bの割合が高く、運動頻度が低いほどD・Eの生徒の割合が高くなっています。

このことから運動頻度が高い生徒は体力が高い傾向にあるといえます。

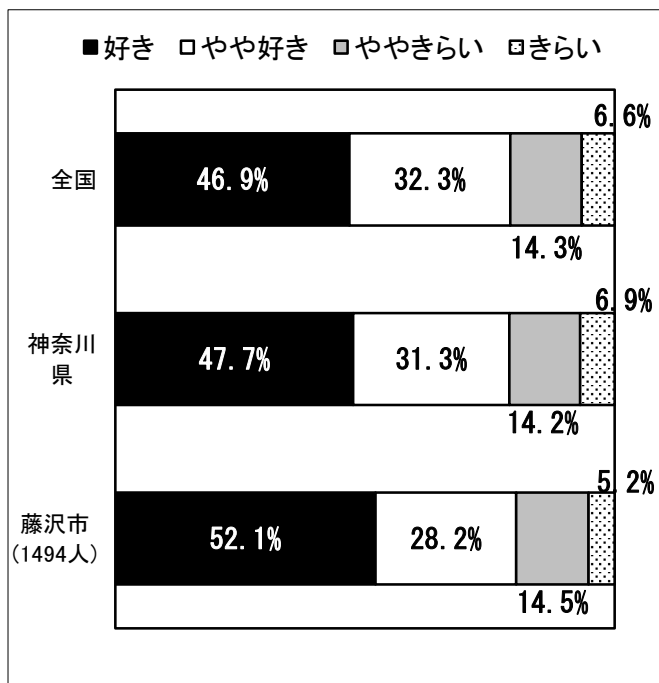
※「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」の策定により、部活動における活動時間等の見直しが図られています。

(3) 運動やスポーツの好ききらいと体力

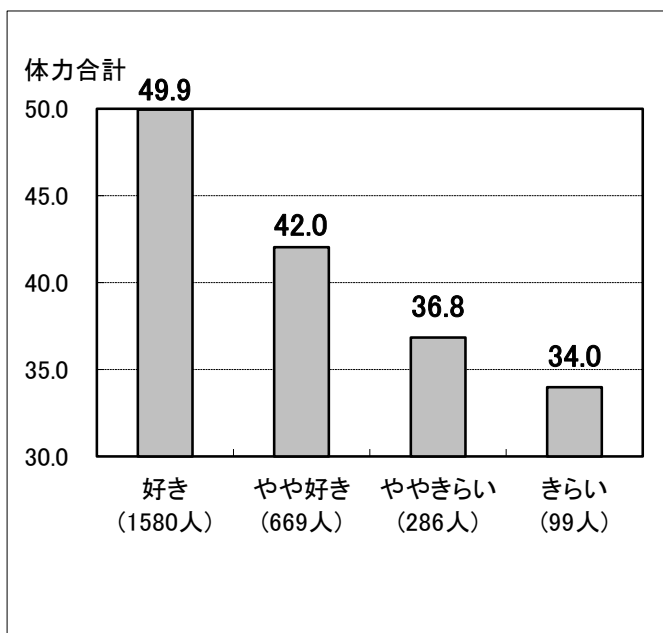
(3)－1(中2男子:運動やスポーツをすることが好きか)



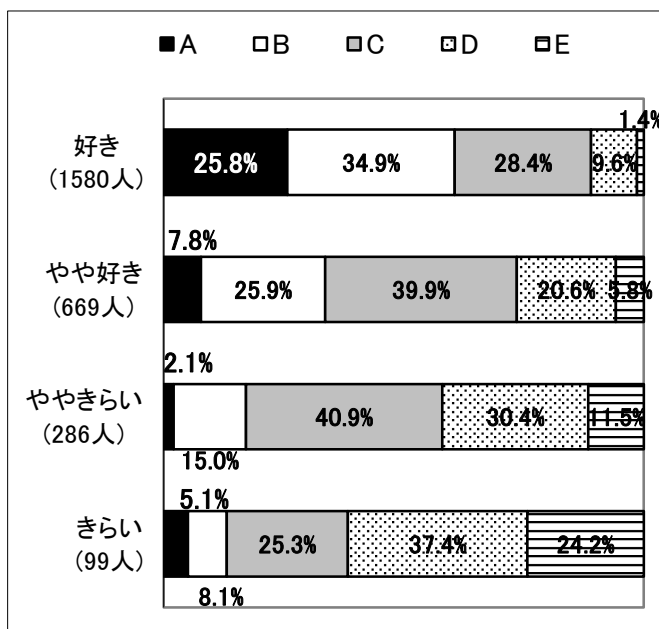
(3)－2(中2女子:運動やスポーツをすることが好きか)



(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】

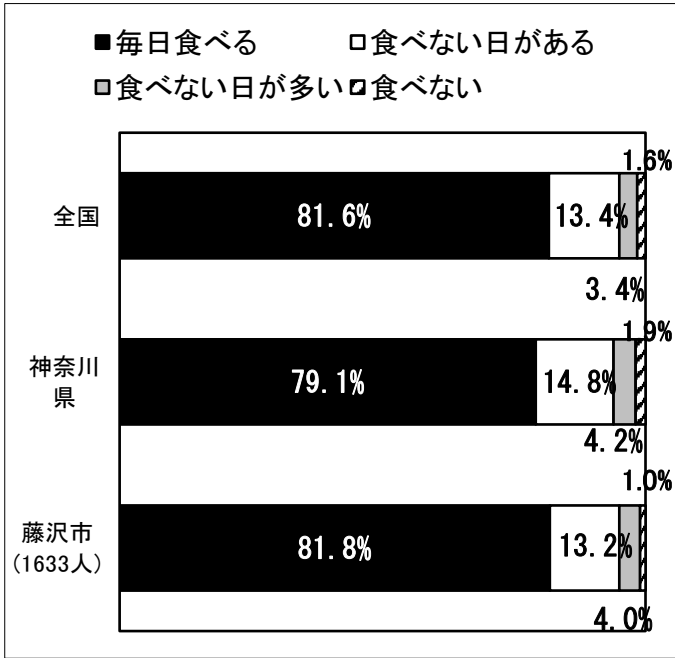
運動やスポーツをすることが「好き」「やや好き」と回答した生徒の割合は男子は89.7%、女子は80.3%と全国、県とほぼ同水準になっています。

「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。「ややきらい」、「きらい」と回答した生徒との体力合計点の差が大きいことがわかります。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。

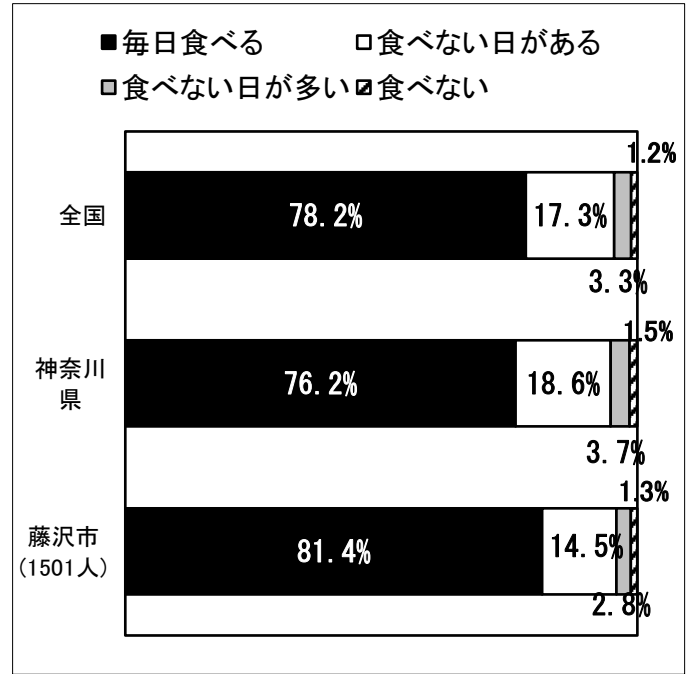
運動やスポーツの好き嫌いが体力に影響していると読み取ることができます。

(4) 朝食摂取の有無と体力

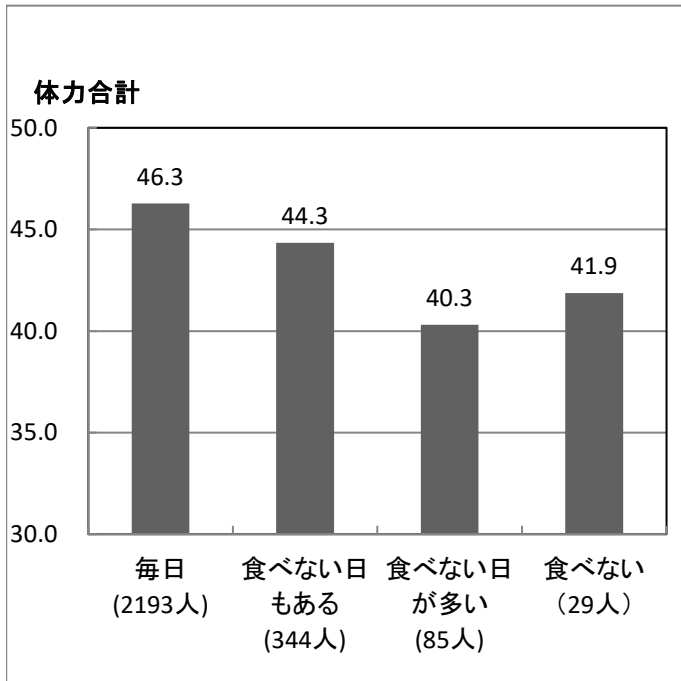
(4)－1(中2男子:朝食摂取の有無)



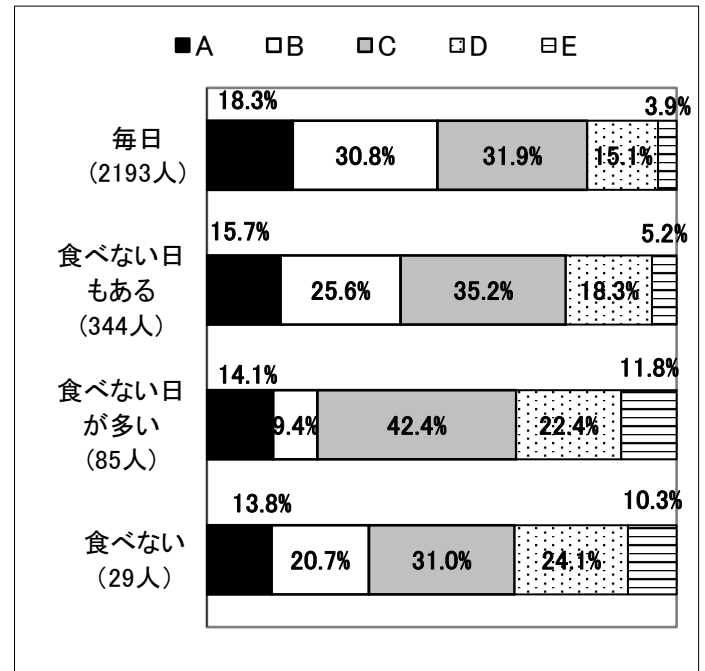
(4)－2(中2女子:朝食摂取の有無)



(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】

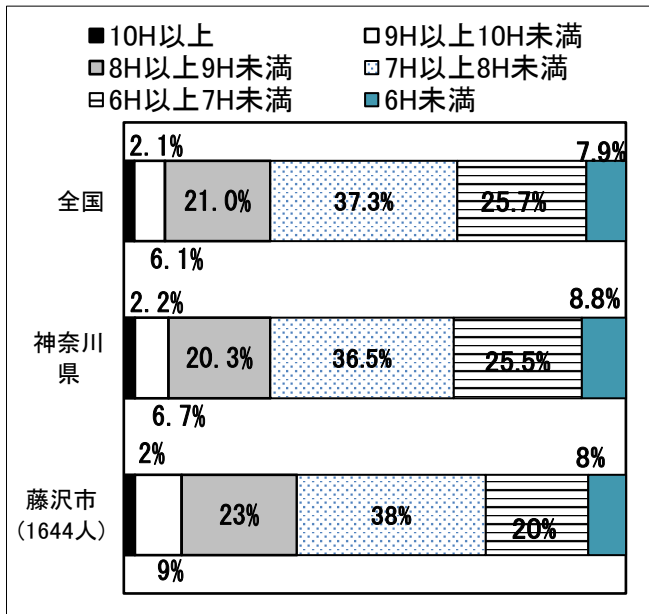
昨年同様、男女とも、朝食摂取に関して毎日食べている生徒は約80%で、女子については、全国・県とより高い数値となっています。

体力合計点については、朝食を「毎日」摂取する生徒は、「食べない」「食べない日が多い」と回答した生徒よりも高い結果となっています。また総合評価においてもA・Bの割合をみると、朝食を毎日摂取する生徒は、それ以外の生徒に比べて高い結果となっています。

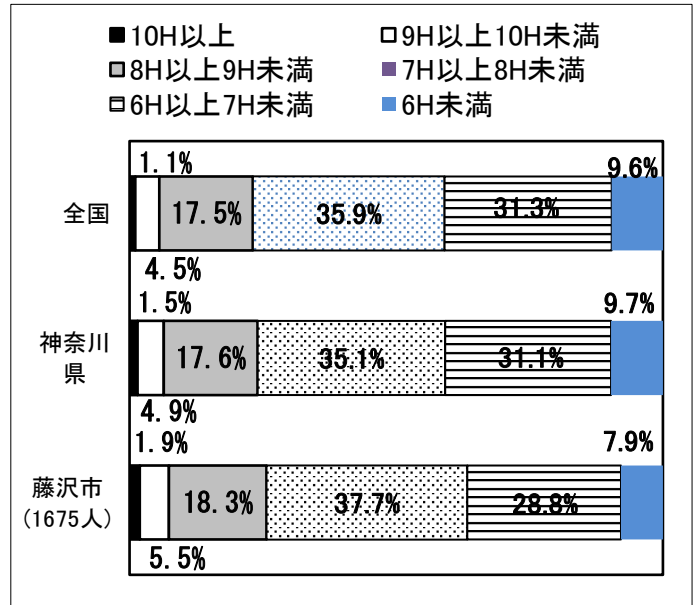
朝食の摂取が体力の向上に影響していると読み取ることができます。

(5) 睡眠時間と体力

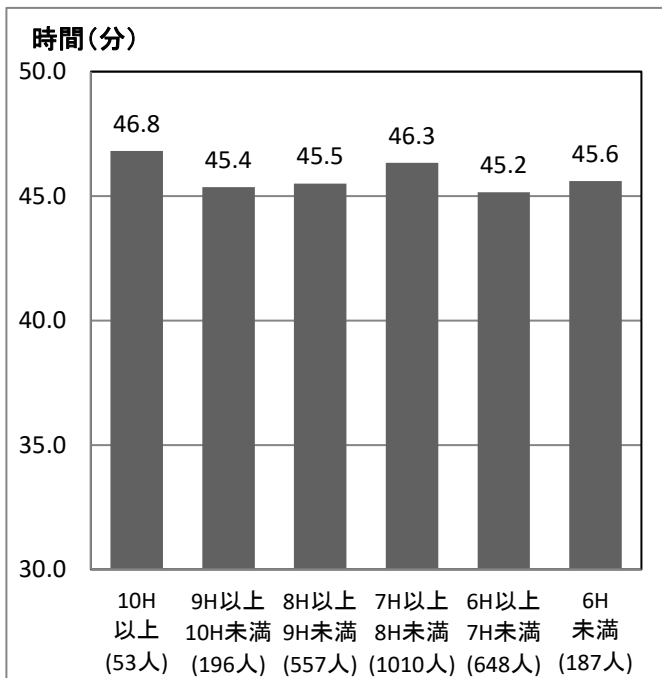
(5)－1(中2男子:1日の睡眠時間)



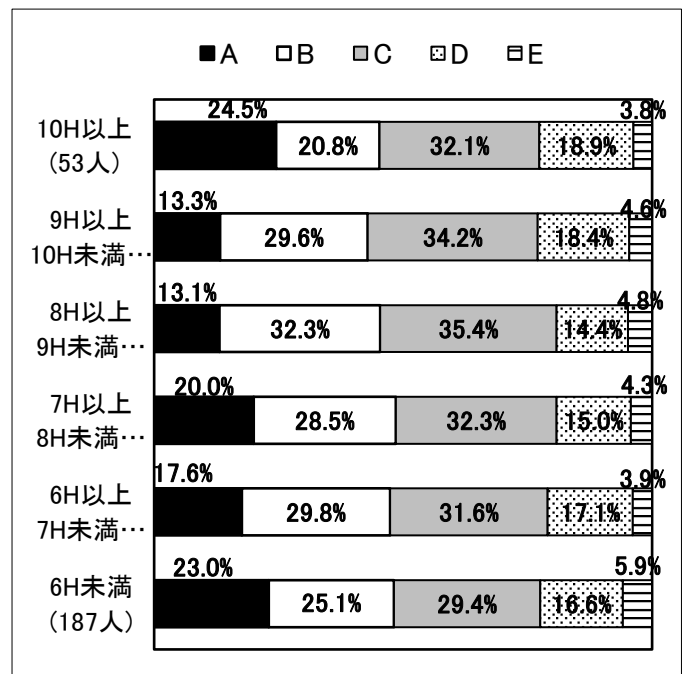
(5)－2(中2女子:1日の睡眠時間)



(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】

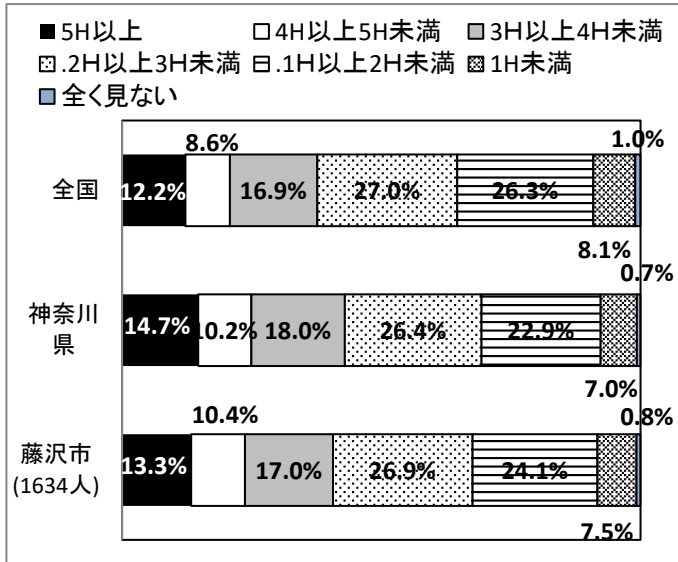
睡眠時間が8時間以上の生徒は男子が34%、女子が25.7%でした。全国・県の割合と比べると睡眠時間は長い傾向にあることがわかります。

睡眠時間と体力との関係は、体力合計点では、「10時間以上」「7時間以上～8時間未満」の生徒の平均値が高くなっています。

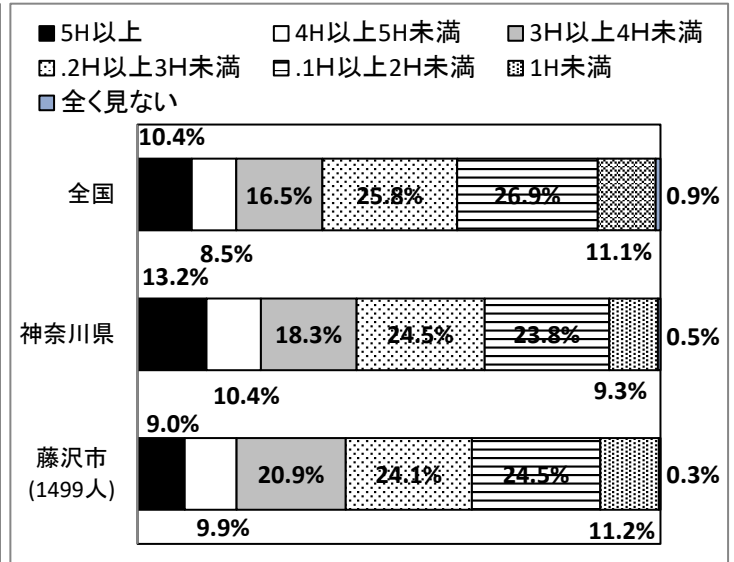
総合評価については、A・Bの割合をあわせると「7時間以上8時間未満」の生徒がやや高い割合となっています。

(6) テレビ等(学校以外)の視聴時間と体力

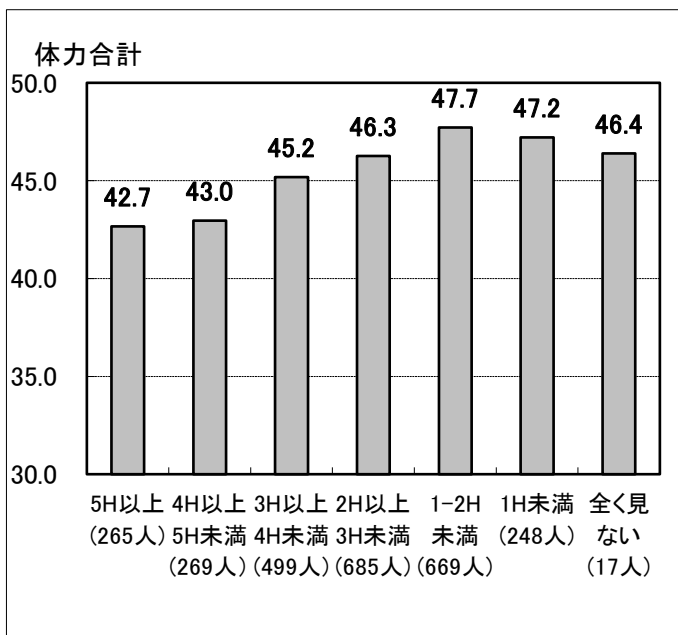
(6)－1(中2男子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



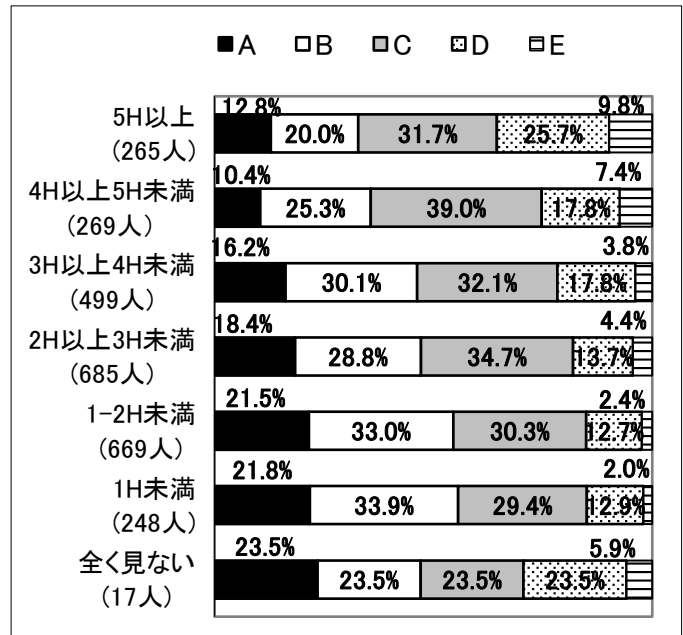
(6)－2(中2女子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



(6)－3(テレビ、パソコン等視聴時間と体力合計点の関係)



(6)－4(テレビ、パソコン等の視聴時間と総合評価の関係)



【結果】

テレビ等(学校以外)の視聴時間は、男女ともに「3時間以上視聴」するの生徒の割合が全国を上回っています。

「3時間未満」の視聴に該当する生徒は、「3時間以上」の視聴に該当する生徒に比べて、体力合計点が高いといえます。総合評価のA・Bの割合についても、「4時間未満」の視聴に該当する生徒は、それ以外の生徒と比べて高くなっています。

◇調査結果の傾向とまとめ(中学校2年生)

今回の調査結果から藤沢市の中学2年生は男女ともに、全国、県の水準を上回る種目が多く見られます。一方、男女とも、上体起こし・長座体前屈では、全国、県の水準を下回っています。体力合計点では、男子が全国・県より若干下回っているもののほぼ同程度です。また、女子は県の得点を上回っているものの、全国よりは下回っています。

各種目の全国・県との比較から、男女ともに「力強さ」「動きを持続する能力」の要素が高く、「体の柔らかさ」の要素が低い傾向にあります。

生活習慣については、朝食を毎日摂取する生徒は体力合計で高い数値が出ている一方、男女ともにテレビ視聴時間については長時間の傾向があり、課題が見られます。これらのことから、体力向上のためには、生活習慣改善について指導が必要です。

7. 今後の取組

調査結果から、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、新しい生活様式をふまえた上で、次のような取り組みが必要であると考えます。

(1) 児童生徒の取組

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」を調査前に配付したことで、実施方法についての理解を図ることができました。今後については、「体力テスト記録カード」を配付し、児童の興味・関心を高め、意欲的に体力向上に努める児童の姿を目指していきます。

②児童会活動、生徒会活動の主体的な取組

小・中学校においては、児童会や生徒会が主体となって企画したスポーツ大会やレクリエーション等が行われました。本年度も、実施場所・参加人数等を工夫しながら、運動が苦手な児童生徒でも参加できる、児童会、生徒会の主体的な取組を推進していきます。

(2) 学校の取組

①体力テスト実施方法の正しい理解

確かな体力テストの実施を促進するため「体力テスト指導ポイントカード」を各学校に配布し、体力テストの正しい測定方法と児童生徒が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。

②児童生徒の興味・関心を高める授業の実践

小学校では、全体的に体力の低下傾向が見られたことから、藤沢市小学校教育研究会体育部会を中心に、より運動に親しむことができるよう、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がる活動を引き続き推進していきます。また、動きを持続する能力やタイミングのよさを高める運動を意識して体力向上に努めていきます。

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、課題となっている体の柔らかさを高める運動を意識して、体力向上に努めていきます。

さらに、小学校体育科（保健領域）、中学校保健体育科（保健分野）において、運動、食事、睡眠等の大切さにふれ、児童・生徒が望ましい生活習慣を確立できるよう努めます。

③生徒のニーズを踏まえた部活動の運営及び休養日・活動時間等の設定について

藤沢市の部活動の在り方に関する方針に則り、生徒のニーズを踏まえたスポーツ活動の環境を整備し「競技力志向」だけでなく、「レクリエーション志向」、「健康志向」、「複数活動志向」等、生徒の多様なニーズを踏まえた部活動の運営を行い、望ましいスポーツ環境となるよう努めます。

また、成長期にある生徒が、運動・食事・休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、休養日・活動時間等を適切に設定するよう努めます。

(3) 教育委員会の取組

- ①新しい生活様式をふまえて、学校においては、体育関係の教員向け講習会などの情報を周知するとともに、体育の授業を通して、体力・運動能力の向上について指導と助言を行っていきます。家庭においては、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啓発資料を配付したりするなどの働きかけをしていきます。
- ②環境整備については、学校内の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。
- ③情報提供としては、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。

※令和2年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止となりました。