

令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果概要

1. 西宮市の児童生徒の体力・運動能力の現状

全国的に児童生徒の体力低下が懸念される中、西宮市においても、全国体力・運動能力調査の結果が低迷している。小学校から中学校にかけて一定の体力向上は見られるものの、特定の調査項目によっては、全国平均等との比較で下回るものがある。

2. 調査の概要

(1) 調査目的

- 子供の体力の状況を把握・分析する。
- 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。
- 学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

(2) 調査対象

小学校5年生及び中学校2年生の全児童生徒

(3) 調査項目

- 小学校：握力（筋力）、上体起こし（筋パワー・筋持久力）、長座体前屈（柔軟性）
 反復横とび（敏捷性）、20mシャトルラン（全身持久力）、50m走（疾走能力）
 立ち幅とび（筋パワー・跳躍能力）、ソフトボール投げ（巧緻性・投球能力）
- 中学校：握力（筋力）、上体起こし（筋パワー・筋持久力）、長座体前屈（柔軟性）
 反復横とび（敏捷性）、持久走（全身持久力・長距離走能力）、50m走（疾走能力）
 立ち幅とび（筋パワー・跳躍能力）、ハンドボール投げ（巧緻性・投球能力）

3. 体格調査

(1) 身長 (cm)

	小5男子	小5女子	中2男子	中2女子
西宮	139.02	140.25	160.06	155.27
全国	138.92	140.12	160.00	154.86

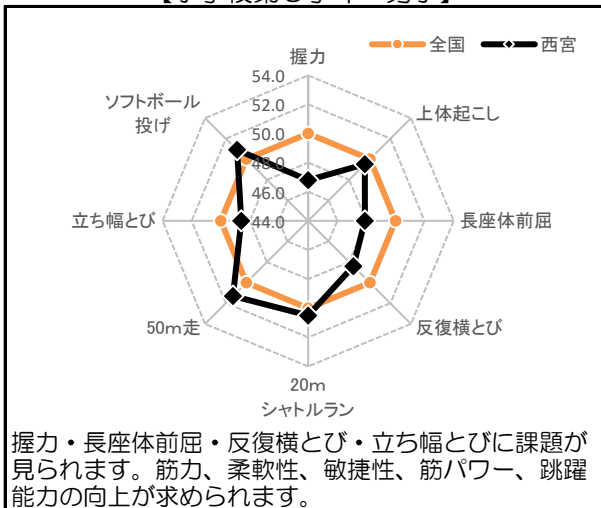
(2) 体重 (kg)

	小5男子	小5女子	中2男子	中2女子
西宮	33.38	33.04	47.79	45.50
全国	34.37	34.11	48.84	46.82

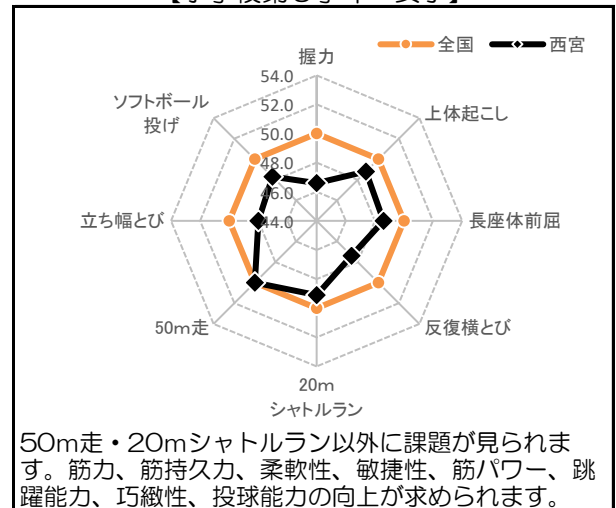
4. 各項目の対全国比

全国の平均値を50とした場合の本市の値

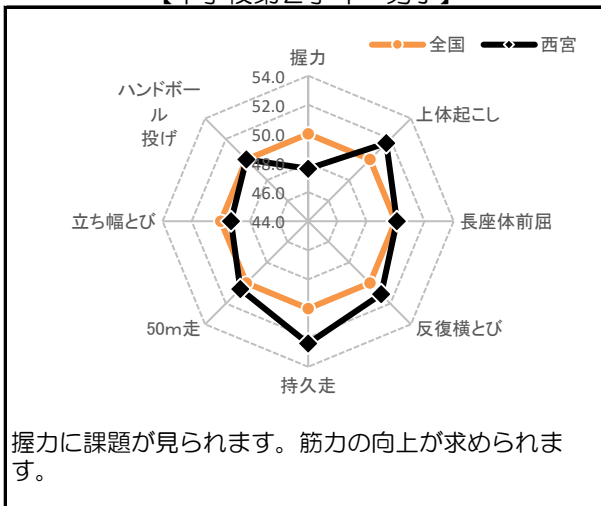
【小学校第5学年 男子】



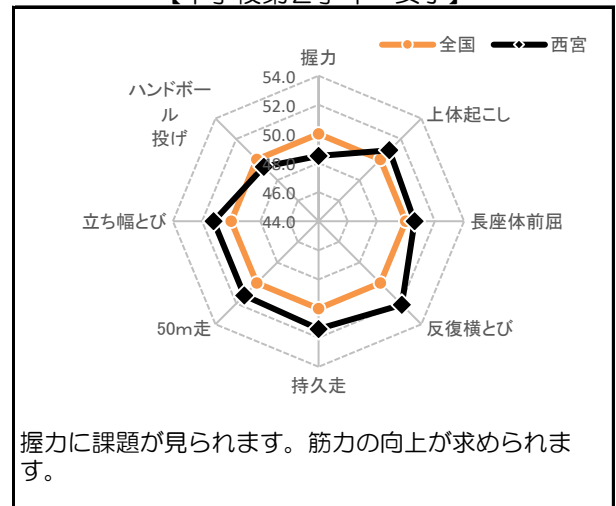
【小学校第5学年 女子】



【中学校第2学年 男子】



【中学校第2学年 女子】

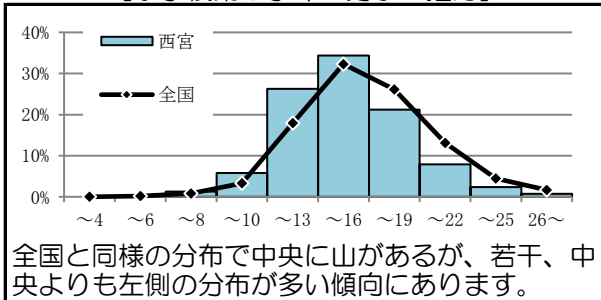


5. 全国値を下回る項目のうち、特徴的なものの度数分布図

各得点の児童生徒の割合。棒グラフが示す形状により以下のような傾向が読み取れる。

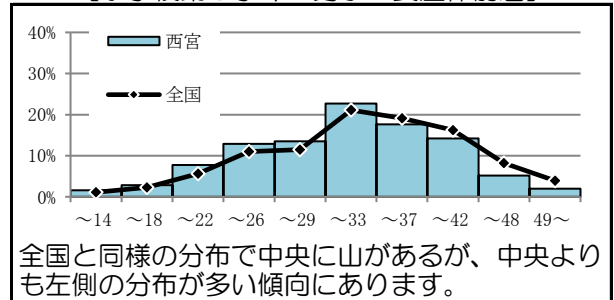
- 中央よりも左側に山がある ⇒ 能力の低い児童生徒が多くいる
- 中央に山がある ⇒ 平均的な能力の児童生徒が多くいる
- 中央よりも右側に山がある ⇒ 能力の高い児童生徒が多くいる
- 山が複数ある ⇒ 能力の高い児童生徒と低い児童生徒の二極化している

【小学校第5学年 男子 握力】



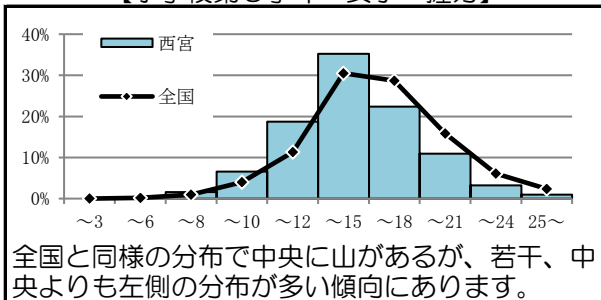
全国と同様の分布で中央に山があるが、若干、中央よりも左側の分布が多い傾向にあります。

【小学校第5学年 男子 長座体前屈】



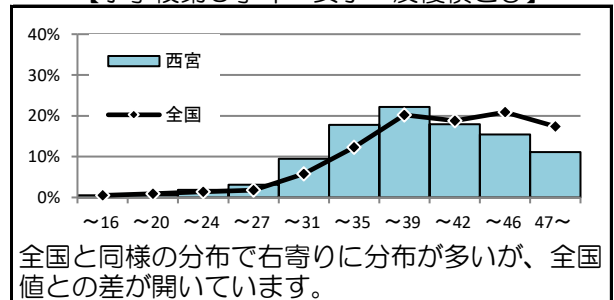
全国と同様の分布で中央に山があるが、中央よりも左側の分布が多い傾向にあります。

【小学校第5学年 女子 握力】



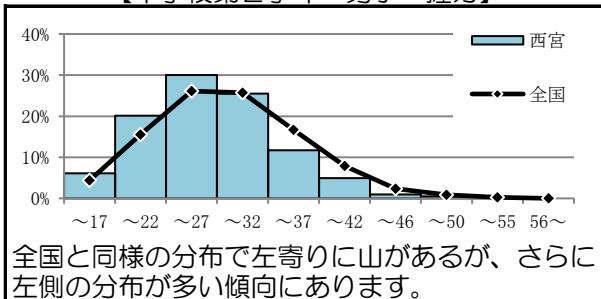
全国と同様の分布で中央に山があるが、若干、中央よりも左側の分布が多い傾向にあります。

【小学校第5学年 女子 反復横とび】



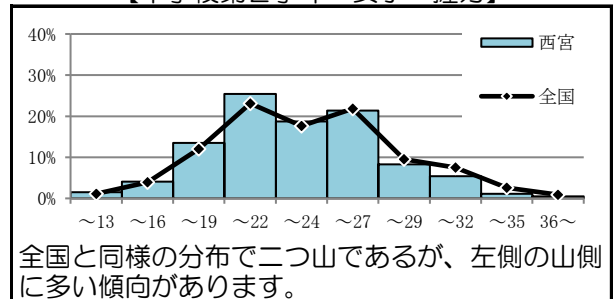
全国と同様の分布で右寄りに分布が多いが、全国値との差が開いています。

【中学校第2学年 男子 握力】



全国と同様の分布で左寄りに山があるが、さらに左側の分布が多い傾向にあります。

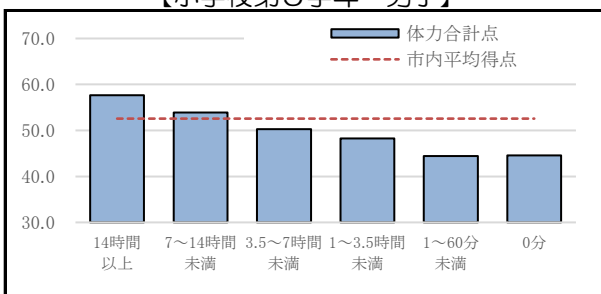
【中学校第2学年 女子 握力】



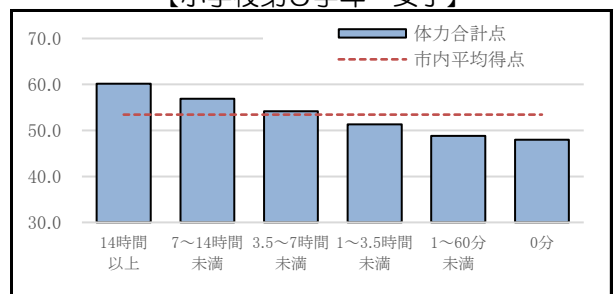
全国と同様の分布で二つ山であるが、左側の山側に多い傾向があります。

6. 1週間の総運動時間別の体力合計点

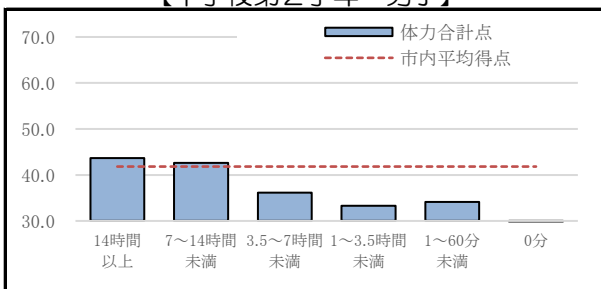
【小学校第5学年 男子】



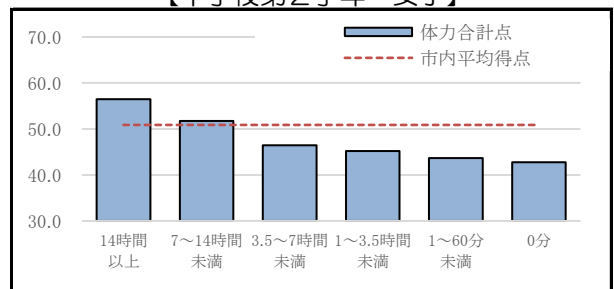
【小学校第5学年 女子】



【中学校第2学年 男子】



【中学校第2学年 女子】



小学校では、平均得点を上回る児童の多くは、1週間に7時間以上運動をしています。
 中学校では、平均得点を上回る生徒の多くは、1週間に7時間以上運動をしています。

7. 本市児童生徒の体力・運動能力の昭和60年頃との比較

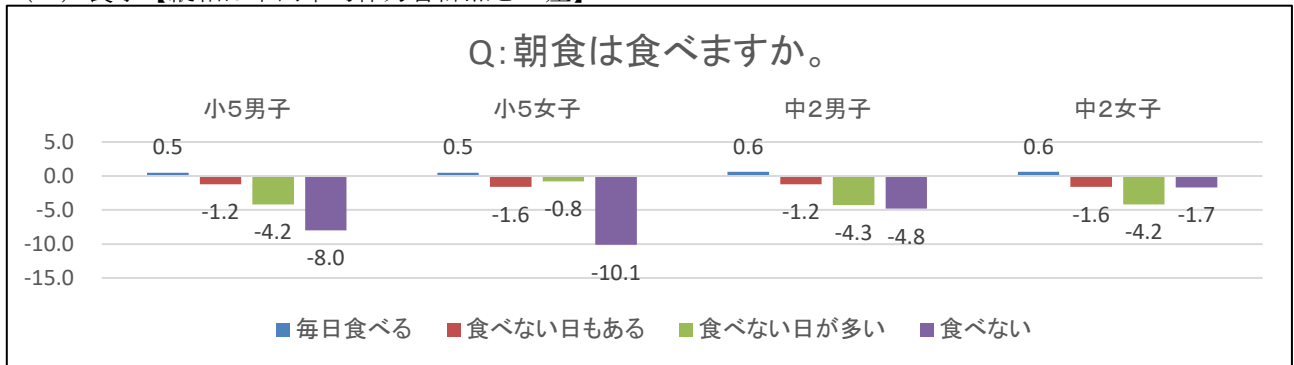
体力水準が高かったとされる昭和60年頃の平均値と比較できる、握力、50m走、持久走(中学生のみ)、ボール投げの項目について比較すると、50m走では、中学校男子の記録がほぼ到達している。一方、小学校の記録を中心に、握力とボール投げについては記録が下回る傾向が続いている。

※「◎」は、ほぼ到達している項目(指数が99%以上)、「▼」は課題のある項目(指数が90%未満)

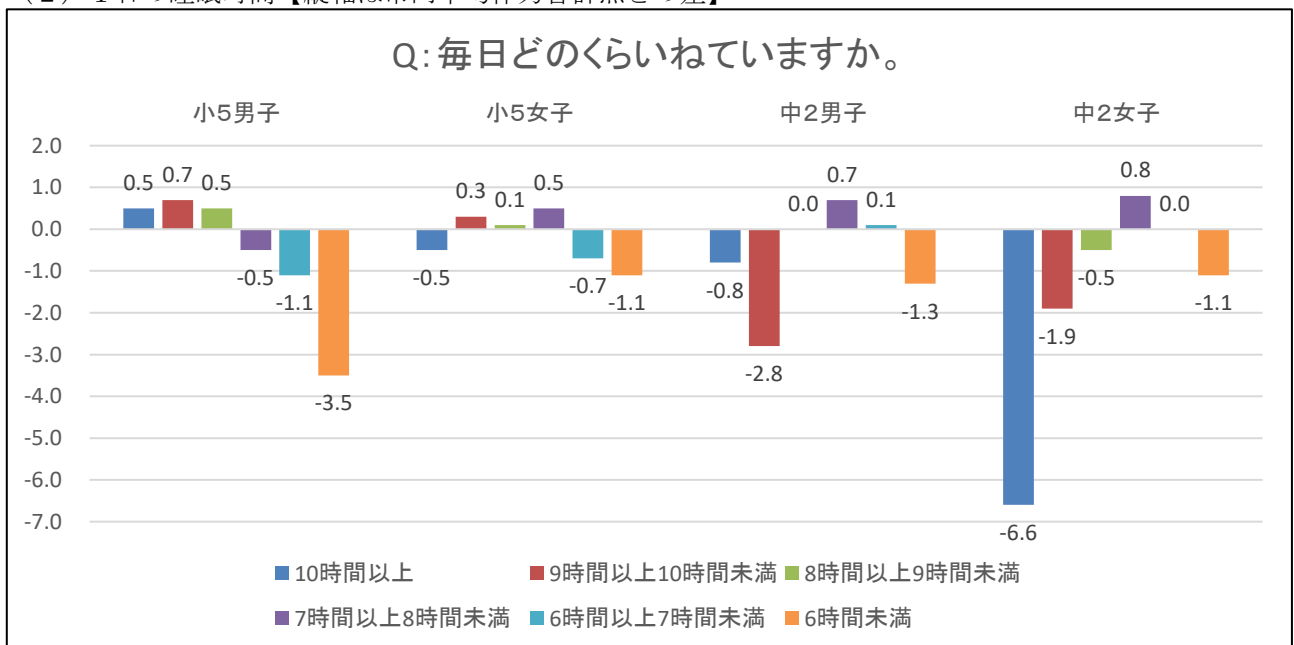
学年	性別	項目	兵庫県の平均値	西宮市の平均値					昭和60年頃を100とした指数(%)	
			S60	H15	H20	H25	R1	R1		
小学校5年生	男	握力	18.4	16.8	16.4	15.54	15.17	▼	82.4	
		50m走	9.1	9.3	9.2	9.23	9.29		97.9	
		ボール投げ	29.4	27.0	26.3	23.92	22.32	▼	75.9	
	女	握力	17.1	16.5	16.1	15.08	14.80	▼	86.5	
		50m走	9.3	9.5	9.5	9.61	9.64		96.3	
		ボール投げ	17.4	14.9	14.6	13.62	12.81	▼	73.6	
中学校2年生	男	握力	31.5	31.0	35.2	28.06	26.92	▼	85.5	
		50m走	7.9	7.8	7.5	7.95	7.96	◎	99.2	
		持久走	371.3	384.3	370.0	375.93	382.98		96.9	
		ボール投げ	22.3	21.4	24.1	20.98	20.41		91.5	
	女	握力	25.3	23.8	23.8	23.50	23.11		91.3	
		50m走	8.6	8.8	8.7	8.73	8.71		98.7	
		持久走	274.2	281.9	279.4	278.35	283.65		96.6	
		ボール投げ	15.4	13.5	13.9	12.88	12.67	▼	82.3	

8. 生活習慣との関係 ～体力合計点とのクロス集計～

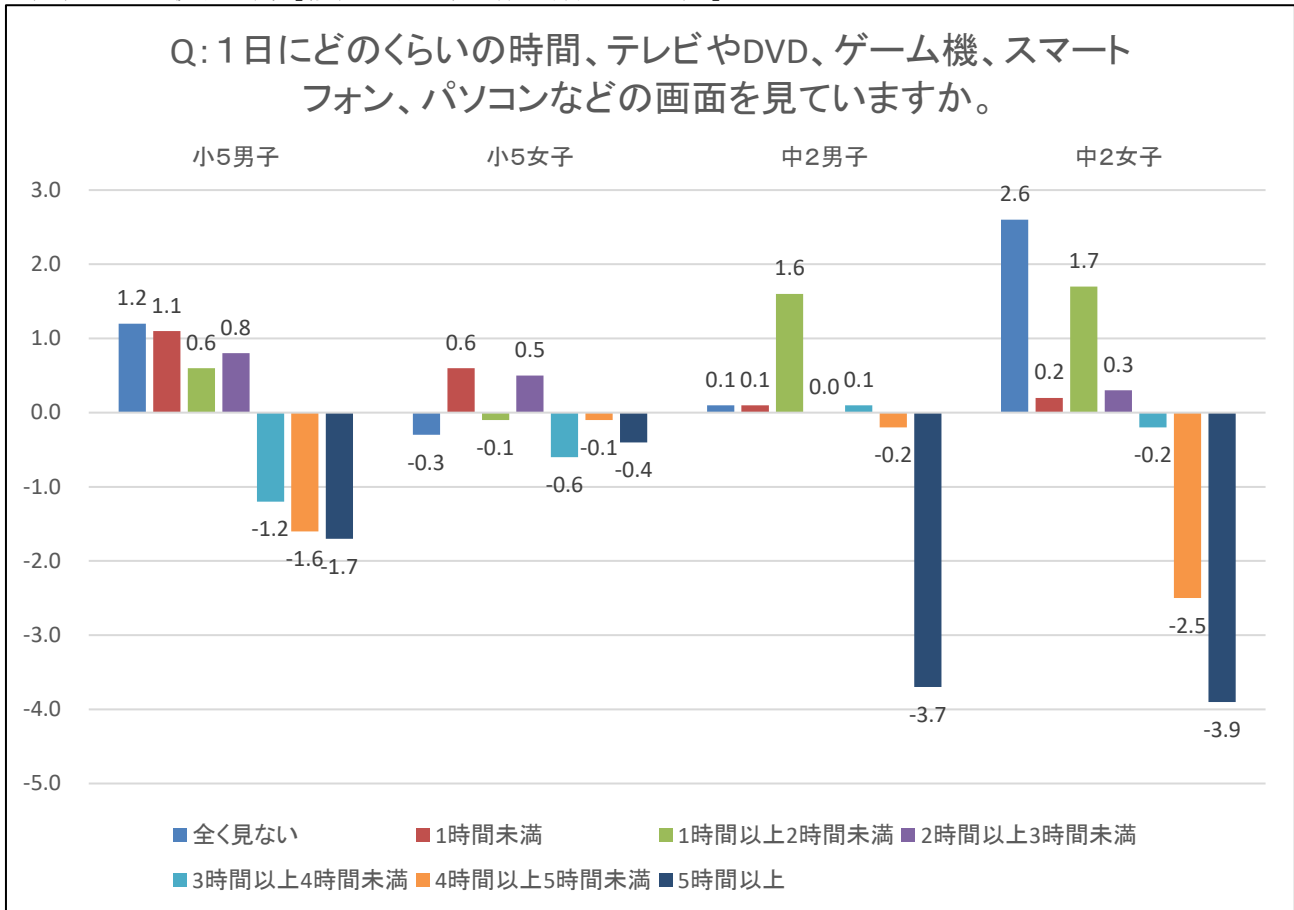
(1) 食事【縦軸は市内平均体力合計点との差】



(2) 1日の睡眠時間【縦軸は市内平均体力合計点との差】



(3) 1日の視聴時間【縦軸は市内平均体力合計点との差】



9. まとめ

- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、小学校段階では全国の結果を下回ることが多く、体力・運動能力の低さが明らかである。
- 中学校になると、全国の結果と同程度または上回る種目が多く、体力・運動能力が向上している傾向がうかがえる。
- 特に小学校段階での体力・運動能力の向上が、市全体の体力向上に大きく影響する。

- 学校における体育授業や休み時間の過ごし方などを通して運動の楽しさを味わうことができるようにする。
- 体育授業では、「体づくり運動」の充実を目指し、単元づくりや運動づくりを工夫する。
- 生活の中で運動する機会を増やす。