平成21年度
全国体力･運動能力、生活習慣等調査
結果報告

この調査は、体力低下が叫ばれて久しい状況の中で、全国的に子どもたちの状況を把握するために実施されました。本市としましては、その趣旨を踏まえ、小学校、中学校とも全校が本調査に参加をしました。

調査対象は小学校5年生と中学校2年生の子どもたちです。すべての小中学校が参加したとはいえ、今回、公表する調査結果が、高石市のすべての子どもたちの実態を表しているわけではありません。しかし、今回の結果を目安として、体力や生活習慣を把握し分析することにより、教育及び教育政策の成果と課題を検証し、その改善を図ることは可能であると考えております。

調査項目の中には、学校における取組みだけではなく、生活習慣についての項目もあります。高石市教育委員会では、調査結果を公表することによって、体力を含めた生活全般に対して学校・家庭・地域住民が共通の認識を持ち、見直していく一つの機会にしたいと考えております。今回の結果から見えてきたことが、体力の向上、生活習慣の改善に結びつき、それらの結果として、高石市の子どもたちが健康に、元気に生活できるよう、今後も取り組んでまいります。

高石市教育委員会

平成２１年度全国体力・運動能力、生活習慣等調査　結果概要　―平成 21 年 4 月～7 月実施―

調査の概要

1）調査の目的

（1）子どもの体力が低下している状況にかんがみ、国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子ども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どもの体力の向上にかかる施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組みを通じて、子ども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）各学校が児童生徒の体力や生活習慣、食習慣、運動習慣を把握し、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）調査の内容（実技に関する調査。測定方法等は新体力テストと同様）

（1）児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査

小学校調査〔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

中学校調査〔8種目〕

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走 or20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

☆総合評価について

イ 質問紙調査

生活習慣、食習慣、運動習慣に関する質問紙調査

（2）学校に対する質問紙調査

体育的行事の実施状況、体育専科教員の導入状況などの質問紙調査

3）調査対象

小学校第5学年・特別支援学校小学部第5学年

中学校第2学年・中等教育学校第2学年・特別支援学校中学部第2学年

4）実施日

平成 21 年 4 月～7 月

☆総合評価について

総合評価は、各実技調査項目を得点に換算し、総合計得点をA～Eの 5 段階で評価したものである。A評価が、実技において一番高い評価となる。

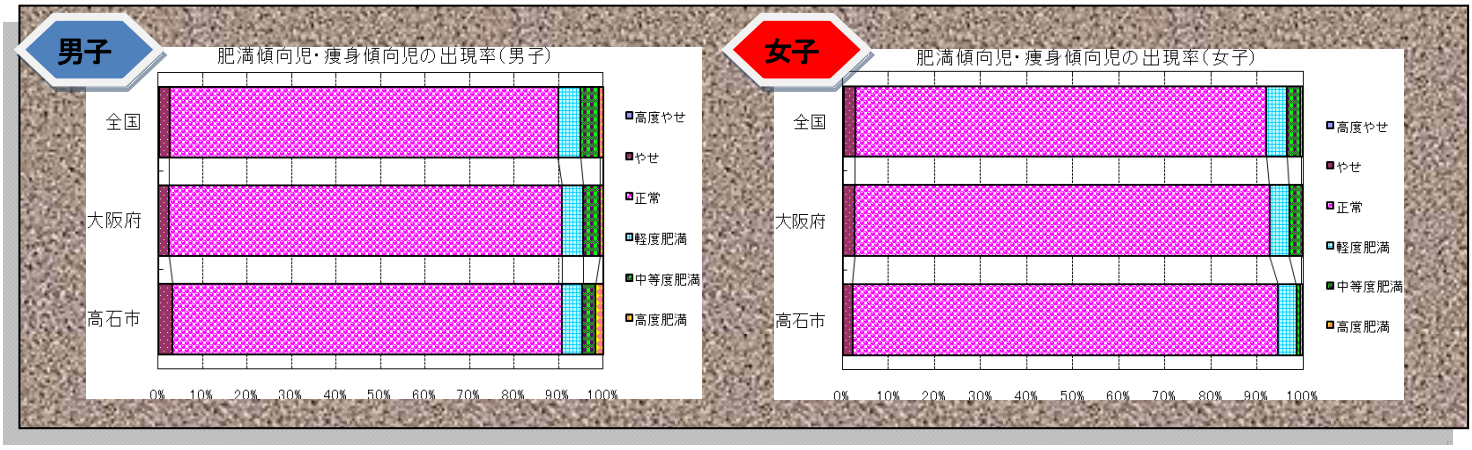
体格に関する調査結果（高石市）の概要

小学校

※「T得点」とは、全国平均を「５０」とした場合の数値である。

小学校 5年男子	身長(cm)		体重(kg)		座高(cm)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	高度やせ	やせ	正常	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
全国	138.85	50.0	34.05	50.0	74.88	50.0	0.1%	2.4%	87.3%	5.1%	4.1%	1.0%
大阪府	138.62	49.6	33.71	49.5	74.74	49.6	0.0%	2.4%	88.2%	4.8%	3.7%	0.8%
高石市	138.53	49.5	33.54	49.3	74.67	49.4	0.0%	3.2%	87.4%	4.7%	2.9%	1.8%

小学校 5年女子	身長(cm)		体重(kg)		座高(cm)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	高度やせ	やせ	正常	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
全国	140.18	50.0	34.05	50.0	75.83	50.0	0.1%	2.6%	89.4%	4.4%	3.0%	0.6%
大阪府	139.97	49.7	33.73	49.5	75.67	49.6	0.0%	2.5%	90.1%	4.2%	2.6%	0.5%
高石市	139.66	49.2	33.03	48.5	75.63	49.5	0.0%	2.1%	92.3%	4.0%	0.9%	0.6%



調査結果からわかる本市の概要について

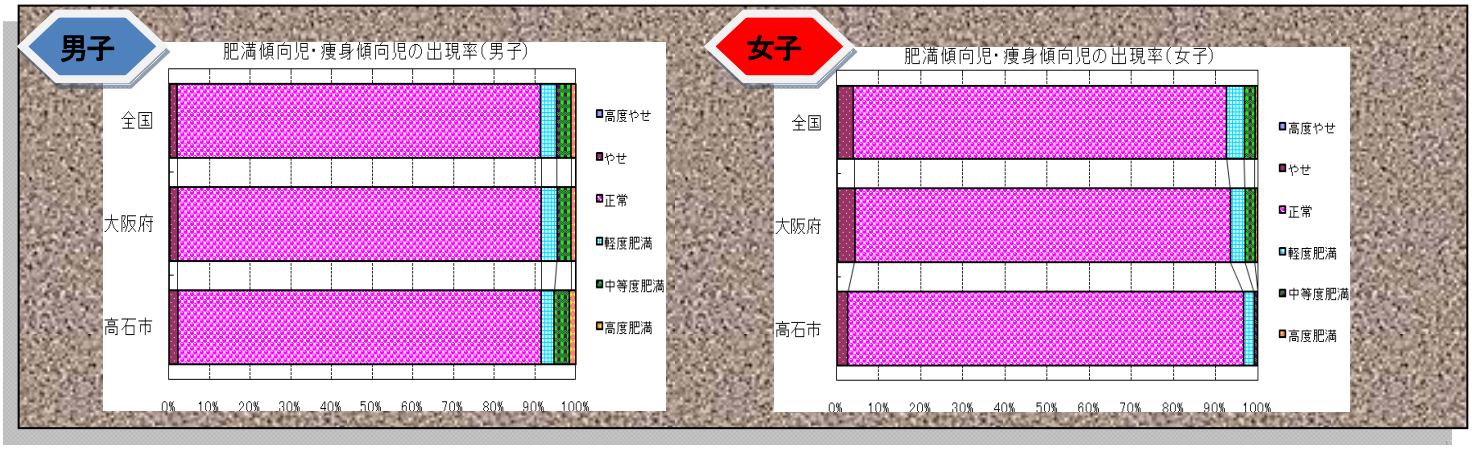
◇全国と比べた場合、若干、小柄であるが、女子の体重が、もっとも下回っている。

◇肥満傾向の児童は少なく、「やせ」「正常」の割合が高くなっている。

中学校

中学校 2年男子	身長(cm)		体重(kg)		座高(cm)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	高度やせ	やせ	正常	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
全国	159.76	50.0	48.88	50.0	84.34	50.0	0.1%	1.8%	89.4%	4.0%	3.4%	1.3%
大阪府	159.51	49.7	48.51	49.6	83.77	48.9	0.1%	2.0%	89.3%	3.9%	3.4%	1.2%
高石市	159.57	49.8	49.02	50.1	84.63	50.6	0.0%	2.1%	89.3%	3.3%	3.7%	1.6%

中学校 2年女子	身長(cm)		体重(kg)		座高(cm)		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)					
	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	高度やせ	やせ	正常	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
全国	154.96	50.0	46.94	50.0	83.39	50.0	0.1%	3.8%	88.7%	4.1%	2.6%	0.7%
大阪府	155.12	50.3	46.61	49.6	83.12	49.2	0.1%	4.1%	89.4%	3.5%	2.4%	0.6%
高石市	155.31	50.7	46.21	49.0	83.61	50.6	0.0%	2.6%	94.0%	2.6%	0.9%	0.0%



調査結果からわかる本市の概要について

◇全国と比べた場合、男子はほぼ同等であるが、女子は身長が少し上回り、体重では下回っている。

◇肥満傾向の生徒は、男子では中・高度の肥満が全国を上回っている。女子は肥満傾向の生徒がきわめて少なく、少なく、「正常」の割合が高くなっている。

実技に関する調査結果（高石市）の概要

小学校

小学校	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
5年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.96	50.0	19.28	50.0	32.55	50.0	40.81	50.0
大阪府	16.70	49.3	18.95	49.4	32.31	49.7	37.73	46.0
高石市	16.01	47.5	18.04	47.8	30.65	47.5	36.91	44.9

小学校	20mシャトルラン		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
5年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	50.08	50.0	9.37	50.0	153.64	50.0
大阪府	45.20	47.6	9.41	49.6	152.20	49.3
高石市	39.01	44.6	9.69	46.4	146.19	46.3

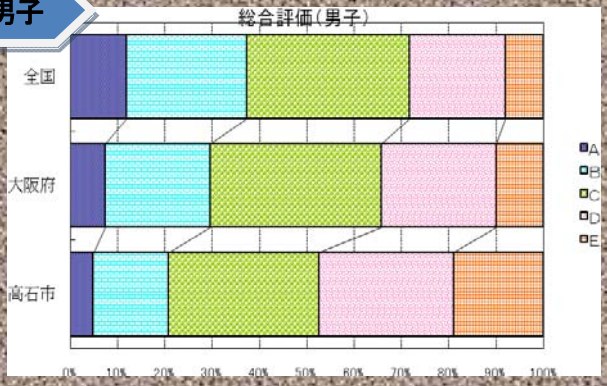
小学校	ソフトボール投げ		体力合計点(点)		総合評価(%)				
5年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	25.41	50.0	54.19	50.0	11.8%	25.5%	34.3%	20.2%	8.1%
大阪府	25.06	49.6	52.58	48.2	7.4%	22.1%	36.3%	24.2%	10.0%
高石市	23.78	48.0	49.72	44.9	4.9%	15.9%	31.8%	28.4%	19.0%

小学校	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
5年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	16.35	50.0	17.65	50.0	36.62	50.0	38.48	50.0
大阪府	16.07	49.3	17.03	48.8	36.30	49.6	35.25	45.4
高石市	15.60	48.0	17.15	49.0	34.53	47.4	36.15	46.7

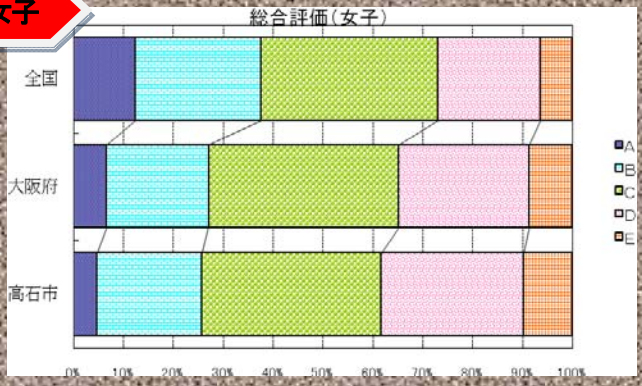
小学校	20mシャトルラン		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
5年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	38.73	50.0	9.64	50.0	145.11	50.0
大阪府	33.88	47.0	9.71	49.1	142.28	48.6
高石市	32.73	46.3	9.72	49.0	140.29	47.5

小学校	ソフトボール投げ		体力合計点(点)		総合評価(%)				
5年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	14.62	50.0	54.59	50.0	12.4%	25.2%	35.4%	20.6%	6.4%
大阪府	14.46	49.7	52.44	47.5	6.6%	20.5%	38.1%	26.2%	8.7%
高石市	14.32	49.4	51.81	46.7	4.6%	21.1%	35.9%	28.6%	9.9%

男子



女子



調査結果からわかる本市の概要について

◇男子は全国、大阪と比べて、全体的に低い。特に、「２０ｍシャトルラン」が顕著に低く、持久力に課題がある。

◇女子も、全国、大阪と比べて全体的に低い。男子と同傾向で、特に持久力に課題がある。

中学校

中学校	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
2年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	29.82	50.0	26.73	50.0	42.91	50.0	50.50	50.0
大阪府	29.13	49.0	26.15	49.0	41.20	48.3	48.36	47.2
高石市	28.24	47.8	27.83	51.9	42.35	49.4	48.30	47.1

中学校	持久走(秒)		20mシャトルラン		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
2年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	396.19	50.0	83.27	50.0	8.05	50.0	194.62	50.0
大阪府	414.39	47.1	78.25	47.9	8.20	48.1	189.90	48.2
高石市	417.57	46.6	74.49	46.4	8.41	45.5	187.47	47.3

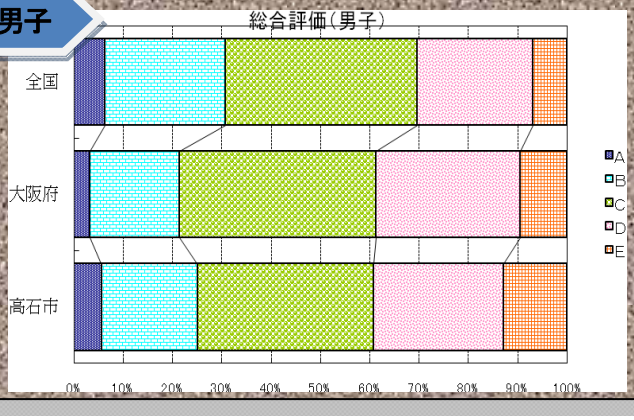
中学校	ハンドボール投げ		体力合計点(点)		総合評価(%)				
2年男子	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	21.27	50.0	41.36	50.0	6.3%	24.4%	38.8%	23.5%	7.0%
大阪府	20.85	49.2	39.03	47.6	3.2%	18.2%	39.9%	29.2%	9.5%
高石市	19.95	47.5	39.06	47.7	5.6%	19.4%	35.8%	26.3%	12.9%

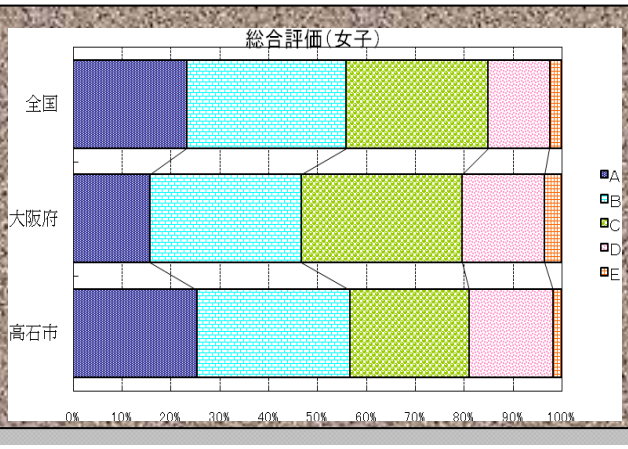
中学校	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)	
2年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	23.98	50.0	22.08	50.0	44.39	50.0	44.56	50.0
大阪府	23.57	49.1	21.24	48.5	43.33	48.9	42.70	47.2
高石市	23.89	49.8	22.68	51.1	45.94	51.6	43.31	48.1

中学校	持久走(秒)		20mシャトルラン		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)	
2年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点
全国	294.25	50.0	56.35	50.0	8.90	50.0	166.02	50.0
大阪府	310.44	46.4	52.75	48.2	9.10	47.5	161.49	48.1
高石市	298.44	49.1	53.90	48.8	9.12	47.2	163.77	49.1

中学校	ハンドボール投げ		体力合計点(点)		総合評価(%)				
2年女子	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	13.40	50.0	47.94	50.0	23.2%	32.7%	29.0%	12.6%	2.5%
大阪府	13.35	49.9	45.48	47.7	15.8%	30.9%	33.0%	16.8%	3.6%
高石市	14.13	51.8	47.79	49.9	25.3%	31.3%	24.4%	17.1%	1.8%

男子





調査結果からわかる本市の概要について

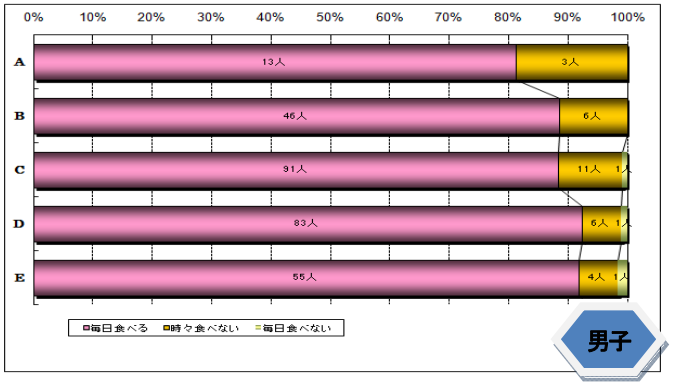
◇男子は、全国と比べて、「上体起こし」でわずかに上回っているものの、全体的に低い傾向である。特に「５０m走」が低くなっているが、「体力合計点」では大阪府と同程度となっている。

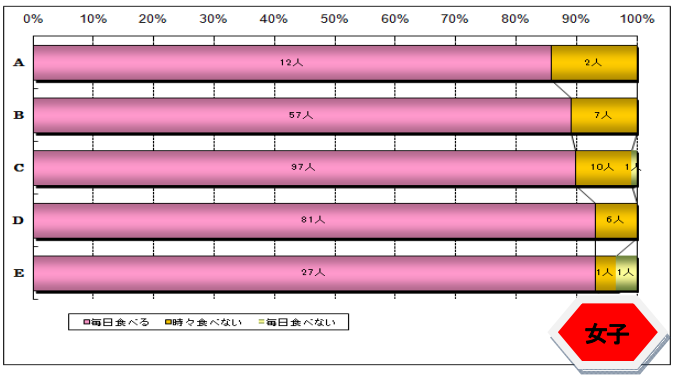
◇女子は、体力合計点でほぼ全国と同程度であり、特に総合評価で「A」の生徒が多く、上位層が多くいる。ただ、男子と同様、「５０m走」が低くなっている。

児童生徒質問紙と実技結果（高石市：総合評価）との関連について

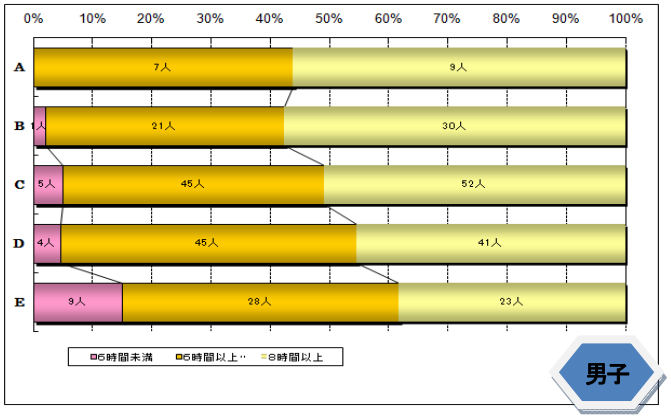
小学校

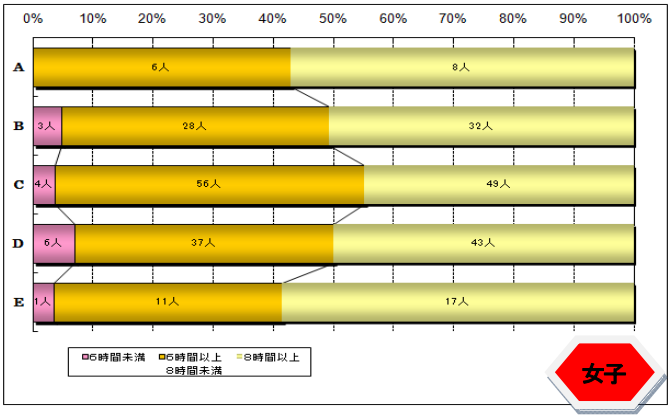
《朝食との関連》



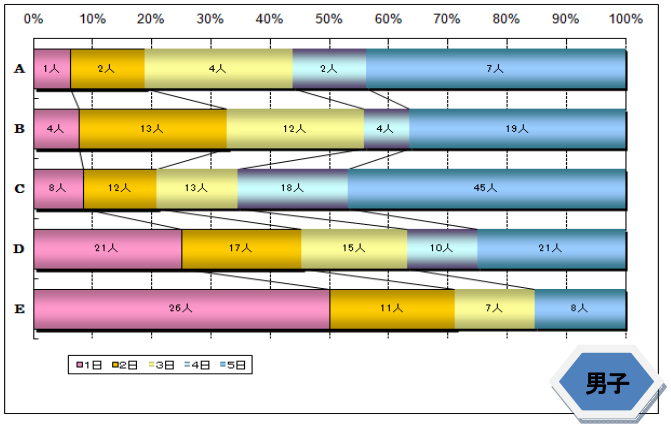


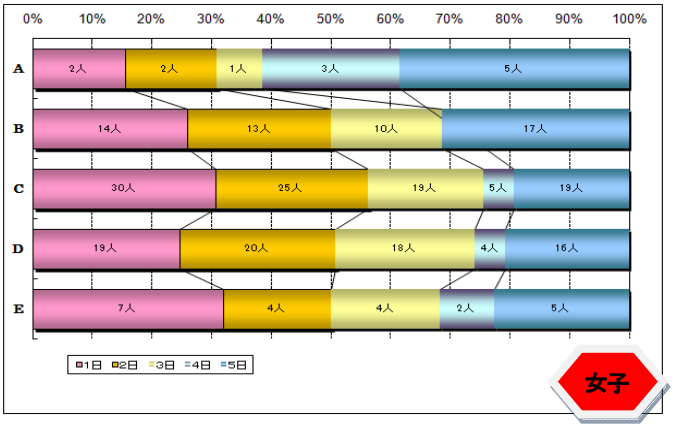
《睡眠時間との関連》



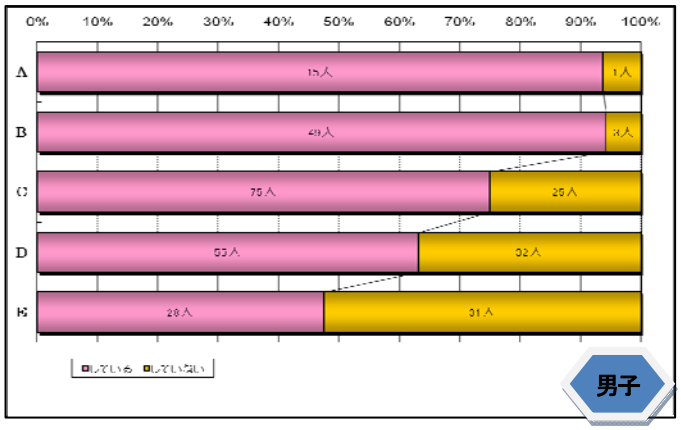


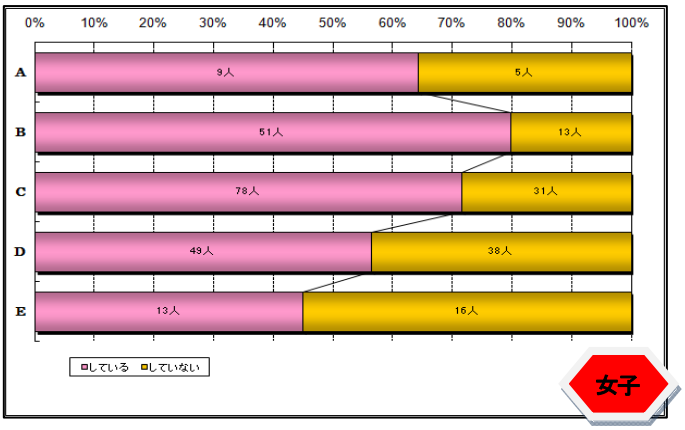
《平日の運動機会との関連》



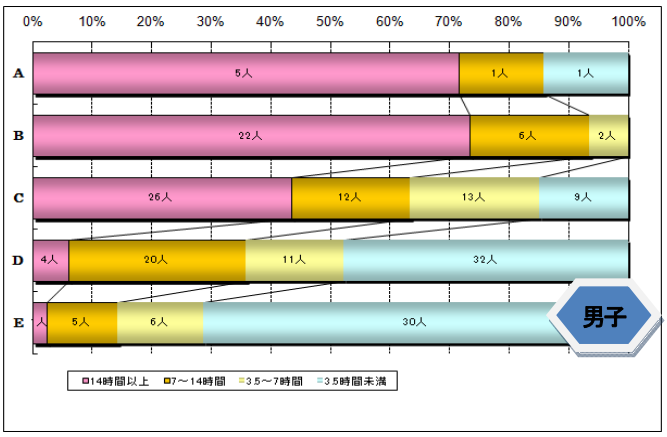


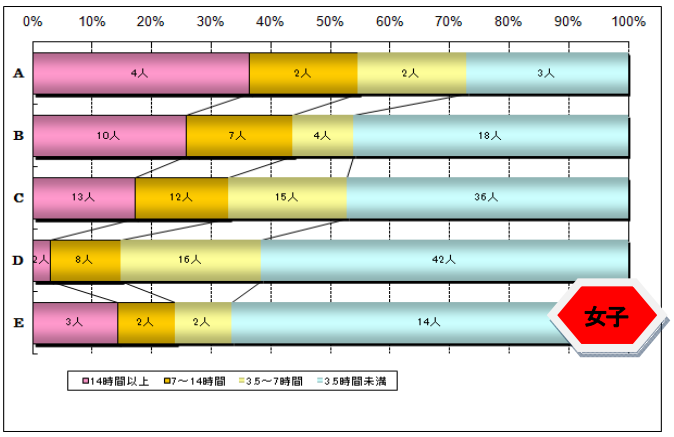
《土曜日の運動機会との関連》（※日曜日も同様の傾向）





《一週間の総運動時間との関連》





調査結果からわかる本市の概要について

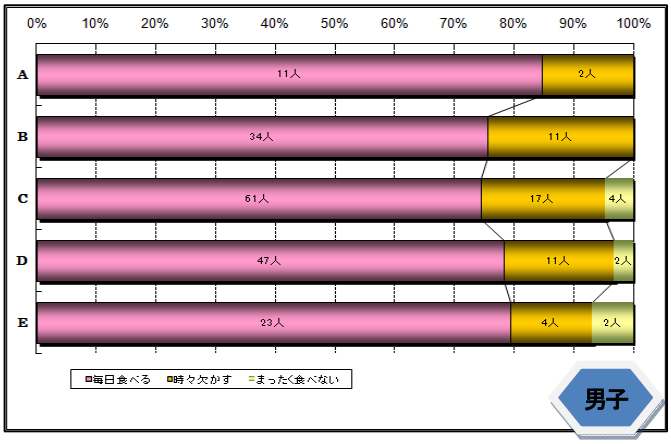
◇男女とも、朝食、睡眠時間との直接的な関係性は見られない。

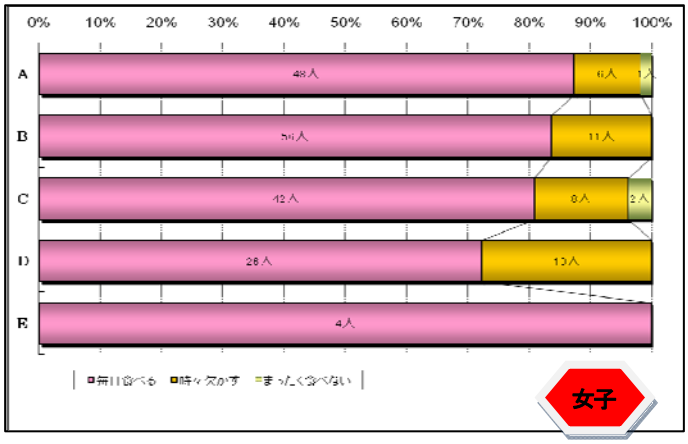
◇男女とも、平日、土曜（日曜）日も含めて、いつも体を動かしている児童が、運動能力が高い傾向にある。

◇男子で、総合評価「A」の生徒はよく運動し、「D」「E」の生徒はほとんど運動しないという、２極化の傾向が強い。

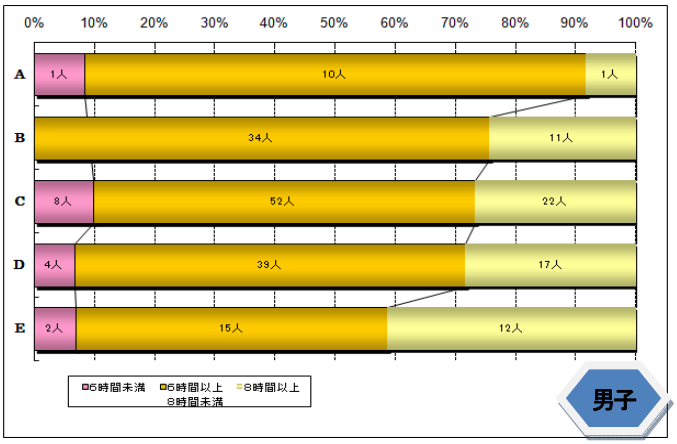
中学校

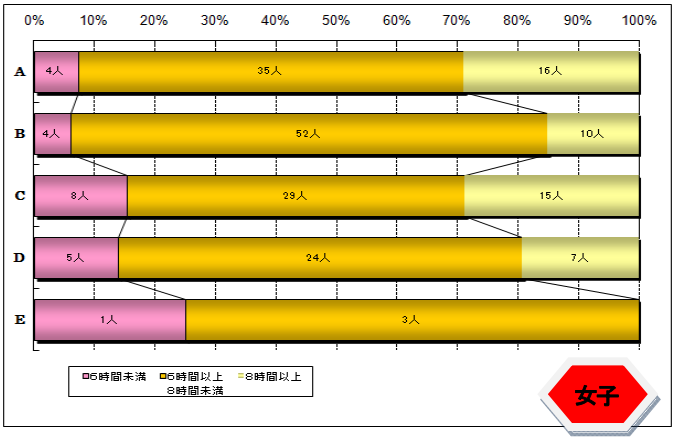
《朝食との関連》



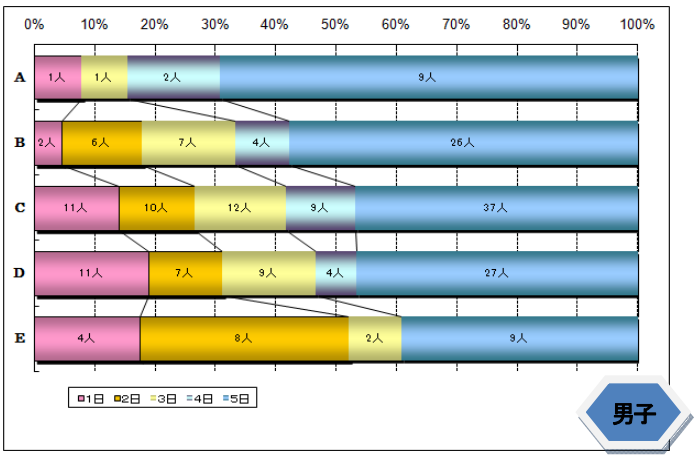


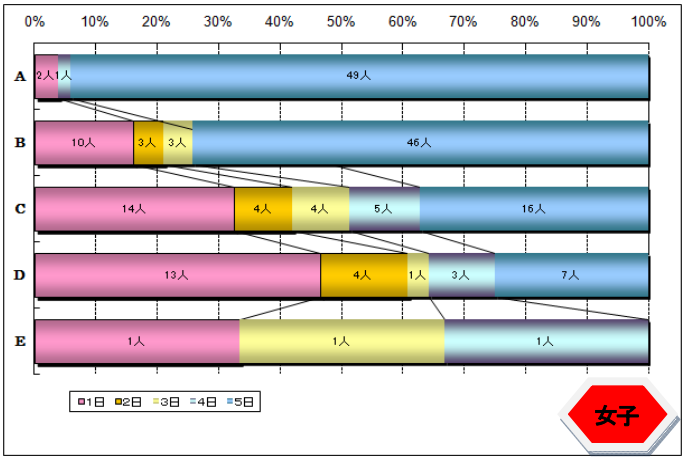
《睡眠時間との関連》



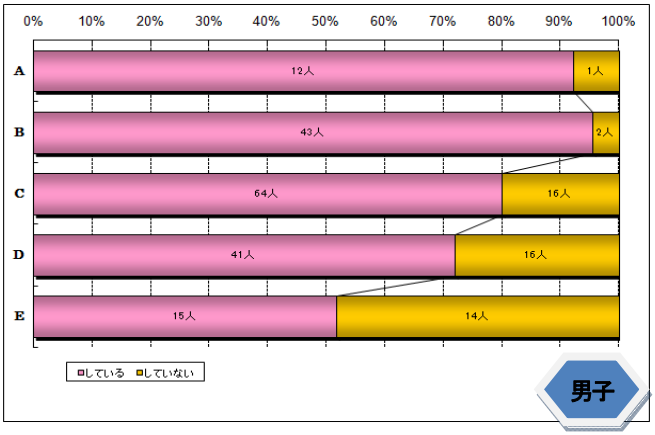


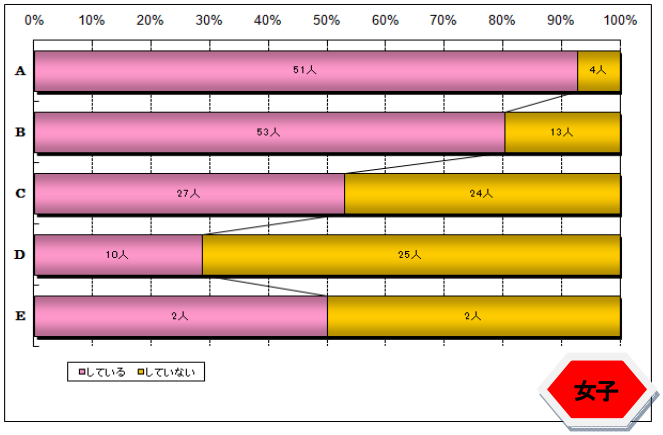
《平日の運動機会との関連》



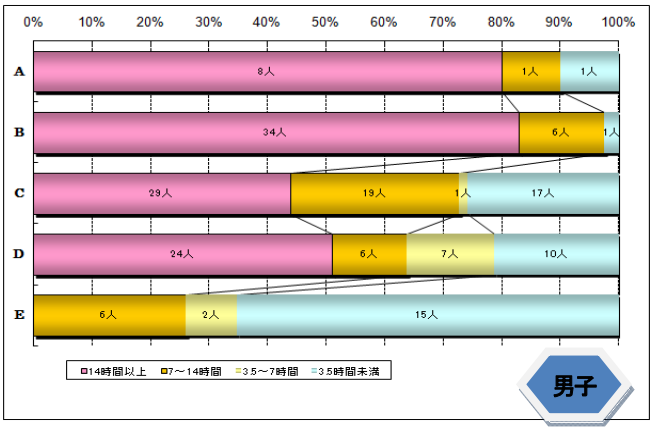


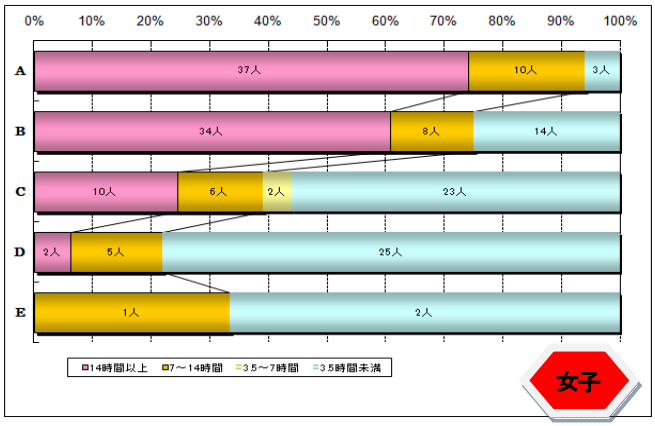
《土曜日の運動機会との関連》（※日曜日も同様の傾向）





《一週間の総運動時間との関連》





調査結果からわかる本市の概要について

◇小学校と同様、男女とも、朝食、睡眠時間との直接的な関係性は見られない。

◇男女とも、平日毎日運動する生徒が多く、クラブ活動でのがんばりが目立つが、女子では「A」と「E」との差が激しく、苦手な子は運動クラブを避ける傾向が顕著である。

今年度の結果から

今年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を分析・考察したことにより、高石市の子どもたちの体力面、生活習慣双方における課題が明らかになりました。

・「毎日運動をしている子ども」と「ほとんど運動をしない子ども」の差が激しくなり、それに伴って体力も二極化の傾向が進みつつあること。

・全体的な体力の底上げが必要であること。

等が主にめだつ点です。

高石市では、昨年度より「高石市学校園教育推進計画（高石っ子元気っ子プラン）」に取り組んでおります。その中で重視していることは、体力と健康をともに充実させることです。そのために『朝ごはん食べようキャンペーン』を実施し、基本的な生活習慣を含めた体力増進に取り組んできましたが、本年度よりさらに、『高石市三つの朝運動〔朝ごはん・あいさつ・朝読書〕』を開始し、更なる充実に努めてまいります。

この、『高石市三つの朝運動』は、朝の時間の大切さを再認識し、一日の始まりを規則正しく、効果的に過ごすことにより、子どもたちの学力・体力の両面を養おうとするものです。

これらの取組みは、学校だけでは効果的に行うことが難しいものです。ご家庭でも、これらの運動についてご理解いただき、一緒に取り組む等のご協力をお願いします。