

平成 28 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

宮城県の調査結果

目 次

- 1 調査の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 1
- 2 調査結果（実技、児童生徒・学校質問紙）の概要・・・・ P 2
 - （１）体力合計点の推移
 - （２）体力合計点における総合評価の分布
 - （３）種目別の状況
 - （４）運動時間の状況
 - （５）「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツが好き」と答えた児童生徒の割合
 - （６）健康三原則（運動・食事・睡眠）に対する意識の状況
 - （７）質問紙による調査（児童生徒、学校）
- 3 傾向の分析・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 10
 - （１）運動部活動等の加入率及び一週間の総運動時間の状況
 - （２）webなわ跳び広場参加校の「体力合計点」の状況
 - （３）地域別の体力・運動能力の状況
 - （４）体格と肥満傾向児出現率の状況《参考資料》むし歯被患者【処理完了者と未処置歯のある者】
- 4 課題と取組・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 14

1 調査の概要

- (1) 調査期間 平成28年4月から7月末まで
- (2) 調査対象 全国の小5男女, 中2男女全員(悉皆調査)
○全国調査では, 国立, 公立, 私立学校全ての学校を対象としている。
○今回の県集計においては, 公立学校のみデータ(全国, 宮城県とも)を用いている。
○宮城県のデータについては, 仙台市立学校を含んでいる。
- (3) 調査参加学校・児童生徒数

	小学校5年生 男・女		中学校2年生 男・女	
	学校数(校)	調査児童数(人)	学校数(校)	調査生徒数(人)
宮城県 (仙台市を含む)	383	18,712	207	19,346
全国	19,886	1,022,548	9,789	984,157

(4) 調査事項及び内容

① 実技に関する調査…新体カテスト(8種目)

- 1) 握力
- 2) 上体起こし
- 3) 長座体前屈
- 4) 反復横とび
- 5) 持久走, 20mシャトルラン

※小5男女は20mシャトルランを行い, 中2男女はどちらか1種目を選択して行う。

- 6) 50m走
- 7) 立ち幅とび
- 8) ソフトボール投げ, ハンドボール投げ

※小5男女はソフトボール投げ, 中2男女はハンドボール投げを行う。

② 児童生徒に対する質問紙調査

- 運動習慣, 生活習慣等

③ 学校に対する質問紙調査

- 子どもの体力向上に係る学校の取組等

2 調査結果の概要

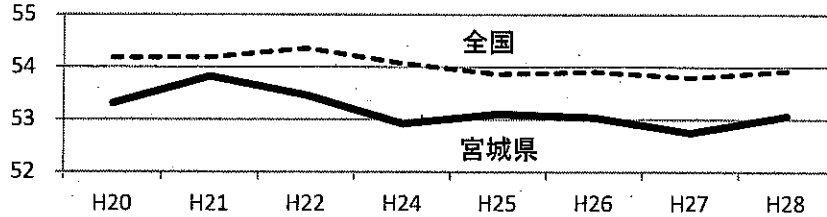
(1) 体力合計点の推移(H20年度から実施)

H23年度は実施していない

小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	53.31	53.82	53.46	52.92	53.11	53.04	52.75	53.06
全国	54.18	54.19	54.36	54.07	53.87	53.91	53.80	53.92
順位	36	30	35	41	36	40	42	38

【考察】

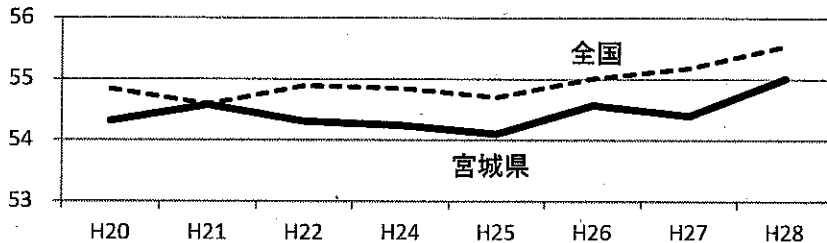
体力合計点はほとんど変化がなかったが、全国平均との差は縮まっている。



小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	54.32	54.58	54.30	54.24	54.10	54.57	54.40	55.01
全国	54.84	54.59	54.89	54.85	54.70	55.01	55.18	55.54
順位	31	25	28	32	32	33	37	32

【考察】

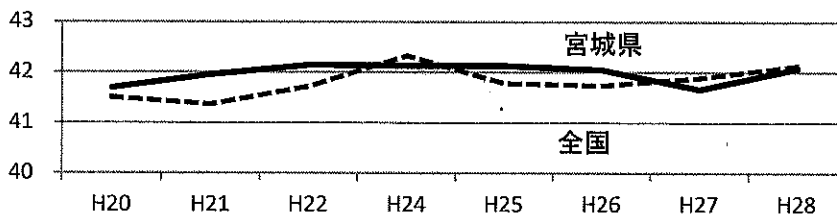
体力合計点はわずかに向上し過去最高となった。全国平均との差も縮まっている。



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	41.69	41.95	42.14	42.13	42.13	42.05	41.66	42.08
全国	41.50	41.36	41.71	42.32	41.78	41.74	41.89	42.13
順位	22	18	17	23	19	21	32	27

【考察】

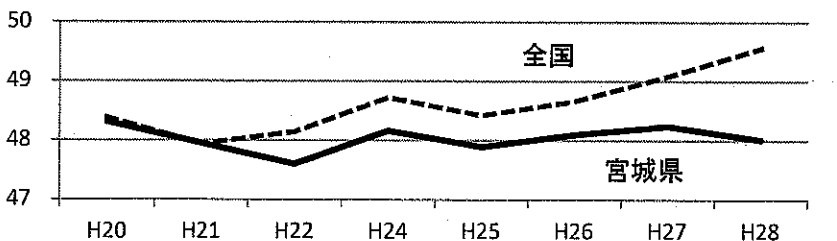
体力合計点はほとんど変化はなかったが、全国平均と同水準にある。



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	48.31	47.95	47.60	48.16	47.89	48.10	48.24	48.01
全国	48.38	47.94	48.14	48.72	48.42	48.66	49.08	49.56
順位	24	24	30	27	29	26	34	45

【考察】

体力合計点は、ほとんど変化はなかったが、全国平均は過去最高となり、全国平均との差が広がっている。



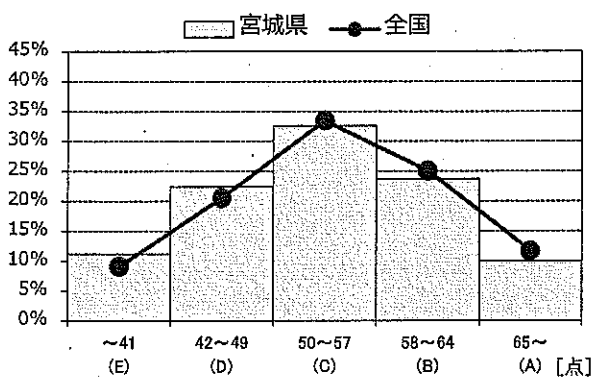
※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化(1~10点)し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、 「±0.5~1未満」は「わずかに高(低)かった。」、「±1以上」は「高(低)かった」としている。

※順位は宮城県独自集計による。

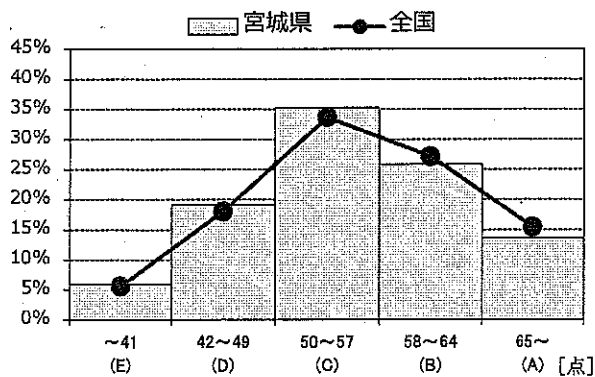
(2) 体力合計点における総合評価の分布

【小5男子】



	E	D	C	B	A
宮城県	11.2	22.4	32.6	23.7	10.0
全国	9.1	20.6	33.5	25.1	11.7

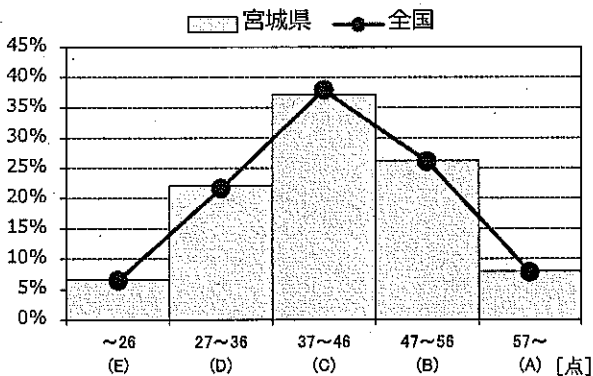
【小5女子】



	E	D	C	B	A
宮城県	6.0	19.2	35.3	25.9	13.6
全国	5.6	18.1	33.7	27.2	15.4

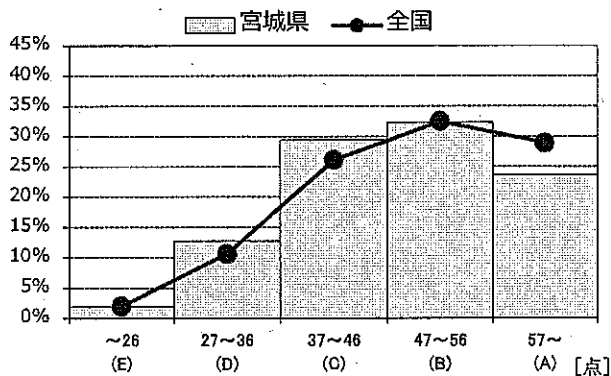
○小5男女ともに、全国と比較し、A・B判定児童の割合が低く、D・E判定児童の割合が高い。

【中2男子】



	E	D	C	B	A
宮城県	6.6	22.1	37.1	26.2	8.0
全国	6.5	21.6	37.9	26.1	7.8

【中2女子】



	E	D	C	B	A
宮城県	1.9	12.7	29.4	32.3	23.7
全国	2.0	10.6	26.1	32.5	28.9

○中2男子において、全国と同程度の割合である。

○中2女子において、A判定生徒の割合が全国より低く、C・D判定生徒の割合は全国より高い。

(3) 種目別の状況

【小学校5年生】

区分 調査種目	男 子				女 子			
	宮城県	全 国	全国比較 (T得点)	順位	宮城県	全 国	全国比較 (T得点)	順位
握力(kg)	16.45	16.47	49.9	26	16.36	16.13	50.6	15
上体起こし(回)	19.31	19.67	49.4	30	18.44	18.60	49.7	23
長座体前屈(cm)	33.22	32.87	50.4	14	37.45	37.21	50.3	13
反復横とび(点)	41.73	41.97	49.7	35	40.04	40.06	50.0	34
20m シャトルラン(回)	49.27	51.89	48.8	40	39.17	41.29	48.7	39
50m 走(秒)	9.52	9.38	48.6	41	9.70	9.61	49.0	40
立ち幅とび(cm)	147.27	151.39	48.1	46	141.61	145.31	48.2	47
ソフトボール投げ(m)	22.88	22.42	50.6	20	14.03	13.88	50.3	32
体力合計点	53.06	53.92	49.0	38	55.01	55.54	49.4	32

【中学校2年生】

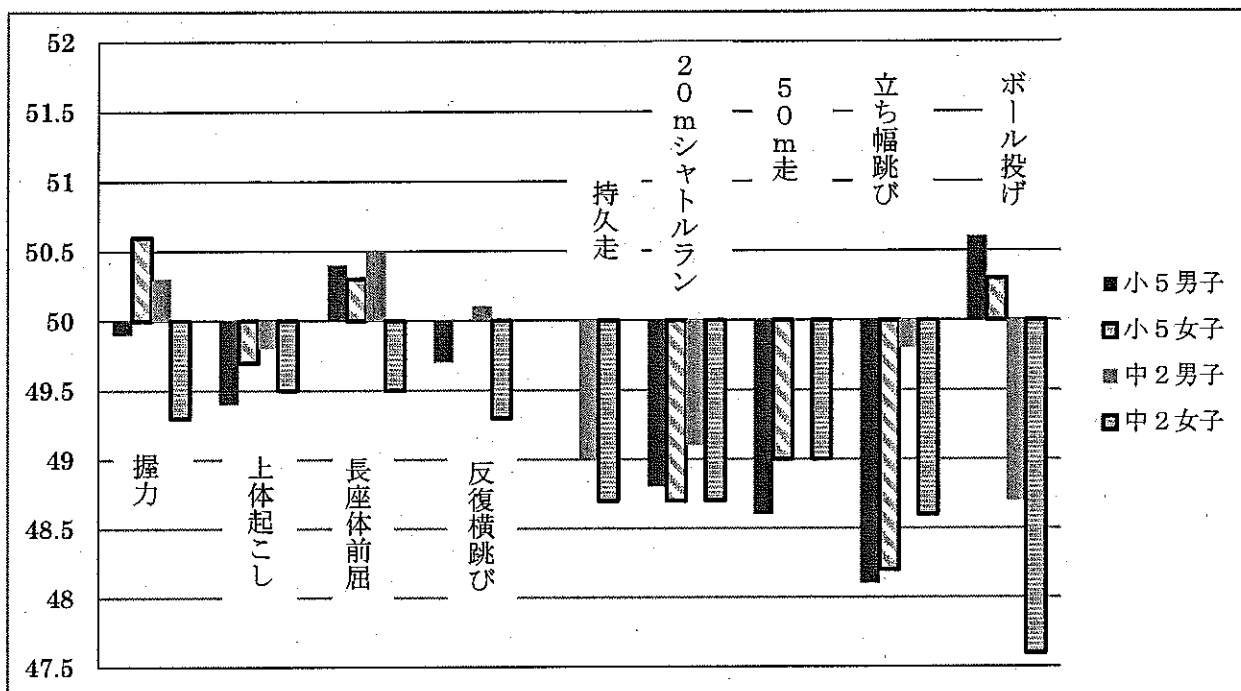
区分 調査種目	男 子				女 子			
	宮城県	全 国	全国比較 (T得点)	順位	宮城県	全 国	全国比較 (T得点)	順位
握力(kg)	29.12	28.91	50.3	25	23.45	23.75	49.3	36
上体起こし(回)	27.36	27.46	49.8	18	23.21	23.48	49.5	25
長座体前屈(cm)	43.55	43.06	50.5	19	44.99	45.46	49.5	29
反復横とび(点)	52.00	51.93	50.1	29	46.11	46.60	49.3	42
持久走(秒)	398.32	391.72	49.0	35	294.07	288.51	48.7	32
20m シャトルラン(回)	84.13	86.24	49.1	42	56.10	58.80	48.7	43
50m 走(秒)	8.02	8.03	50.0	24	8.91	8.83	49.0	39
立ち幅とび(cm)	194.05	194.69	49.8	35	164.76	168.28	48.6	44
ハンドボール投げ(m)	19.86	20.59	48.7	46	11.85	12.85	47.6	47
体力合計点	42.08	42.13	49.9	27	48.01	49.56	48.6	45

※T得点とは

- ・測定単位が異なる記録を比較する際に用い、全国と同レベルであれば50とするもの。
- ・50を超えれば「上回っている」50未満は「下回っている」と表現できる。

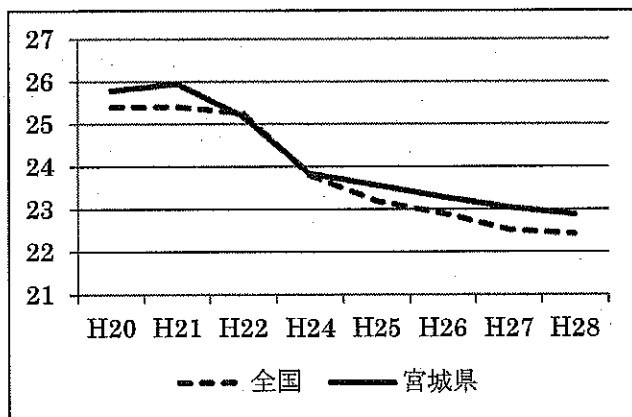
※順位は宮城県独自集計による。

○ 種目別のT得点比較



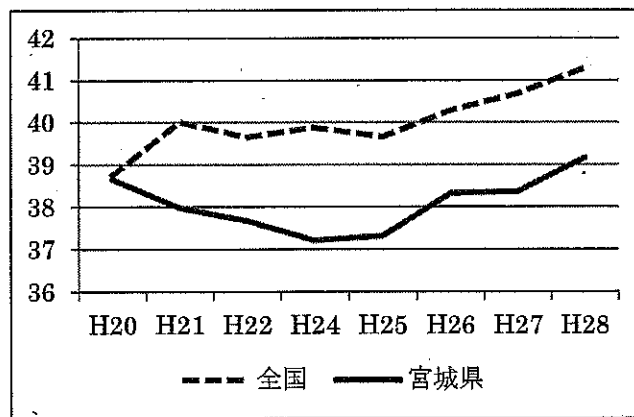
- ① 全体的に全国平均となる50ポイントを下回っている。
- ② 上体起こし, 持久走, 20m シャトルラン, 立ち幅とびの4種目については, 小5男女, 中2男女ともに全国平均を下回っている。
- ③ 小5男女の長座体前屈, ソフトボール投げは全国平均を上回っている。
- ④ 全国平均を上回っている「ソフトボール投げ (小5男子)」や, 全国平均を下回っている「20m シャトルラン (小5女子)」についての分析は, 下図のとおりである。(下図参照)

【ソフトボール投げ 小5男子】



本県の記録はゆるやかに下降しており過去最低値となったが, 全国も同様に下降しているため, 結果として全国平均値を上回った。

【20mシャトルラン 小5女子】

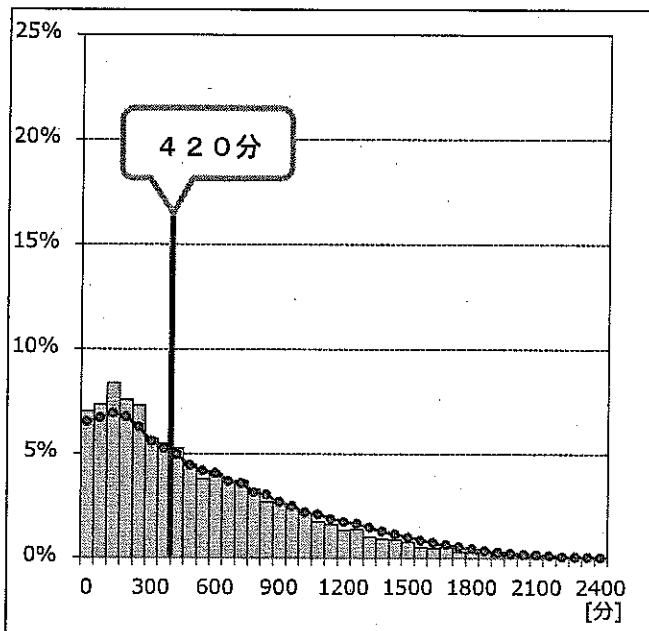


本県の記録はゆるやかに上昇しており過去最高値となったが, 全国も同様に上昇しているため, 結果として全国平均値を下回った。

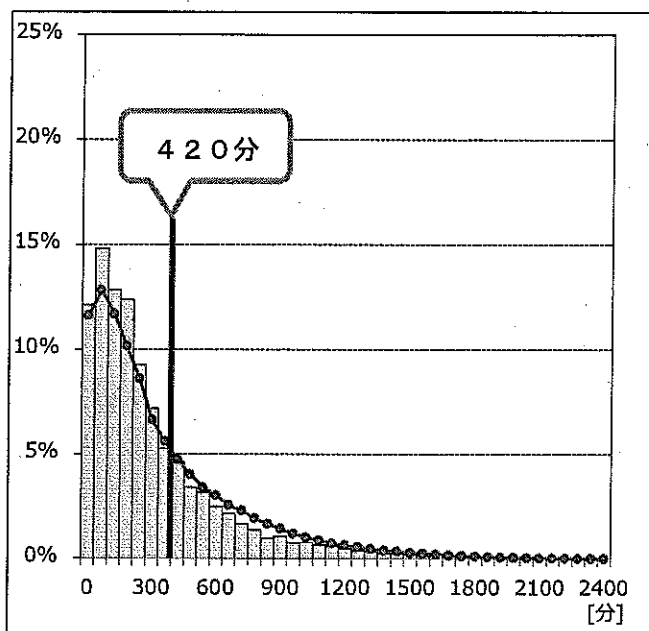
(4) 運動時間の状況(一週間の総運動時間)

(宮城県：棒グラフ 全国：折れ線グラフ)

【小5男子】

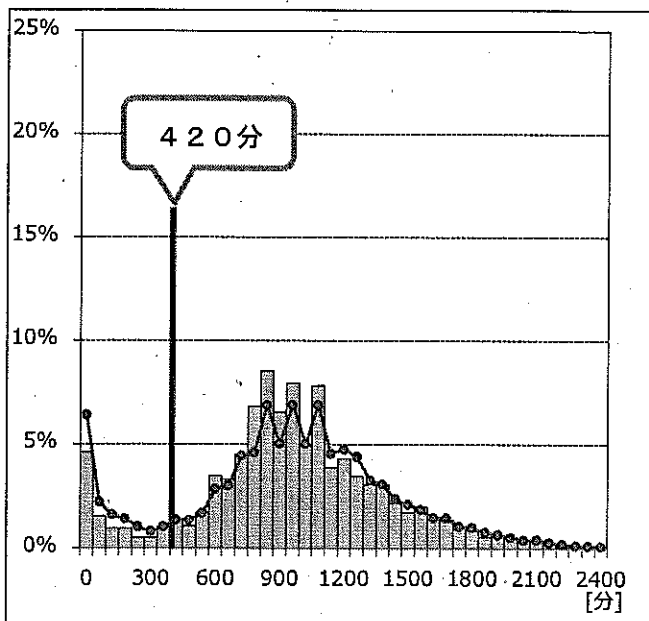


【小5女子】

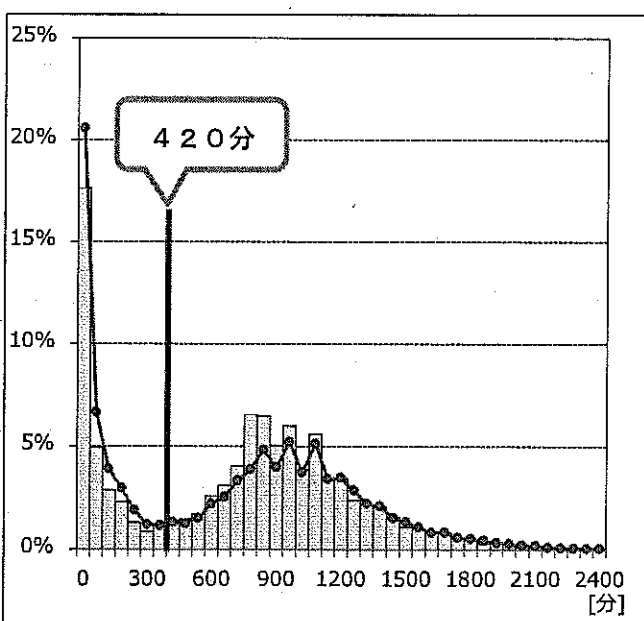


- 420分以上の児童の割合が、男子で51.1%、女子で26.1%と全国よりも低い。
- 60分未満の児童の割合は、男子で7.0%、女子で12.1%と全国よりも高い。

【中2男子】



【中2女子】



- 420分以上の生徒の割合が、男子で89.9%、女子で69.0%と全国よりも高い。
- 中学生の総運動時間が小学生より高くなっているのは、運動部活動によるものと考えられる。

※420分は、運動習慣が身につけている目安とされる「1日60分の運動」を週7日間行った場合の時間。

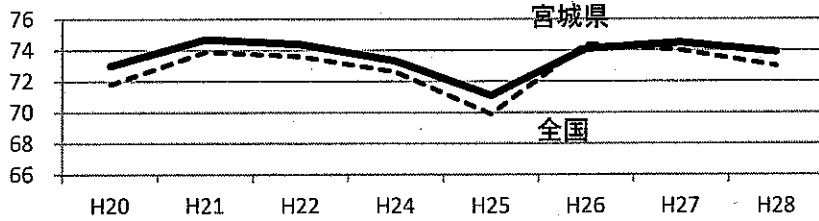
(5) 「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツが好き」と答えた児童生徒の割合
(H20年度から実施)

H23年度は実施していない

(単位:%)

小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	73.00	74.70	74.40	73.30	71.10	74.10	74.50	73.90
全国	71.80	73.90	73.60	72.60	69.90	74.40	74.00	73.00

【考察】

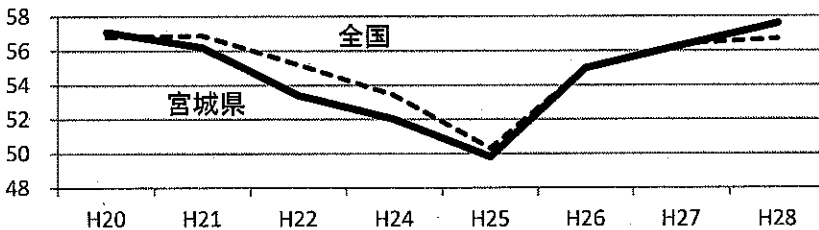


○小5男女, 中2男子は, 全国と同じような推移をしている。

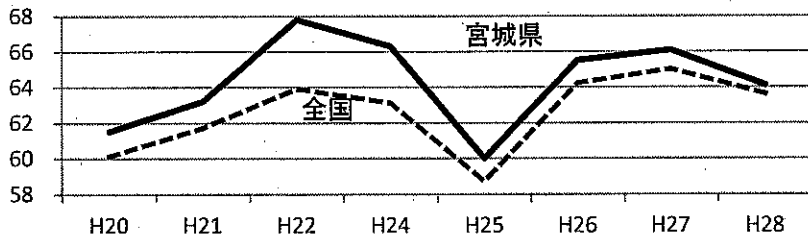
○「運動が好き」としている割合は, 小5, 中2とも, 女子に比べ男子が高い。

○中2女子は, 「運動が好き」としている割合が全国より低い。

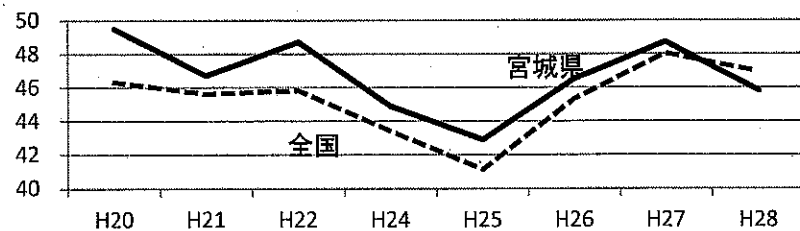
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	57.10	56.20	53.40	52.00	49.80	55.00	56.30	57.60
全国	56.80	56.90	55.20	53.40	50.30	55.00	56.40	56.70



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	61.50	63.20	67.80	66.30	60.00	65.50	66.10	64.10
全国	60.10	61.70	63.90	63.10	58.70	64.20	65.00	63.60



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	49.50	46.70	48.70	44.90	42.90	46.50	48.70	45.80
全国	46.30	45.60	45.80	43.40	41.10	45.30	48.00	46.90



※ 「好き・やや好き・やや嫌い・嫌い」の項目のうち「好き」と答えた児童生徒の割合の推移

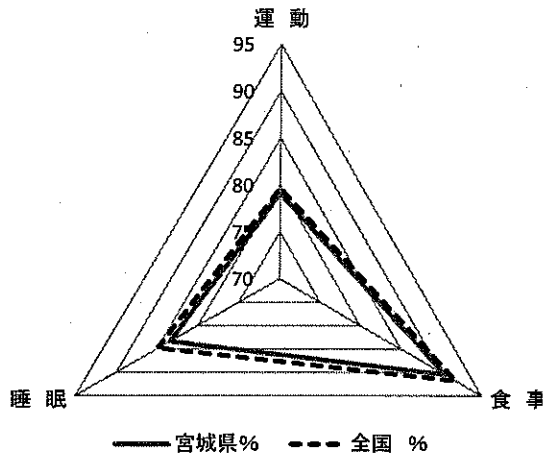
(6)健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する意識の状況

○健康であるためには「運動」「食事」「睡眠」は、どのくらい大切だと思いますか。

※「大切・やや大切・あまり大切ではない・大切ではない」の項目のうち「大切」と答えた児童生徒の割合

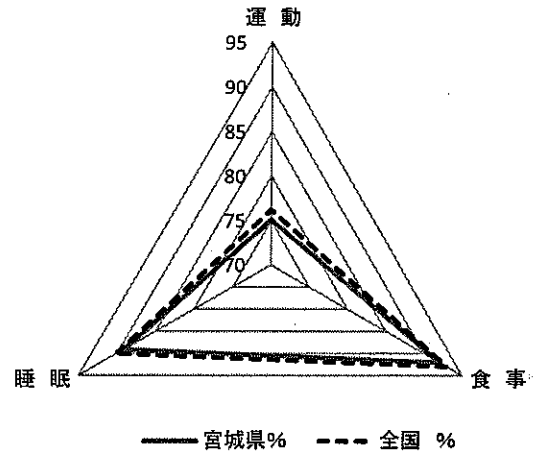
【小5男子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	79.1	90.5	83.4
全国%	79.7	91.8	84.9



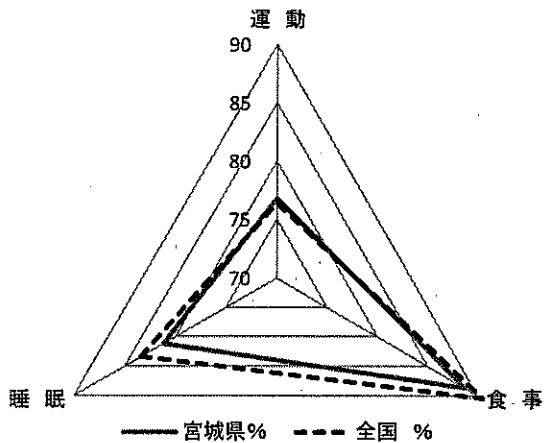
【小5女子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	75.1	92.1	89.1
全国%	76.2	93.0	90.1



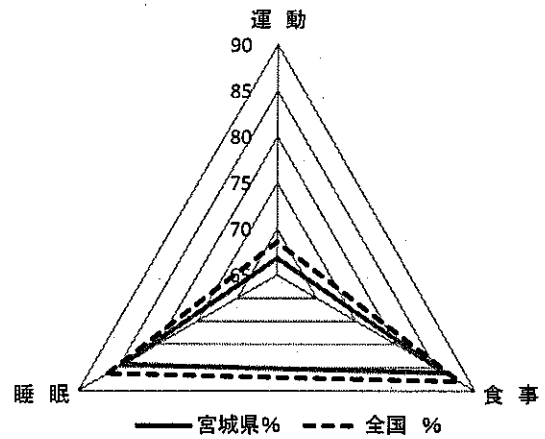
【中2男子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	76.8	88.7	81.2
全国%	76.4	90.5	83.4



【中2女子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	66.8	86.1	84.4
全国%	68.6	88.0	86.3



○どの学年でも「食事」に関する意識が最も高く、次に「睡眠」であり、運動への意識が最も低い。
 ○全ての要素に関する重要度認識が全国と比べてわずかに低く、意識を高める健康教育が重要である。

(7) 質問紙による調査

【児童生徒質問紙】

- ① 自分の体力に自信がありますか。
(自信がある、やや自信があると回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小5男子	61.9%	63.3%	△1.4
小5女子	50.6%	51.5%	△0.9
中2男子	46.6%	48.3%	△1.7
中2女子	30.8%	33.4%	△2.6

- ② 家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか。
(よくある、ときどきあると回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小5男子	62.0%	61.3%	0.7
小5女子	53.4%	52.2%	1.2
中2男子	62.6%	60.9%	1.7
中2女子	55.7%	53.9%	1.8

- ③ 体育の授業は楽しいですか。
(楽しい、やや楽しいと回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小5男子	94.5%	94.8%	△0.3
小5女子	90.9%	91.7%	△0.8
中2男子	89.4%	88.3%	1.1
中2女子	82.8%	83.0%	△0.2

【学校質問紙】

- ① 平成27年度、学校全体の、体力・運動能力の向上のための目標を、設定していましたか。
(設定していたと回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小学校	63.3%	65.9%	△2.6
中学校	47.0%	58.4%	△11.4

- ② 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組を現在行っていますか。(行う予定はありますか。)
(行ったと回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小学校	47.6%	54.8%	△7.2
中学校	54.0%	57.7%	△3.7

- ③ 平成27年度に、体育の授業以外で、全ての児童生徒の体力・運動能力向上に係る取組を行いましたか。
(行ったと回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小学校	95.2%	89.0%	6.2
中学校	47.5%	46.5%	1.0

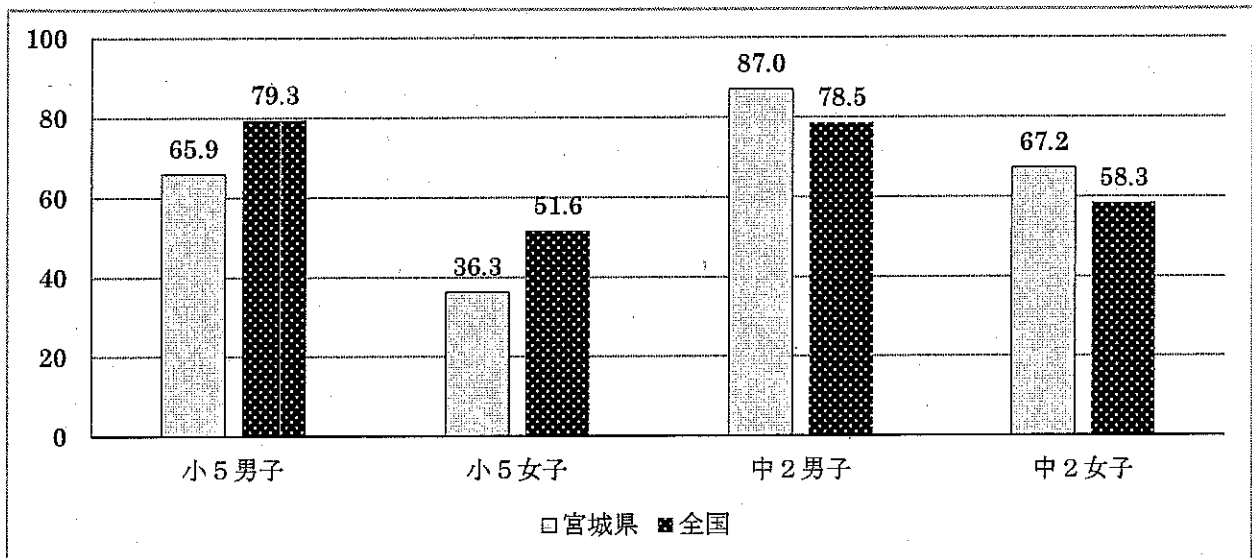
- ④ 平成27年度、第4学年(中:第1学年)の児童生徒の家庭に対して、子どもの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。(行ったと回答した割合)

	宮城県	全国	比較
小学校	66.0%	60.9%	5.1
中学校	34.0%	34.7%	△0.7

3 傾向の分析

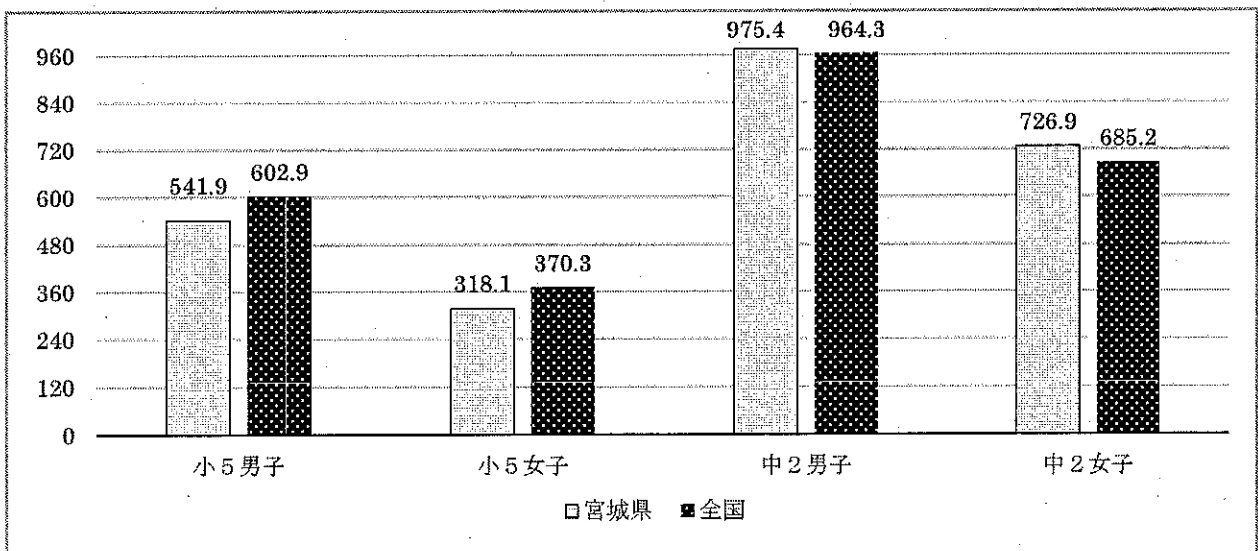
(1) 運動部活動等の加入率及び一週間の総運動時間の状況

① 運動部活動やスポーツクラブ（スポーツ少年団を含む）の加入率 (%)



- 小5男女においては、全国の割合よりも13～15ポイント程度低い。
- 中2男女においては、全国の割合よりも10ポイント程度上回っている。

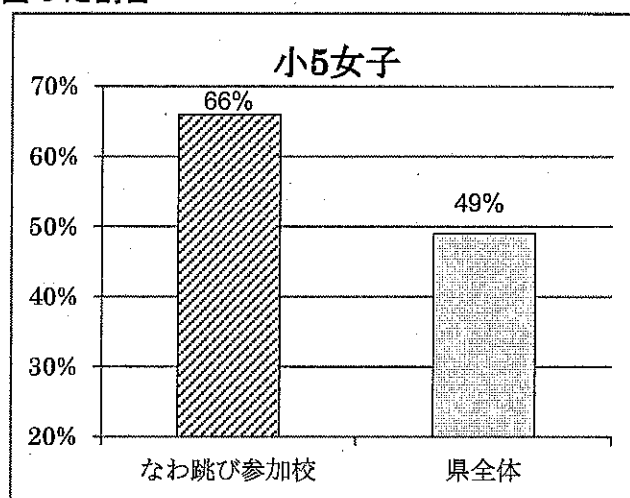
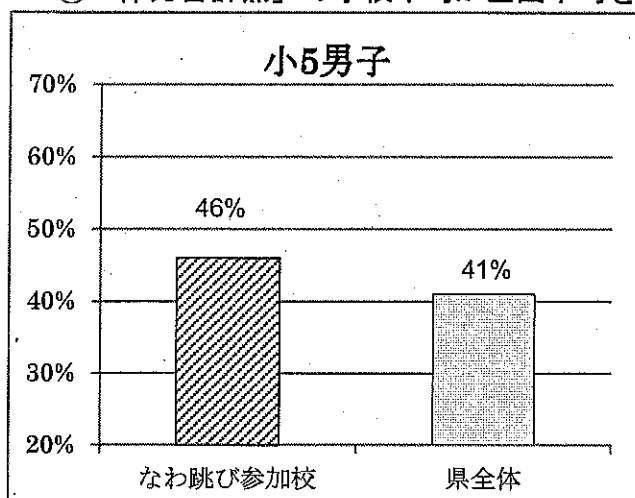
② 一週間の総運動時間 (分)



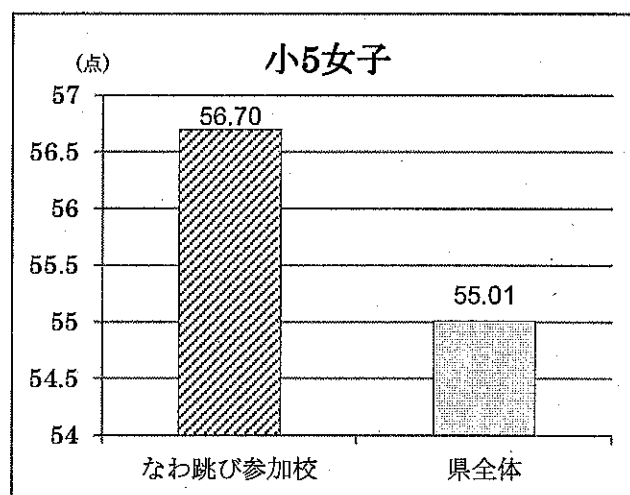
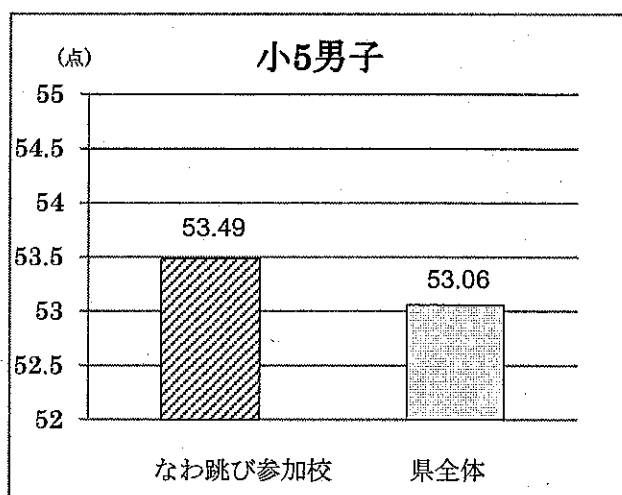
- 小5男女においては、全国の平均時間よりも50分程度短い。
- 中2男女においては、全国の平均時間よりも10分～40分程度長い。

(2) web なわ跳び広場参加校の「体力合計点」の状況

①「体力合計点」の学校平均が全国平均を上回った割合



②「体力合計点」のなわ跳び参加校(30校)の平均と県平均の比較



(平成27年度大会に参加した4年生と、28年度前期大会に参加した5年生の合計30校)

【考察】

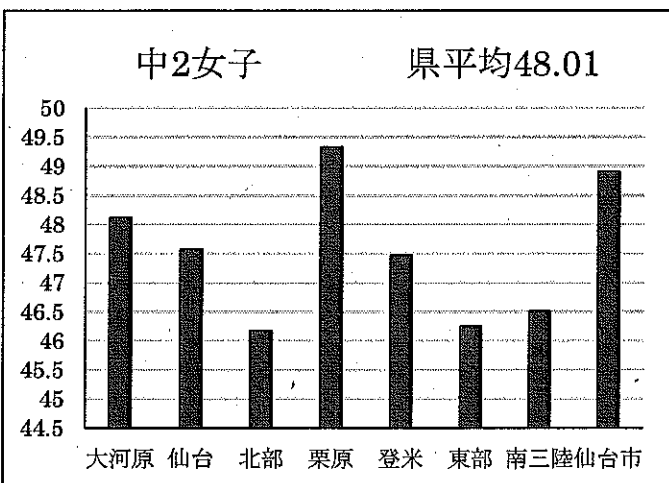
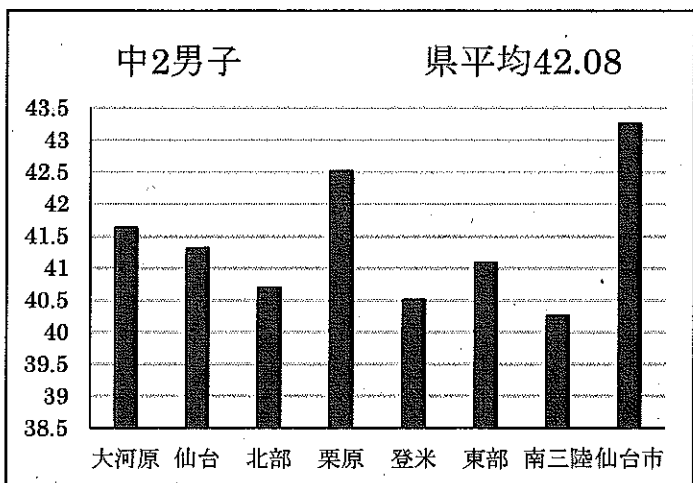
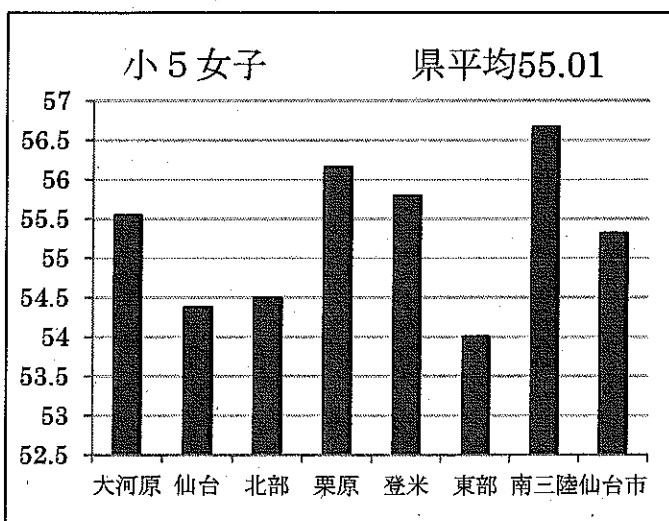
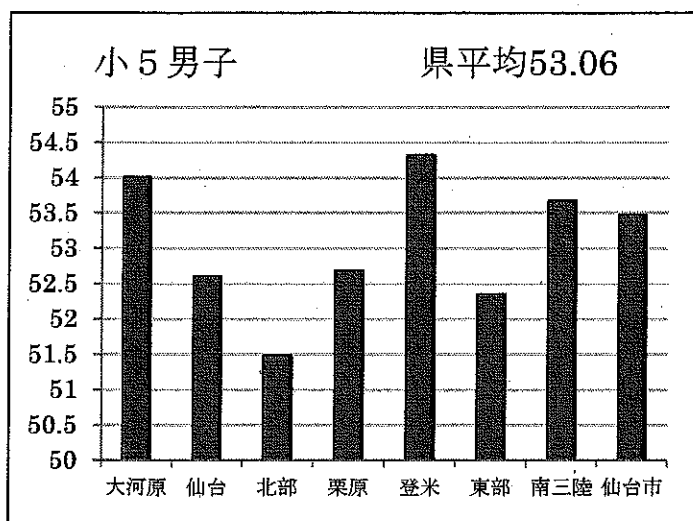
- なわ跳び広場参加校では、男女ともに全国平均を超える割合が、県全体の割合よりも高くなっている。
- なわ跳び参加校の体力合計点の平均は、県平均よりも高くなっている。

「web なわ跳び広場」とは

- ① 平成26年度から県内の小学校を対象に、なわ跳びの記録をweb上に登録することで自分たちの学校にいながら他校のチームと競い合うことができる大会である。
- ② 短なわ跳び及びび長なわ8の字跳びで、制限時間内に何回跳べたかの記録を登録する。
- ③ 前期大会(平成28年5月～7月)、後期大会(平成28年11月～平成29年2月)
 - ・平成27年度後期大会 参加校(短なわ23校 898人 長なわ155校 924チーム)
 - ・平成28年度前期大会 参加校(短なわ6校 266人 長なわ35校 120チーム)

(3) 地域別の体力・運動能力の状況

地域によるばらつきがみられるが、沿岸部の体力・運動能力の状況は必ずしも低いとはいえない。



① 被災地（沿岸部）における運動環境にはいまだに制限がある

- グラウンドに仮設住宅が建設されており、運動場所が制限されている。
- 応急仮設校舎のため、他校と運動施設を共用している。
- 通学バスにより登下校の時刻が制限されているため、運動時間が十分確保できない。
- 地域内の公園が未復旧・未整備の地域も多いため、帰宅後の運動環境にも制限がある。

② 被災地（沿岸部）の学校における工夫した取組

【小学校】

- 体育の準備運動に、体力・運動能力調査の種目に関わる体づくり運動を取り入れている。
- 全校で学年をこえた縦割り班を組織し、休み時間に異学年交流での運動遊びを行っている。
- 休み時間中に、web なわ跳び広場の長なわ8の字跳びに挑戦している。
- 市内体育祭・水泳大会への積極的な参加を促し、全教職員で対応している。

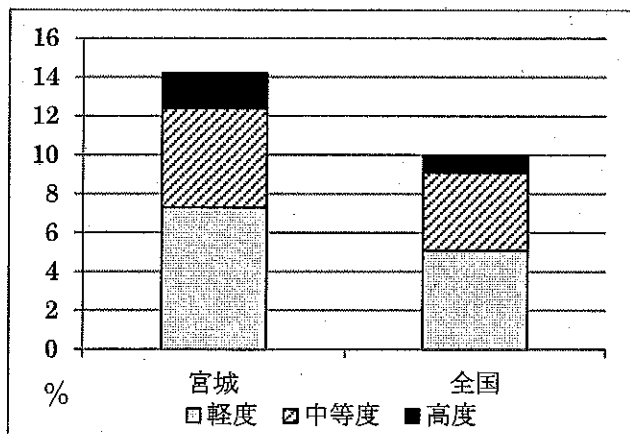
【中学校】

- 持久力の向上に向け、全校体制での駅伝練習や冬場の合同部活動を実施している。
- 休み時間の体育館開放やボール・用具の貸出しを行い、運動機会の確保に努めている。
- 基本的な生活習慣に課題がある生徒に対して、日常生活の見直しや改善を促す働きかけを行っている。

(4) 体格と肥満傾向児出現率の状況

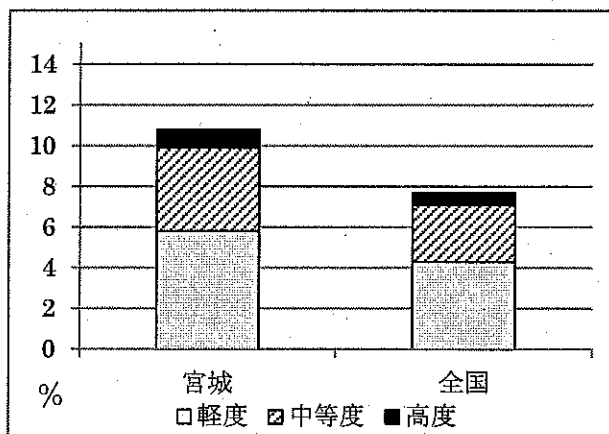
【小5男子】

	身長 cm	体重 kg	肥満傾向児出現率
宮城県	139.40	35.20	14.2%
全国	138.82	33.99	10.0%



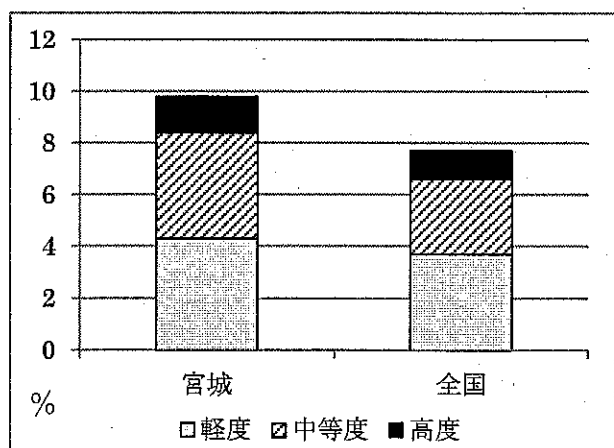
【小5女子】

	身長 cm	体重 kg	肥満傾向児出現率
宮城県	140.76	35.11	10.8%
全国	140.05	33.90	7.7%



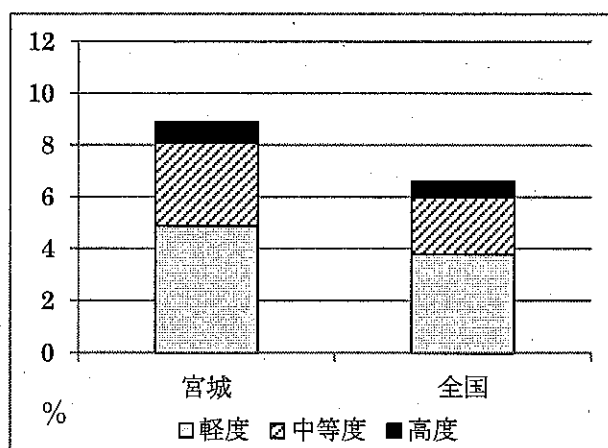
【中2男子】

	身長 cm	体重 kg	肥満傾向児出現率
宮城県	160.93	50.20	9.8%
全国	159.90	48.54	7.7%



【中2女子】

	身長 cm	体重 kg	肥満傾向児出現率
宮城県	154.92	47.75	9.0%
全国	154.83	46.73	6.7%



○小5男女・中2男女ともに、全ての項目で全国平均を上回っている。

※肥満傾向児出現率とは、肥満度の高度・中等度・軽度肥満傾向児の割合を合計したものである。

《参考資料》

むし歯被患者【処置完了者と未処置歯のある者】

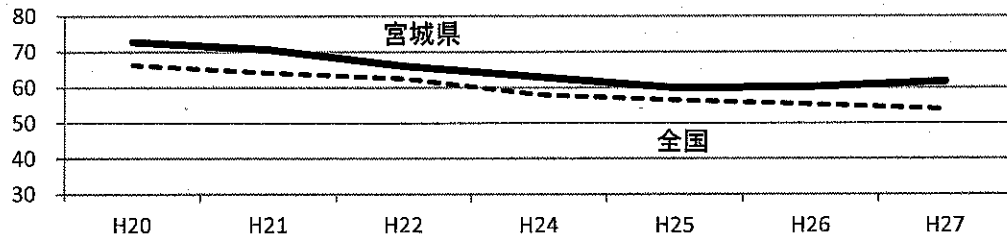
文部科学省：学校保健統計調査（抽出調査：国公立）

H23年度は実施していない

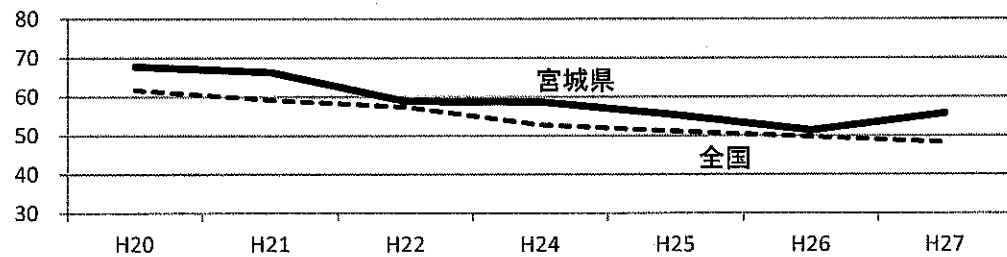
小5男女・中2男女とも全国平均値を上回っている。

(単位：%)

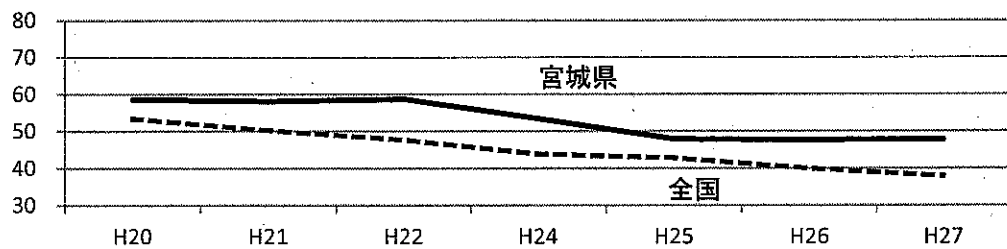
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27
宮城県	72.80	70.60	66.00	63.00	59.90	60.10	61.70
全国	66.32	64.14	62.49	57.97	56.49	55.29	53.98



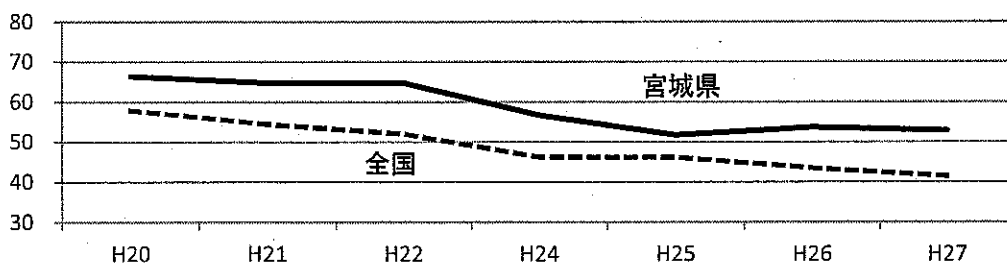
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27
宮城県	67.80	66.30	58.80	58.60	55.30	51.40	55.70
全国	61.70	59.08	57.33	52.73	51.09	49.71	48.23



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27
宮城県	58.70	58.10	58.80	53.40	47.90	47.60	47.80
全国	53.34	50.21	47.63	43.77	42.70	39.89	37.90



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27
宮城県	66.40	64.80	64.80	56.70	51.70	53.70	52.90
全国	57.82	54.34	51.96	46.12	46.06	43.42	41.38



4 課題と取組

(1) 課題

- ① 小学生の運動機会確保に向けた継続的な取組が求められる。
 - ・ 「一週間の総運動時間」が全国平均より短く、60分未満の割合が高いことが、体力・運動能力が低いことにつながっている。
- ② 中学生の運動の質を高めるための取組が求められる。
 - ・ 「運動部活動に所属する生徒」及び「一週間の総運動時間」は全国平均より高いが、体力・運動能力の向上には結びついていない。
- ③ 学校の組織的な取組がより一層望まれる。
 - ・ 「体力運動能力向上のための目標を設定した学校」「運動が苦手(嫌い)な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組」を行っている学校の割合が全国平均より低い。
- ④ 健康教育への積極的な取組が求められる。
 - ・ 「健康三原則に対する意識」が低く、肥満傾向児出現率、むし歯被患者の割合が高いため、体力・運動能力の向上対策と合わせた取組が必要である。

(2) 取組の方向性

- ① 運動の楽しさ、特性に触れることができる体育の授業づくりに取り組む。
 - ・ 小学校では、児童が「運動好き」になるような授業づくりと、「web なわ跳び広場」をはじめとした休み時間等における子ども達の自主的な遊びを促す場づくりに取り組む。
 - ・ 中学校では、生徒の多様性に対応し、生徒に自己肯定感や達成感を味わわせることができる授業づくりに取り組む。
 - ・ 男女の性差に応じた「魅力ある体育の授業実践」に向け、各種講習会をとおして教員の資質向上を図る。
- ② 学校における取組と家庭における取組を明確にしつつ、連携を深める。
 - ・ 学校においては、運動に親しむ場や環境整備を工夫し、運動の日常化を図る。
 - ・ 家庭においては、児童生徒の「充実した食事」「望ましい睡眠」に心がけるとともに、「休日の親子遊び」を促進する。
- ③ 「肥満」や「むし歯」の減少や健康に関する意識の向上など健康教育への取組を推進する。
 - ・ 学校の教育活動全体をとおして、子どもたちに自分の身体への関心を持たせ、食事・睡眠・運動の大切さを理解させる。
 - ・ 体力カードや健康保健調査票等により、学校と家庭が児童の健康状況についての情報交換を行うなど連携を図る。

(3) 今後の取組

