

平成31年3月1日

平成30年度 全国体力・運動能力・運動習慣等調査 結果についてお知らせします。

千早赤阪村立千早小吹台小学校

はじめに

子供の体力等の状況に鑑み、全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、**体力の向上**に係る施策の成果と課題を検証し、その改善をはかる目的で、標記の**全国調査**が、**5年生**を対象に行われました。本校の結果について、考察した結果をお知らせ致します。

母体数が少ないため、5年生の結果が本校の傾向を表しているとは言い難い面があります。また、各調査は児童の能力の数ある指針の中の一つを切り取っているに過ぎません。これらのことを理解していただいた上でお読みください。

①体格の傾向

体格に関しては、**男子**は全国、大阪府平均よりも1.3cmほど低く、**女子**は全国、大阪府平均よりも2.3cmほど**低い**数値となりました。

②体力の傾向

各項目については、大阪府平均は男女とも、全国平均と比べ全体的に低い傾向にあります。

そんな中でも、本校5年生の男子については、**上体おこし**、**長座体前屈**、**50m走**、**立ち幅跳び**、**ソフトボール投げ**の5項目が全国平均を上回りました。特に、長座体前屈は、全国、大阪府平均より約8ポイント上回っています。それ以外の項目については、ほぼ大阪府平均と差はなく、**握力**と**20mシャトルラン**に関しては大阪府平均をわずかに下回り、**反復横跳び**は大阪府平均をやや上回りました。

また、本校5年生の女子は、**長座体前屈**、**反復横跳び**、**立ち幅跳び**の3項目が全国平均を上回りました。中でも、長座体前屈は約8ポイント、立ち幅跳びは約5ポイント、全国よりも上回る結果でした。しかし、**握力**、**上体おこし**、**20mシャトルラン**、**50m走**、**ソフトボール投げ**の5項目は大阪府平均を下回っています。体力合計点で見ると、全国平均を0.1ポイント下回ったものの、大阪府平均よりは1ポイント上回る結果となっています。

これらのことから、本校5年生は、男女とも**柔軟性**や**俊敏性**は高く、**筋力**は少し低いものの、概ね全国平均に近い体力を有していると思われます。ただ、握力については、男女とも身長平均が2～3cm低いことから、筋力的発達が全国に比べて遅いため、このような結果になったのではないかと考えられます。

また、本校5年生はクラスの人数が少なく、昼休みなどはケイドロなどのいわゆる「走る」遊びをよくしており、ドッジボールなどの遊び（物を**投げる**動き）に慣れ親しむ経験値が少ないので、女子のソフトボール投げのポイントが大阪府の平均を下回ったとも考えられます。

体力合計点の分布からは、男子は概ね中間層に集まり、似たような体力差であるが、女子は体力差に開きがあることが読み取れました。

③児童質問紙

生活に関する質問から、男女とも**運動が好き**と答える児童が多くいました。また、男子は**体力**に自信を持っている児童が多く、女子は5人中2人が「あまり自信がない」と回答していました。

男女とも、**スポーツをすることは大切だ**と思っている児童が多いですが、「中学校では**運動にかかわる時間を持つ**」と答えたのは、男子で6人中4人、女子は5人中2人とどまりました。（それ以外の児童は「わからない」と回答しているので、迷っている様子がわかります。）

また、**運動量**については、男子は、全員が地域のスポーツクラブに所属しており、休日にも運動を行っているので、1週間の**総運動時間**は全国平均より**長**くなっています。しかし、女子は所属していない児童が多く、大阪府平均を下回る結果となりました。

食事については、「**朝食**は食べない日もある」と回答した児童が、男子は**50%**、女子は**40%**と、全国、大阪府に比べ多くなっています。**夕食**は、11人中10人が食べています（1人が「食べない日もある」と回答しています）。

睡眠時間は男女合わせて半数が8時間以上とっており、残り半数も、7時間以上はとっていました。**テレビやゲーム**、**携帯電話**の画面を見る時間は、男女合わせて7人が3時間以上であり、1人が2時間以上、3人が2時間未満という結果でした。全国や大阪府の平均と比べると、時間が**長**くなっています。

自己のことについては、男子は全員、女子は8割が自己を**肯定的**に感じていることも特徴的で、好ましい傾向です。

また、体力合計点と**睡眠時間**の関係を考察すると、睡眠時間が長い児童ほど体力合計点が高く、テレビやゲームに割く時間が長い児童や、日ごろ運動をする習慣がない児童ほど、体力合計点数が低いことがわかりました。

よく**体を動かし**、**健康に関心**があり、**自己肯定感**が高い本校児童の姿を読み取ることができました。「朝食を食べない日もある」と答えた児童については、学校が休みの日も含め、その必要性について理解させ、朝食を食べる習慣をつける必要があります。

今後も継続して、子供たちに**運動の大切さ**や**面白さ**を伝え、自己肯定感を育むことのできる**体力づくり**・体育的な取り組みを進めていきたいと考えています。

(健康教育部)



立ち幅跳び