

**令和元年度全国体力・運動能力、
運動習慣等調査結果について**

**令和2年1月14日
川崎市教育委員会**

調査の概要 令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁）

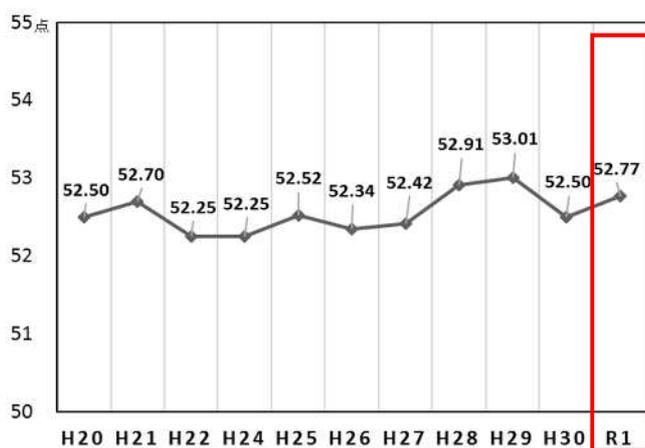
- 調査目的**
 - スポーツ庁が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
 - 各教育委員会が子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
 - 各学校が児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体力・健康等に関する指導などの改善に役立てる。
- 調査の対象**
 - 国公立の小学校5年生及び中学校2年生を対象とした悉皆調査
 - ・全国 小学生：約105万人、中学生：約96万人
 - ・川崎市 小学生：約1.2万人、中学生：約0.9万人
- 調査内容**
 - 実技テスト調査
 - 【小学校テスト項目】 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
 - 【中学校テスト項目】 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ、持久走（男子1500m、女子1000m）か20mシャトルラン
 - 質問紙調査
- 調査実施時期** 令和元年（2019年）4月～7月の間に各学校において実施

1 本市の体力の状況

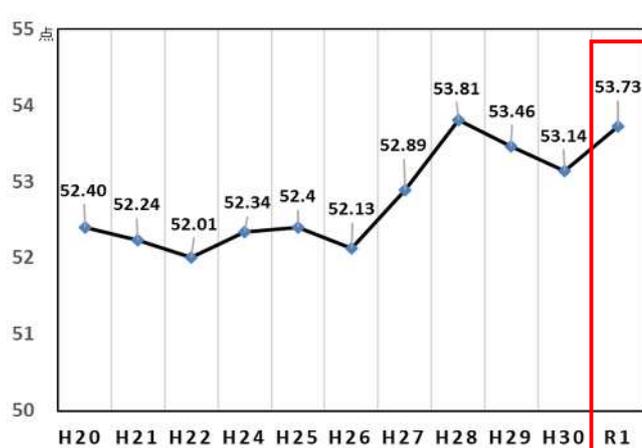
(1) 体力合計点の経年推移

- ・本市の体力合計点の数値は、小・中学生とも昨年度の結果を上回っており、特に中学生女子は本調査開始（平成20年度）以降、最も高い数値となっています。

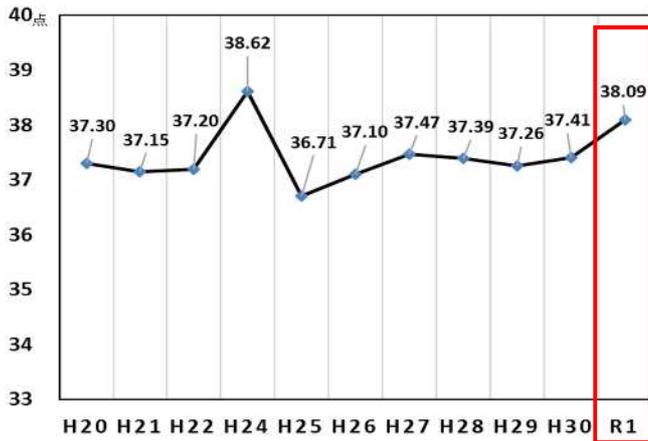
【図1-1】小学校5年生男子の経年推移



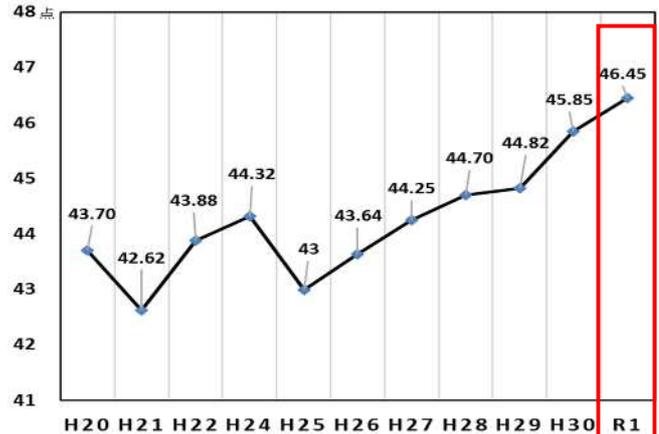
【図1-2】小学校5年生女子の経年推移



【図1-3】中学校2年生男子の経年推移



【図1-4】中学校2年生女子の経年推移



※体力合計点：実技に関する調査の各種目の測定値を種目別得点表（学校種で異なる）に当てはめ10段階で得点化し合計した数値

(2) 種目ごとの平均値の比較

- ・小学生では握力と長座体前屈が全国平均を上回っています。中学生では、持久走が全国平均を上回っています。上体おこし、反復横とび、20mシャトルランは小・中学生とも全国平均を大きく下回っています。
- ・本市の体力合計点を全国と比較すると、小・中学生ともに全国平均値より下回っています。

【図2】種目ごとの平均値の比較

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	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)
小学校	全国	16.37	19.80	33.24	41.74		50.32	9.42	151.47	21.60	53.61
5年生男子	川崎市	16.77	19.35	35.79	39.57		43.71	9.49	151.17	20.83	52.77
小学校	全国	16.09	18.95	37.62	40.14		40.80	9.63	145.70	13.59	55.59
5年生女子	川崎市	16.34	18.16	39.77	37.36		33.03	9.73	144.23	12.72	53.73
中学校	全国	28.64	26.85	43.43	51.87	400.03	83.13	8.02	195.02	20.35	41.56
2年生男子	川崎市	28.44	25.58	39.94	49.08	396.57	79.70	8.21	189.11	19.67	38.09
中学校	全国	23.74	23.58	46.29	47.25	290.55	57.98	8.81	169.71	12.87	50.03
2年生女子	川崎市	23.62	22.02	44.28	44.85	289.25	55.52	8.94	163.17	11.96	46.45

【注】持久走と50m走は、数値が小さいほど速く走れていることを示します

2 運動習慣等の状況

(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツすることは好き・やや好きと答えた割合

- ・本市の児童生徒が運動やスポーツをすることは好き・やや好きと答えた割合は、小学生が全国平均とほぼ同じですが、中学生はやや低い傾向がみられます。

【図3】運動やスポーツすることは好き・やや好きと答えた割合

	小学校5年生男子	小学校5年生女子	中学校2年生男子	中学校2年生女子
全国	93.3%	87.6%	89.2%	79.1%
川崎市	92.7%	87.3%	86.5%	76.2%

(2) 授業以外における運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツの1週間の総運動時間

・本市の児童生徒の1週間の総運動時間は、小学生がやや全国平均を下回っており、中学生は、全国平均を大きく上回っています。

【図4】授業以外での運動やスポーツの1週間の総運動時間

	小学校5年生男子	小学校5年生女子	中学校2年生男子	中学校2年生女子
全国	556.81分	348.90分	817.46分	596.01分
川崎市	543.56分	335.16分	908.49分	703.12分

3 生活習慣の状況

(1) 1日あたりの睡眠時間

・本市の児童生徒の1日あたりの睡眠時間は、小・中学生ともに全国平均とほぼ同じ割合です。

【図5】1日あたりの睡眠時間

		男子						女子					
		10時間以上	9時間以上 10時間未満	8時間以上 9時間未満	7時間以上 8時間未満	6時間以上 7時間未満	6時間未満	10時間以上	9時間以上 10時間未満	8時間以上 9時間未満	7時間以上 8時間未満	6時間以上 7時間未満	6時間未満
小学校	全国	9.8%	26.5%	31.7%	19.7%	8.8%	3.5%	9.3%	29.4%	33.8%	18.3%	7.2%	1.9%
	川崎市	9.5%	26.0%	30.3%	21.4%	9.0%	3.8%	8.8%	28.1%	31.6%	21.8%	8.0%	1.6%
中学校	全国	2.0%	5.9%	20.5%	37.2%	26.1%	8.2%	1.1%	4.4%	17.1%	35.5%	31.8%	10.1%
	川崎市	2.3%	6.3%	19.0%	36.8%	25.8%	9.8%	1.0%	4.1%	16.5%	36.0%	31.5%	10.8%

(2) 平日1日あたりのTV、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の映像の視聴時間

・本市の中学生1日当たりの映像の視聴時間は、全国平均よりも、かなり長い傾向がみられます。

【図6】平日1日あたりのTVやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の映像の視聴時間

		男子							女子						
		5時間以上	4時間以上 5時間未満	3時間以上 4時間未満	2時間以上 3時間未満	1時間以上 2時間未満	1時間未満	まったく見ない	5時間以上	4時間以上 5時間未満	3時間以上 4時間未満	2時間以上 3時間未満	1時間以上 2時間未満	1時間未満	まったく見ない
小学校	全国	15.4%	9.3%	14.2%	20.2%	24.2%	14.4%	2.3%	9.2%	7.5%	11.9%	18.1%	26.4%	23.4%	3.5%
	川崎市	15.7%	8.8%	13.9%	18.4%	24.8%	15.8%	2.7%	9.0%	7.6%	12.0%	17.8%	25.3%	24.3%	4.0%
中学校	全国	11.8%	8.3%	16.6%	26.8%	26.8%	8.5%	1.1%	10.1%	8.3%	16.2%	25.7%	27.3%	11.6%	0.9%
	川崎市	15.5%	9.8%	18.2%	26.2%	22.8%	6.7%	0.8%	12.2%	10.4%	19.7%	25.0%	23.8%	8.2%	0.7%

(3) 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする機会

・本市の児童生徒の放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブで運動やスポーツをする機会の割合は、全国平均とほぼ同じです。

【図7】放課後や学校が休みの日に運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動やスポーツをする機会

		男子				女子			
		よくある	ときどきある	あまりない	まったくない	よくある	ときどきある	あまりない	まったくない
小学校	全国	43.3%	35.1%	14.2%	7.4%	32.7%	42.1%	17.9%	7.3%
	川崎市	43.5%	35.1%	14.5%	6.9%	32.5%	41.9%	18.4%	7.3%
中学校	全国	32.6%	34.3%	20.3%	12.8%	17.9%	35.3%	29.2%	17.6%
	川崎市	30.0%	35.4%	20.3%	14.3%	16.0%	34.5%	29.8%	19.6%

4 今後の取組

(1) 調査結果から見える本市の現状と課題

- 本市の児童生徒の体力・運動能力は、一部の種目を除き、全国平均値を下回っている現状ですが、昨年度の結果よりも小・中学校ともに向上し全国平均値に近づいています。これは、体育学習の充実をはじめ、各小学校での運動の習慣化に取り組むキラキラタイムの実施、体育的行事、部活動等での取組を通して、各学校が児童生徒の体力・運動能力の育成に向けて取り組んできた成果であると考えます。
- 上体おこし（筋持久力）、反復横とび（敏捷性）、20mシャトルラン（全身持久力）は、全国平均値との差が依然として開いており、引き続き、各体力・運動能力を向上させる動きを普段の体育活動に積極的に取り入れる等の工夫が必要であると考えます。
- 生活習慣等調査からは、全国では、スクリーンタイム（スマートホン等の映像を視聴する時間）の増加が課題としてあげられていますが、本市では、全国平均よりもさらに長時間の傾向がみられます。特に、中学生男子の視聴時間が長時間に及んでいる傾向が顕著であり、大きな課題と考えます。

(2) 今後の取組に向けて

- 児童生徒が、体育的活動等で運動に親しむことや自分の生活スタイルの見直しなどの意識を高めるとともに、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことができるよう、普段の生活や日常生活の中で運動を楽しんでいくことのできる機会の確保、学校行事や部活動、地域のスポーツクラブとの連携など、様々な場面で児童生徒を運動に引き込む取組を推進します。

具体的な取組

- ・教員の指導力向上として、体力・運動能力の測定に関する指導者講習会を開催し、調査結果の分析・考察を行い各校の体育学習等の改善を図ります。
- ・各小学校がキラキラタイム（運動の習慣化に向けて休み時間等に取り組んでいる運動あそび）で取り組んでいる長縄とびの1年間の取組の成果を競う「Kawasaki キラキラチャレンジ」を引き続き、実施します。
- ・各学校の体育活動の計画の見直しを図るため、全校種の体育・保健体育科代表者会議において調査結果を共有いたします。