

はじめに

「平成21年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」は、全国の小学校第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学年の全児童生徒を対象として、全国で約2万8千校、191万人の児童生徒の参加を得て実施いたしました。

本調査の結果、昨年に引き続いて、都道府県別、地域の規模別体力の状況、児童生徒の運動習慣、生活習慣、食習慣の状況等を詳細に把握することができました。また、本年度は、学校における体育、保健体育の授業に関する取組や、子どもたちの意識等について調査を実施し、体力等との相関を明らかにすることができました。

各教育委員会におかれては、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題の検証改善に、各学校におかれては、児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣の把握や学校における体育・健康に関する指導等の改善に、本資料を御活用いただきたいと考えております。

また、本資料では、体力向上に係る特徴的な学校の取組事例を「学校体育の充実」「特別活動・業間等における取組」「地域等と連携した取組」の視点でまとめ、掲載してあります。各学校、各教育委員会におかれては、ここに盛り込まれている有益な情報をそれぞれの目的に応じて御活用いただき、子どもの体力向上等の一助としていただきますようお願いいたします。

なお、本資料については、本調査の調査種目等が小学校、中学校ともに同様の内容となっていることから、小学校調査結果と中学校調査結果を一冊にまとめたものとなっています。校種間における円滑な接続を一層推進することや相互理解をさらに深めることにも御活用いただけるものと考えております。

最後に、本調査の実施に当たり御協力いただきました皆様、調査に参加していただいた教育委員会、学校の皆様に心から御礼申し上げます。

平成21年12月

文部科学省スポーツ・青少年局長

布 村 幸 彦

目次

第1章 調査の概要	
1. 調査の目的	6
2. 調査の対象とする児童生徒	6
3. 調査事項	6
4. 調査実施日	6
5. 調査校数	7
●調査結果に関する注意事項と説明	8
第2章 小学校	
I 調査結果	
1. 実技に関する調査の結果	10
2. 体格と肥満度に関する調査の結果	20
3. 児童質問紙調査の結果	24
4. 学校質問紙調査の結果	37
II 調査結果の特徴	
1. 児童の運動習慣と体力～1週間の総運動時間から	44
2. 児童の体力、運動・生活・食習慣の変化～平成20年度と平成21年度の比較	45
3. 体育授業と児童の体力・意識との関連	47
4. 体育授業の取組が体力向上にもたらす効果	51
5. 運動や体育の授業について児童がどのように意識すれば体力向上につながるか	53
6. 学校の継続的な取組が体力向上にもたらす効果	54
7. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を踏まえた取組の効果	55
●参考 種目別得点表と総合評価基準（小学校）	56
第3章 中学校	
I 調査結果	
1. 実技に関する調査の結果	58
2. 体格と肥満度に関する調査の結果	68
3. 生徒質問紙調査の結果	72
4. 学校質問紙調査の結果	85
II 調査結果の特徴	
1. 生徒の運動習慣と体力～1週間の総運動時間から	92
2. 生徒の体力、運動・生活・食習慣の変化～平成20年度と平成21年度の比較	93
3. 保健体育授業と生徒の体力・意識との関連	95
4. 保健体育授業の取組が体力向上にもたらす効果	99
5. 運動や保健体育の授業について生徒がどのように意識すれば体力向上につながるか	101
6. 学校の継続的な取組が体力向上にもたらす効果	102
7. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を踏まえた取組の効果	103
●参考 種目別得点表と総合評価基準（中学校）	104
第4章 取組事例集	
●収録した取組事例（テーマ・学校名）	106
●事例報告のまとめ	
学校体育の充実	107
特別活動・業間等における取組	108
地域等と連携した取組	109
●取組事例集	
小学校	110
中学校	146
特別支援学校	182
第5章 調査資料	
●小学校（児童調査票・学校質問紙調査票・実施状況調査票）	192
●中学校（生徒調査票・学校質問紙調査票・実施状況調査票）	196

第1章

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、学校等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、そのような取組を通じて、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) 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、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. 調査の対象とする児童生徒

国・公・私立学校の以下の学年の全児童生徒を対象とする。

(1) 小学校調査

小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年

(2) 中学校調査

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

3. 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

① 実技に関する調査（以下「実技調査」という）

・測定方法等は新体力テストと同様

[小学校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8種目] 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子1500m、女子1000m）、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択して実施

② 質問紙調査

・運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

（以下「児童生徒質問紙調査」という）

(2) 学校に対する質問紙調査

・学校における体育、保健体育の指導及び特別活動等に関する質問紙調査

（以下「学校質問紙調査」という）

4. 調査実施日

(1) 児童生徒に対する調査

① 実技調査実施期間

平成21年4月から7月末までの期間

② 児童生徒質問紙調査実施期間

調査票到着から7月末までの期間

(2) 学校質問紙調査実施期間

調査票到着から7月末までの期間

5. 調査校数

(1) 全体の状況

①小学校調査

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
小学校	18,832	21,638	87.0%
特別支援学校 (小学部)	114	824	13.8%

②中学校調査

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
中学校・中等教育学校	9,045	10,731	84.3%
特別支援学校 (中学部)	143	834	17.1%

(2) 国立大学法人附属学校

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
小学校	56	73	76.7%
特別支援学校 (小学部)	3	33	9.1%
中学校・中等教育学校	64	78	82.1%
特別支援学校 (中学部)	5	34	14.7%

(3) 公立学校

①都道府県 (域内の市町村を含む) 教育委員会

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
小学校	16,298	18,623	87.5%
特別支援学校 (小学部)	105	733	14.3%
中学校・中等教育学校	7,636	8,678	88.0%
特別支援学校 (中学部)	132	741	17.8%

②政令指定都市教育委員会

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
小学校	2,418	2,745	88.1%
特別支援学校 (小学部)	5	50	10.0%
中学校・中等教育学校	1,109	1,263	87.8%
特別支援学校 (中学部)	6	52	11.5%

(4) 私立学校

	参加学校数 (B)	調査対象者の在籍する 学校数の総数 (A)	参加率 (B/A)
小学校	60	197	30.5%
特別支援学校 (小学部)	1	8	12.5%
中学校・中等教育学校	236	712	33.1%
特別支援学校 (中学部)	0	7	0.0%

● 調査結果に関する注意事項と説明

- ①本調査の集計・分析において、実技調査、児童生徒質問紙調査、学校質問紙調査の回答の精査を行い、一部のデータは集計・分析の対象外としている。
- ②本調査の結果においては、平均値が必ずしも調査結果のすべてを表すものではなく、標準偏差などの情報と併せて総合的に結果を分析し、評価することが必要である。
- ③実技調査と児童生徒質問紙調査、学校質問紙調査のクロス集計に関しては、必ずしも因果関係を示したものでないことに留意する必要がある。
- ④児童生徒質問紙と学校質問紙の回答結果（百分率）は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある。（複数回答を除く）
- ⑤「複数回答可」の設問（学校質問紙）の回答結果（百分率）は、無回答を含む全調査学校数を母数にして算出している。

用語	解説
標本数	・平均値、標準偏差、T得点を算出した人数・学校数・件数
平均値	・調査結果（テスト成績）の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 [平均値＝調査結果の総和/標本数]
標準偏差	・調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。 ・平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る。 [標準偏差＝分散の平方根、分散＝偏差平方和/(標本数－1)、 偏差平方和＝偏差の平方の総和、偏差＝調査結果－平均値]
T得点	・全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する。 平均値50点、標準偏差10点の標準得点。 [T得点＝偏差/標準偏差、偏差＝調査結果－平均値]
体力合計点の 全国平均 全国学校平均	体力合計点の平均値は、全国平均と全国学校平均の2種類がある。 ・全国平均 全児童生徒の体力合計点の平均値。主に、児童生徒質問紙調査と実技調査をクロス集計したときに使用する。 小学校：男子54.2点、女子54.6点 中学校：男子41.3点、女子47.9点 ・全国学校平均 学校ごとの体力合計点平均値（その学校に在籍する児童生徒の体力合計点の平均値）の全国平均値。主に、学校質問紙調査と実技調査をクロス集計したときに使用する。 小学校：男子54.6点、女子55.5点 中学校：男子41.1点、女子48.0点

〈肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法〉

「児童・生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」より
平成18年3月31日発行（財）日本学校保健会

- ・標準体重 (kg) = a × 身長 (cm) - b
- ・肥満度 (%) = [自分の体重 (kg) - 標準体重 (kg)] ÷ 標準体重 (kg) × 100

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6 (小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7 (小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8 (小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
9 (小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10 (小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11 (小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12 (中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13 (中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14 (中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30～49.9%	中等度肥満
20～29.9%	軽度肥満
-19.9～19.9%	正常
-29.9～-20%	やせ
-30%以下	高度やせ