

## はじめに

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」は、本年度より、これまで2年間実施した調査との継続性を考慮し、各都道府県別の児童生徒の体力の状況が把握できる抽出率約20%の抽出調査として、全国で約6千6百校、約42万人の児童生徒の参加を得て実施いたしました。

本年度は、調査の重点事項を「家庭や地域との連携」とし、「家庭での運動やスポーツとの関わり」や「学校や子どもの地域への関わり」と体力や運動習慣等との関連を中心に分析しました。

先般、文部科学省では、今後の我が国のスポーツ政策の基本的な方向性を示す「スポーツ立国戦略」を策定しました。本戦略では5つの重点戦略を示し、その中の「ライフステージに応じたスポーツ機会の創造」において、「子どもの体力向上に向けたスポーツ機会の充実等の取組の推進」を掲げ、「昭和60年頃から長期的に低下傾向にある子どもの体力を上昇傾向に転じさせ、昭和60年頃の水準に回復させることを目指し、教育委員会や学校等における『全国体力・運動能力、運動習慣等調査』に基づく子どもの体力向上のための取組を支援する」としています。

各教育委員会におかれましては、子どもの体力向上に係る施策の成果と課題の検証改善に、各学校におかれましては、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「家庭と連携した取組」「地域と連携した取組」「外部指導者を活用した取組」の視点でまとめ、掲載してあります。各教育委員会、各学校におかれましては、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。

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22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. 調査の方式	6
4. 調査事項	6
5. 調査実施日	6
6. 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	40

### 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	46
2. 1週間の総運動時間が60分未満の児童の特徴	48
3. 児童の体力、運動・生活・食習慣の変化～平成20・21・22年度の比較	50
4. 家庭における「する」「見る（観る）」「話す」の効果	53
5. 地域との連携が児童の運動習慣にもたらす効果	55
6. 学校の体力向上への取組とその効果	56
7. 平成20～22年度の3年間追跡調査	58
●参考 種目別得点表と総合評価基準（小学校）	60

## 第3章 中学校

### I 調査結果

1. 実技に関する調査の結果	62
2. 体格と肥満度に関する調査の結果	72
3. 生徒質問紙調査の結果	76
4. 学校質問紙調査の結果	92

### 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	98
2. 1週間の総運動時間が60分未満の生徒の特徴	100
3. 生徒の体力、運動・生活・食習慣の変化～平成20・21・22年度の比較	102
4. 家庭における「する」「観る」「話す」の効果	105
5. 地域との連携が生徒の運動習慣にもたらす効果	107
6. 学校の体力向上への取組とその効果	108
7. 平成20～22年度の3年間追跡調査	110
●参考 種目別得点表と総合評価基準（中学校）	112

## 第4章 取組事例集

●収録した取組事例（テーマ・学校名）	114
●事例報告のまとめ	
家庭と連携した取組	115
地域と連携した取組	116
外部指導者を活用した取組	117
●取組事例集	
小学校	118
中学校	158
特別支援学校	198

## 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）	208
●中学校（生徒調査票・学校質問紙調査票・実施状況調査票）	212

第1章

# 調査の概要

## 1. 調査の目的

子どもの体力が低下している状況にかんがみ、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。また、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. 調査の方式

文部科学省が調査対象として抽出した学校における前述 2. の学年の全児童生徒を対象として全国的な抽出調査を行う。

ただし、特別支援学校及び小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障害の状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断すること。

## 4. 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

・子どもの体力向上に係る地域・家庭等との連携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）

## 5. 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22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

## 6. 調査校数

### (1) 全体の状況

#### ①小学校調査

	参加学校数 (B)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
小学校	4,350	23,288	18.7%

\*うち特別支援学校(小学部) 18校を含む

#### ②中学校調査

	参加学校数 (B)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
中学校	2,211	11,936	18.5%

\*うち特別支援学校(中学部) 22校を含む

### (2) 国立大学法人附属学校

	参加学校数 (B)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
小学校	25	119	21.0%
中学校・中等教育学校	18	124	14.5%

\*うち特別支援学校(小学部) 0校、(中学部) 1校を含む

### (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)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
小学校	3,566	20,020	17.8%
中学校・中等教育学校	1,699	9,657	17.6%

\*うち特別支援学校(小学部) 17校、(中学部) 21校を含む

#### ②政令指定都市教育委員会

	参加学校数 (B)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
小学校	712	2,925	24.3%
中学校・中等教育学校	358	1,383	25.9%

\*うち特別支援学校(小学部) 0校、(中学部) 0校を含む

### (4) 私立学校

	参加学校数 (B)*	学校総数 (A)	抽出率 (B/A)
小学校	47	224	21.0%
中学校・中等教育学校	136	772	17.6%

\*うち特別支援学校(小学部) 1校、(中学部) 1校を含む

※学校総数は、平成21年度学校基本調査によるものであり、特別支援学校を含んだ数である。

● 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」の設問の回答結果（百分率）は、該当設問の回答対象となる全児童生徒数及び全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54.4点、女子54.9点 中学校：男子41.5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