

2019年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

(1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の概要について

【調査目的】①子どもの体力等の状況に鑑み、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、各国公立学校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各国公立学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

【調査対象】国・公・私立学校の以下の学年の原則として全児童生徒

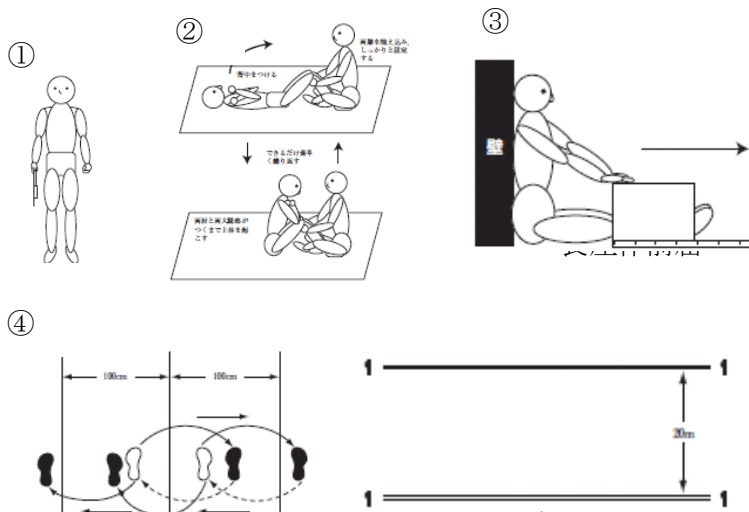
- ①小学校第5学年
- ②中学校第2学年

【調査事項】

○実技に関する調査

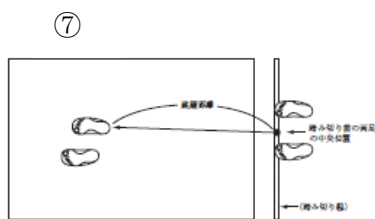
ア 小学校調査（8種目）

- ①握力
- ②上体起こし
- ③長座体前屈
- ④反復横とび
- ⑤20mシャトルラン
- ⑥50m走
- ⑦立ち幅とび
- ⑧ソフトボール投げ



イ 中学校調査（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（男子1500m、女子1000m）
または20mシャトルラン
- ⑥50m走
- ⑦立ち幅とび
- ⑧ハンドボール投げ



⑤ 20mシャトルラン

- 1.一定の間隔で電子音が鳴る。
- 2.電子音が鳴り終わるまでに20m先の線に達するごとに1回ずつカウントする。
- 3.電子音の間隔は、始めはゆっくりであるが、徐々に早くなる。
- 4.電子音が鳴り終わるまでに20m先の線に達しなかったら終了となる。
- 5.終了までの回数を計測する。

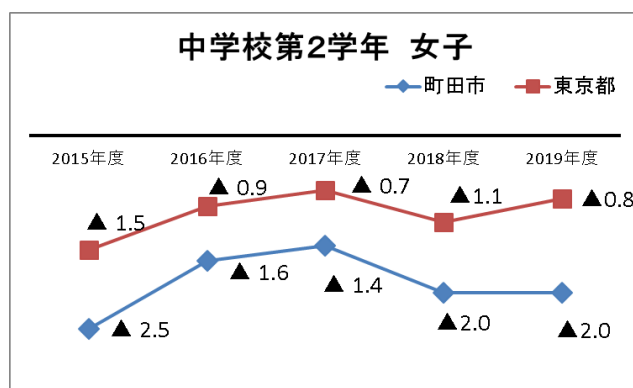
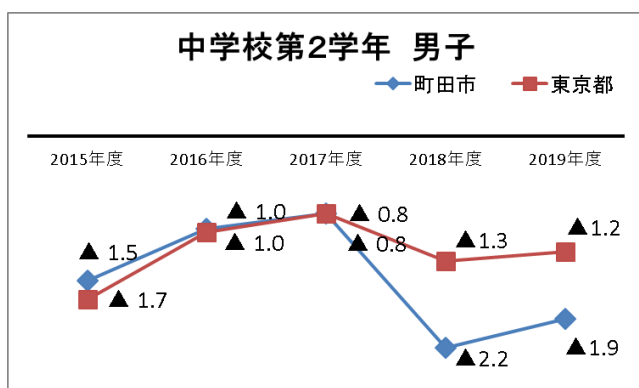
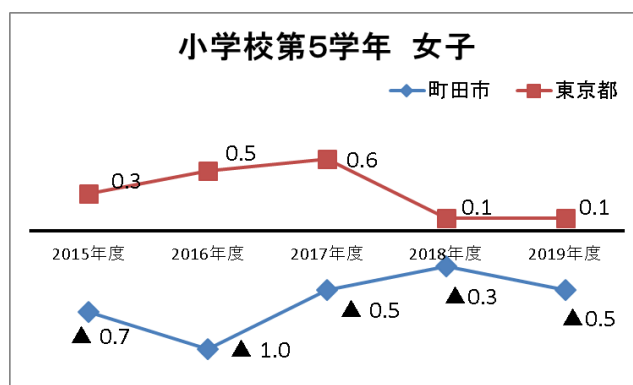
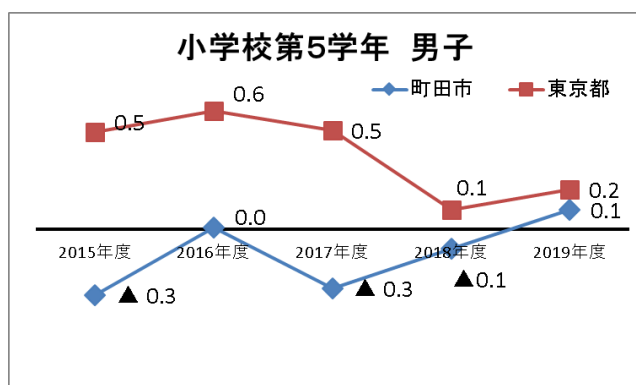
○質問紙調査

生活習慣、食習慣、運動習慣に関する質問紙調査を実施する。

(2) 体力合計点についての経年変化

学年性別	自治体名	2015年度		2016年度		2017年度		2018年度		2019年度	
		体力合計点	全国との差	体力合計点	全国との差	体力合計点	全国との差	体力合計点	全国との差	体力合計点	全国との差
小学校 第5学年男子	町田市	53.5	▲ 0.3	53.9	0.0	53.9	▲ 0.3	54.1	▲ 0.1	53.7	0.1
	東京都	54.3	0.5	54.5	0.6	54.7	0.5	54.3	0.1	53.8	0.2
	全国	53.8	0.0	53.9	0.0	54.2	0.0	54.2	0.0	53.6	0.0
小学校 第5学年女子	町田市	54.5	▲ 0.7	54.5	▲ 1.0	55.2	▲ 0.5	55.6	▲ 0.3	55.1	▲ 0.5
	東京都	55.5	0.3	56.0	0.5	56.3	0.6	56.0	0.1	55.7	0.1
	全国	55.2	0.0	55.5	0.0	55.7	0.0	55.9	0.0	55.6	0.0
中学校 第2学年男子	町田市	40.3	▲ 1.5	41.0	▲ 1.0	41.2	▲ 0.8	40.1	▲ 2.2	39.8	▲ 1.9
	東京都	40.1	▲ 1.7	41.0	▲ 1.0	41.2	▲ 0.8	41.0	▲ 1.3	40.5	▲ 1.2
	全国	41.8	0.0	42.0	0.0	42.0	0.0	42.3	0.0	41.7	0.0
中学校 第2学年女子	町田市	46.5	▲ 2.5	47.8	▲ 1.6	48.4	▲ 1.4	48.6	▲ 2.0	48.2	▲ 2.0
	東京都	47.5	▲ 1.5	48.5	▲ 0.9	49.1	▲ 0.7	49.5	▲ 1.1	49.4	▲ 0.8
	全国	49.0	0.0	49.4	0.0	49.8	0.0	50.6	0.0	50.2	0.0

【全国平均値を0とした場合の東京都及び町田市の平均値】



小学校第5学年は、多少の上下はあるものの、全体として徐々に向上し、男子は過去5年間において初めて全国の平均を上回った。一方、中学校第2学年は、依然として東京都や全国の平均を大きく下回っている。

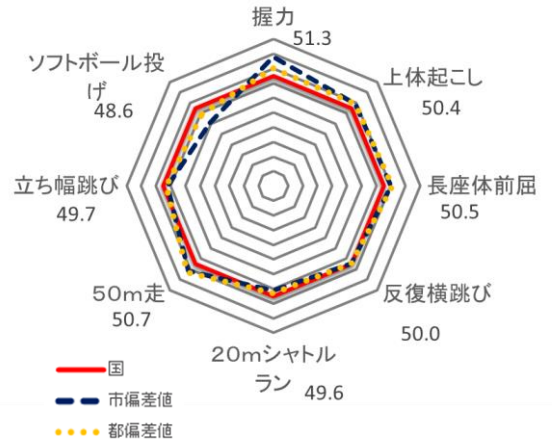
(3) 各種目別の傾向 (2019年度)

※ () 数字はT得点。全国平均値に対する相対的な位置を示し、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=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差」

【小学校第5学年 男子】

男 子								
種 目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	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)
町田市	16.9 (51.3)	20.1 (50.4)	33.7 (50.5)	41.8 (50.0)	49.4 (49.6)	9.4 (50.7)	150.7 (49.7)	20.5 (48.6)
東京都	16.6 (50.5)	20.1 (50.4)	33.7 (50.6)	41.7 (50.0)	50.0 (49.8)	9.3 (50.8)	151.0 (49.8)	21.2 (49.4)
全国	16.4 (50)	19.8 (50)	33.2 (50)	41.7 (50)	50.3 (50)	9.4 (50)	151.5 (50)	21.6 (50)

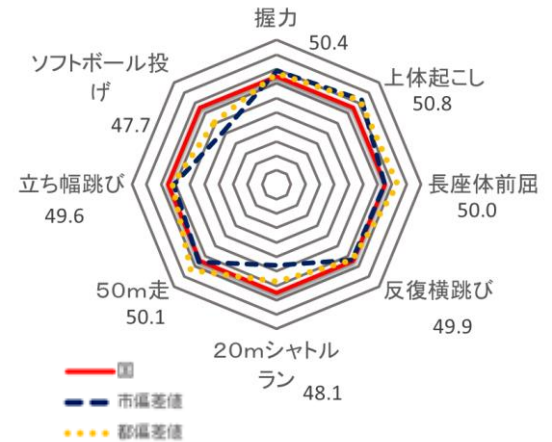
小学校 5年生 男子



【小学校第5学年 女子】

女 子								
種 目	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	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)
町田市	16.3 (50.4)	19.4 (50.8)	37.6 (50.0)	40.1 (49.9)	37.7 (48.1)	9.6 (50.1)	144.8 (49.6)	12.5 (47.7)
東京都	16.2 (50.2)	19.3 (50.7)	38.4 (50.9)	40.1 (49.9)	39.4 (49.2)	9.6 (50.9)	145.1 (49.7)	13.0 (48.6)
全国	16.1 (50)	19.0 (50)	37.6 (50)	40.1 (50)	41.8 (50)	9.6 (50)	145.7 (50)	13.6 (50)

小学校 5年生 女子



【小学校第5学年】

男女とも同様の傾向を示している。

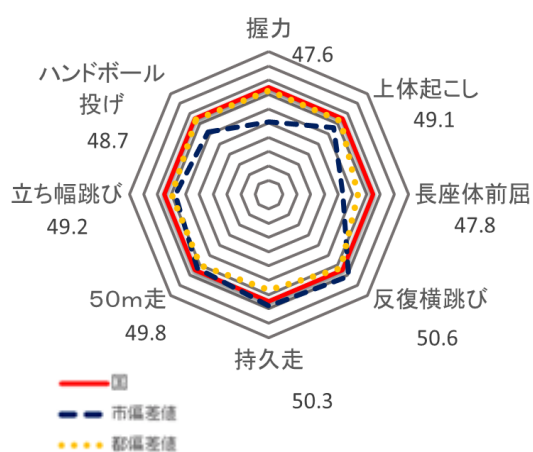
○ 「握力」「上体起こし」「50m走」は全国平均を上回っている。

▲ 「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」に課題が見られる。

【中学校第2学年 男子】

男 子								
種 目	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)	50m 走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)
町田市	26.9 (47.6)	26.4 (49.1)	41.1 (47.8)	52.4 (50.6)	397.0 (50.3)	8.0 (49.8)	192.9 (49.2)	19.7 (48.7)
東京都	28.5 (49.8)	26.8 (49.8)	42.3 (48.9)	51.8 (49.8)	404.6 (49.2)	8.1 (49.5)	193.5 (49.5)	20.4 (49.9)
全国	28.7 (50)	27.0 (50)	43.5 (50)	51.9 (50)	399.0 (50)	8.0 (50)	195.0 (50)	20.4 (50)

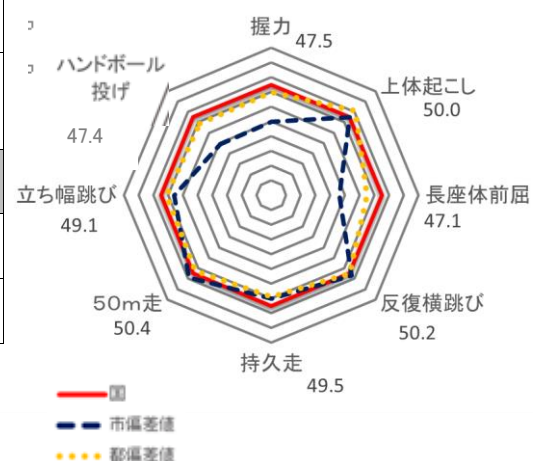
中学校 2年生 男子



【中学校第2学年 女子】

女 子								
種 目	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)	50m 走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)
町田市	22.6 (47.5)	23.7 (50.0)	45.4 (47.1)	47.4 (50.2)	291.9 (49.5)	8.8 (50.4)	167.7 (49.1)	11.9 (47.4)
東京都	23.6 (49.5)	24.1 (50.6)	45.3 (49.0)	47.3 (50.0)	292.6 (49.4)	8.8 (49.8)	168.9 (49.6)	12.7 (49.4)
全国	23.8 (50)	23.7 (50)	46.3 (50)	47.3 (50)	289.8 (50)	8.8 (50)	169.9 (50)	13.0 (50)

中学校 2年生 女子



【中学校第2学年】

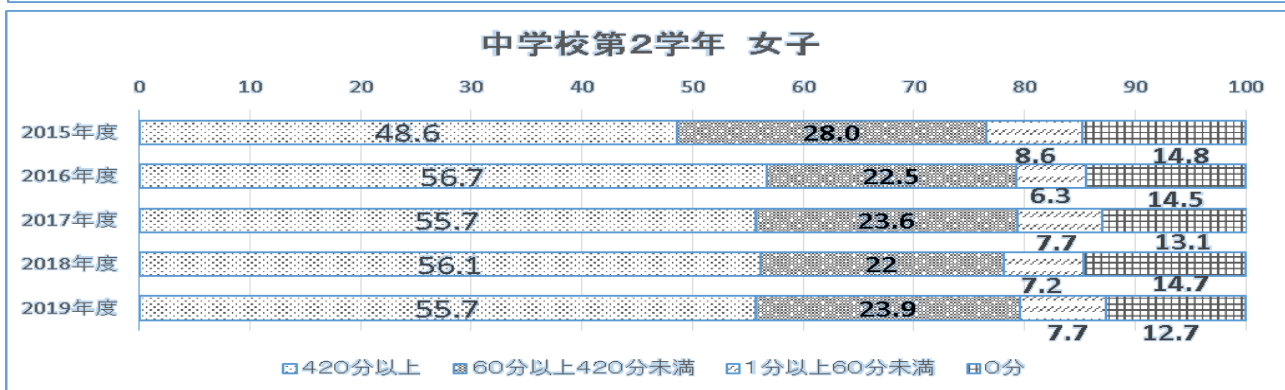
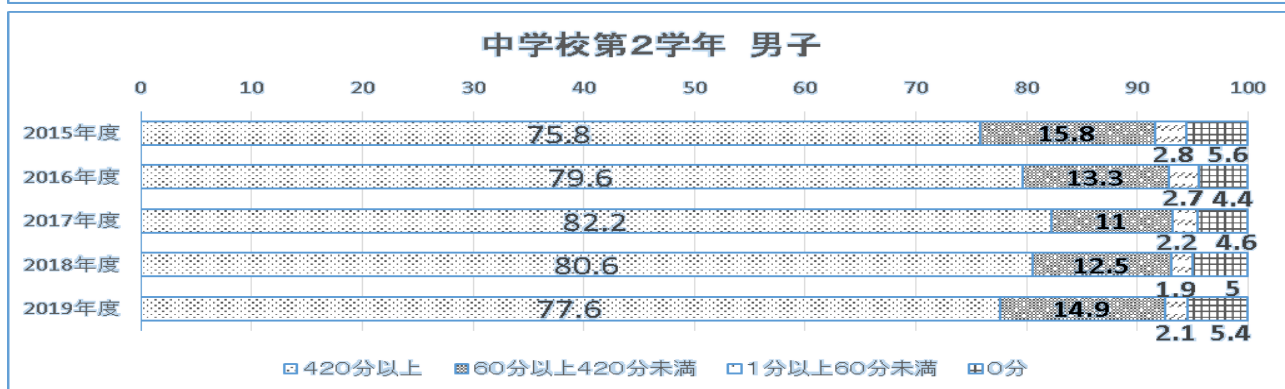
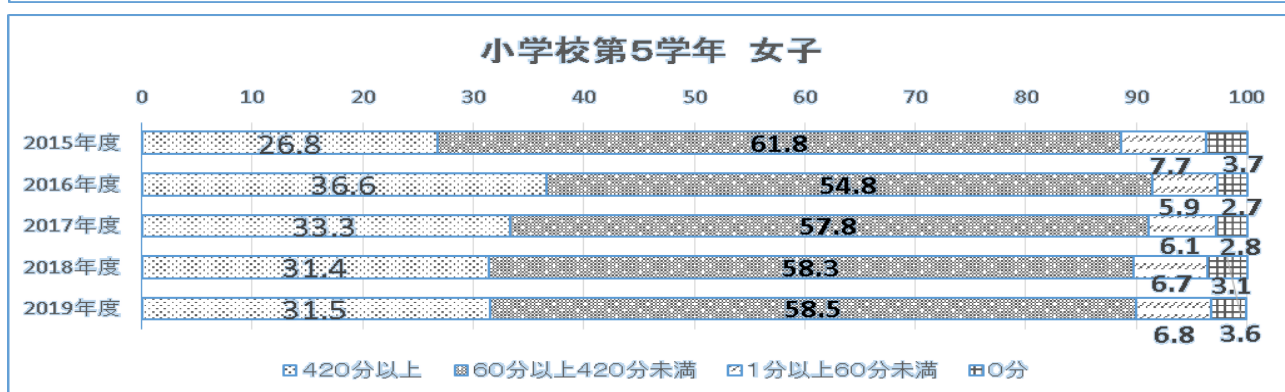
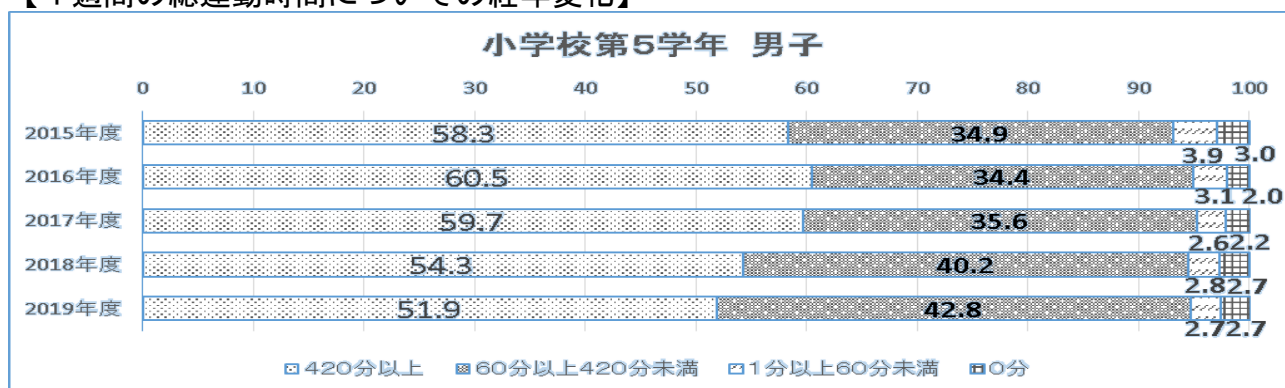
男女とも同様の傾向を示している。

○「反復横跳び」「持久走」「50m走」は全国平均とほぼ同じまたは上回っている。

▲「握力」「長座体前屈」「ハンドボール投げ」に課題が見られる。

(4) 運動習慣等調査の結果

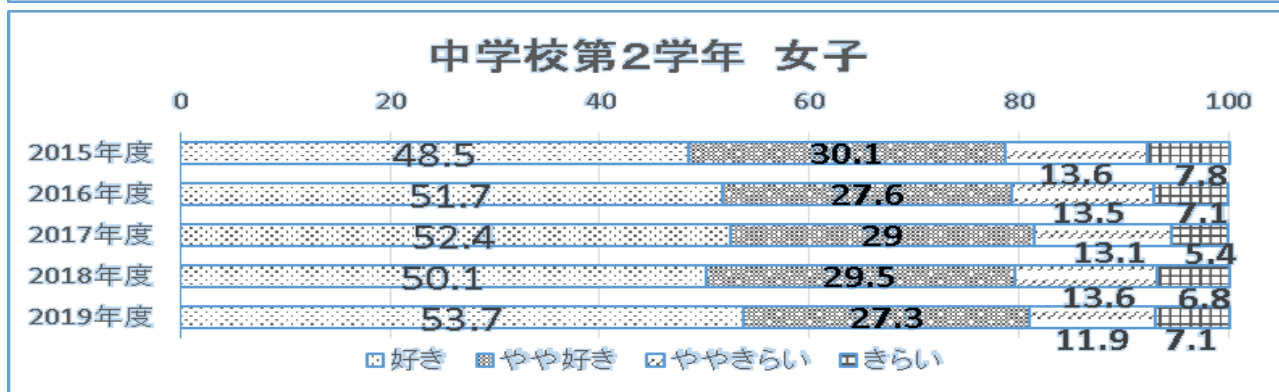
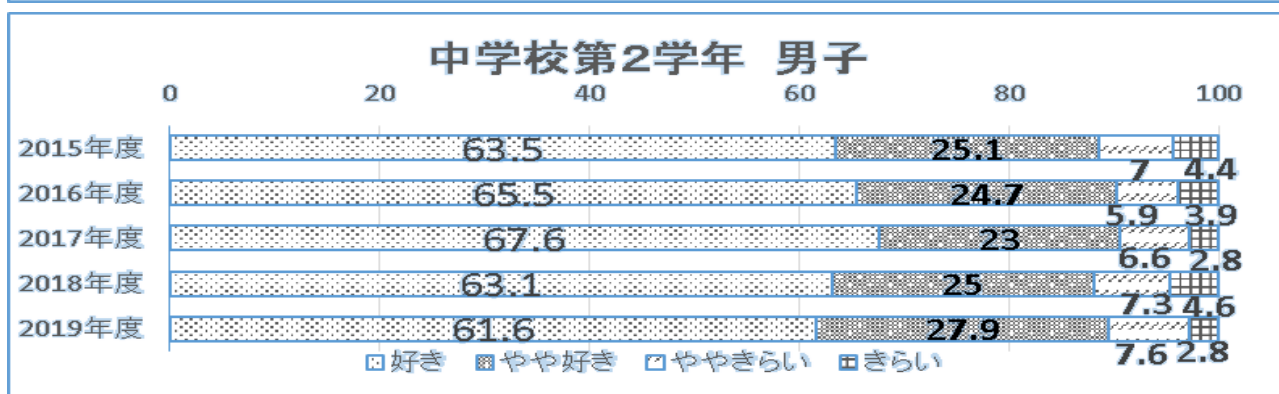
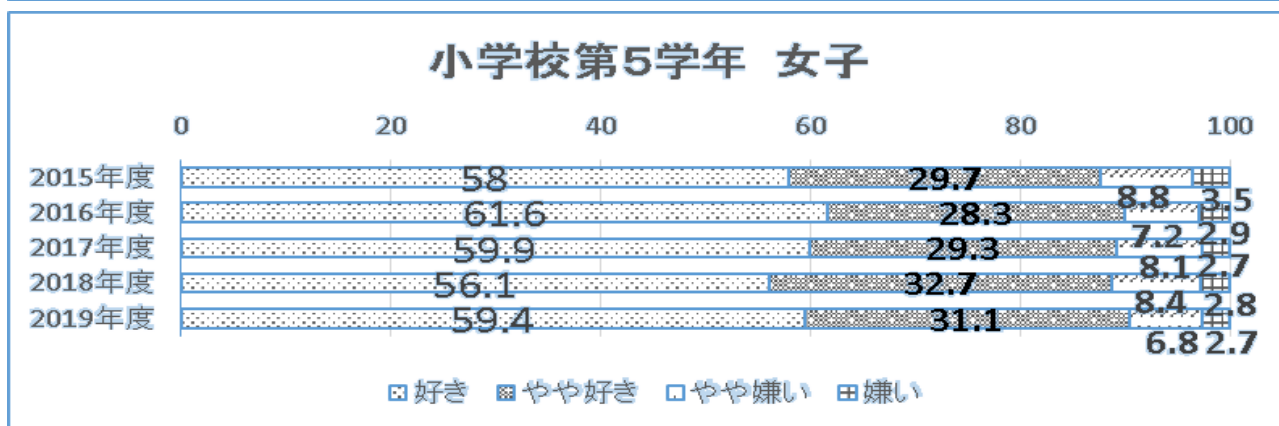
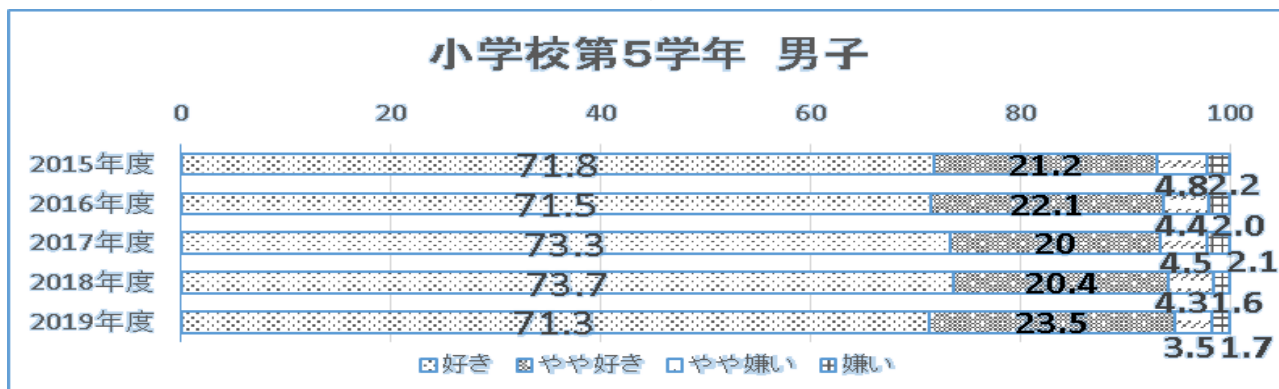
【1週間の総運動時間についての経年変化】



○中学校第2学年女子において、60分以上運動している生徒は徐々に増加傾向にあり、全く運動していない生徒は過去5年間で最も少なかった。

▲420分以上運動している児童生徒は全体的に減少傾向にあり、60分以上運動している児童生徒はほぼ横ばいの状態である。小学校第5学年男子においては、420分以上運動している児童が、過去5年間で最も少なかった。

【運動やスポーツの好き嫌いについての経年変化】



○中学校第2学年女子では、運動やスポーツを好んでいる児童の割合が徐々に増加しており、運動やスポーツを「好き」と回答した生徒は、過去5年間で最も多かった。

▲小学校第5学年、中学校第2学年ともに、全体的な傾向として、運動やスポーツを好んでいる児童生徒の割合はほぼ横ばいである。男子については、小学校第5学年、中学校第2学年ともに、運動やスポーツを「好き」と回答した割合が、過去5年間で最も少なかった。

(5) 今後の取組

- 体力向上推進プラン「町田っ子 アクティブ・プロジェクト」の改訂
- 小学校連合体育大会の全校実施
- 地区ごとの「体力向上パワーアップDAY」の開催
- 研究指定校への支援、研究成果の普及
- 授業改善の3つの柱に関わる優良実践の普及と研修の実施
 - ・意欲や技能を高める「ウォーミングアップ」の工夫
 - ・9年間を見通した「体づくり運動」の充実
 - ・タグラグビーを基にした易しいゴール型ゲーム「町田ボール」の推進
- 「町田っ子 アクティブ・カレンダー」の配布と優良活用実践の普及