

平成 22 年度調査結果のまとめ

1 総合的にみた結果

(1) 全国平均値との比較からみた結果

- 総合的な体力の状況からみると、小学校で全国平均を下回るものの、中学校、高等学校（全日制）では、ほぼ全国平均を上回っている。
- 男女別にみると、小、中、高等学校ともに、男女間で顕著な傾向は見られない。
- 校種別にみると、全国平均を上回る項目の割合は、小学校では約 30%、中学校では約 67%。高等学校（全日制）では約 94% となり、小学校では、今年度減少したが、中学校、高等学校ではこれまで同様の傾向が見られる。
- 項目別にみると、「長座体前屈」「反復横跳び」が、男女ともに多くの学年で全国平均を上回っている。また、女子においては、「立ち幅とび」「ボール投げ」も、多くの学年で全国平均を上回っている。
- 小学校、高等学校の定時制男子において、全国平均を下回る項目が多い。
- 小・中・高等学校の男子と小学校の女子の「握力」が全国平均を下回っている。小学校の男女の「20mシャトルラン」「ボール投げ」、中学校の男女の「持久走」が全国平均を下回っている。

(2) 平均値の年次推移（S60～H20）からみた結果

- 男女ともに、ここ数年、多少の高低は見られるものの下げ止まり、停滞傾向が見られる。
- 男女ともに、依然 S60 年頃に比べ低い。

2 校種別にみた結果

< 小学校 >

(1) 全国平均値との比較

- 男女とも、高学年になると全国平均を上回る項目が増えている。
- 女子の「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」は、全国平均を上回っている学年が多い。
- 男女ともに総合平均は、多くの学年で全国平均を下回っている。
- 男女の「握力」「20mシャトルラン」、男子の「ボール投げ」は、全ての学年で全国平均を下回っている。
- 男女の「上体起こし」、男子の「立ち幅とび」、女子の「50m走」は、多くの学年で全国平均を下回っている。

(2) 平均値の過去 5 年間の推移

- 男女ともに、どの項目も若干の低下、上昇は見られるもののほぼ横ばい状態となってる。
- 昨年度と比較すると、男女の「上体起こし」「長座体前屈」「ボール投げ」、女子の「50m走」で、平均記録がやや下がった学年が多く見られる。

< 中学校 >

(1) 全国平均値との比較

- 男女ともに総合平均が、どの学年でも全国平均と同じ程度が上回っている。
- 男子の「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「立ち幅跳び」「ボール投げ」は、

全ての学年で全国平均を上回っている。

- 女子の「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「ボール投げ」は、全ての学年で全国平均を上回っている。
- 男女の「持久走」、男子の「握力」、女子の「20mシャトルラン」は、全ての学年で全国平均を下回っている。

(2) 平均値の過去5年間の推移

- 男女ともに、多くの項目で若干の低下、上昇は見られるもののほぼ横ばい状態となっている。
- 男子の「反復横跳び」で上昇傾向が見られる。
- 昨年度と比較すると、男女の「20mシャトルラン」「ボール投げ」、女子の「上体起こし」「持久走」「立ち幅跳び」で、平均記録が下がった学年が多く見られる。

< 高等学校 >

(1) 全国平均値との比較

- 全日制男女ともに総合平均が、全ての学年で全国平均を上回っている。
- 全日制女子は全ての項目、全ての学年で全国平均を上回っている。また、全日制男子は1、3年生の「握力」、1年生の「長座体前屈」を除く全ての項目で全国平均を上回っている。
- 定時制女子の18歳では、全ての項目が全国平均を上回っている。
- 定時制男女とも全体的には、1、2年生で全国平均を下回るが、3、4年生で改善している。

(2) 平均値の過去5年間の推移

- ・男女ともに、どの項目も若干の低下、上昇は見られるが、ほぼ横ばい状態となっている。

3 本県児童生徒の体力の特徴と指導の方向（考察）

- (1) ここ数年の結果から、小学生の段階から、おおむね「敏捷性」や「柔軟性」「巧緻性」に優れ、素早く巧みに動くことができる児童生徒が多いと言える。小学生は、この時期に特に高めたい「体の柔らかさや巧みな動き」を身に付けていると判断できる。しかし、今年度は「ボール投げ」が小学校において低下傾向を示したことについては、今後注視する必要がある。

- (2) 全国平均を上回る項目の割合は、小学校、中学校、高等学校と、学年が進むにしたがって増える傾向にある。よって、今後、小学校において、教育活動全体を通して、運動遊びなど結果として体力向上につながる取組、楽しみながら運動習慣を身に付ける取組を一層充実させ体力向上を図ることで、中学校、高等学校においても、一層の体力向上を図ることができると考えられる。

- (3) 中学校で「全身持久力」に低下傾向が見られることから、これまで同様、発達の段階に応じて、小学校では「体の柔らかさや巧みな動き」、中学校では「持続的な動き」、高等学校では「力強さとスピードのある動き」を重点とする運動の取り上げ方や指導を強化する必要がある。児童生徒の体力状況に応じた取組の工夫とともに、教科体育の年間指導計画の工夫や各運動種目と体力要素の関連をとらえた指導の改善が必要である。

- (4) 小・中学校、高校を含め、男女とも多くの学年の「握力」が、全国平均を下回る傾向がここ数年見られることから、今後、小学校低・中学年では運動遊びの中に、筋力アップを図る要素を取り入れ、小学校高学年から中学校では、握力を含めた全身の筋力アップを図るトレーニングを工夫するなど、意図的な取組を行う必要がある。また、測定器具の点検、正しい測定方法の確認を行う必要がある。

今後の取組

【健康教育の充実】 運動に親しみ、進んで健康で安全な生活を送る態度を育てる

- 1 教科体育はもとより、日常生活における運動実践の場を充実させる
 - ・生涯スポーツの基礎づくりと体力の向上を目指し、学校・家庭・地域社会における体育的实践を通して、自ら進んで運動を実践する習慣を身に付けることができるようにする。
 - ・小学校では、仲間とともに楽しみながら多様な運動経験をすることに重点を置き、教科体育や体育的行事等との関連を図った日常的な運動実践の場の充実を図る。
 - ・中学校や高等学校では、上記の小学校の取組に加え、運動部活動へも意欲的に参加できるようにし、活動に充実感がもてるよう運営方法や指導方法について工夫する。
- 2 運動に親しむ資質や能力を育て、体力の向上を図る
 - ・児童生徒の発達の段階と運動の特性を踏まえ、児童生徒が運動技能を身に付け、仲間と一緒に運動する楽しさや喜びを味わうことができるようにする。
 - ・児童生徒の発達の段階に即した適切な運動の機会を計画的・継続的に位置付け、体力の向上を図るようにする。

参 考

テスト項目と体力評価

テスト項目	体力評価	テスト項目	体力評価
握力	筋力	シャトルラン又は持久走	全身持久力
上体起こし	筋力・筋持久力	50m走	スピード・走能力
長座体前屈	柔軟性	立ち幅とび	筋パワー
反復横とび	敏捷性	ボール投げ	筋パワー・投能力・巧緻性

標準偏差（SD）

標準偏差とは、データから平均値を基準にして、集団の散らばり具合を示す度合いである。標準偏差が大きい場合は、その集団の散らばりが大きく異質集団であるといえる。その反対に標準偏差が小さい場合は、集団の散らばりが小さく等質集団であるといえる。

Tスコア

個人の記録を比較し、集団の中で相対的な位置を知ろうとする場合、異種目の比較や同一種目であっても異単位な場合の比較が可能な方法が必要である。その代表的な方法がTスコアである。

Tスコアは、集団の平均を50点にし、そこから標準偏差の1倍離れたものを40点と60点に、2倍離れたものを30点と70点に換算した数値である。