

平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等 調査結果における仙台市の概要について

スポーツ庁が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果がまとまりました。今後は調査結果をもとに、本市の児童生徒の体力・運動能力について、現状と課題を分析し、健やかな体の育成の推進に取り組みます。

1 調査の目的

- (1) 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析し、施策の成果・課題の検証およびその改善を図る。
- (2) 各教育委員会および各学校が、全国的な状況との関係において、体力の向上に係る施策の成果・課題の把握とその改善を図るとともに、こうした取り組みを通じて、継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 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、体育・健康の指導・改善に役立てる。

2 仙台市の調査対象

- (1) 仙台市立小学校および特別支援学校小学部の第5学年全員（約8,200人）
 - (2) 仙台市立中学校、中等教育学校および特別支援学校中学部の第2学年全員（約8,100人）
- ※全国の調査児童生徒数 小学生：約104万人 中学生：約104万人

3 調査事項および内容

- (1) 実技調査…新体力テスト（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ボール投げ（小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール）

※中学校は持久走と20mシャトルランから選択。本市では20mシャトルランで統一
- (2) 児童生徒に対する質問紙調査…運動習慣・生活習慣・食習慣等に関する項目

4 調査実施日

- (1) 実技調査…平成28年4月～7月
- (2) 質問紙調査（児童生徒用、学校用）…平成28年7月
- (3) 学校に対する質問紙調査（子供の体力向上に係る取り組み等に関する項目）…平成28年6月

5 結果概要

体力合計点は、小学校は男女とも前年を上回り、全国との比較でわずかに下回った。中学校は男子が前年および全国を上回ったが、女子は前年および全国をわずかに下回った。

(1) 実技調査全般の傾向【体力合計点による比較】

体力合計点の平均 (単位：点)		男子				女子			
		仙台市	全国	宮城県	大都市	仙台市	全国	宮城県	大都市
小学校 第5学年	H28	53.48	53.92	53.03	53.50	55.32	55.54	55.01	54.79
	H27	53.29	53.80	52.75	53.23	54.51	55.18	54.40	54.22
中学校 第2学年	H28	43.26	42.13	42.08	41.05	48.91	49.56	48.01	48.27
	H27	42.52	41.89	41.66	40.75	49.24	49.08	48.24	47.72

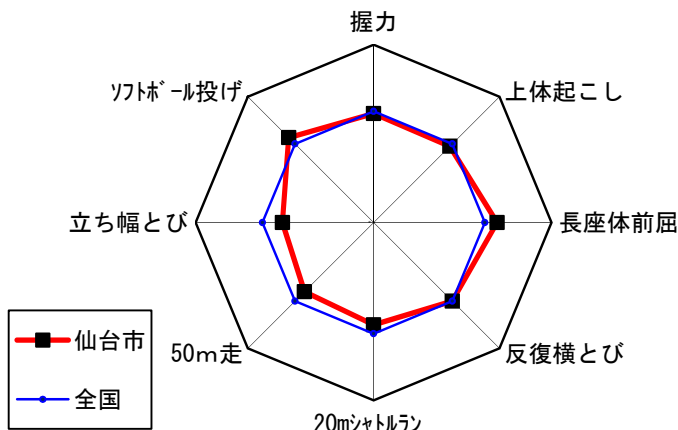
※体力合計点とは、各種目の記録を、男女別・学年別に種目別得点表により1～10点に得点化したものの合計点

※大都市とは、東京23区と政令指定都市をいう

(2) 調査各種目の傾向 (平均値)

小学校第5学年【男子】	H27 仙台市		H28 仙台市	H28 全国	全国との差
握力 (kg)	16.43	→	16.41	16.47	▲0.06
上体起こし (回)	19.05	↗	19.49	19.67	▲0.18
長座体前屈 (cm)	33.54	→	33.78	32.87	+0.91
反復横とび (点)	41.59	→	41.97	41.97	±0
20mシャトルラン (回)	49.55	↗	50.25	51.89	▲1.64
50m走 (秒)	9.50	→	9.50	9.38	▲0.12
立ち幅とび (cm)	148.38	→	147.47	151.39	▲3.92
ソフトボール投げ (m)	23.76	↘	23.07	22.42	+0.65
体力合計点 (点)	53.29	→	53.48	53.92	▲0.44

【平成28年度全国平均値との比較】



【平成27年度との比較】

〈向上した種目〉

上体起こし、20mシャトルラン

〈ほぼ横ばいの種目〉

握力、長座体前屈、反復横とび、50m走、立ち幅とび

〈低下した種目〉

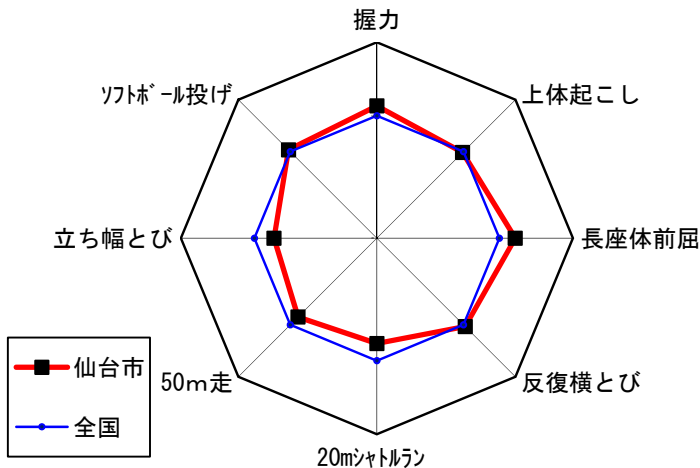
ソフトボール投げ

※ □ は、H28 全国平均値以上の種目

※左のグラフは、各測定種目の全国平均値を50とした時のTスコア (偏差値) を表している

小学校第5学年【女子】	H27 仙台市		H28 仙台市	H28 全国	全国との差
握力 (kg)	16.21	↗	16.42	16.13	+0.29
上体起こし (回)	18.10	↗	18.57	18.60	▲0.03
長座体前屈 (cm)	37.91	→	38.28	37.21	+1.07
反復横とび (点)	39.51	↗	40.19	40.06	+0.13
20mシャトルラン (回)	38.48	↗	39.03	41.29	▲2.26
50m走 (秒)	9.74	→	9.69	9.61	▲0.08
立ち幅とび (cm)	141.52	→	142.02	145.31	▲3.29
ソフトボール投げ (m)	13.73	↗	13.99	13.88	+0.11
体力合計点 (点)	54.51	↗	55.32	55.54	▲0.22

【平成28年度全国平均値との比較】



【平成27年度との比較】

〈向上した種目〉

握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、ソフトボール投げ

〈ほぼ横ばいの種目〉

長座体前屈、50m走、立ち幅とび

〈低下した種目〉

なし

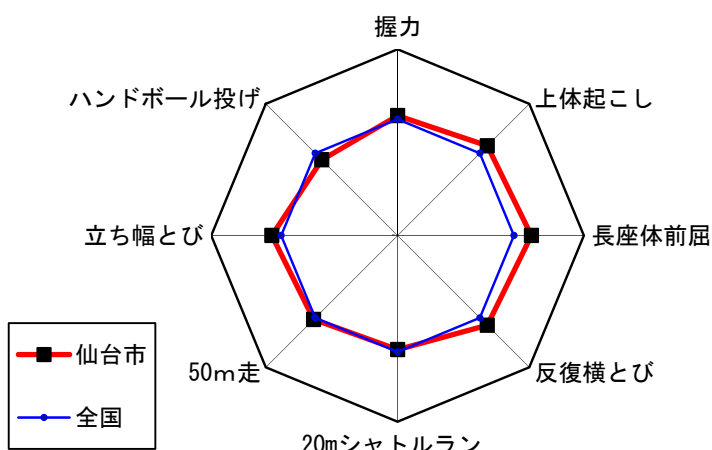
※ □ は、H28 全国平均値以上の種目

※左のグラフは、各測定種目の全国平均値を50とした時のTスコア (偏差値) を表している

中学校第2学年【男子】	H27 仙台市		H28 仙台市	H28 全国	全国との差
握力 (kg)	28.67	↗	29.15	28.91	+0.24
上体起こし (回)	28.05	→	28.02	27.46	+0.56
長座体前屈 (cm)	44.00	↗	44.61	43.06	+1.55
反復横とび (点)	52.19	→	52.65	51.93	+0.72
20mシャトルラン (回)	85.16	→	85.77	86.24	▲0.47
50m走 (秒)	7.99	→	8.00	8.03	+0.03
立ち幅とび (cm)	193.88	↗	197.02	194.69	+2.33
ハンドボール投げ (m)	20.06	→	20.12	20.59	▲0.47
体力合計点 (点)	42.52	↗	43.26	42.13	+1.13

【平成28年度全国平均値との比較】

【平成27年度との比較】



〈向上した種目〉

握力、長座体前屈、立ち幅とび

〈ほぼ横ばいの種目〉

上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げ

〈低下した種目〉

なし

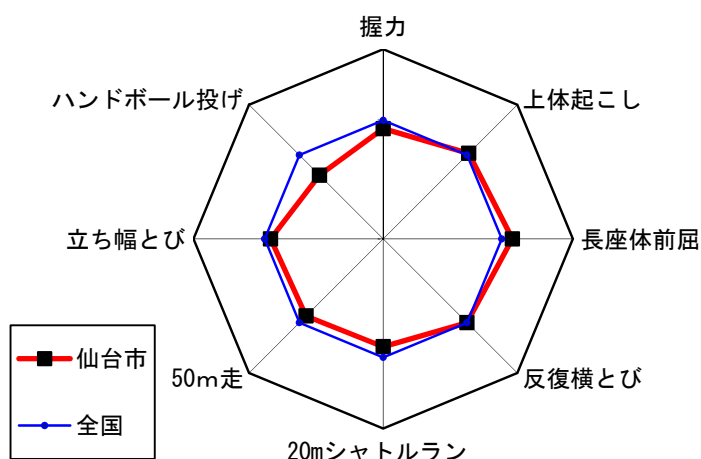
※□は、H28 全国平均値以上の種目

※左のグラフは、各測定種目の全国平均値を50とした時のTスコア（偏差値）を表している

中学校第2学年【女子】	H27 仙台市		H28 仙台市	H28 全国	全国との差
握力 (kg)	23.53	→	23.41	23.75	▲0.34
上体起こし (回)	23.89	↘	23.60	23.48	+0.12
長座体前屈 (cm)	46.24	→	46.31	45.46	+0.85
反復横とび (点)	46.49	→	46.61	46.60	+0.01
20mシャトルラン (回)	57.11	→	57.01	58.80	▲1.79
50m走 (秒)	8.88	→	8.90	8.83	▲0.07
立ち幅とび (cm)	167.42	→	167.16	168.28	▲1.12
ハンドボール投げ (m)	12.10	↘	11.87	12.85	▲0.98
体力合計点 (点)	49.24	→	48.91	49.56	▲0.65

【平成28年度全国平均値との比較】

【平成27年度との比較】



〈向上した種目〉

なし

〈ほぼ横ばいの種目〉

握力、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび

〈低下した種目〉

上体起こし、ハンドボール投げ

※□は、H28 全国平均値以上の種目

※左のグラフは、各測定種目の全国平均値を50とした時のTスコア（偏差値）を表している

(3) 児童生徒に対する質問紙調査について（抜粋）

①小学校第5学年【男子】（単位：％）

質問内容	回答	H27仙台市		H28仙台市	H28全国	全国との差
運動が好き	好き	76.2	→	75.5	73.0	+2.5
運動は大切	大切	69.2	↗	71.8	69.7	+2.1
運動部等の所属状況 (複数回答可)	運動部	—	—	19.6	29.8	▲10.2
	地域スポーツクラブ	—	—	50.4	49.5	+0.9
体育の授業は楽しい	そう思う	71.8	→	72.2	73.2	▲1.0
1週間の授業以外の総運動時間		557.5分	↗	574.6分	602.9分	▲28.3分
卒業後の自主的な運動	したい	74.7	↗	76.9	75.0	+1.9
家の人から積極的な 運動のすすめ	よくある	29.0	→	28.8	26.5	+2.3
	ときどきある	34.3	↗	34.8	34.8	±0
	あまりない	21.6	↘	20.9	23.4	▲2.5
	まったくない	15.1	↗	15.5	15.2	+0.3

②小学校第5学年【女子】（単位：％）

質問内容	回答	H27仙台市		H28仙台市	H28全国	全国との差
運動が好き	好き	56.7	↗	58.7	56.7	+2.0
運動は大切	大切	55.9	↗	59.0	58.9	+0.1
運動部等の所属状況 (複数回答可)	運動部	—	—	10.5	20.0	▲9.5
	地域スポーツクラブ	—	—	26.4	31.6	▲5.2
体育の授業は楽しい	そう思う	58.0	↗	60.2	60.3	▲0.1
1週間の授業以外の総運動時間		306.0分	↗	325.2分	370.3分	▲45.1分
卒業後の自主的な運動	したい	66.3	↗	71.0	68.2	+2.8
家の人から積極的な 運動のすすめ	よくある	19.0	↘	17.1	16.7	+0.4
	ときどきある	34.5	↗	38.0	35.5	+2.5
	あまりない	31.2	↘	29.2	31.4	▲2.2
	まったくない	15.3	↗	15.8	16.4	▲0.6

- ・運動が「好き」と回答した割合は、女子は前年および全国を上回り、男子は全国を上回った。
- ・運動が「大切」と回答した割合は、男女とも前年および全国を上回った。
- ・体育の授業は「楽しい」と回答した割合は、男女とも前年を上回ったが、全国は下回った。
- ・1週間の授業以外の総運動時間は、男女とも前年を15分以上上回ったが、全国は下回った。
- ・卒業後の自主的な運動を「したい」と回答した割合は、男女とも前年および全国を上回った。
- ・家の人からの積極的な運動のすすめは「よくある」「ときどきある」の肯定回答を合計した割合が、男女とも前年および全国を上回った。

③中学校第2学年【男子】(単位：%)

質問内容	回答	H27仙台市		H28仙台市	H28全国	全国との差
運動が好き	好き	69.9	↘	67.7	63.6	+4.1
運動は大切	大切	65.6	↗	66.9	64.5	+2.4
保健体育の授業は楽しい	そう思う	53.5	↘	51.9	50.2	+1.7
部活動等の所属状況 (複数回答可)	運動部	84.1	↗	85.1	78.5	+6.6
	地域スポーツクラブ	14.4	↗	15.4	16.6	▲1.2
1週間の授業以外の総運動時間		924.5分	↗	939.1分	964.3分	▲25.2分
卒業後の自主的な運動	したい	70.3	↘	69.5	65.4	+4.1
家の人から積極的な 運動のすすめ	よくある	23.2	↗	30.2	27.3	+2.9
	ときどきある	29.4	↗	32.9	33.6	▲0.7
	あまりない	29.9	↘	23.5	26.7	▲3.2
	まったくない	17.4	↘	13.3	12.4	+0.9

④中学校第2学年【女子】(単位：%)

質問内容	回答	H27仙台市		H28仙台市	H28全国	全国との差
運動が好き	好き	52.2	↘	50.8	46.9	+3.9
運動は大切	大切	49.0	↗	51.0	50.2	+0.8
保健体育の授業は楽しい	そう思う	40.4	→	40.5	38.8	+1.7
部活動等の所属状況 (複数回答可)	運動部	64.7	↗	66.2	58.3	+7.9
	地域スポーツクラブ	7.6	↗	7.9	9.5	▲1.6
1週間の授業以外の総運動時間		678.9分	↗	690.4分	685.2分	+5.2分
卒業後の自主的な運動	したい	56.3	↘	53.8	51.8	+2.0
家の人から積極的な 運動のすすめ	よくある	15.6	↗	21.1	19.4	+1.7
	ときどきある	29.7	↗	34.5	34.5	±0
	あまりない	37.5	↘	32.1	33.1	▲1.0
	まったくない	17.2	↘	12.3	12.9	▲0.6

- ・運動が「好き」と回答した割合は、男女とも前年を下回ったが、全国を上回った。
- ・運動が「大切」と回答した割合は、男女とも前年および全国を上回った。
- ・保健体育の授業が「楽しい」と回答した割合は、男女とも全国を上回った。
- ・運動部等の所属率は、運動部については男女とも前年および全国を上回ったが、地域スポーツクラブについては全国を下回った。
- ・1週間の授業以外の総運動時間は、男女とも前年を10分以上上回り、女子は全国も上回った。
- ・卒業後の自主的な運動を「したい」と回答した割合は、男女とも前年を下回ったが、全国は上回った。
- ・家の人からの運動のすすめは「よくある」「ときどきある」の肯定回答を合計した割合が、男女とも前年および全国を上回った。

(4) 体格について

体 格 平 均 値			H27仙台市		H28仙台市	H28全国	全国との差
小学校 第5学年	男子	身長 (cm)	139.59	→	139.41	138.82	+0.59
		体重 (kg)	34.92	→	34.59	33.99	+0.60
	女子	身長 (cm)	140.58	→	140.84	140.05	+0.79
		体重 (kg)	34.44	→	34.64	33.90	+0.74
中学校 第2学年	男子	身長 (cm)	160.65	→	161.14	159.90	+1.24
		体重 (kg)	49.32	→	49.48	48.54	+0.94
	女子	身長 (cm)	155.15	→	155.15	154.83	+0.32
		体重 (kg)	47.26	→	47.06	46.73	+0.33

・小・中学校男女とも、身長、体重のいずれも全国の上位である

6 本市の現状とそれを踏まえた今後の取り組みについて

これまで本市では、運動の日常化に向けた取り組みの強化や、小学生の体力・運動能力向上を目的としたプログラムの実践、トップアスリートによる授業支援、地域と連携した国委託事業の実施等を通じ、運動への関心や意欲の向上、学校における運動環境の整備等を図ってきた。

各学校においても、授業以外での運動・外遊びの時間の確保や、体育授業での運動量の創出などに意識的に取り組んできていることから、運動が「大切」と回答した児童生徒の割合や1週間の総運動時間は増加傾向にある。

本年度は種目男女別の計32項目のうち10項目で本市における平成10年度以降の最高値を記録しており、学校の取り組みが一定の成果を挙げたものと推察されることから、今後もこれまでの取り組みを継続していくとともに、本市児童生徒の現状を踏まえ、さらなる体力・運動能力の向上が期待できる施策を積極的に推進していきたい。

- (1) 小学生においては、全国平均に比べて数値が低い20mシャトルランや50m走、立ち幅とびなどの体重移動を伴う種目に課題があるため、授業導入時にランニングや縄跳びによるウォーミングアップを実施する等、脚力や持久力を向上させる運動を継続的に実施することで課題克服を目指す。
- (2) 中学生においても、握力やボール投げなどで課題も見られることから、毎回の授業導入時に腕や腹筋背筋の筋力を高める運動を取り入れるなど、よりバランスのとれた体力を身につけさせる。また、主運動においても、学習内容の中で、投げる動作を意識させ運動量を確保することで課題克服を目指す。
- (3) 平成27年4月に本市小学校の体力向上に向け提案した「パワーアップ仙台っ子プロジェクト」の実践や、平成26年4月に事例集として発行した「パワーアップ仙台っ子」～運動の日常化に向けたアイデア集～について、学校の課題に応じた効果的な活用方法や有効な取り組み事例を周知するとともに、その効果を検証し、各研修会等でフィードバックすることで学校での計画的な活用を推進する。
- (4) 児童が個々に取り組むことができ、かつ、それにより本調査の記録向上が期待できる種目については、マラソンカード（全身持久力＝20mシャトルラン）や縄跳びカード（跳躍力＝立ち幅とび）等の達成状況や記録の推移を可視化できるツールを使い、運動意欲に結び付くような取り組みを推進する。
- (5) 健康教育推進校（将監小学校、湯元小学校、六郷小学校、東華中学校、南小泉中学校、六郷中学校）において、児童生徒の健やかな体を育成するための先進的な取り組みを実践するとともに、具体的な効果が認められる取り組みについては、全市に周知し、普及させる。
これらに加え、新たに下記の取り組みを推進することで、一層の体力・運動能力向上を目指していく。
- (6) 小学校低学年を対象とした運動遊び等の機会を提供することにより、早い時期から児童が運動や遊びを楽しみながら、継続的に体を動かすことを習慣化できる環境づくりの支援を行う。
- (7) 小学校入学前の幼児および保護者向けに健康に関する啓発資料を配布するなど、望ましい運動習慣について、家庭への更なる啓発を図り、意識の醸成と協力体制の構築を図る。