

第1章

調査結果の概要

- 1 実技の状況 8
- 2 1週間の総運動時間と体力・運動能力 16
- 3 1週間の総運動時間から見た昭和60年度の平均値以上となった児童生徒の割合 18
- 4 運動やスポーツに対する意識 20
- 5 生活習慣と体力 29
- 6 体格(肥満・痩身傾向)と体力、運動習慣 32

1-1 実技の状況【小学校】 実技結果と経年変化（国・公・私立学校）

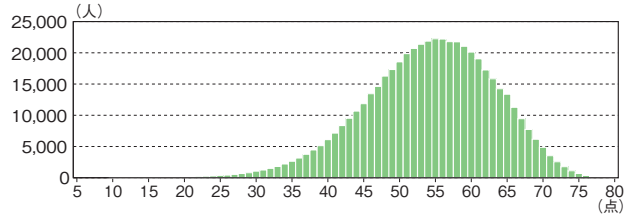
〈実技結果（平成29年度）〉

平成29年度調査の体力合計点の平均値は男子が54.16点、女子が55.72点であった。なお、各種目の実技結果の分布、及び、平均値と総合評価の段階別の割合は次のとおりである。

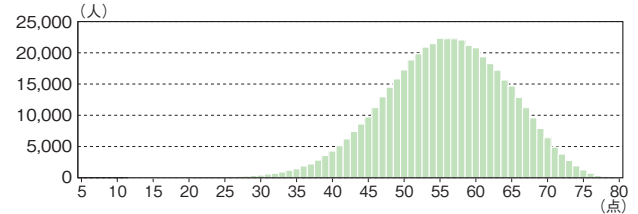
〈体力合計点（平成29年度）〉

※得点基準は男女により異なる。

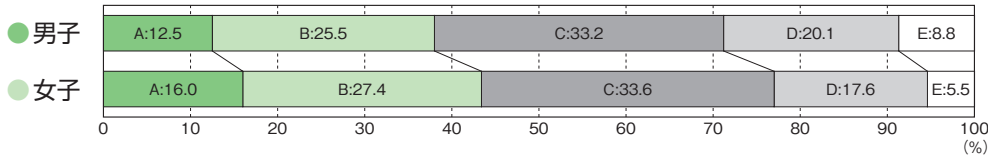
男子	標本数	平均値	標準偏差
	507,802人	54.16点	9.07



女子	標本数	平均値	標準偏差
	491,762人	55.72点	8.61

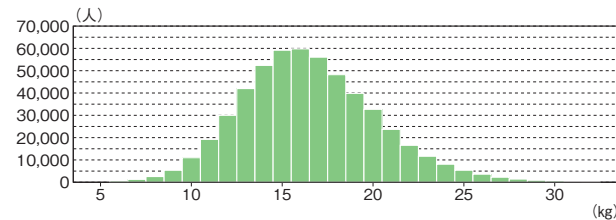


〈総合評価・段階別（平成29年度）〉

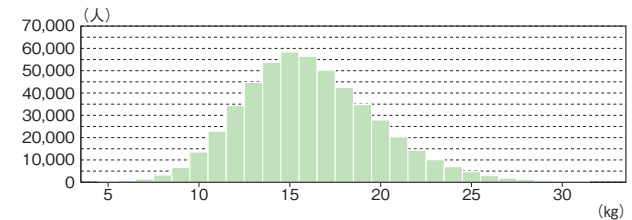


握力

男子	標本数	平均値	標準偏差
	535,251人	16.51kg	3.76

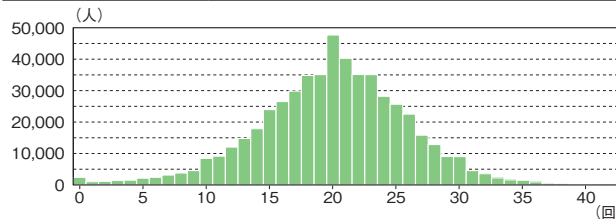


女子	標本数	平均値	標準偏差
	516,084人	16.12kg	3.77

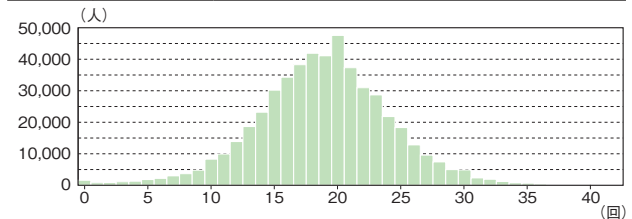


上体起こし

男子	標本数	平均値	標準偏差
	533,724人	19.92回	5.94

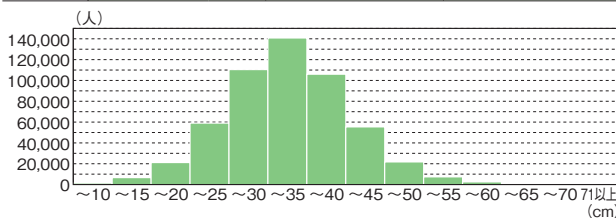


女子	標本数	平均値	標準偏差
	514,768人	18.80回	5.34

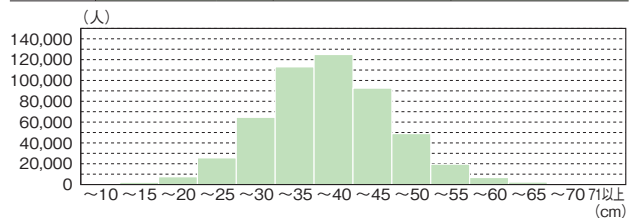


長座体前屈

男子	標本数	平均値	標準偏差
	534,002人	33.16cm	8.13

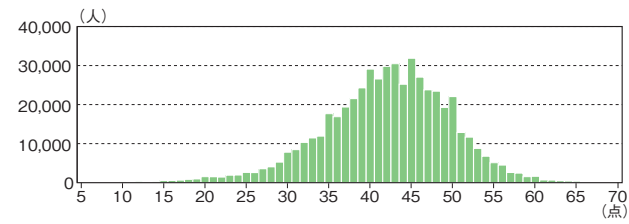


女子	標本数	平均値	標準偏差
	515,009人	37.44cm	8.35

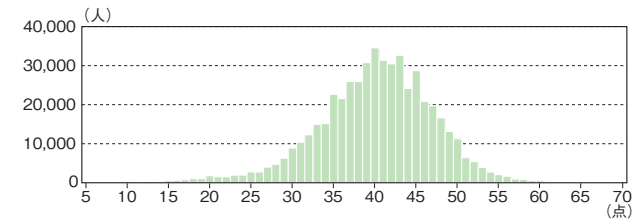


反復横とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
	531,983人	41.95点	7.91

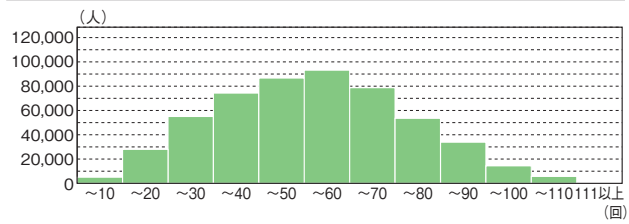


女子	標本数	平均値	標準偏差
	513,298人	40.06点	7.16

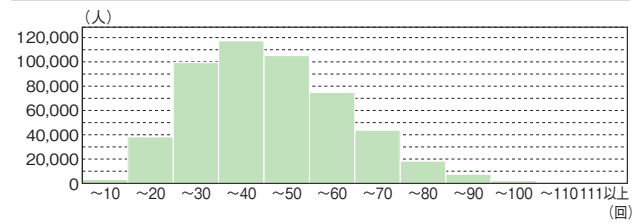


20mシャトルラン

男子	標本数	平均値	標準偏差
	529,256人	52.23回	21.09

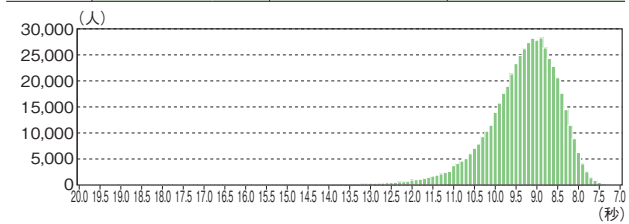


女子	標本数	平均値	標準偏差
	510,394人	41.62回	16.50

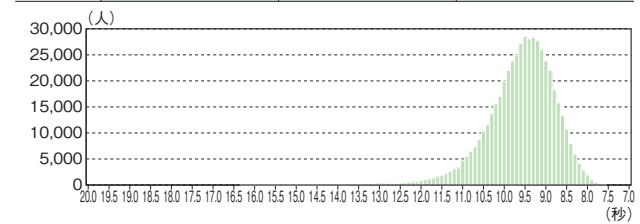


50m走

男子	標本数	平均値	標準偏差
	530,939人	9.37秒	0.96

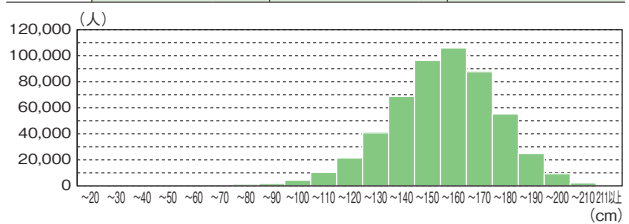


女子	標本数	平均値	標準偏差
	511,830人	9.60秒	0.83

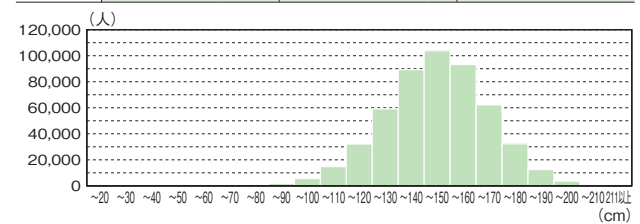


立ち幅とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
	532,326人	151.73cm	21.87

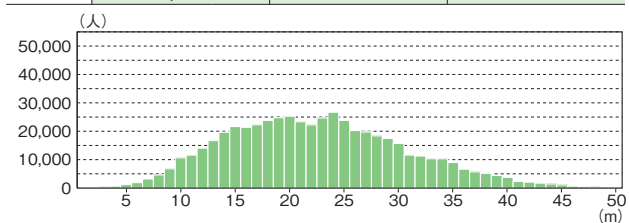


女子	標本数	平均値	標準偏差
	513,303人	145.49cm	20.70

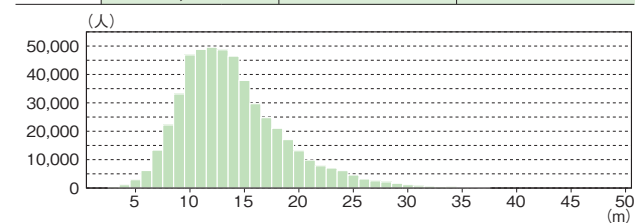


ソフトボール投げ

男子	標本数	平均値	標準偏差
	532,590人	22.52m	8.18



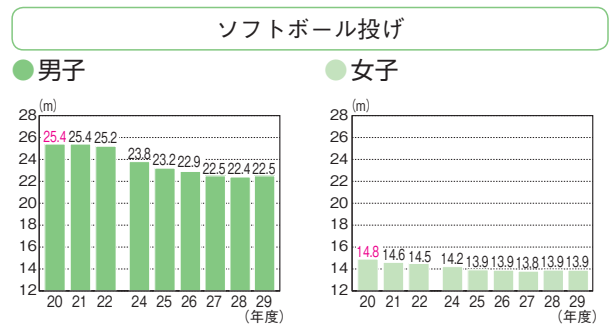
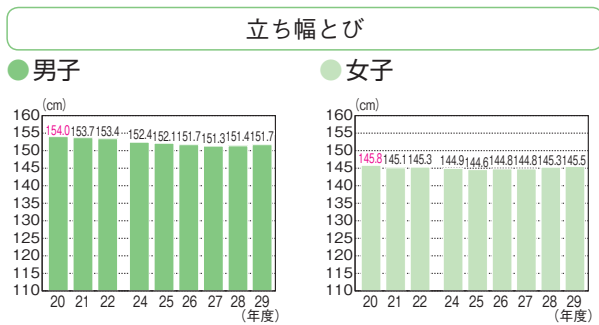
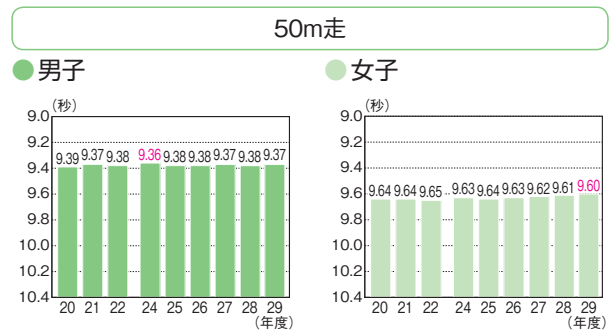
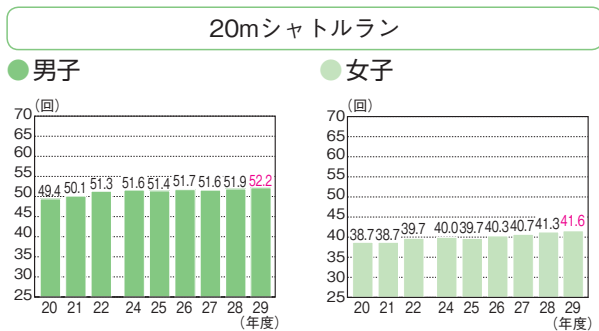
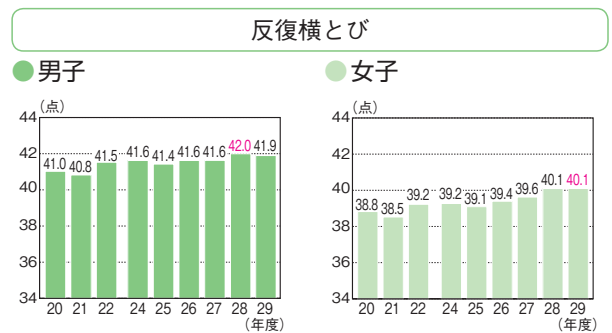
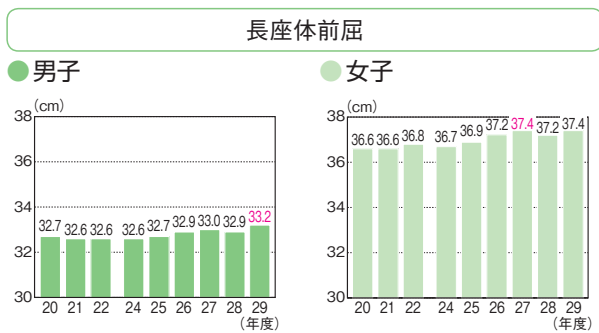
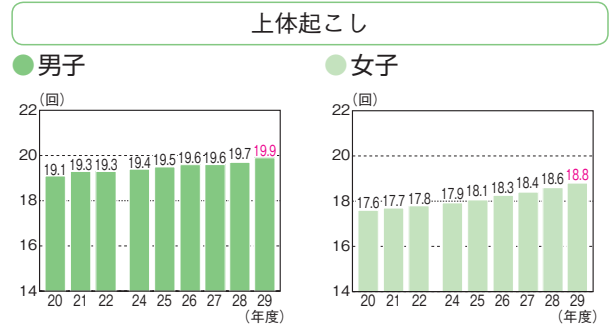
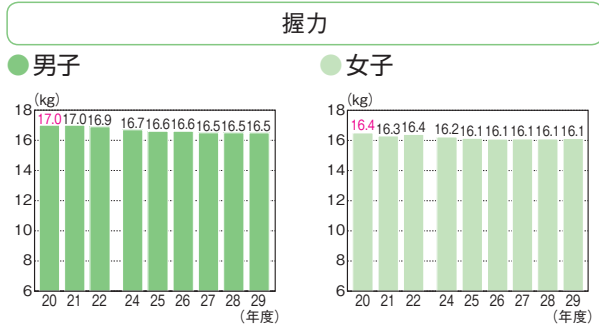
女子	標本数	平均値	標準偏差
	512,906人	13.93m	4.84



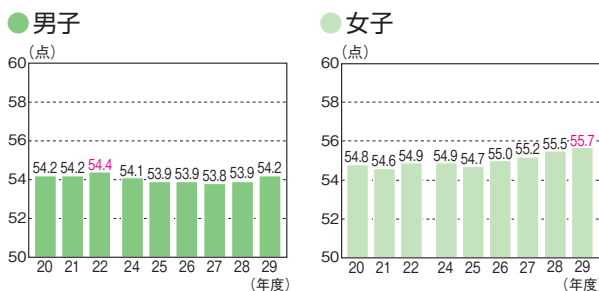
〈各種目の経年変化〉

種目別に見ると、平成20年度の調査開始以降過去最高値を示したのは、男女の20mシャトルランと上体起こし、男子の長座体前屈、女子の反復横とび、50m走であった。一方、男女とも握力とソフトボール投げは最低値ではなかったが、ここ数年、低い値で推移している。体力合計点は、女子が過去最高値となり、男子は最高値であった平成22年度には及ばないものの、ここ数年で最も高い値となった。

※赤い数値は最高値（小数第2位までの比較）

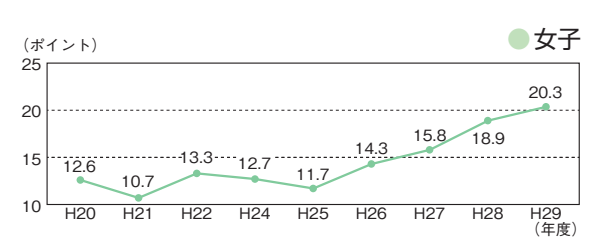
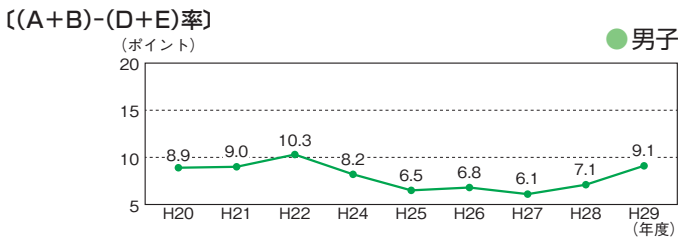
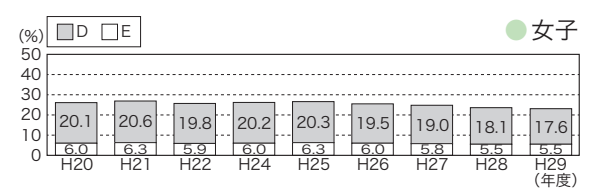
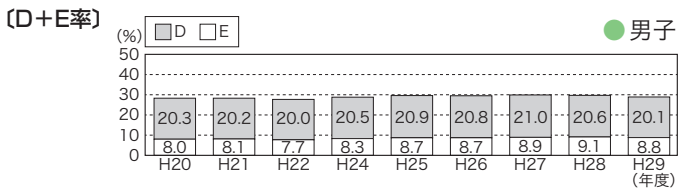
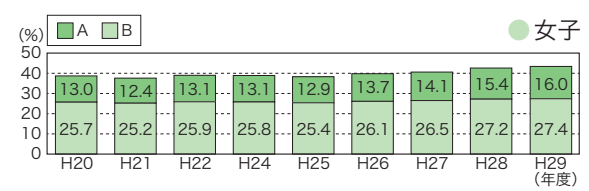
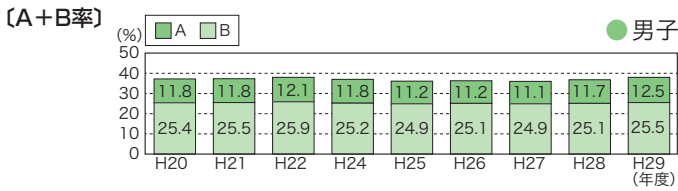
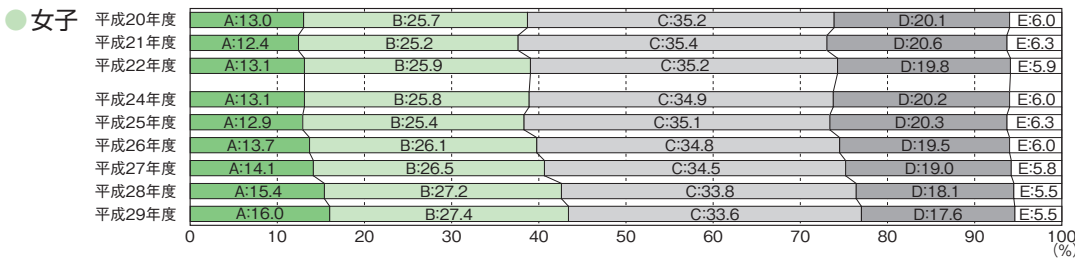
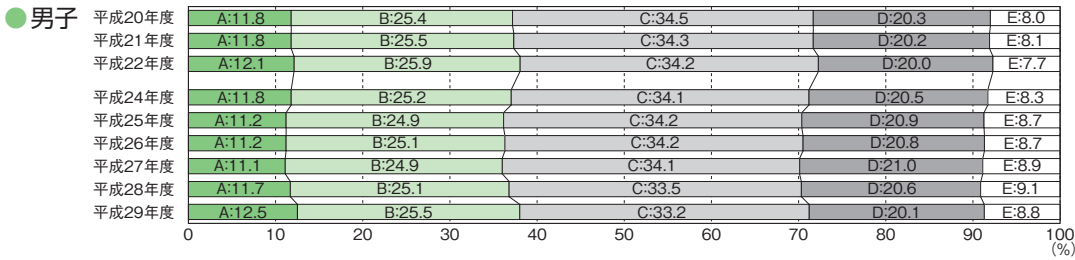


〈体力合計点の経年変化〉



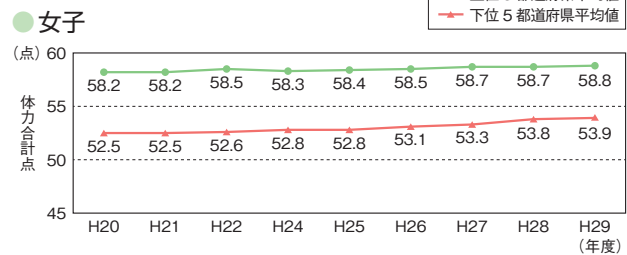
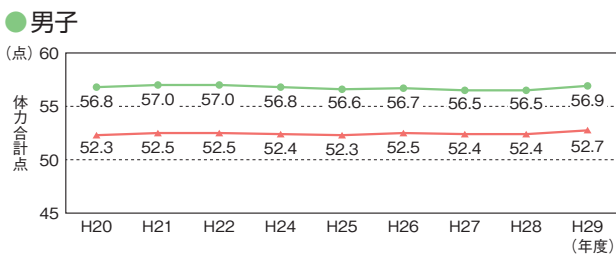
〈総合評価（段階別）の経年変化〉

平成20年度の調査開始以降男子の総合評価A・Bの割合は平成22年度と同じ値まで回復し、総合評価〔(A+B) - (D+E)〕のポイント差も上昇傾向にある。女子の総合評価A・Bの割合は、平成20年度の調査開始以降最も高く、総合評価〔(A+B) - (D+E)〕のポイント差も最も高かった。



〈上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値〉

上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値は、いずれも上昇している。特に下位5県の平均値の上昇率は、上位5県と比べて高かった。



上位と下位の差	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
	4.43	4.52	4.51	4.37	4.25	4.23	4.03	4.06	4.21

上位と下位の差	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
	5.68	5.72	5.90	5.45	5.52	5.43	5.35	4.91	4.91

※最大値は数値をブルーで、最小値はピンクで網掛けしている。

1-2 実技の状況【中学校】 実技結果と経年変化（国・公・私立学校）

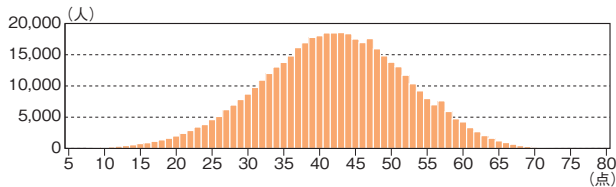
〈実技結果（平成29年度）〉

平成29年度調査の体力合計点の平均値は男子が41.96点、女子が49.80点であった。なお、各種目の実技結果の分布、及び、平均値と総合評価の段階別の割合は次のとおりである。

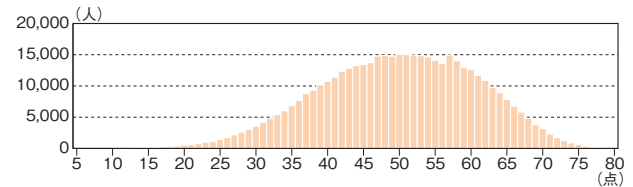
〈体力合計点（平成29年度）〉

※得点基準は男女により異なる。

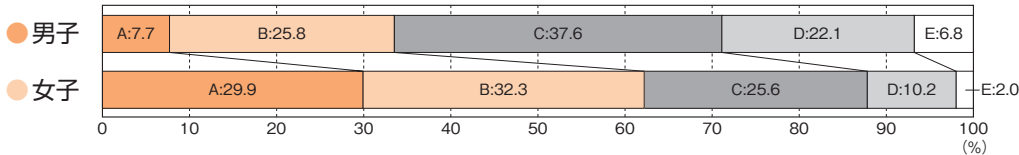
男子	標本数	平均値	標準偏差
	470,721人	41.96点	10.12



女子	標本数	平均値	標準偏差
	453,878人	49.80点	11.00

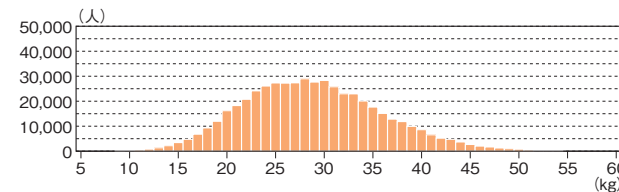


〈総合評価・段階別（平成29年度）〉

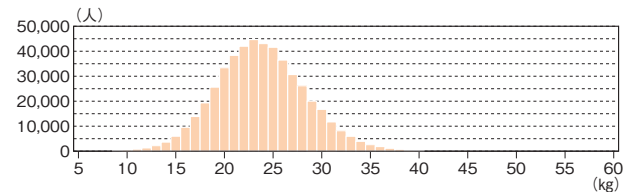


握力

男子	標本数	平均値	標準偏差
	513,298人	28.88kg	7.11

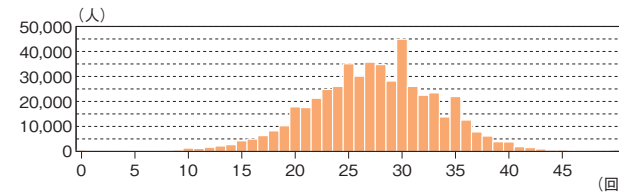


女子	標本数	平均値	標準偏差
	493,280人	23.78kg	4.59

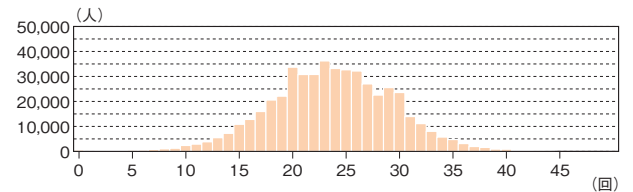


上体起こし

男子	標本数	平均値	標準偏差
	510,527人	27.33回	6.17

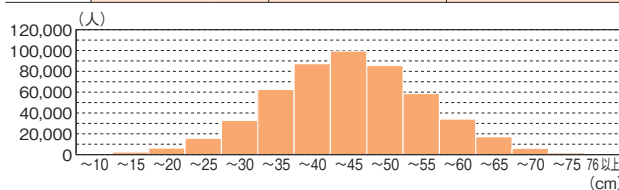


女子	標本数	平均値	標準偏差
	490,814人	23.62回	5.86

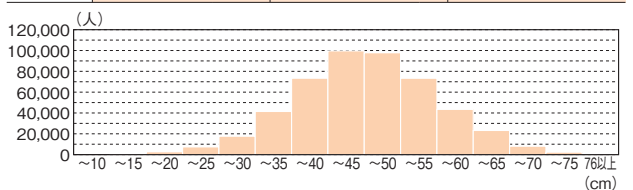


長座体前屈

男子	標本数	平均値	標準偏差
	510,648人	43.10cm	10.52

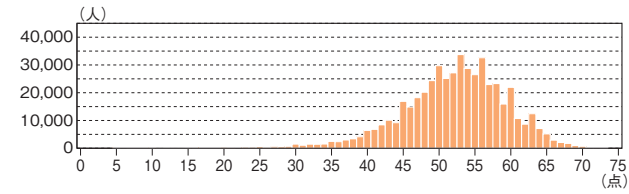


女子	標本数	平均値	標準偏差
	491,787人	45.85cm	9.85

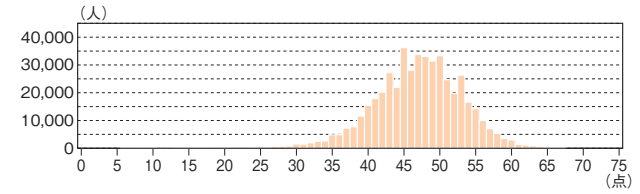


反復横とび

● 男子	標本数 506,911人	平均値 51.84点	標準偏差 8.01
------	-----------------	---------------	--------------

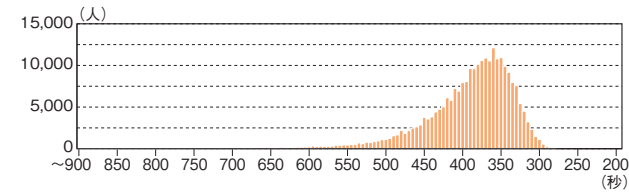


● 女子	標本数 487,813人	平均値 46.75点	標準偏差 6.73
------	-----------------	---------------	--------------

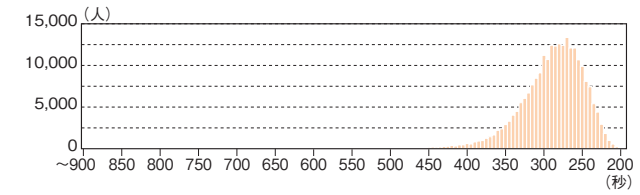


持久走 (男子1500m、女子1000m)

● 男子	標本数 250,946人	平均値 392.30秒	標準偏差 64.08
------	-----------------	----------------	---------------

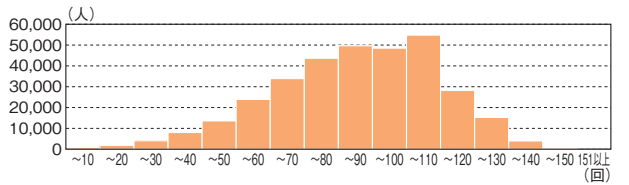


● 女子	標本数 237,435人	平均値 288.06秒	標準偏差 43.37
------	-----------------	----------------	---------------

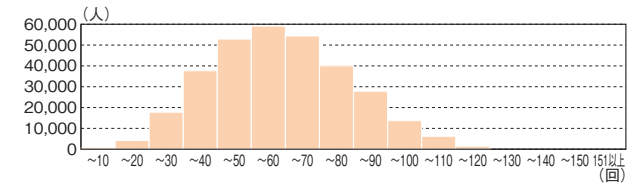


20mシャトルラン

● 男子	標本数 330,851人	平均値 85.54回	標準偏差 24.41
------	-----------------	---------------	---------------

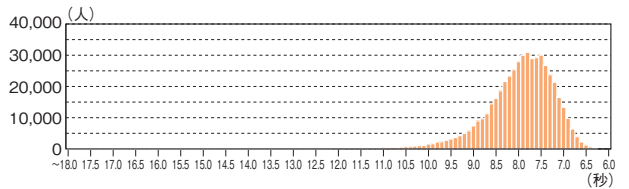


● 女子	標本数 316,103人	平均値 58.79回	標準偏差 20.23
------	-----------------	---------------	---------------

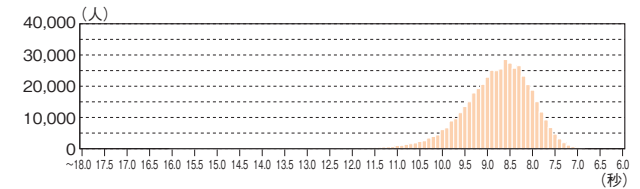


50m走

● 男子	標本数 502,964人	平均値 8.00秒	標準偏差 0.85
------	-----------------	--------------	--------------

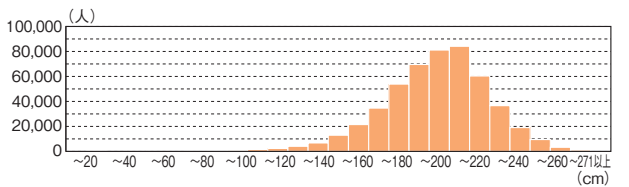


● 女子	標本数 483,181人	平均値 8.81秒	標準偏差 0.80
------	-----------------	--------------	--------------

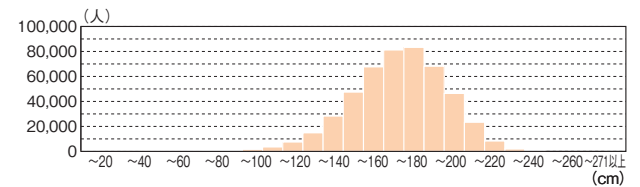


立ち幅とび

● 男子	標本数 506,309人	平均値 194.55cm	標準偏差 27.99
------	-----------------	-----------------	---------------

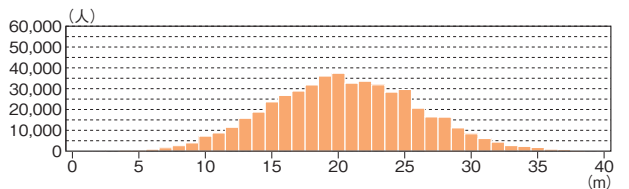


● 女子	標本数 487,298人	平均値 168.40cm	標準偏差 24.60
------	-----------------	-----------------	---------------

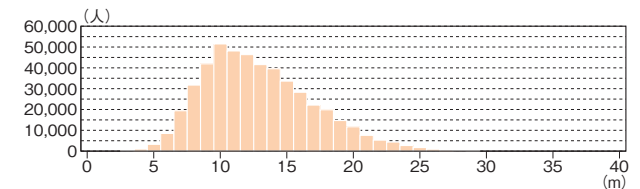


ハンドボール投げ

● 男子	標本数 506,259人	平均値 20.51m	標準偏差 5.65
------	-----------------	---------------	--------------



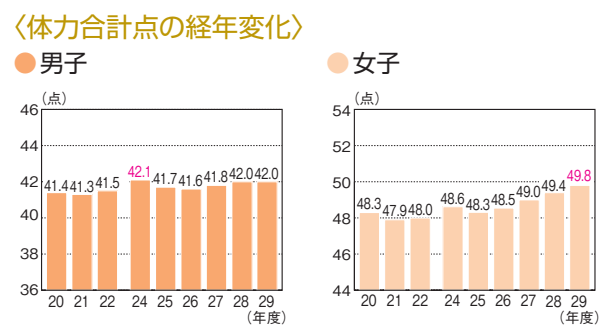
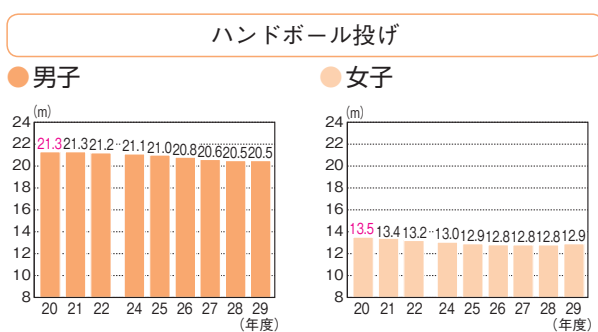
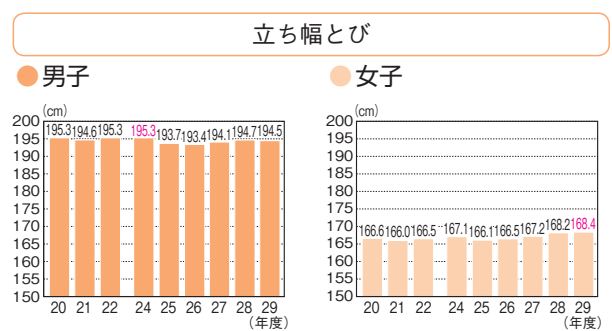
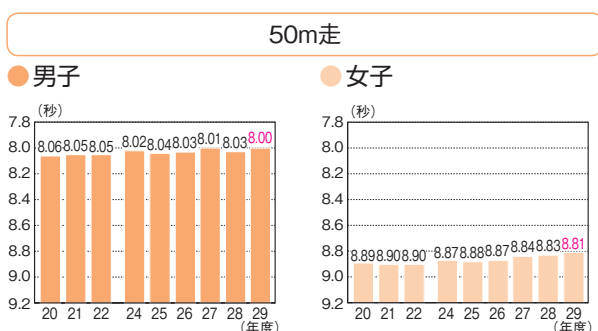
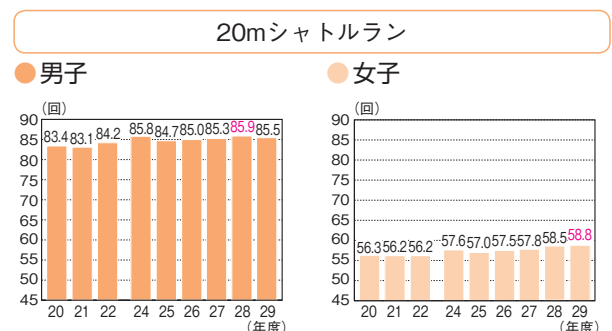
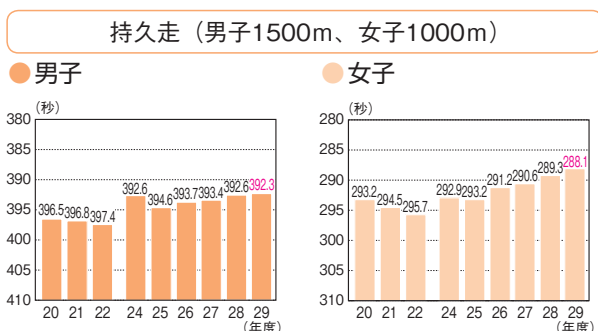
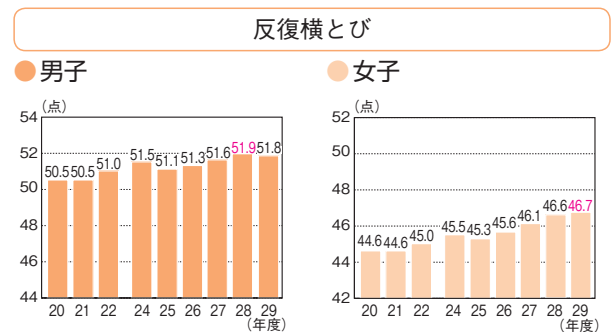
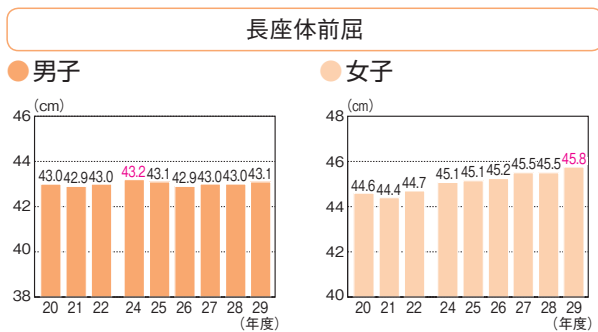
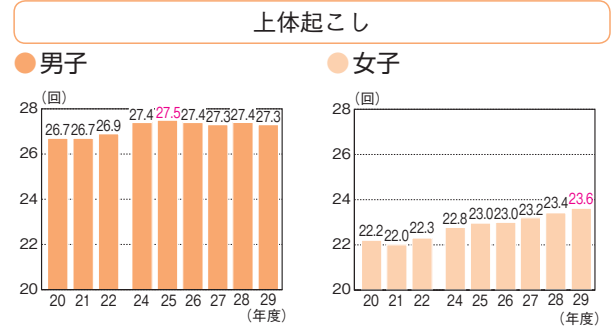
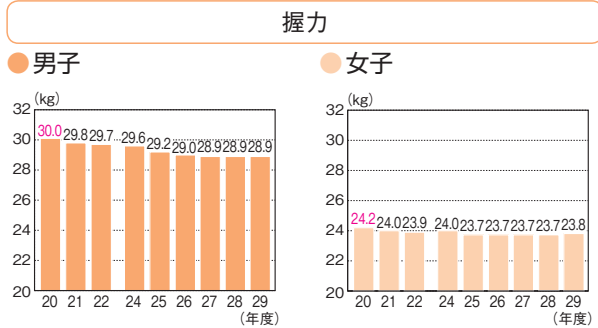
● 女子	標本数 487,406人	平均値 12.88m	標準偏差 4.13
------	-----------------	---------------	--------------



〈各種目の経年変化〉

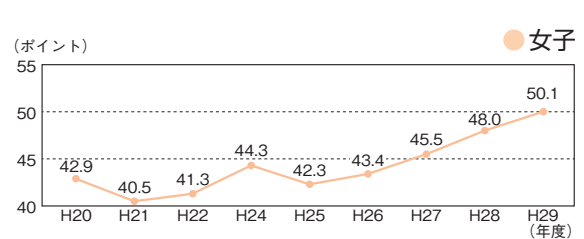
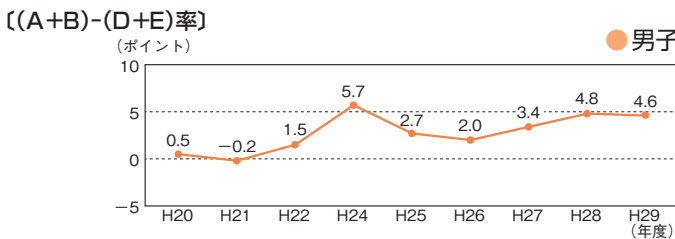
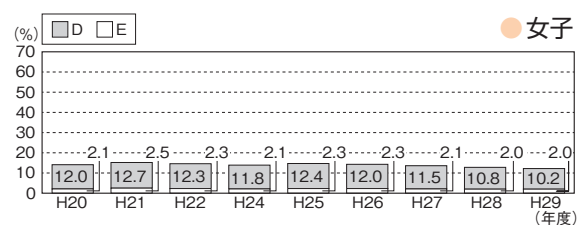
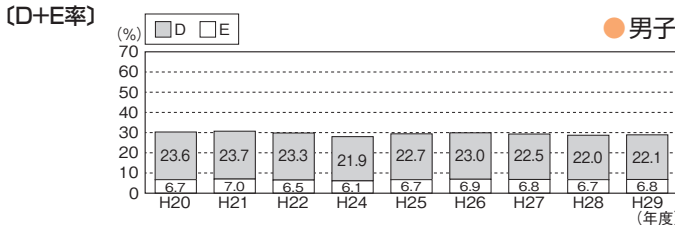
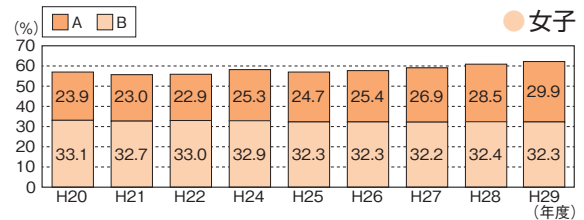
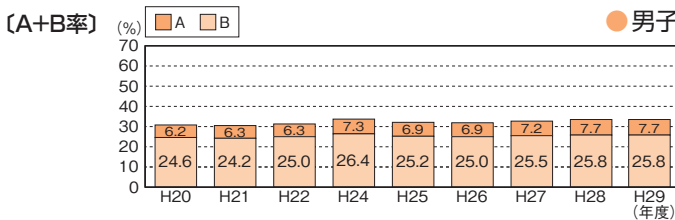
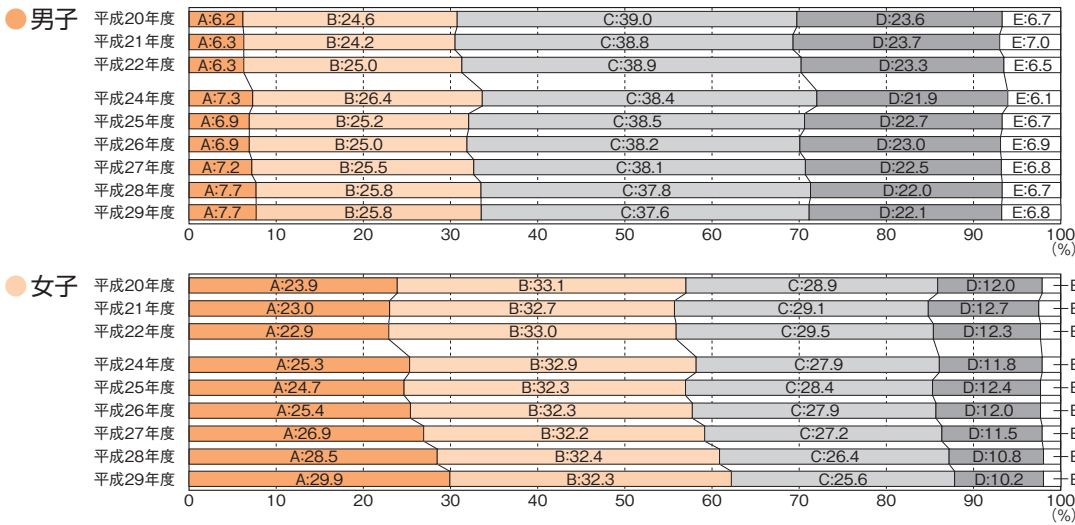
種目別に見ると、平成20年度の調査開始以降過去最高値を示したのは、男子では持久走と50m走、女子では握力とハンドボール投げを除くすべての種目であった。一方、過去最低値を示したのは、男子の握力とハンドボール投げであった。女子の握力とハンドボール投げは最低値ではなかったが、ここ数年、低い値で推移している。体力合計点は、女子が過去最高値となり、男子は最高値であった平成24年度には及ばないものの、昨年に続き高い値となった。

※赤い数値は最高値（小数第2位まででの比較）



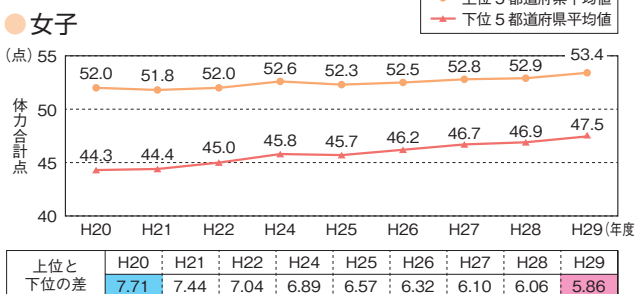
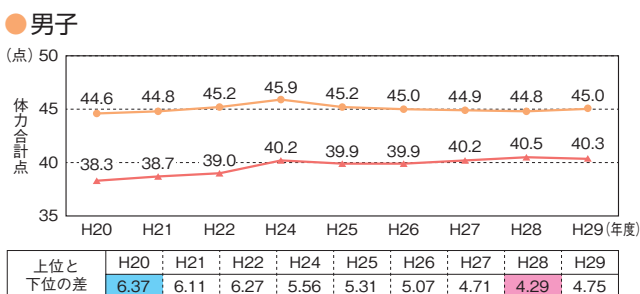
〈総合評価（段階別）の経年変化〉

平成20年度の調査開始以降男子の総合評価A・Bの割合は、平成20年度の調査開始以降、ゆるやかな上昇傾向にある。女子の総合評価A・Bの割合は、平成20年度の調査開始以降、最も高く、総合評価〔(A+B) - (D+E)〕のポイント差も最も高かった。



〈上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値〉

上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値は、いずれも上昇している。特に下位5県の平均値の上昇率は、上位5県と比べて高かった。



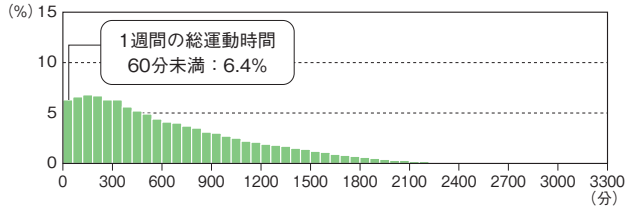
※最大値は数値をブルーで、最小値はピンクで網掛けしている。

2-1 1週間の総運動時間と体力・運動能力【小学校】

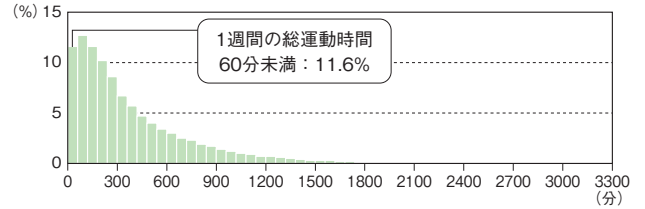
平成29年度調査の体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は男子6.4%、女子11.6%で、平成26年度以降ほとんど変化が見られなかった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で420分以上運動している児童のグループは、1週間で420分未満のグループより体力合計点の平均値が高かった。

〈1〉 1週間の総運動時間の分布

●男子

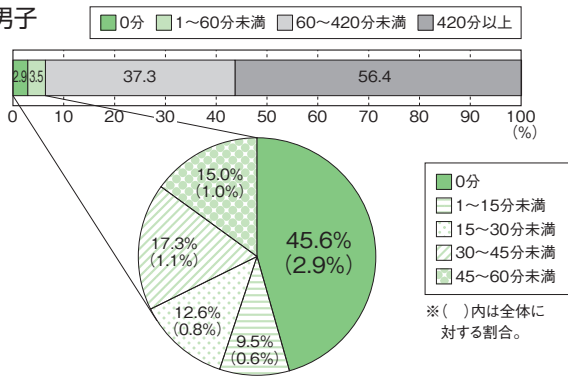


●女子

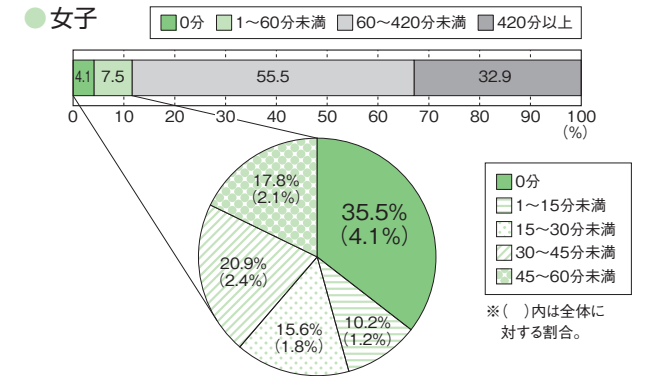


〈2〉 1週間の総運動時間の内訳

●男子

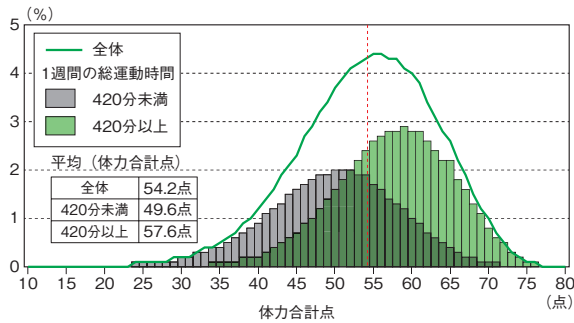


●女子

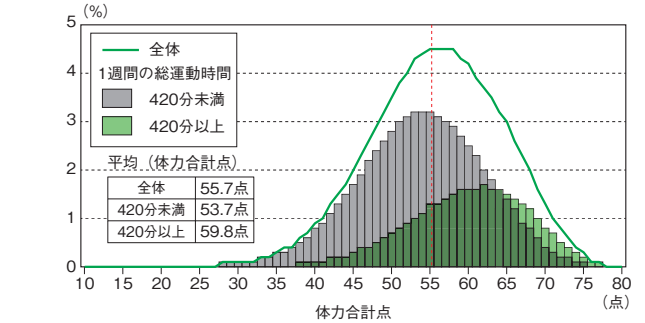


〈3〉 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

●男子



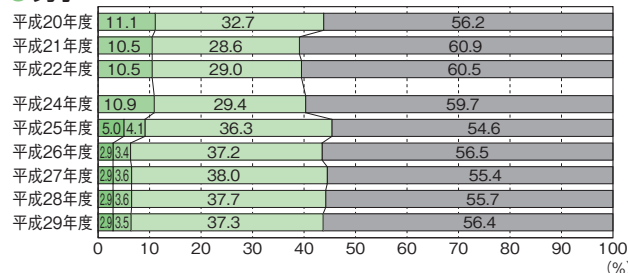
●女子



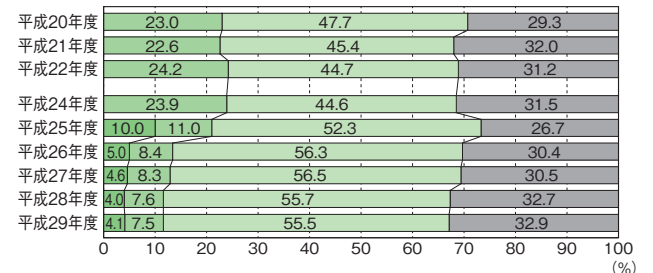
〈4〉 1週間の総運動時間

※平成20~24年度は、旧算出基準 (p.6参照) による。平成25~29年度は、各曜日の運動時間の合計。

●男子



●女子



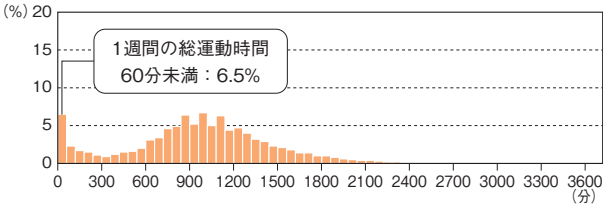
※1週間の総運動時間の算出方法については、p.6を参照のこと。

2-2 1週間の総運動時間と体力・運動能力【中学校】

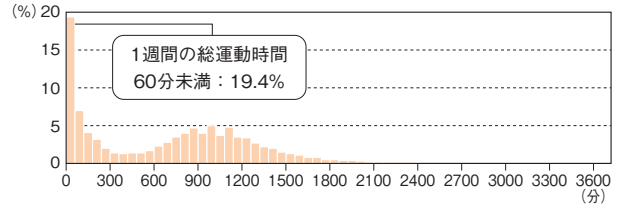
平成29年度調査の保健体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は男子6.5%、女子19.4%で、昨年度よりもわずかに下がった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で420分以上運動している生徒のグループは、1週間で420分未満のグループより体力合計点の平均値が高かった。

〈1〉 1週間の総運動時間の分布

●男子

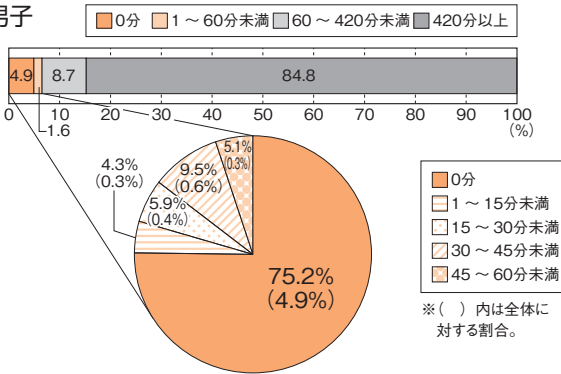


●女子

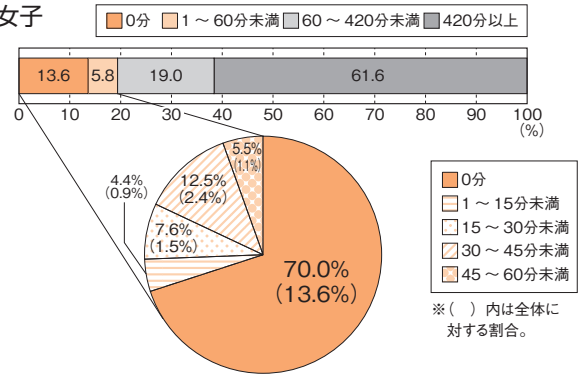


〈2〉 1週間の総運動時間の内訳

●男子

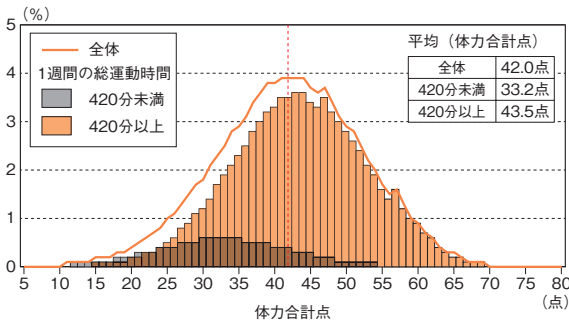


●女子

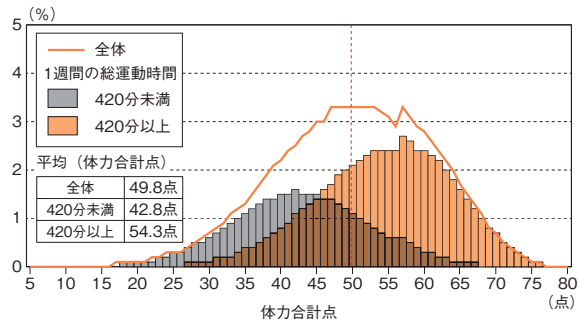


〈3〉 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

●男子



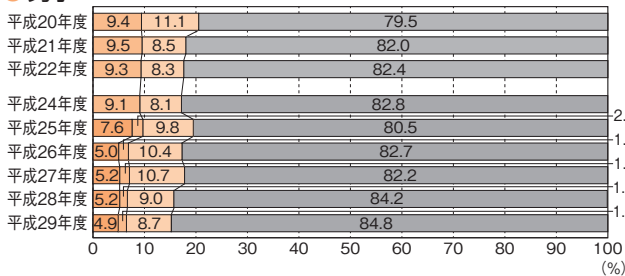
●女子



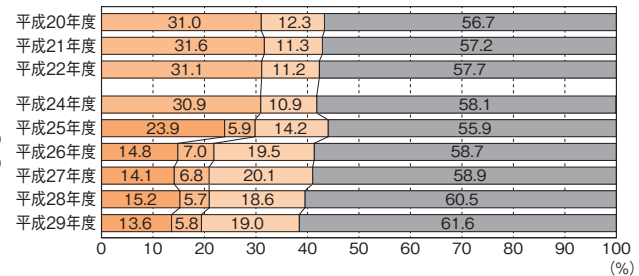
〈4〉 1週間の総運動時間

※平成20~24年度は、旧算出基準 (p.6参照) による。平成25~29年度は、各曜日の運動時間の合計。

●男子



●女子



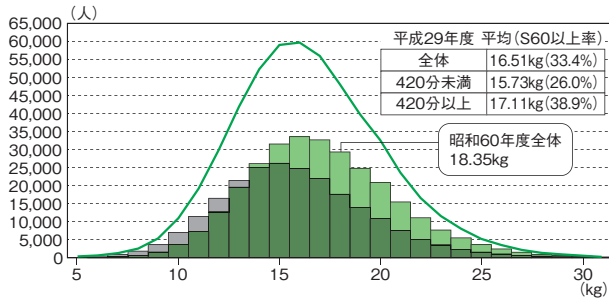
3-1 1週間の総運動時間から見た昭和60年度の平均値以上となった児童の割合【小学校】

旧スポーツテストと共通する次の4つの各種目について、平成29年度調査の1週間の総運動時間が420分以上の児童のグループは、昭和60年度調査の平均値*以上である割合が高かった。種目別にみると、ソフトボール投げは運動時間に関わらず、他の種目と比較して昭和60年度調査の平均値以上である割合は低く、反復横とびは高い。

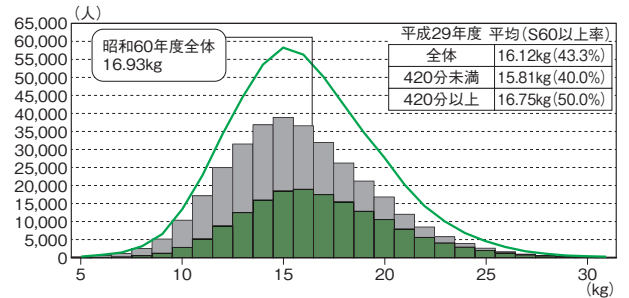
※「体力・運動能力調査」年齢別テストの結果、10歳の平均値

握力

● 男子

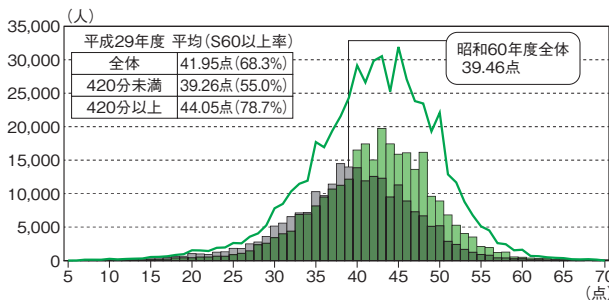


● 女子

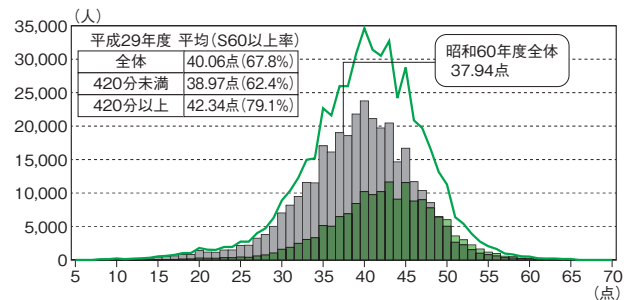


反復横とび

● 男子

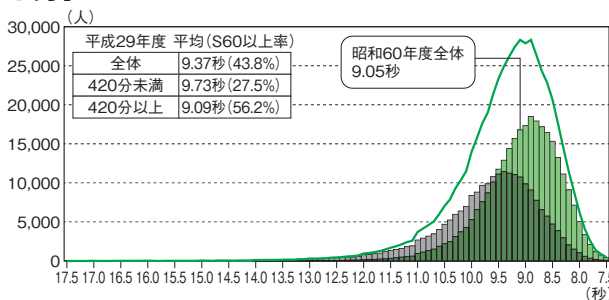


● 女子

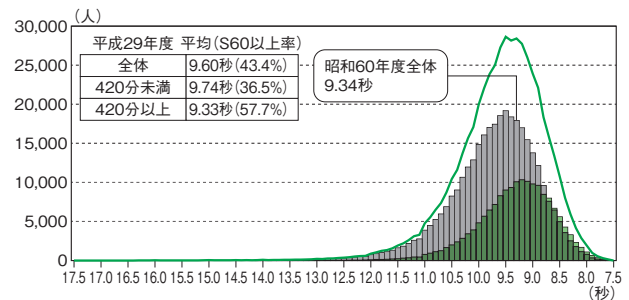


50m走

● 男子

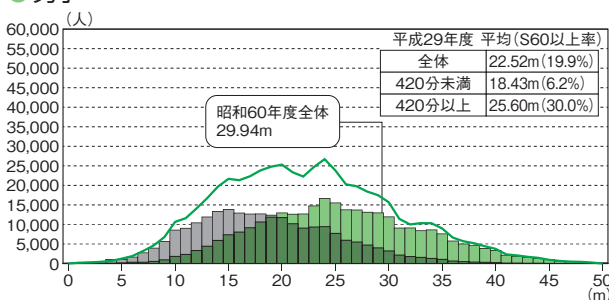


● 女子

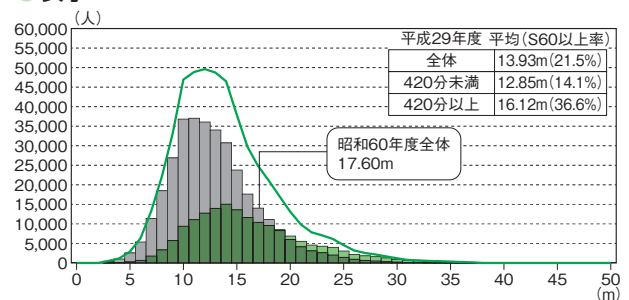


ソフトボール投げ

● 男子



● 女子

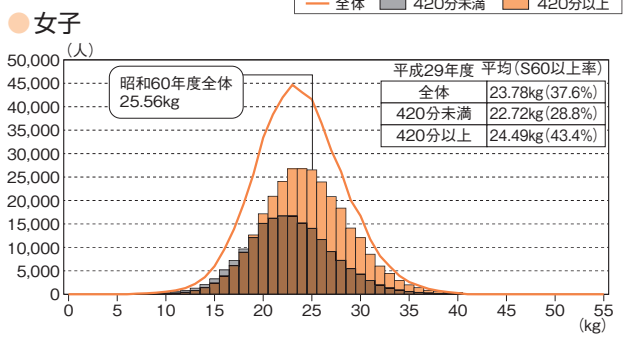
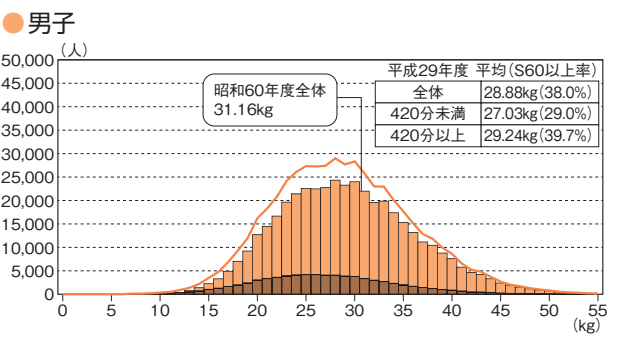


3-2 1週間の総運動時間から見た昭和60年度の平均値以上となった生徒の割合【中学校】

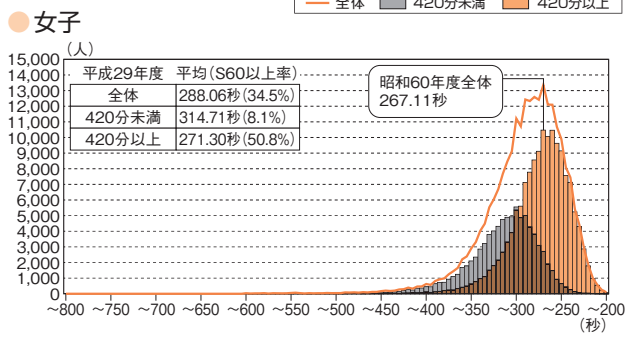
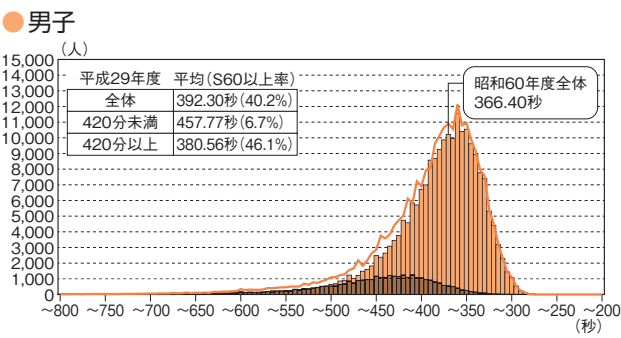
旧スポーツテストと共通する次の4つの各種目について、平成29年度調査の1週間の総運動時間が420分以上の生徒のグループは、昭和60年度調査の平均値*以上である割合が高かった。種目別にみると、持久走は他の種目と比較して昭和60年度調査の平均値以上の割合の差が大きい。また、女子の握力、持久走及びハンドボール投げは運動時間に関わらず、他の種目と比較してその割合は低い。

※「体力・運動能力調査」年齢別テストの結果、13歳の平均値

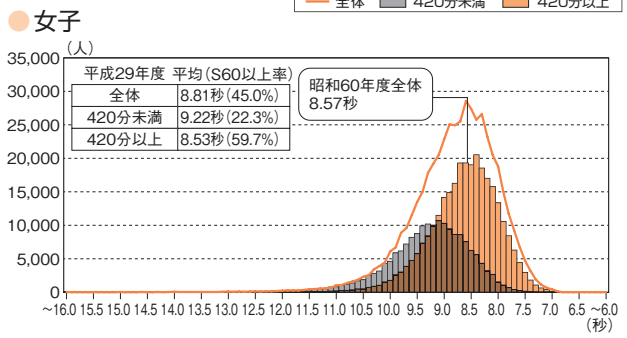
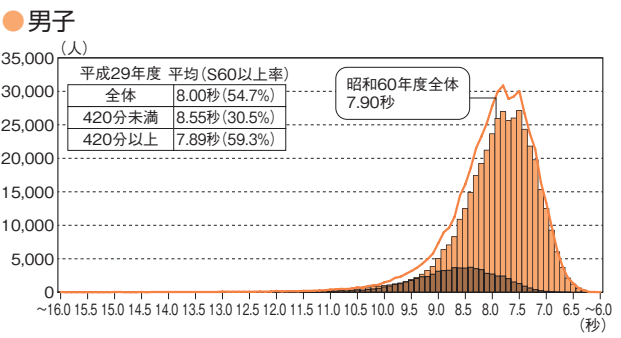
握力



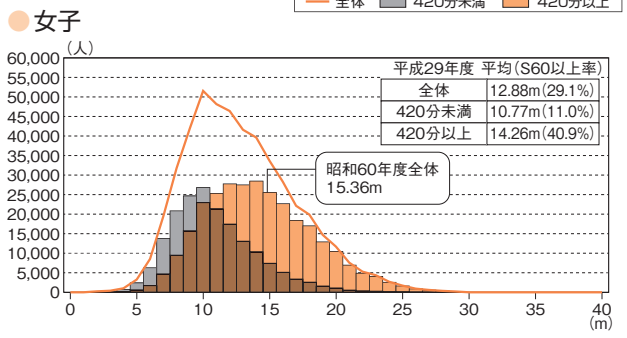
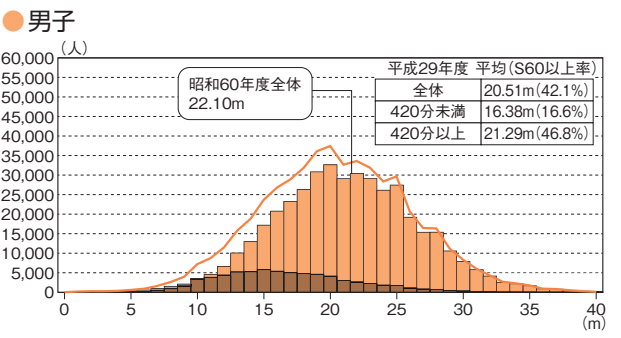
持久走 (男子1500m、女子1000m)



50m走



ハンドボール投げ



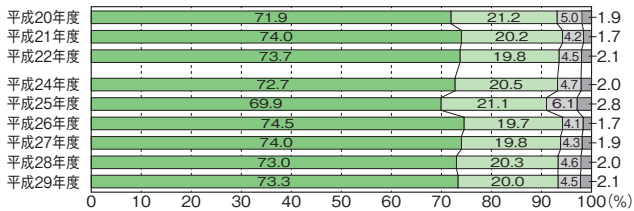
4 運動やスポーツに対する意識

〈4-1〉 運動やスポーツの好き・きらい【小学校】

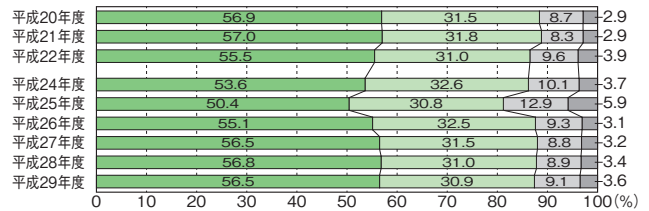
運動やスポーツが「好き」の割合は、平成20年度と比較すると男子はわずかに上がり、女子はわずかに下がった。運動やスポーツが「好き」な児童のグループは、それ以外のグループと比べて運動やスポーツが「大切だと思う」の割合が高く、休日に運動やスポーツを行う機会や、運動部やスポーツクラブへの加入率も高かった。

(1) 「好き・きらい」の経年変化

● 男子



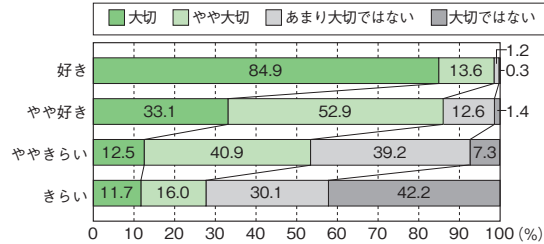
● 女子



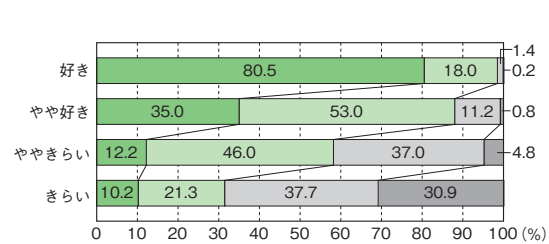
(2) 「好き・きらい」と児童質問紙調査のクロス集計

質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問4 「運動やスポーツが大切」

● 男子

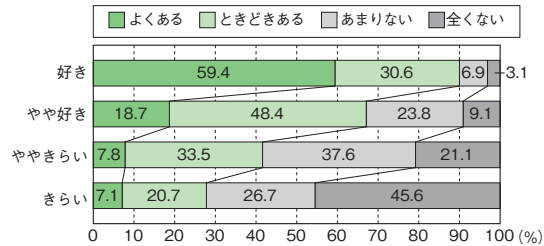


● 女子

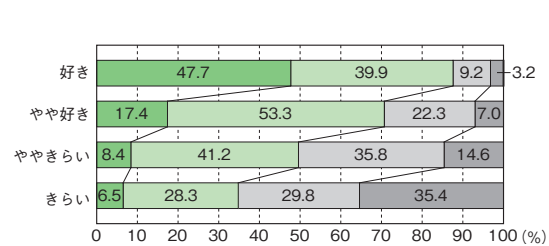


質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問13 「放課後や休日に運動やスポーツを行う機会」

● 男子

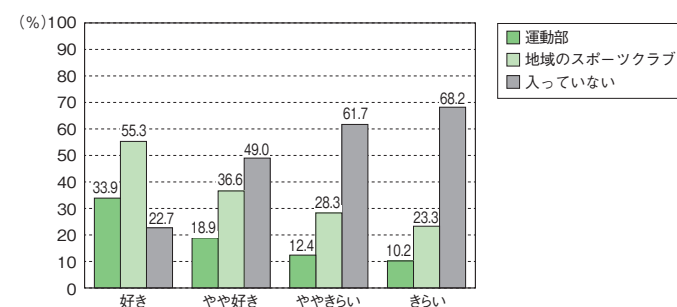


● 女子

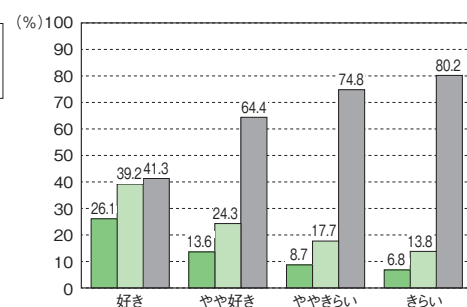


質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問12 「運動部やスポーツクラブへの加入」※複数回答

● 男子



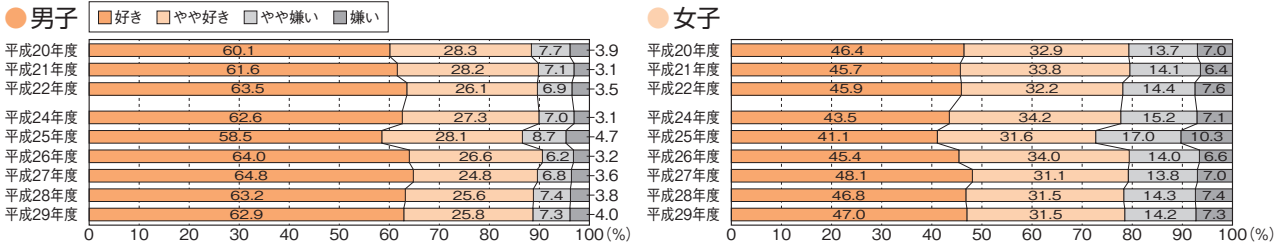
● 女子



〈4-2〉 運動やスポーツの好き・嫌い【中学校】

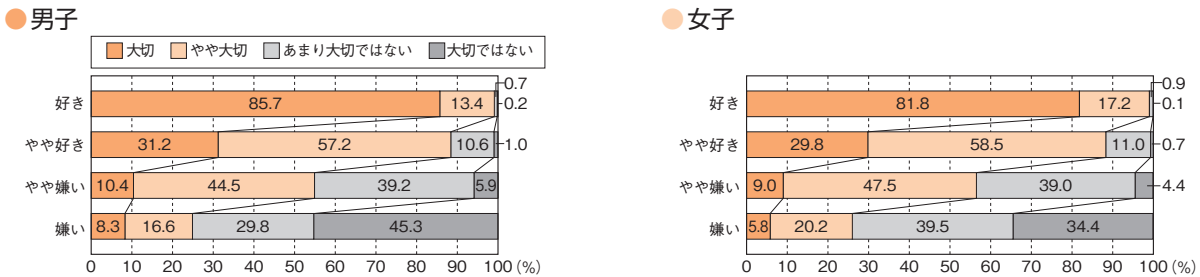
運動やスポーツが「好き」の割合は、平成20年度と比較すると男女ともわずかに上がった。運動やスポーツが「好き」な生徒のグループは、それ以外のグループと比べて運動やスポーツが「大切だと思う」の割合が高く、休日に運動やスポーツを行う機会や、運動部活動やスポーツクラブへの加入率も高かった。

(1) 「好き・嫌い」の経年変化

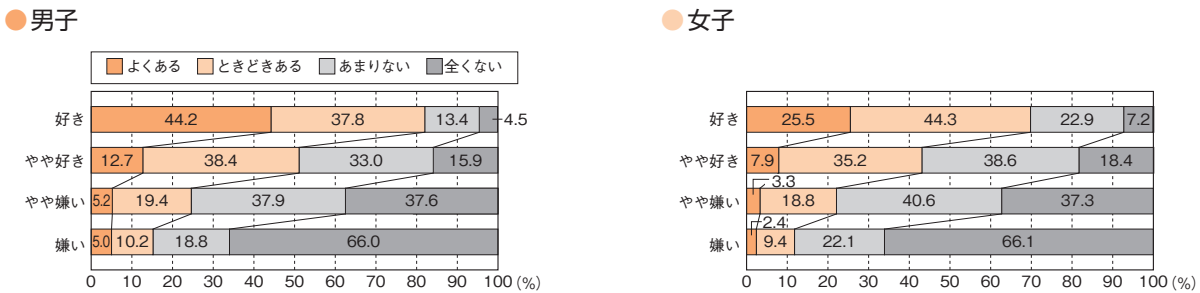


(2) 「好き・嫌い」と生徒質問紙調査のクロス集計

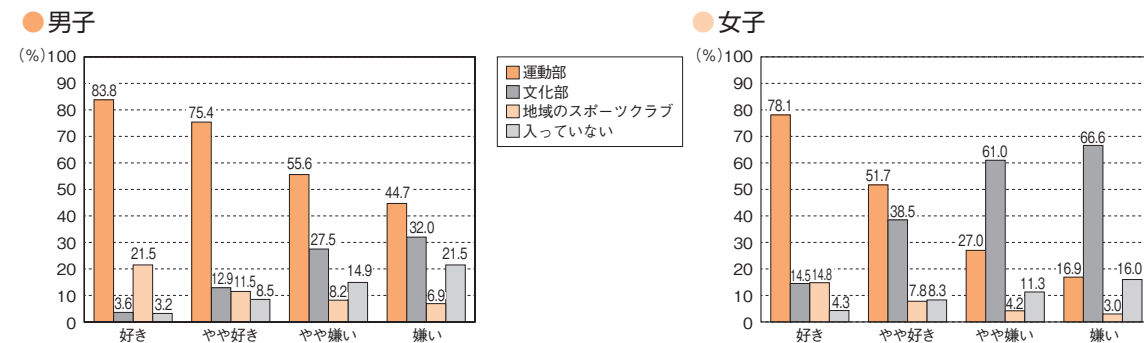
質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問3 「運動やスポーツが大切」



質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問12 「放課後や休日に運動やスポーツを行う機会」



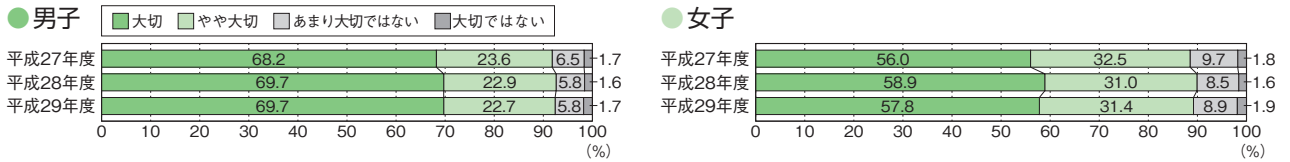
質問1 「運動やスポーツが好き」 × 質問5 「部活動やスポーツクラブへの所属」※複数回答



〈4-3〉 運動やスポーツが大切【小学校】

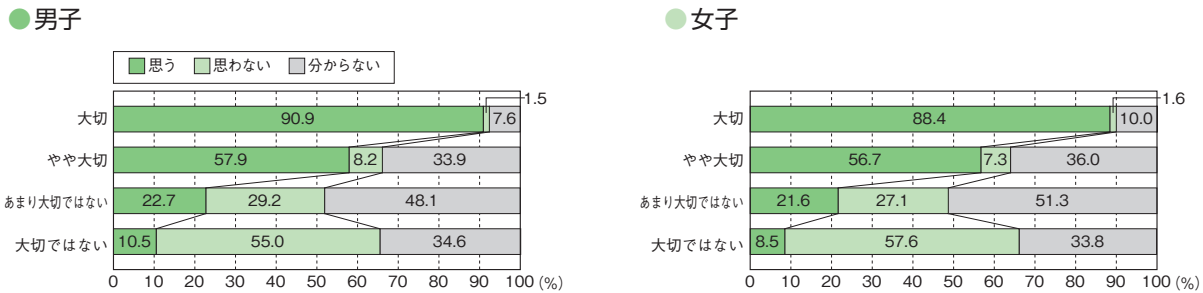
運動やスポーツが「大切だと思う」の割合は、前年度に比べて男子は同じ、女子はわずかに下がった。また、平成27年度と比較すると男女ともわずかに高かった。「大切だと思う」児童のグループは、それ以外のグループと比べて中学で自主的に運動やスポーツが「したいと思う」の割合が高く、運動部やスポーツクラブへの加入率や、運動やスポーツへの意識も高かった。

(1) 「運動やスポーツが大切」の経年変化

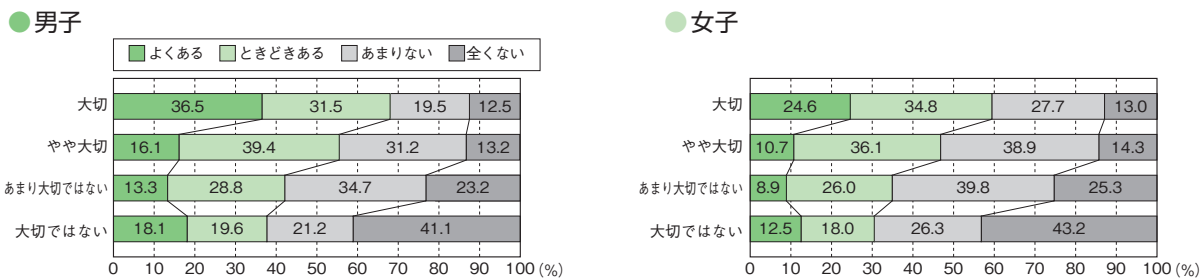


(2) 「運動やスポーツが大切」と児童質問紙調査のクロス集計

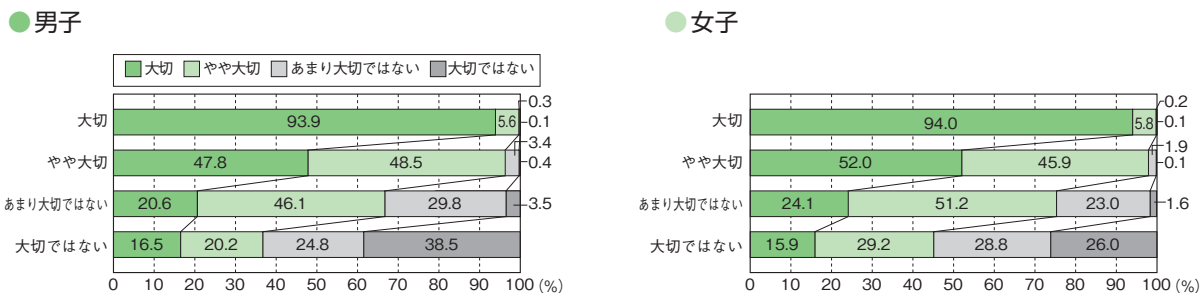
質問4 「運動やスポーツが大切」 × 質問5 「中学校で自主的に運動やスポーツをしたいと思う」



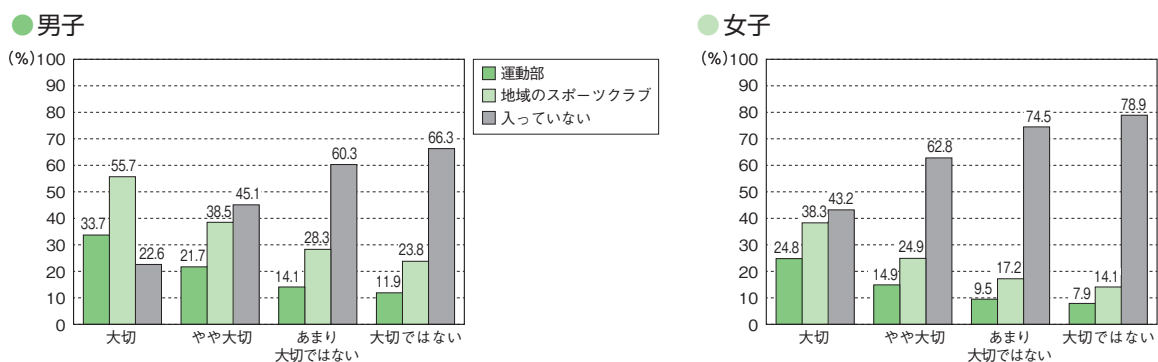
質問4 「運動やスポーツが大切」 × 質問15 「家の人から運動やスポーツをすすめられるか」



質問4 「運動やスポーツが大切」 × 質問16 「健康のために運動は大切」



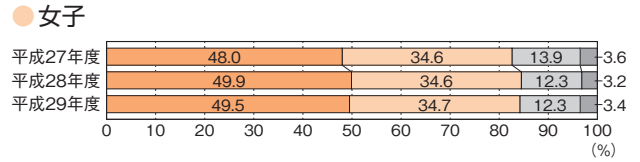
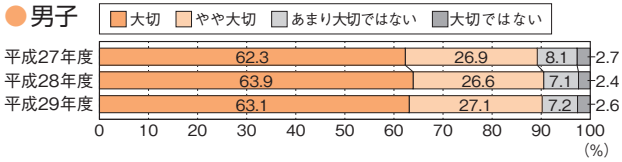
質問4 「運動やスポーツが大切」 × 質問12 「運動部やスポーツクラブへの加入」 ※複数回答



〈4-4〉 運動やスポーツが大切【中学校】

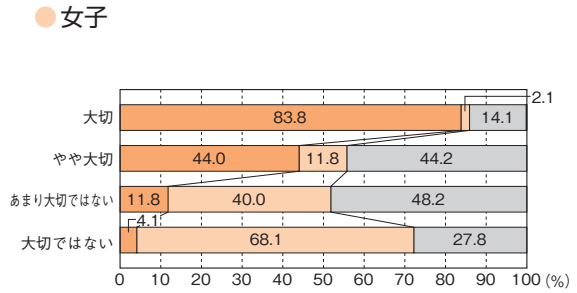
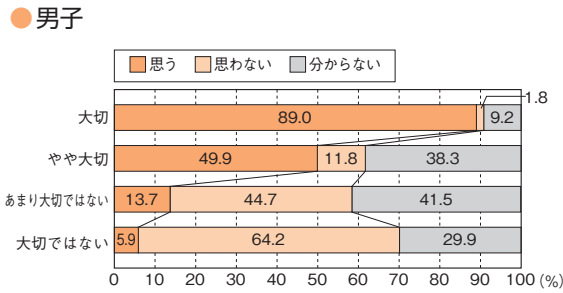
運動やスポーツが「大切だと思う」の割合は、前年度に比べて男女ともわずかに下がった。また、平成27年度と比較すると男女ともわずかに増加した。「大切だと思う」生徒のグループは、それ以外のグループと比べて卒業後、自主的に運動やスポーツが「したいと思う」の割合が高く、運動部活動やスポーツクラブへの加入率や、運動やスポーツへの意識も高かった。

(1) 「運動やスポーツが大切」の経年変化

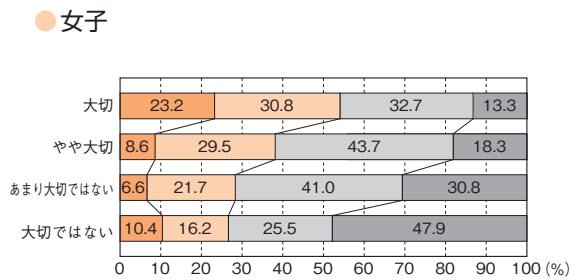
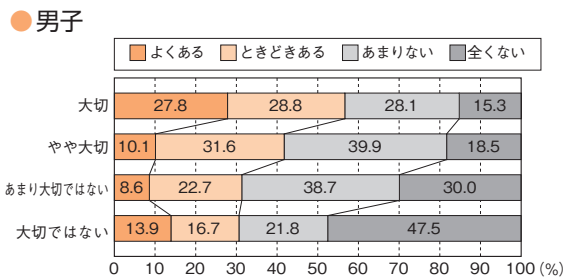


(2) 「運動やスポーツが大切」と生徒質問紙調査のクロス集計

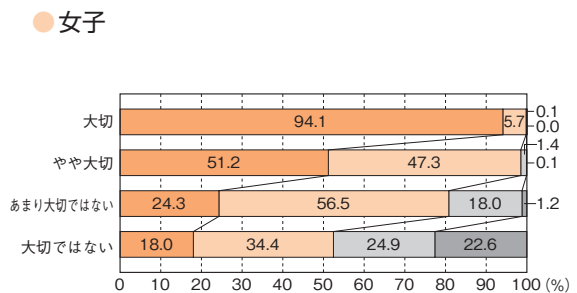
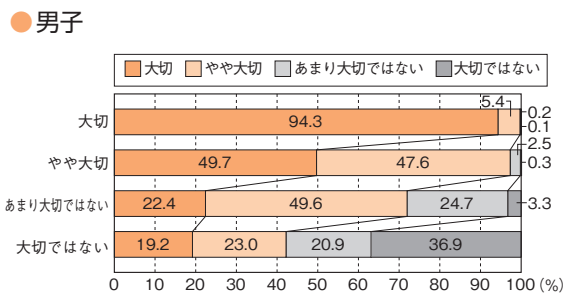
質問3 「運動やスポーツが大切」 × 質問4 「卒業後、自主的に運動やスポーツをしたいと思う」



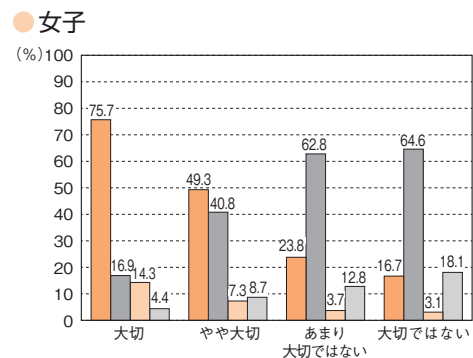
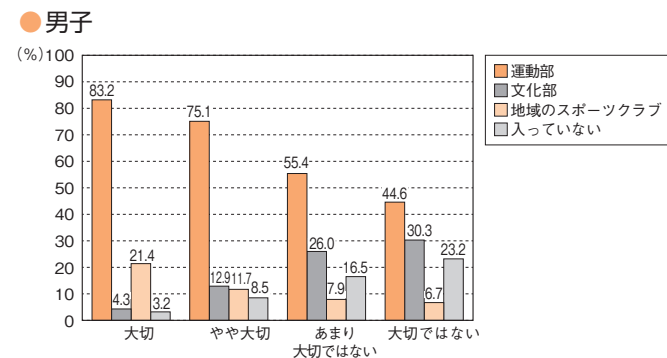
質問3 「運動やスポーツが大切」 × 質問14 「家の人から運動やスポーツをすることを勧められるか」



質問3 「運動やスポーツが大切」 × 質問15 「健康のために運動は大切」



質問3 「運動やスポーツが大切」 × 質問5 「部活動や地域のスポーツクラブへの所属」 ※複数回答

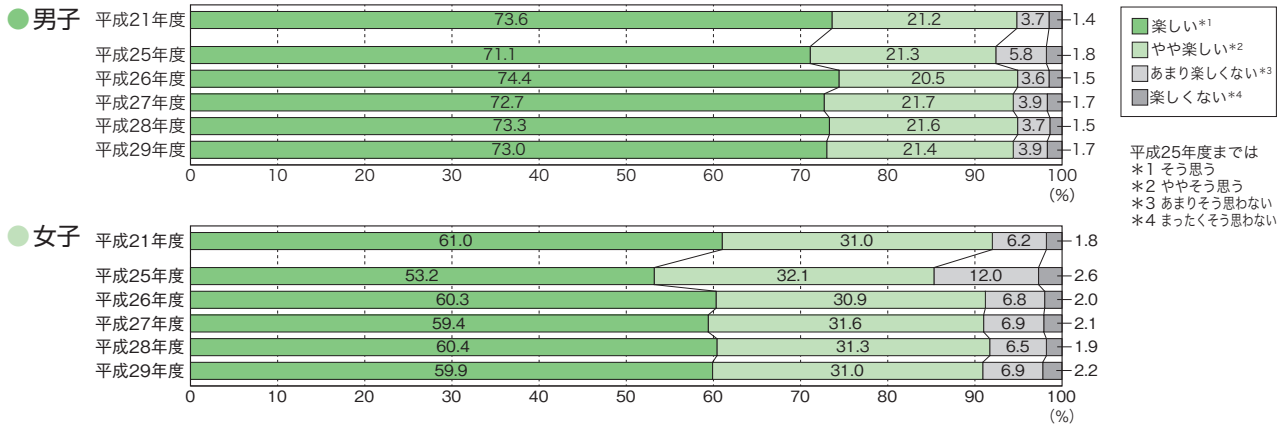


〈4-5〉 体育の授業は楽しい【小学校】

「体育の授業が楽しいと思う」児童の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。「楽しい」と回答した児童のグループは、それ以外のグループと比べて体育の授業に関する質問（質問20～23）に対して、肯定的に回答した割合が高かった。なお、前年度との比較では、割合の分布に大きな変化は見られなかった。

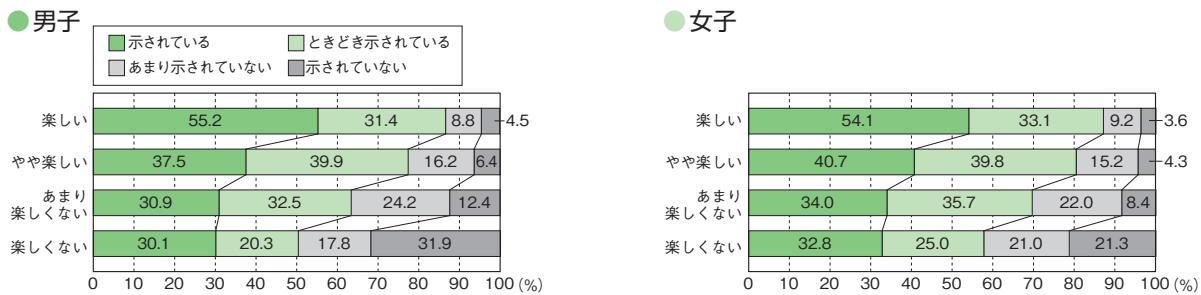
(1) 「体育の授業は楽しい」の経年変化

※平成20、22、24年度は、該当する質問項目がない。

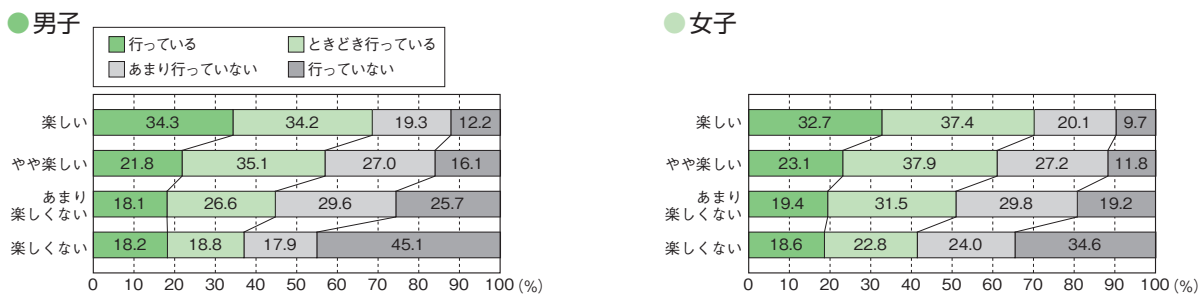


(2) 「体育の授業は楽しい」と児童質問紙調査のクロス集計

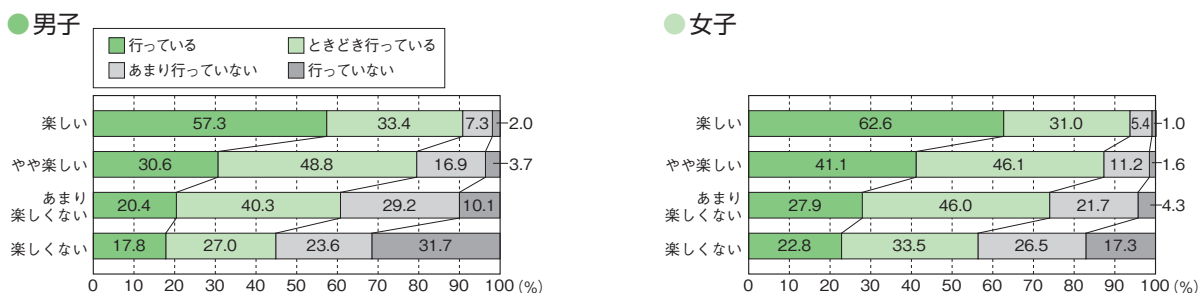
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問20 「授業の目標設定」



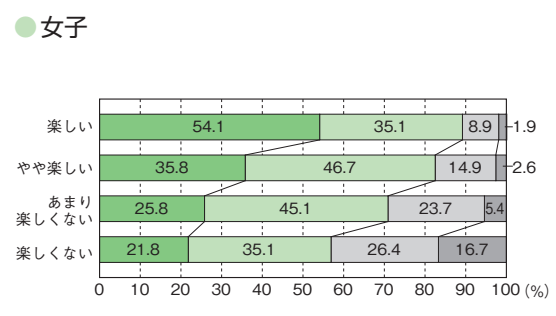
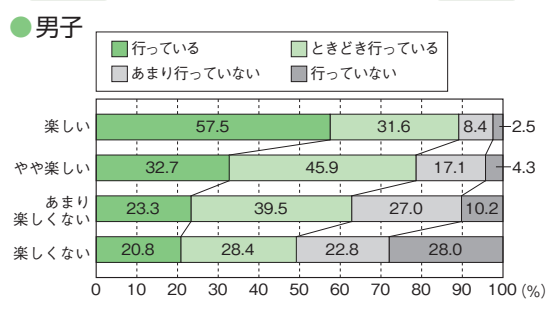
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問21 「授業のふり返り」



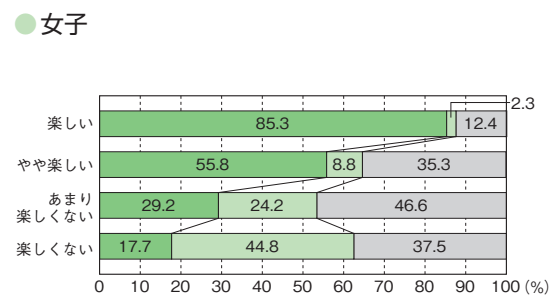
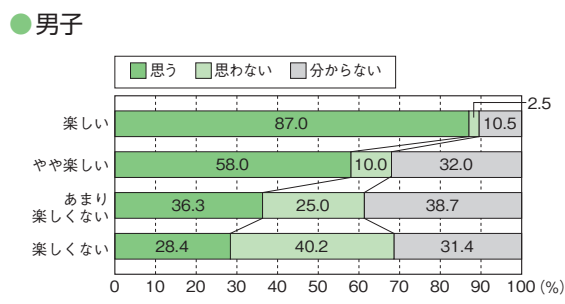
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問22 「授業での助け合い、役割を果たすこと」



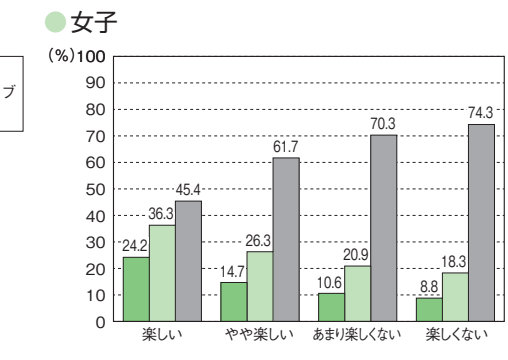
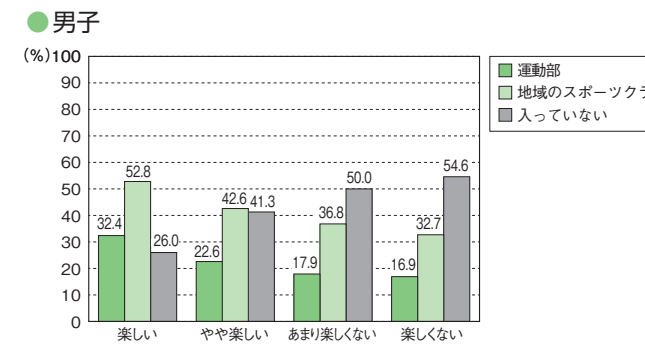
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問23 「授業での話し合い」



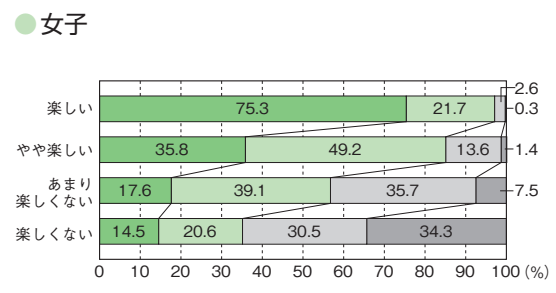
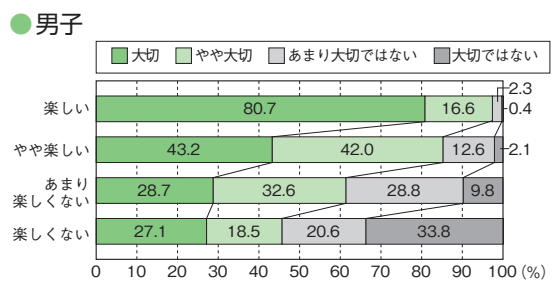
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問5 「中学校で自主的に運動やスポーツをしたいと思う」



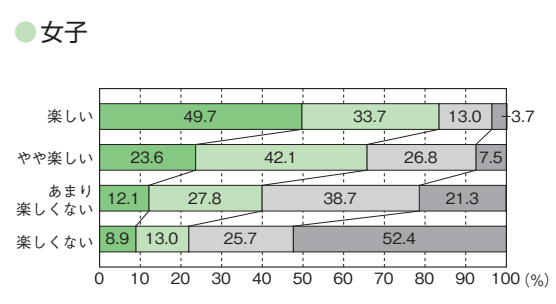
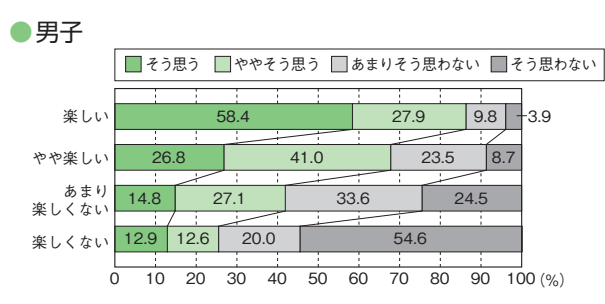
質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問12 「運動部やスポーツクラブへの加入」 ※複数回答



質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問4 「運動やスポーツが大切」



質問19 「体育の授業は楽しい」 × 質問28 「授業は将来役に立つ」

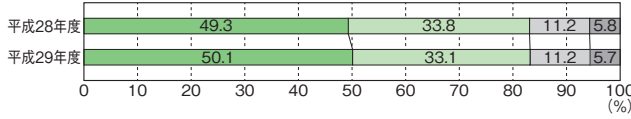


(3) 体育の授業に対する受け止めの昨年度との比較

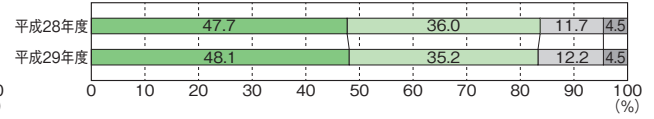
【授業の目標が示されている】

■示されている ■ときどき示されている ■あまり示されていない ■示されていない

●男子



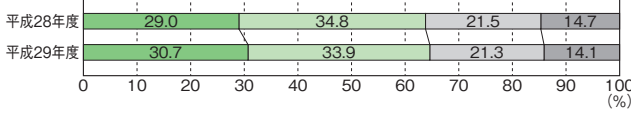
●女子



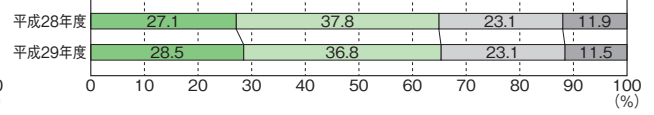
【学んだ内容を振り返る活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている ■あまり行っていない ■行っていない

●男子



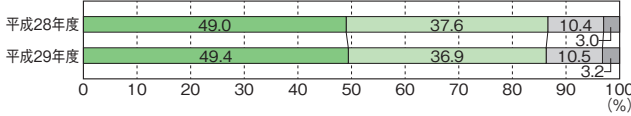
●女子



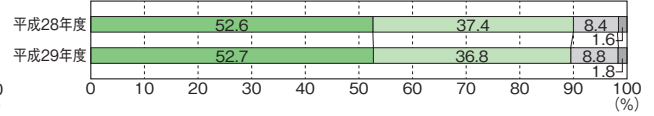
【友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている ■あまり行っていない ■行っていない

●男子



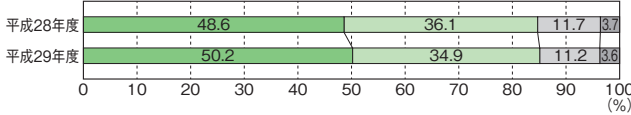
●女子



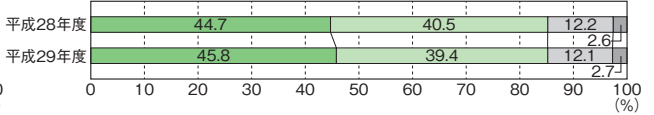
【友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている ■あまり行っていない ■行っていない

●男子



●女子



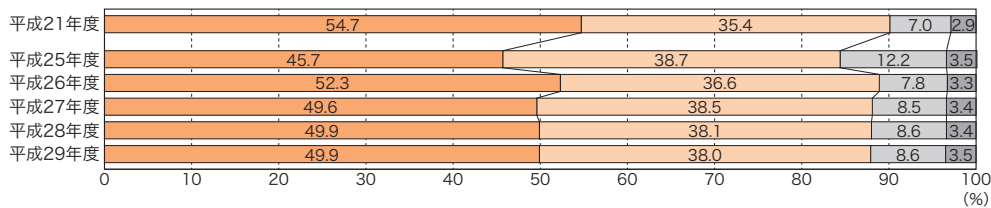
〈4-6〉 保健体育の授業は楽しい【中学校】

「保健体育の授業が楽しいと思う」生徒の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。「楽しい」と回答した生徒のグループは、それ以外のグループと比べて保健体育の授業に関する質問（質問19～22）に対して、肯定的に回答した割合が高かった。なお、前年度との比較では、「授業で目標が示されている」「学んだ内容を振り返る活動を行っている」で肯定的に回答した割合は男女ともわずかに上がった。

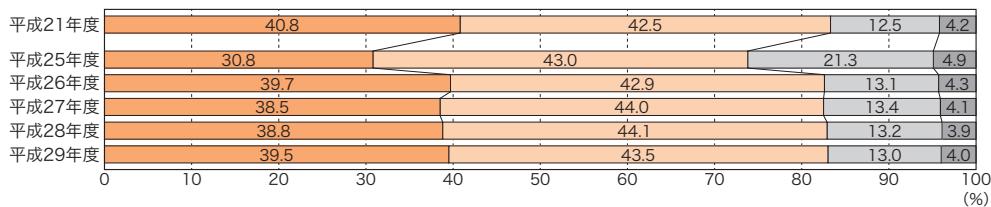
(1) 「保健体育の授業は楽しい」の経年変化

※平成20、22、24年度は、該当する質問項目がない。

●男子



●女子



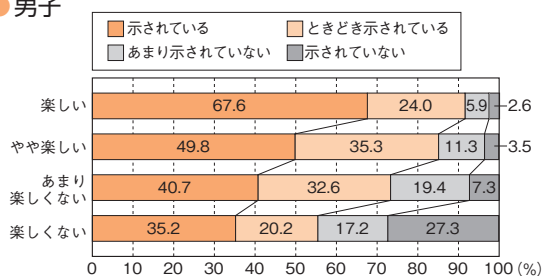
■楽しい*1
■やや楽しい*2
■あまり楽しくない*3
■楽しくない*4

平成25年度までは
*1 そう思う
*2 ややそう思う
*3 あまりそう思わない
*4 まったくそう思わない

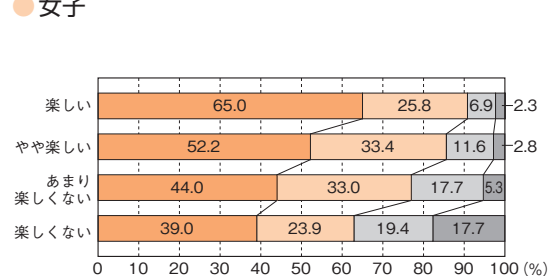
(2) 「保健体育の授業は楽しい」と生徒質問紙調査のクロス集計

質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問19 「授業の目標設定」

●男子

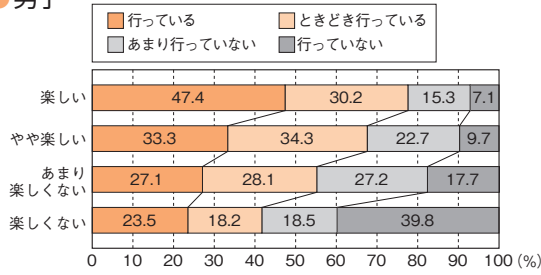


●女子

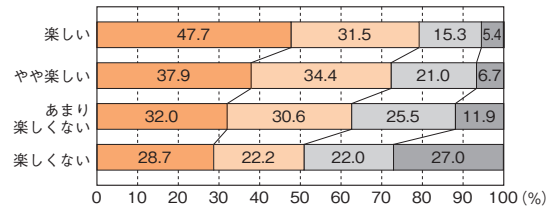


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問20 「授業の振り返り」

● 男子

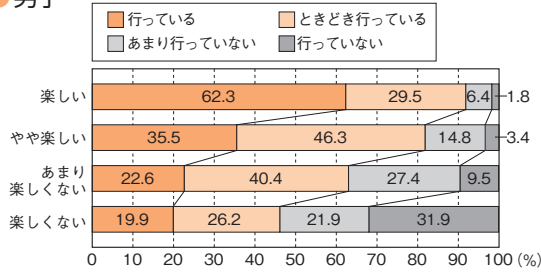


● 女子

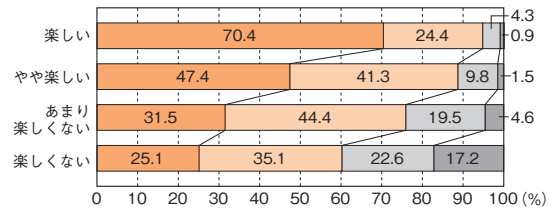


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問21 「授業での助け合い、役割を果たすこと」

● 男子

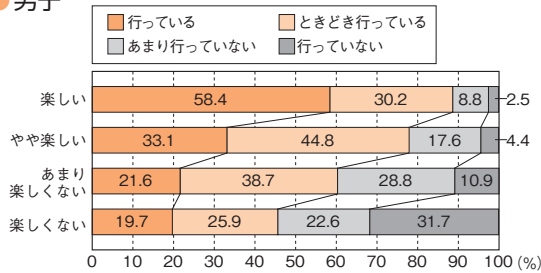


● 女子

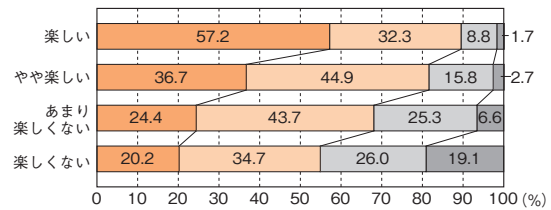


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問22 「授業での話し合い」

● 男子

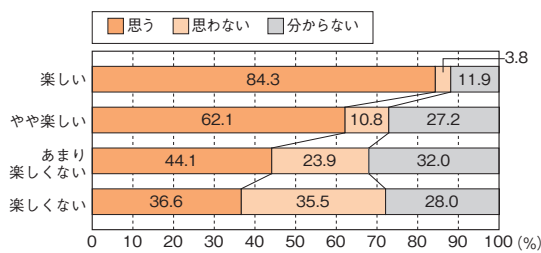


● 女子

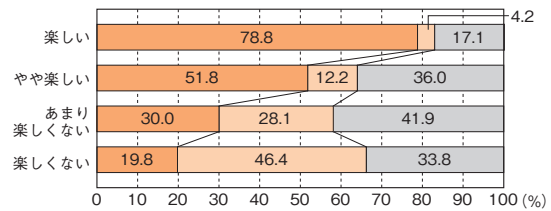


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問4 「卒業後、自主的に運動やスポーツをしたいと思う」

● 男子

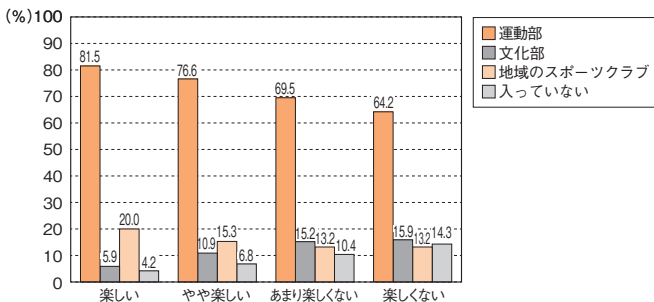


● 女子

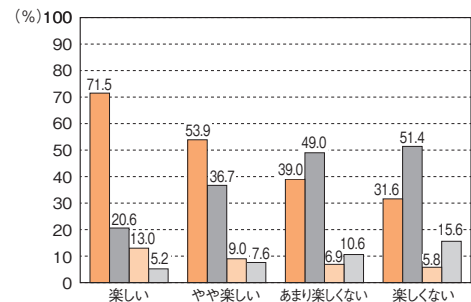


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問5 「部活動や地域のスポーツクラブへの所属」 ※複数回答

● 男子

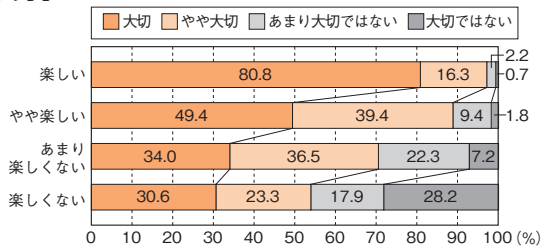


● 女子

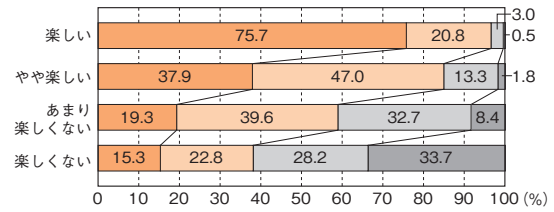


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問3 「運動やスポーツが大切」

● 男子

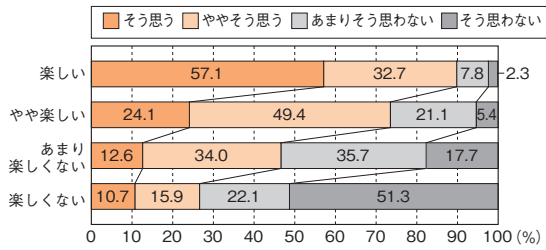


● 女子

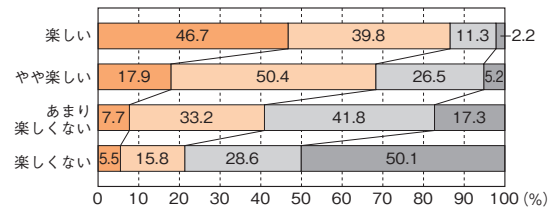


質問18 「保健体育の授業は楽しい」 × 質問27 「授業は将来役に立つ」

● 男子

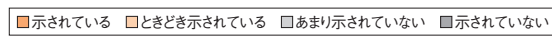


● 女子

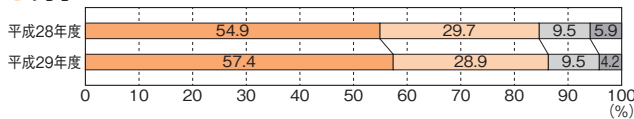


(3) 保健体育の授業に対する受け止めの昨年度との比較

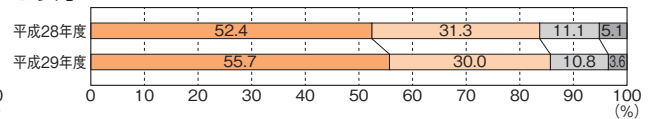
【授業の目標が示されている】



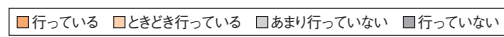
● 男子



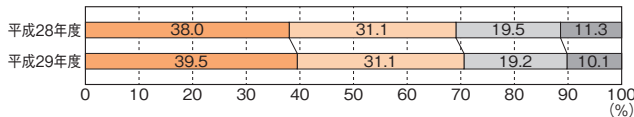
● 女子



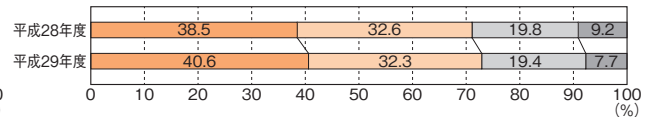
【学んだ内容を振り返る活動を行っている】



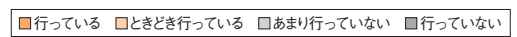
● 男子



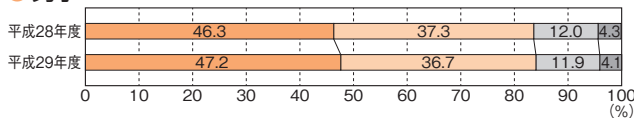
● 女子



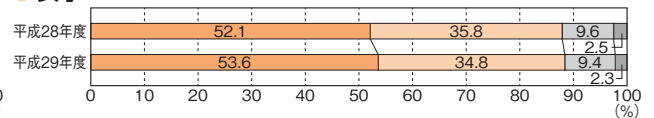
【友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っている】



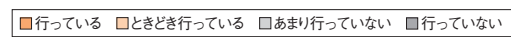
● 男子



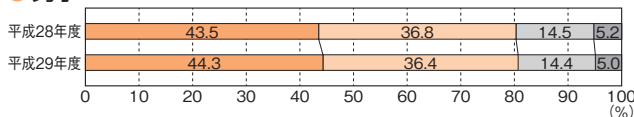
● 女子



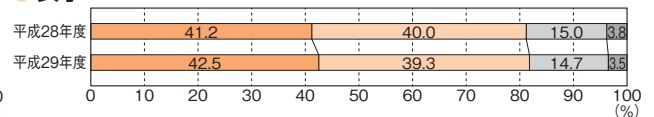
【友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている】



● 男子



● 女子

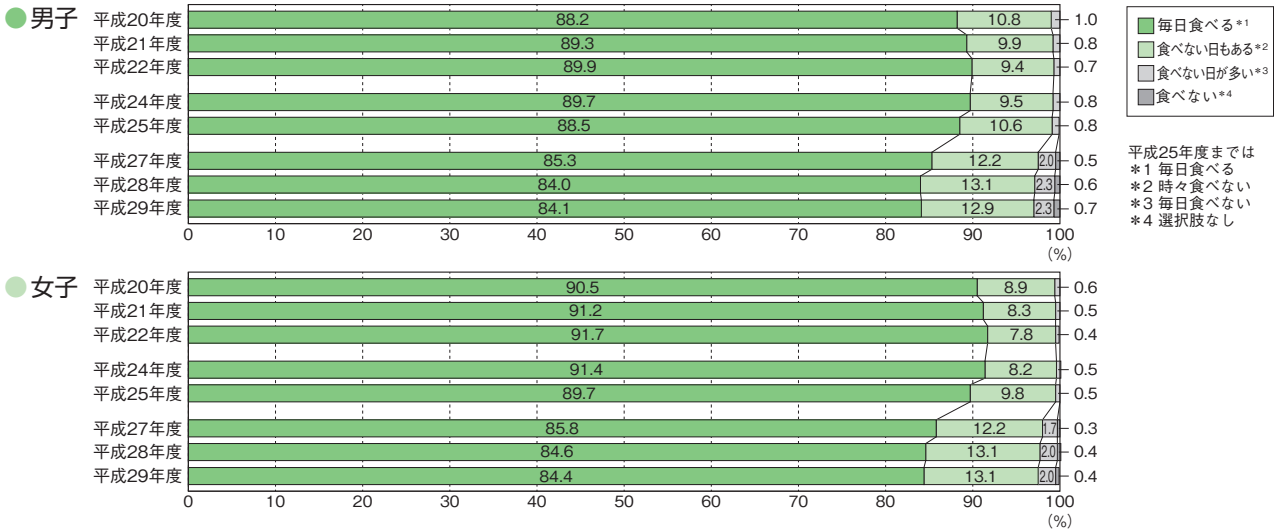


5-1 生活習慣と体力 食事・睡眠と体力との関連【小学校】

規則正しい生活習慣の要素である食事の摂取状況と1日の睡眠時間の経年変化を見ると、朝食に関しては「毎日食べる」と回答した児童の割合は男女とも平成20年度の調査開始以降では、平成22年度以降下がっており、睡眠時間は「8時間以上」と回答した児童の割合は過去最高値となった。また、「毎日朝食を食べる」、「毎日決まった時間に夕食を食べる」または「睡眠時間8時間以上」のいずれのグループの体力合計点の平均値も、それ以外のグループに比べて高い。

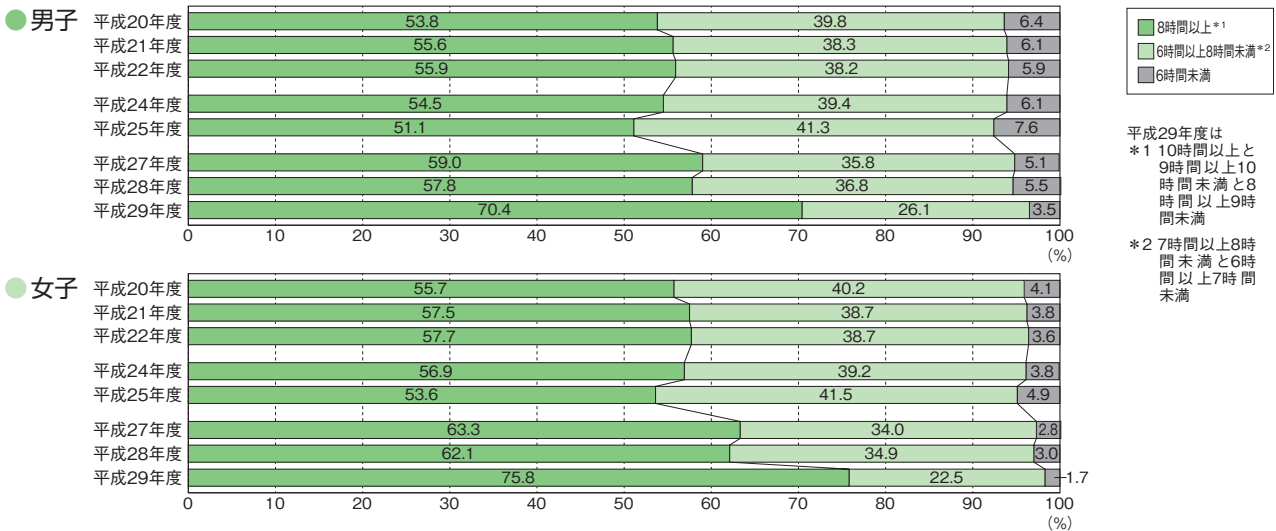
〔朝食の摂取状況の経年変化〕

※平成26年度は、該当する質問項目がない。

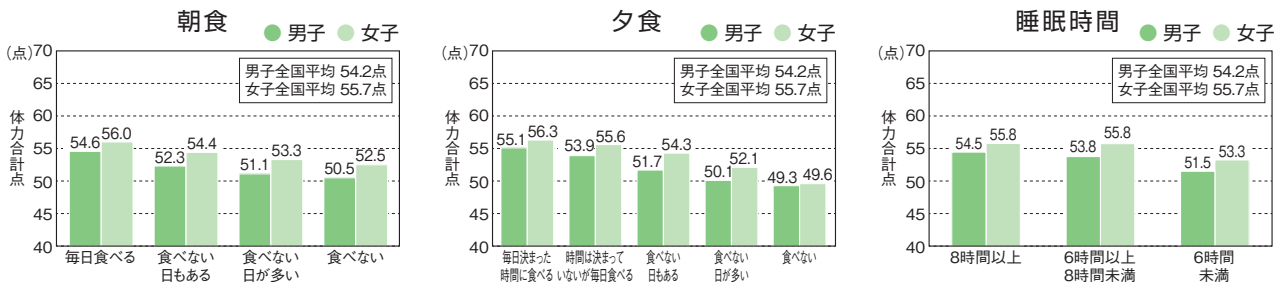


〔1日の睡眠時間の経年変化〕

※平成26年度は、該当する質問項目がない。



〔食事・睡眠時間と体力合計点との関連〕

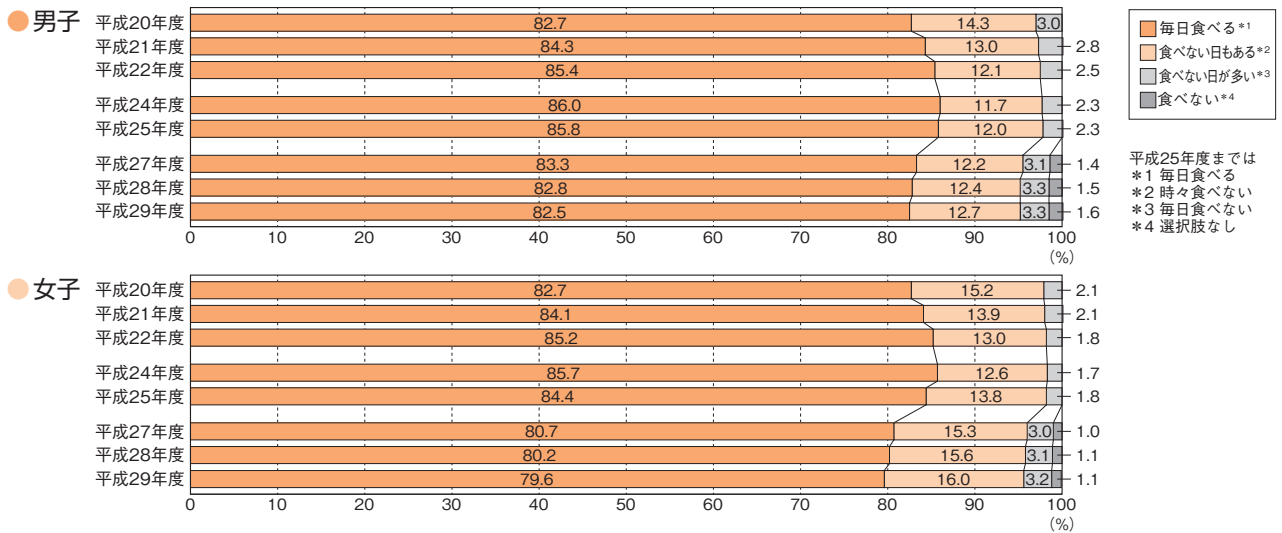


5-2 生活習慣と体力 食事・睡眠と体力との関連【中学校】

規則正しい生活習慣の要素である食事の摂取状況と1日の睡眠時間の経年変化を見ると、朝食に関しては「毎日食べる」と答える生徒の割合は男女とも平成20年度の調査開始以降では、平成24年度から下がっており、睡眠時間は「6時間以上」と回答した生徒の割合は過去最高値となった。また、「毎日朝食を食べる」、「毎日決まった時間に夕食を食べる」または「睡眠時間6時間以上8時間未満」のいずれのグループの体力合計点の平均値も、いずれもそれ以外のグループに比べて高い。

【朝食の摂取状況の経年変化】

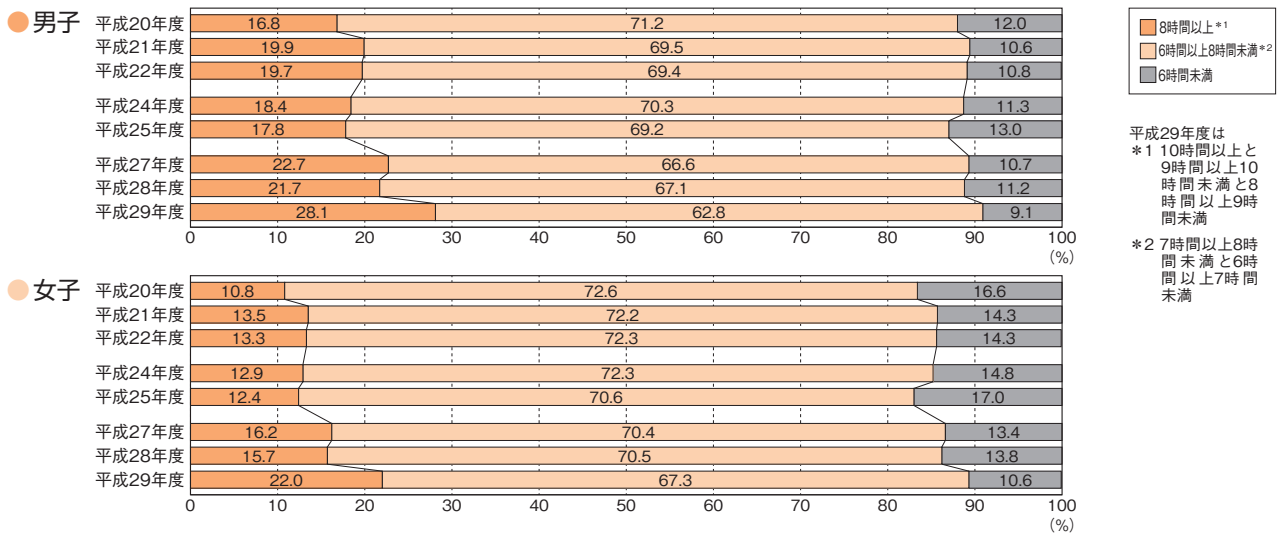
※平成26年度は、該当する質問項目がない。



平成25年度までは
*1 毎日食べる
*2 時々食べない
*3 毎日食べない
*4 選択肢なし

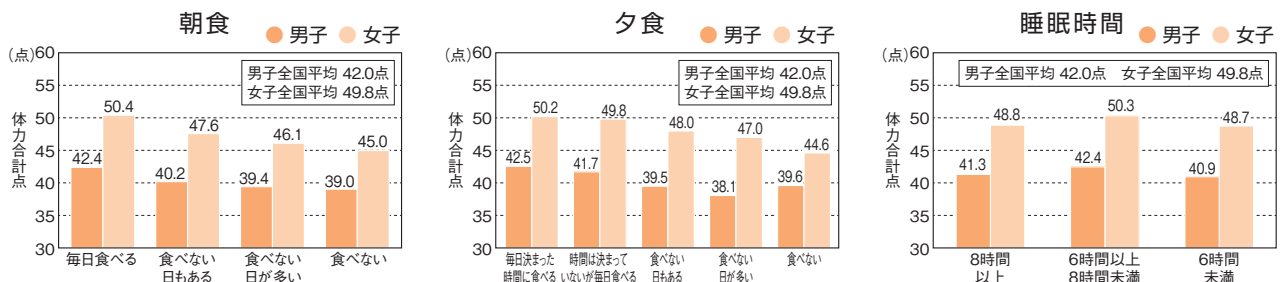
【1日の睡眠時間の経年変化】

※平成26年度は、該当する質問項目がない。



平成29年度は
*1 10時間以上と9時間以上10時間未満と8時間以上9時間未満
*2 7時間以上8時間未満と6時間以上7時間未満

【食事・睡眠時間と体力合計点との関連】

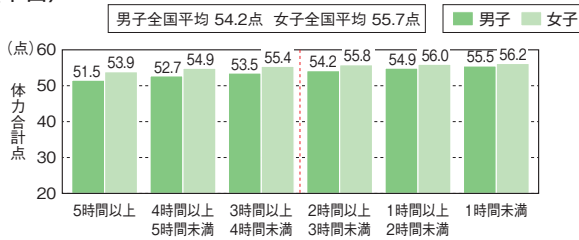


5-3 生活習慣と体力 テレビやゲームの画面を見る時間と体力との関連

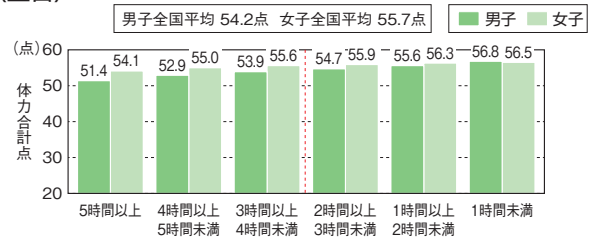
テレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等による映像の視聴時間と体力合計点を比較してみると、小学校では、男女とも視聴時間が3時間以上のグループの体力合計点は全国の平均値より低い。中学校では、視聴時間が平日で3時間以上のグループ、休日で4時間以上のグループの体力合計点は全国の平均値より低い。

〔テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連 小学校〕

〔平日〕

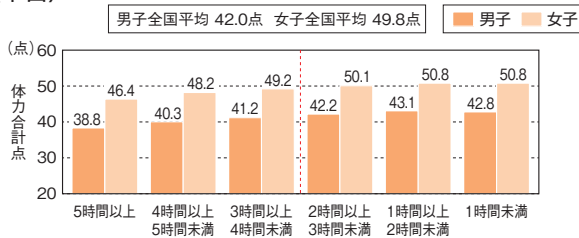


〔土日〕

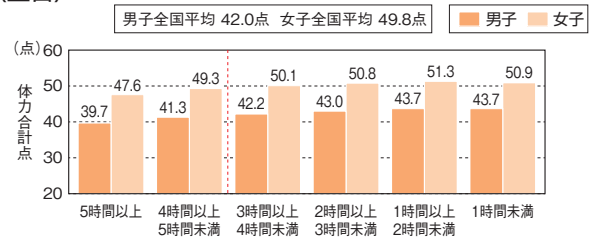


〔テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連 中学校〕

〔平日〕



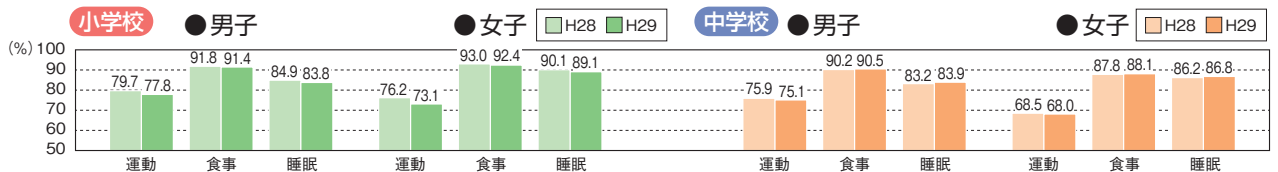
〔土日〕



5-4 生活習慣と体力 健康三原則と体力との関連

健康三原則と言われる「運動」「食事」「睡眠」の三つについて、運動が「大切」と考える児童生徒の割合は、食事が「大切」あるいは睡眠が「大切」と比べて低い。また、運動、食事または睡眠が「大切」と考える児童生徒と体力合計点の平均値は、それ以外の児童生徒と比べて高い。

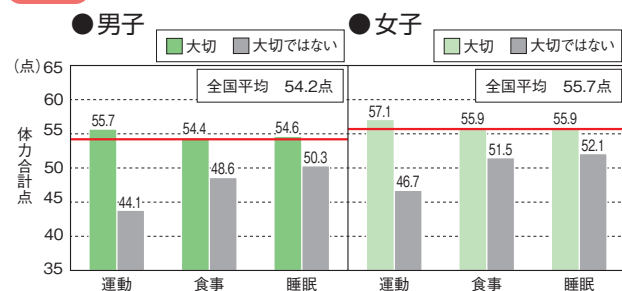
〔「運動」「食事」「睡眠」を大切だと考えている児童生徒の割合〕



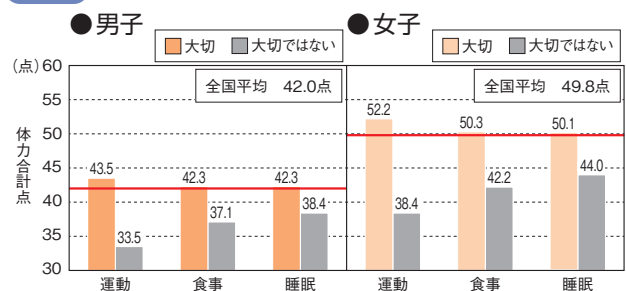
※「大切」の割合

〔「運動」「食事」「睡眠」を大切だと考えているかと体力合計点との関連〕

小学校



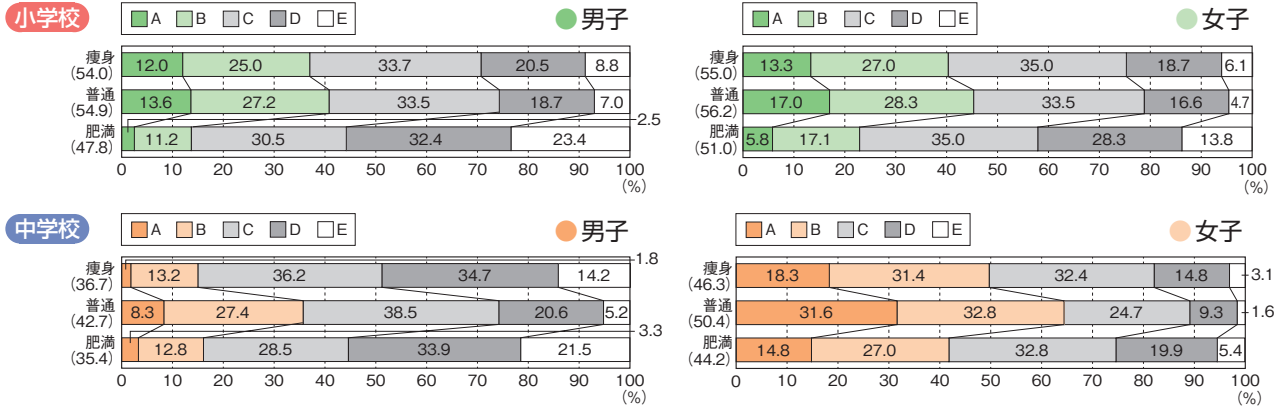
中学校



6 体格（肥満・痩身傾向）と体力、運動習慣

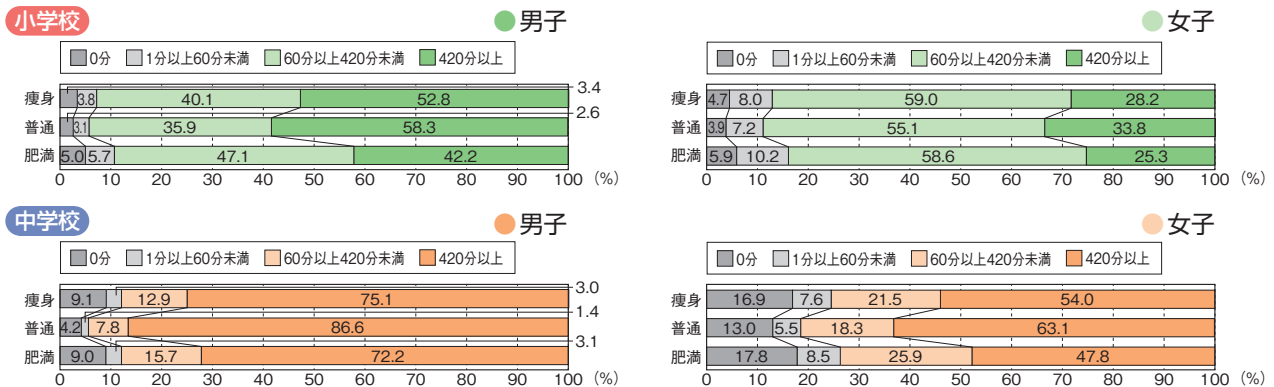
体格が肥満（肥満度20%以上）・痩身（肥満度-20%以下）の児童生徒は、普通（肥満度-19.9%~19.9%）の児童生徒と比べて、総合評価のA・Bの割合が低く、D・Eの割合が高い。また、1週間の総運動時間が60分未満（0分を含む）の割合も高い。

〔肥満・痩身別に見た総合評価の割合〕



※（ ）内の数値は体力合計点。

〔肥満・痩身別に見た1週間の総運動時間〕



● 参考資料 〈肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法〉

「児童生徒等の健康診断マニュアル（平成27年度改訂版）」より
平成27年8月25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%	普通
-29.9 ~ -20%	やせ
-30%以下	高度やせ

※平成18年度以降、算出・判定方法は変更していない。