

# 1 分析

## (1) 「本県の平成18年度」と「本県の平成17年度」の比較

体格及び体力・運動能力について、平成18年度と17年度を比較した結果は以下のとおりである。

**男子** 体力・運動能力は、多くの項目で昨年度を上回った。特に、高等学校で昨年度を上回る( )数が大きく増加〔4(H17) 12(H18)〕した。項目別では、中学校及び高校1年生で一部の項目で昨年度を下回ったが、「反復横とび」は多くの学年で昨年度を上回った。

表 - 1 [平成18年度と17年度の比較(男子)]

項目	区分	小学校			中学校			高等学校(全日制)			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										0	0
	体重										1	1
	座高										5	1
体力・運動能力	握力										2	0
	上体起こし										3	1
	長座体前屈										3	0
	反復横とび										7	0
	持久走	-	-	-							4	0
	20mシャトルラン										5	1
	50m走										1	1
	立ち幅とび										0	2
	ボール投げ										2	3
	○数		4	3	3	1	4	4	3	6	5	33
数		0	0	0	4	2	2	2	0	0		10

(注1) :H18が上回っている。 :H18が下回っている。 空欄は有意差なし。 (有意水準5%)

(注2)「-」欄は当該学年にない項目。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

**女子** 体力・運動能力は、多くの項目で昨年度を上回った。特に、中・高等学校で昨年度を上回る( )数が大きく増加〔中：1(H17) 13(H18)、高：3(H17) 19(H18)〕した。項目別では、「上体起こし」や「反復横とび」が、多くの学年で昨年度を上回った。

表 - 2 [平成18年度と17年度の比較(女子)]

項目	区分	小学校			中学校			高等学校(全日制)			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										1	0
	体重										0	1
	座高										4	0
体力・運動能力	握力										5	0
	上体起こし										8	0
	長座体前屈										5	0
	反復横とび										8	0
	持久走	-	-	-							2	1
	20mシャトルラン										5	0
	50m走										3	1
	立ち幅とび										4	0
	ボール投げ										1	1
	○数		3	3	5	4	3	6	6	10	6	46
数		0	0	0	2	0	0	1	0	1		4

(注1) :H18が上回っている。 :H18が下回っている。 空欄は有意差なし。 (有意水準5%)

(注2)「-」欄は当該学年にない項目。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

(2) 10年前との比較(平成18年度と平成8年度)

体格及び体力・運動能力について、10年前と比較した結果は以下のとおりである。

**男子** 体格は、10年前とほぼ同程度である。体力・運動能力は、小学校の「反復横とび」と中学校2・3年生の「ボール投げ」が、昨年度と同様10年前を上回った。一方、「50m走」は全学年で下回っており、依然として低い値となっている。中・高等学校ともに、1年生が10年前を下回る項目が多い。

表 - 3【10年前との比較 (男子)】

項目		小学校			中学校			高等学校(全日制)			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										0	0
	体重										1	0
	座高										2	2
体力・運動能力	握力										2	0
	反復横とび				*	*	*	*	*	*	2	0
	持久走		-	-							1	2
	50m走										0	8
	ボール投げ										2	3
○数		0	2	1	0	3	2	0	1	1	10	
数		1	1	2	3	1	1	4	1	1		15

(注1) :H18が上回っている。 :H18が下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2)「-」欄は当該学年にない項目。

(注3)「\*」は、反復幅変更のため比較対象外。

(注4)斜線部分は、分析に必要なデータが一部欠損のため比較対象外。

**女子** 体格は、小・中学校の体重及び座高、高等学校の身長で10年前を下回った。体力・運動能力は、小学校の「反復横とび」や小・中学校の「握力」で10年前を上回った。「持久走」、「50m走」及び「ボール投げ」は、多くの学年で10年前を下回った。高校1年生は、10年前を下回る項目が多い。

表 - 4【10年前との比較 (女子)】

項目		小学校			中学校			高等学校(全日制)			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										0	2
	体重										1	4
	座高										2	3
体力・運動能力	握力										4	1
	反復横とび				*	*	*	*	*	*	2	0
	持久走		-	-							0	5
	50m走										0	6
	ボール投げ										0	4
○数		0	2	2	1	0	1	1	2	0	9	
数		2	2	2	3	4	2	5	2	3		25

(注1) :H18が上回っている。 :H18が下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2)「-」欄は当該学年にない項目。

(注3)「\*」は、反復幅変更のため比較対象外。

(注4)斜線部分は、分析に必要なデータが一部欠損のため比較対象外。

(3) 「本県の平成18年度」と「全国の平成17年度」の比較

体格及び体力・運動能力について、本県と全国を比較した結果は以下のとおりである。

**男子** 体格は多くの学年で全国を上回った。体力・運動能力は、中学校の全学年及び高校1年生で、全国を下回る項目が多い。これは、昨年度と同様の傾向である。一方、小学校では、昨年度と比較して上回る( )数が増加〔1(H17) 6(H18)〕し、下回る( )数が減少〔10(H17) 3(H18)〕した。高等学校は下回る数に大きな変化がないものの、上回る( )数が増加〔0(H17) 4(H18)〕した。

表 - 5【本県(H18)と全国(H17)の比較 (男子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										5	0
	体重										7	0
	座高										9	0
体力・運動能力	握力										1	4
	上体起こし										1	6
	長座体前屈										2	3
	反復横とび										2	3
	持久走	-	-	-							0	4
	20mシャトルラン										3	3
	50m走										0	7
	立ち幅とび										1	5
	ボール投げ										0	5
	○数		3	7	2	2	1	3	3	6	4	31
数		1	2	0	8	7	8	8	2	4		40

(注1) ○:県が上回っている。 △:県が下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

(注3) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

**女子** 体格は中・高等学校で全国を上回った。体力・運動能力は、中学校で全国を下回る項目が多い。これは、昨年度と同様の傾向である。一方、高等学校では昨年度と比較して全国を上回る( )数が増加〔1(H17) 4(H18)〕し、下回る( )数が減少〔17(H17) 7(H18)〕した。小学校も下回る( )数が減少〔9(H17) 7(H18)〕した。

表 - 6【本県(H18)と全国(H17)の比較 (女子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										6	0
	体重										5	0
	座高										8	0
体力・運動能力	握力										0	3
	上体起こし										1	4
	長座体前屈										2	1
	反復横とび										2	2
	持久走	-	-	-							0	4
	20mシャトルラン										0	5
	50m走										0	3
	立ち幅とび										2	2
	ボール投げ										1	6
	○数		4	1	1	3	3	3	2	6	4	27
数		1	3	3	6	4	6	2	1	4		30

(注1) ○:県が上回っている。 △:県が下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

(注3) 中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

#### (4) 生活調査と体力・運動能力との関係

生活調査と体力・運動能力の関係について、各項目ごとに比較した結果は以下のとおりである。

##### ア 運動部・スポーツクラブ所属・・・(所属と無所属)

体力・運動能力は、運動部・スポーツクラブに所属している群がそうでない群を全項目で上回った。運動部やスポーツクラブでの活動は、体力・運動能力に重要な役割を果たしている。

表 - 7 【運動部・スポーツクラブ所属との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) : 所属している群が上回っている。 : 下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

##### イ 運動・スポーツ実施頻度・・・(週3日以上と週3日未満)

体力・運動能力は、週3日以上運動・スポーツをする群がそうでない群を全項目で上回った。体力・運動能力は運動習慣と密接な関係があることを示している。

表 - 8 【運動・スポーツ実施回数との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) : 週3日以上運動をする群が上回っている。 : 下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

ウ 1日の運動・スポーツ実施時間・・・(30分以上と30分未満)

体力・運動能力は、30分以上運動する群がそうでない群を全項目で上回った。運動頻度と同様、実施時間が体力・運動能力の向上には欠かせない要因である。

表 - 9 【運動やスポーツの実施時間との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) ○ : 30分以上運動をする群が上回っている。 △ : 下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

エ 朝食の摂取状況・・・(毎日摂取と時々食べない又は毎日食べない)

体力・運動能力は、朝食を毎日摂取する群がそうでない群をほとんどの項目で上回った。昨年度と比較して、その相関が一層明確に表れた。朝食は学力との関係も指摘されており、非常に重要な要因である。

表 - 10 【朝食摂取状況との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) ○ : 朝食を毎日食べる群が上回っている。 △ : 下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

オ 1日の睡眠時間・・・(6時間以上と6時間未満)

体力・運動能力は、小・中学校で6時間以上睡眠をとる群がそうでない群を多くの項目で上回った。睡眠は体の発育には欠かせない要因であり、朝食同様、規則正しい生活習慣を確立していくことが重要である。

表 - 11 【1日の睡眠時間との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) :6時間以上の群が上回っている。 :下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

カ 1日のテレビ視聴時間(テレビゲームを含む)・・・(1時間未満と1時間以上)

体力・運動能力は、男子及び高校2年生女子で、テレビ視聴が1時間未満の群がそうでない群を多くの項目で上回ったが、小・中学校の女子においては、下回る項目が見られた。

表 - 12 【1日のテレビ視聴時間(テレビゲームを含む)との関係】

項目		男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) :1時間未満の群が上回っている。 :下回っている。 空欄は有意差なし。(有意水準5%)

(注2) 「-」欄は当該年齢にない項目。

(5) 運動・スポーツ実施頻度の年次推移(平成8年度～平成18年度)

運動・スポーツを「週3日以上」実施する割合は、特に中学校において高い。運動部への積極的な参加をうかがうことができる。高等学校は中学校ほど高くないが、近年の運動部活動加入率の上昇にともなって、平成17年度に引き続き高い割合を示している。小学校では若干低下となった。いずれの校種も女子の割合が男子に比べて約25ポイント程度低い状況が続いている。

表 - 13 【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】 (単位:%)

		H8	H9	H10	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18
小	男子	59	58	50	53	55	49	53	51	49	56	54
	女子	43	33	26	28	34	26	27	24	28	31	28
中	男子	90	88	86	87	86	86	84	88	89	90	89
	女子	65	72	65	63	66	67	63	66	67	69	66
高	男子	56	60	53	51	62	65	58	66	69	72	72
	女子	34	36	37	34	29	31	29	38	35	37	38

数値は、小数第一位を四捨五入。

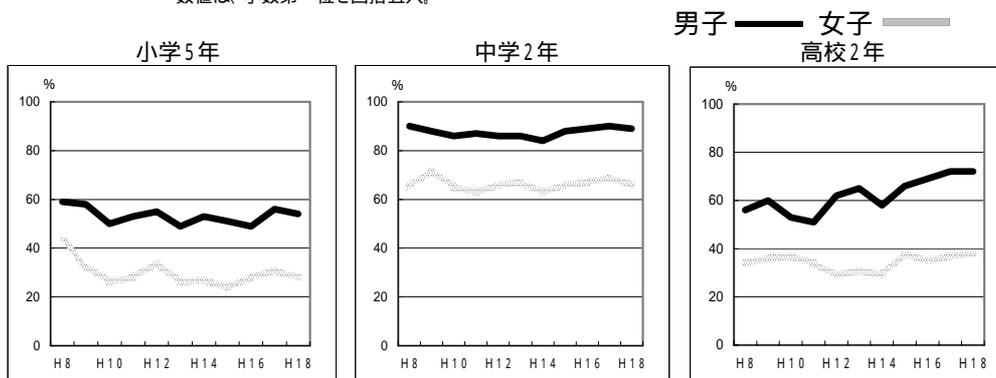


図 - 1 【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】

## 2 調査結果の考察

### (1) 体格と体力・運動能力

本県は体格で全国を上回る学年が多いが、体力・運動能力については、中学校を中心に依然多くの項目で全国を下回っている。中学校期の体力向上の取組が大きな課題である。

### (2) 項目別に見た体力・運動能力

- ・ 「持久走」や「20mシャトルラン」、「50m走」及び「ボール投げ」は、本県の10年前や平成17年度の全国と比較すると下回る傾向にあり課題である。体育の授業、学校行事及び休み時間等において、「走・投」の運動を数多く経験できるように、計画的に取り組んでいくことが必要である。
- ・ 本県の経年的な推移から、ここ2、3年は前年を上回る状況が見られる項目がある。「上体起こし」や「反復横とび」が顕著である。こうした状況から県全体としての気運を高め、体力向上の取組が一層充実させていくことが重要である。

### (3) 生活習慣と体力・運動能力

生活習慣と体力・運動能力には高い相関が見られる。運動・スポーツ習慣は言うまでもなく、朝食を始めとした食習慣や睡眠(休養)の「健康3原則」からよりよいライフスタイルを構築していくことが重要である。これは学校だけでは難しい課題であり、家庭の協力を得ながら取り組んでいくことが求められる。

### (4) 学校の取り組む視点

- ・ 体力に対する児童生徒一人一人の関心・意欲を高めながら取り組むことは、今後一層大切であり、各学校においても、毎年実施する新体力テストのデータをどのように分析・蓄積していくかという点についても検討していくことが必要である。
- ・ 「知・徳・体」のバランスのとれた児童生徒の育成が図られるように、体力・運動能力の実態を適切に把握し、次頁に示す「取組の視点」を参考にして、学校教育全体から体力向上について取り組むことが重要である。

## 「取組の視点」

教科体育・保健体育における学習指導の充実を図る

- ・ 運動・スポーツの楽しさや喜びを味わわせ、運動の生活化が図られるような学習指導の充実を図る。
- ・ 「体づくり運動」領域の「体力を高める運動」において、運動や体力への関心を高め理解させることで、意欲的・主体的に取り組むことができるようにする。
- ・ 体力の向上及び心身の健康の保持増進に関する内容を体育と保健を関連させて適切に指導できるよう、年間指導計画・単元計画・学習内容の改善を図る。

教育活動全体を通じた体力向上の取組を推進する

- ・ 体力・運動能力調査の継続実施により、児童生徒の体力・運動能力を適切に把握するとともに、「体育・健康に関する指導」を関連の教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、休み時間、放課後、運動部の活動などを含めた学校の教育活動全体から計画を立て、適切に行うなかで体力向上の取組を推進する。（Plan Do Check Actionサイクルの確立）
- ・ 特に運動部の活動や放課後のスポーツ活動等については、学校教育の一環として位置付けるとともに、適切な運営や児童生徒の積極的参加を促す。
- ・ 運動を身近なものとして、児童生徒が自ら動き出したくなる環境づくり（時間、空間、仲間）に努める。

「スポチャレいしかわ」（県が実施するインターネットを活用した小学生の運動習慣づくりの取組）に積極的に参加する

家庭や地域との連携を深める

- ・ 家庭と連携しながら、朝食の摂取や適切な睡眠時間など、健康3原則から生活習慣の向上を図る。
- ・ 運動の日常化を図ることができるよう体力づくりの取組を推進するとともに、学校や地域の体育施設の活用や整備等の環境づくりを推進する。
- ・ 体力の現状や心身の健康の保持増進の必要性を啓発するとともに、地域の体育行事などへの積極的参加を促す。

その他

- ・ スポーツ健康課ホームページ、体力・運動能力調査の「集計用ファイル・記録用紙等」にある3年間仕様の「個人記録用紙」や「データ保存ファイル」等を活用する。  
<http://www.pref.ishikawa.jp/kyoiku/sports-kenko/index.htm>
- ・ いしかわっ子ライフスタイル向上推進事業 推進校の取組（報告書）を参照する。  
H19.4配布予定
- ・ 平成14年9月30日に中央教育審議会より答申があった「子どもの体力向上のための総合的な方策について」を参照し、各学校の実態に即した具体的な取組を展開する。  
「子どもの体力向上のための総合的な方策について」  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm)
- ・ 子どもの体力向上ホームページの活用を図る。  
<http://www.japan-sports.or.jp/kodomo/>