

令和3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 趣旨

令和3年度に国が実施した全国体力・運動能力、運動習慣等調査(悉皆調査)における本市の児童生徒の結果を全国・神奈川県(政令指定都市を除く)の結果と比較・分析し、傾向をまとめたので報告するものです。

2 実施状況

○調査期間 全国調査 令和3年4月～7月実施

○調査対象

| | 対象学校数 | | 対象学年・人数 | |
|---------------------|-------|----------|---------|-------------|
| 全 国 | 小学校 | 19,089 校 | 小学校5年生 | 1,031,230 人 |
| | 中学校 | 9,541 校 | 中学校2年生 | 976,624 人 |
| 神奈川県 (政令指定都市を除く) | 小学校 | 349 校 | 小学校5年生 | 25,781 人 |
| | 中学校 | 195 校 | 中学校2年生 | 23,742 人 |
| 藤沢市 | 小学校 | 35 校 | 小学校5年生 | 3,879 人 |
| | 中学校 | 19 校 | 中学校2年生 | 3,655 人 |

○調査内容

ア 実技(8種目)

| 種目 | 体力の要素 | |
|--------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 握力 | 力強さ | 各種目 10点 合計 80点 |
| 上体起こし | 動きを持続する能力、力強さ | |
| 長座体前屈 | 体の柔らかさ | |
| 反復横とび | すばやさ、タイミングの良さ | |
| 20mシャトルラン または 持久走(中学生のみ) | 動きを持続する能力 ※中学生はどちらかを選択 | |
| 50m走 | すばやさ、力強さ | |
| 立ち幅とび | タイミングの良さ、力強さ | |
| ソフトボール投げ (中学生はハンドボ ール投げ) | タイミングの良さ、力強さ | |

※種目別得点表に
基づき、各種目の
得点を合計したも
のが体力合計点
(80点満点)。

イ 質問紙調査(本参考資料では以下の6項目を抜粋)

| | |
|-----|--------------------------------------------------------------------------|
| (1) | 運動部やスポーツクラブに入っていますか。 (複数回答可) |
| (2) | 運動やスポーツをどのくらいしていますか。 |
| (3) | 運動やスポーツをすることは好きですか。 |
| (4) | 朝食は毎日食べますか。 |
| (5) | 毎日どのくらい寝ていますか。(1日の睡眠時間) |
| (6) | 平日(月曜日～金曜日)にどのくらいテレビやDVD、 ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を 見ていますか。(1日の視聴時間) |

この質問項目に対するの
回答と、体力合計点および
総合評価でクロス集計を行
い、関連をみた。

※クロス集計を行う場合、
質問項目の回答と体力
合計点の2要素がそろっ
た児童生徒のみを集計
している。

3 藤沢市立小学校5年生体力・運動能力調査の結果

| 小5 男子 | 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) | 体力合計点 (点)/80 |
|----------|--------------|----------------------------|---------------|------------------------|----------------------|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| (体力の要素) | ・力強さ | ・動きを持 続する能 力 ・力強さ | ・体の柔ら かさ | ・すばやさ ・タイミング のよさ | ・動きを持 続する能 力 | ・すばやさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | |
| 全国 | 16.22 | 18.90 | 33.48 | 40.35 | 46.83 | 9.45 | 151.41 | 20.58 | 52.52 |
| 神奈川県 | 16.72 | 18.96 | 34.91 | 38.76 | 43.99 | 9.44 | 150.81 | 20.01 | 52.41 |
| 藤沢市 | 17.28 | 19.02 | <u>33.14</u> | 39.09 | 46.38 | 9.38 | 153.40 | 20.48 | 52.92 |

| 小5 女子 | 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) | 体力合計点 (点)/80 |
|----------|--------------|----------------------------|---------------|------------------------|----------------------|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| (体力の要素) | ・力強さ | ・動きを持 続する能 力 ・力強さ | ・体の柔ら かさ | ・すばやさ ・タイミング のよさ | ・動きを持 続する能 力 | ・すばやさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | |
| 全国 | 16.09 | 18.08 | 37.90 | 38.72 | 38.15 | 9.64 | 145.18 | 13.30 | 54.64 |
| 神奈川県 | 16.48 | 17.97 | 38.96 | 36.50 | 33.90 | 9.66 | 143.57 | 12.81 | 53.62 |
| 藤沢市 | 17.17 | <u>17.93</u> | <u>37.68</u> | <u>36.47</u> | 35.84 | 9.63 | 146.38 | <u>12.38</u> | 54.24 |

小学5年生の体力・運動能力調査結果について、握力・50m走・立ち幅とびは、男女とも全国・
県の数値を上回っています。上体起こしは、男子が全国・県の数値を上回っています。長座体
前屈は、男女とも全国・県の数値を下回っています。上体起こし・反復横とび・ソフトボール投げ
は、女子が全国・県の数値を下回っています。

体力合計点については、男子は全国・県の数値を上回り、女子は県の数値は上回っているも
の、全国の数値は下回っています。

4 藤沢市立小学校5年生の運動習慣等の結果および生活と体力・運動能力の関係

※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点、

体力合計点を基準点によってA～Eの5段階に評価したものが総合評価

総合評価A～Eの基準点

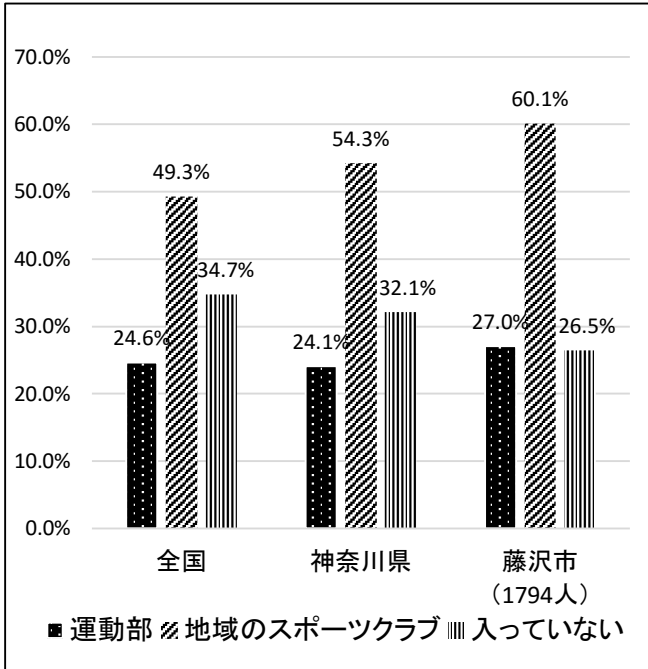
A:65以上 B:64～58 C:57～50 D:49～42 E:41以下

| 小学校 5年生 男女 | | 体力 合計 点 平均 | 総合評価段階ごとの割合(藤沢市) | | | | | 総合評価段階ごとの人数(藤沢市) | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------|-----|-----|-----|-----|-------|
| | | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E | 計 |
| | | | 65点 以上 | 64～ 58 | 57～ 50 | 49～ 42 | 41点 以下 | | | | | | |
| (1)運動部やスポーツ クラブに入ってい ますか。 (複数回答可) | 運動部 | 56.1 | 14.8% | 29.9% | 33.8% | 17.5% | 4.0% | 111 | 224 | 253 | 131 | 30 | 749 |
| | 地域のスポーツクラブ | 55.7 | 14.6% | 28.4% | 32.9% | 18.1% | 5.9% | 231 | 449 | 520 | 286 | 94 | 1,580 |
| | 入っていない | 49.7 | 4.7% | 14.8% | 32.0% | 34.2% | 14.3% | 50 | 158 | 341 | 365 | 153 | 1,067 |
| (2)運動やスポーツ をどのくらいして いますか。 (1週間の総運動時間) | 420分以上 | 57.4 | 17.0% | 33.1% | 31.8% | 15.4% | 2.7% | 229 | 446 | 429 | 207 | 36 | 1,347 |
| | 60～420分未満 | 50.7 | 5.9% | 16.6% | 35.6% | 30.1% | 11.8% | 85 | 238 | 511 | 431 | 169 | 1,434 |
| | 1～60分未満 | 46.4 | 0.7% | 9.6% | 32.4% | 33.8% | 23.5% | 1 | 13 | 44 | 46 | 32 | 136 |
| | 0分 | 46.5 | 3.8% | 6.6% | 21.7% | 40.6% | 27.4% | 4 | 7 | 23 | 43 | 29 | 106 |
| (3)運動やスポーツ をすることは好き ですか。 | 好き | 56.6 | 15.7% | 31.0% | 34.2% | 15.5% | 3.6% | 296 | 586 | 646 | 294 | 69 | 1,891 |
| | やや好き | 49.6 | 3.0% | 12.9% | 35.1% | 36.7% | 12.3% | 25 | 109 | 296 | 309 | 104 | 843 |
| | ややきらい | 46.5 | 2.1% | 7.6% | 25.3% | 38.8% | 26.2% | 5 | 18 | 60 | 92 | 62 | 237 |
| | きらい | 43.9 | 1.0% | 2.9% | 20.2% | 40.4% | 35.6% | 1 | 3 | 21 | 42 | 37 | 104 |
| (4)朝食は毎日食べ ますか。 | 毎日食べる | 53.8 | 11.1% | 24.0% | 33.0% | 23.2% | 8.6% | 295 | 636 | 875 | 616 | 229 | 2,651 |
| | 食べない日もある | 51.6 | 6.2% | 16.9% | 36.2% | 31.2% | 9.5% | 21 | 57 | 122 | 105 | 32 | 337 |
| | 食べない日が多い | 52.3 | 10.5% | 21.1% | 35.1% | 17.5% | 15.8% | 6 | 12 | 20 | 10 | 9 | 57 |
| | 食べない | 53.5 | 12.5% | 21.9% | 28.1% | 28.1% | 9.4% | 4 | 7 | 9 | 9 | 3 | 32 |
| (5)毎日どのくらい寝 ていますか。 (1日の睡眠時間) | 10時間以上 | 53.6 | 12.3% | 20.5% | 33.7% | 22.9% | 10.6% | 42 | 70 | 115 | 78 | 36 | 341 |
| | 9時間以上10時間未満 | 54.2 | 11.0% | 25.3% | 34.8% | 21.9% | 7.0% | 106 | 245 | 337 | 212 | 68 | 968 |
| | 8時間以上9時間未満 | 53.8 | 10.2% | 25.2% | 33.7% | 22.6% | 8.2% | 97 | 239 | 319 | 214 | 78 | 947 |
| | 7時間以上8時間未満 | 52.7 | 9.7% | 21.0% | 31.2% | 27.4% | 10.7% | 51 | 110 | 164 | 144 | 56 | 525 |
| | 6時間以上7時間未満 | 52.4 | 12.2% | 17.4% | 29.6% | 29.6% | 11.3% | 26 | 37 | 63 | 63 | 24 | 213 |
| | 6時間未満 | 52.0 | 8.0% | 17.2% | 35.6% | 27.6% | 11.5% | 7 | 15 | 31 | 24 | 10 | 87 |
| (6)平日(月～金曜 日)にどのくらい テレビやDVD、 ゲーム機、スマ ートフォン、パソ コンなどの画面 を見ていますか。 (1日の視聴時間) | 5時間以上 | 51.4 | 6.8% | 18.9% | 30.8% | 30.4% | 13.0% | 31 | 86 | 140 | 138 | 59 | 454 |
| | 4時間以上5時間未満 | 52.6 | 8.8% | 17.5% | 37.3% | 26.0% | 10.5% | 31 | 62 | 132 | 92 | 37 | 354 |
| | 3時間以上4時間未満 | 53.3 | 9.0% | 24.2% | 32.8% | 25.8% | 8.2% | 44 | 118 | 160 | 126 | 40 | 488 |
| | 2時間以上3時間未満 | 53.7 | 10.6% | 24.7% | 32.9% | 23.2% | 8.6% | 62 | 144 | 192 | 135 | 50 | 583 |
| | 1時間以上2時間未満 | 54.7 | 12.7% | 26.2% | 33.5% | 20.9% | 6.7% | 85 | 175 | 224 | 140 | 45 | 669 |
| | 1時間未満 | 54.8 | 13.6% | 25.4% | 34.7% | 18.6% | 7.7% | 60 | 112 | 153 | 82 | 34 | 441 |
| | 全く見ない | 55.8 | 17.6% | 22.1% | 35.3% | 22.1% | 2.9% | 12 | 15 | 24 | 15 | 2 | 68 |

(1) 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

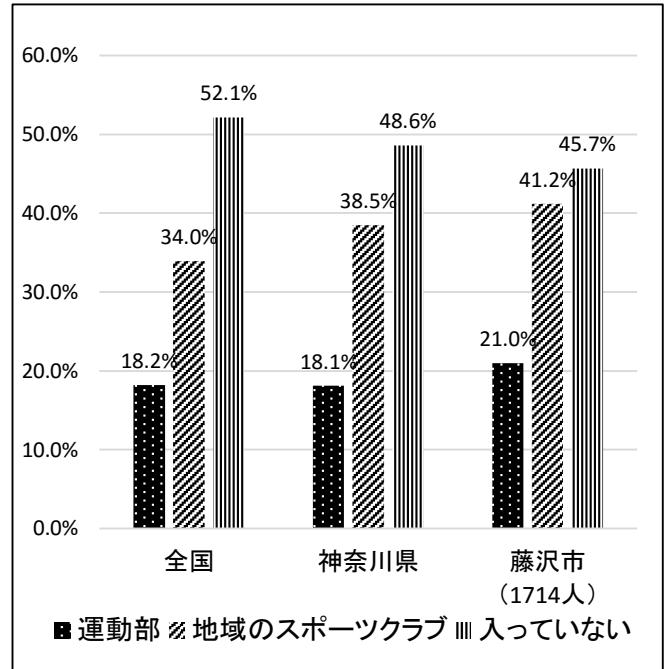
(1) - 1 (小5男子: 運動部やスポーツクラブへの所属)

※複数回答可

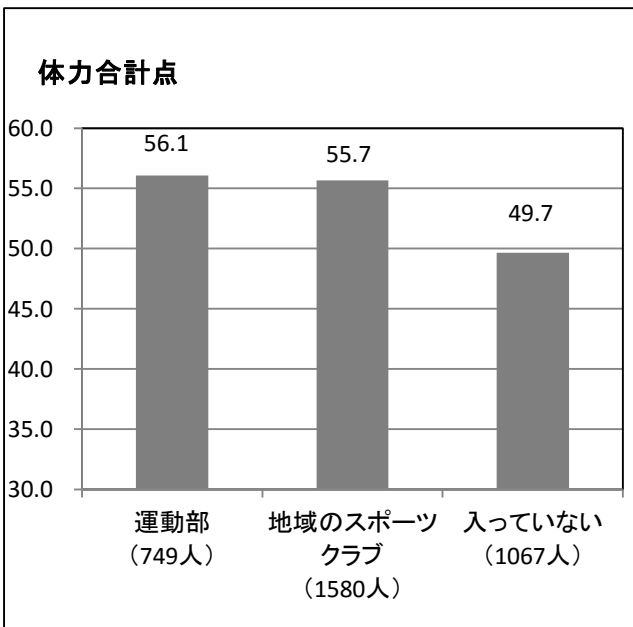


(1) - 2 (小5女子: 運動部やスポーツクラブへの所属)

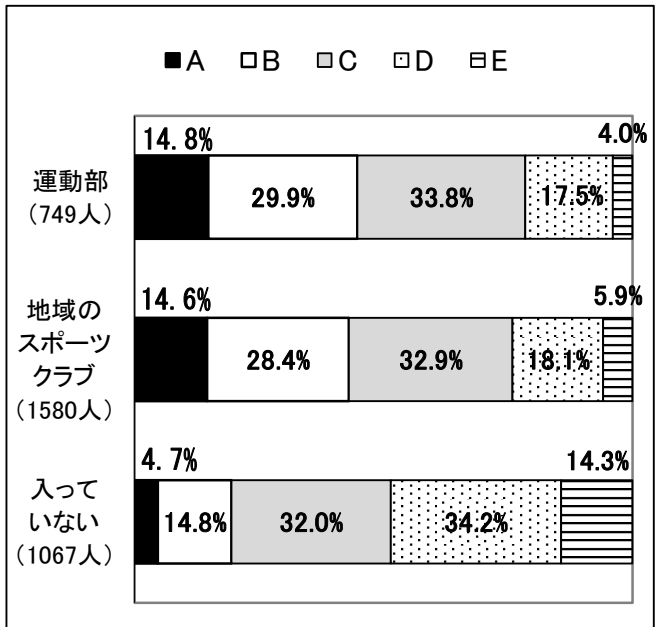
※複数回答可



(1) - 3 (スポーツクラブ等の所属・無所属と体力合計点の関係)



(1) - 4 (スポーツクラブ等の所属・無所属と総合評価の関係)



【結果】

運動部または地域のスポーツクラブ等への所属については、男子の87.1%、女子の62.2%が所属しており、男女とも全国・県の割合を上回っています。

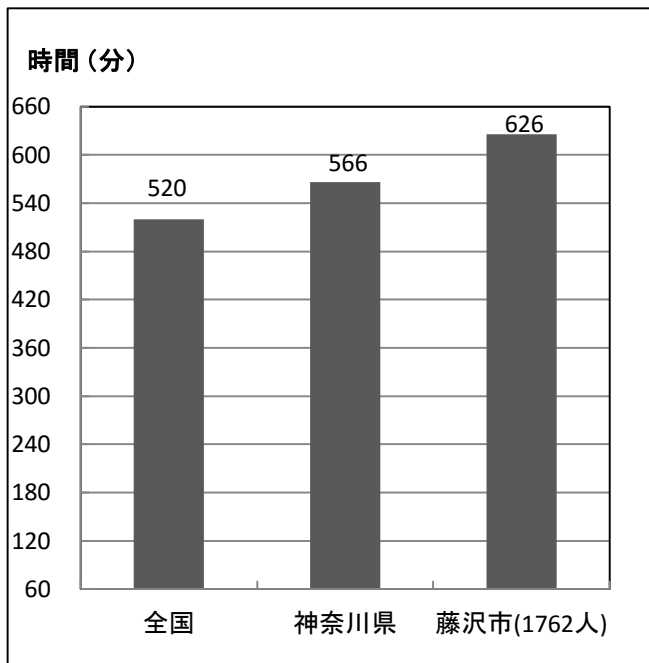
運動部または地域のスポーツクラブ等に所属している児童と、所属していない児童の体力を比較すると、運動部に所属している児童の体力合計点数の平均値は56.1点、地域のスポーツクラブに所属している児童は55.7点、所属していない児童は49.7点となっています。

総合評価については、運動部または地域のスポーツクラブに所属している児童は、所属していない児童よりも評価A・Bの割合が高く、反対に、所属していない児童は、運動部または地域のスポーツクラブに所属している児童よりも評価D・Eの割合が高くなっています。

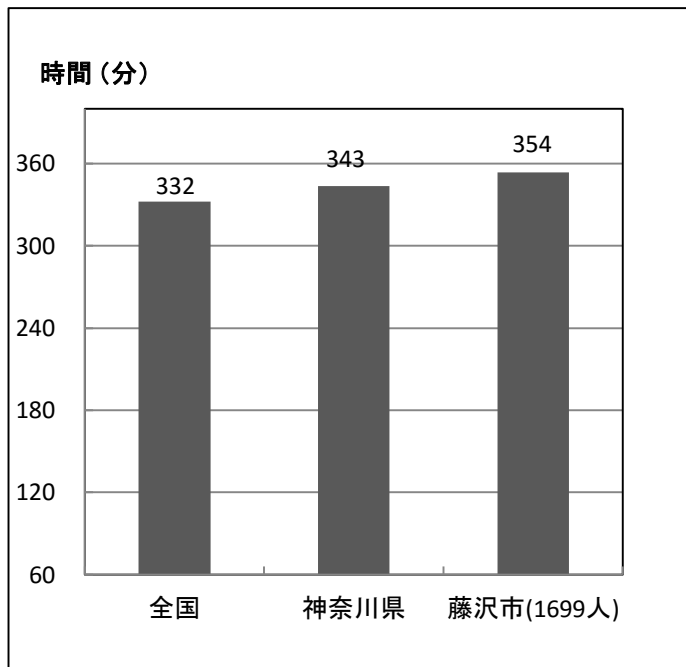
このことから、運動部またはスポーツクラブ等に所属している児童は、所属していない児童に比べ、体力が高い傾向にあるといえます。

(2) 運動やスポーツの実施状況と体力

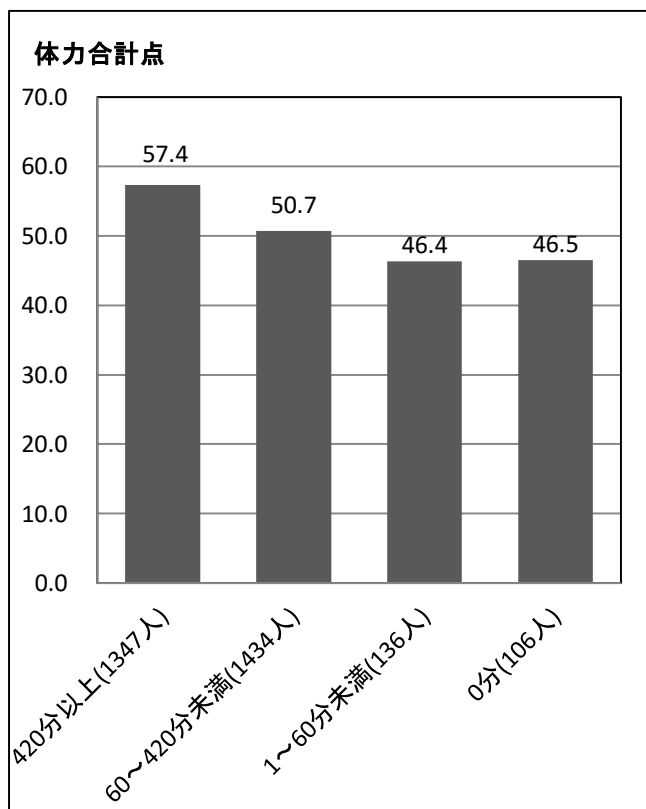
(2)－1(小5男子:1週間の総運動時間 月曜～日曜)



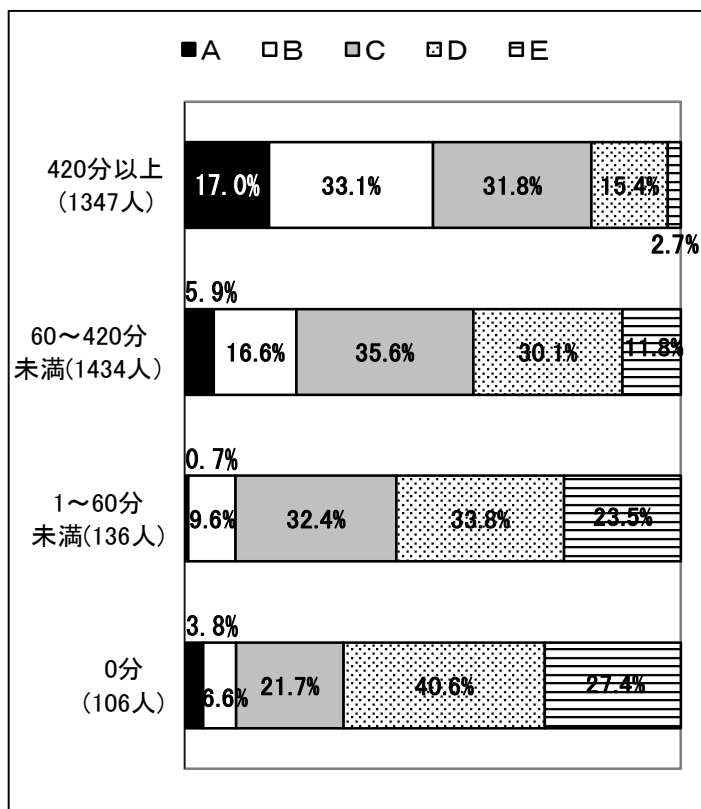
(2)－2(小5女子:1週間の総運動時間 月曜～日曜)



(2)－3(1週間の総運動時間と体力合計点の関係)



(2)－4(1週間の総運動時間と総合評価の関係)



【結果】

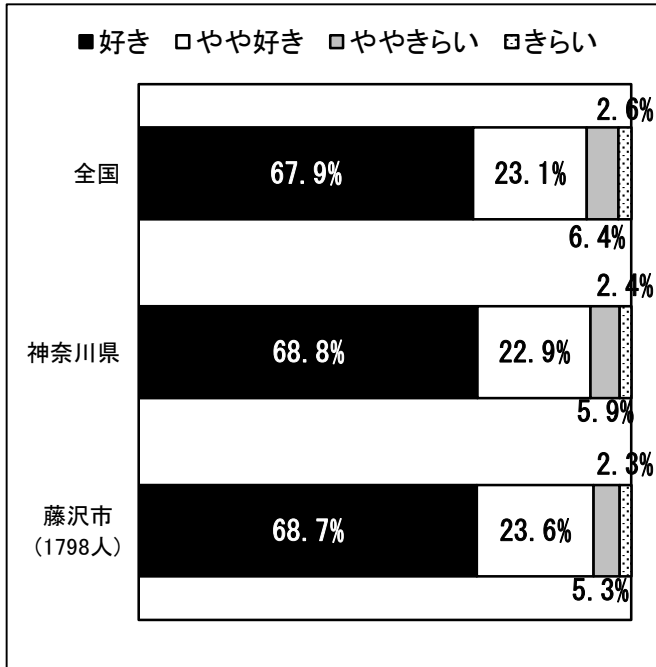
1週間の総運動時間については、男子が626分、女子が354分で、全国・県の数値を上回っています。スポーツの実施状況と体力を比較すると、運動頻度が高くなるにつれ体力も高くなる傾向にあります。週に420分以上運動している児童と、全く運動をしない児童とでは、体力合計点でおよそ11ポイントの差が見られます。

総合評価については、運動頻度が高い児童は、運動頻度の低い児童よりも評価A・Bの合計割合が高く、また、運動頻度が低い児童は、運動頻度の高い児童に比べ、評価D・Eの割合が高くなっています。

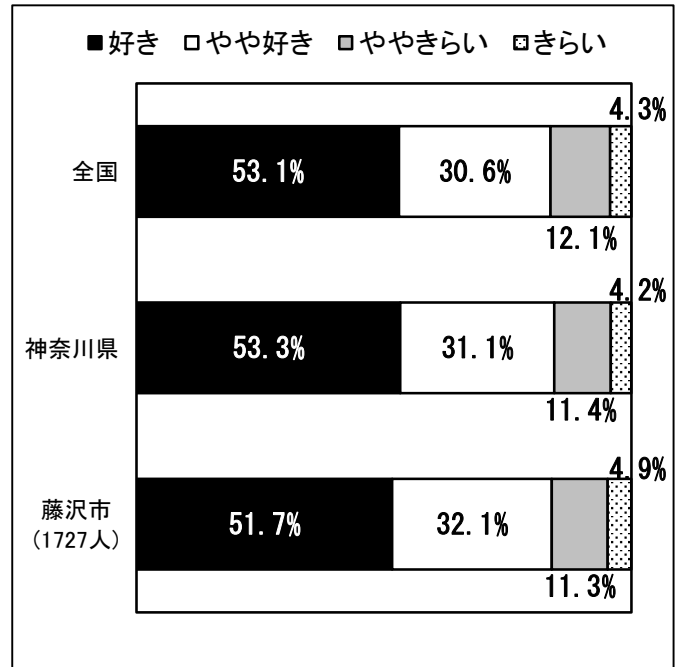
このことから、日頃から運動頻度が高い児童は体力が高い傾向にあるといえます。

(3) 運動やスポーツの好き・きらいと体力

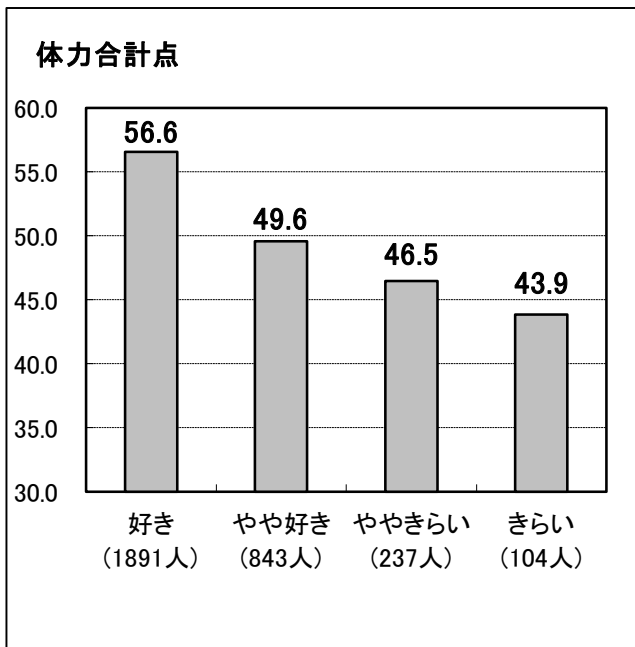
(3) - 1 (小5男子:運動やスポーツをすることが好きか)



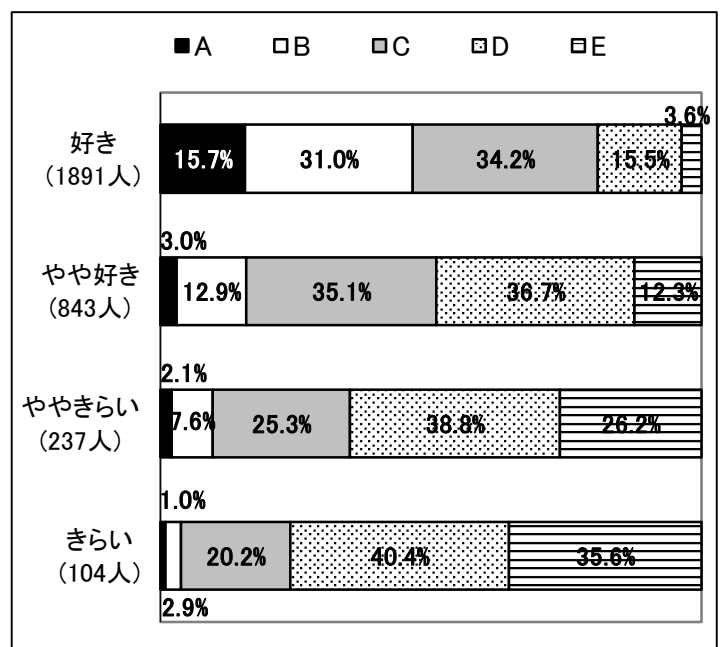
(3) - 2 (小5女子:運動やスポーツをすることが好きか)



(3) - 3 (運動が好きか、きらいかと体力合計点の関係)



(3) - 4 (運動が好きか、きらいかと総合評価の関係)



【結果】

運動やスポーツをすることについて、「好き」または「やや好き」と回答した児童を合わせると、男子が92.3%で全国・県を上回っており、女子が83.8%で全国・県と同水準となっています。

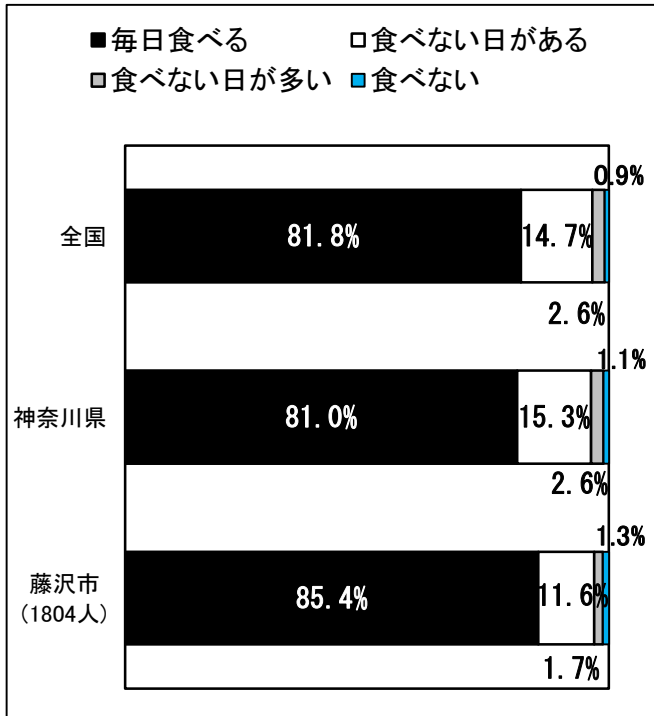
運動やスポーツの「好き」、「きらい」の意識と、体力との関係を見ると、運動が「好き」と回答する児童ほど体力が高く、「きらい」と回答する児童ほど体力が低くなる傾向にあります。

また、総合評価についても、運動やスポーツが「好き」と回答した児童は、「きらい」と回答した児童に比べ、評価A・Bの割合が高く、反対に、評価D・Eの割合は低くなっています。

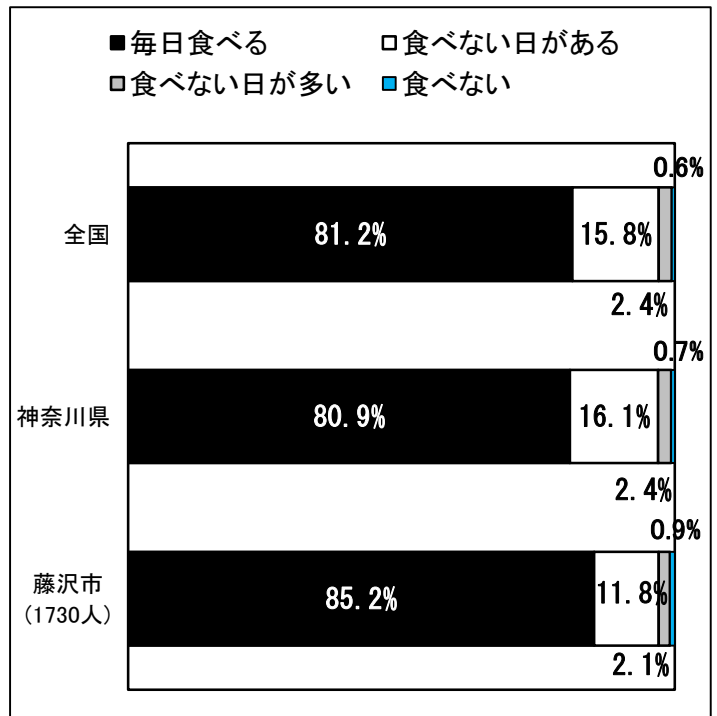
このことから、運動やスポーツの「好き」、「きらい」の意識が児童の体力に影響していると読み取ることができます。

(4) 朝食摂取の有無と体力

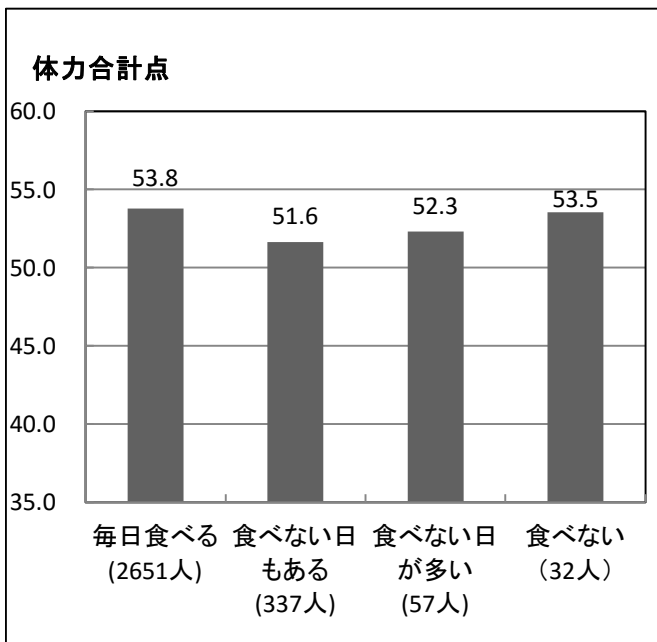
(4)－1(小5男子:朝食摂取の有無)



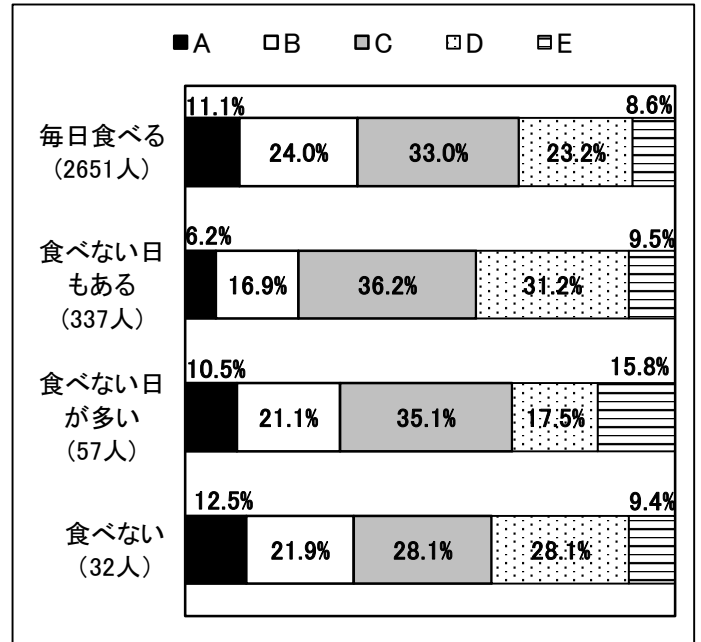
(4)－2(小5女子:朝食摂取の有無)



(4)－3(朝食摂取と体力合計点の関係)



(4)－4(朝食摂取と総合評価の関係)



【結果】

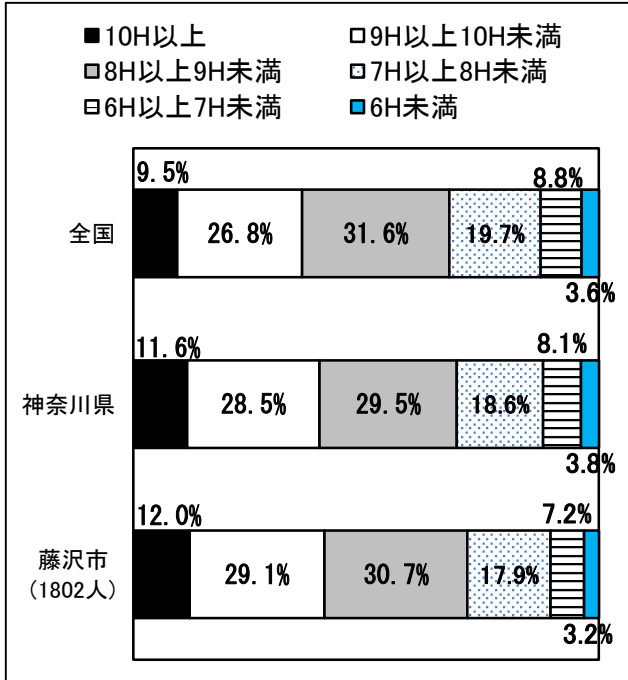
朝食摂取の状況については、「毎日食べる」と回答した児童は男子が85.4%、女子が85.2%であり、男女ともに全国・県の割合を上回っています。一方で、「食べない」と回答した児童についても、男子が1.3%、女子が0.9%であり、男女ともに全国・県の割合を上回っています。

朝食を毎日摂取している児童は、それ以外の児童と比較すると、体力合計点ではやや高い数値が出ています。

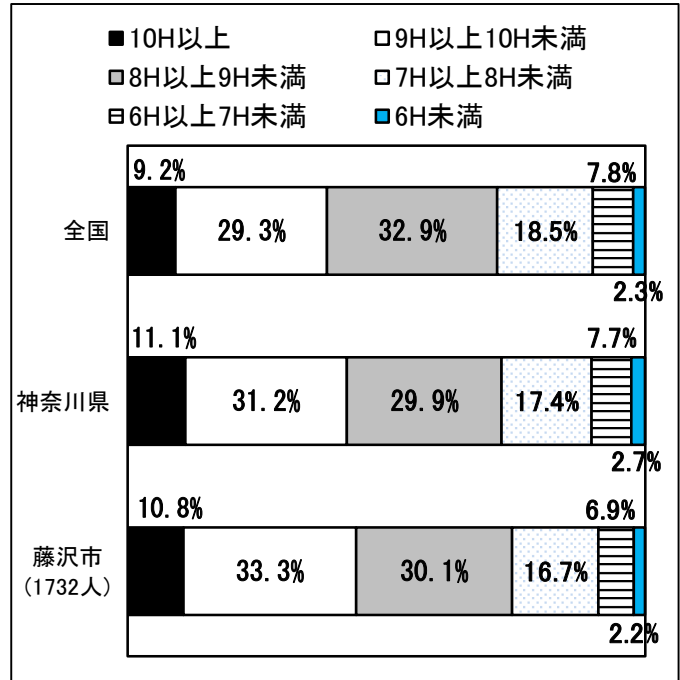
総合評価については、「毎日食べる」と回答した児童の評価A・Bの合計割合が最も高くなる傾向が見られました。一方で、調査数が少ないということもあり、「まったく食べない」・「食べない日が多い」と回答した児童と総合評価の関連については、はっきりと見取ることはできませんでした。

(5) 睡眠時間と体力

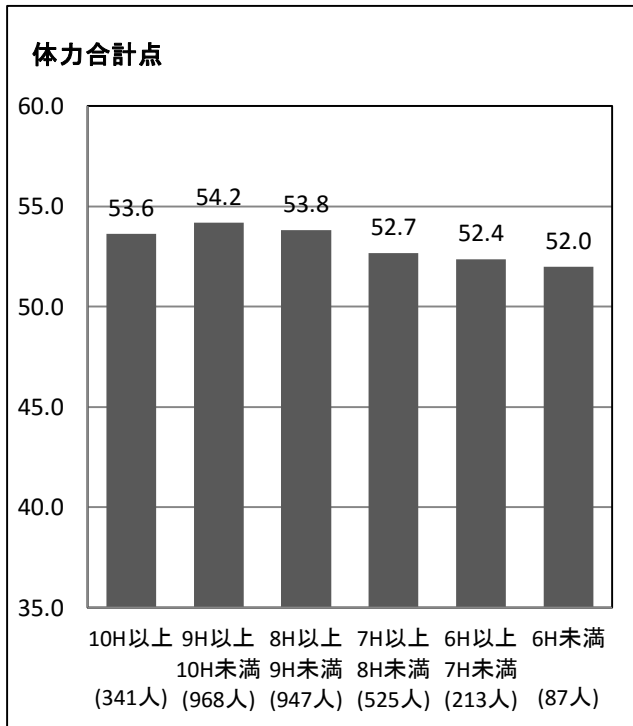
(5)－1(小5男子:1日の睡眠時間)



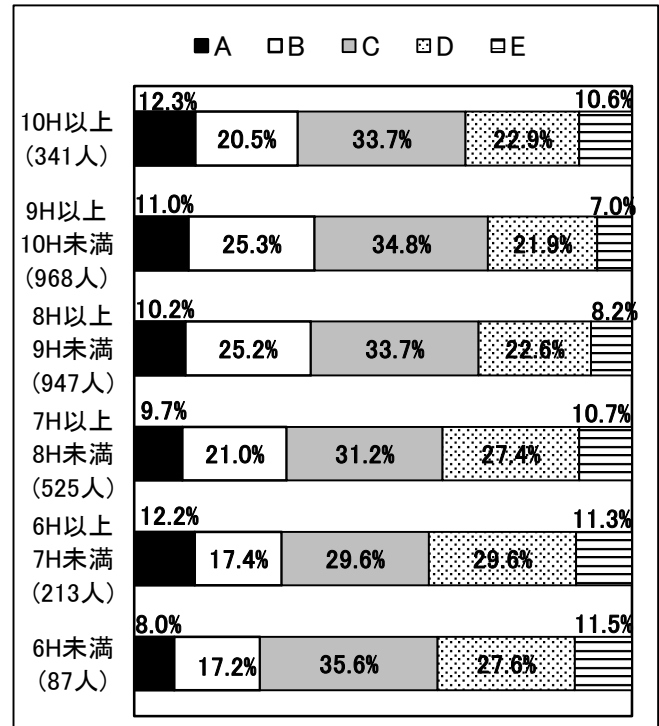
(5)－2(小5女子:1日の睡眠時間)



(5)－3(睡眠時間と体力合計点の関係)



(5)－4(睡眠時間と総合評価の関係)



【結果】

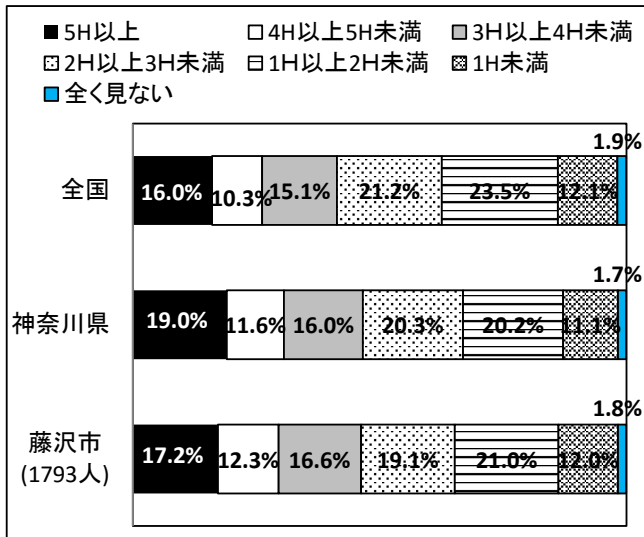
睡眠時間が8時間以上の児童は、男子が71.8%、女子が74.2%で、男女ともに全国・県の割合を上回っています。

睡眠時間と体力との関係は、睡眠時間が8時間未満の児童は、睡眠時間が8時間以上の児童と比べ、体力合計点が低い傾向にあります。さらに、睡眠時間が8時間未満の児童については、睡眠時間が短くなるほど体力合計点が低くなる傾向が見られました。

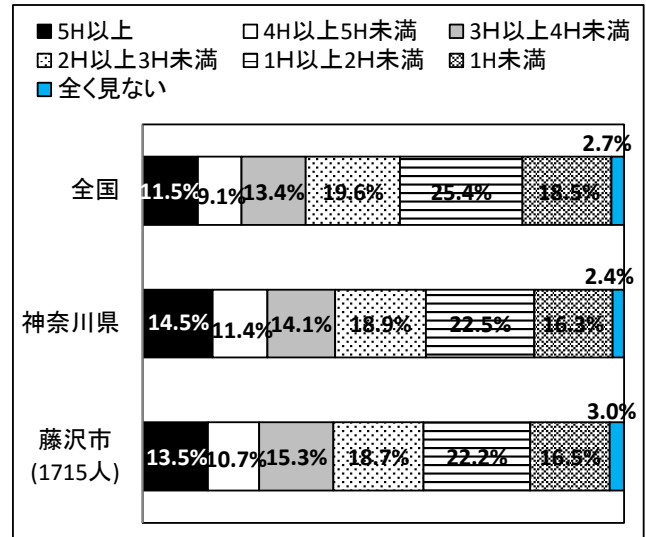
総合評価について、睡眠時間が6時間未満の児童は評価A・Bの割合が最も低く、また、評価Eの割合が最も高くなっています。

(6) テレビ等(学習以外)の視聴時間と体力

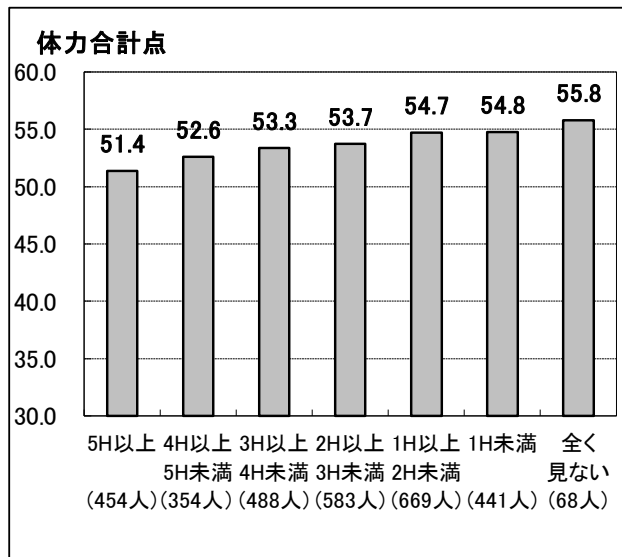
(6)－1(小5男子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



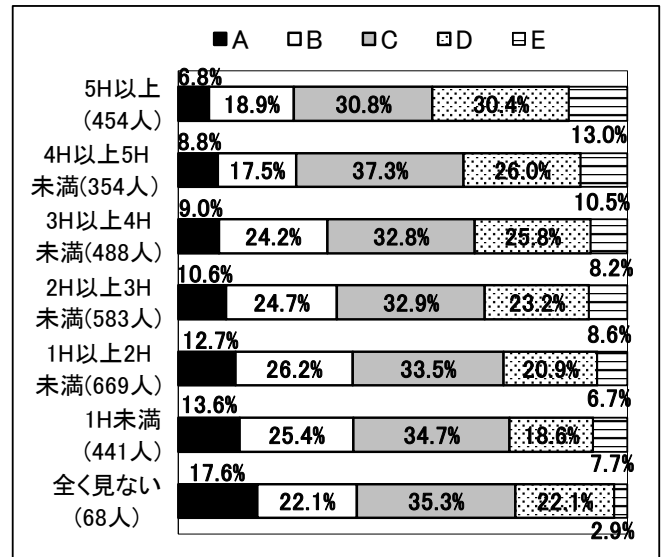
(6)－2(小5女子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



(6)－3(テレビ、パソコン等視聴時間と体力合計点の関係)



(6)－4(テレビ、パソコン等の視聴時間と総合評価の関係)



【結果】

テレビ等の視聴時間は、男女ともに「1時間以上2時間未満」が最も多く、男子が21.0%、女子が22.2%でした。また、昨年度に続き、男女ともに「3時間以上」視聴する児童の割合が全国を上回っています。

テレビ等の視聴時間と体力を比較すると、視聴時間が短い児童ほど体力合計点が高く、反対に視聴時間が長い児童ほど、体力合計点が低くなる傾向にあります。

総合評価についても、視聴時間が短い児童ほど評価A・Bの合計割合が高く、評価D・Eの合計割合が低い結果となり、反対に視聴時間が長い児童ほど評価A・Bの合計割合が低く、評価D・Eの合計割合が高い結果となりました。

◇調査結果の傾向とまとめ(小学校5年生)

今回の調査結果から、藤沢市の小学校5年生は全国・県に比べ低い水準を示す種目がいくつか見られます。その傾向は特に女子に顕著に表れています。一方で、令和元年度と比較すると、全国・県に比べ高い水準を示す種目も多く見られるようになりました。(参考:男子2→4種目、女子1→3種目へ増加)。各種目の全国・県との比較から、男女ともに「力強さ」の体力要素が高く、「体の柔らかさ」の体力要素が低い結果となりました。また、体力合計点については、男子が全国・県の平均を上回り、女子は県の平均よりは高いものの、全国の平均を下回っています。これらの課題を改善していくためには、できる限り運動の機会を多く与え、日常化していけるような体育学習の展開を工夫していく必要があります。

運動習慣については望ましい傾向が見られます。生活習慣については、「睡眠時間」では比較的望ましい傾向が見られる一方で、「テレビ等の視聴時間」は全国と比較しても長時間であり、依然として課題となっています。また、「朝食の摂取」についても、毎日食べない児童の割合が全国・県よりも高く、課題となっています。これらのことから、体力向上のためには運動習慣の確立とともに、生活習慣の改善について引き続き指導が必要です。

5 藤沢市立中学校2年生の体力・運動能力調査の結果

| 中2 男子 | 握力 (kg) | 上体起こし (回) | 長座体前屈 (cm) | 反復横とび (点) | 選択 | | 50m走 (秒) | 立ち幅とび (cm) | ハンド ボール投げ (m) | 体力合計点 (点)/80 |
|----------|--------------|----------------------------|---------------|------------------------|---------------|----------------------|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| | | | | | 持久走 (秒) | 20m シャトルラン (回) | | | | |
| (体力の要素) | ・力強さ | ・動きを持 続する能 力 ・力強さ | ・体の柔ら かさ | ・すばやさ ・タイミン グのよさ | ・動きを持続する能力 | | ・すばやさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | |
| 全国 | 28.80 | 25.99 | 43.67 | 51.19 | 406.38 | 79.88 | 8.01 | 196.36 | 20.31 | 41.18 |
| 神奈川県 | 28.71 | 25.52 | 43.12 | 49.61 | 409.44 | 77.96 | 7.98 | 195.07 | 19.94 | 40.31 |
| 藤沢市 | 28.83 | <u>24.98</u> | <u>40.72</u> | <u>49.57</u> | 403.53 | <u>77.88</u> | 7.88 | 196.65 | 20.05 | <u>40.25</u> |

| 中2 女子 | 握力 (kg) | 上体起こし (回) | 長座体前屈 (cm) | 反復横とび (点) | 選択 | | 50m走 (秒) | 立ち幅とび (cm) | ハンド ボール投げ (m) | 体力合計点 (点)/80 |
|----------|------------|----------------------------|---------------|------------------------|---------------|----------------------|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| | | | | | 持久走 (秒) | 20m シャトルラン (回) | | | | |
| (体力の要素) | ・力強さ | ・動きを持 続する能 力 ・力強さ | ・体の柔ら かさ | ・すばやさ ・タイミン グのよさ | ・動きを持続する能力 | | ・すばやさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | ・タイミン グのよさ ・力強さ | |
| 全国 | 23.43 | 22.32 | 46.20 | 46.25 | 297.62 | 54.24 | 8.88 | 168.15 | 12.72 | 48.56 |
| 神奈川県 | 23.15 | 21.29 | 45.46 | 44.62 | 305.03 | 50.69 | 8.88 | 165.15 | 12.22 | 46.56 |
| 藤沢市 | 23.19 | <u>20.86</u> | <u>43.97</u> | 44.74 | 296.96 | 51.02 | 8.74 | 165.63 | <u>12.08</u> | 46.64 |

中学2年生の体力・運動能力調査結果について、持久走・50m走は、男女とも全国・県の数値を上回っています。握力・立ち幅とびは、男子が全国・県の数値を上回っています。上体起こし・長座体前屈は、男女とも全国・県の数値を下回っています。反復横とび・20mシャトルランは、男子が全国・県の数値を下回っています。ハンドボール投げは、女子が全国・県の数値を下回っています。

体力合計点については、男子は全国・県の数値を下回っており、女子は全国の数値を下回りましたが、県の数値は上回っています。

6 藤沢市立中学校2年生の運動習慣等の結果および生活と体力・運動能力の関係

※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点、

体力合計点を基準点によってA～Eの5段階に評価したものが総合評価

総合評価A～Eの基準点

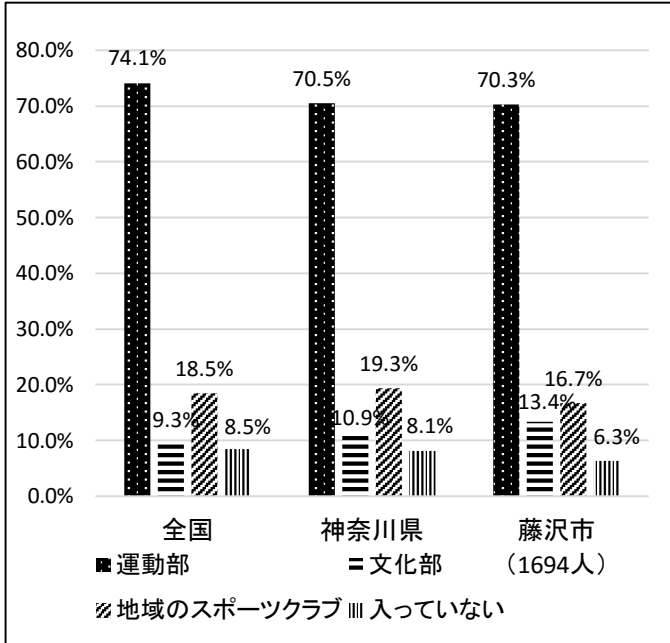
A: 65以上 B: 64～58 C: 57～50 D: 49～42 E: 41以下

| 中学校 2年生 男女 | | 体力 合計 点 平均 | 総合評価段階ごとの割合(藤沢市) | | | | | 総合評価段階ごとの人数(藤沢市) | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------|-----|-----|-----|-----|------|
| | | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E | 計 |
| | | | 65点 以上 | 64～ 58 | 57～ 50 | 49～ 42 | 41点 以下 | | | | | | |
| (1)運動部やスポーツ クラブに入ってい ますか。 (複数回答可) | 運動部 | 46.7 | 15.6% | 31.8% | 33.6% | 16.5% | 2.6% | 257 | 523 | 553 | 272 | 42 | 1647 |
| | 文化部 | 35.0 | 2.9% | 14.4% | 34.2% | 34.7% | 13.9% | 18 | 90 | 214 | 217 | 87 | 626 |
| | 地域のスポーツクラブ | 49.0 | 19.7% | 37.9% | 31.6% | 8.2% | 2.6% | 75 | 144 | 120 | 31 | 10 | 380 |
| | 入っていない | 35.9 | 3.6% | 16.3% | 30.7% | 27.7% | 21.7% | 6 | 27 | 51 | 46 | 36 | 166 |
| (2)運動やスポーツ をどのくらいして いますか。 (1週間の総運動時間) | 420分以上 | 47.0 | 16.0% | 32.9% | 32.8% | 15.5% | 2.7% | 300 | 619 | 617 | 292 | 51 | 1879 |
| | 60～420分未満 | 37.1 | 4.1% | 19.1% | 36.5% | 29.8% | 10.5% | 17 | 80 | 153 | 125 | 44 | 419 |
| | 1～60分未満 | 33.8 | 0.7% | 7.5% | 35.1% | 41.8% | 14.9% | 1 | 10 | 47 | 56 | 20 | 134 |
| | 0分 | 31.6 | 0.5% | 7.9% | 27.9% | 37.9% | 25.8% | 1 | 15 | 53 | 72 | 49 | 190 |
| (3)運動やスポーツ をすることは好き ですか。 | 好き | 48.4 | 19.2% | 34.9% | 32.4% | 12.2% | 1.3% | 265 | 482 | 447 | 169 | 18 | 1381 |
| | やや好き | 40.7 | 5.9% | 26.9% | 33.4% | 25.6% | 8.2% | 45 | 206 | 256 | 196 | 63 | 766 |
| | ややきらい | 35.7 | 2.7% | 10.4% | 37.5% | 34.5% | 14.9% | 9 | 35 | 126 | 116 | 50 | 336 |
| | きらい | 32.7 | 1.2% | 4.9% | 27.8% | 43.2% | 22.8% | 2 | 8 | 45 | 70 | 37 | 162 |
| (4)朝食は毎日食べ ますか。 | 毎日食べる | 43.9 | 12.8% | 28.6% | 32.4% | 20.2% | 6.0% | 280 | 624 | 708 | 441 | 130 | 2183 |
| | 食べない日もある | 41.5 | 10.0% | 24.3% | 34.0% | 24.3% | 7.4% | 35 | 85 | 119 | 85 | 26 | 350 |
| | 食べない日が多い | 39.4 | 5.4% | 17.6% | 40.5% | 23.0% | 13.5% | 4 | 13 | 30 | 17 | 10 | 74 |
| | 食べない | 41.7 | 6.3% | 18.8% | 43.8% | 21.9% | 9.4% | 2 | 6 | 14 | 7 | 3 | 32 |
| (5)毎日どのくらい寝 ていますか。 (1日の睡眠時間) | 10時間以上 | 42.1 | 7.9% | 22.2% | 39.7% | 23.8% | 6.3% | 5 | 14 | 25 | 15 | 4 | 63 |
| | 9時間以上10時間未満 | 42.4 | 8.9% | 23.7% | 38.5% | 20.1% | 8.9% | 15 | 40 | 65 | 34 | 15 | 169 |
| | 8時間以上9時間未満 | 42.7 | 9.7% | 27.2% | 31.8% | 23.3% | 7.9% | 53 | 148 | 173 | 127 | 43 | 544 |
| | 7時間以上8時間未満 | 43.6 | 11.4% | 28.7% | 34.3% | 20.1% | 5.5% | 114 | 286 | 342 | 200 | 55 | 997 |
| | 6時間以上7時間未満 | 44.1 | 16.2% | 27.9% | 30.6% | 19.4% | 6.0% | 109 | 187 | 205 | 130 | 40 | 671 |
| | 6時間未満 | 43.1 | 12.3% | 27.2% | 32.3% | 23.1% | 5.1% | 24 | 53 | 63 | 45 | 10 | 195 |
| (6)平日(月～金曜 日)にどのくらい テレビやDVD、 ゲーム機、スマ ートフォン、パソ コンなどの画面 を見ていますか。 (1日の視聴時間) | 5時間以上 | 40.1 | 6.9% | 22.3% | 32.2% | 25.8% | 12.8% | 27 | 87 | 126 | 101 | 50 | 391 |
| | 4時間以上5時間未満 | 42.3 | 11.7% | 23.0% | 34.7% | 23.7% | 7.0% | 35 | 69 | 104 | 71 | 21 | 300 |
| | 3時間以上4時間未満 | 42.7 | 10.0% | 26.4% | 35.4% | 21.1% | 7.1% | 51 | 134 | 180 | 107 | 36 | 508 |
| | 2時間以上3時間未満 | 44.5 | 13.6% | 29.4% | 33.6% | 19.0% | 4.3% | 97 | 210 | 240 | 136 | 31 | 714 |
| | 1時間以上2時間未満 | 45.3 | 15.5% | 31.7% | 29.8% | 18.6% | 4.4% | 89 | 182 | 171 | 107 | 25 | 574 |
| | 1時間未満 | 44.6 | 14.4% | 30.1% | 32.9% | 19.9% | 2.7% | 21 | 44 | 48 | 29 | 4 | 146 |
| | 全く見ない | 51.1 | 10.0% | 40.0% | 40.0% | 0.0% | 10.0% | 1 | 4 | 4 | 0 | 1 | 10 |

(1) 運動部やスポーツクラブへの所属と体力

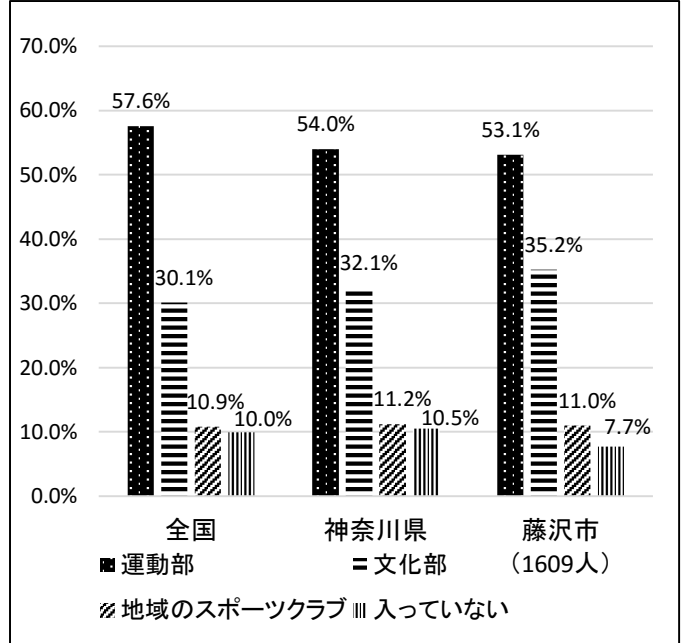
(1) - 1 (中2男子: 運動部やスポーツクラブへの所属)

※複数回答可

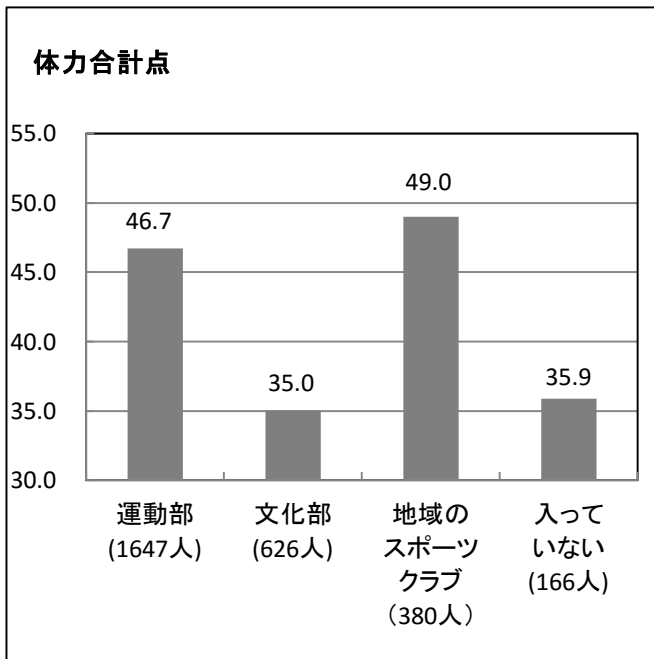


(1) - 2 (中2女子: 運動部やスポーツクラブへの所属)

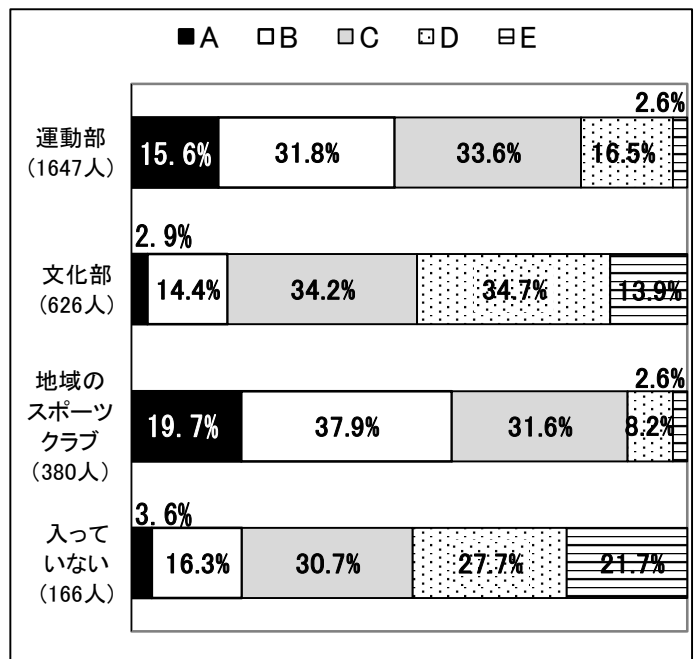
※複数回答可



(1) - 3 (スポーツクラブ等の所属・無所属と体力合計点の関係)



(1) - 4 (スポーツクラブ等の所属・無所属と総合評価の関係)



【結果】

運動部への所属、地域のスポーツクラブ等への所属を合わせると、男子が87.0%、女子が64.1%となっており、女子については文化部へ所属する生徒が多いのが特徴です。

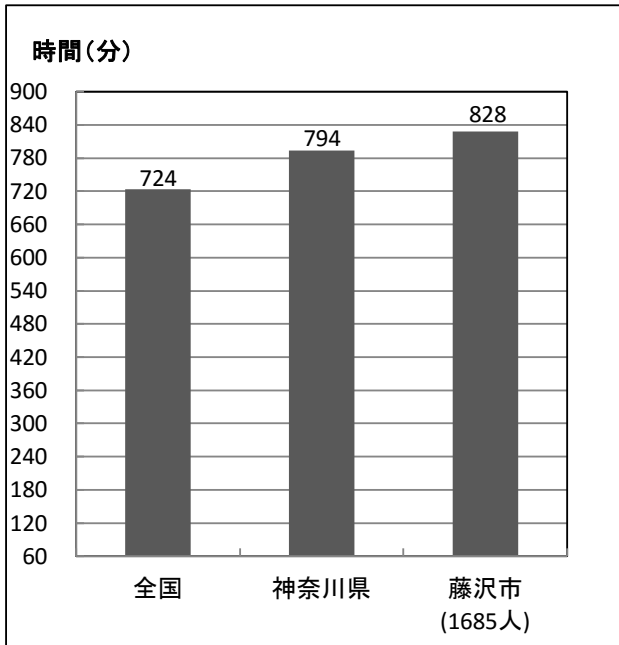
運動部または地域のスポーツクラブ等に所属している生徒と、文化部または所属をしていない生徒との体力を比較すると、運動部または地域のスポーツクラブ等に所属している生徒の方が体力合計点が高い傾向が見られます。

また、総合評価についても、運動部と地域のスポーツクラブ等に所属している生徒の方が評価A・Bの割合が高く、反対に文化部と所属をしていない生徒の方が評価D・Eの割合が高い傾向が見られます。

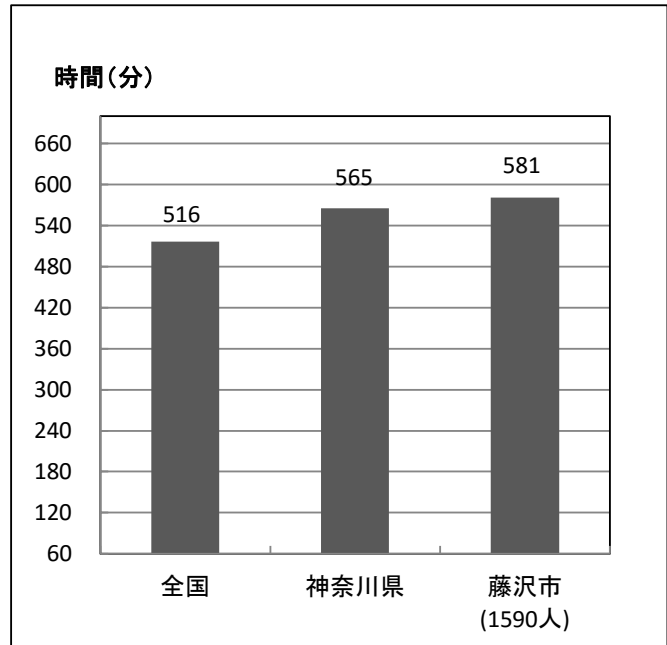
このことから、運動部またはスポーツクラブ等に所属している生徒は、体力が高い傾向にあるといえます。

(2) 運動やスポーツの実施状況と体力

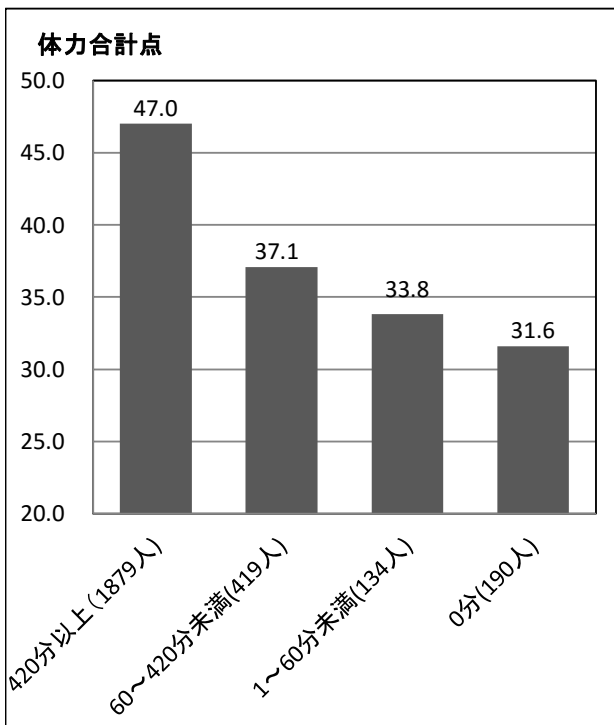
(2)－1(中2男子:1週間の総運動時間 月曜～日曜)



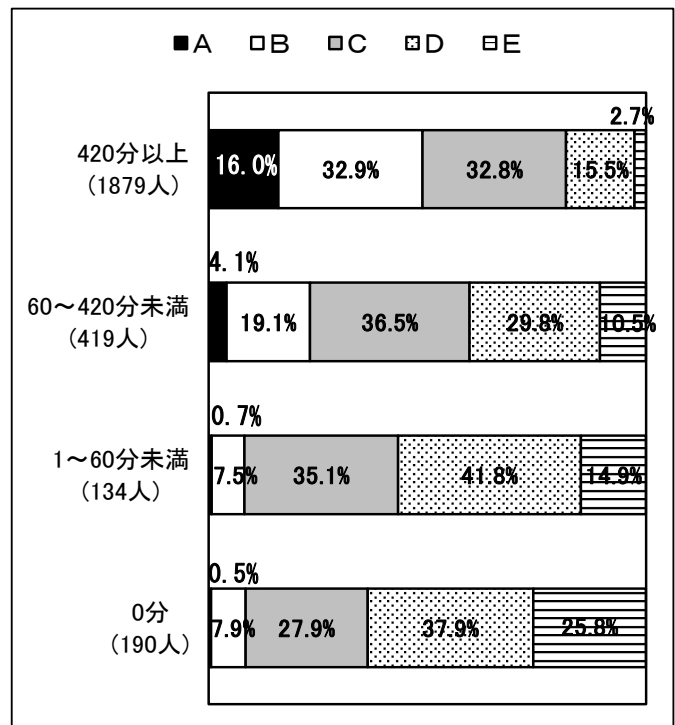
(2)－2(中2女子:1週間の総運動時間 月曜～日曜)



(2)－3(1週間の総運動時間と体力合計点の関係)



(2)－4(1週間の総運動時間と総合評価の関係)



【結果】

1週間の総運動時間については、男子が828分、女子が581分であり、男女ともに全国・県の数値を上回っています。なお、令和元年度と比較すると、1週間の総運動時間については男女ともに減少していますが、これは新型コロナウイルスの感染拡大にともない、部活動を含めた運動の実施に制限が設けられたことも一つの要因として考えられます。

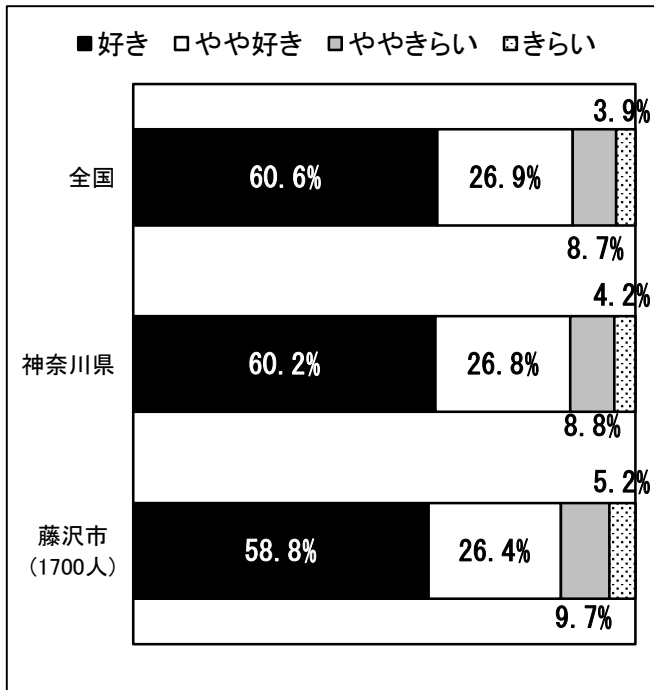
スポーツの実施状況と体力合計点を比較すると、「420分以上行っている」生徒と「全くしない」生徒では、体力合計点の差が15ポイント以上みられました。

また、総合評価については、運動頻度が高い生徒ほど評価A・Bの合計割合が高く、運動頻度が低い生徒ほど評価D・Eの合計割合が高い傾向にあります。

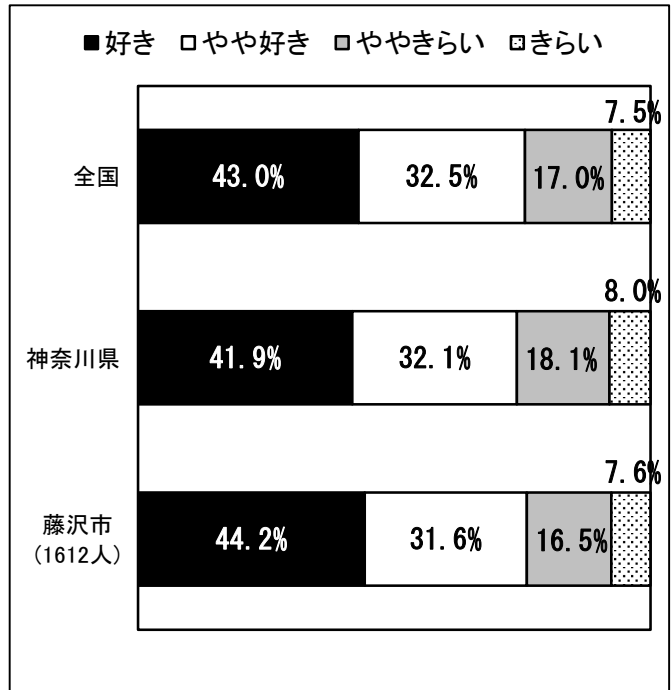
このことから、日頃より運動頻度が高い生徒は体力水準が高い傾向にあるといえます。

(3) 運動やスポーツの好き・きらいと体力

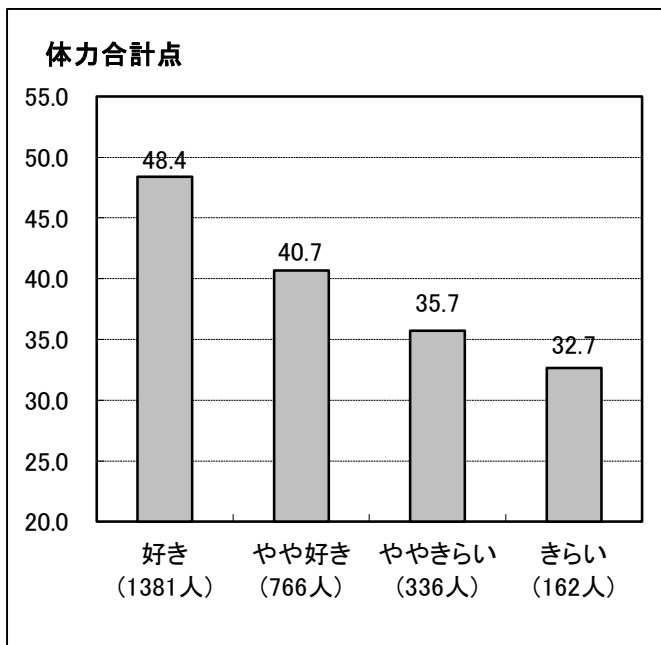
(3)－1(中2男子:運動やスポーツをすることが好きか)



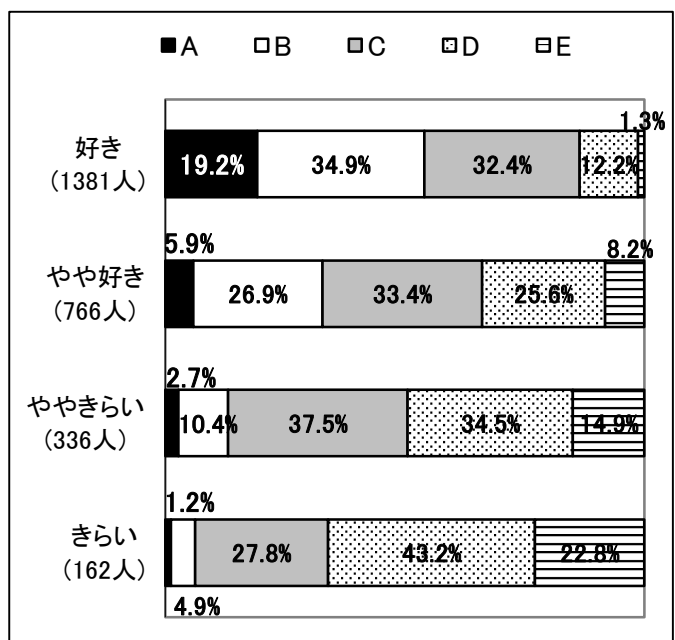
(3)－2(中2女子:運動やスポーツをすることが好きか)



(3)－3(運動が好きか、きらいかと体力合計点の関係)



(3)－4(運動が好きか、きらいかと総合評価の関係)



【結果】

運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した生徒の割合は、男子が85.2%、女子が75.8%であり、全国・県とほぼ同水準になっています。

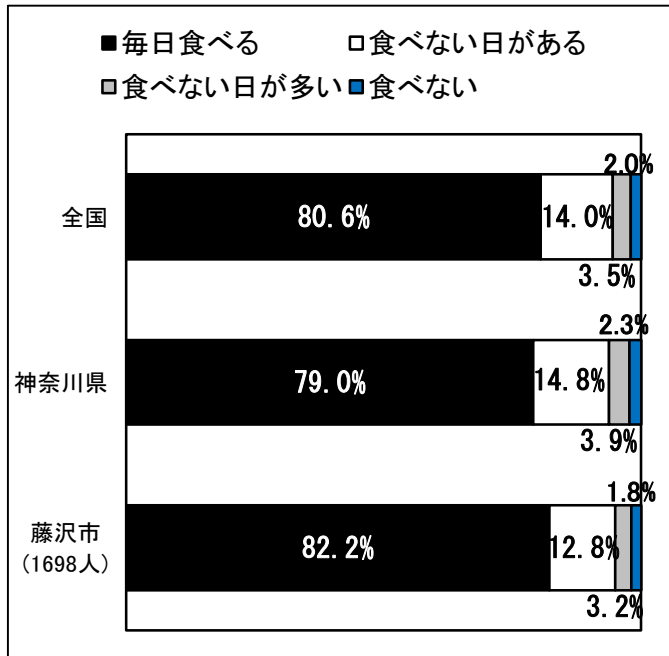
運動やスポーツをすることが好き・きらいと体力合計点を比較すると、「好き」と回答した生徒ほど体力合計点が高くなっており、「きらい」または「ややきらい」と回答した生徒との体力合計点の差が大きいことがわかります。

また、総合評価についても、「好き」と回答した生徒は評価A・Bの割合が高く、「きらい」と回答した生徒は評価D・Eの割合が高い結果となっています。

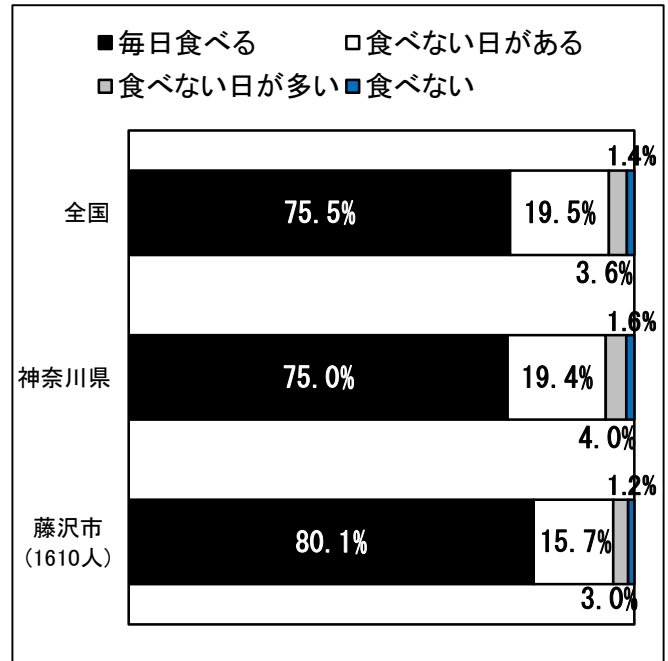
このことから、運動やスポーツの「好き」、「きらい」の意識が生徒の体力に影響していると考えられます。

(4) 朝食摂取の有無と体力

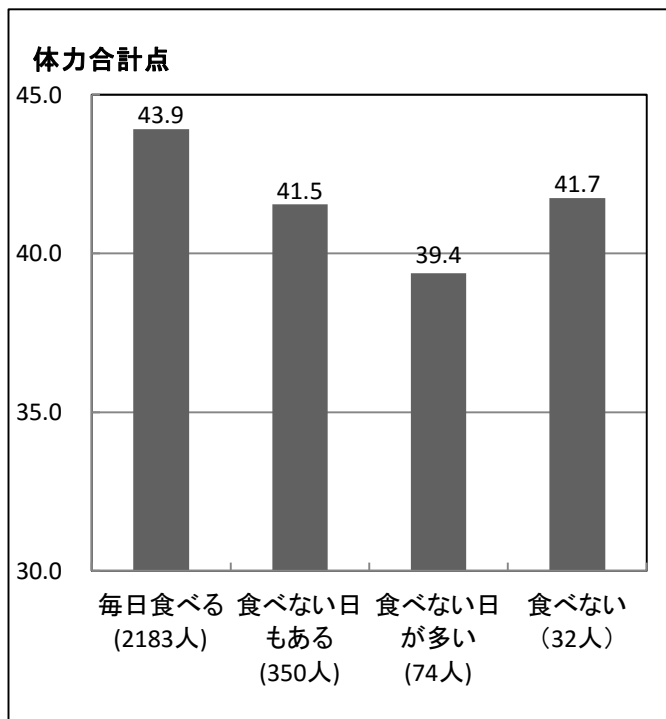
(4)－1(中2男子:朝食摂取の有無)



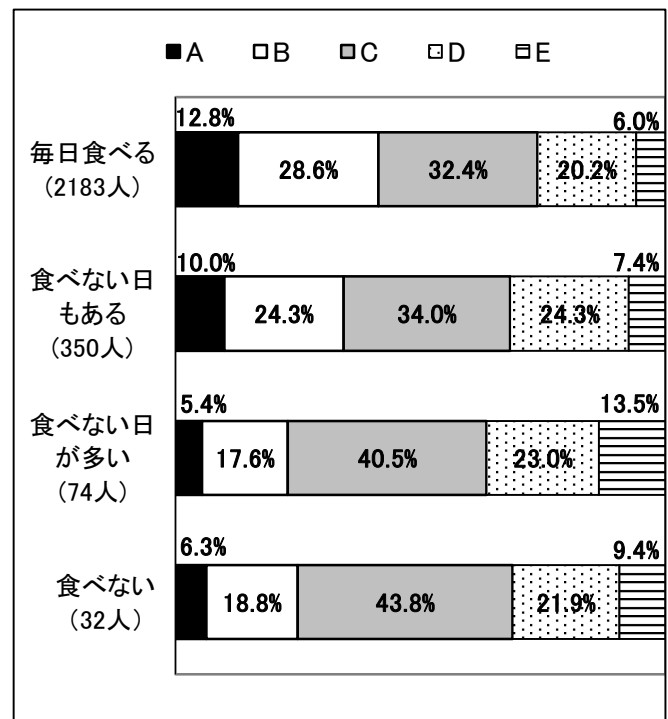
(4)－2(中2女子:朝食摂取の有無)



(4)－3(朝食摂取と体力合計点の関係)



(4)－4(朝食摂取と総合評価の関係)



【結果】

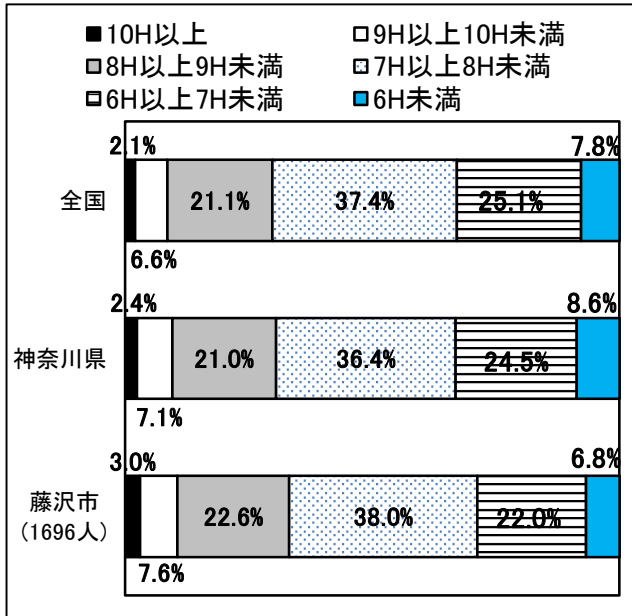
朝食の摂取状況については、「毎日食べる」と回答した生徒は、男子が82.2%、女子が80.1%であり、男女ともに全国・県の割合を上回っています。また、「食べない」と回答した生徒については、男子が1.8%、女子が1.2%であり、男女ともに全国・県の割合を下回っています。

体力合計点については、朝食を毎日摂取している生徒は、それ以外の生徒よりも高い結果となっています。

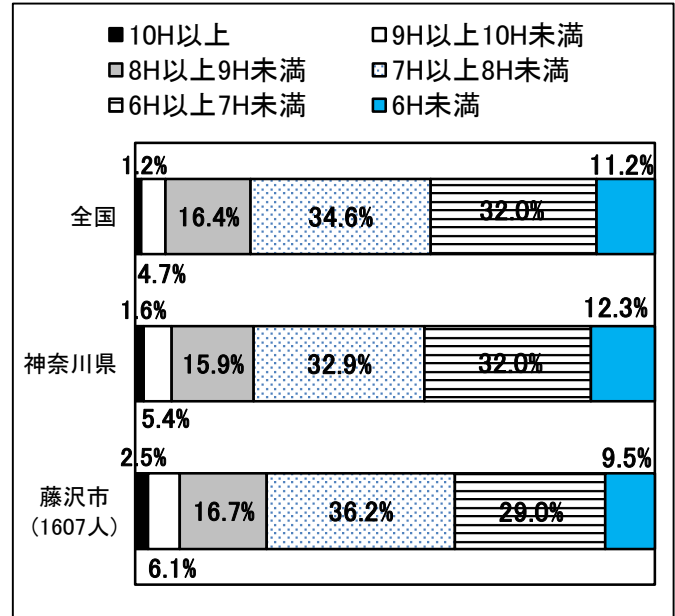
総合評価についても、朝食を「毎日食べる」と回答した生徒の評価A・Bの割合が最も高くなる傾向が見られました。また、「食べない」、「食べない日が多い」と回答した生徒の評価A・Bの割合が低い傾向も見られました。

(5) 睡眠時間と体力

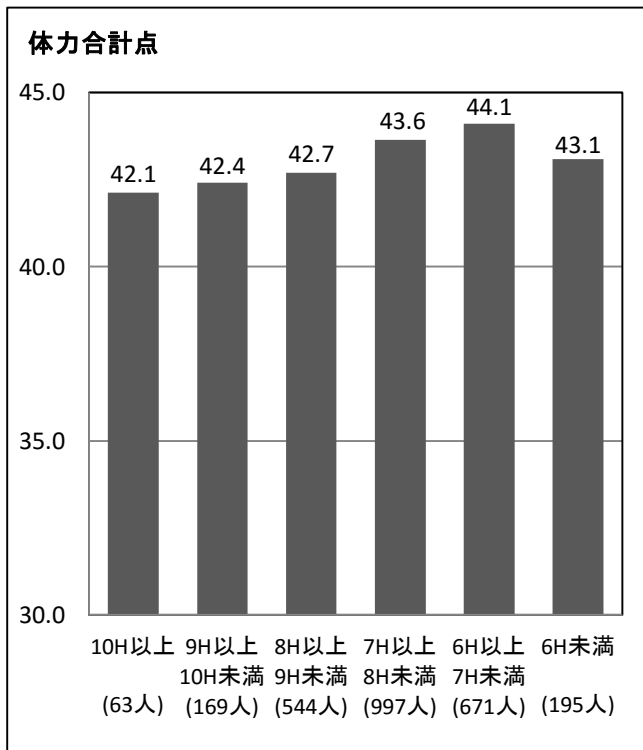
(5)－1(中2男子:1日の睡眠時間)



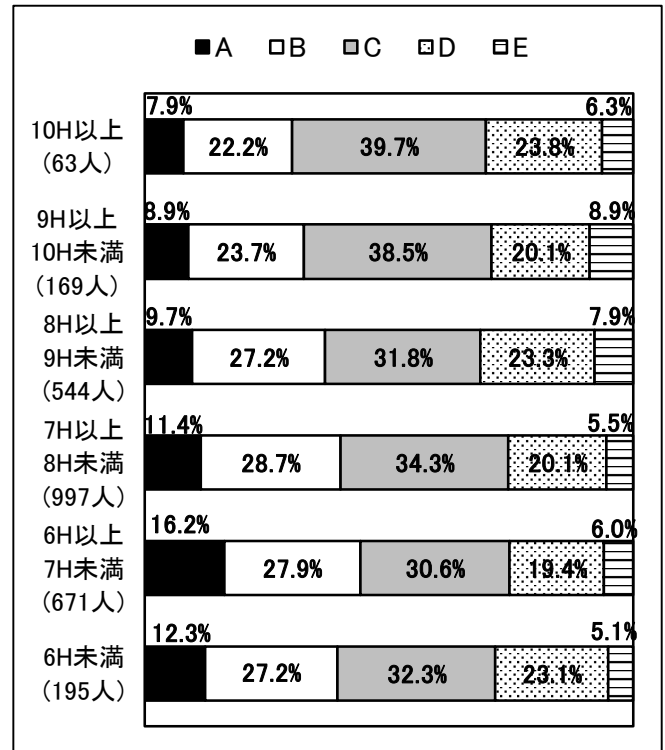
(5)－2(中2女子:1日の睡眠時間)



(5)－3(睡眠時間と体力合計点の関係)



(5)－4(睡眠時間と総合評価の関係)



【結果】

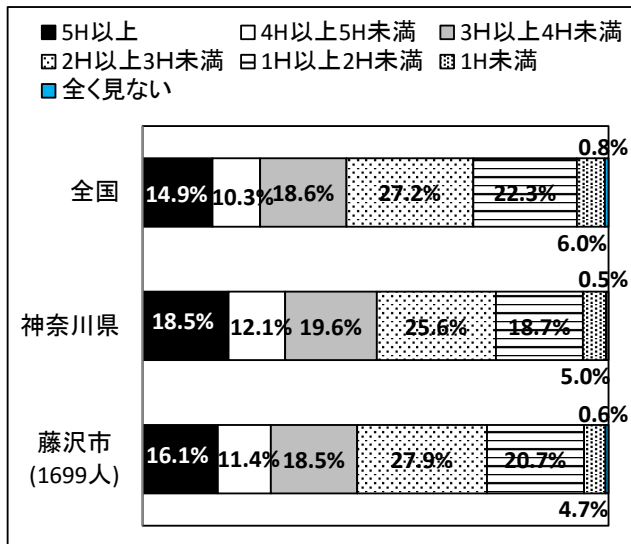
睡眠時間が8時間以上の生徒は、男子が33.2%、女子が25.3%であり、全国・県と比べると睡眠時間は長い傾向にあることがわかります。

睡眠時間と体力の関係について、体力合計点では、「6時間以上7時間未満」・「7時間以上8時間未満」の生徒の得点が高くなっています。一方で、睡眠時間が「6時間未満」の生徒であっても、体力合計点が低いという傾向は見られませんでした。

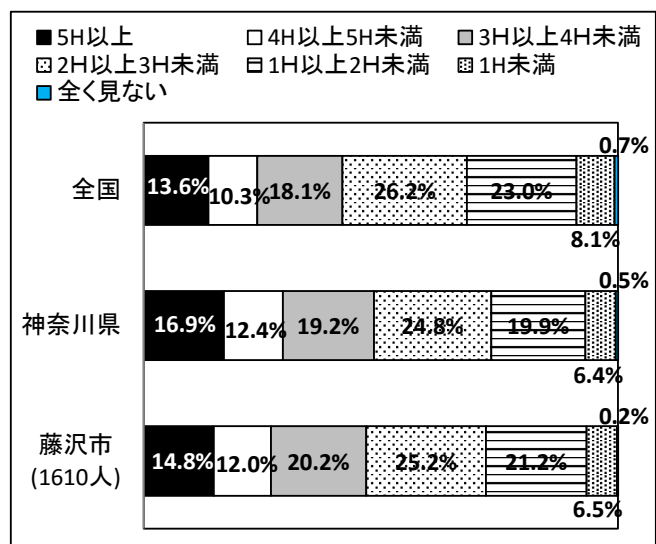
また、総合評価においても、「6時間以上7時間未満」・「7時間以上8時間未満」の生徒が、評価A・Bの合計割合が比較的高い傾向にあります。一方で、睡眠時間が「6時間未満」の生徒であっても、評価A・Bの合計割合が低いという傾向は見られませんでした。

(6) テレビ等(学習以外)の視聴時間と体力

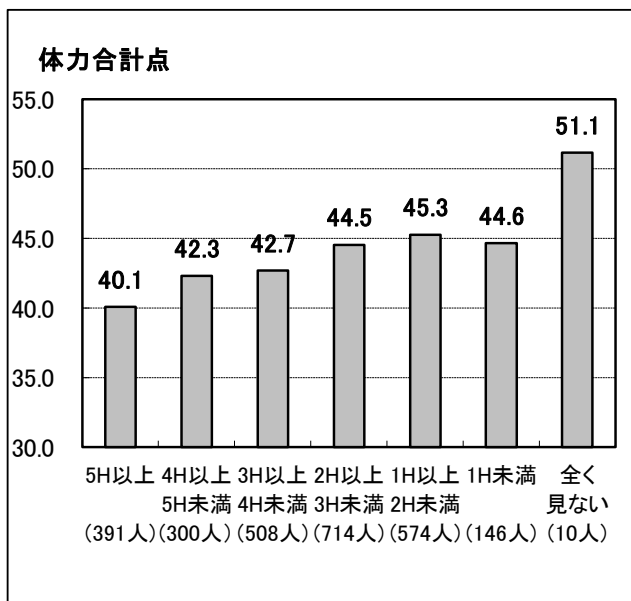
(6)－1(中2男子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



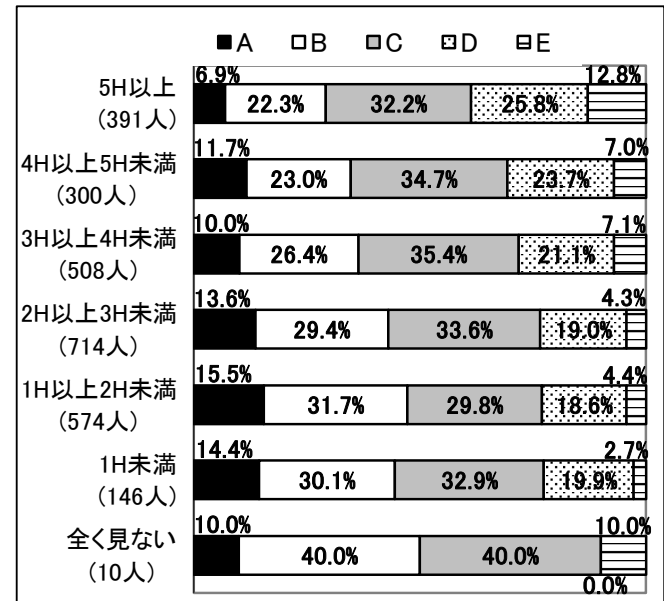
(6)－2(中2女子:テレビ、パソコン等の視聴時間)



(6)－3(テレビ、パソコン等の視聴時間と体力合計点の関係)



(6)－4(テレビ、パソコン等の視聴時間と総合評価の関係)



【結果】

テレビ等の視聴時間は、男女ともに「3時間以上」視聴する生徒の合計割合が全国を上回っています。視聴時間と体力合計点の比較では、「3時間未満」の視聴に該当する生徒は、「3時間以上」の視聴に該当する生徒よりも体力合計点が高いといえます。また、総合評価についても、「3時間未満」の視聴に該当する生徒は、「3時間以上」の視聴に該当する生徒よりも評価A・Bの合計割合が高いといえます。このことから、テレビ等の視聴時間が長い生徒に比べ、視聴時間が短い生徒の方が体力が高い傾向にあることがわかります。

◇調査結果の傾向とまとめ(中学校2年生)

今回の調査結果から、藤沢市の中学校2年生は全国・県に比べ低い水準を示す種目がいくつか見られます。一方で、全国・県に比べ高い水準を示す種目もいくつか見られました。各種目の全国・県との比較から、男女ともに「動きを持続する能力」(持久走)の体力要素が高く、「体の柔らかさ」の体力要素が低い結果となりました。また、体力合計点については、男子が全国・県の平均を下回り、女子は県の平均よりは高いものの、全国の平均を下回っています。これらの課題を改善していくためには、できる限り運動の機会を多く与え、日常化していけるような保健体育学習の展開を工夫していく必要があります。

運動習慣については比較的望ましい傾向が見られますが、令和元年度と比較すると、男女ともに1週間の総運動時間は減少傾向にあります。生活習慣については、「朝食の摂取」、「睡眠時間」では比較的望ましい傾向が見られる一方で、「テレビ等の視聴時間」は全国と比較しても長時間であり、依然として課題となっています。これらのことから、体力向上のためには運動習慣の確立とともに、生活習慣の改善について引き続き指導が必要です。

7. 今後の取組

調査結果から、児童生徒の運動に関する興味・関心を高め、望ましい運動習慣を身につけることによって、生涯にわたって運動に親しみ、健康や体力の向上に取り組む資質を養うためには、引き続き、自ら運動に取り組むことのできる環境を整えるなど、次のような取組が必要であると考えます。

(1) 児童生徒の取組

①体力テストについての興味関心

小中学校においては、「体力テスト指導ポイントカード」を調査前に配付したことで、実施方法についての理解を図ることができました。また、小学校において、「体力テスト記録カード」を配付し、児童の興味・関心を高め、意欲的に体力向上に努める児童の姿を目指していきます。

②児童会活動、生徒会活動の主体的な取組

休み時間において、グラウンドなどの体育施設を開放し、児童生徒が自ら運動に親しむことのできる環境を整えていきます。

また、児童生徒が主となり、学年内や学年の枠を越えた体育的行事（運動会や体育祭とは異なるレクリエーション大会やドッジボール大会など）を企画し、「する」・「みる」・「支える」・「知る」楽しさを味わいながら、運動に関わる姿勢を育んでいきます。

(2) 学校の取組

①体力テスト実施方法の正しい理解

確かな体力テストの実施を促進するため、「体力テスト指導ポイントカード」を各学校に配布し、体力テストの正しい測定方法と児童生徒が十分な力を発揮するための方策について、職員への周知を図ります。

②児童生徒の興味・関心等を高める授業の実践

運動が苦手な児童生徒であっても、運動に親しみやすい種目（インディアカ、フライングディスクなど）を取り入れていきます（授業の導入段階や休み時間の貸し出し活動など）。

また、鬼遊びや伝承遊び、長縄とびなど、仲間と楽しみながら体力を向上させる取組を行います。

③児童生徒の成長段階を踏まえた系統的な授業の実践

小学校6年間の体育領域・保健領域における取り扱い内容について、小学校・中学校で情報共有を行い、体育・保健体育の系統的な指導を実践することで、体力要素で課題となる項目について適切な取組を行うことができる体制を整備します。

また、新型コロナウイルス感染症の動向を注視しつつ、できる限り学びを保障し、授業や教育活動全体を通して、創意工夫をしながら運動やスポーツに親しむことのできる環境を整えていきます。

(3) 教育委員会の取組

- ①神奈川県教育委員会が実施している体力向上支援事業の「体力向上キャラバン隊派遣研修講座（小学校・中学校）」や「みんなで遊ぼう！わくわく先生派遣（小学校）」を活用し、児童生徒の体力向上を図ります。
- ②学校においては、神奈川県教育委員会が実施している「体力向上研修集中講座（小学校・中学校）」など、体育関係の教員向け講習会の情報を周知するとともに、体育の授業や休み時間を通して、体力・運動能力の向上につながる指導と助言を行っていきます。
- ③家庭においては、児童生徒の運動実態や生活実態に応じて、運動を生活に取り入れたり、より望ましい生活習慣を送ることができるよう、「食育だより」をはじめとした啓発資料を配付するなどの働きかけをしていきます。
- ④環境整備については、学校内の運動施設や用具の充実を図り、児童生徒の体力・運動能力向上を目指して環境を整えていきます。
- ⑤情報提供としては、今回の調査資料を学校へ送付するとともに、本市教育委員会ホームページ上に公開していきます。