

# 平成30年度体力・運動能力調査の結果

体力の向上は、学力向上と並ぶ重要な課題です。各学校では、体力向上を図るために、4・5月に調査方法を児童・生徒に十分に指導した後、6月に体力調査を実施し、児童・生徒の実態を把握するとともに、課題を見出して指導に生かしています。

## 小学校の結果

平成30年度の小学校の調査結果は、左の表1のようになりま

表1

小学校男子		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨												
学年	身長(cm)	体重(kg)	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											
1年	116.93	116.20	21.10	20.93	9.05	8.93	11.23	10.93	25.87	27.66	27.00	26.77	17.70	18.62	11.43	11.54	112.51	114.71	7.58	7.95	29.81	30.41
2年	122.92	122.12	23.70	23.51	10.83	10.75	14.22	14.32	27.52	28.81	30.90	30.01	27.59	26.20	10.52	10.59	124.05	126.31	11.04	11.47	37.43	37.76
3年	128.60	127.80	26.44	26.35	12.70	12.29	16.34	16.16	29.69	30.26	34.59	34.77	35.97	37.59	9.99	10.11	134.69	136.00	14.66	15.16	43.61	43.84
4年	133.98	132.69	30.00	29.34	14.61	14.13	18.53	18.62	31.39	33.19	38.66	36.97	44.35	47.82	9.55	9.50	143.77	148.43	18.15	19.52	49.48	50.38
5年	139.25	138.66	33.34	33.07	16.61	15.92	20.15	20.24	33.57	34.20	42.16	41.50	51.31	52.92	9.23	9.24	152.44	156.05	21.44	21.93	54.56	54.73
6年	145.45	145.22	37.82	37.78	19.38	18.75	22.14	22.02	35.76	35.71	45.44	44.95	58.99	61.67	8.83	8.88	163.69	165.69	25.03	26.31	60.31	60.25

小学校女子		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨												
学年	身長(cm)	体重(kg)	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											
1年	115.95	115.25	20.66	20.61	8.45	8.32	10.87	10.59	28.47	29.96	25.94	25.80	14.47	14.27	11.79	11.75	104.69	107.31	5.20	5.53	29.70	30.38
2年	121.89	120.99	23.23	23.17	10.17	10.14	13.65	13.76	30.79	32.51	29.61	29.21	20.88	20.18	10.89	10.90	115.89	117.61	6.98	7.54	37.53	38.02
3年	127.63	126.87	26.01	25.76	11.88	11.73	15.73	15.92	33.28	34.57	32.77	32.95	26.64	27.46	10.34	10.44	126.65	127.98	8.92	9.72	43.98	44.87
4年	133.61	133.05	29.34	29.09	13.75	13.53	17.92	17.95	35.55	36.23	37.03	35.95	33.62	36.12	9.88	9.84	136.53	141.25	10.92	12.43	50.40	51.52
5年	140.34	139.15	33.54	33.10	16.22	15.44	19.38	19.51	38.19	37.38	40.50	40.65	40.36	42.73	9.49	9.41	145.99	149.89	12.95	14.10	56.22	56.93
6年	147.03	146.92	38.36	38.73	19.17	18.64	20.77	19.82	41.21	40.07	43.28	43.25	46.43	47.08	9.11	9.15	155.57	159.45	14.75	16.09	61.68	61.53

グラフ1：東京都の平均を100とした場合のあきる野市小学校児童の体力・運動能力の状況

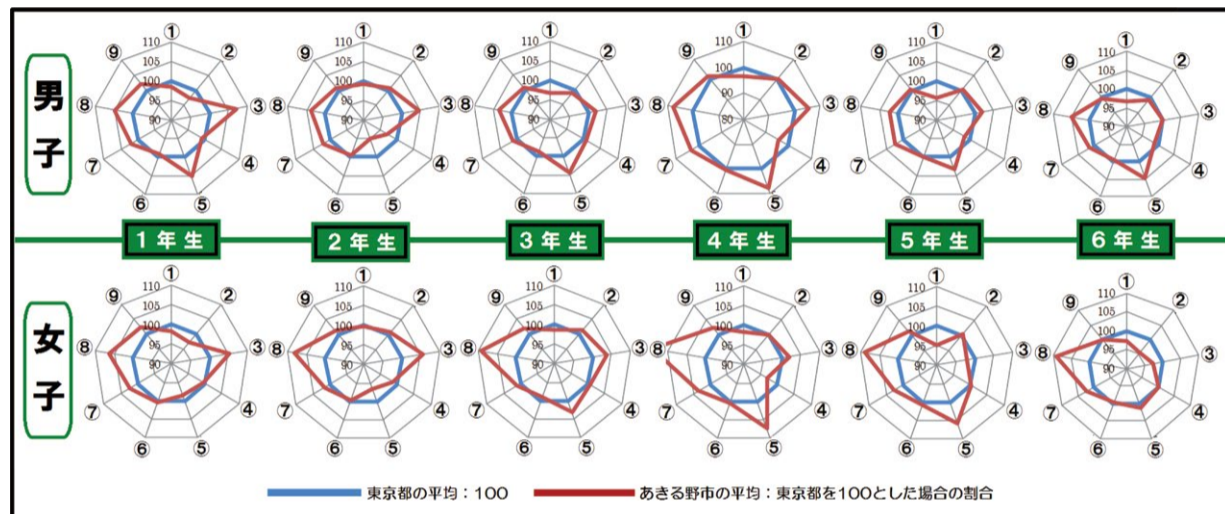


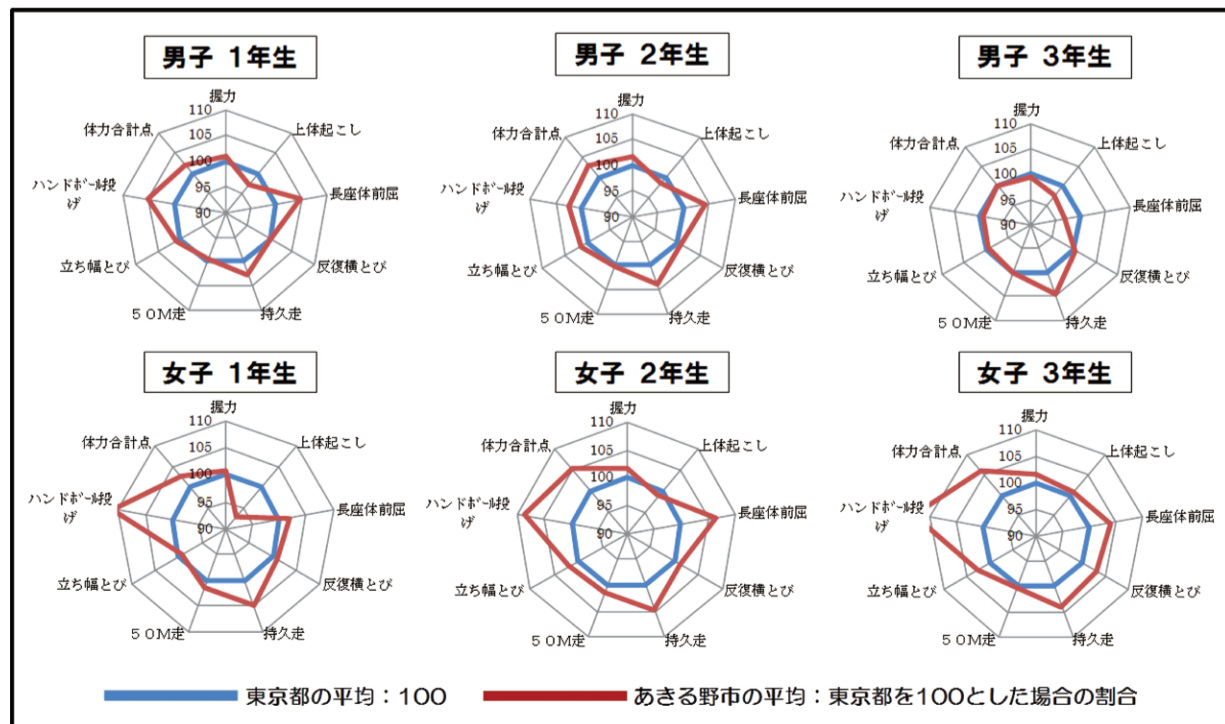
表2

中学校男子		身長(cm)	体重(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	50M走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点										
1年	153.16	152.00	43.18	42.85	23.41	23.63	24.28	23.58	38.61	40.51	49.34	49.36	427.90	416.84	8.56	8.60	178.76	180.62	17.60	18.50	33.14	33.78
2年	160.59	159.67	48.20	47.87	28.64	29.09	27.35	26.96	42.09	43.93	52.43	52.78	386.81	371.79	7.93	7.90	195.44	198.35	20.39	20.90	41.26	42.54
3年	166.09	164.70	53.19	52.18	33.60	33.38	29.71	28.96	46.01	44.61	55.15	55.36	375.66	359.20	7.54	7.55	209.61	208.50	23.03	22.89	48.19	48.23

中学校女子		身長(cm)	体重(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	50M走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点										
1年	152.36	151.34	43.01	42.98	21.55	21.67	21.97	20.47	43.09	43.91	46.15	46.61	302.67	288.09	9.03	8.91	165.31	164.36	11.22	12.48	44.60	45.79
2年	155.41	154.42	46.50	45.84	23.55	23.91	24.26	24.00	45.23	48.16	47.42	48.01	286.07	272.63	8.75	8.63	169.81	173.39	12.60	13.68	49.60	52.25
3年	157.03	155.95	49.08	49.19	24.82	25.23	25.30	25.52	47.03	48.97	48.04	49.53	288.40	276.94	8.69	8.66	171.55	175.98	13.47	15.22	51.77	54.91

グラフ2：東京都の平均を100とした場合のあきる野市中学校生徒の体力・運動能力の状況



した。赤字で記されたあきる野市の平均は東京都の平均よりも劣位なもの、青字で記載されたものは、東京都よりも優位なものです。

あきる野市の児童は、身長や体重から見る限り小柄ですが、体力合計点を見ると小学校第6学年が男女とも東京都を下回るものの、全体的には、東京都の中では体力・運動能力が高いといえます。

左のグラフ1は、東京都の平均を100(青の線)とした場合の、あきる野市の平均(赤の線)を表したものです。全学年で立ち幅とび(跳躍力)に優位性が見られます。学年ごとに特徴はありますが、長座体前屈(柔軟性)や投げの力(投力)にも優位性が見られます。握力に代表される筋力や反復横とび、50M走といった俊敏性は苦手なようです。

## 中学校の結果

平成30年度の中学校の調査結果は、左の表2のようになりました。あきる野市の中学生は、東京都と比較して身長が低い傾向にあります。体重も、3年生の女子以外は東京都の平均を下回っており、男女とも小学校同様の特徴があるといえます。また、体力合計点を見ると、全学年男女とも東京都を上回っており、東京都の中では体力・運動能力が高いといえます。

左下のグラフ2は、小学校同様、東京都の平均を100(青の線)とした場合の、あきる野市の平均(赤の線)を表したものです。あきる野市の生徒は、東京都と比較して長座体前屈(柔軟性)、反復横とび(瞬発力)、ハンドボール投げ(投力)、持久走(持久力)などに優位性が見られます。特に女子の体力は東京都の

## 結果を受けて

小学校と同様に筋力は低いようです。握力については、東京都の平均と比較して優位性が見られるものの、上体起こしでは劣位であり筋力が弱いことが分かっています。

教育広報「あきる野の教育」第1号「平成30年度全国学力・学習状況調査の結果に記載したとおり、本市の児童・生徒は、

友達と遊んだり、スポーツ系の習い事や運動部活動に入ったりして日常的に体を動かす機会をつくっている児童・生徒が多いことが、良い結果につながっていると考えられます。握力は中学校においては良い結果を出せましたが、小・中学校男女ともに筋力は比較的低い傾向にあります。

普段の生活の中で、自然に体力向上するように工夫していくことが重要であるとと考えています。