



かめやま教育通信

第13回



亀山市の子どもたちの体力は今…

～平成29年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から～



国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析するために、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を実施。亀山市でも小学5年生～中学2年生を対象に調査が行われ、結果が公表されましたのでお知らせします。

調査種目	小学5年生(男子)			小学5年生(女子)			調査種目	中学2年生(男子)			中学2年生(女子)		
	全国	三重県	亀山市	全国	三重県	亀山市		全国	三重県	亀山市	全国	三重県	亀山市
握力 (kg)	16.51	16.63	17.42	16.12	16.27	17.00	握力 (kg)	28.89	28.60	28.94	23.82	23.70	24.54
上体起こし (回)	19.92	19.11	19.26	18.81	18.19	18.47	上体起こし (回)	27.45	26.96	27.71	23.73	23.43	24.75
長座体前屈 (cm)	33.15	32.85	31.28	37.43	37.03	35.84	長座体前屈 (cm)	43.20	43.06	40.01	45.86	46.14	43.02
反復横とび (点)	41.95	42.58	42.62	40.06	40.61	41.31	反復横とび (点)	51.89	52.37	52.20	46.76	47.38	47.60
20m シャトルラン (回)	52.24	52.01	55.04	41.62	40.90	47.13	20m シャトルラン (回)	85.99	85.34	83.49	59.14	58.83	63.80
50m 走 (秒)	9.37	9.42	9.39	9.60	9.65	9.61	50m 走 (秒)	7.99	8.04	7.92	8.80	8.87	8.79
立ち幅とび (cm)	151.71	150.50	151.59	145.47	144.80	149.30	立ち幅とび (cm)	194.54	193.77	190.54	168.57	169.17	163.47
ソフトボール投げ (m)	22.53	22.49	21.89	13.94	14.20	15.25	ハンドボール投げ (m)	20.56	20.66	20.58	12.96	13.31	14.47
体力合計点 (点)	54.16	53.76	53.93	55.72	55.46	56.91	体力合計点 (点)	42.11	41.88	41.73	49.97	50.25	51.52

※体力合計点…8種目の体力テスト成績を1点～10点に得点化して総和した体力テスト合計得点

亀山市の子どもたちは…

【総評】 ほぼすべての種目で、全国・三重県平均と同程度または上回っている結果でした。

【良いと思われる点】 小学生男女の握力、小学生女子のシャトルランとソフトボール投げ、中学生女子のシャトルランとハンドボール投げが、全国・三重県平均と比較して特に高い数値となっています。

【課題と思われる点】 小・中学生ともに、長座体前屈が、全国・三重県の平均値を下回っており、柔軟性に課題が見られます。

【実技以外に行われた質問紙調査の結果では（一部抜粋）】

- 小学生で男女ともに、「小学校入学前は体を動かす遊びが好きだった」と回答した割合が全国・三重県平均を上回っていました。
- 小・中学生ともに「運動が好き」と答えた割合はおおむね高く、また体育の授業が「楽しい」と感じている児童生徒も多い結果となっています。

<今後に向けて>

就学前から子どもたちの「体を動かしたい」という意欲をさらに高めていくことや、児童生徒が体育の授業を「楽しい」と感じられるよう改善に取り組むことで、体力向上につなげていきます。



日常的に運動に取り組み、より良い生活習慣を！

- 体力・運動能力は子どもの時期に大きく発達し、大人の時期から徐々に低下していくと言われます。子どもの時期に、運動習慣や良い生活習慣を身に付け、体力・運動能力を高めておくことが、生涯の体力・運動能力を保つことにつながります。
- 運動を習慣化するには、「運動の楽しさや喜びを感じる」ことが大切です。楽しさを味わうことで「運動が好き」になり、結果として「体力が向上」という循環が生まれます。
- 定期的に運動を、そして、「食事」「睡眠」を適度に取り入れた規則正しい生活が「心と体の健康」の基本になります。ぜひ心掛けて、健康的な毎日を送りましょう。



問合せ先

教育委員会学校教育課
(☎84-5077)