

「平成24年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の概要について

スポーツ課

I 調査の概要

1 調査主体

文部科学省

2 調査目的

子どもの体力が低下している状況に鑑み、全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

3 調査期間

平成24年4月から7月末までの期間

4 対象学年

小学校第5学年、中学校第2学年（文部科学省の抽出）

5 全国の調査校数（国立、公立、政令市立、私立）

	学校総数	参加学校数	抽出率
小学校	22,519校	4,237校	18.8%
中学校	11,807校	2,176校	18.4%

※学校総数は平成24年度学校基本調査による（特別支援学校を含む）

6 本県の調査校数（公立）

	学校総数	参加学校数（抽出率）	参加児童生徒数		
			男子	女子	合計
公立小学校	393校	63校（16.0%）	1,571人	1,564人	3,135人
公立中学校	204校	33校（16.1%）	1,617人	1,507人	3,124人

※学校総数は平成24年度学校基本調査による（特別支援学校を含む）

※公立中学校の参加学校数には、特別支援学校中学部1校を含む

7 調査内容

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査

- [小学校8種目] 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、
20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ
[中学校8種目] 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、
持久走（男子1500m、女子1000m）または20mシャトルラン、
50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

(2) 学校に対する質問紙調査

子どもの体力向上に係る取組等に関する質問紙調査

8 公表

平成25年3月22日（金）

II 本県の調査結果

1 実技に関する調査の結果

- 平成 24 年度の体力合計点を全国平均と比べると、小学校男女、中学校男子は、ほとんど差は見られないが、中学校女子は 2.39 点下回っている。〈表 1〉
- 前回調査 (H22) の体力合計点と比較すると、小学校女子と中学校男子はプラスに、小学校男子と中学校女子はマイナスとなった。特に、中学校女子は全国との差が拡大した。〈表 1〉
- 体力合計点の全国順位は、小学校女子が 10 位上がり、中学校女子は 6 位下がった。小学校男子、中学校男子はほとんど変化がなかった。〈表 2〉

2 児童生徒質問紙調査の結果

- 中学生女子は、全国平均と比べて「運動・スポーツの実施回数」、「一日のスポーツ実施時間」が少なく、また、「運動部に所属している生徒の割合」も低い。(Ⅲ-2-(1)ア~ウ)
- 本県の児童生徒の生活習慣については、全国と比べて「朝食の摂取」・「睡眠時間」・「テレビの視聴時間」など基本的な生活習慣を身につけている児童生徒が多い。(Ⅲ-2-(2)ア~ウ)

3 学校質問紙調査の結果

- 学校における体育の授業以外での体力向上を継続的に取組んでいる学校は、小学校では 77.7%、中学校では 40.7%であり、前回調査 (H22) からは増加した。(Ⅲ-3-(1)ア)
- 運動の実施時間が少ない児童生徒に対する取組をしている学校の割合は、全国と比べて小学校が 8.8%、中学校が 9.4%低い。(Ⅲ-3-(2)イ)

〔※ 体力合計点とは小学校 8 種目、中学校 8 種目の各種目の記録を 1~10 に点数化し、その合計点を 80 点満点で数値化したもの。〕

<表 1> 長野県と全国との体力合計点の比較

		小5男子	小5女子	中2男子	中2女子
H24	長野県 a	53.65	55.11	42.18	46.23
	全国 b	54.07	54.87	42.11	48.62
	差引 (a-b)	-0.42	+0.24	+0.07	-2.39
H22	長野県 c	54.15	54.04	41.68	46.34
	全国 d	54.36	54.91	41.54	47.99
	差引 (c-d)	-0.21	-0.87	+0.14	-1.65
前回対比	長野県 (a-c)	-0.50	+1.07	+0.50	-0.11
	全国 (b-d)	-0.29	-0.04	+0.57	+0.63

<表 2> 体力合計点による長野県の全国順位

	小5男子	小5女子	中2男子	中2女子
長野県 (H24)	29位	23位	22位	44位
長野県 (H22)	28位	33位	25位	38位

Ⅲ 調査結果の概要

1 実技に関する調査の結果

(1) 小学校

ア 種目別得点

調査項目	男子			女子		
	長野県	全国	差	長野県	全国	差
握力(kg)	17.19	16.70	0.49	16.82	16.23	0.59
上体起こし(回)	18.85	19.44	-0.59	17.20	17.92	-0.72
長座体前屈(cm)	32.39	32.60	-0.21	36.71	36.68	0.03
反復横跳び(点)	41.40	41.58	-0.18	39.59	39.23	0.36
20mシャトルラン(回)	50.90	51.58	-0.68	39.90	39.89	0.01
50m走(秒)	9.50	9.37	-0.13	9.75	9.64	-0.11
立ち幅とび(cm)	153.54	152.31	1.23	147.70	144.84	2.86
ソフトボール投げ(m)	23.92	23.80	0.12	14.51	14.25	0.26
体力合計点	53.65	54.07	-0.42	55.11	54.85	0.26

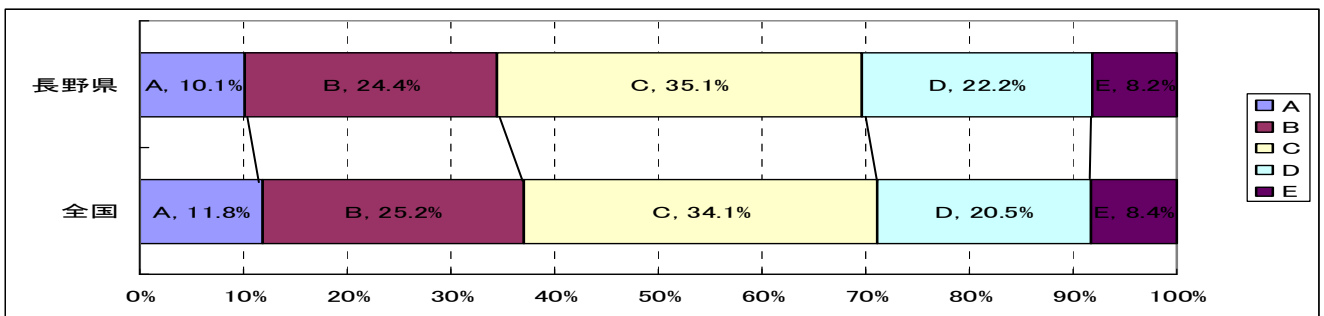
※ 表中の体力合計点は公立学校の調査結果。網掛けは全国平均と同じ、もしくは上回ったもの

イ 総合評価

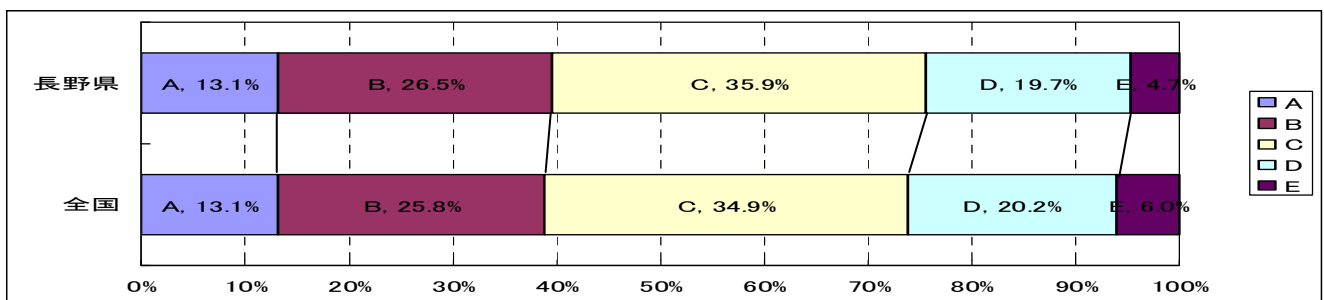
〔※ 総合評価は体力合計点を得点により5段階に区分
(A:高い、B:やや高い、C:ふつう、D:やや低い、E:低い)〕

区分	男子					女子				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
長野県	10.1%	24.4%	35.1%	22.2%	8.2%	13.1%	26.5%	35.9%	19.7%	4.7%
全国	11.8%	25.2%	34.1%	20.5%	8.4%	13.1%	25.8%	34.9%	20.2%	6.0%

総合評価 (男子)



総合評価 (女子)



(2) 中学校

ア 種目別得点

調査項目	男子			女子		
	長野県	全国	差	長野県	全国	差
握力(kg)	29.56	29.65	-0.09	23.69	23.98	-0.29
上体起こし(回)	26.80	27.58	-0.78	21.35	22.84	-1.49
長座体前屈(cm)	43.69	43.27	0.42	45.30	45.00	0.30
反復横跳び(点)	49.76	51.55	-1.79	42.95	45.46	-2.51
持久走(秒)	394.95	391.04	-3.91	304.03	292.23	-11.80
20mシャトルラン(回)	85.83	86.24	-0.41	53.63	57.87	-4.24
50m走(秒)	8.02	8.01	-0.01	9.01	8.87	-0.14
立ち幅とび(cm)	196.51	195.37	1.14	164.63	167.13	-2.50
ハンドボール投げ(m)	22.19	21.23	0.96	12.88	13.12	-0.24
体力合計点	42.18	42.32	-0.14	46.23	48.72	-2.49

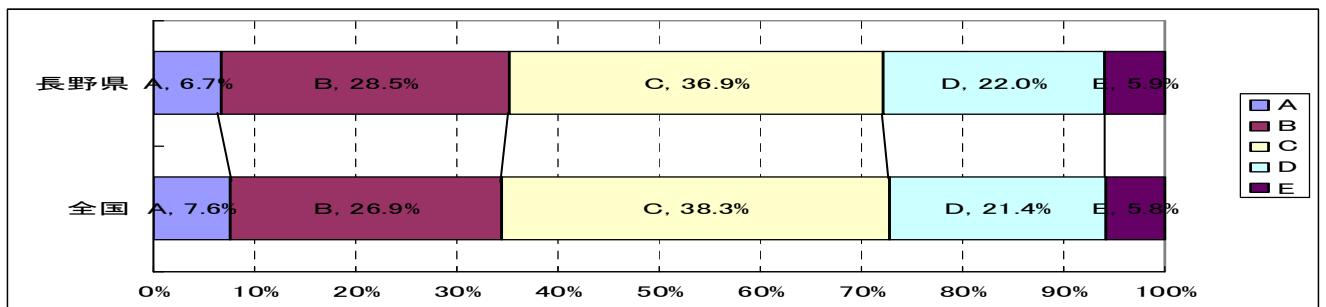
※ 表中の体力合計点は公立学校の調査結果。網掛けは全国平均と同じ、もしくは上回ったもの

イ 総合評価

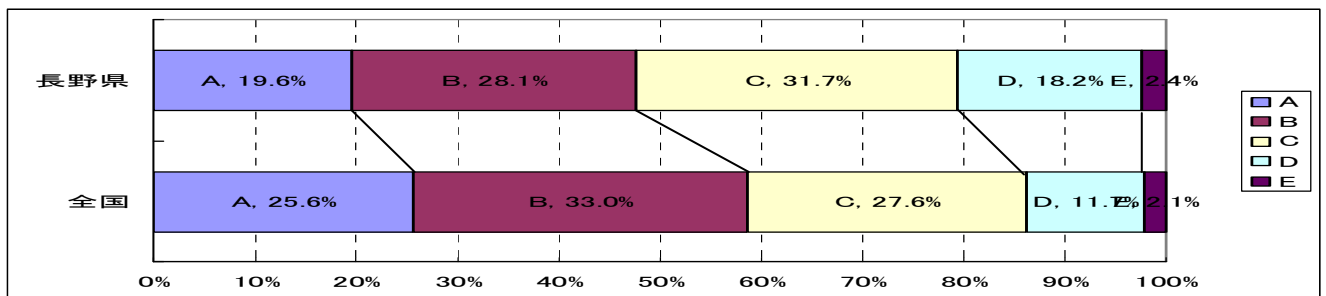
〔※ 総合評価は体力合計点を得点により5段階に区分
(A:高い、B:やや高い、C:ふつう、D:やや低い、E:低い)〕

区分	男子					女子				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
長野県	6.7%	28.5%	36.9%	22.0%	5.9%	19.6%	28.1%	31.7%	18.2%	2.4%
全国	7.6%	26.9%	38.3%	21.4%	5.8%	25.6%	33.0%	27.6%	11.7%	2.1%

総合評価 (男子)



総合評価 (女子)



ア 握力、立ち幅とび、ボール投げは、小学校男女、中学校男子が全国平均を上回った。上体起こしは、小学校男女、中学校男女とも、全国平均を下回り、反復横とびは中学校男女で下回った。
イ 総合評価を全国平均と比べると、小学校男女、中学校男子では全国と大きな差はないが、中学校女子はA・B評価の割合が低く、D・E評価の割合が高い。

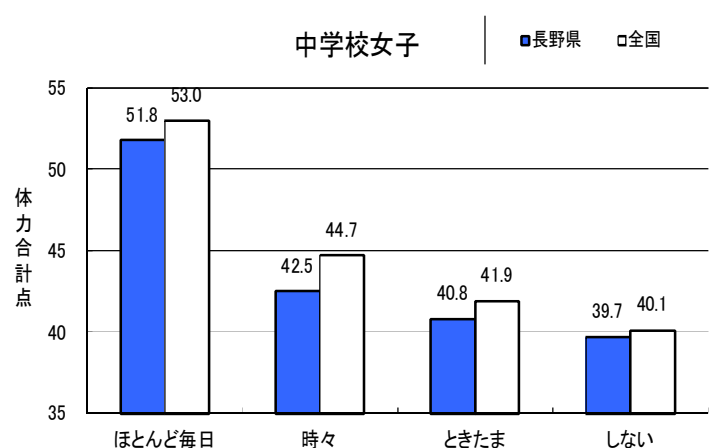
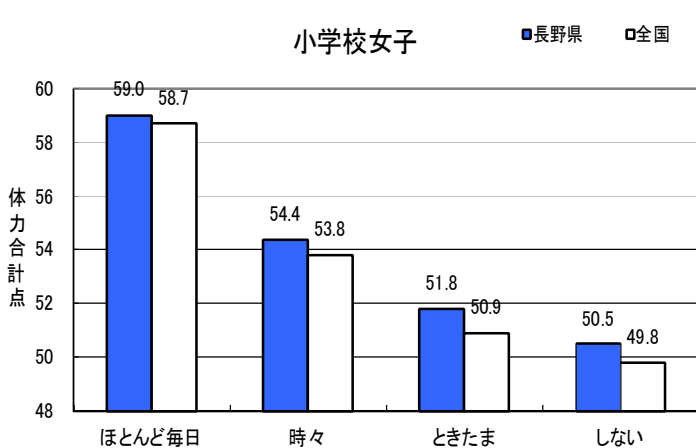
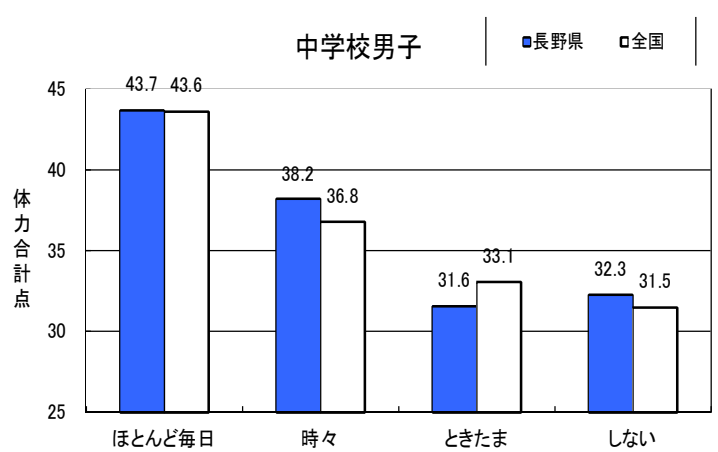
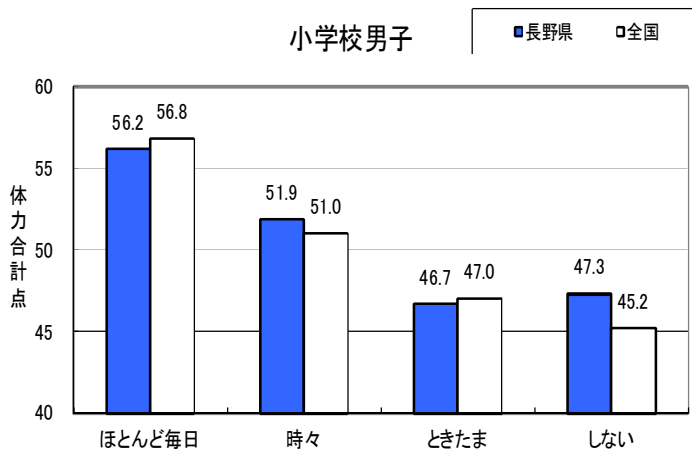
2 児童生徒質問紙調査（運動習慣、生活習慣について）

（1）運動習慣の状況

ア 運動・スポーツの実施状況

		1. 殆ど毎日 (週3日以上)	2. 時々(週に 1~2日)	3. ときたま(月 に1~3日)	4. しない
小学校男子	長野県	52.6%	37.5%	5.7%	4.2%
	全国	60.8%	28.3%	6.4%	4.5%
小学校女子	長野県	30.1%	47.3%	15.0%	7.6%
	全国	35.5%	42.8%	13.4%	8.3%
		1. 殆ど毎日 (週3日以上)	2. 時々(週に 1~2日)	3. ときたま(月 に1~3日)	4. しない
中学校男子	長野県	81.5%	8.6%	3.6%	6.3%
	全国	84.5%	6.8%	3.8%	4.8%
中学校女子	長野県	49.9%	12.5%	15.0%	22.6%
	全国	60.6%	10.6%	11.9%	16.9%

◆運動・スポーツの実施状況と体力合計点の関連



ア 運動・スポーツを「ほとんど毎日」実施していると回答した割合は、小学校男女、中学校男女ともに全国平均より低い。特に、中学校女子は「しない」と回答した割合が全国平均より高い。

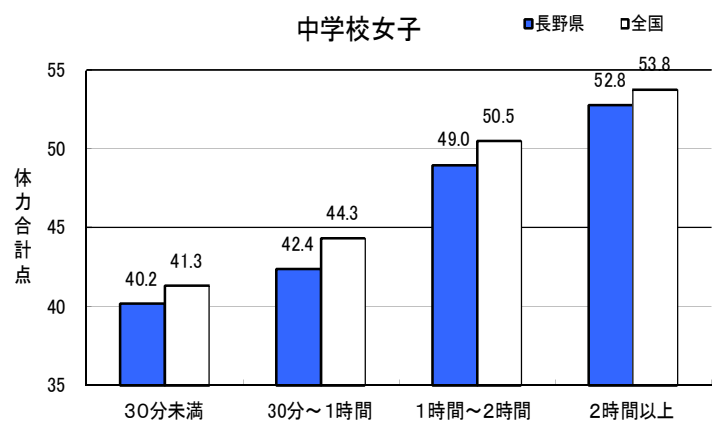
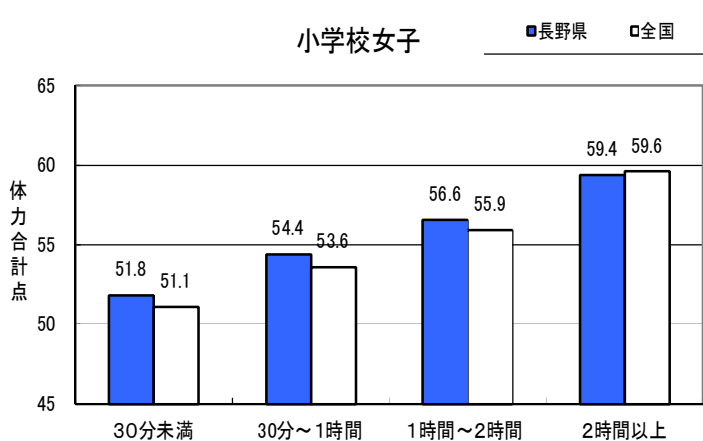
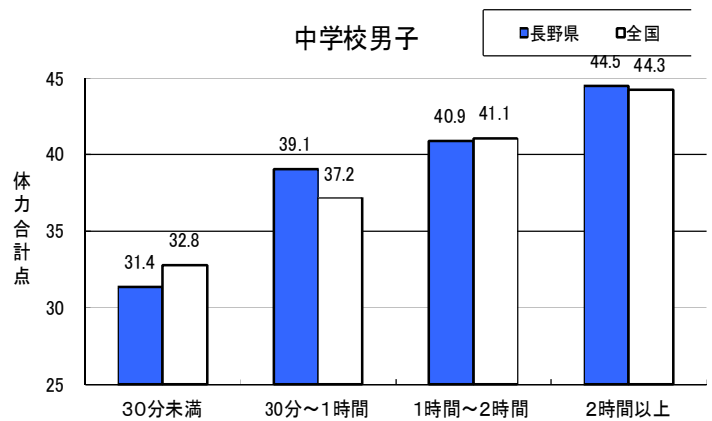
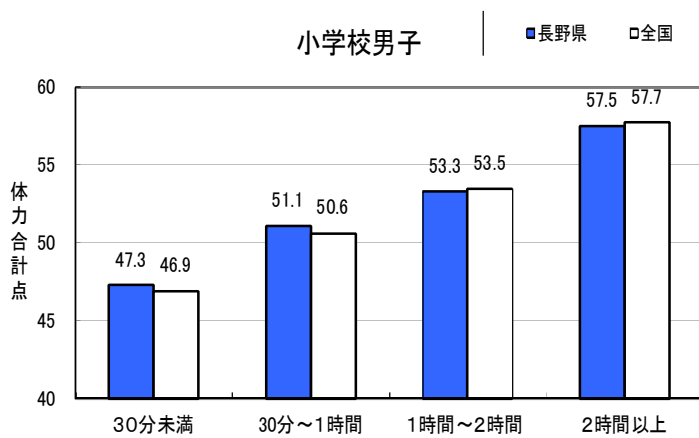
イ 運動・スポーツの実施率が高いほど、体力合計点が高くなる傾向がみられる。

イ 1日のスポーツ実施時間

		1. 30分未満	2. 30分～1時間	3. 1時間～2時間	4. 2時間以上
小学校男子	長野県	14.7%	19.8%	25.9%	39.6%
	全国	11.9%	17.3%	26.2%	44.6%
小学校女子	長野県	28.8%	28.6%	23.4%	19.1%
	全国	24.6%	27.6%	25.5%	22.4%

		1. 30分未満	2. 30分～1時間	3. 1時間～2時間	4. 2時間以上
中学校男子	長野県	10.4%	6.9%	20.7%	62.0%
	全国	8.7%	5.7%	20.6%	65.0%
中学校女子	長野県	37.8%	12.1%	14.3%	35.8%
	全国	29.3%	8.9%	17.0%	44.8%

◆ 1日のスポーツ実施時間と体力合計点との関連



ア 中学校女子は、「1日のスポーツ実施時間」を「30分未満」と回答した生徒と「2時間以上」と回答した生徒の2極化が顕著である。

イ 「1日のスポーツ実施時間」が長いほど体力合計点が高くなる傾向がみられる。

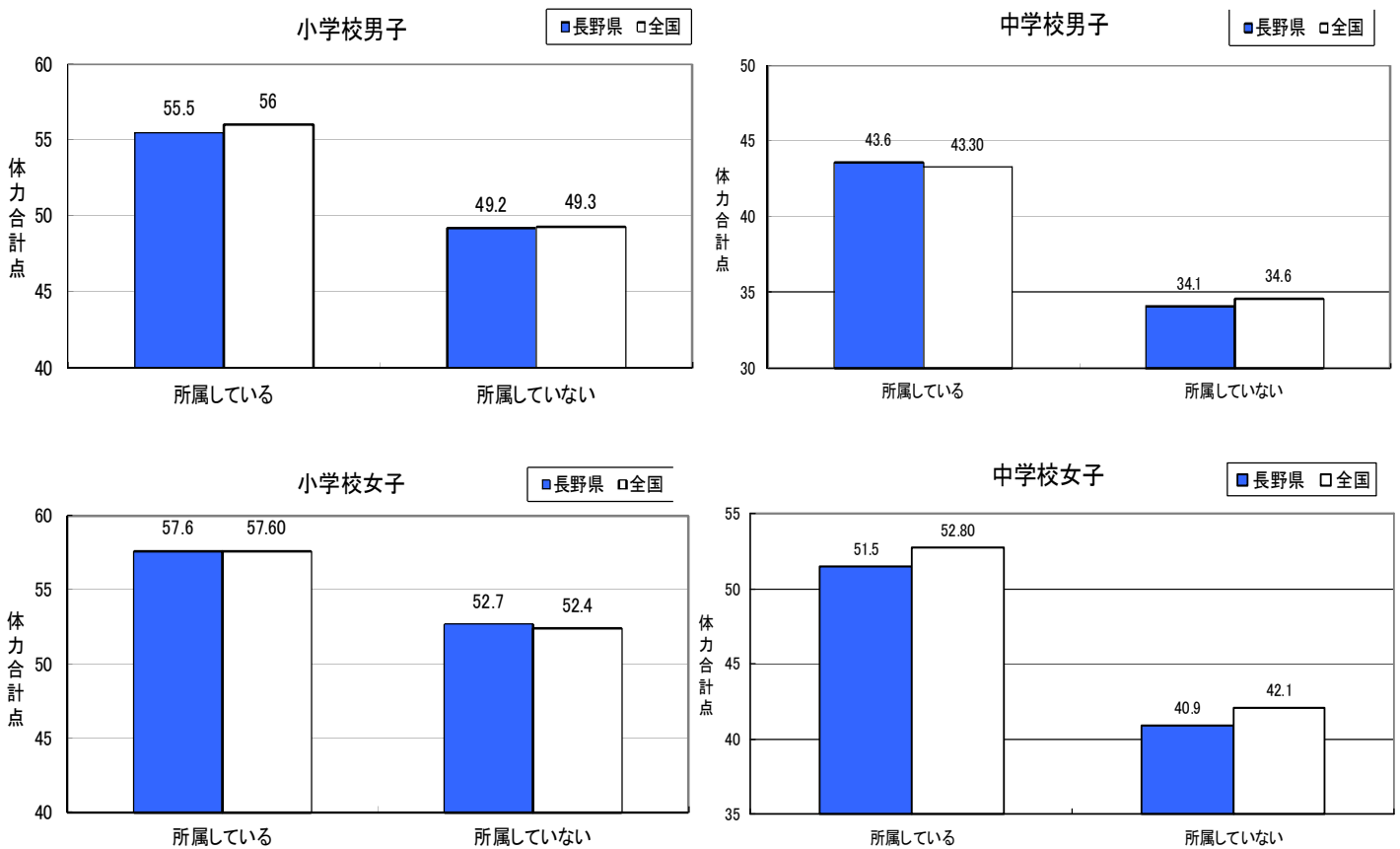
ウ 運動部やスポーツクラブへの所属状況

※小学校はスポーツ少年団等を含む

		1. 所属している	2. していない
小学校男子	長野県	69.4%	30.6%
	全国	71.3%	28.7%
小学校女子	長野県	48.7%	51.3%
	全国	47.4%	52.6%

		1. 所属している	2. していない
中学校男子	長野県	84.0%	16.0%
	全国	85.8%	14.2%
中学校女子	長野県	50.1%	49.9%
	全国	60.6%	39.4%

◆運動部やスポーツクラブへの所属状況と体力合計点の関連

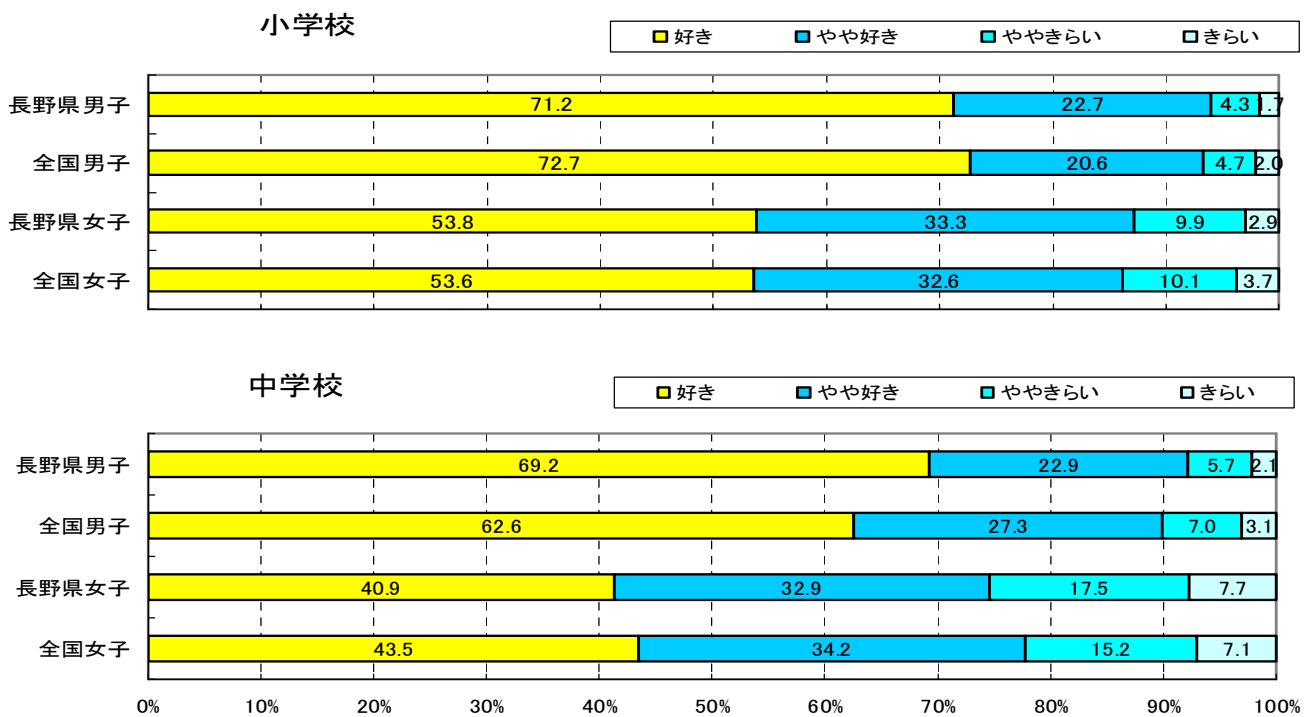


ア 運動部やスポーツクラブへの所属状況は、小学校男女と中学校男子は全国平均とほとんど差がみられなかったが、中学校女子は 10.5% 下回っている。

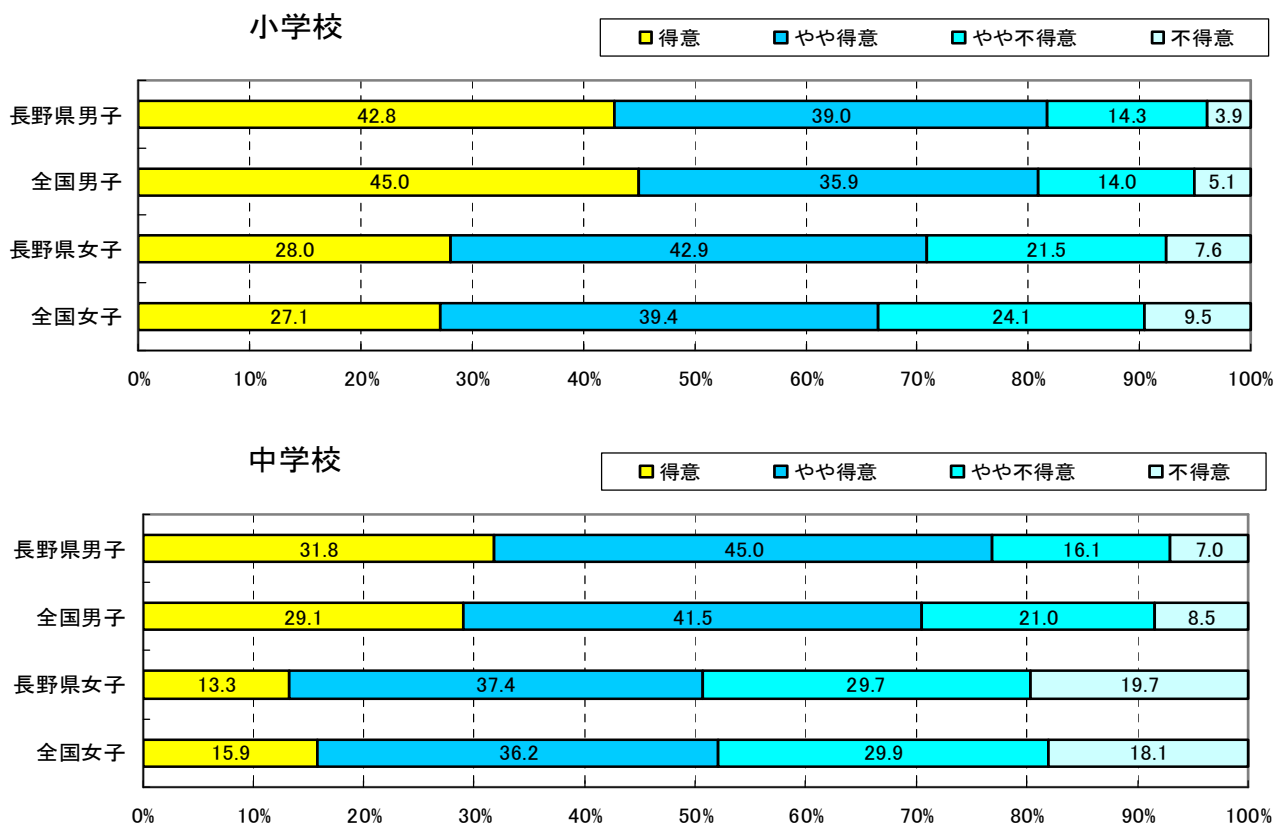
イ 運動部やスポーツクラブへ「所属している」と回答した児童生徒は、「していない」と回答した児童生徒に比べて、体力合計点が高くなる傾向がみられる。

エ 運動やスポーツに関する意識

◆運動やスポーツの好き・きらい

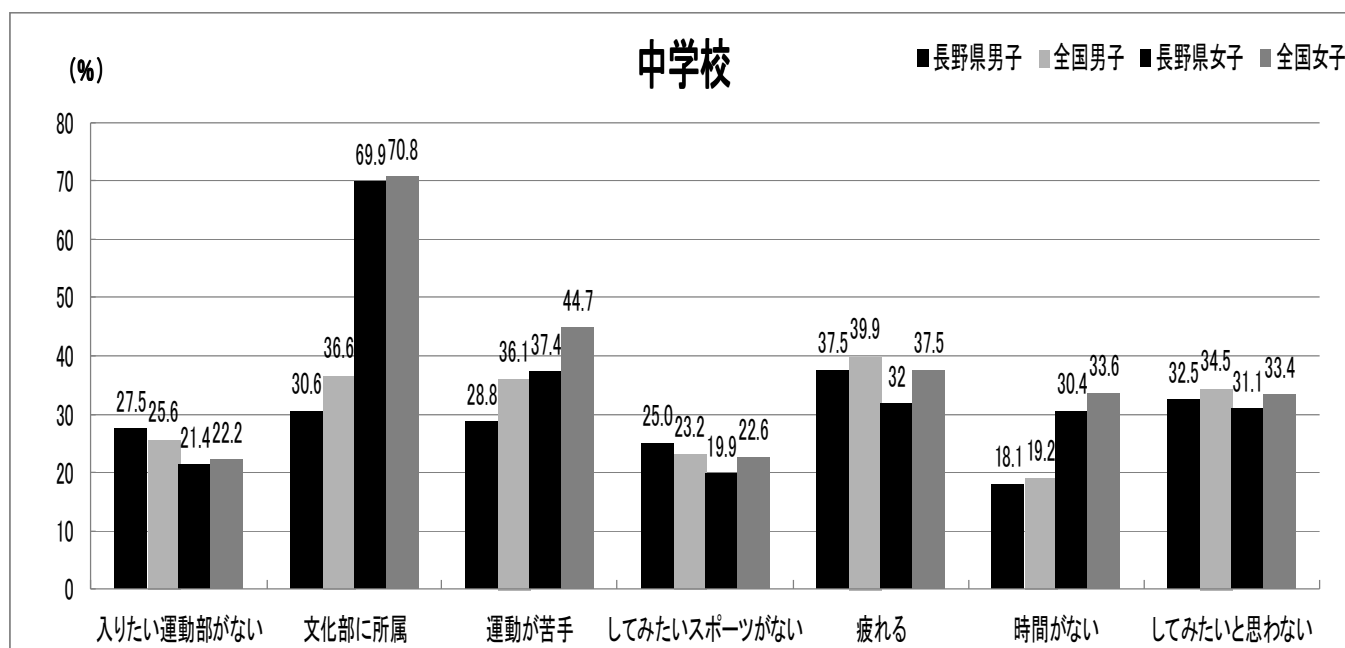
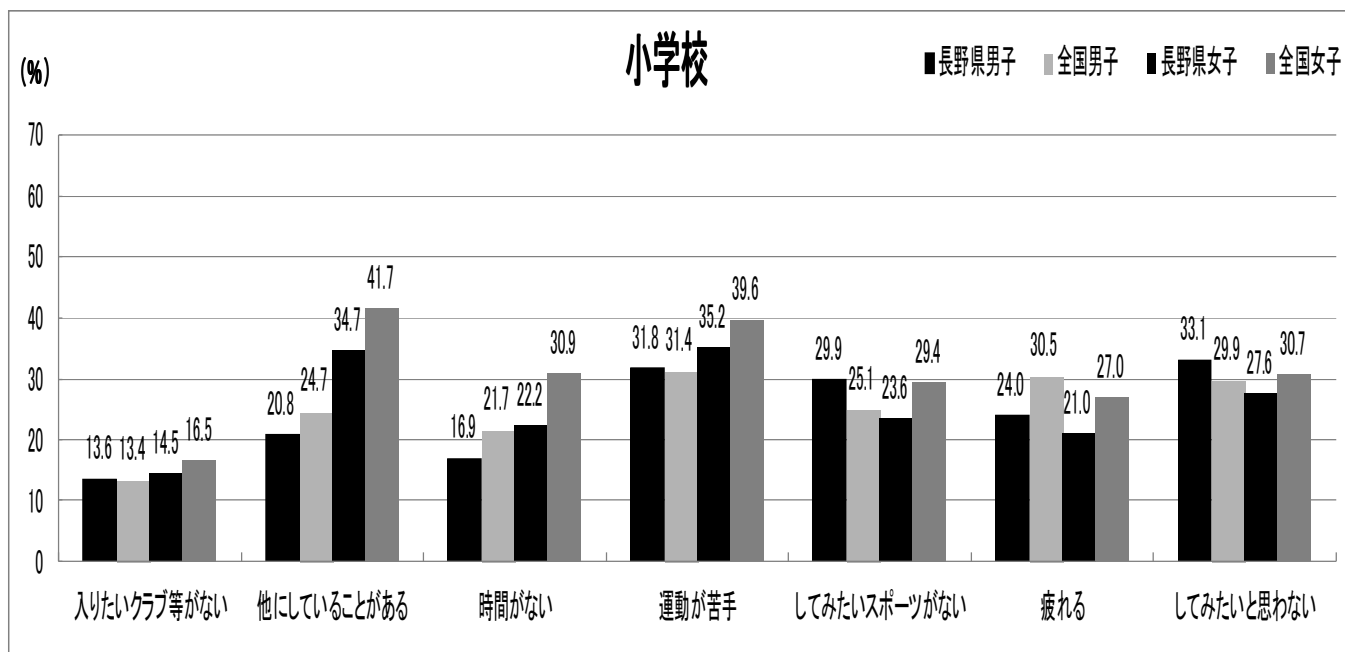


◆運動やスポーツの得意・不得意



◆運動しない理由

※運動スポーツの実施状況で運動やスポーツを「ときたま」又は「しない」と回答した児童生徒の運動しない理由（複数回答）



ア 小学校男女、中学校男女ともに、「運動スポーツの好き・嫌い」、「運動やスポーツの得意・不得意」「運動しない理由」については、全国平均と比べて大きな差はみられない。

イ 中学校女子では「運動しない理由」として、「文化部に所属している」と回答した生徒の割合が全国平均と同様に高い。

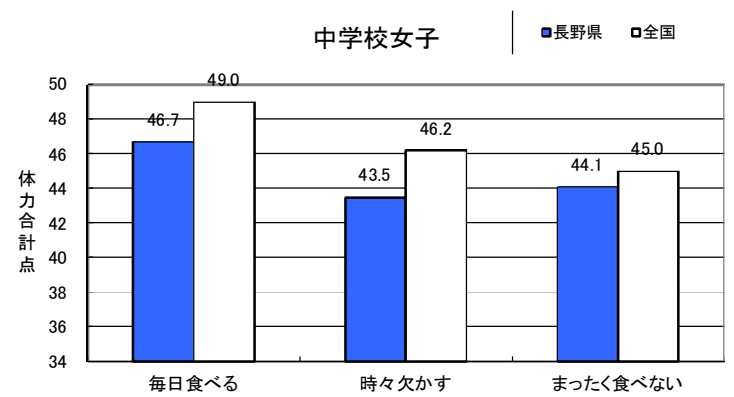
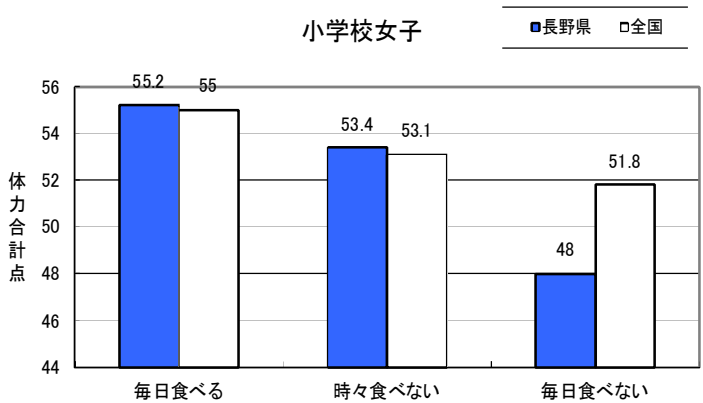
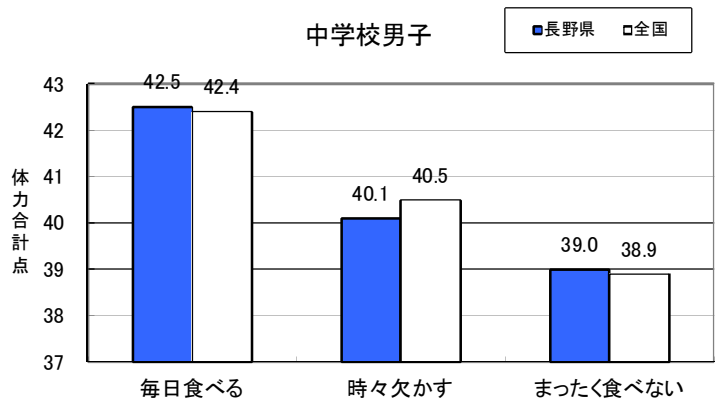
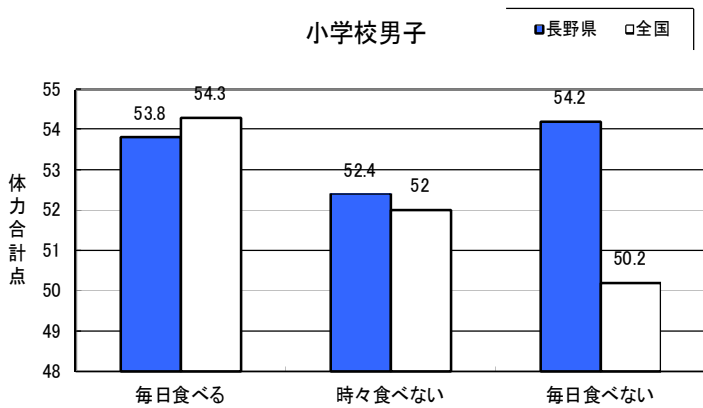
(2) 生活習慣の状況（朝食の摂取・睡眠時間・テレビ視聴時間）

ア 朝食の摂取

		1. 毎日食べる	2. 時々食べない	3. 毎日食べない
小学校男子	長野県	91.7%	7.1%	1.2%
	全国	89.7%	9.5%	0.8%
小学校女子	長野県	93.8%	5.9%	0.3%
	全国	91.4%	8.2%	0.5%

		1. 毎日食べる	2. 時々欠かす	3. まったく食べない
中学校男子	長野県	86.7%	12.0%	1.3%
	全国	85.9%	11.8%	2.3%
中学校女子	長野県	86.7%	11.9%	1.3%
	全国	85.6%	12.7%	1.7%

◆朝食の有無と体力合計点の関連



ア 小学校男女、中学校男女ともに、朝食を「毎日食べる」と回答した児童生徒の割合は、全国平均を上回った。

イ 朝食を「毎日食べる」児童生徒ほど、体力合計点が高くなる傾向がみられる。（小学校男子の「毎日食べない」の体力合計点が高くなっているが、これはサンプル数が極めて少ないことの影響と思われる。）

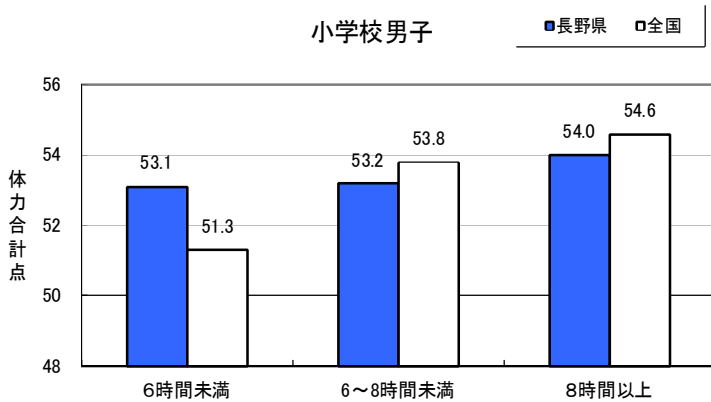
イ 睡眠時間

		1. 6時間未満	2. 6時間～8時間	3. 8時間以上
小学校男子	長野県	5.1%	37.4%	57.5%
	全国	6.1%	39.2%	54.7%
小学校女子	長野県	3.2%	34.6%	62.1%
	全国	3.8%	39.0%	57.3%

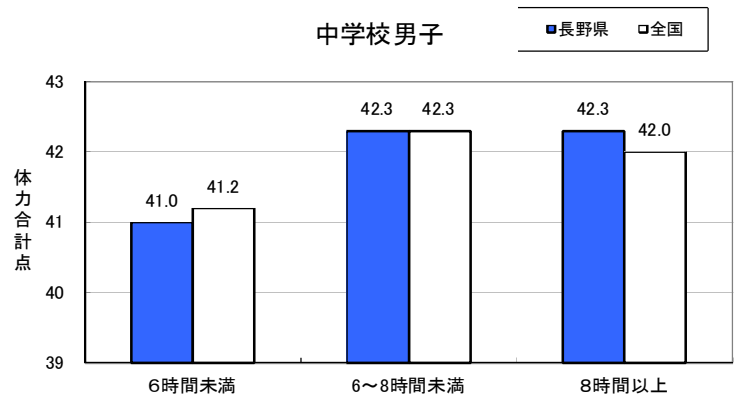
		1. 6時間未満	2. 6時間～8時間	3. 8時間以上
中学校男子	長野県	10.8%	73.5%	15.7%
	全国	10.8%	70.1%	19.1%
中学校女子	長野県	16.5%	72.8%	10.7%
	全国	14.2%	72.5%	13.3%

◆睡眠時間と体力合計点の関連

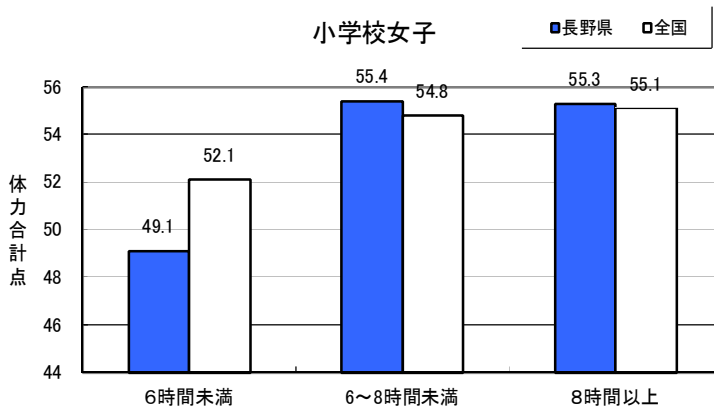
小学校男子



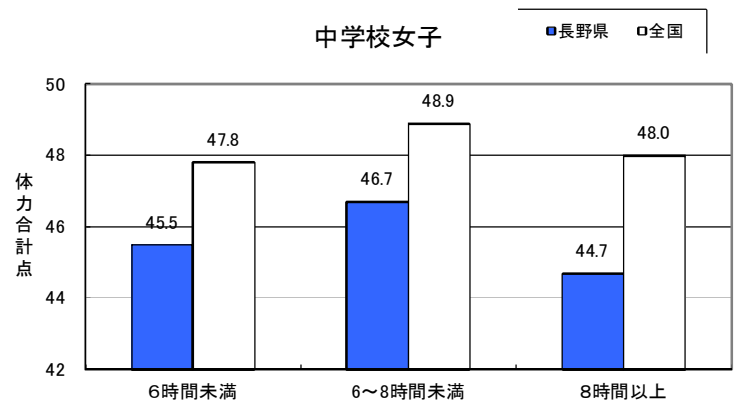
中学校男子



小学校女子



中学校女子



ア 小学校では男女ともに「8時間以上」の回答が最も多く、その割合は全国平均を上回った。また、「6時間未満」と回答した児童の割合は全国平均を下回った。

イ 中学校では男女ともに「6～8時間」の回答が最も多く、男子ではその割合が全国平均を上回っている。また、「6時間未満」と回答した女子の割合が全国平均を上回った。

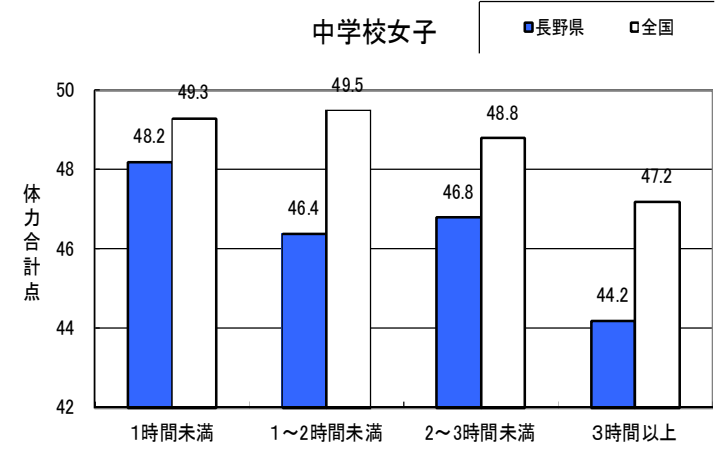
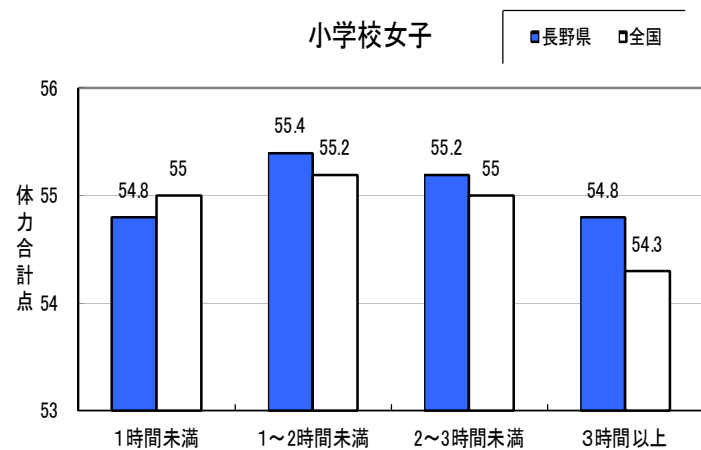
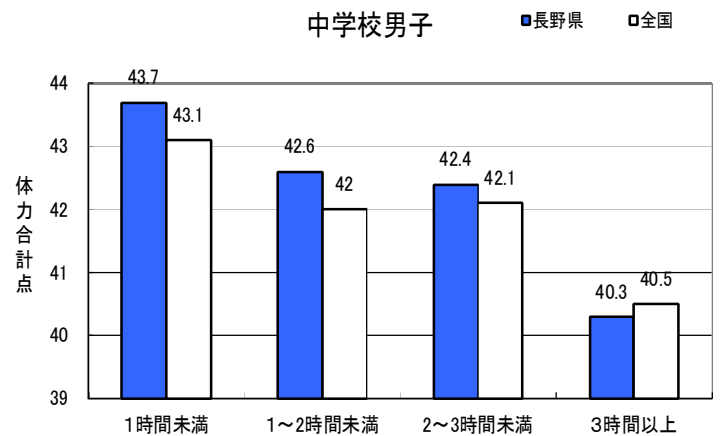
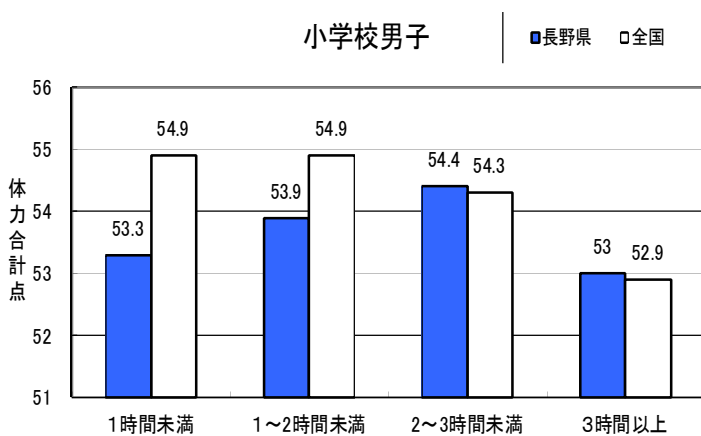
ウ 小・中学校男子では睡眠時間が長いほど体力合計点が高い傾向がみられた。小・中学校女子では睡眠時間が「6～8時間」と回答した生徒の体力合計点が高かった。

ウ テレビ視聴時間

		1. 1時間未満	2. 1時間～2時間	3. 2時間～3時間	4. 3時間以上
小学校男子	長野県	14.4%	32.1%	25.6%	27.9%
	全国	13.5%	28.7%	24.6%	33.1%
小学校女子	長野県	18.3%	34.3%	24.9%	22.6%
	全国	17.6%	31.7%	25.3%	25.5%

		1. 1時間未満	2. 1時間～2時間	3. 2時間～3時間	4. 3時間以上
中学校男子	長野県	15.3%	37.4%	24.0%	23.2%
	全国	13.8%	33.4%	27.1%	25.7%
中学校女子	長野県	15.7%	34.1%	26.5%	23.8%
	全国	13.8%	32.2%	27.4%	26.6%

◆テレビの視聴時間と体力合計点の関連



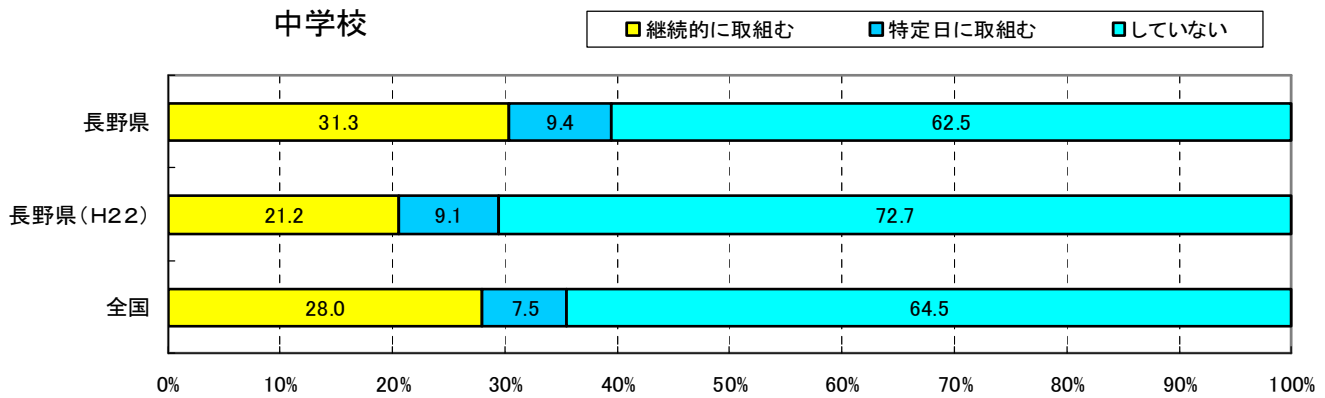
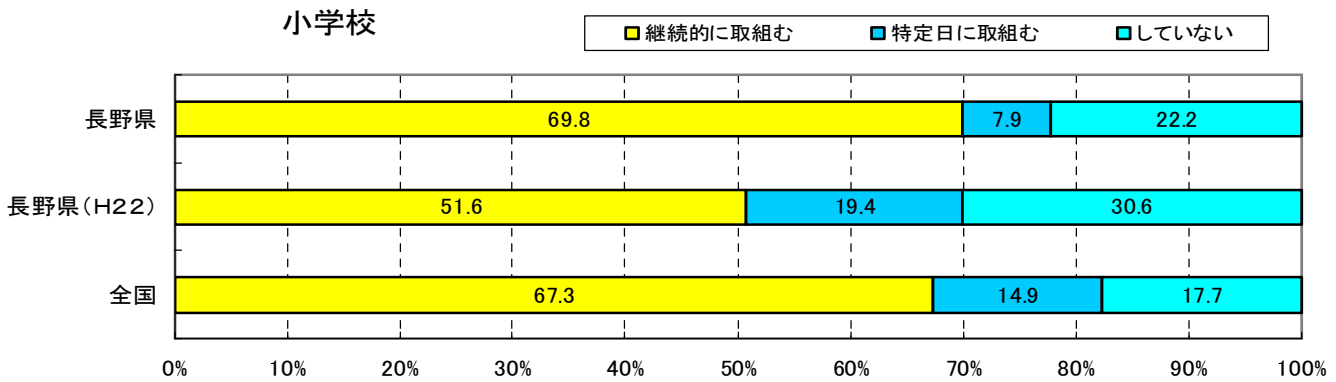
ア 小学校男女、中学校男女ともに「1～2時間」の回答が最も多かった。

イ 小学校男女、中学校男女ともに、テレビ視聴時間が「3時間以上」と回答した児童生徒は、それ以外と比較して、体力合計点が低い傾向がみられる。

3 学校質問紙調査（体育の授業以外での体力向上の取組み）

（1）体育の授業以外での体力向上に関する取組状況

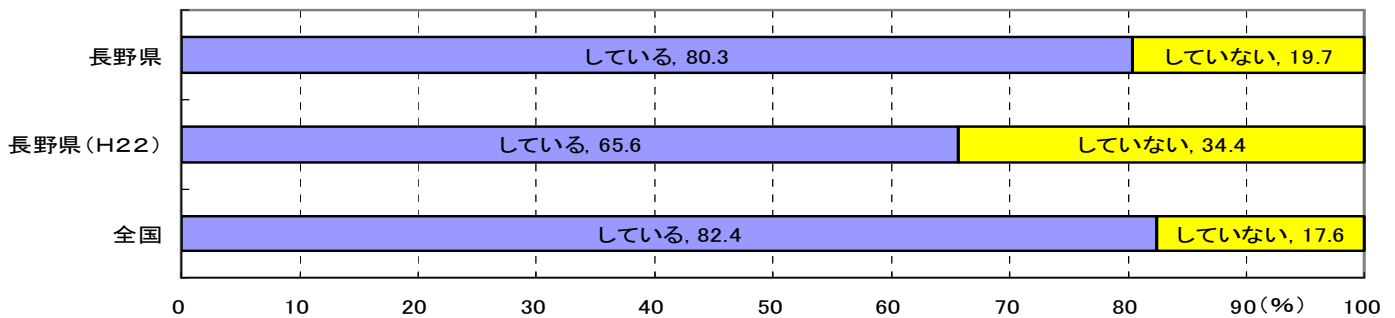
ア 体育の授業以外での体力向上に関する取組み



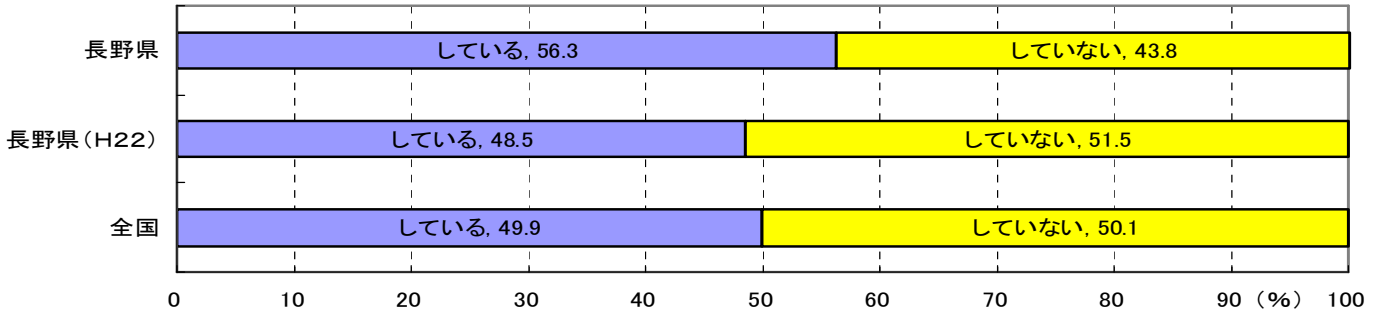
ア 小学校では体育の授業以外で体力向上に「継続的に取組む」、「特定日に取組む」と回答した割合が全国平均より下回っているが、前回調査(H22)と比べると小学校、中学校ともに取り組んでいる学校が増加した。

イ 体育の授業以外で運動習慣を確立する手立て

小学校

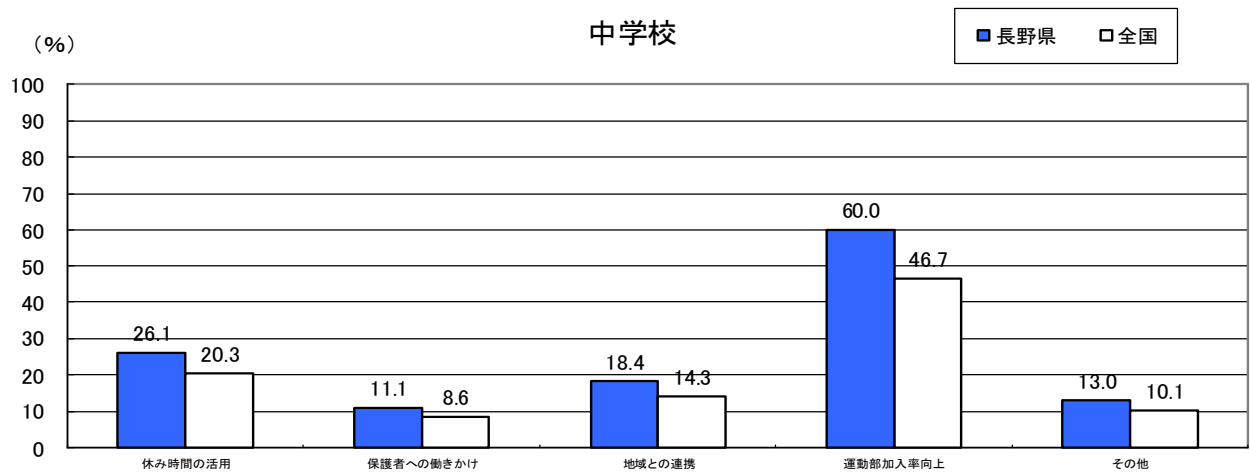
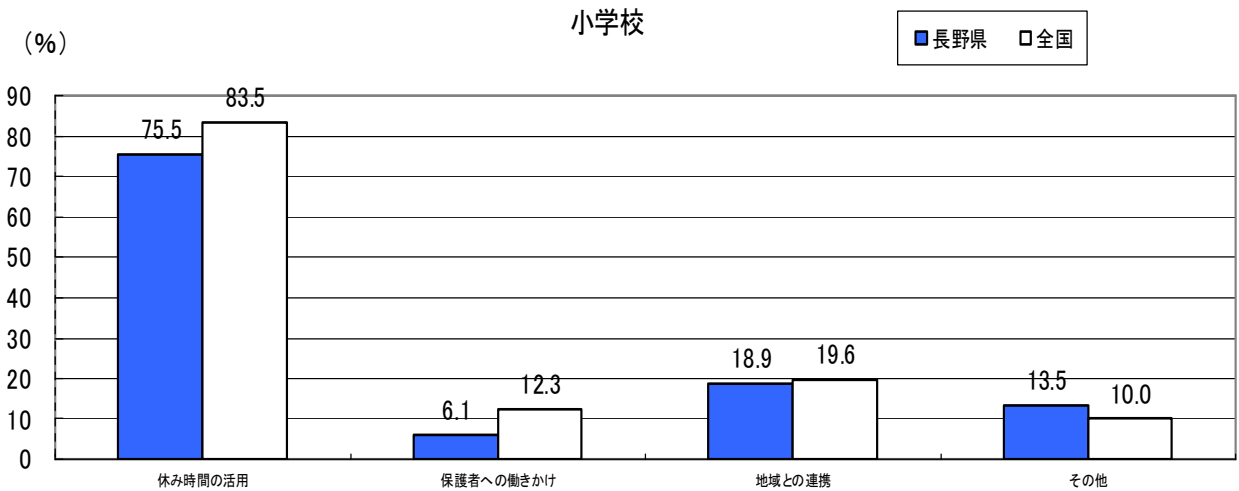


中学校



ア 前回調査(H22)に比べて、小学校では運動習慣を確立する手立てをしている学校が 14.7%、また、中学校では 7.8%高くなった。

◆手立てを「している」と回答した学校の具体的な内容（複数回答）

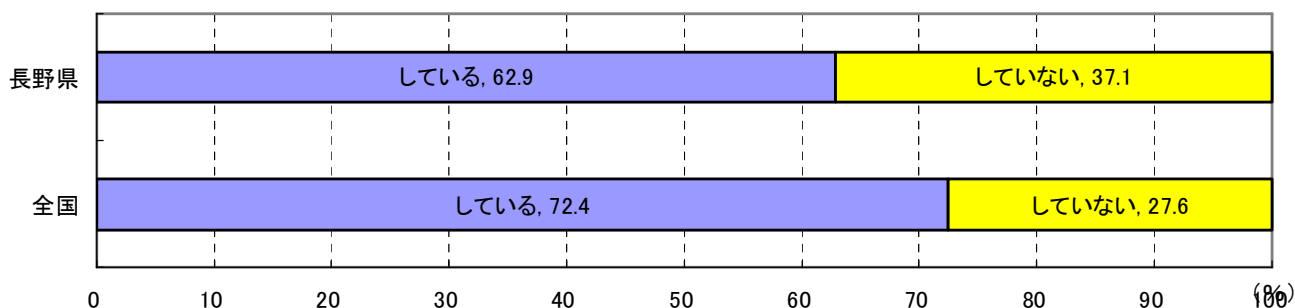


ア 小学校では「休み時間の活用」、中学校では「運動部加入率向上」を運動習慣の確立の具体的な手立てとしている学校の割合が高い。

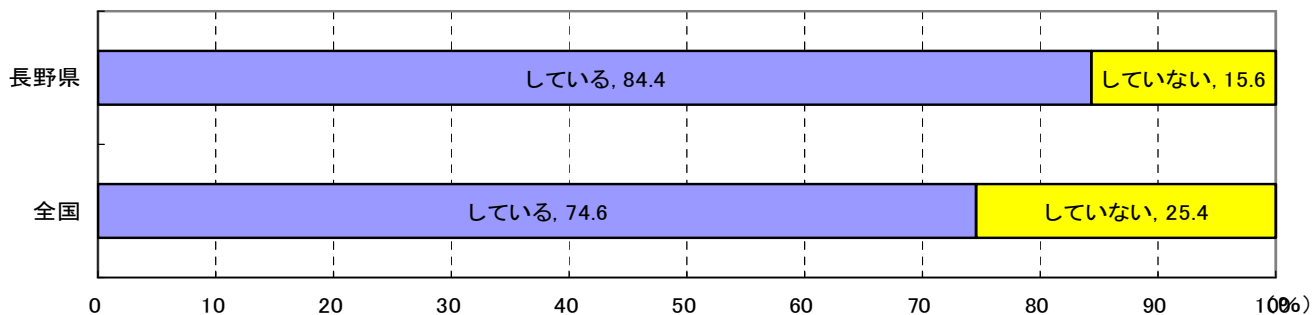
(2) 運動の実施時間が少ない児童生徒に対する取組状況

ア 運動の実施時間が少ない児童生徒の状況の把握

小学校



中学校

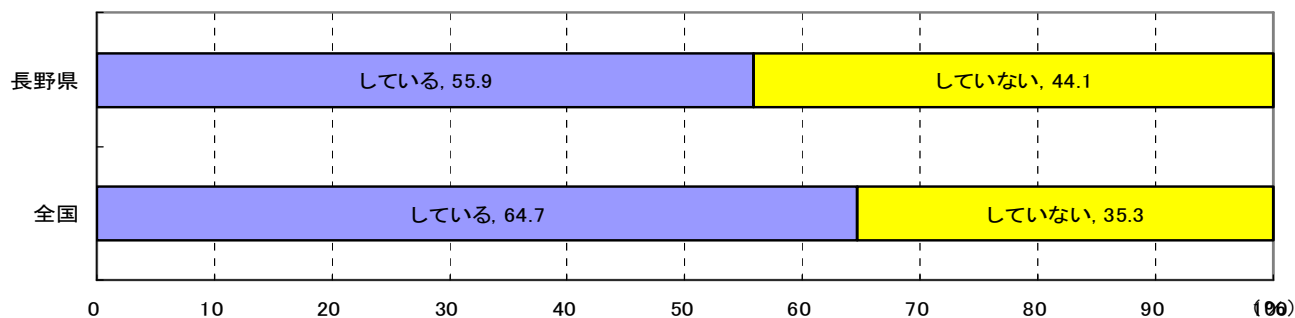


ア 小学校では、運動の実施時間が少ない児童の状況を把握している学校が全国平均を 9.5% 下回っている。

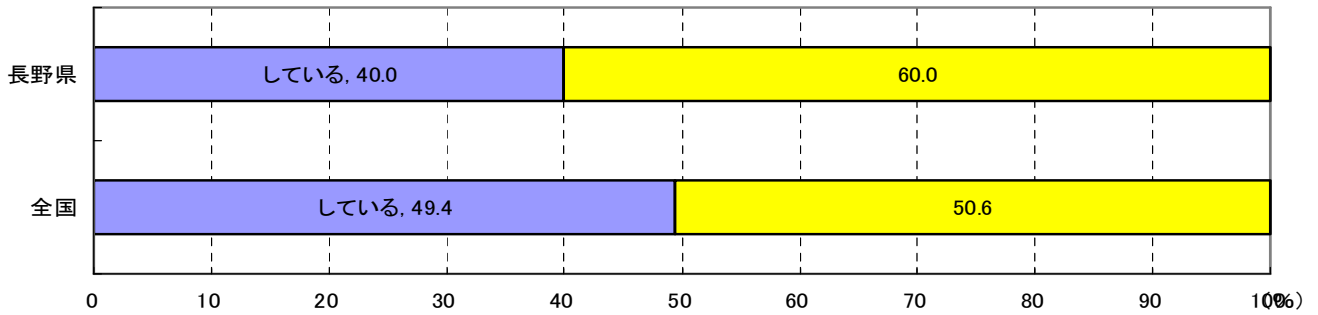
イ 中学校では、運動の実施時間が少ない生徒の状況を把握している学校が全国平均を 9.8% 上回っている。

イ 運動の実施時間が少ない児童生徒に対する取組

小学校



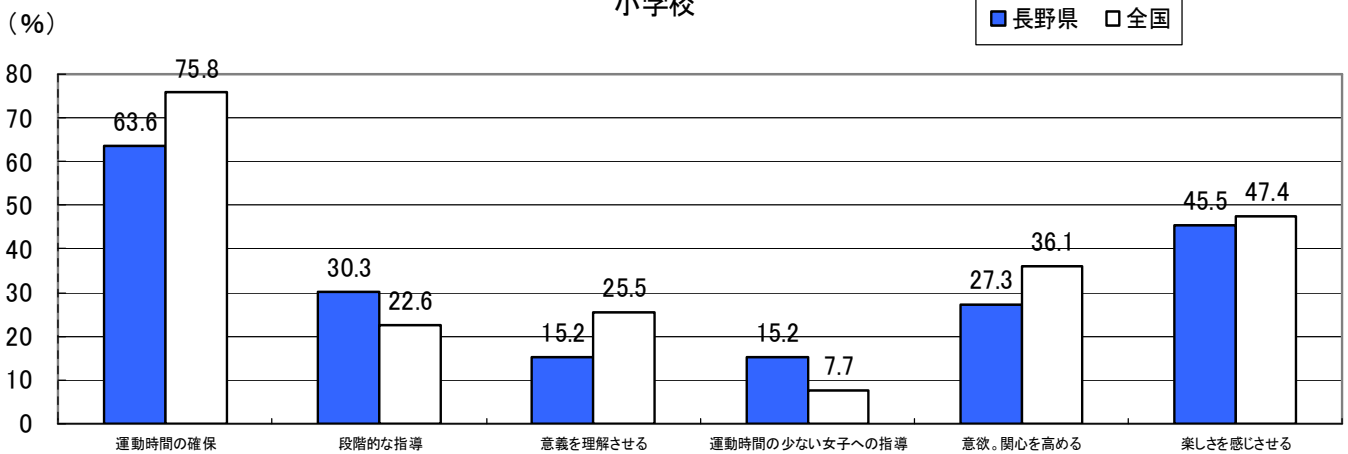
中学校



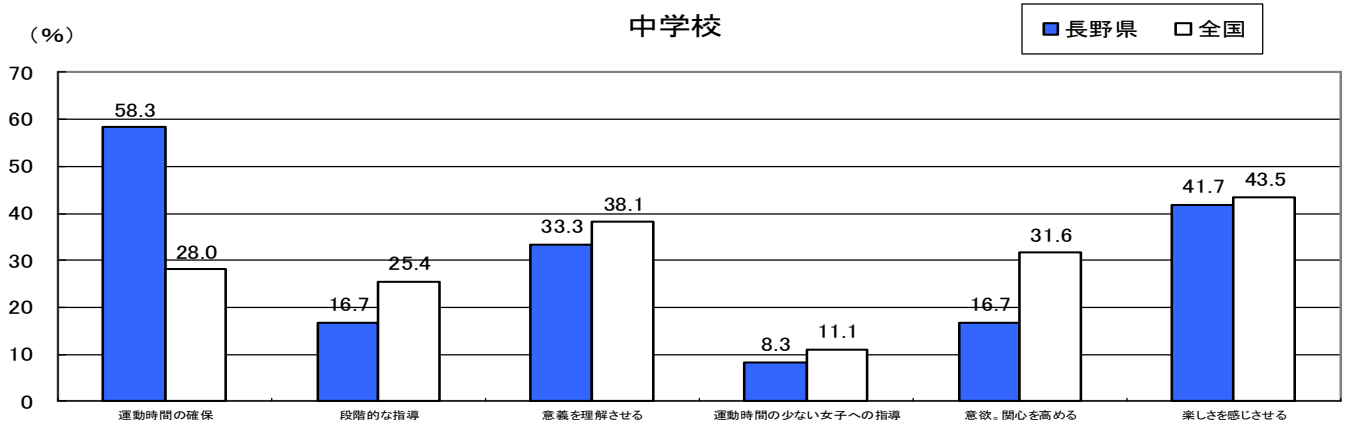
ア 全国平均と比べて、小学校では運動の実施時間が少ない児童に対する取組をしている学校が 9.7%、中学校では 9.4% 下回っている。

ウ 運動の実施時間が少ない児童生徒に対する効果が上がった取組（複数回答）

小学校



中学校



ア 小中学校ともに、「運動時間の確保」「楽しさを感じさせる」取組みが、運動時間の少ない児童に対して効果があつたと回答している。

イ 小学校では、「運動時間の少ない女子への指導」の割合が 15.2%と全国平均に比べて高くなっている。

ウ 中学校では、「運動時間が少ない女子への指導」の割合が 8.3%と全国平均に比べて低くなっている。

IV 今後の対応

○ 体力向上の目標

《5年後の目標（長野県スポーツ推進計画）》

「長野県版運動プログラムの普及等により、運動やスポーツをする元気なこどもを増加している」

指 標	現 状 (平成 24 年度)	目 標 (平成 29 年度)
体力合計平均点	49.29 点 (49.05 点)	51 点台
体力合計平均点の全国順位	25 位 (31 位)	10 位台

※現状の（ ）内は前回（H22）の調査結果

1 平成 25 年度の目標

- (1) 全ての学校において、児童生徒の発達段階に応じた体力向上に取り組む。
- (2) 運動が苦手な児童生徒に対するきめ細やかで丁寧な指導により、総合評価D・Eランクの児童生徒数を減らす。
- (3) 体力合計点を全国平均水準まで引き上げる。

2 具体的な取組み

(1) 各学校が策定する「体力向上プラン」の推進（H23～）

ア 1校1運動の充実

- ・全校運動に活用できる長野県版運動プログラム DVD の活用
- ・実施率の向上（平成 24 年度実施率：小学校 100%、中学校 91.4%）
- ・地域の指導者等の協力
- ・**新** 取組事例の研究と優良事例の普及
- ・**新** 児童会や生徒会の企画による全校運動の実施

イ 体力テストの実施

- ・実施率の向上（平成 24 年度実施率：小学校 97.3%、中学校 98.9%）
- ・体力テスト集計システムの活用促進（児童生徒へ結果のフィードバック）

ウ 評価と検証（PDCAサイクル）

- ・取組みの成果や課題等を検証し、次年度の方向性を検討する。

(2) 幼児期からの運動あそびの普及定着（H24～） <運動好きな子どもたちの育成>

ア 幼稚園、保育園等の指導者への研修会

- ・幼児期の運動習慣の重要性の普及

イ 幼児期から中学生期まで一貫して体力向上に取り組むモデル市町村の選定

- ・実技講習会等への指導者派遣
- ・モデル市町村における先駆的な取組みを県内に普及

(3) **新** 中学生女子の運動離れへの対応（H25～）

ア 運動の楽しさを感じさせる体育の授業改善

イ 運動実施時間の増加の取組み（運動部活動加入率向上）

ウ 中学生向け長野県版運動プログラム DVD の活用（体育授業や学校行事、部活動）

エ 中学生期の運動部活動の指針策定における「誰もが入りやすい運動部活動の環境づくり」の検討