

令和元年度

横須賀市児童生徒体力・運動能力、  
運動習慣等調査

報告書

令和2年1月

横須賀市教育委員会

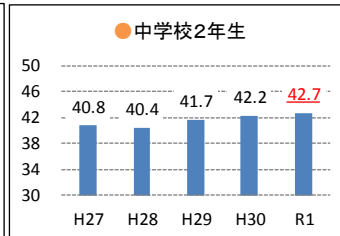
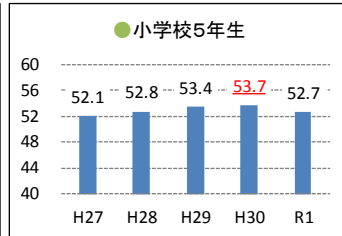
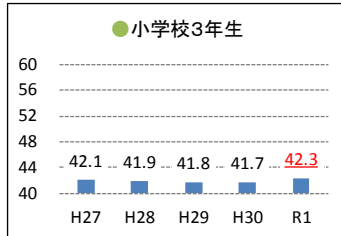
# 今年度の調査結果からわかったこと

## ●体力合計点の経年変化の関連

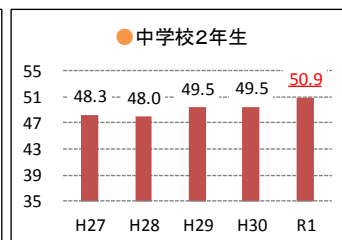
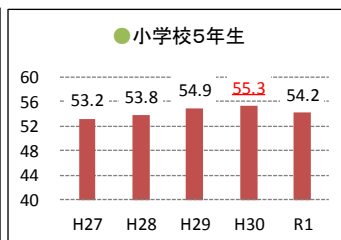
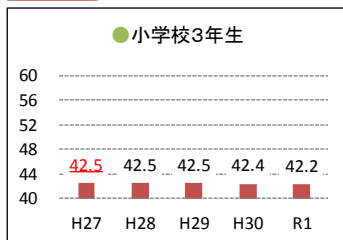
### 体力合計点の経年変化

#### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「点」。



#### 女子

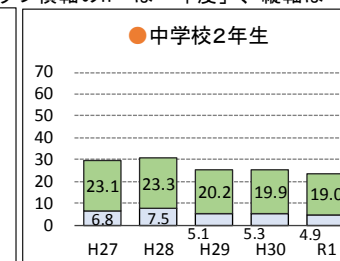
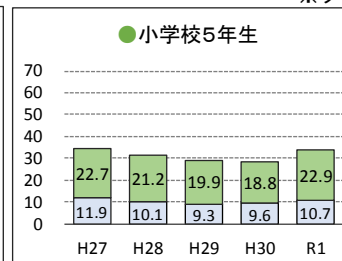
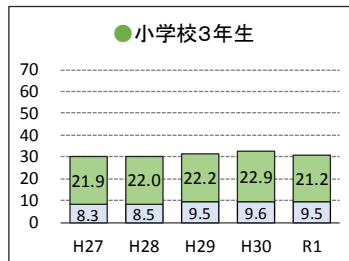


### D + E 率の経年変化

#### 男子

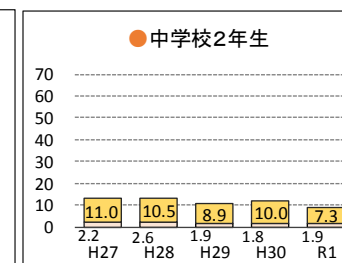
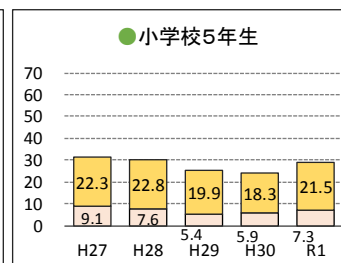
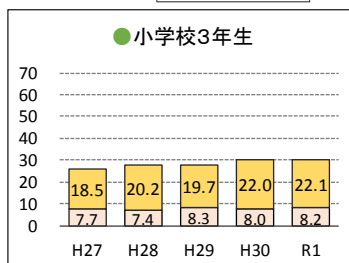
■ D ■ E

※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「%」



#### 女子

■ D ■ E



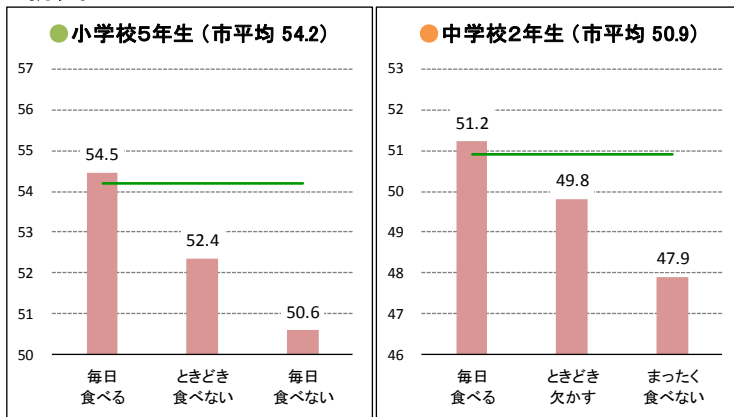
体力合計点の経年変化から、小学校3年生男子、中学校1・2年生男女で最高値であったが、多くの学年で低下が見られた。また、D + E 率が増加した学年が多く見られた。

(P. 23、27 参照)

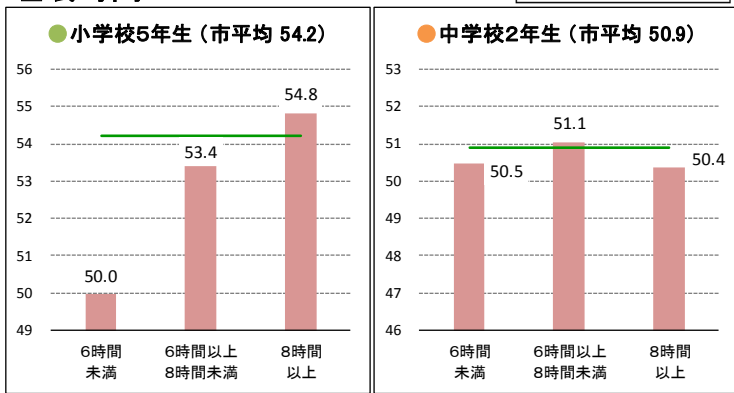
## ●朝食の摂取状況と睡眠時間との関連

※図は小学校5年生と中学校2年生女子の例

### 朝食



### 睡眠時間



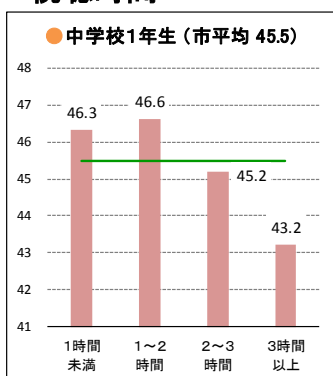
朝食を「毎日食べる」と回答した児童生徒の体力合計点は、すべての学年において平均点よりも高く、朝食を欠かしている児童生徒よりも高い傾向にある。また、1日の睡眠時間が「6時間未満」の児童生徒は、体力合計点が低い傾向にあり、小学校においては、すべての学年において平均値より低い値となった。

(P. 47、48 参照)

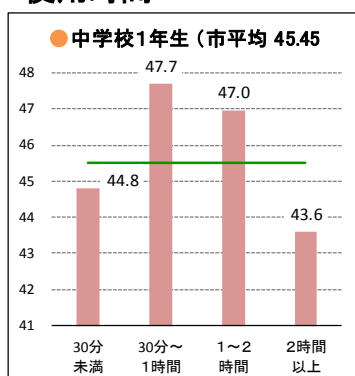
## ●テレビとゲームの視聴時間、携帯電話やスマートフォンの使用時間との関連

※図は中学校1年生女子の例

### 視聴時間



### 使用時間

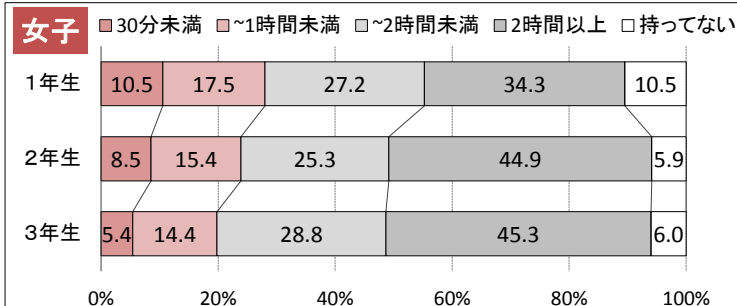


1日のテレビやゲーム機等の視聴時間が3時間以上のグループと携帯電話やスマートフォンの使用時間が2時間以上のグループの体力合計点は平均値より低い傾向にある。

1日の携帯電話やスマートフォンの使用時間は、学年が上がるにつれて、長くなる傾向にある。

(P. 49、50、68、75 参照)

### 女子



# 目次

●今年度の調査結果からわかったこと	表見返し
●調査の概要	1
●調査結果に関する注意事項と説明	2
<b>第1章 調査結果の概要</b>	<b>3</b>
1. 実技の状況	4
●実技結果（令和元年度）	4
●体力合計点と総合評価・段階別（令和元年度）	4
●各種目の経年変化	17
●体力合計点の経年変化	23
●総合評価（段階別）の経年変化	24
●上位・下位の5校の体力合計点の平均値	30
2. 1週間の総運動時間と体力・運動能力	31
＜1＞ 1週間の運動時間の分布	31
＜2＞ 1週間の運動時間の内訳	32
＜3＞ 1週間の総運動時間と体力合計点との関連	34
＜4＞ 1週間の総運動時間（経年変化）	36
3. 運動やスポーツに対する意識	39
＜3-1＞ 運動やスポーツの好き・嫌いの経年変化	39
＜3-2＞ 体育・保健体育の授業は楽しいの経年変化	41
4-1. 生活習慣と体力 朝食の摂取状況・睡眠時間と体力との関連	43
●朝食の摂取状況の経年変化	43
●1日の睡眠時間の経年変化	45
●朝食の摂取状況と体力合計点との関連	47
●1日の睡眠時間と体力合計点との関連	48
4-2. 生活習慣と体力 テレビやゲームの視聴時間、携帯電話やスマートフォンの使用時間と体力との関連	49
●テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連	49
●携帯電話やスマートフォンを使用する時間と体力合計点との関連	50
5. 体格（肥満・痩身傾向）と体力、運動習慣	51
●肥満・痩身別に見た総合評価の割合	51
●肥満・痩身別に見た1週間の総運動時間	53

第2章 基礎集計	56
1. 実技に関する調査結果	57
(1) 市全体、学年別	57
(2) 各種目の平均値と体力合計点の経年変化	58
2. 体格の状況	60
●市全体、学年別	60
3. 質問紙調査の結果	63
1-1 集計結果（小学校）	63
1-2 集計結果（中学校）	70
資料編	77
●実施要項	78
●項目別得点表	80
●総合評価基準表	81

## ●調査の概要

### 1 調査の目的

横須賀市立小学校及び中学校に在籍する児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等調査を実施し、状況を把握する。また、調査結果を集計・分析したものを各学校や各個人へ還元するとともに、横須賀市として必要な健康・体力向上推進に関する施策の策定や、各学校の取り組みの工夫改善に役立てる。

### 2 調査の対象及び内容

#### (1) 児童

##### ① 調査対象者

横須賀市立小学校及び特別支援学校小学部の3～6年生全員

##### ② 調査内容

###### ア 実技に関する調査

〈テスト項目〉

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

###### イ 質問紙調査

#### (2) 生徒

##### ① 調査対象者

横須賀市立中学校及び特別支援学校中学部の1～3年生全員

##### ② 調査内容

〈テスト項目〉

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）  
又は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

### 3 調査の実施時期

令和元年4月～7月

### 4 調査の実施状況

		調査対象児童生徒数 (A)	実施児童生徒数 (B)	実施率 (B/A)
小学校	3年生	3,042	2,987	98.5%
	4年生	2,935	2,889	98.5%
	5年生	3,058	2,991	98.1%
	6年生	3,170	3,087	97.7%
中学校	1年生	3,079	2,945	95.9%
	2年生	3,014	2,787	92.6%
	3年生	3,207	2,932	91.5%

## ●調査結果に関する注意事項と説明

- ①本調査の集計・分析において、実技調査、質問紙調査の回答の精査を行い、一部のデータ（実技調査の上限値・下限値からはみ出たデータなど）は集計・分析の対象外としている。
- ②本調査の結果においては、平均値が必ずしも調査結果の全てを表すものではなく、標準偏差などの情報と併せて総合的に結果を分析し、評価することが必要である。
- ③実技調査と質問紙調査のクロス集計に関しては、必ずしも因果関係を示したものでないことに留意する必要がある。
- ④資料に記載している数値は、元の数値を四捨五入して示している。  
 小数第2位で示している数値 → 元の数値の小数第3位を四捨五入  
 小数第1位で示している数値 → 元の数値の小数第2位を四捨五入  
 (例：小学校4年生男子の体力合計点 元の数値「47.8743…」  
 → 47.87 (小数第3位を四捨五入)、47.9 (小数第2位を四捨五入))
- ⑤集計結果における百分率は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある。
- ⑥本調査は平成27年度より実施している。

用語	解説
標本数	・平均値、標準偏差を算出した人数。
平均値	・調査結果（テスト成績）の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 「平均値＝調査結果の総和/標本数」
標準偏差	・調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。 ・平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る。(いずれも正規分布の場合) 「標準偏差＝分散の平方根、分散＝偏差平方和/(標本数－1)、 偏差平方和＝偏差の平方の総和、偏差＝調査結果－平均値」
体力合計点	・実技テスト項目における得点の合計
1週間の総運動時間	・各曜日の運動時間を調査していないため、欄外の算出方法にて求めた。

## ●参考 1週間の総運動時間の算出方法

- ① 1週間の運動日数：「運動やスポーツをどのくらいしていますか」の回答を次のように換算  
 (1.ほとんど毎日(週3日以上)＝3日) (2.時々(週1～2日くらい)＝1日) (3.時たま(月1～3日くらい)＝0.25日) (4.しない＝0日)
- ② 1回の運動時間：「運動やスポーツをするときは1日どのくらいの時間しますか」の回答を次のように換算  
 (1.30分よりすくない＝1分) (2.30分以上1時間より少ない＝30分) (3.1時間以上2時間より少ない＝60分) (4.2時間以上＝120分)
- ③ 1週間の総運動時間：1週間の運動日数①×1回の運動時間②





# 第 1 章 調査結果の概要

1	実技の状況……………● 4
2	1 週間の総運動時間と体力・運動能力……………● 31
3	運動やスポーツに対する意識……………● 39
4	生活習慣と体力……………● 43
5	体格（肥満・痩身傾向）と体力、運動習慣……………● 51

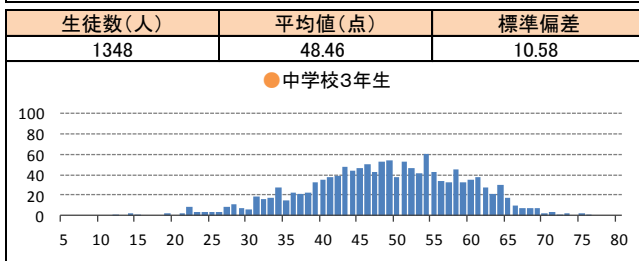
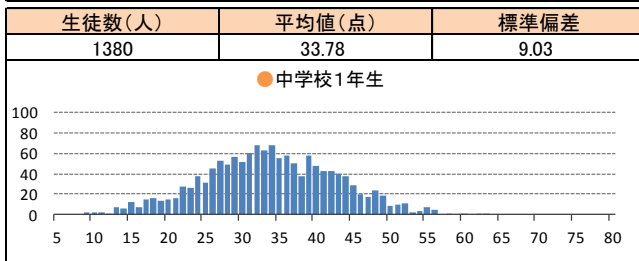
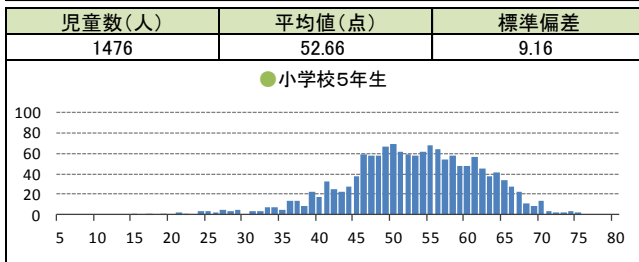
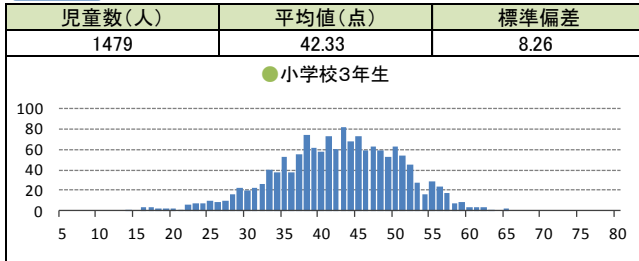
# 1 実技の状況 実技結果と経年変化

## <実技結果（令和元年度）>

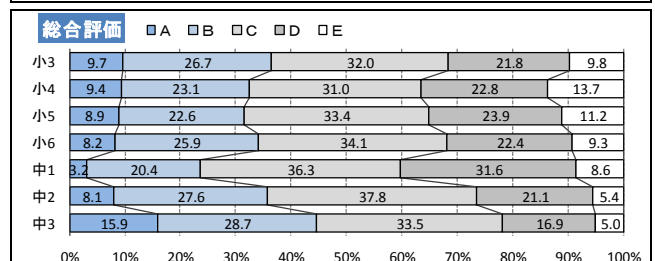
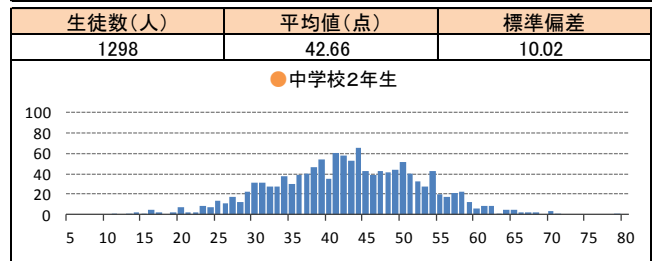
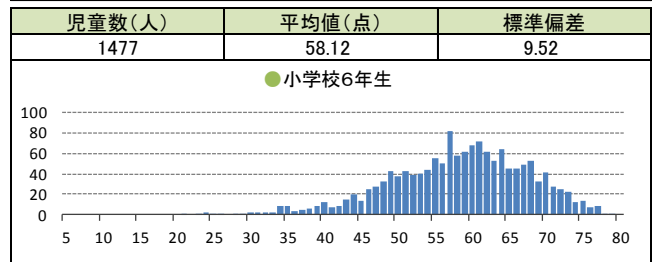
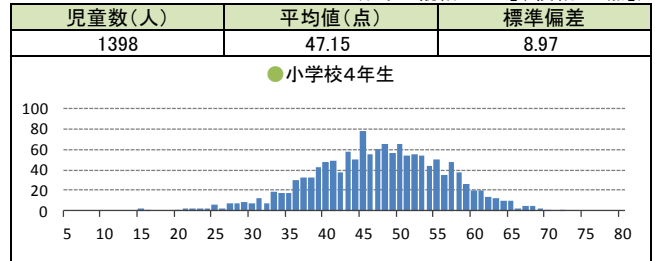
令和元年度の体力合計点及び各種目の実技結果の分布、平均値、総合評価の段階別の割合は次の通りである。

## <体力合計点と総合評価・段階別（令和元年度）>

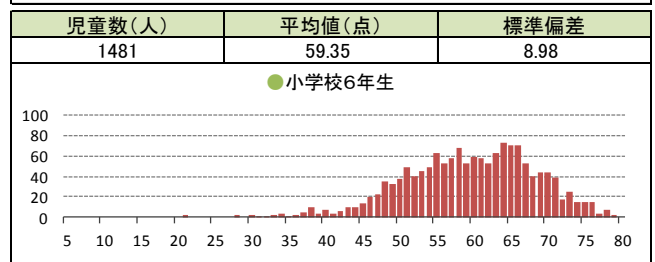
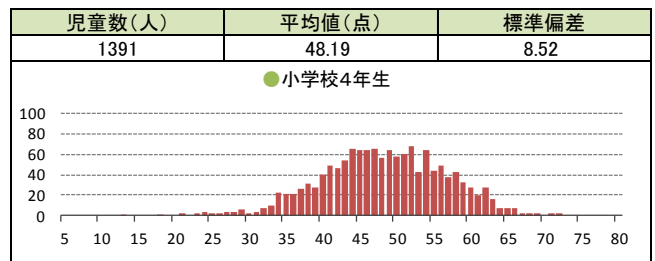
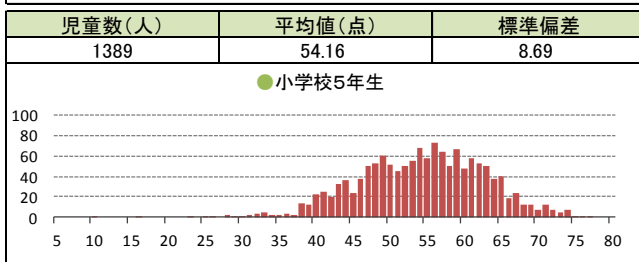
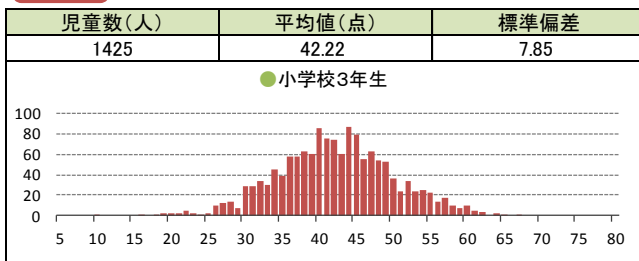
### 男子

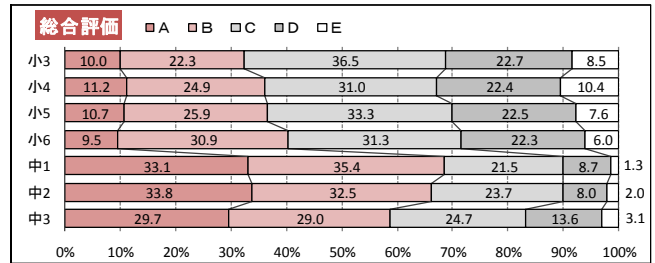
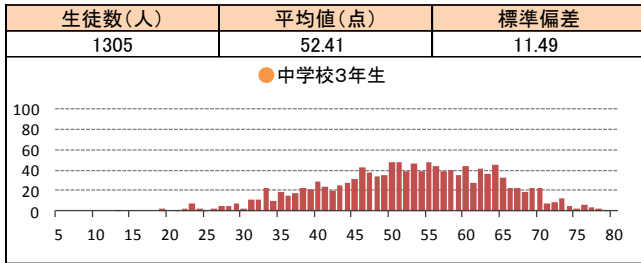
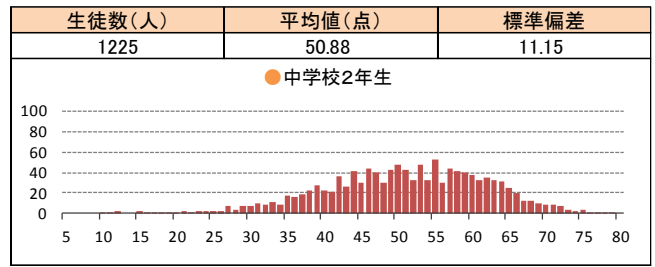
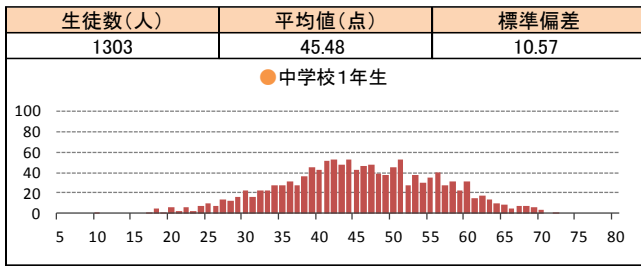


※得点基準及び総合評価規準は小学校と中学校、男子と女子とで異なる  
(グラフ縦軸は「人」、横軸は「点」)



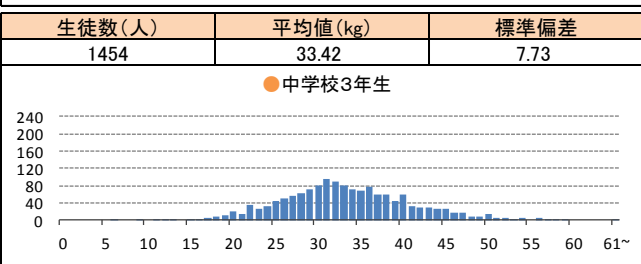
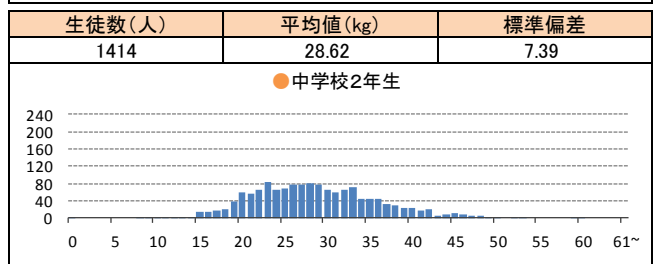
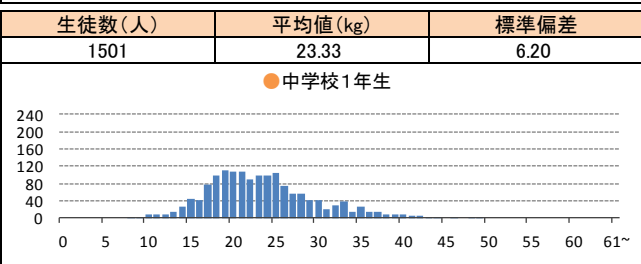
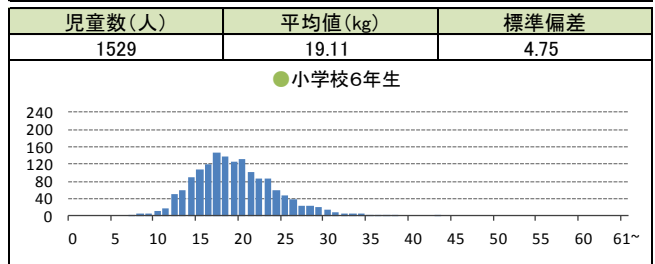
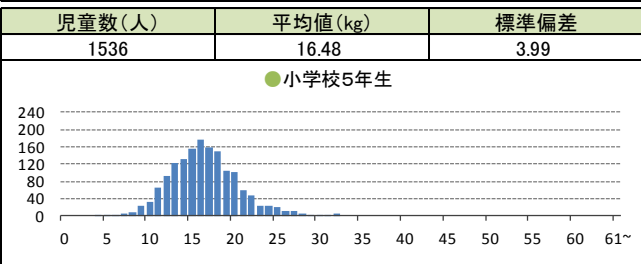
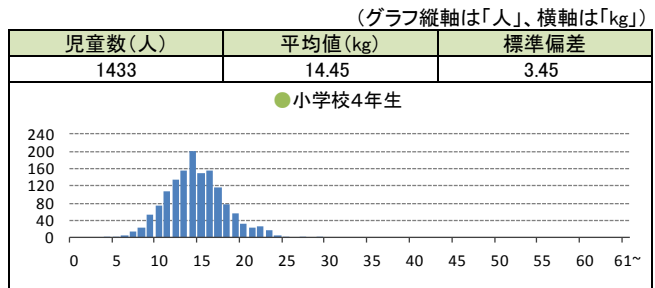
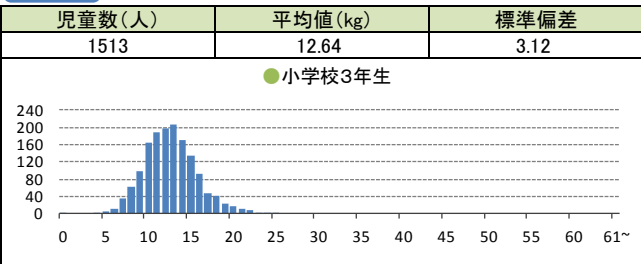
### 女子



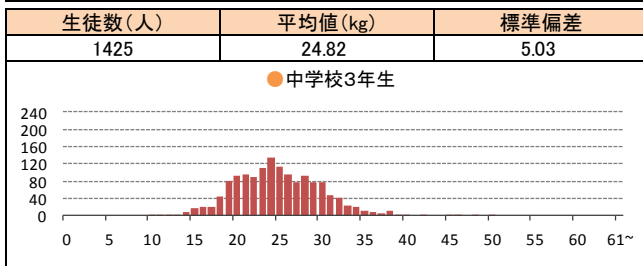
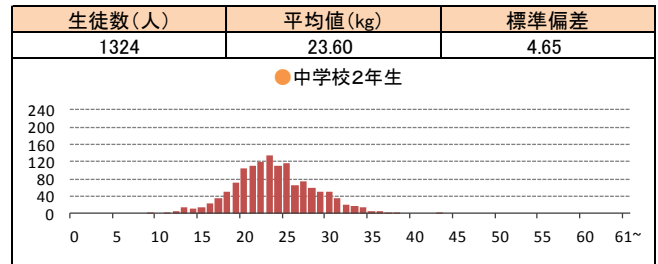
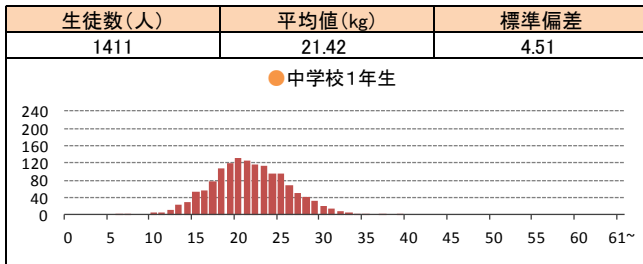
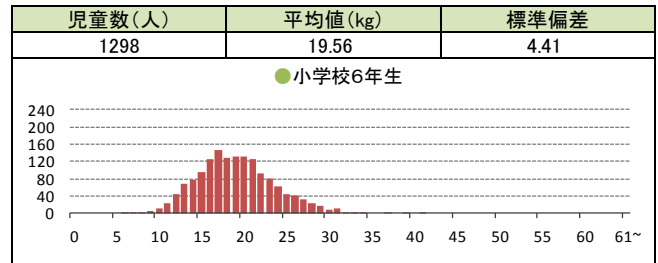
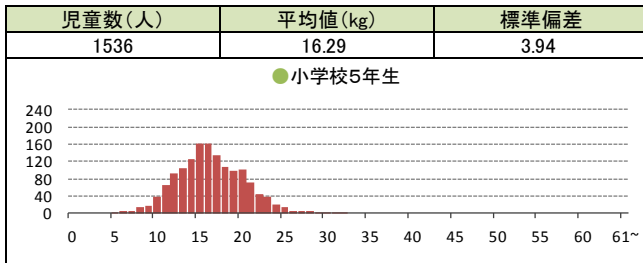
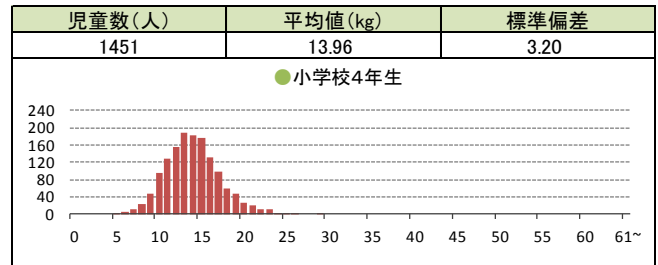
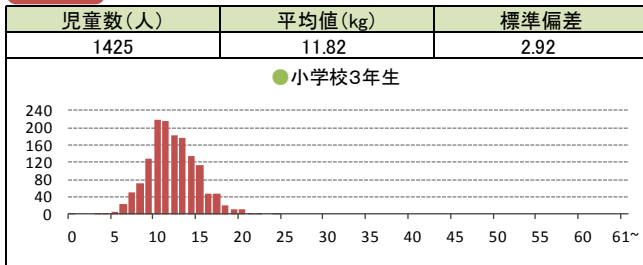


**握 力**

**男子**



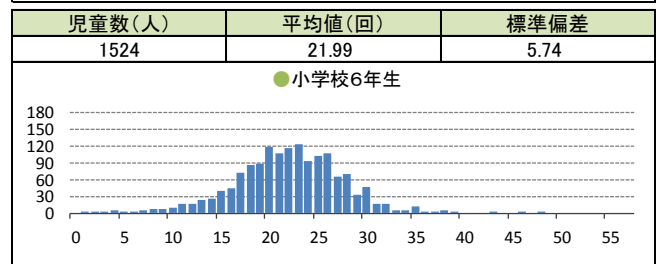
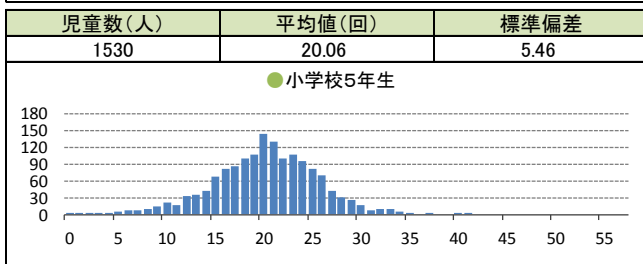
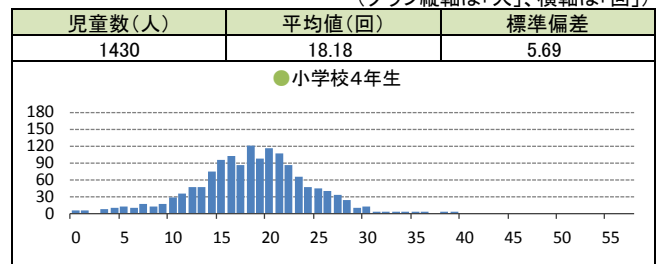
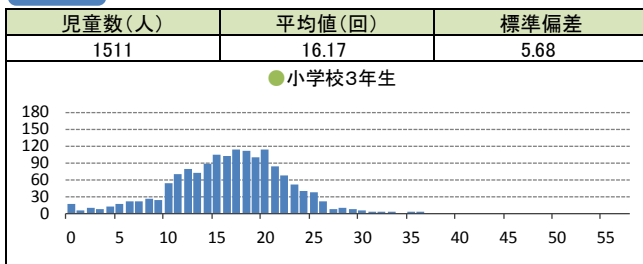
## 女子

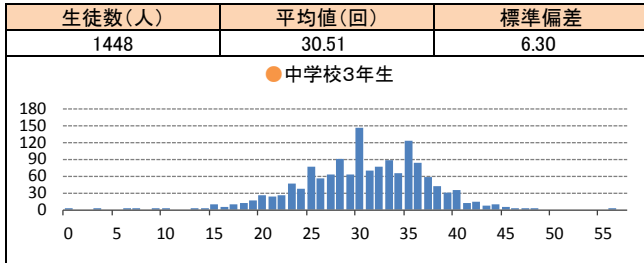
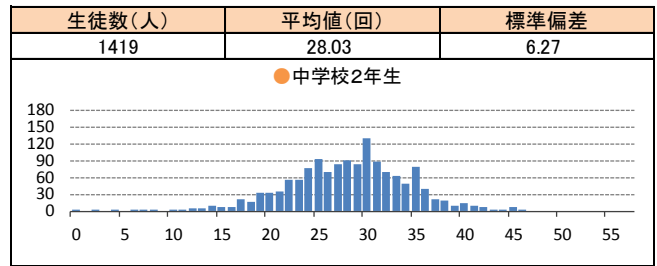
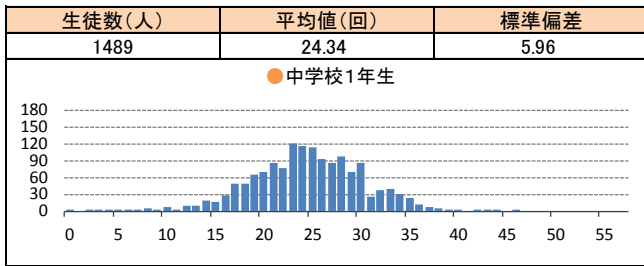


## 上体起こし

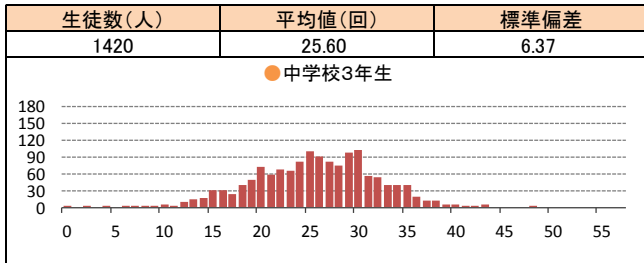
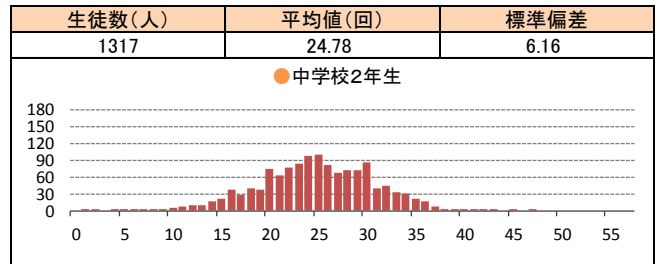
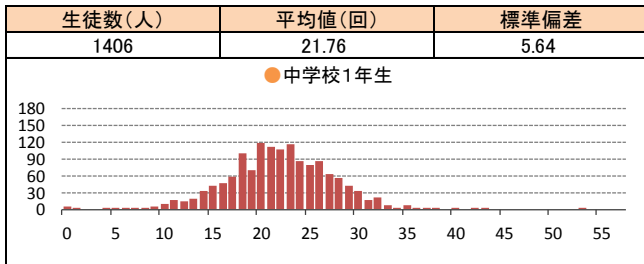
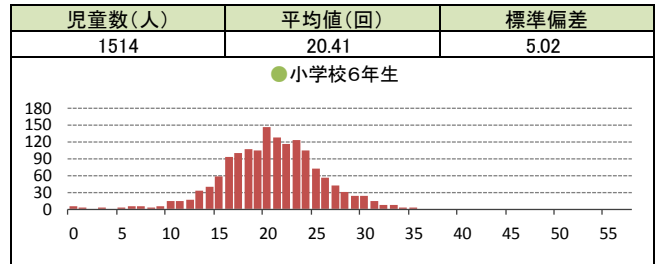
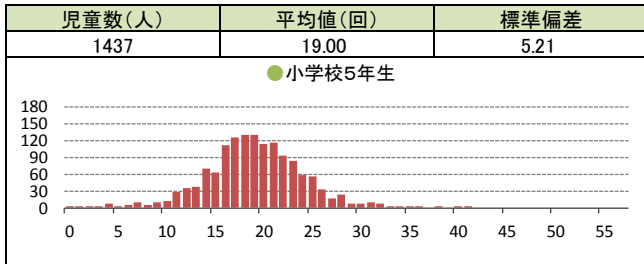
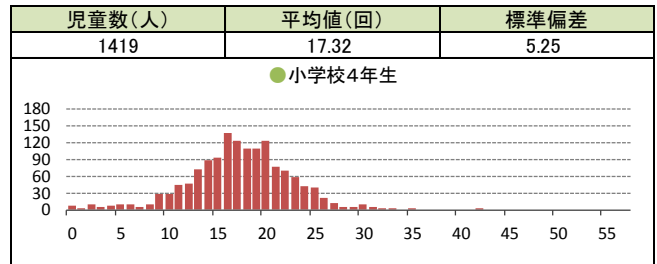
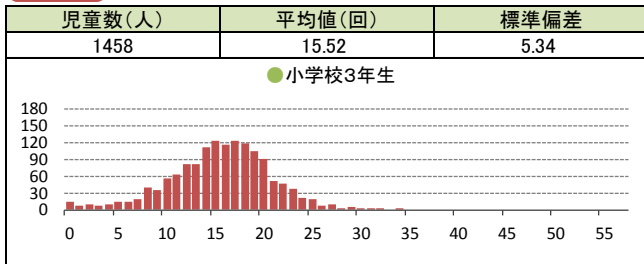
## 男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「回」)





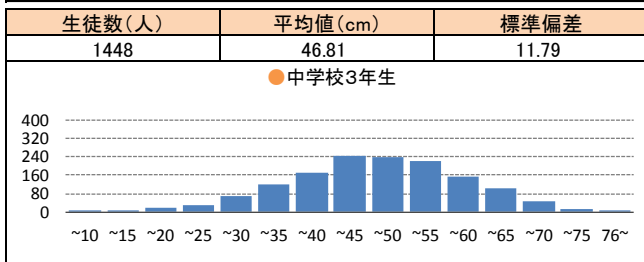
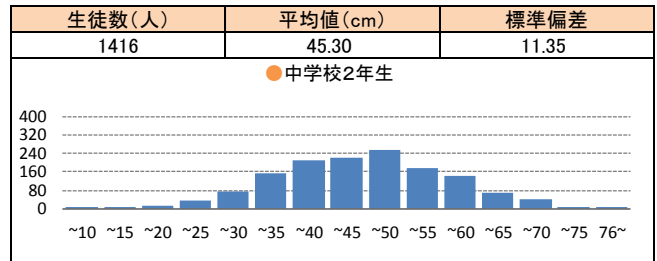
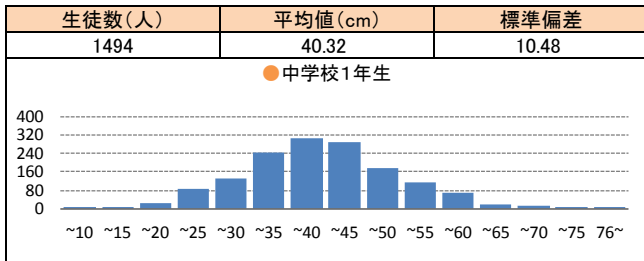
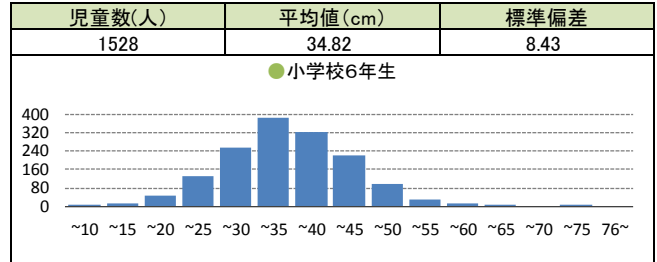
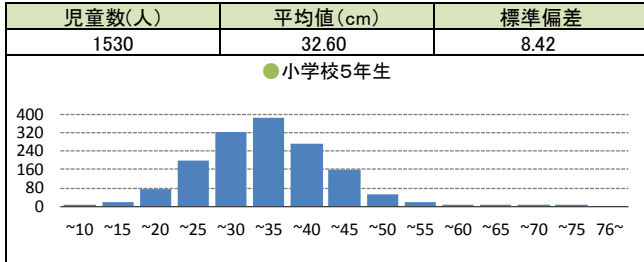
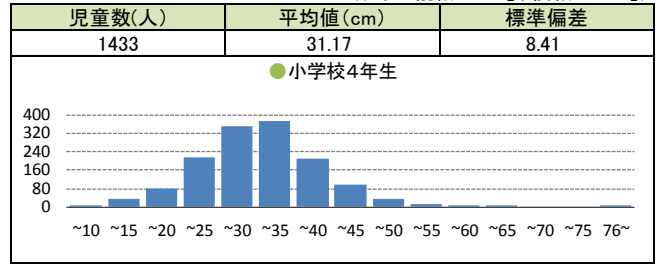
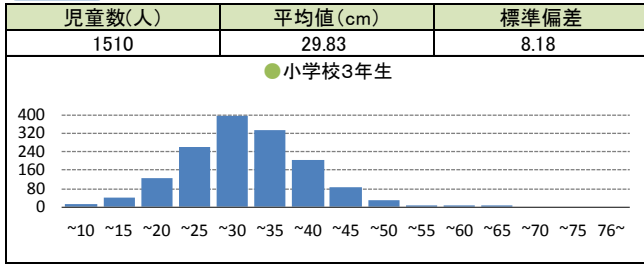
**女子**



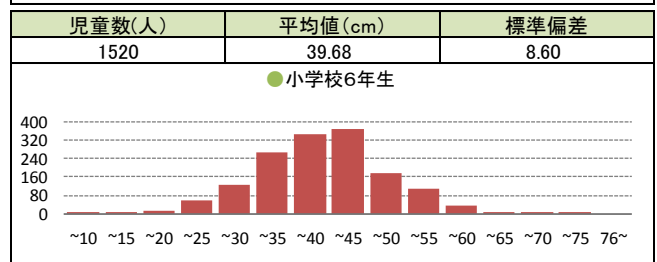
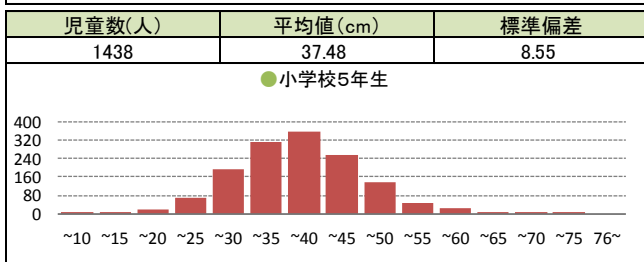
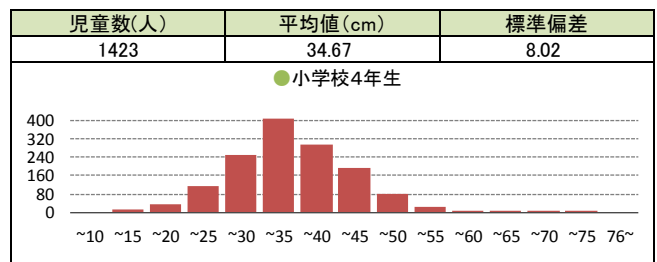
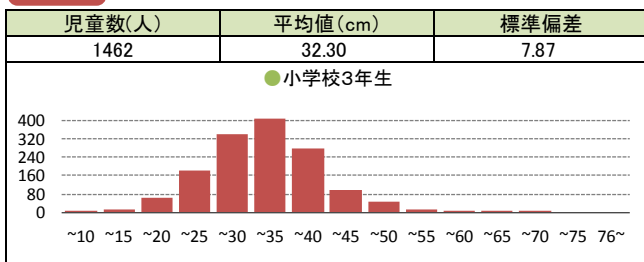
長座体前屈

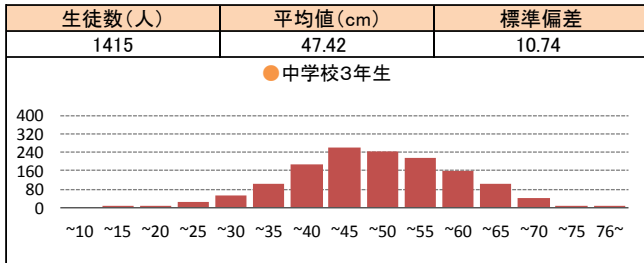
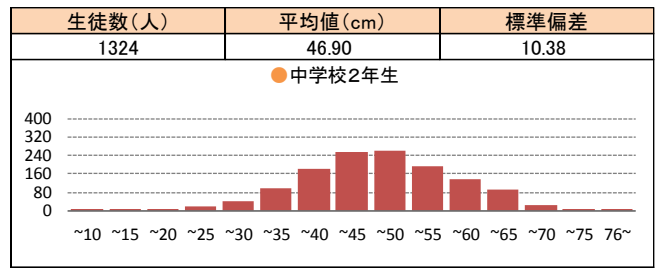
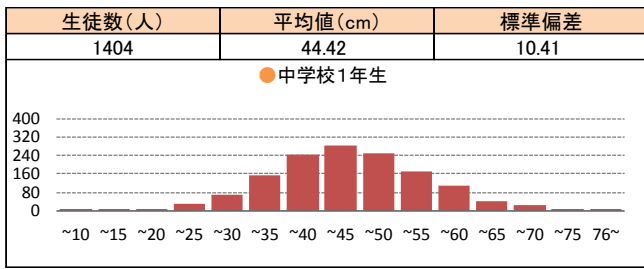
男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「cm」)



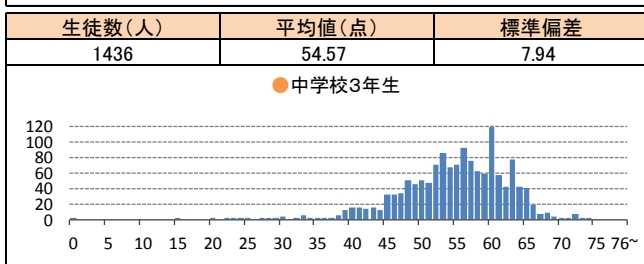
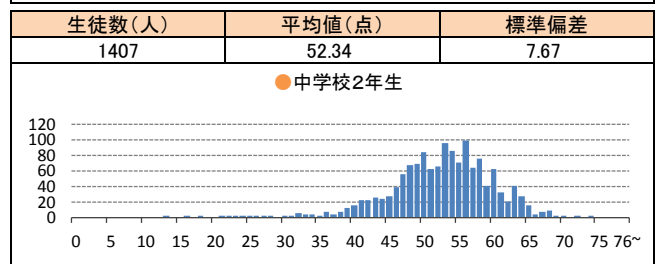
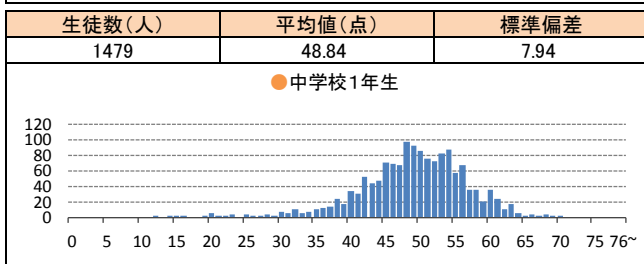
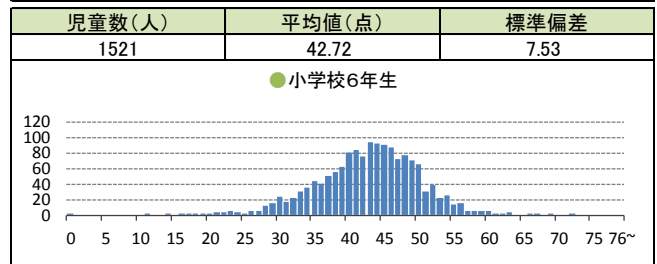
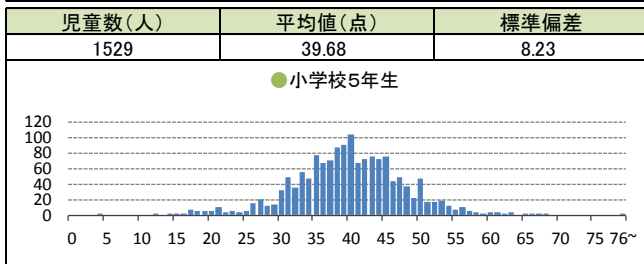
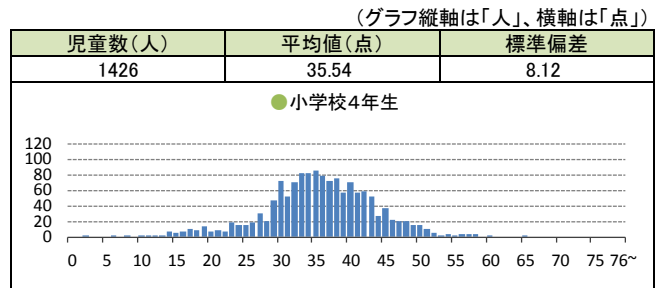
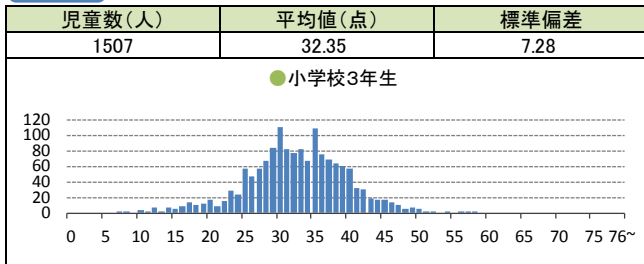
女子



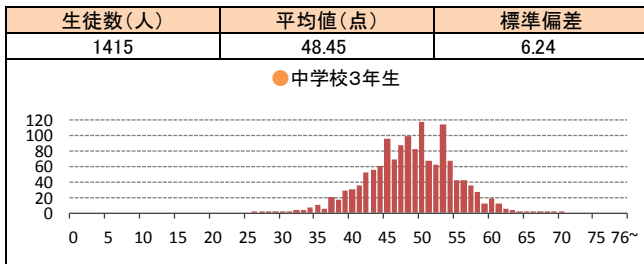
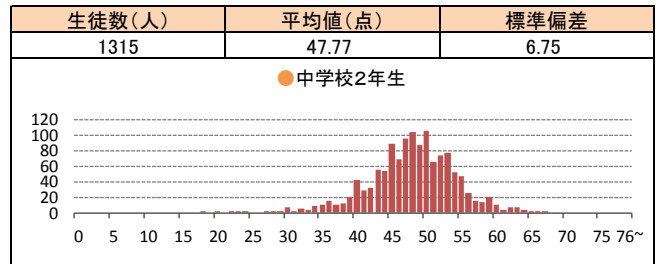
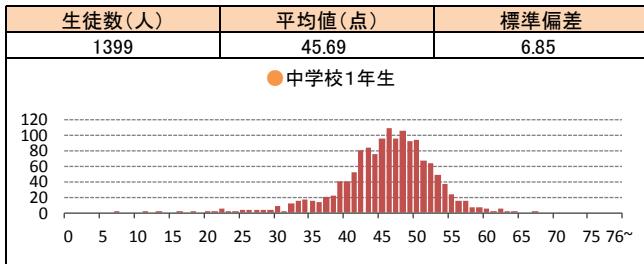
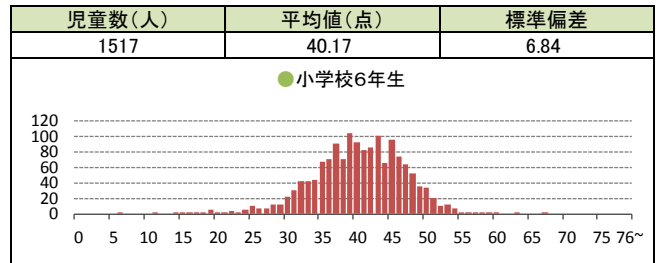
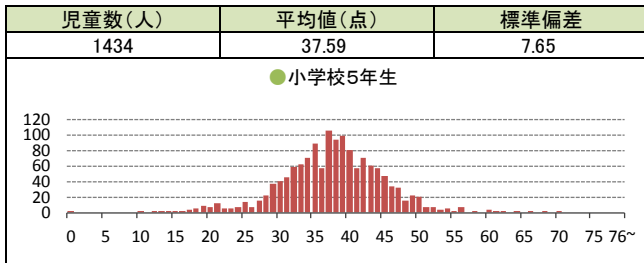
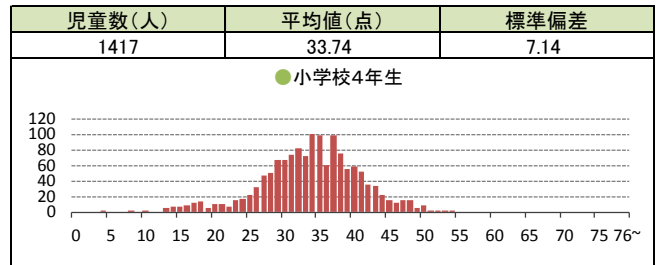
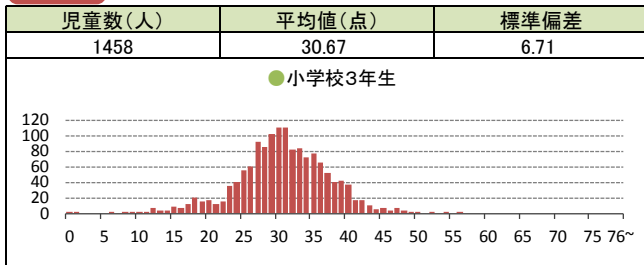


反復横とび

男子



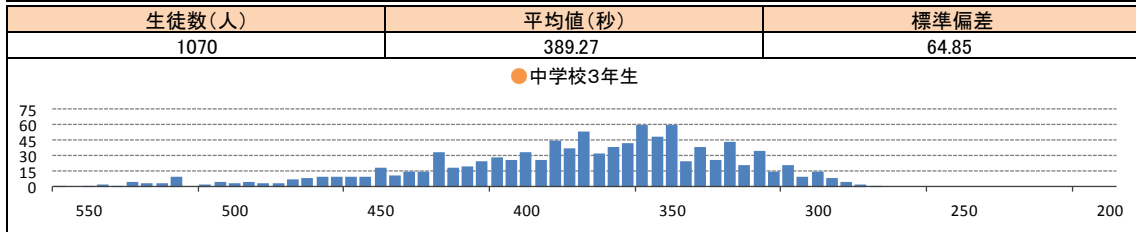
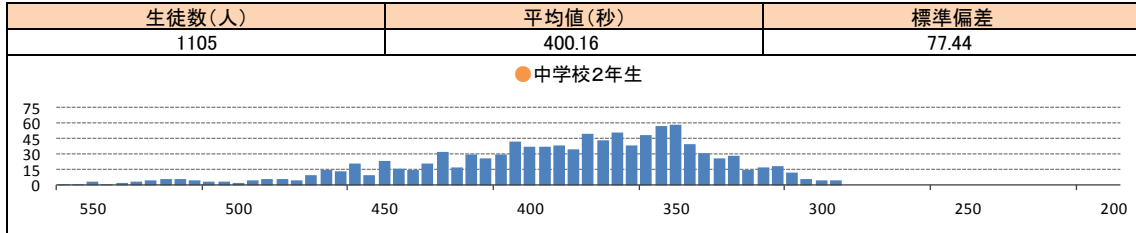
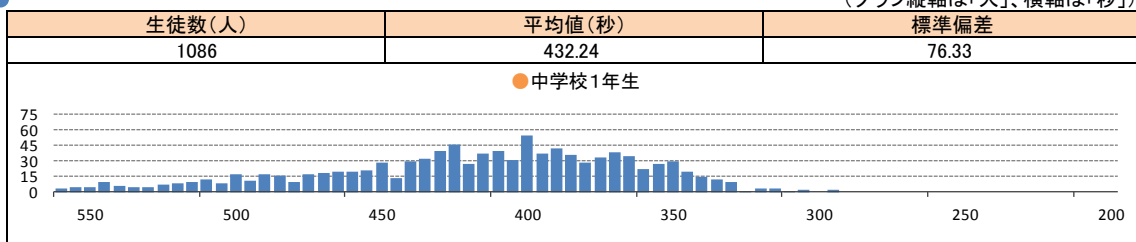
女子



持久走(男子1500m、女子1000m)

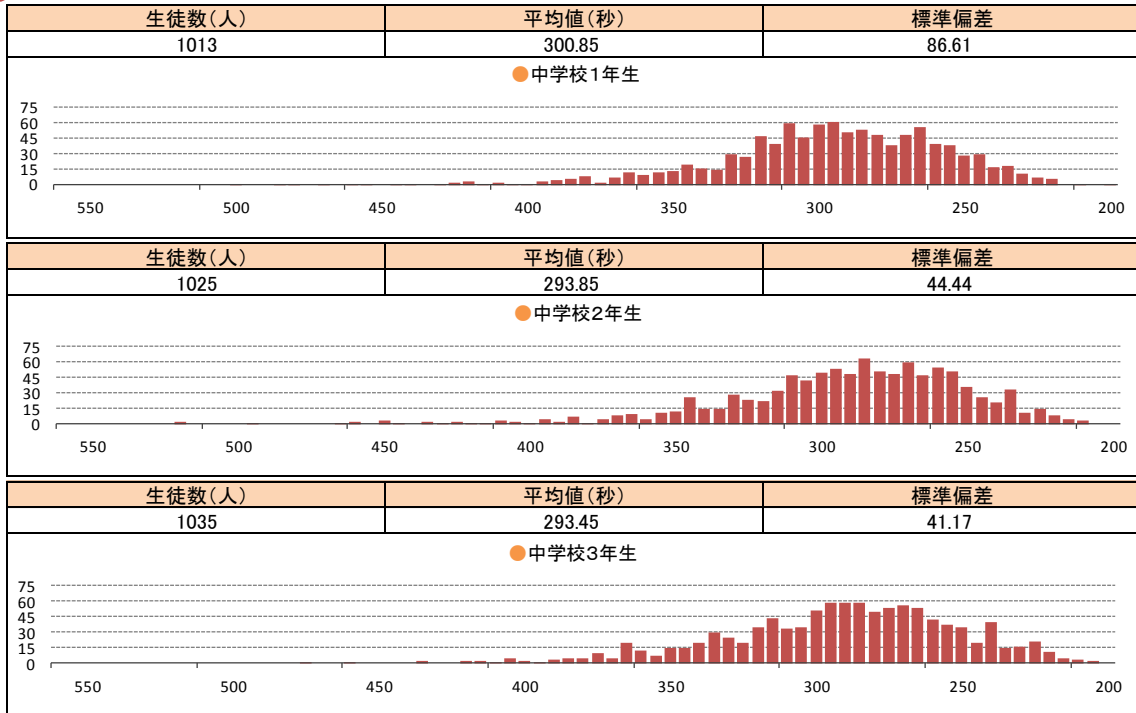
男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「秒」)





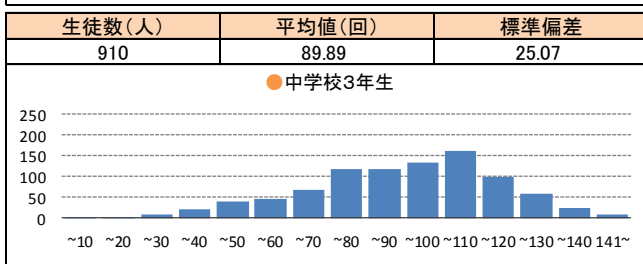
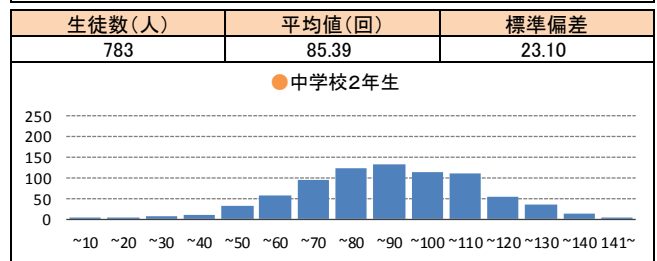
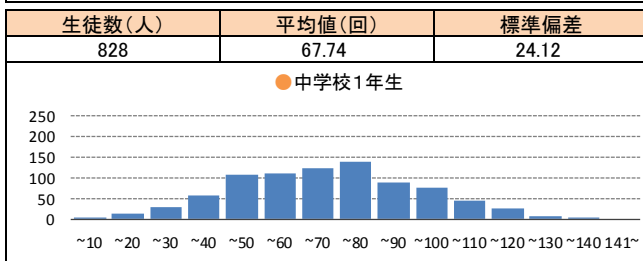
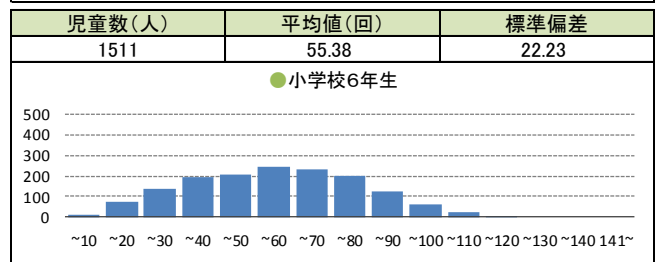
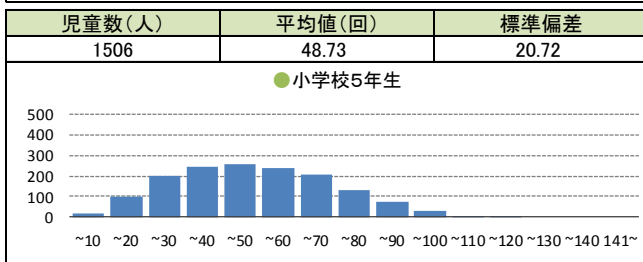
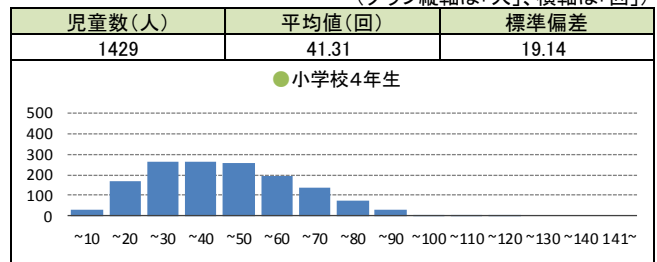
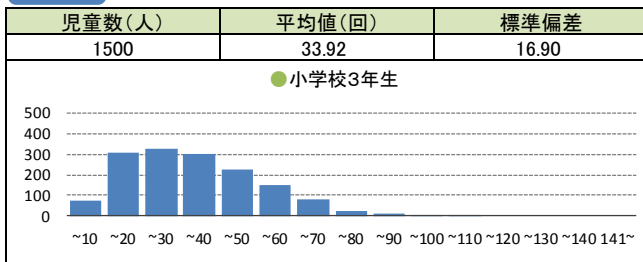
女子



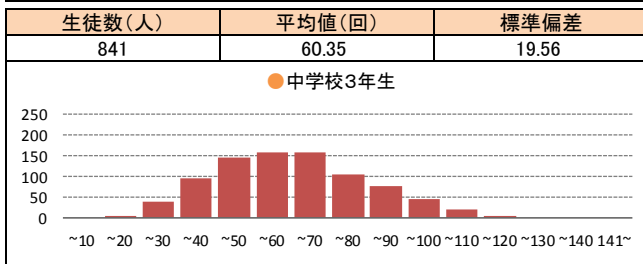
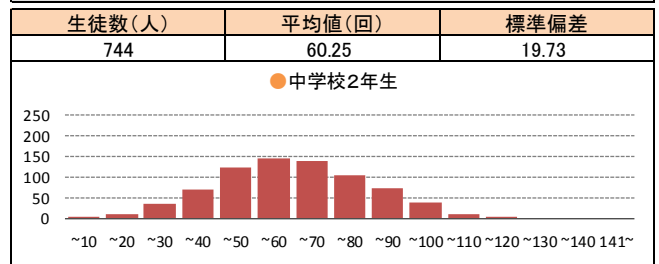
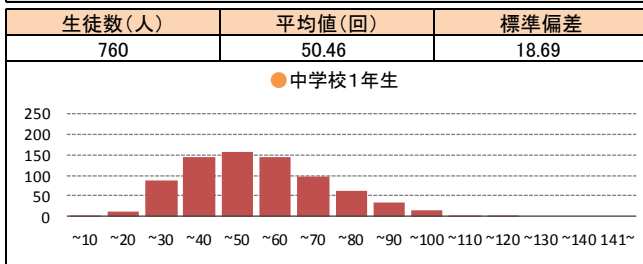
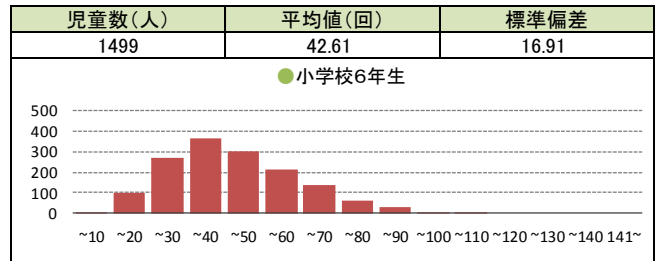
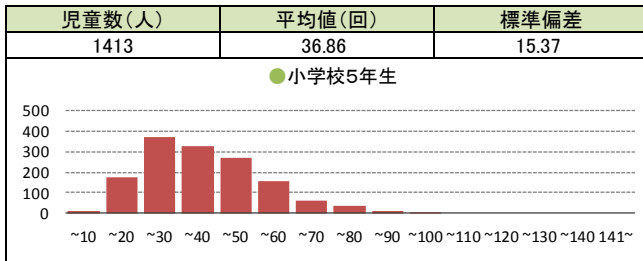
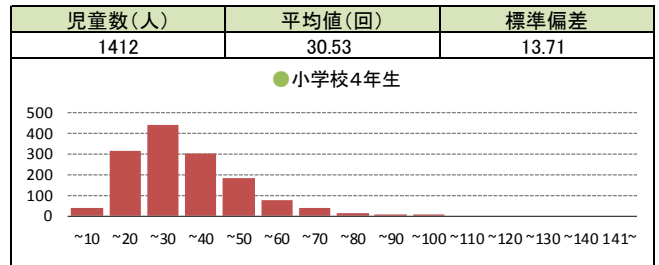
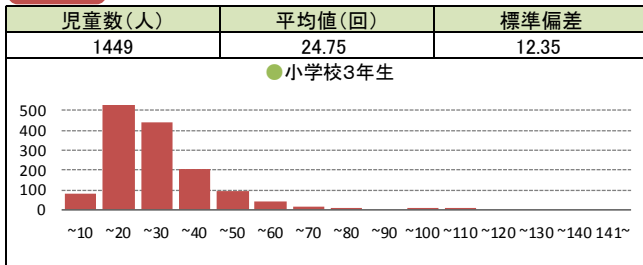
20mシャトルラン

男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「回」)



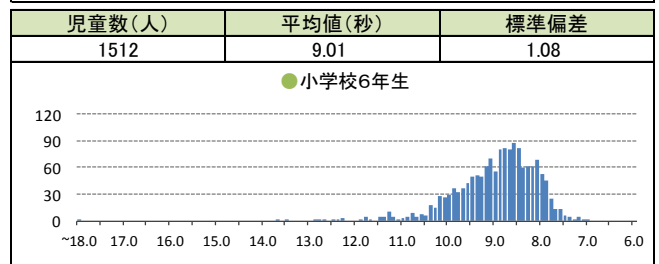
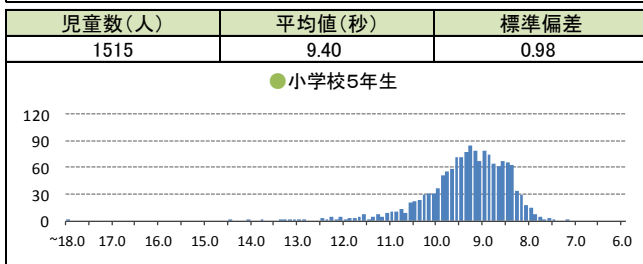
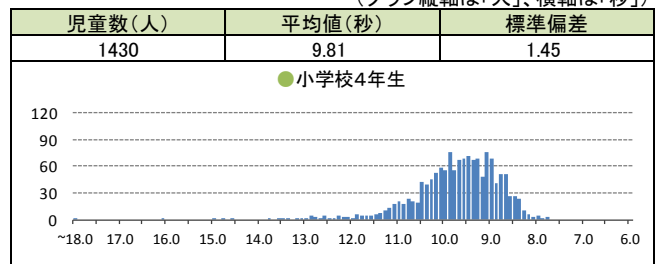
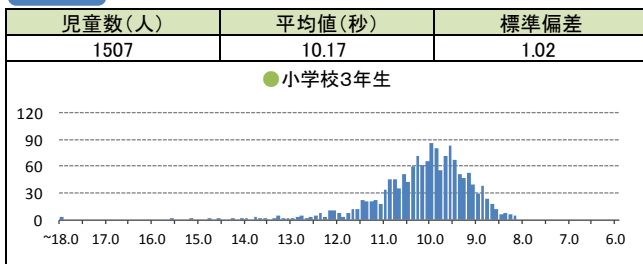
女子

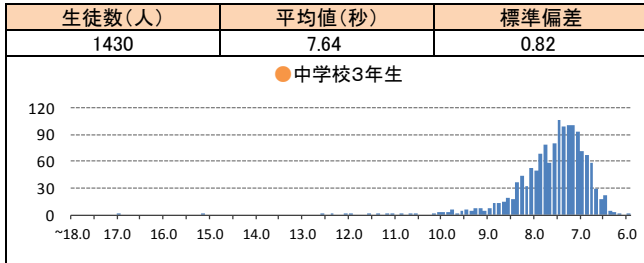
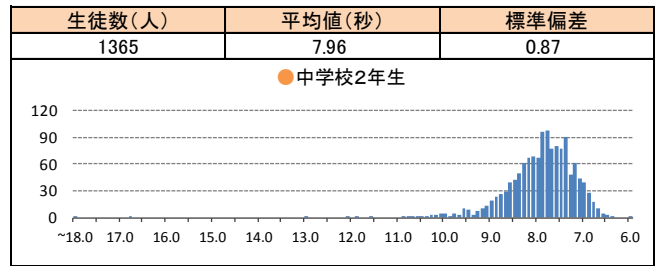
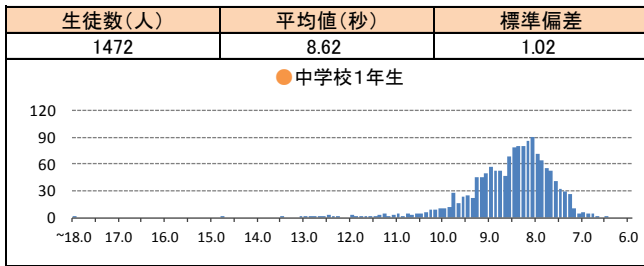


50 m 走

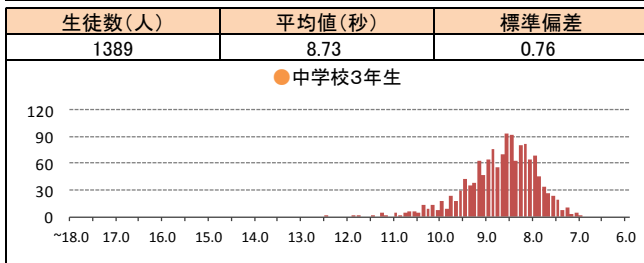
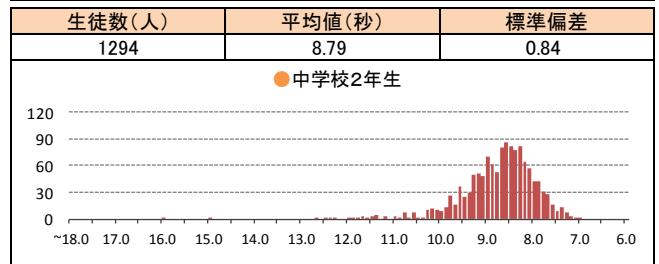
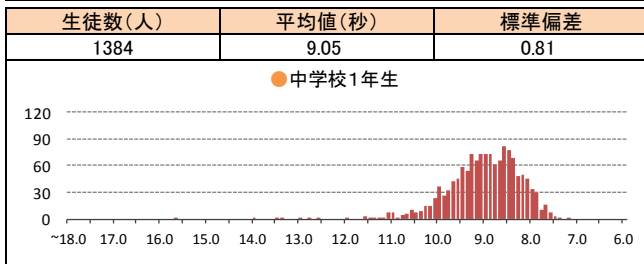
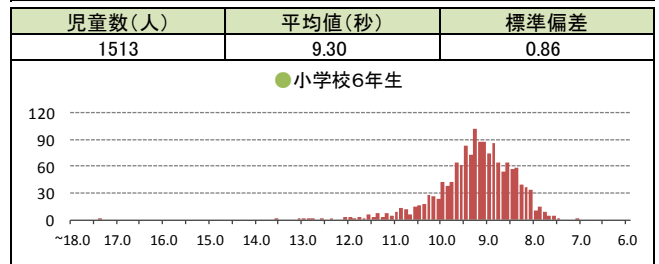
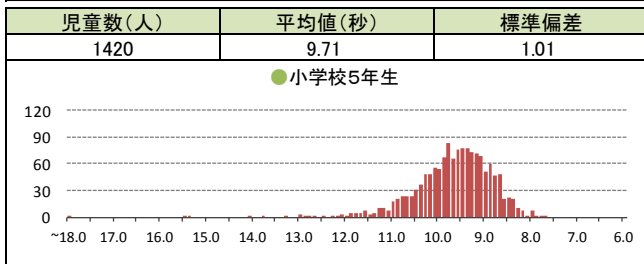
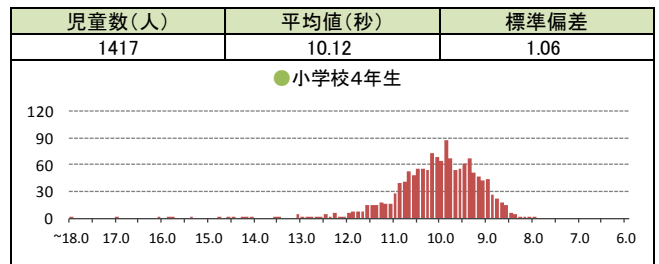
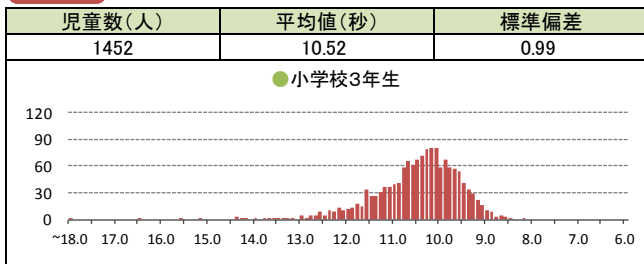
男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「秒」)





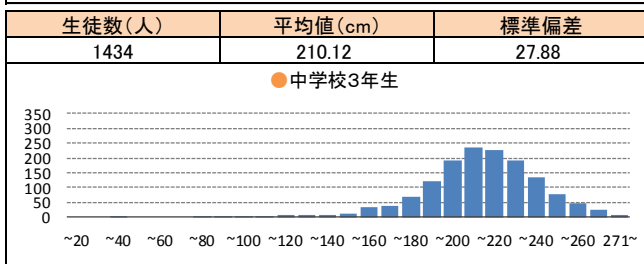
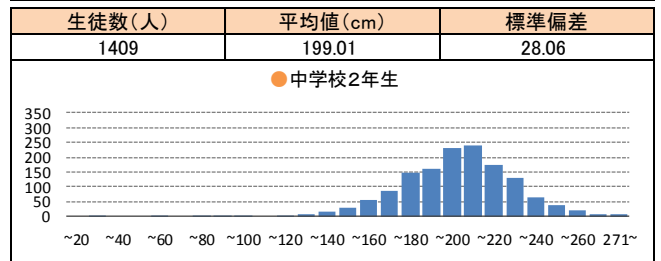
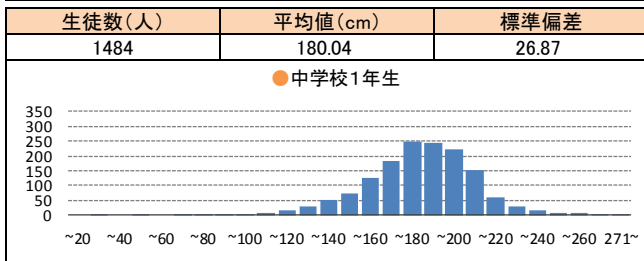
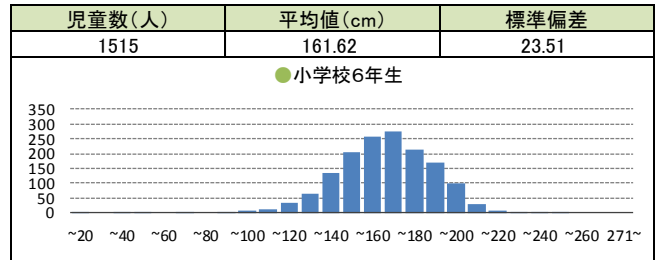
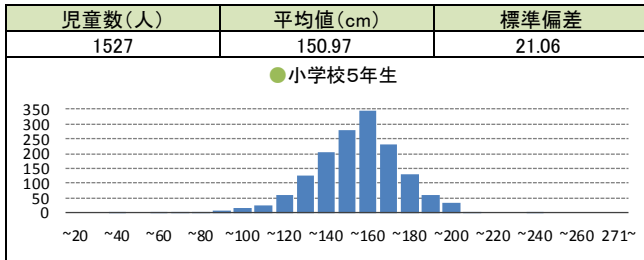
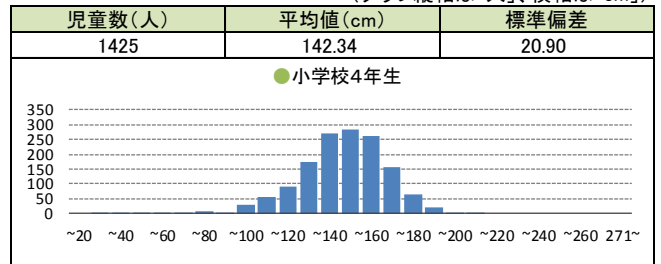
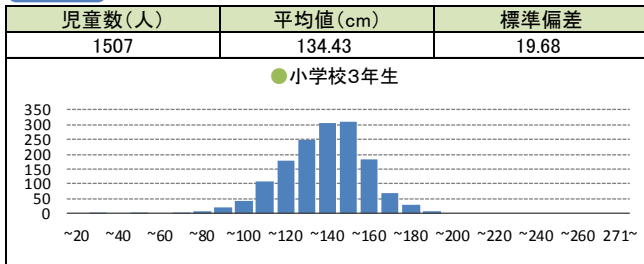
**女子**



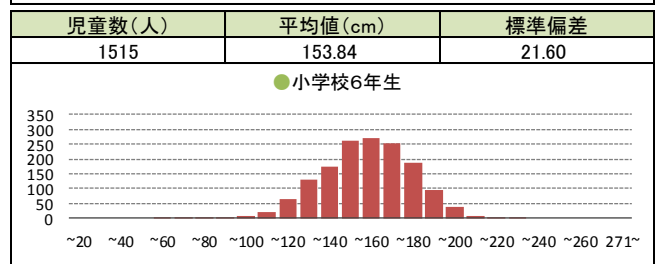
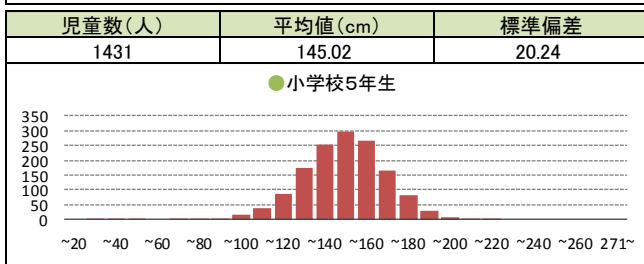
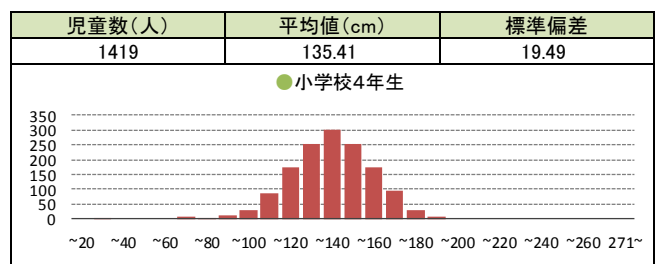
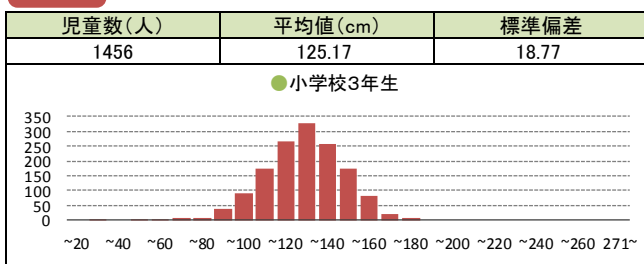
立ち幅跳び

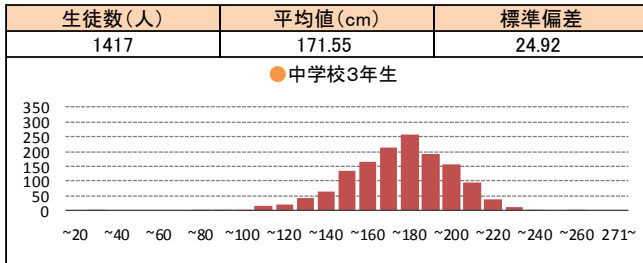
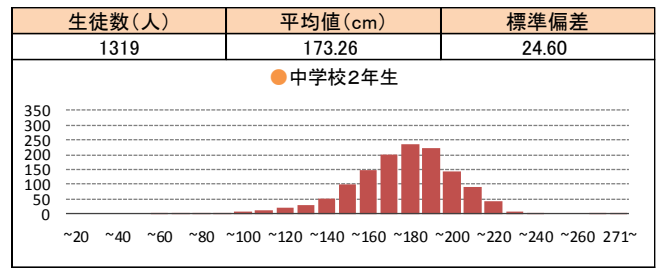
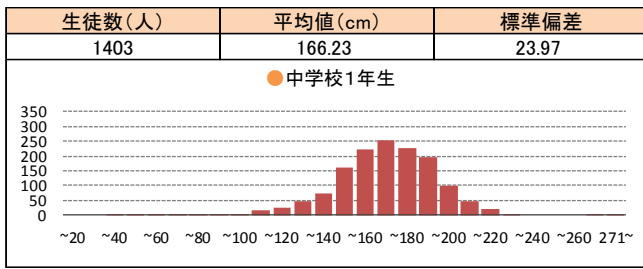
男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「cm」)



女子

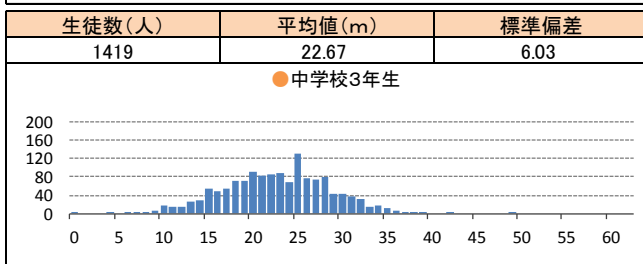
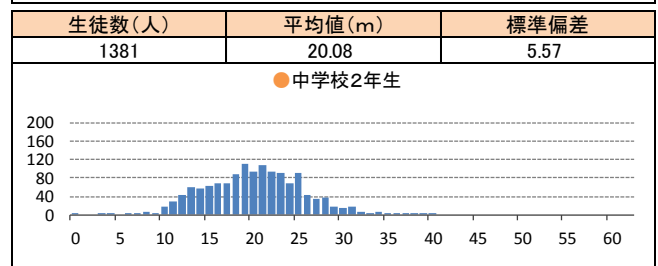
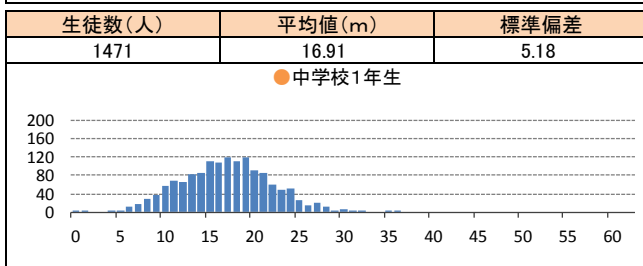
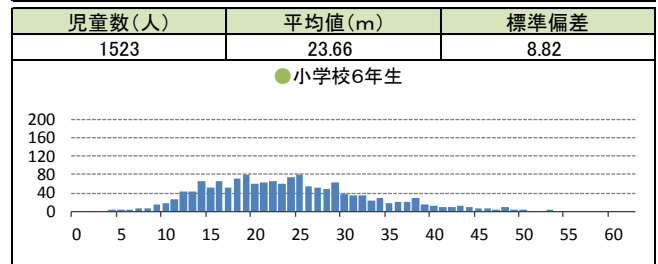
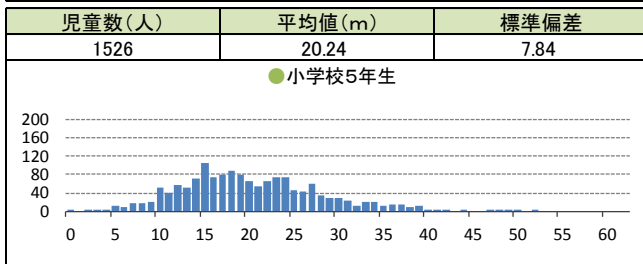
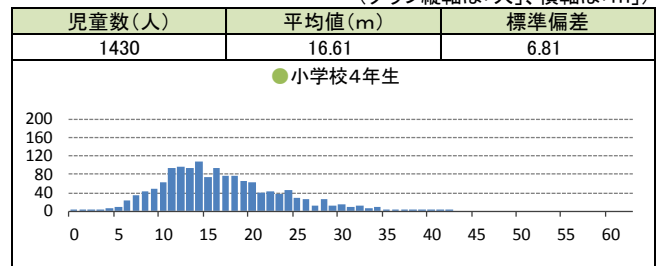
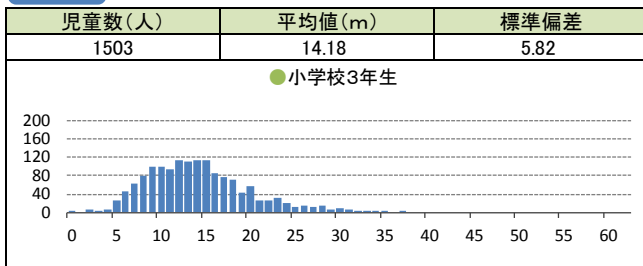




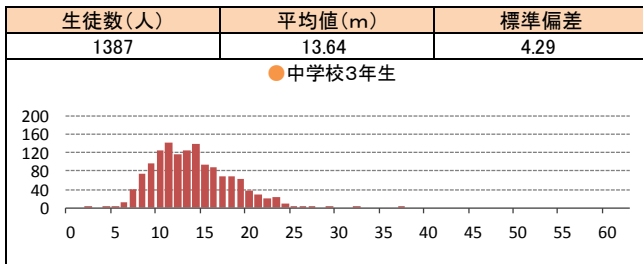
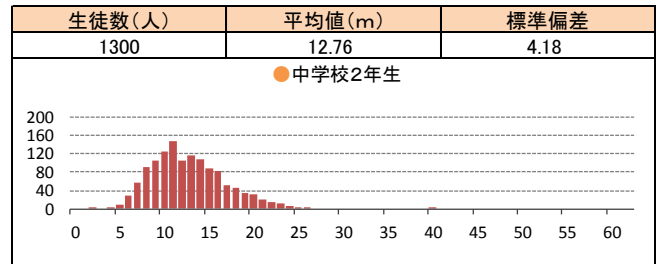
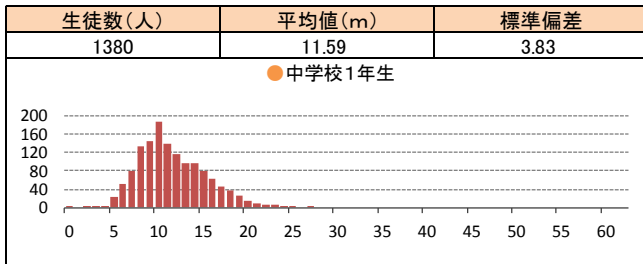
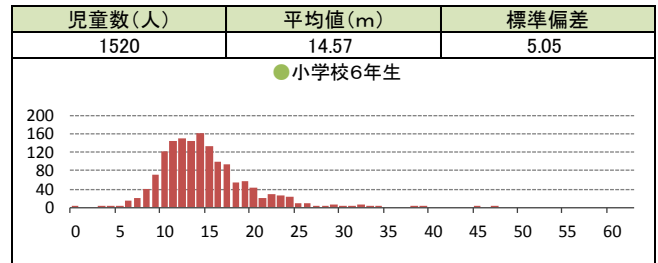
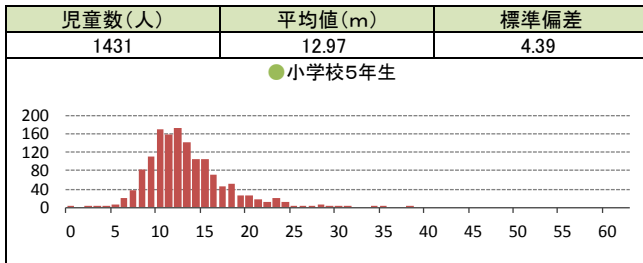
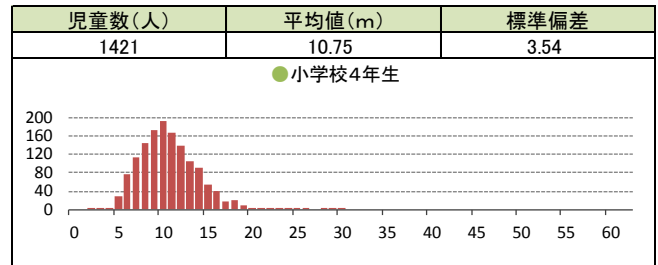
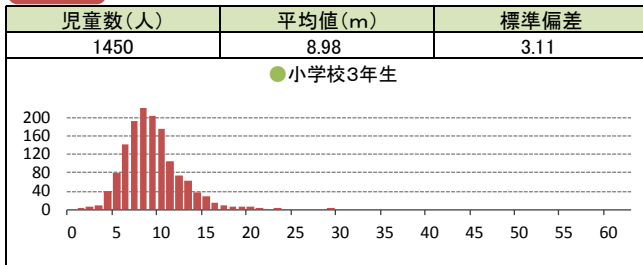
ボール投げ(小学校ソフトボール投げ、中学校ハンドボール投げ)

男子

(グラフ縦軸は「人」、横軸は「m」)



女子

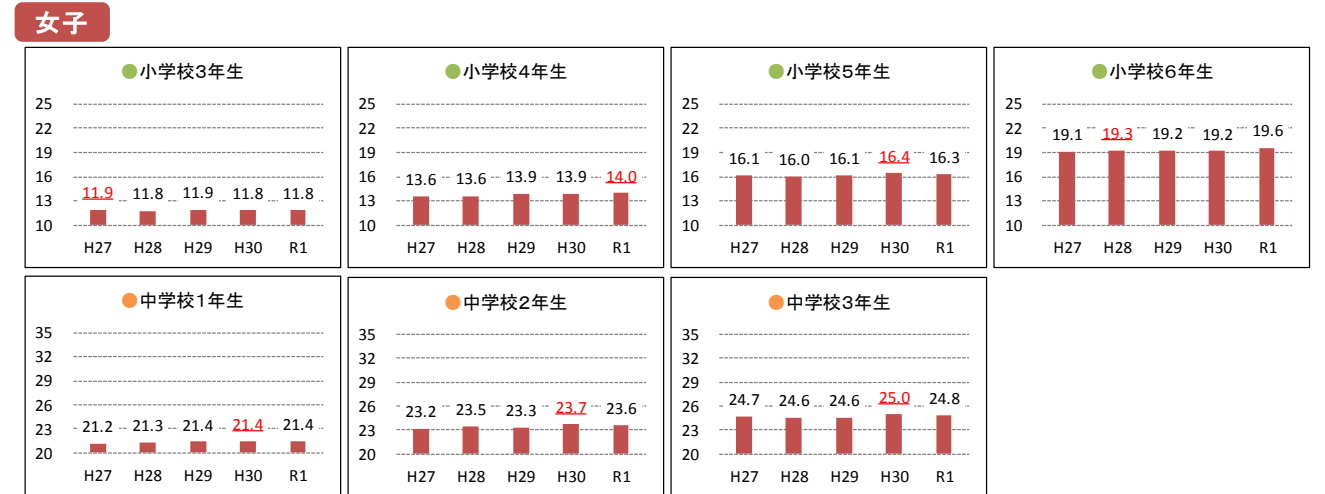
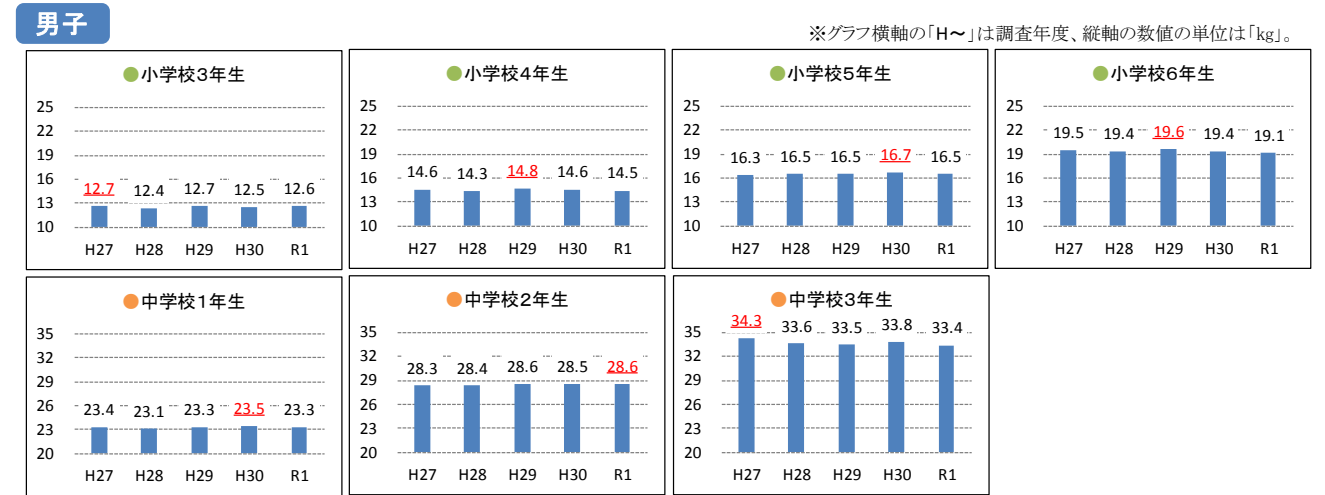


〈各種目の経年変化〉

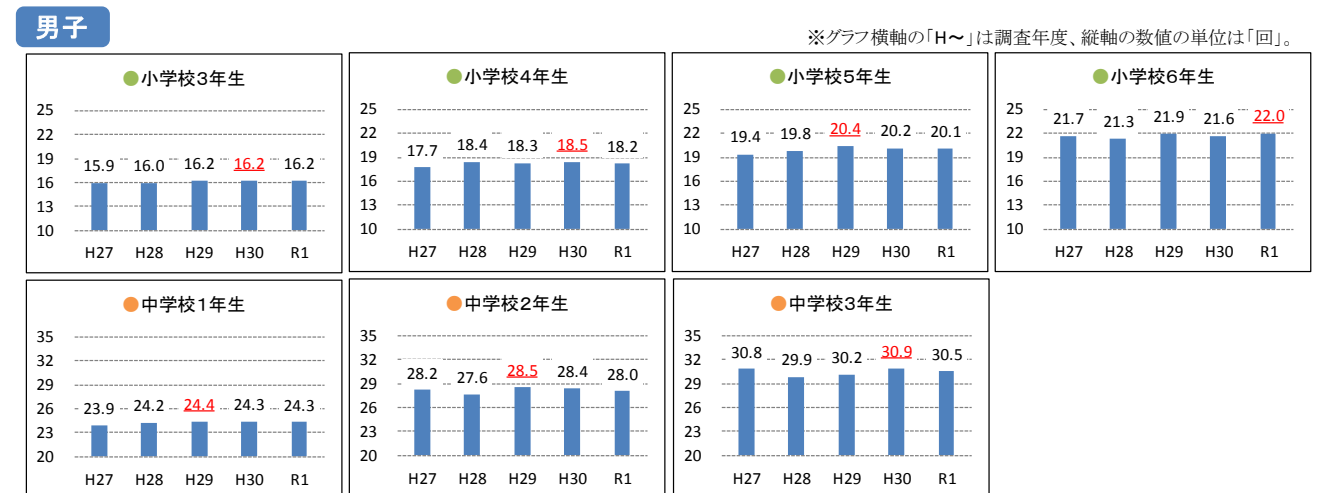
各種目別に見ると、長座体前屈で中学校男子が、反復横とびで中学校女子がそれぞれ全学年において平成27年度の調査開始以降過去最高値であった。また、長座体前屈、反復横とびでは過去最高値を示した学年も多くあり、高い値であった。一方、小学校のソフトボール投げは、過去最低値を示した学年が半数以上あり、低い値であった。体力合計点は、中学校1・2年生では男女とも過去最高値となった。

※下線(赤)の数値は最高値(小数第2位までの比較)

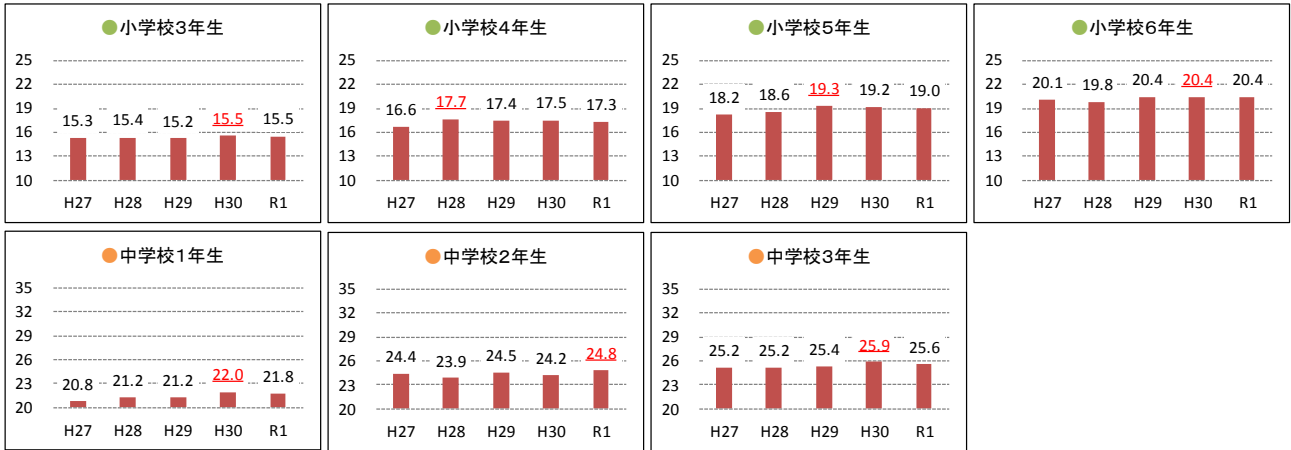
握 力



上体起こし



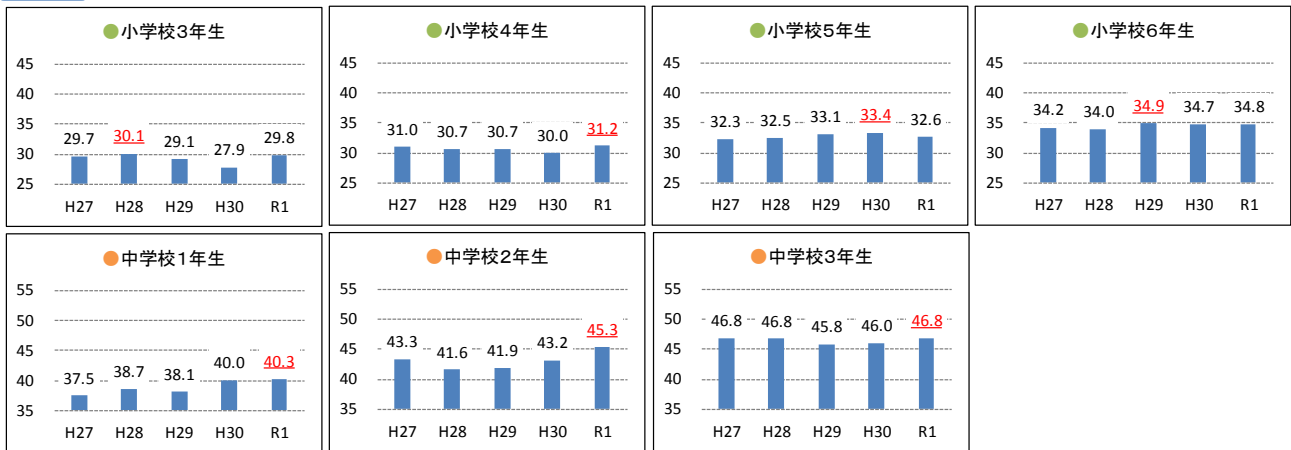
女子



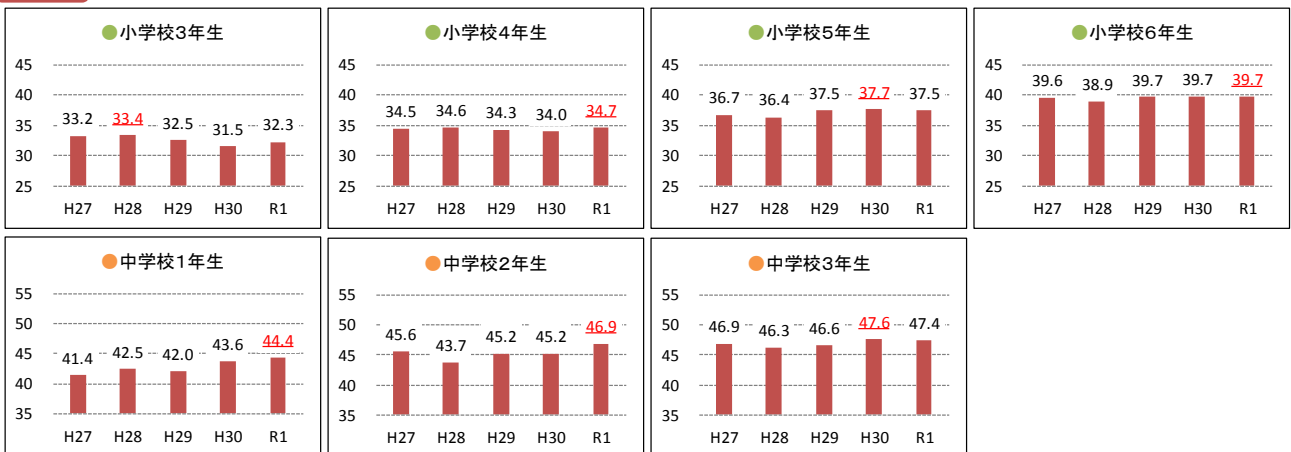
長座体前屈

男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「cm」。



女子

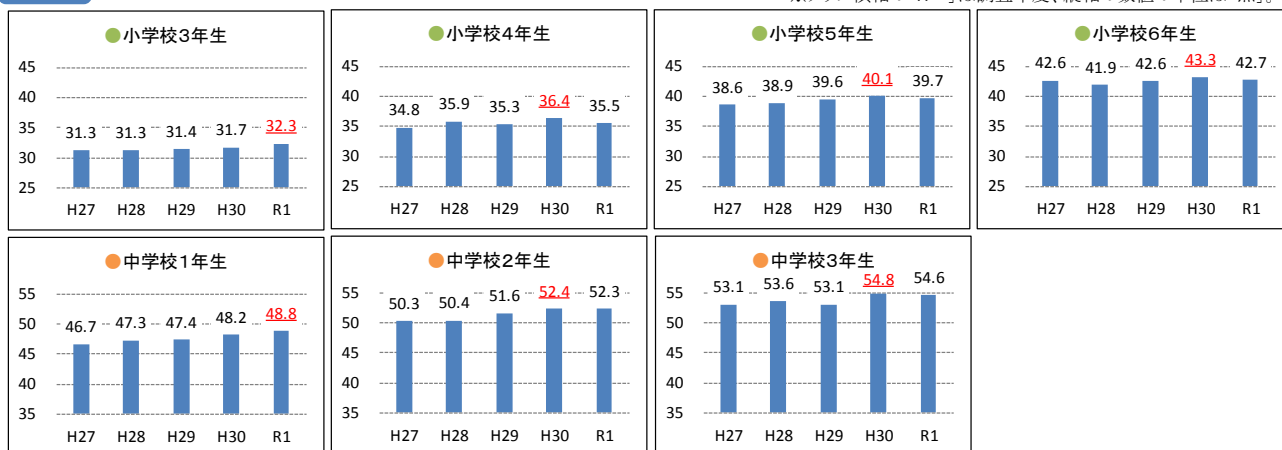




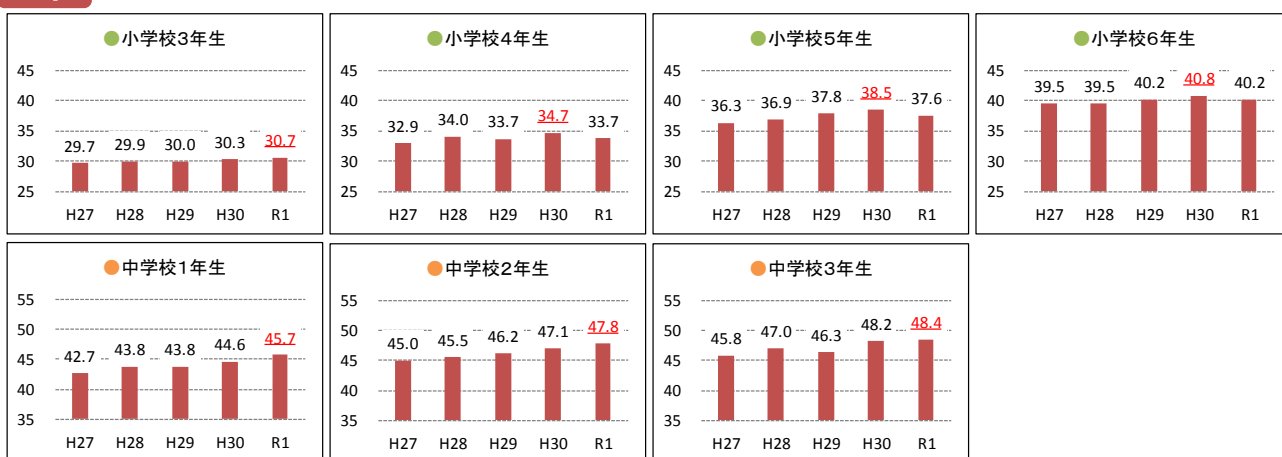
## 反復横とび

### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「点」。



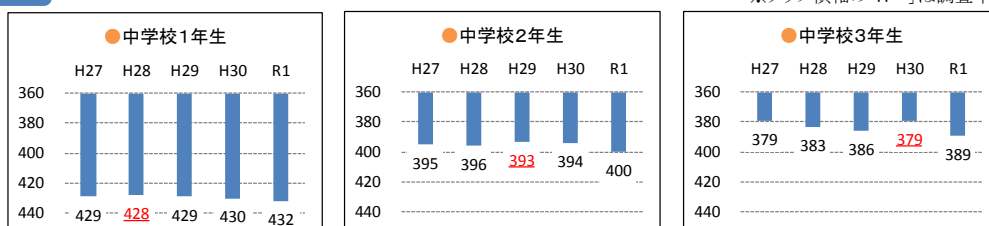
### 女子



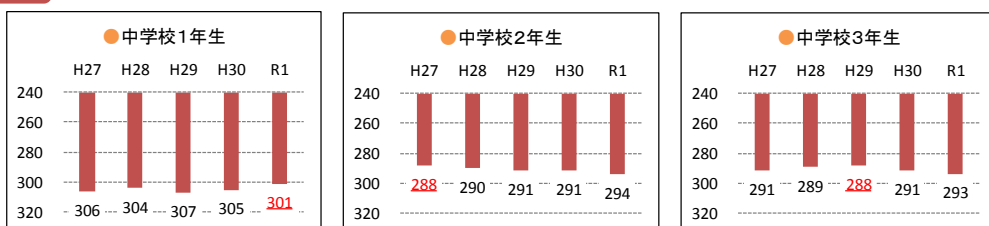
## 持久走(男子1500m、女子1000m)

### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「秒」。



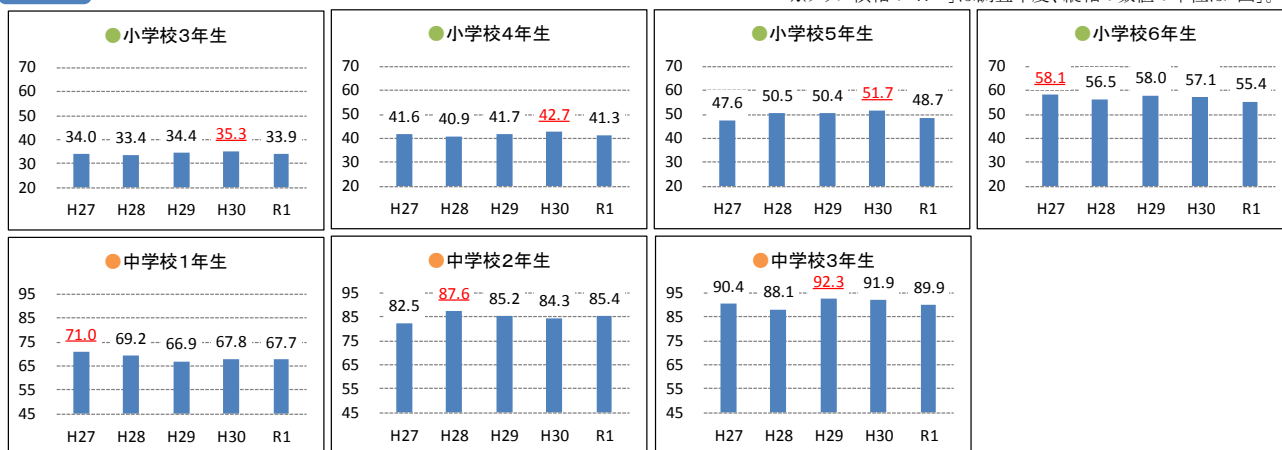
### 女子



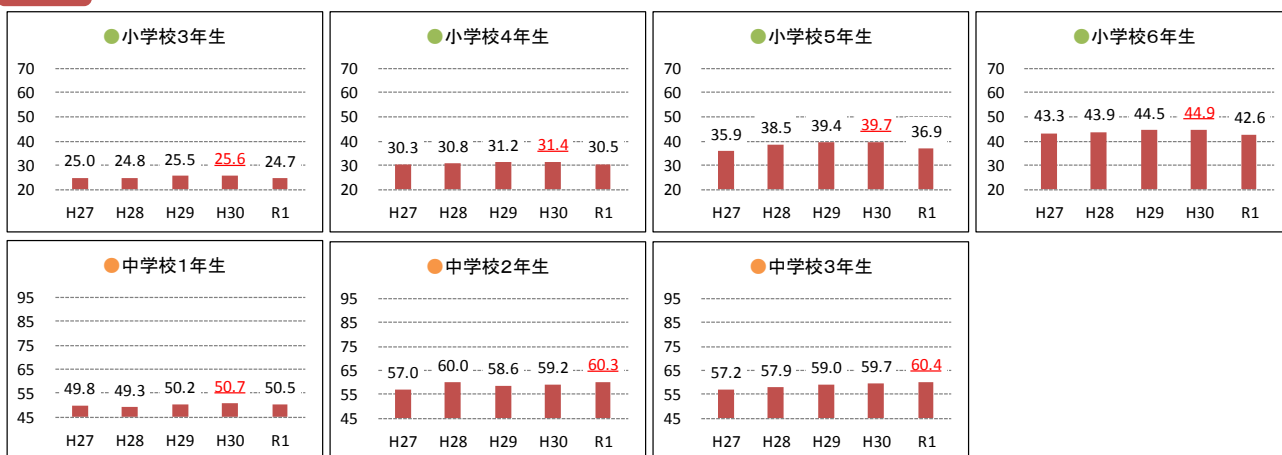
## 20mシャトルラン

### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「回」。



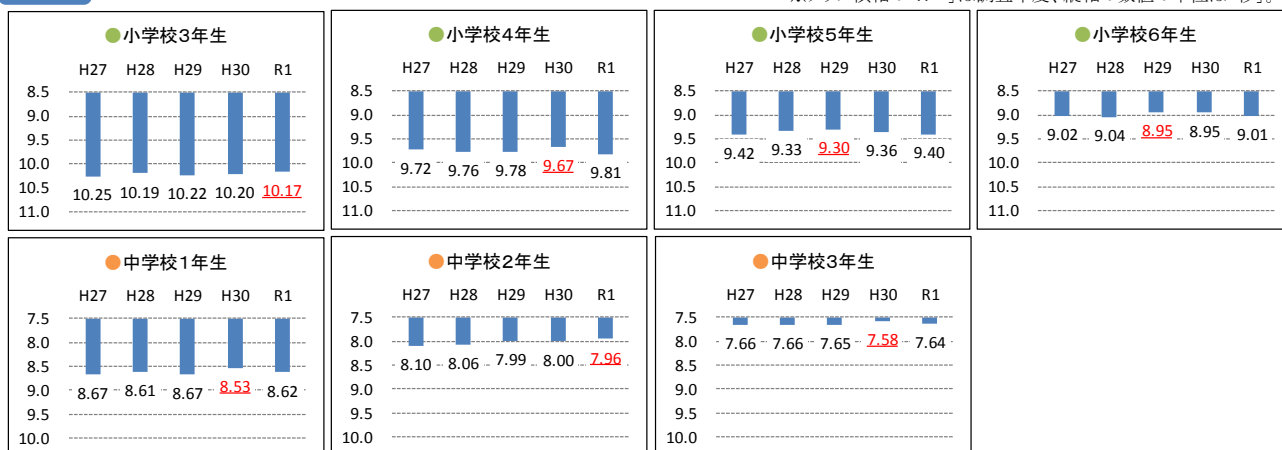
### 女子



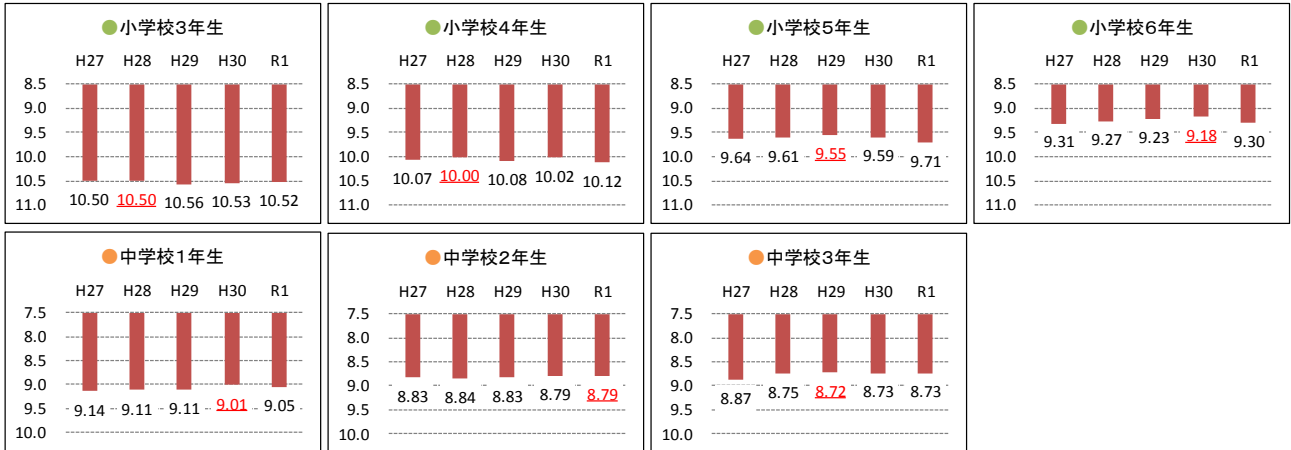
## 50m走

### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「秒」。



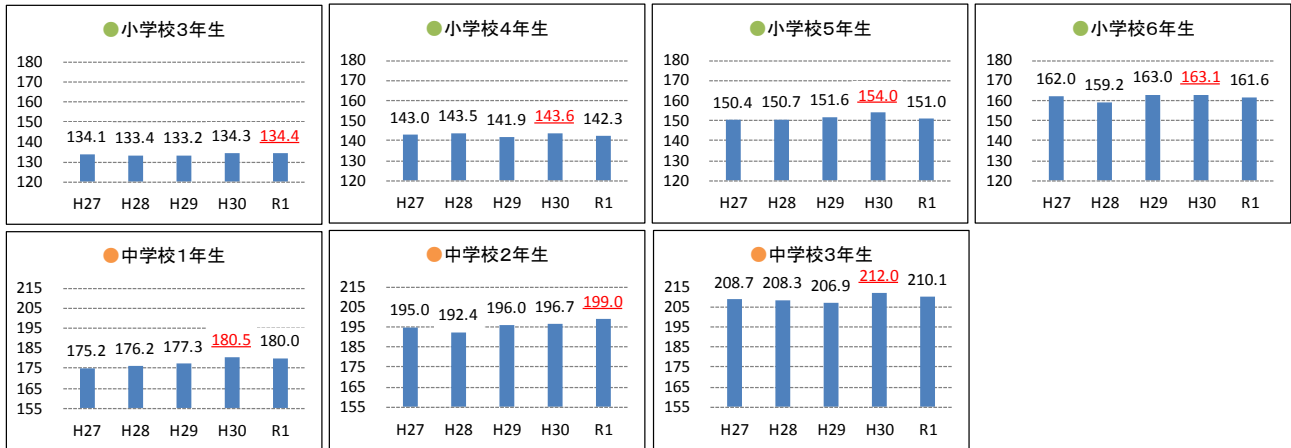
女子



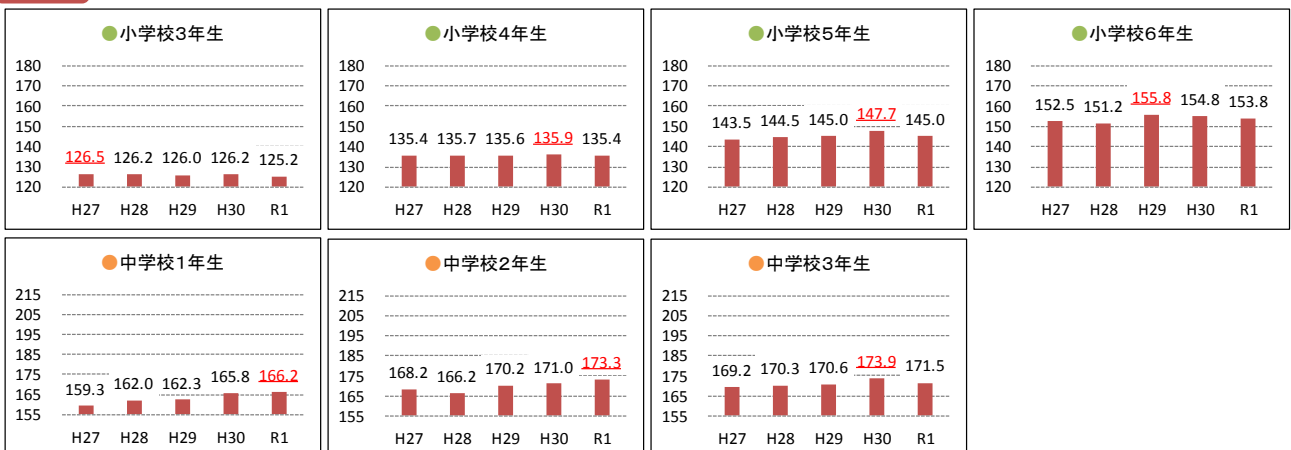
立ち幅とび

男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「cm」。



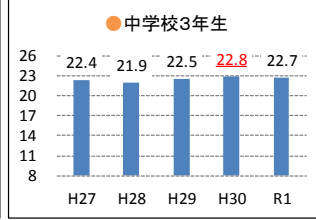
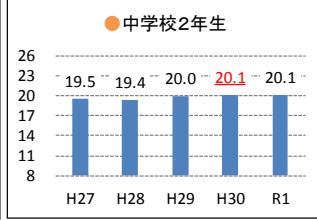
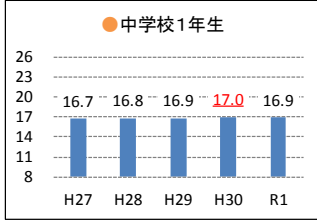
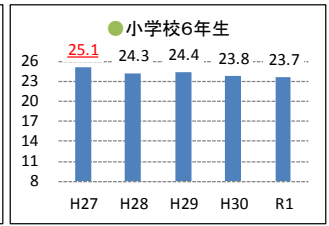
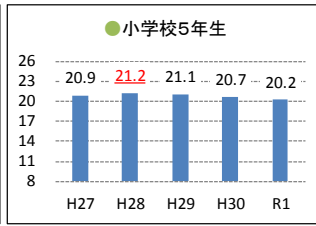
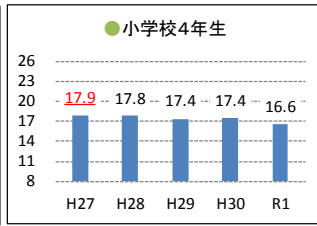
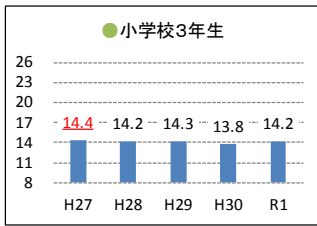
女子



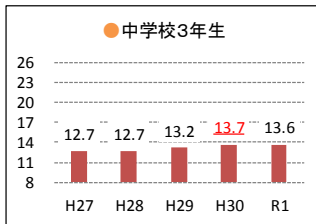
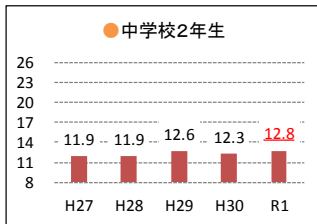
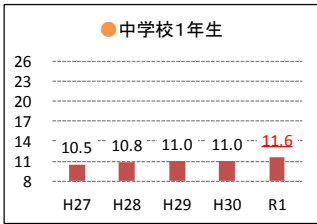
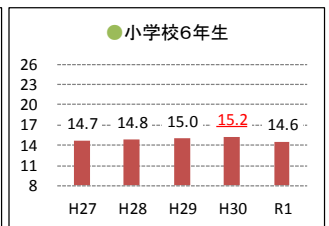
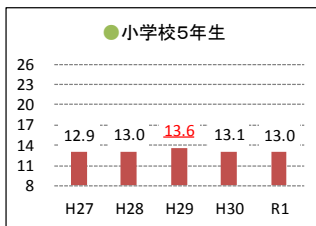
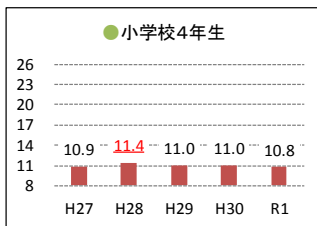
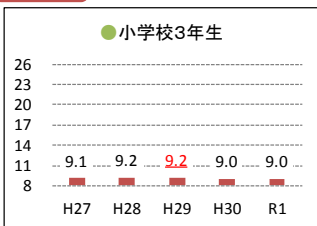
ボール投げ(小学校ソフトボール投げ、中学校ハンドボール投げ)

男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「m」。



女子

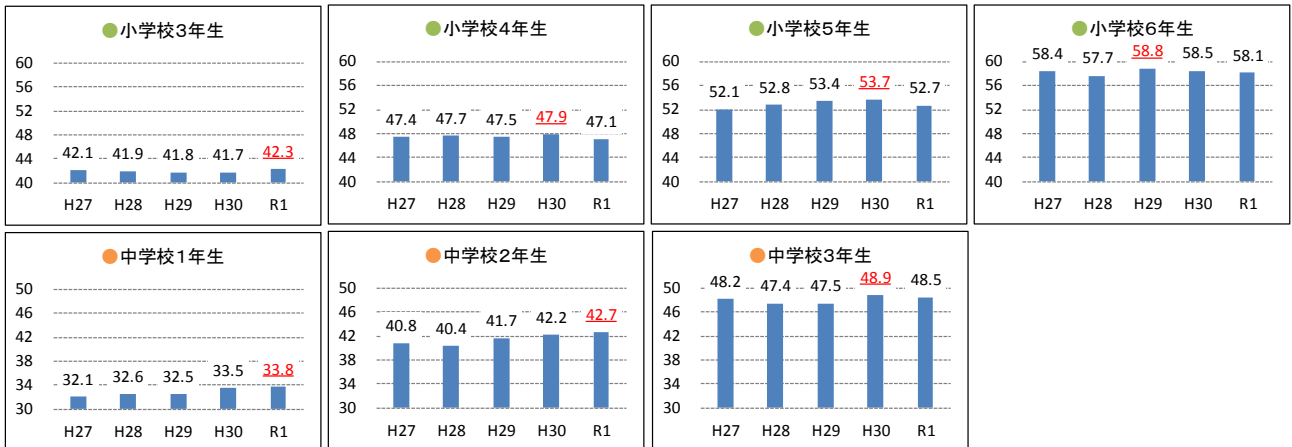


<体力合計点の経年変化>

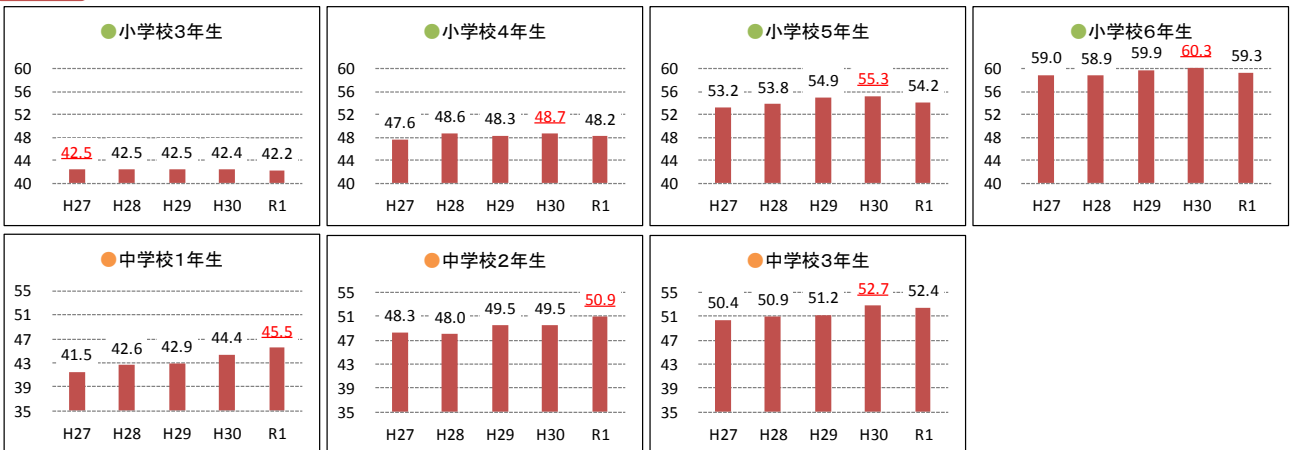
体力合計点

男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「点」。



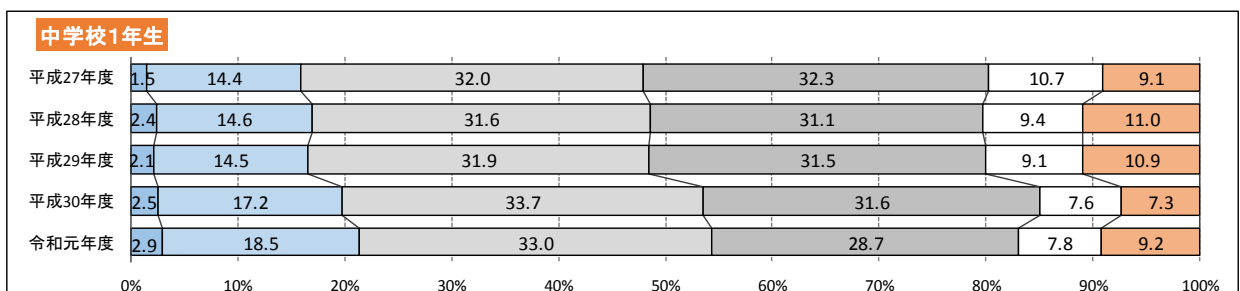
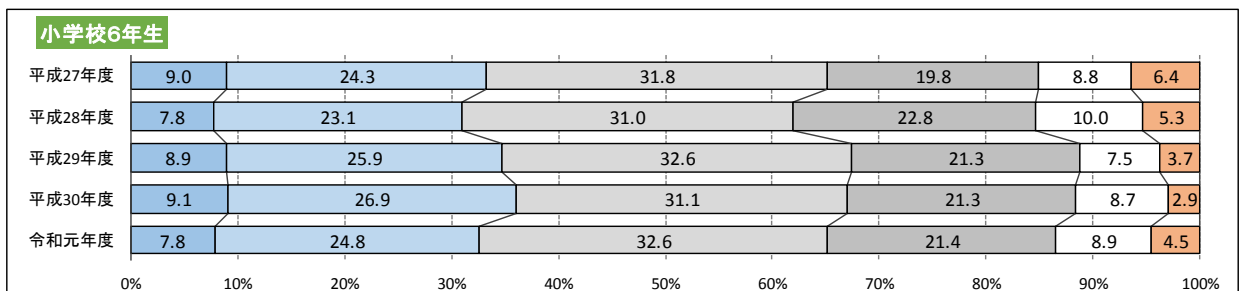
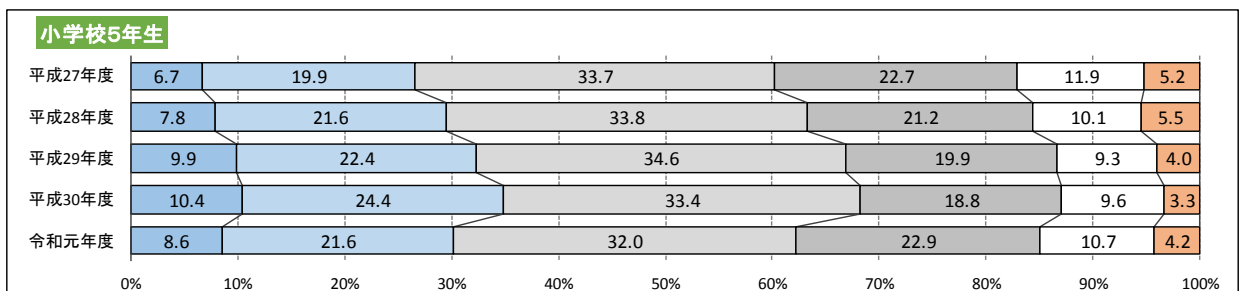
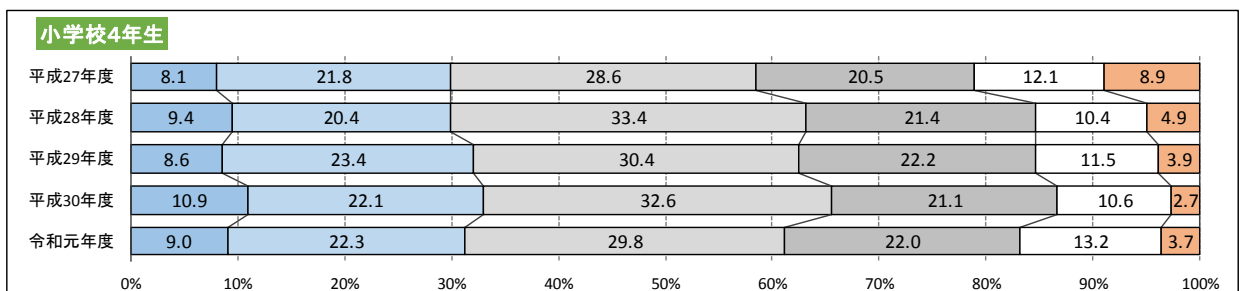
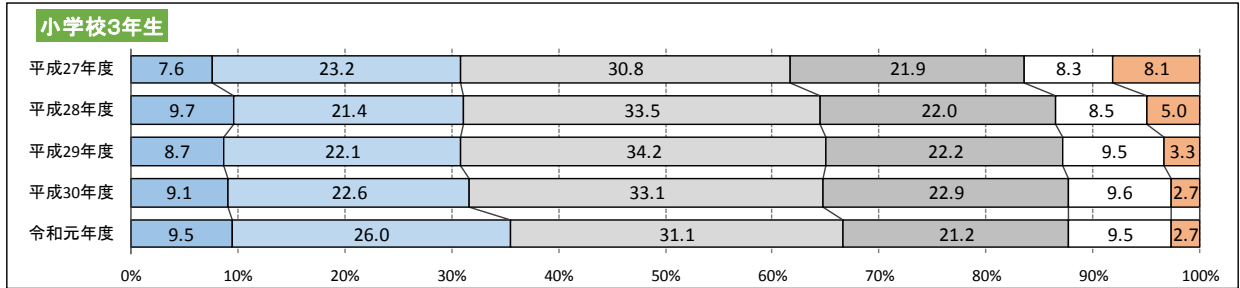
女子

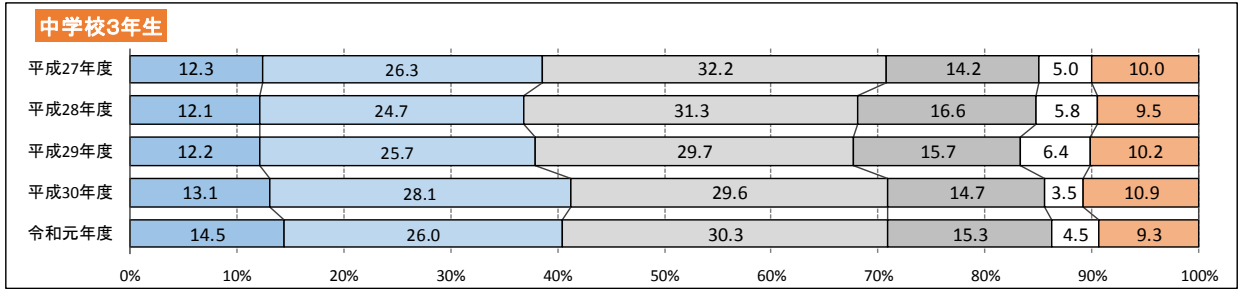
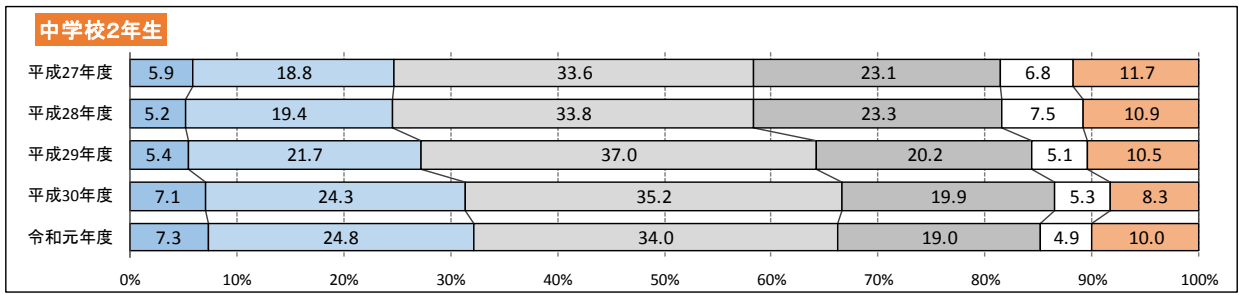


〈総合評価（段階別）の経年変化〉

総合評価A・Bの割合は総じて高い値で推移しており、総合評価D・Eの割合は、中学校1・2年生男女において、過去最低値であった。総合評価〔(A+B) - (D+E)〕のポイントは、小学校3年生男子、中学校1・2年生男女で、過去最高値となった。また、実技調査の全ての種目を終了できなかった「評価不能」の割合は、中学校3年生男女以外は平成30年度より高い値であった。

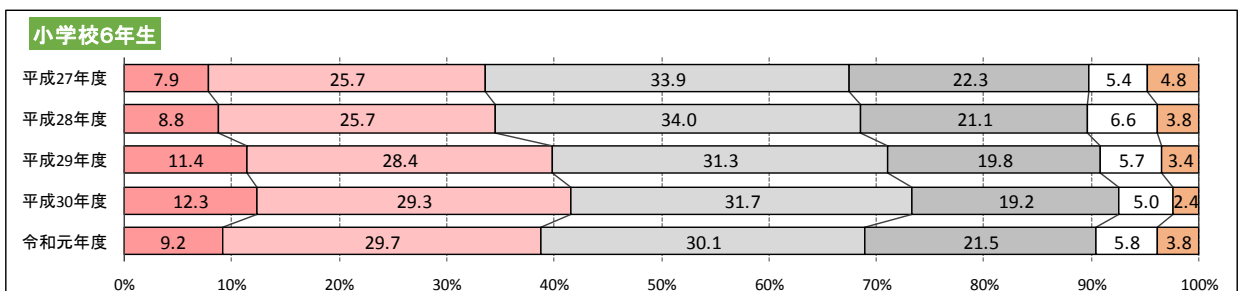
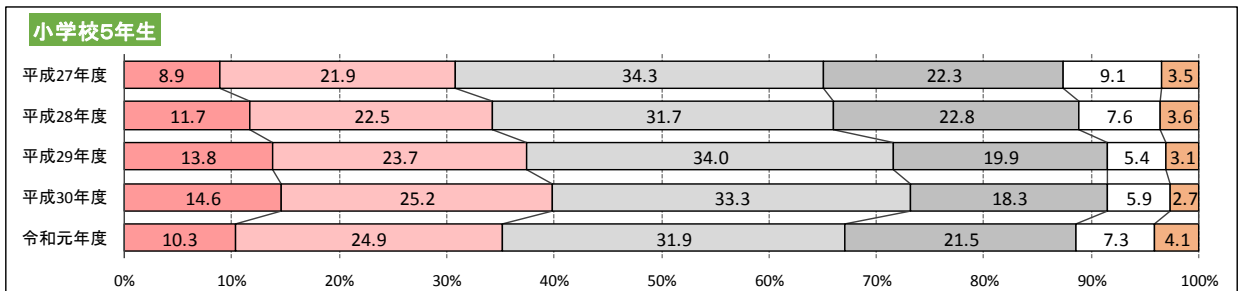
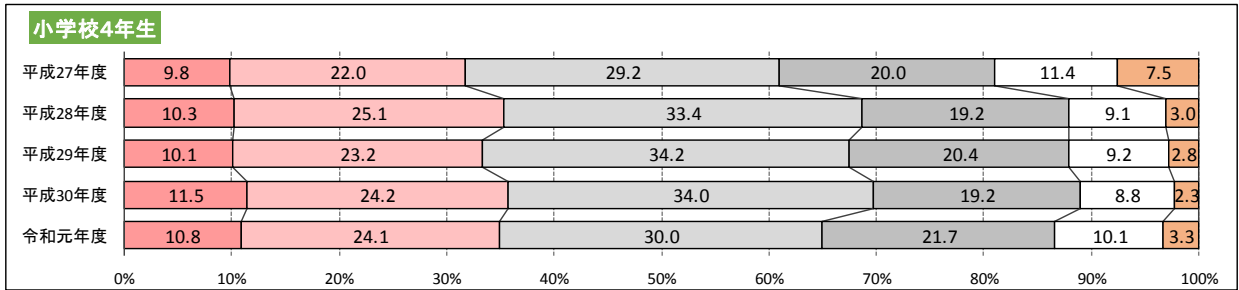
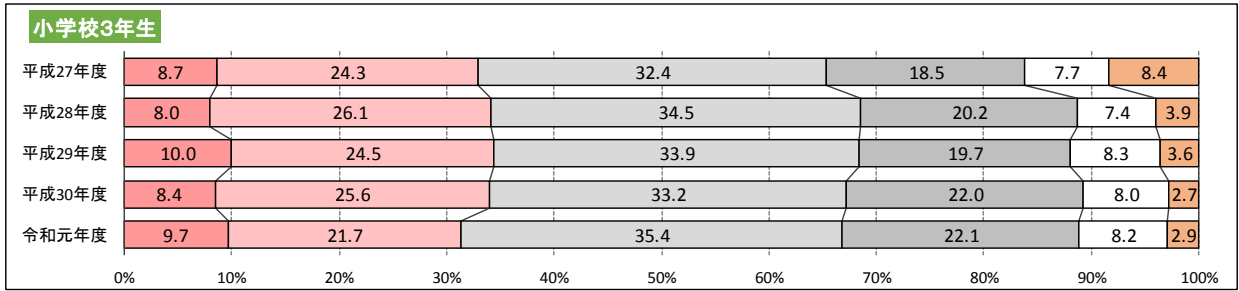
男子

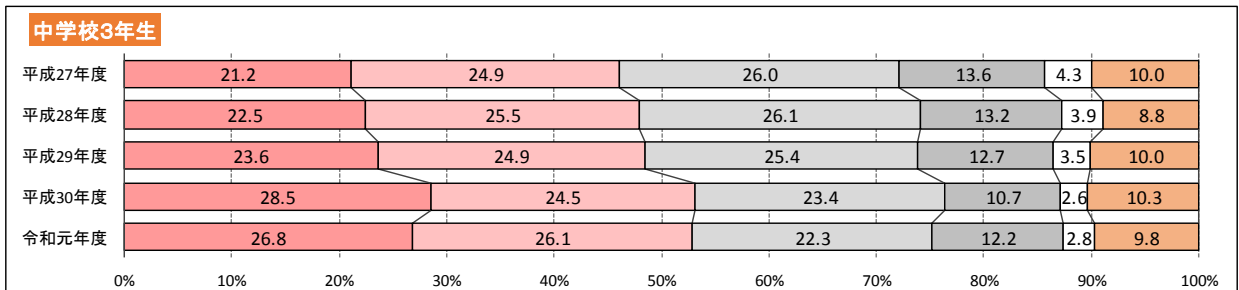
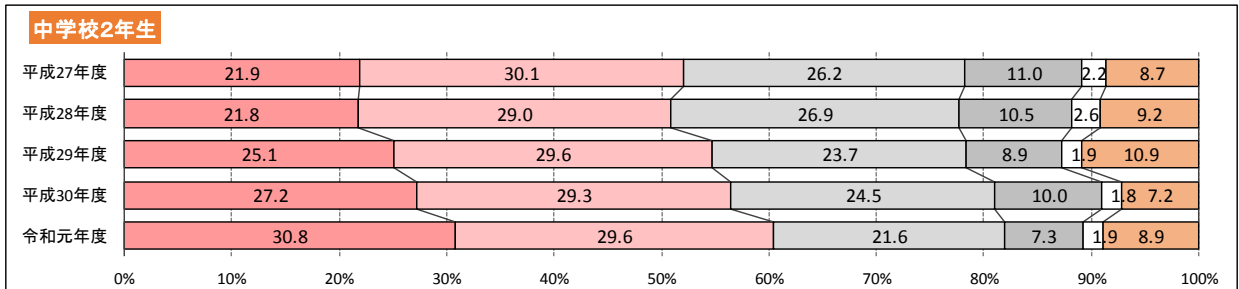
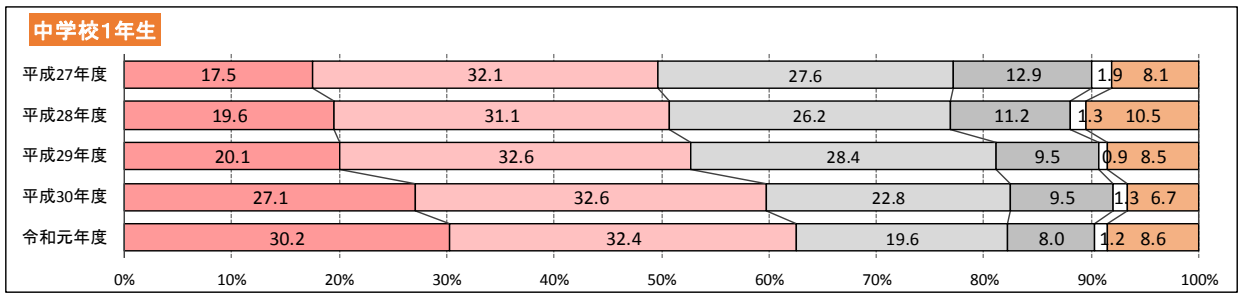




## 女子

A 
  B 
  C 
  D 
  E 
  不能

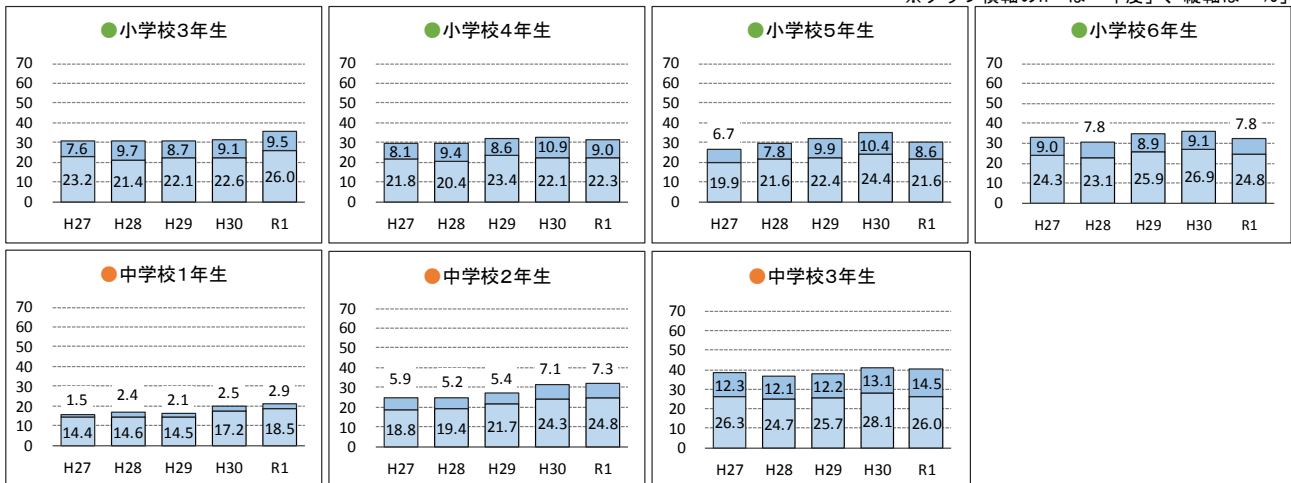




[A+B率]

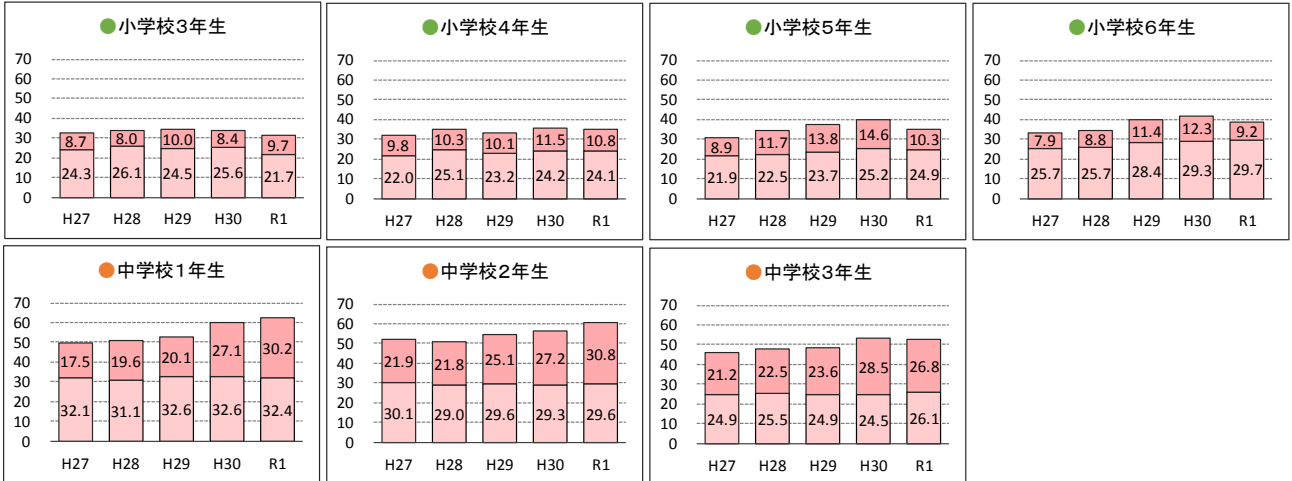
男子 ■ A ■ B

※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「%」



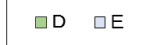


女子

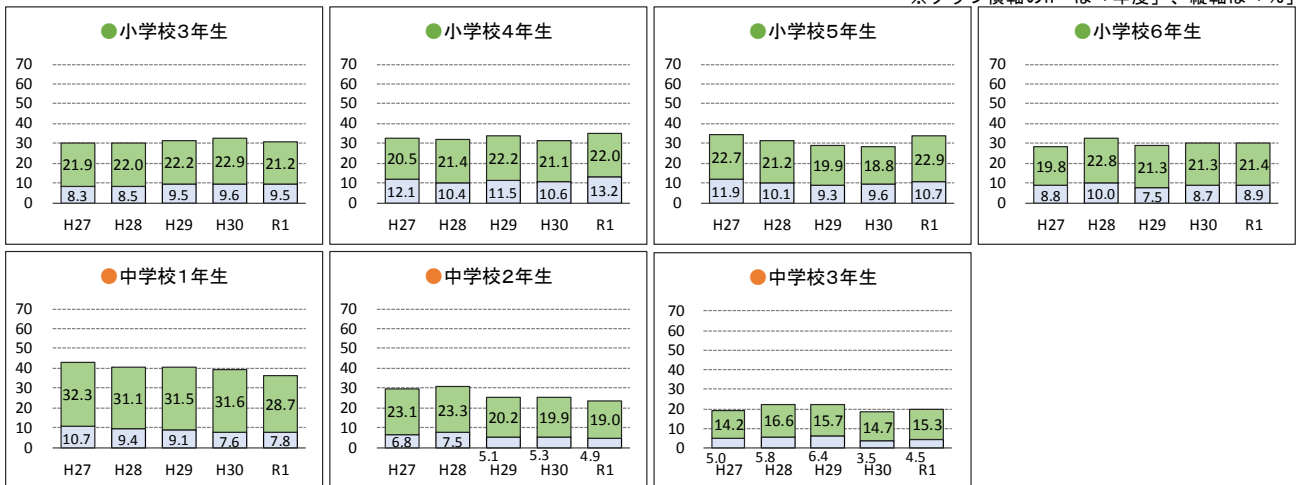


[D+E率]

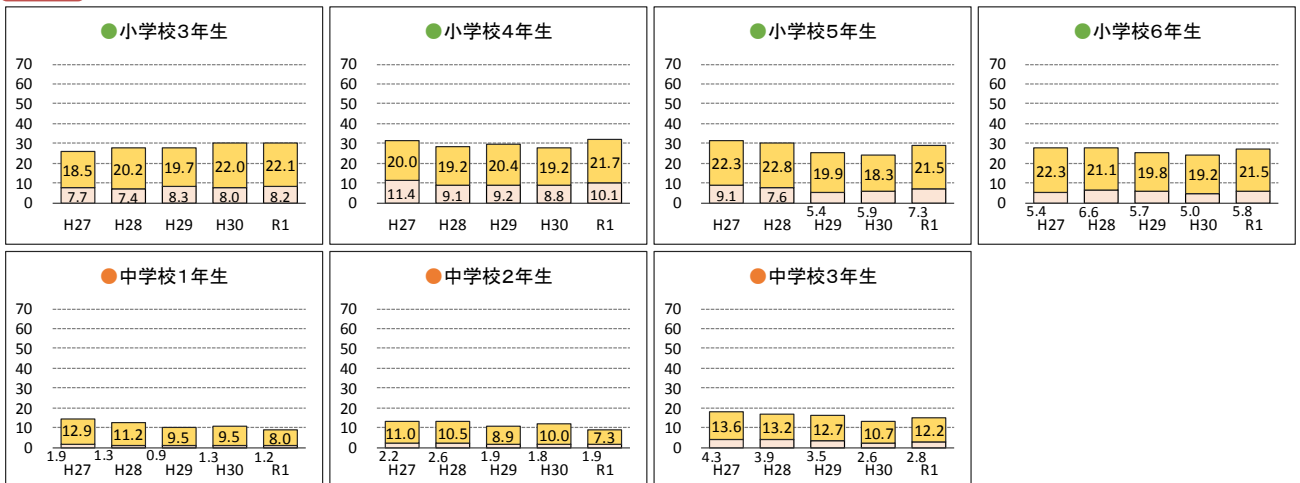
男子



※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「%」



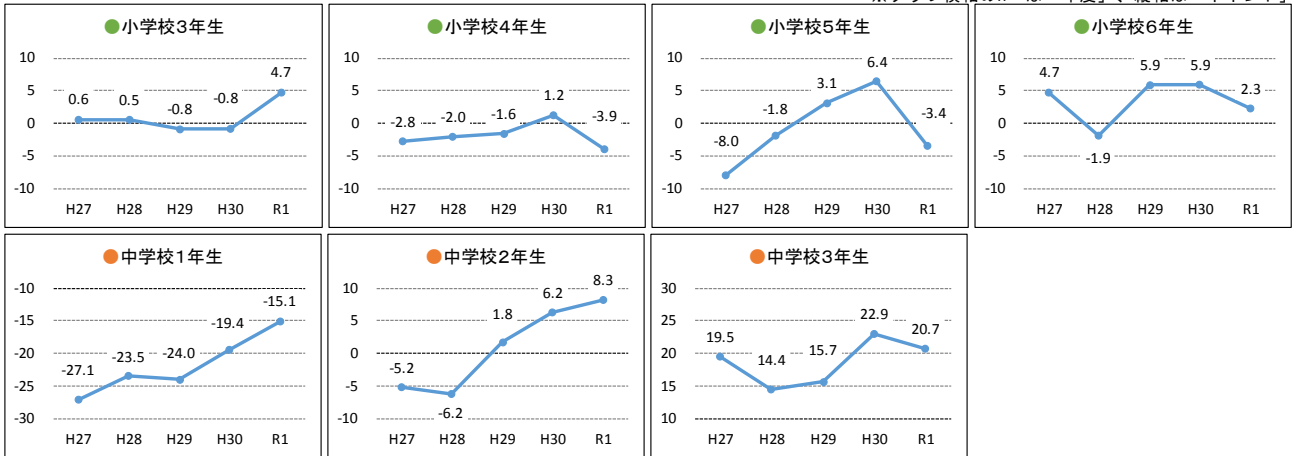
女子



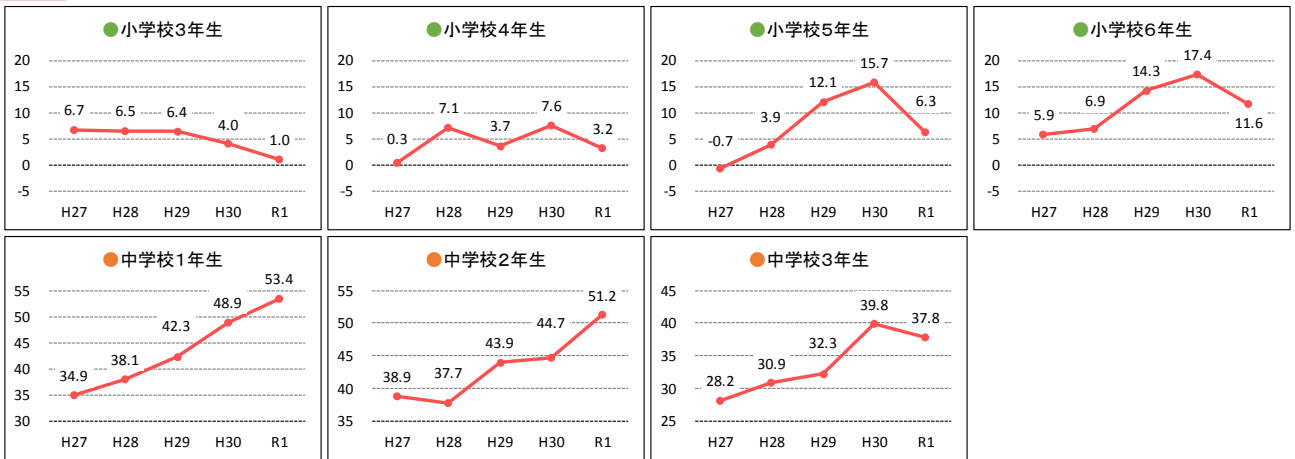
[(A+B) - (D+E) 率]

男子

※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「ポイント」



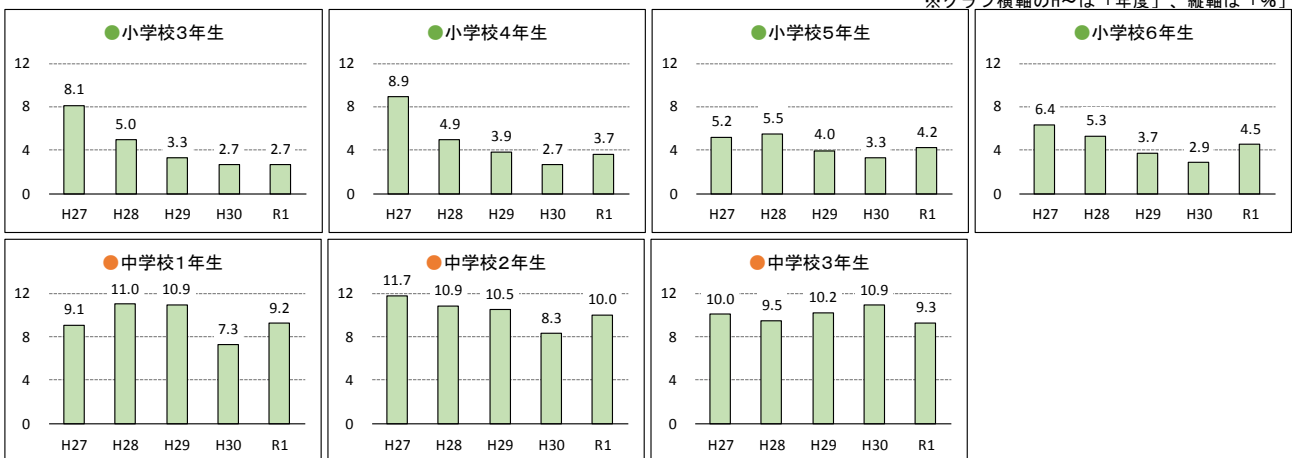
女子



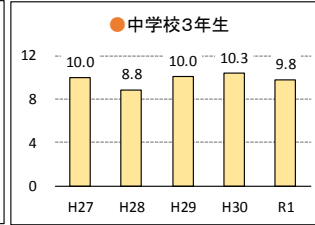
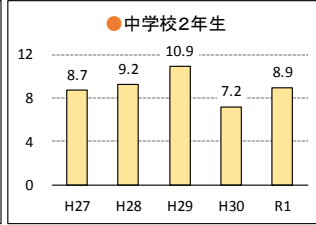
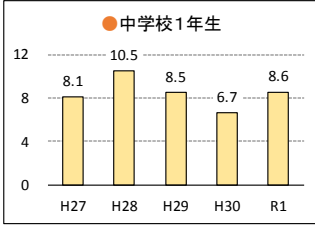
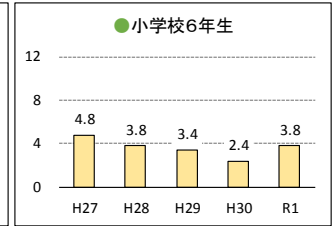
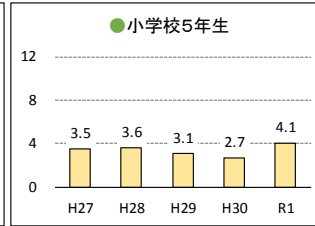
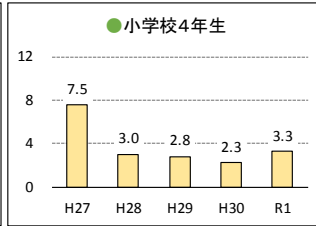
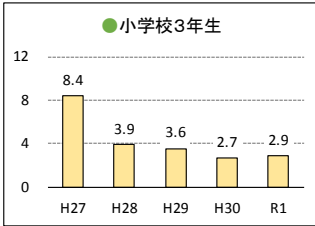
[評価不能率]

男子

※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「%」



女子



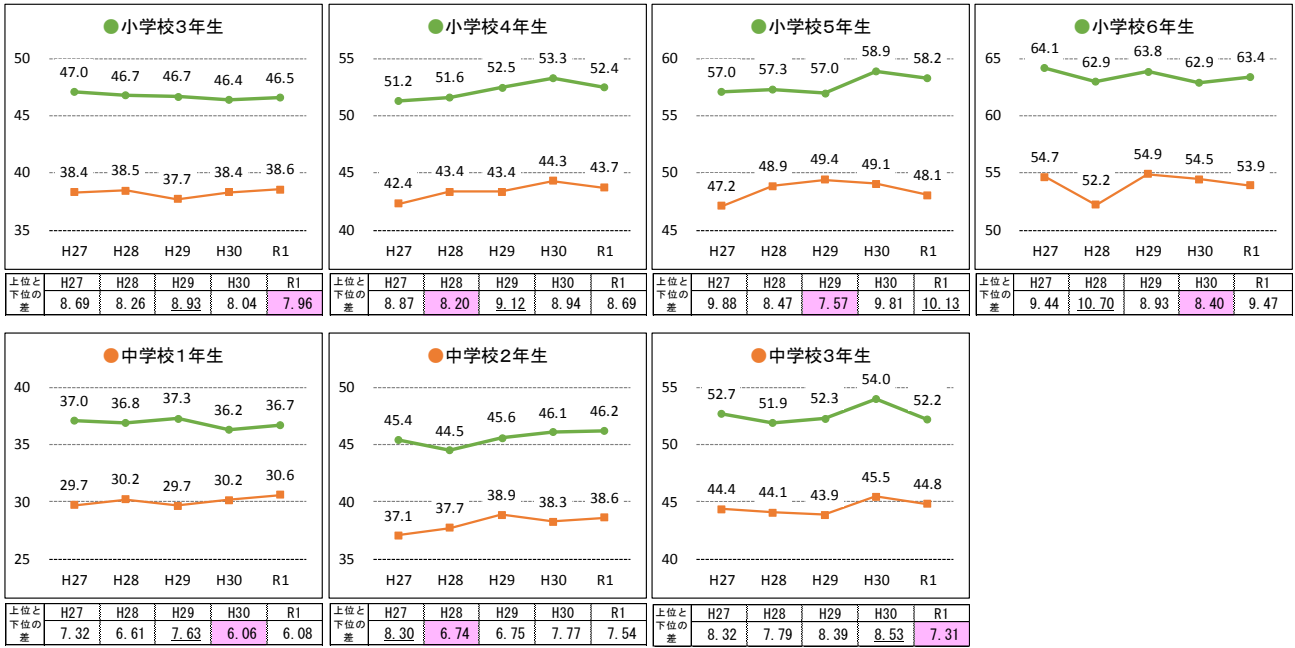
〈上位・下位の5校の体力合計点の平均値〉

上位・下位の5校の体力合計点の平均値は、特に女子において緩やかな上昇傾向である。上位と下位とでは6～11点程度の大きな差がある状況で推移している。

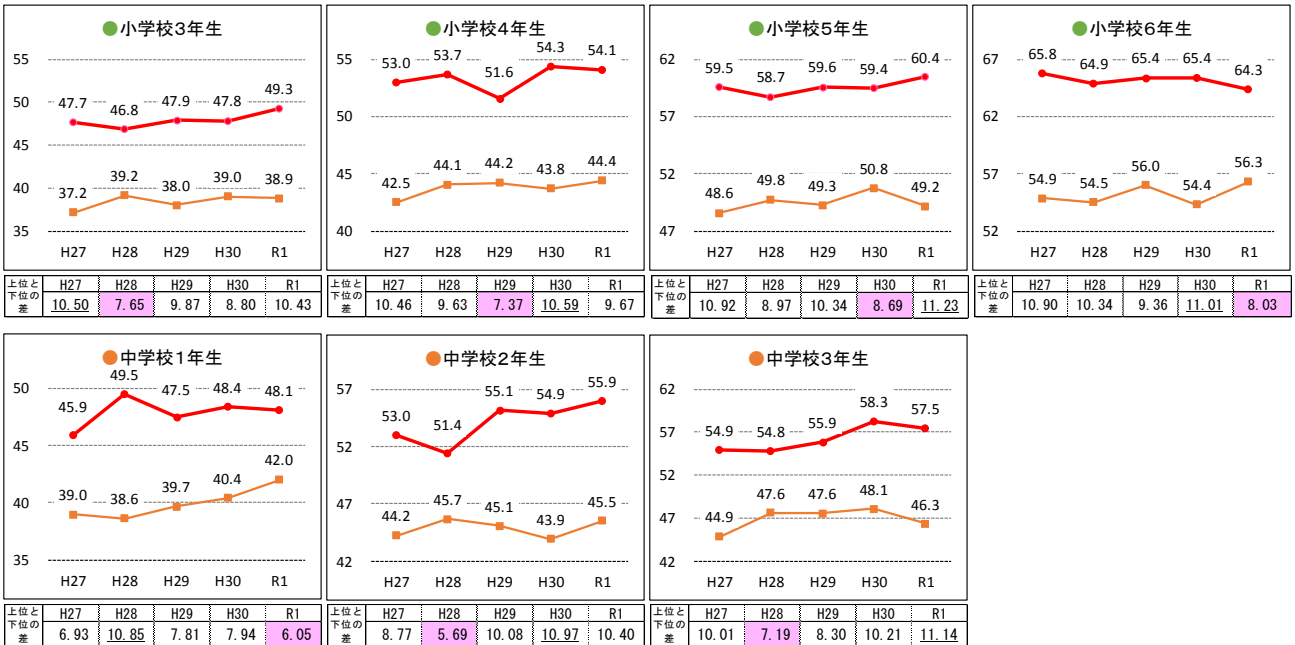
男子

※グラフ横軸のH～は「年度」、縦軸は「%」

※上位と下位との差では、最大値は数値に下線、最小値は網掛け（ピンク）で示している。



女子



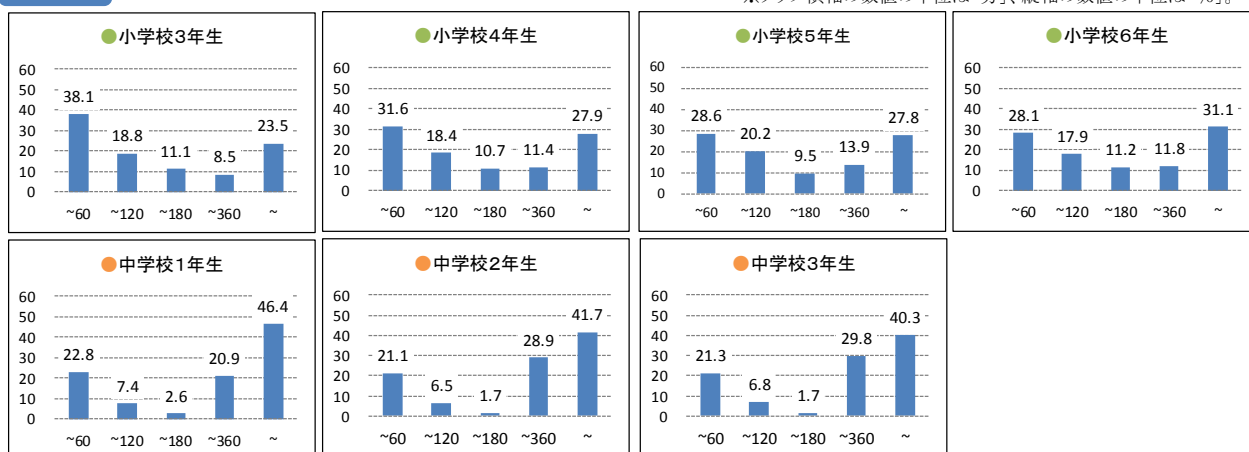
## 2 1週間の総運動時間と体力・運動能力

体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は、小学校男子は25～35%程度、中学校男子は20～25%程度、小学校女子は40～50%程度、中学校女子は35～40%程度であった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で360分以上運動している児童生徒のグループは、1週間で360分未満のグループより、小学校男女で7点程度、中学校男子で6点程度、中学校女子で9点程度、体力合計点の平均値が高かった。

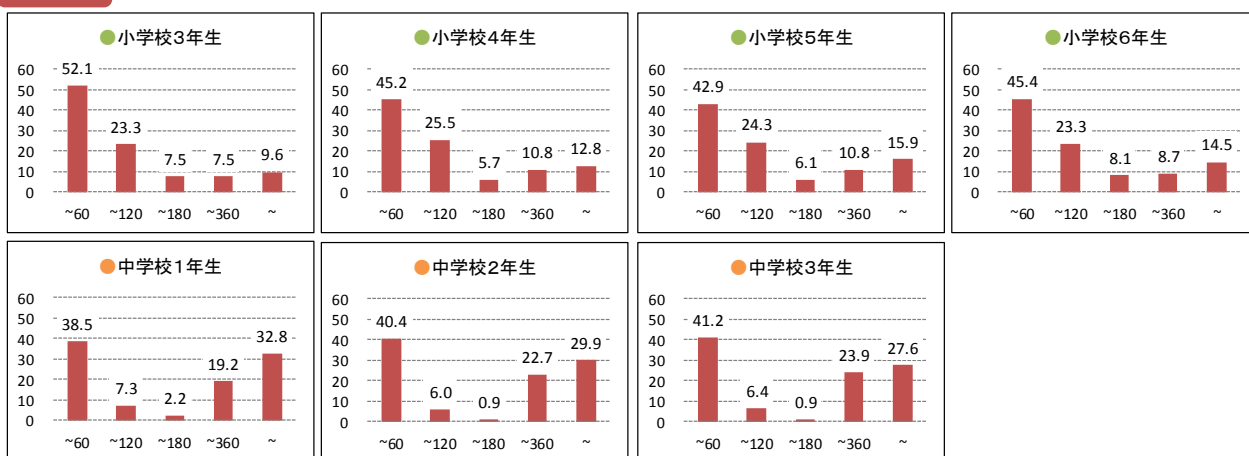
### <1> 1週間の運動時間の分布

#### 男子

※グラフ横軸の数値の単位は「分」、縦軸の数値の単位は「%」。

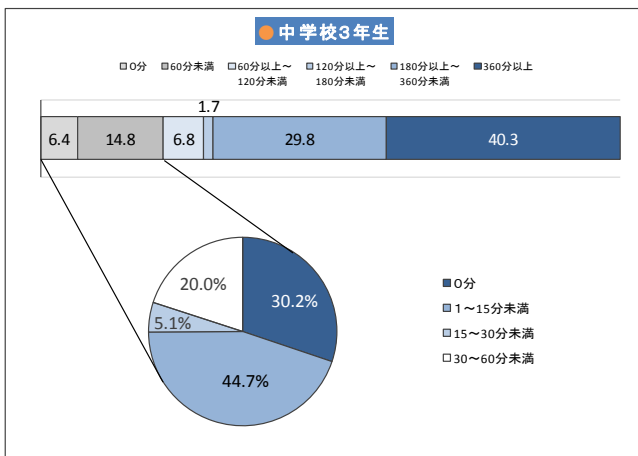
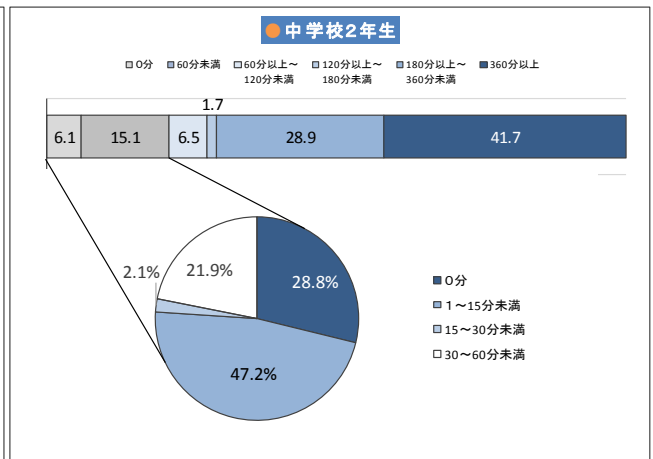
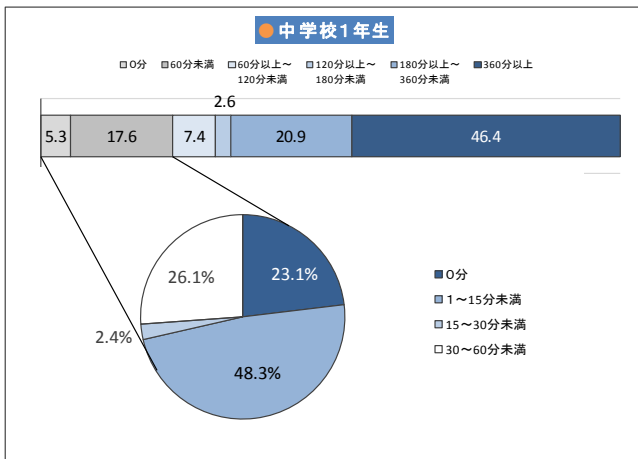
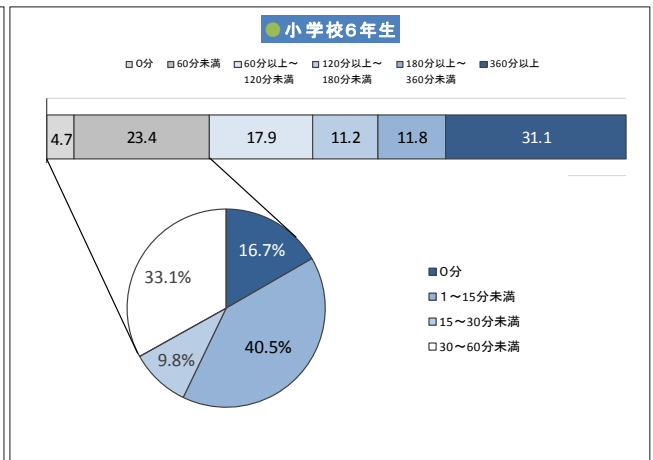
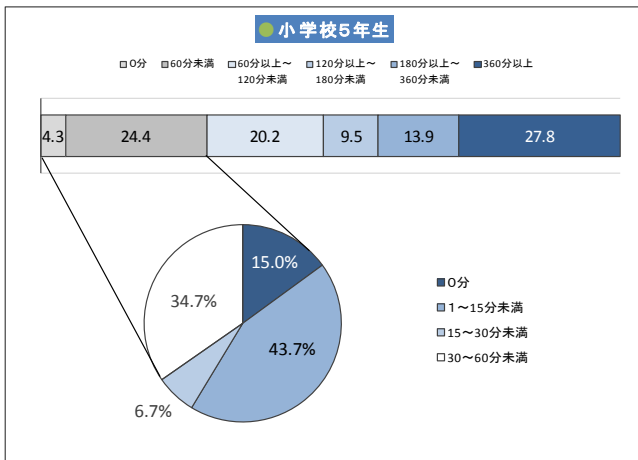
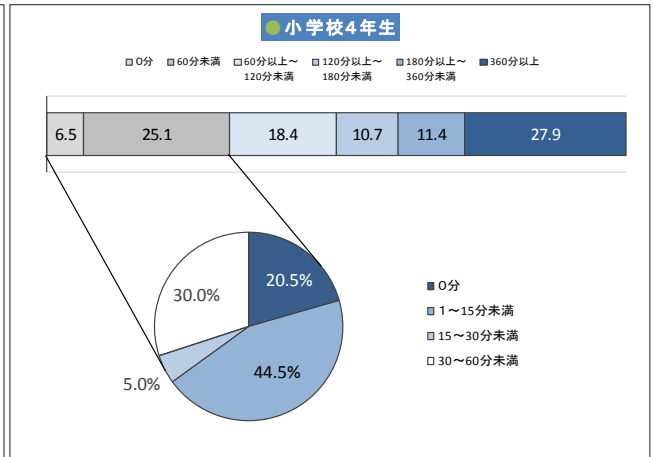
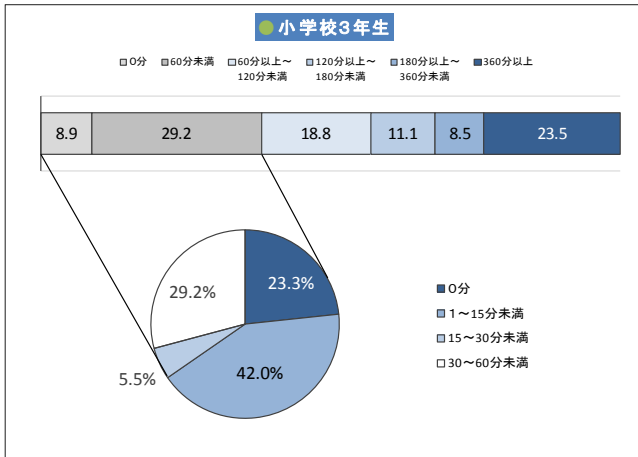


#### 女子



〈2〉 1週間の総運動時間の内訳

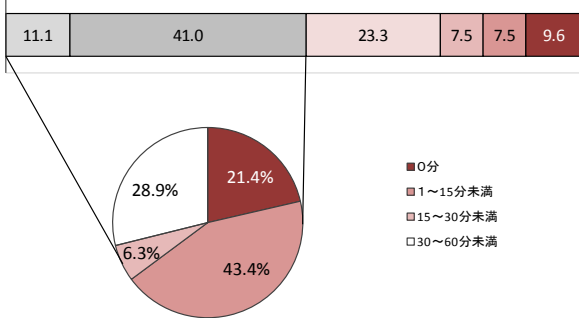
男子



女子

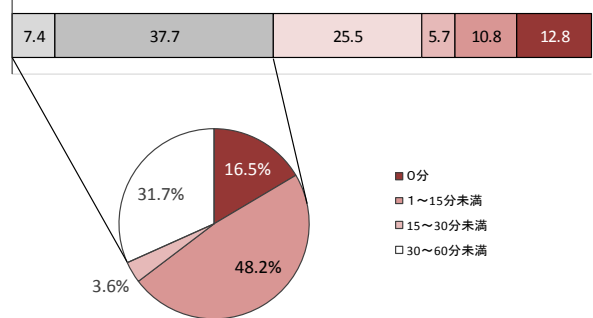
小学校3年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



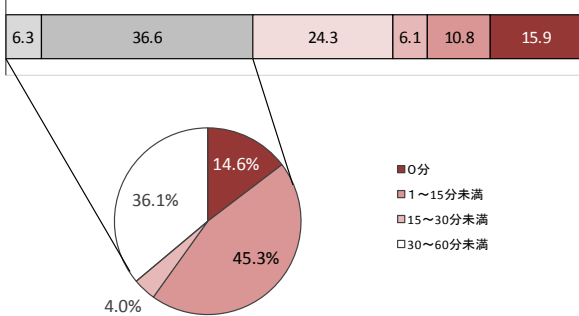
小学校4年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



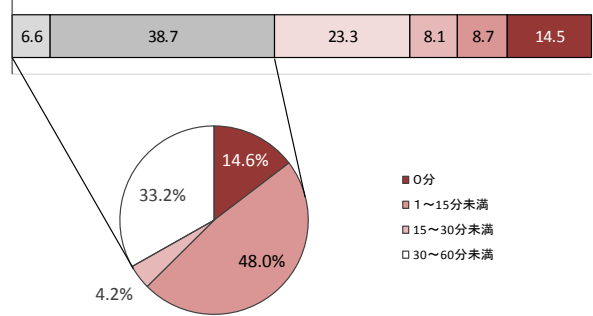
小学校5年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



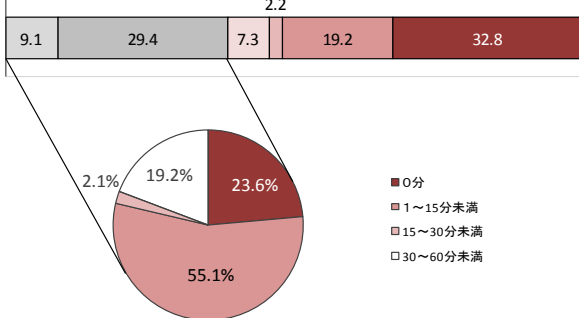
小学校6年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



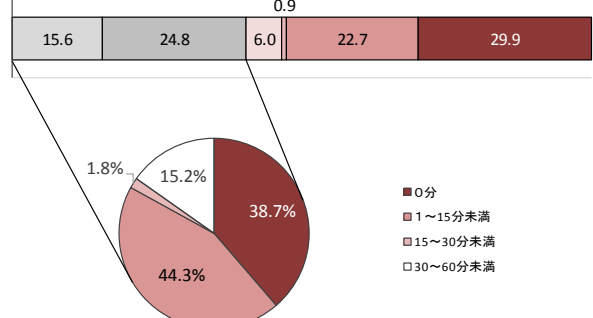
中学校1年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



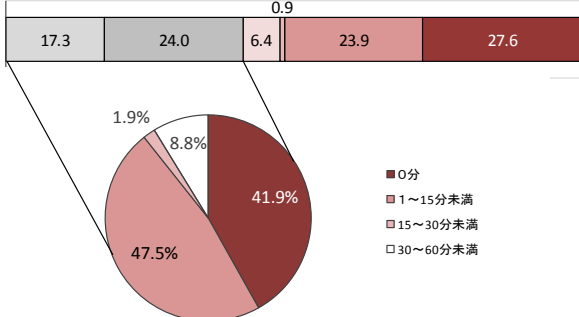
中学校2年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上



中学校3年生

0分 60分未満 60分以上~120分未満 120分以上~180分未満 180分以上~360分未満 360分以上

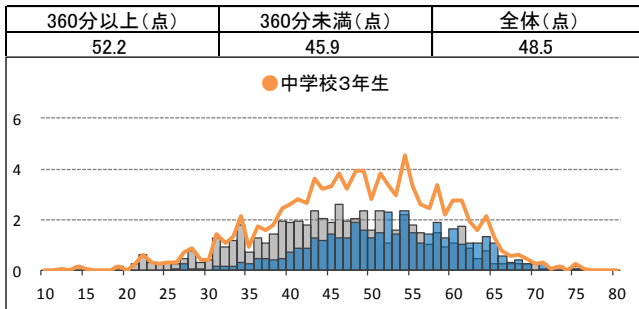
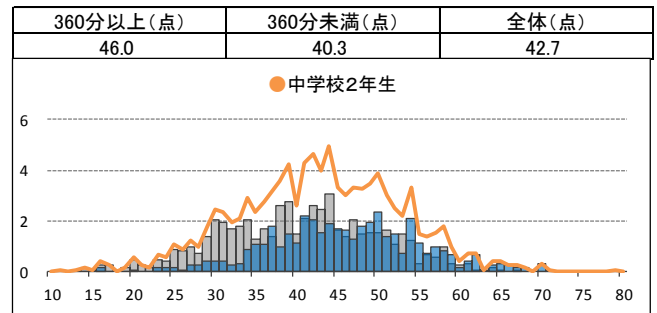
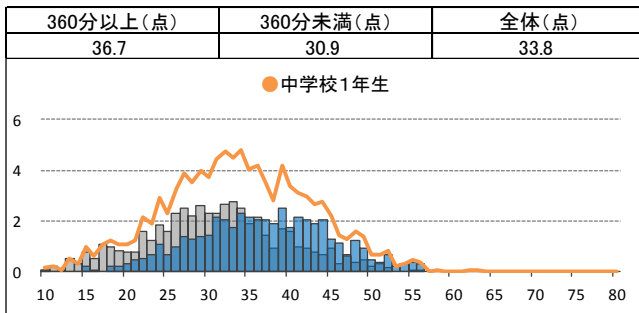
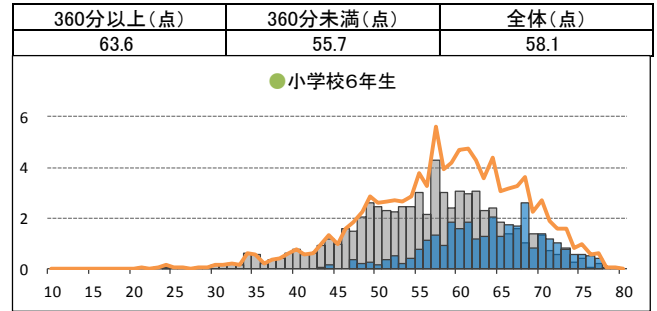
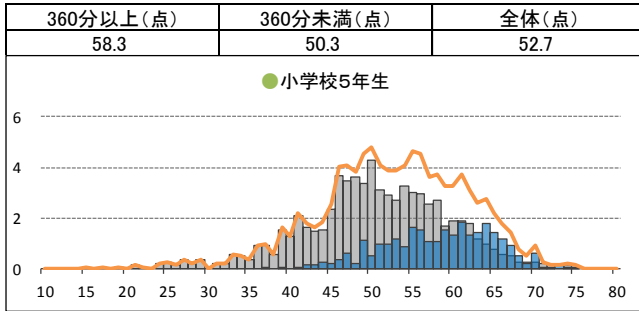
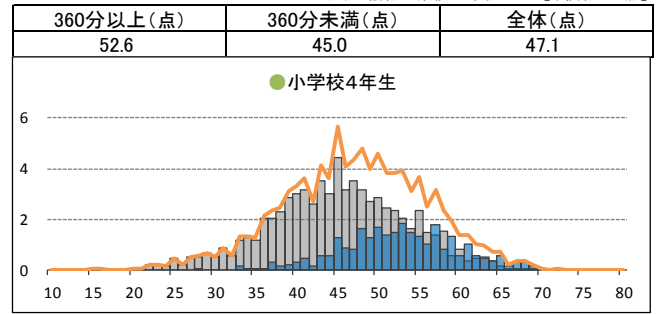
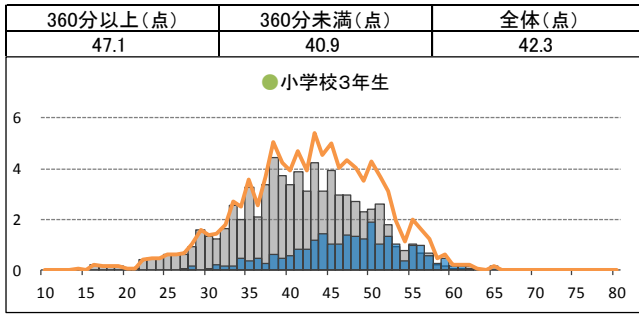


### <3> 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

男子

360分未満 360分以上 全体

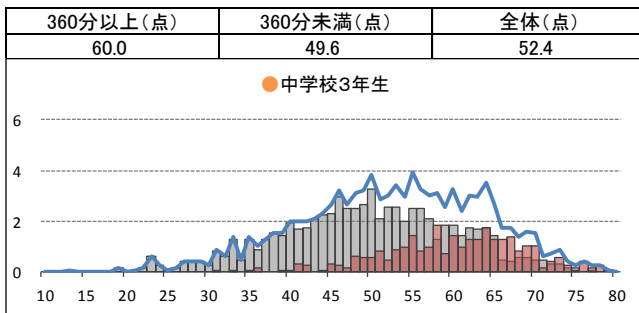
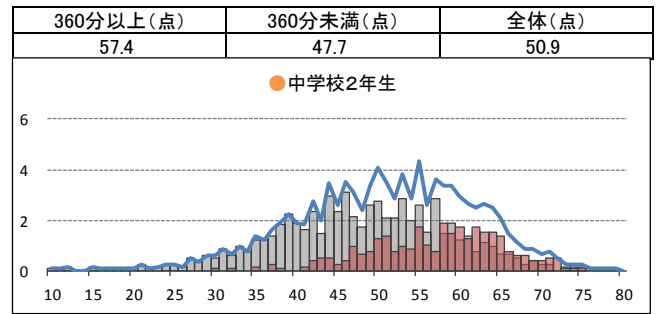
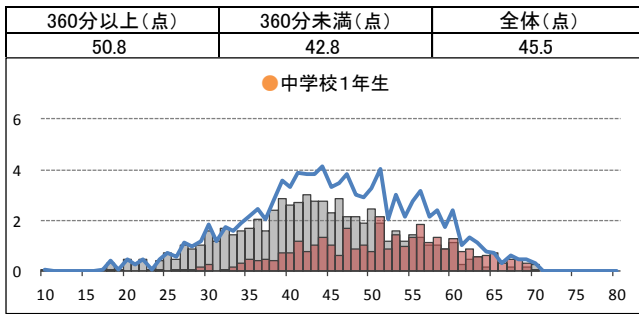
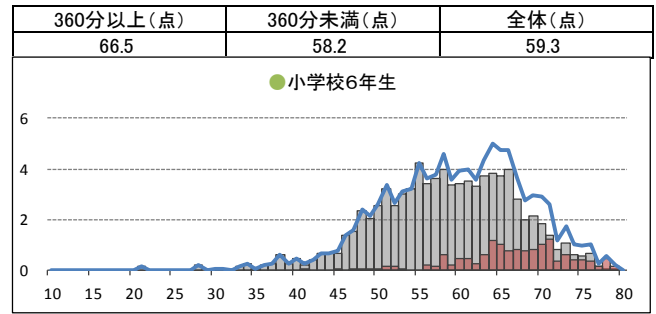
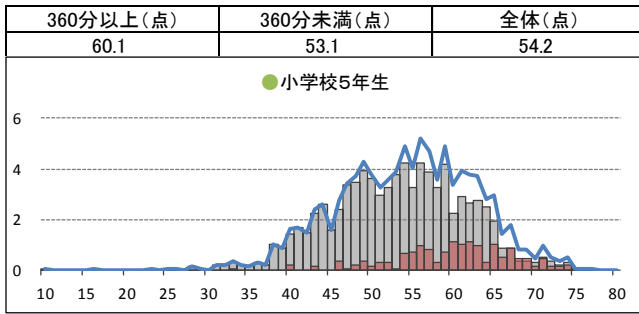
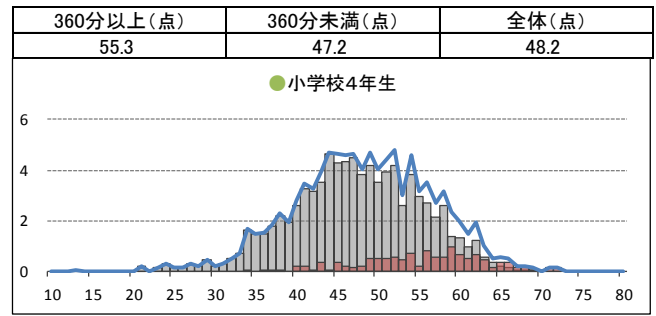
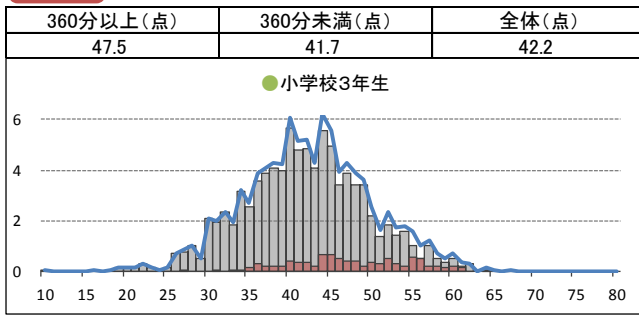
※グラフ縦軸の数値の単位は「%」、横軸は「点」





女子

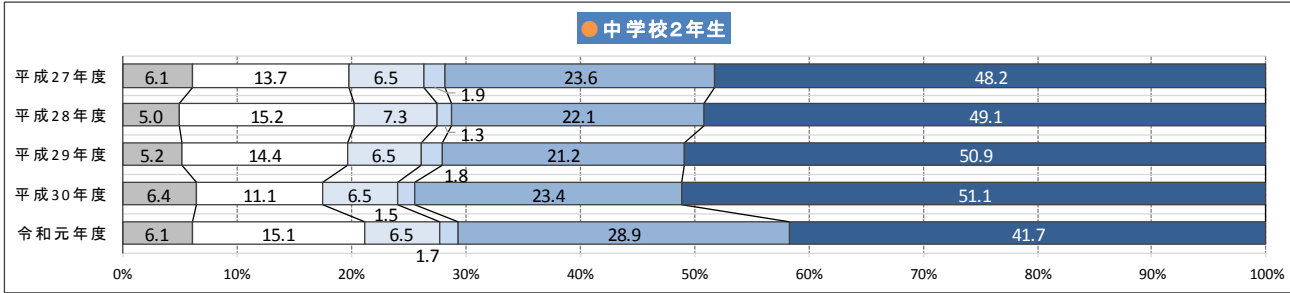
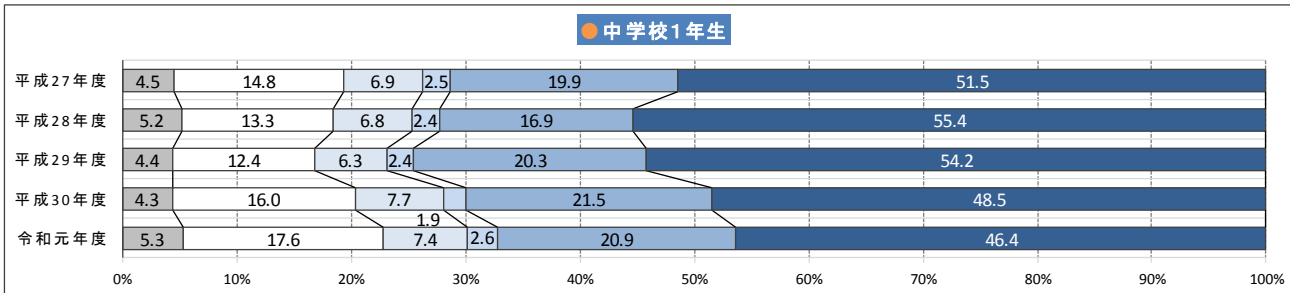
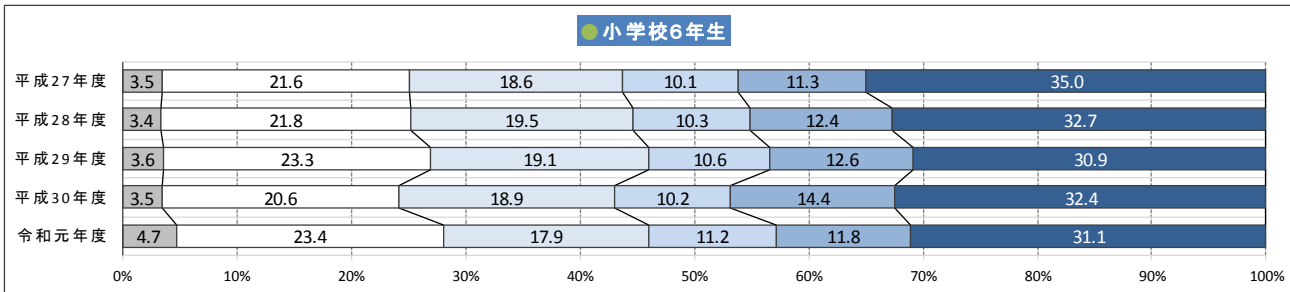
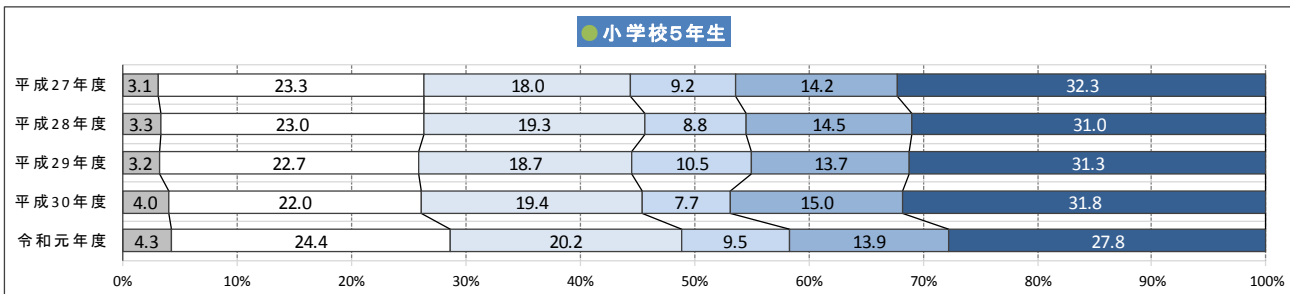
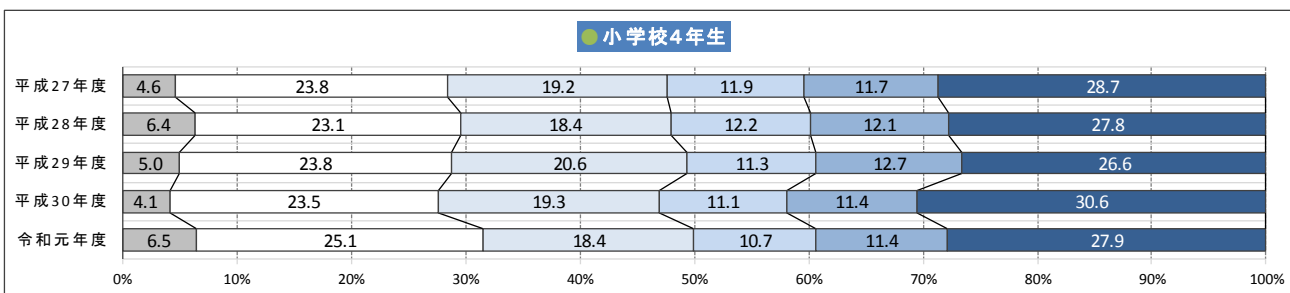
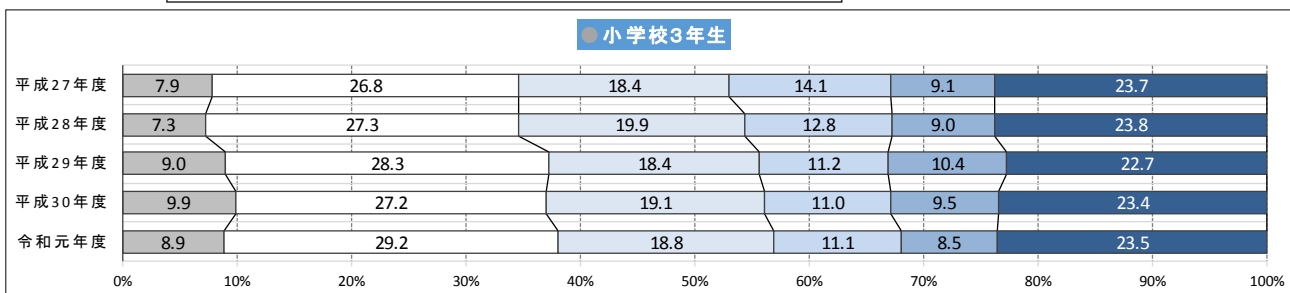
360分未満 360分以上 全体

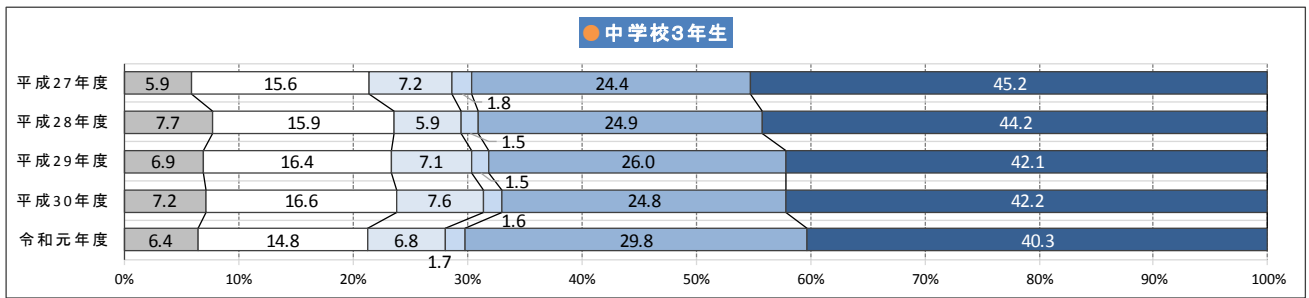


<4> 1週間の総運動時間（経年変化）

男子

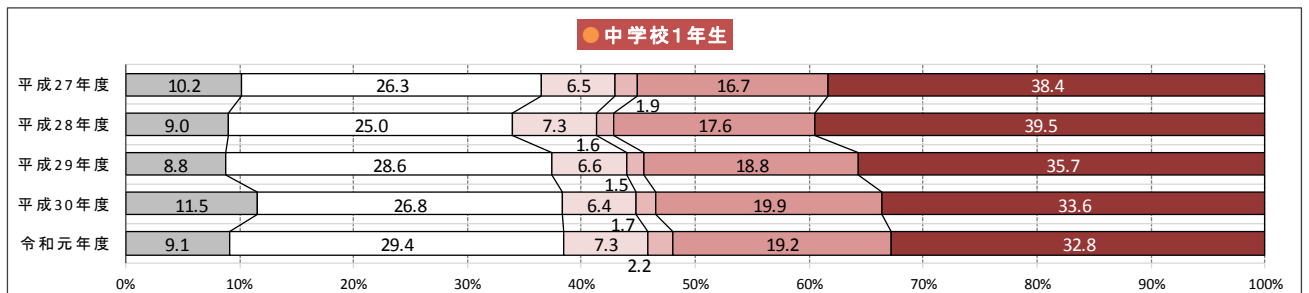
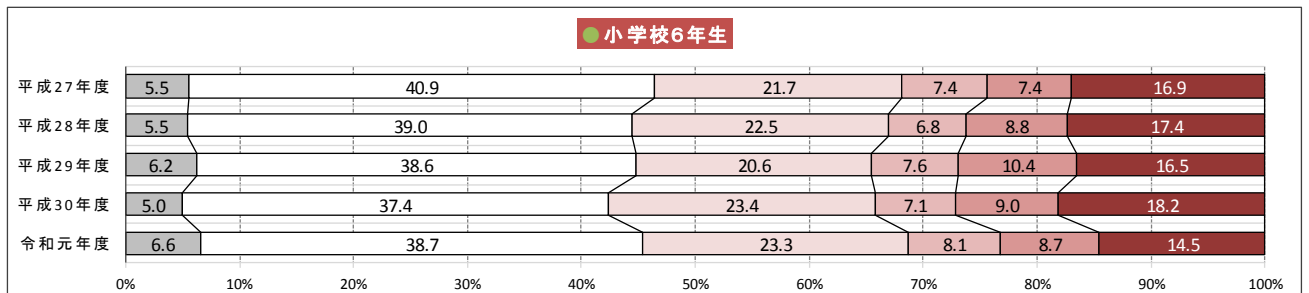
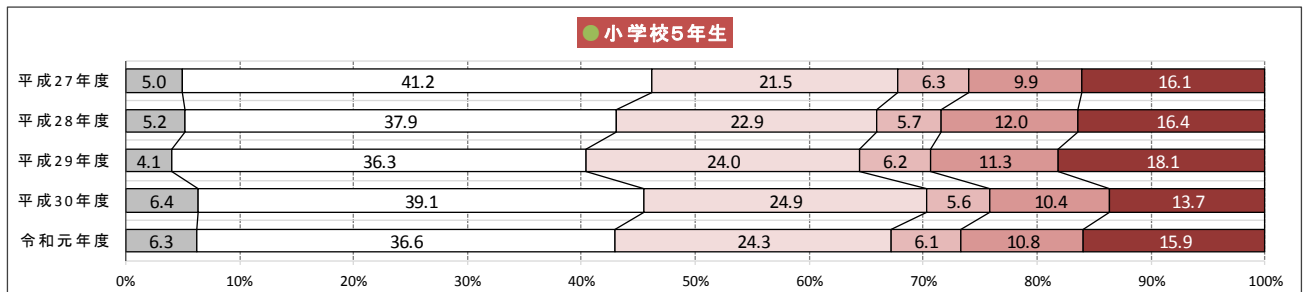
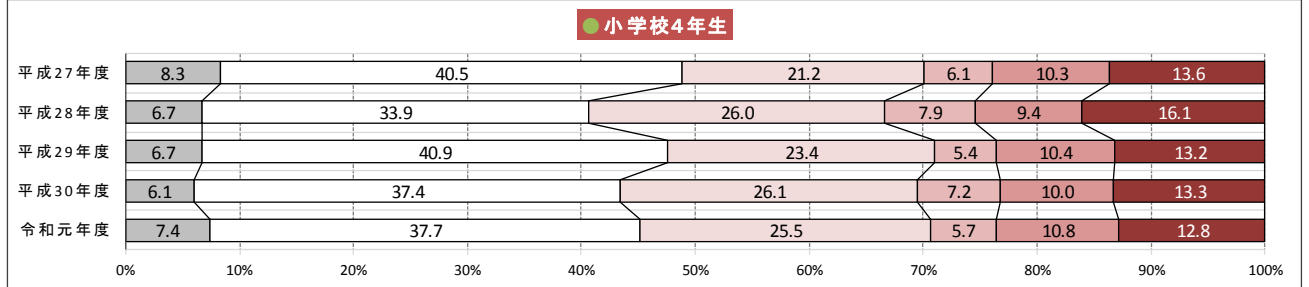
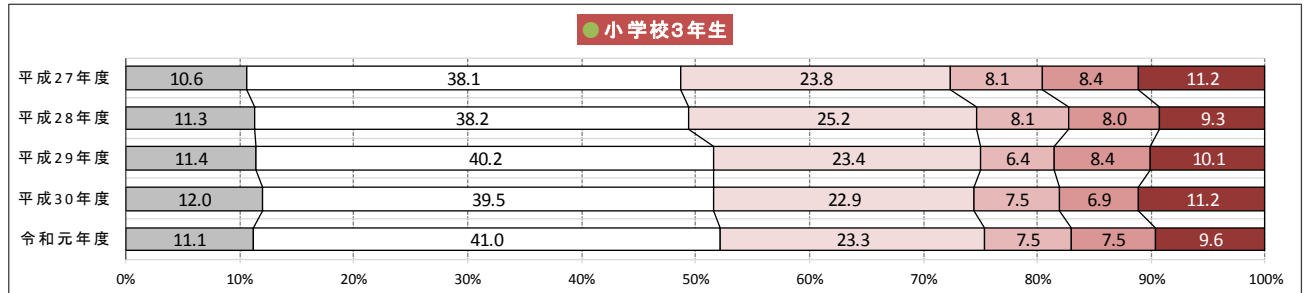
0分
60分未満
60分以上～120分未満
120分以上～180分未満
180分以上～360分未満
360分以上



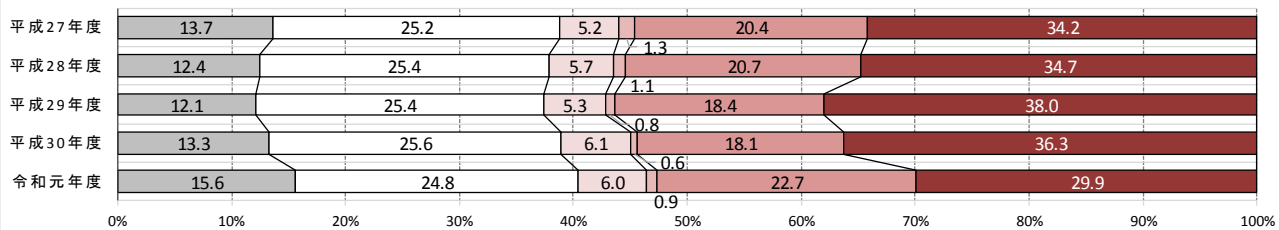


**女子**

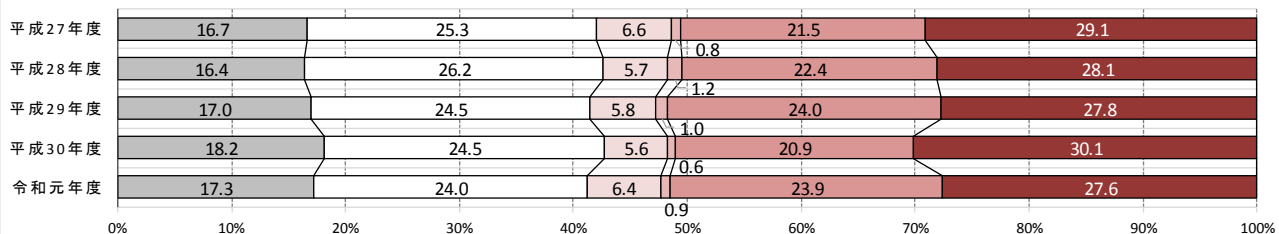
□ 0分
□ 60分未満
□ 60分以上～120分未満
□ 120分以上～180分未満
□ 180分以上～360分未満
■ 360分以上



● 中学校2年生



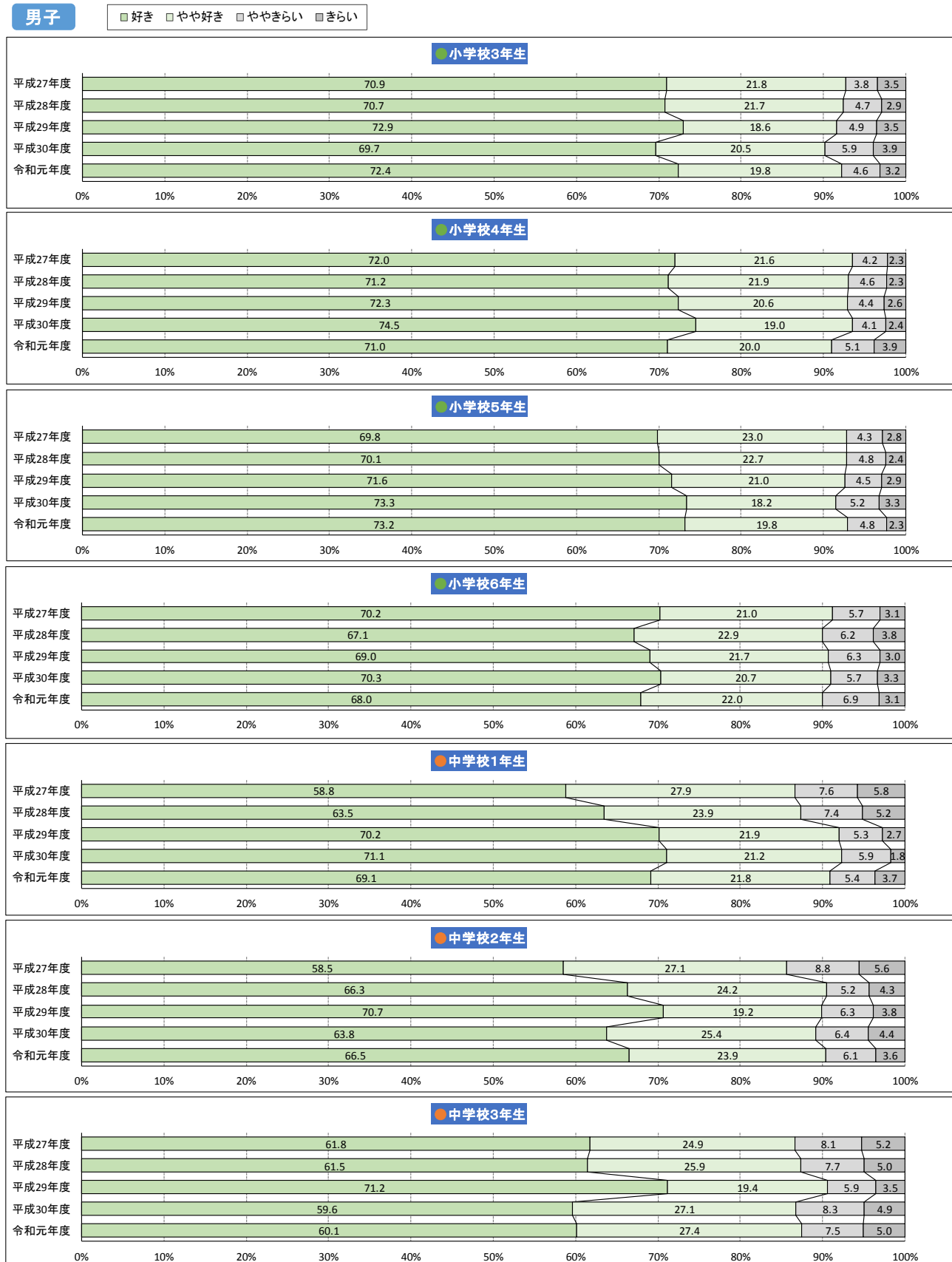
● 中学校3年生



### 3 運動やスポーツに対する意識

#### ＜3-1＞ 運動やスポーツの好き・嫌いの経年変化

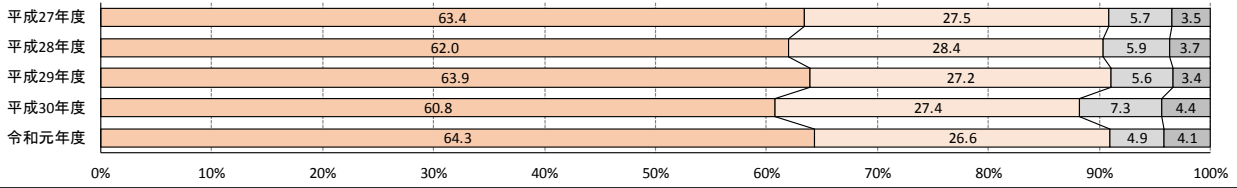
運動やスポーツが「好き」または「やや好き」の割合が、小学校男子の全ての学年において、90%以上の値を示した。また、運動やスポーツが「嫌い」の割合が、小学校4年生男子、小学校4・5・6年生女子において、過去最高値を示した。



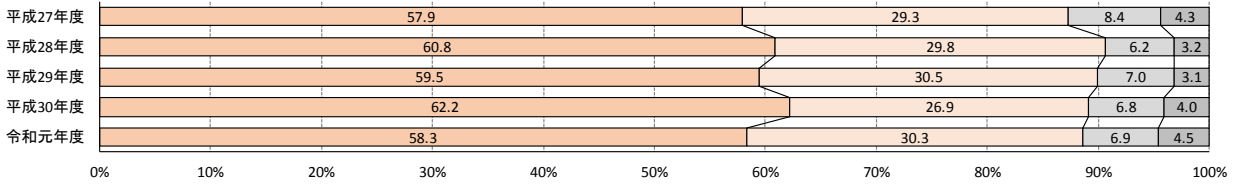
女子

■好き ■やや好き ■ややきらい ■きらい

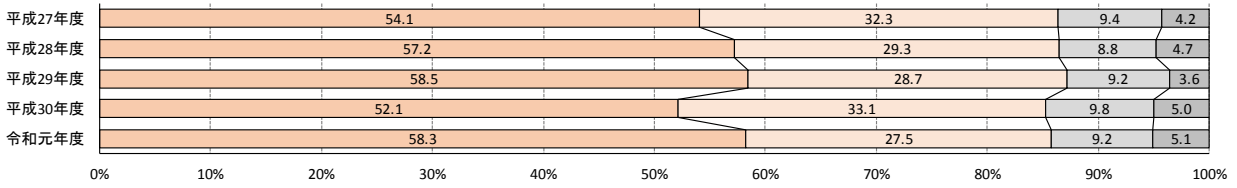
小学校3年生



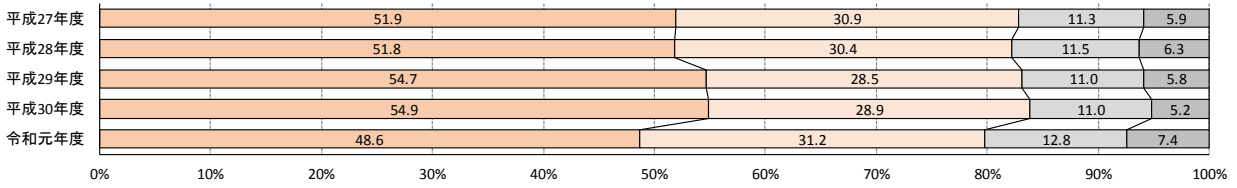
小学校4年生



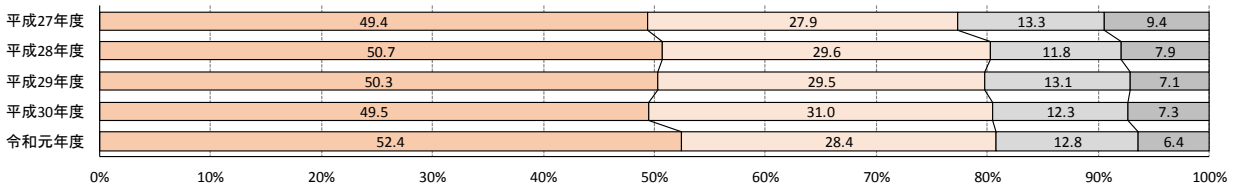
小学校5年生



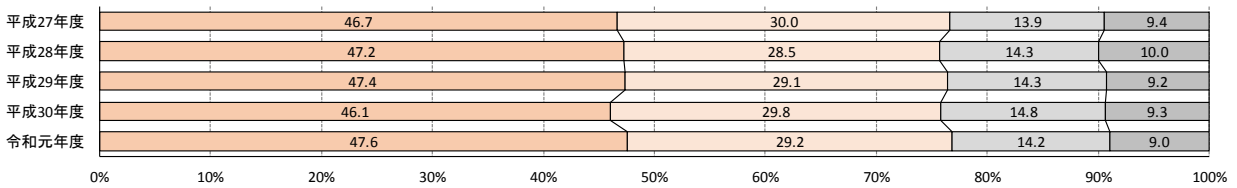
小学校6年生



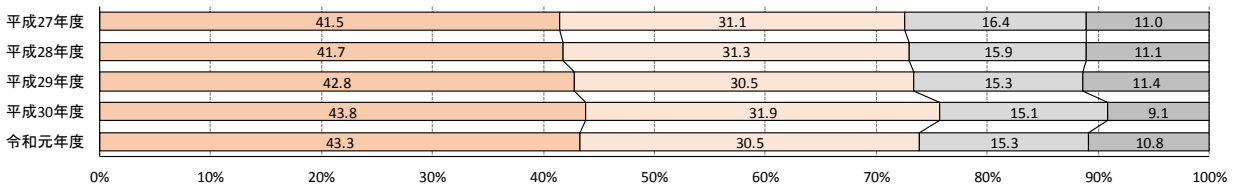
中学校1年生



中学校2年生



中学校3年生

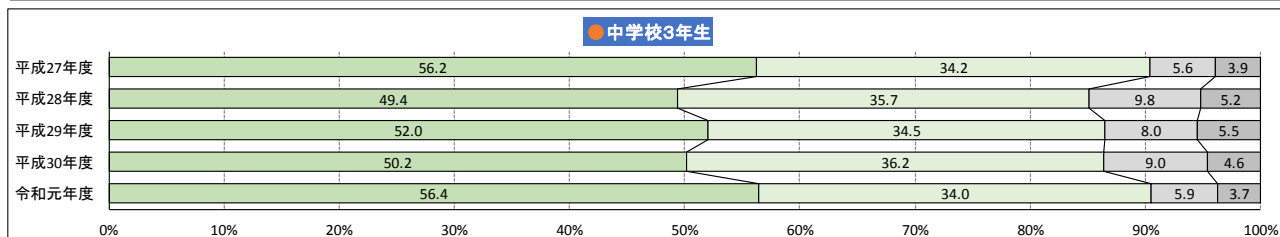
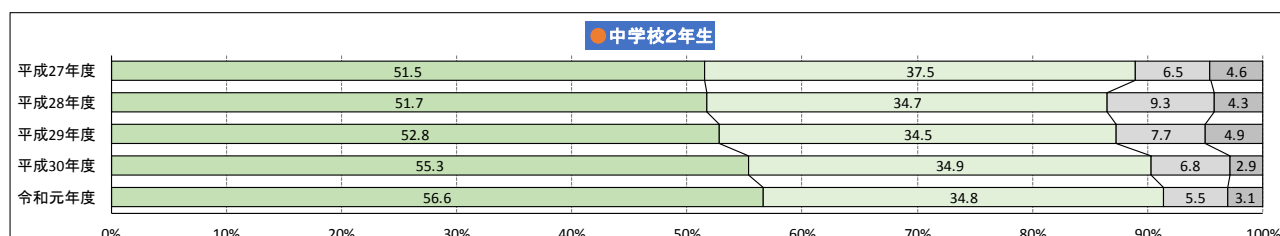
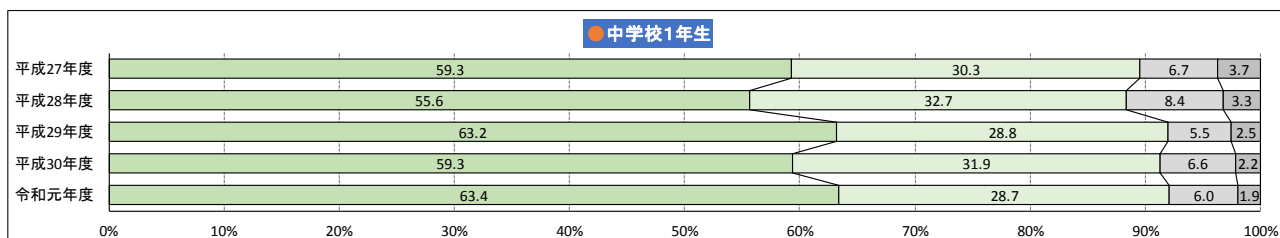
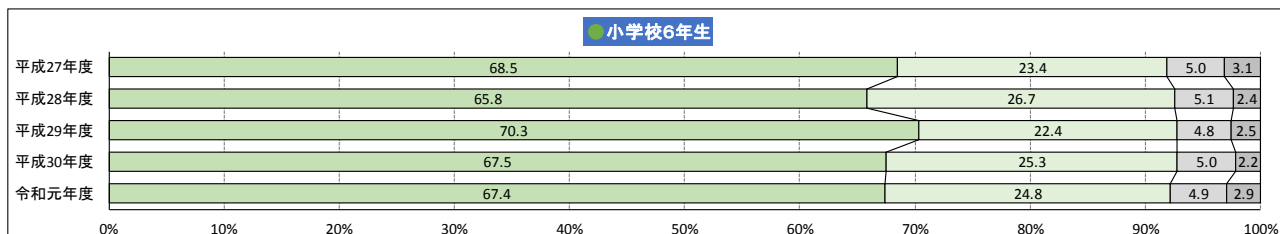
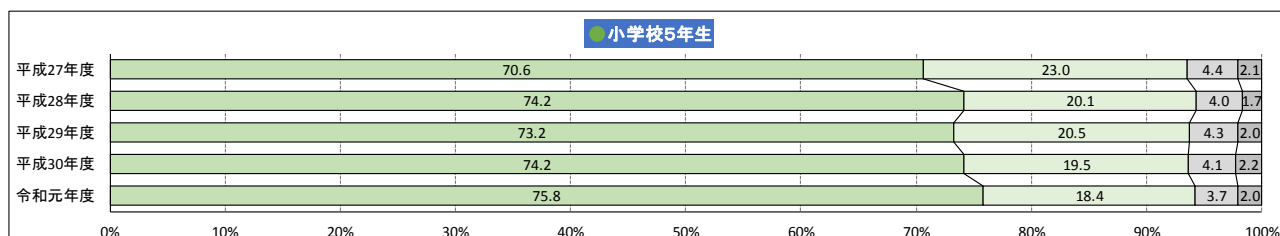
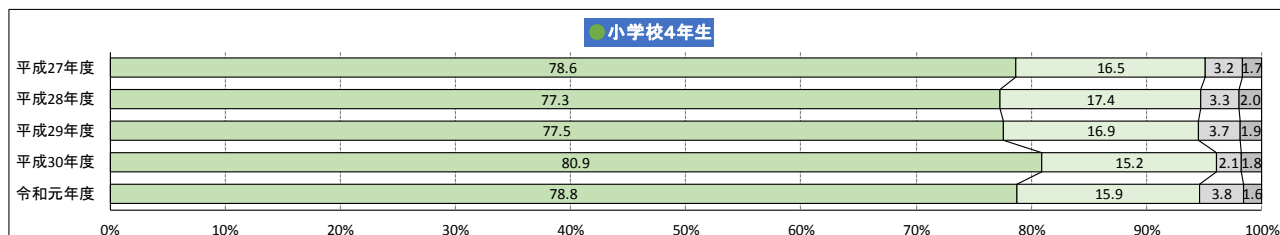
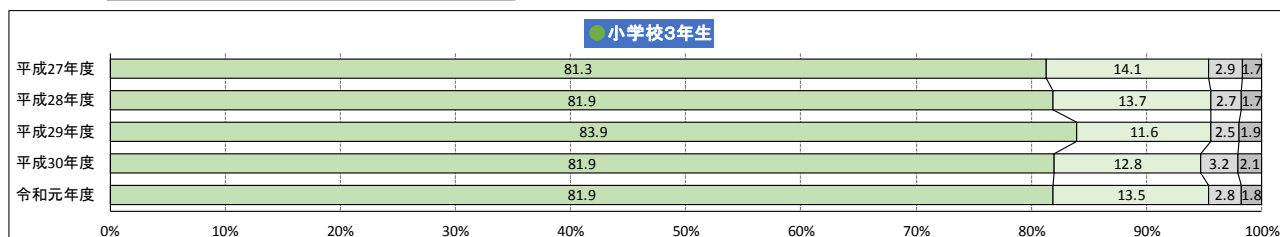


### 〈3-2〉 体育・保健体育の授業は楽しいの経年変化

中学校男子の全ての学年において、「楽しい」の生徒の割合が過去最高値であった。また、男子においては、全ての学年で「楽しい」または「やや楽しい」の割合が90%の値であった。

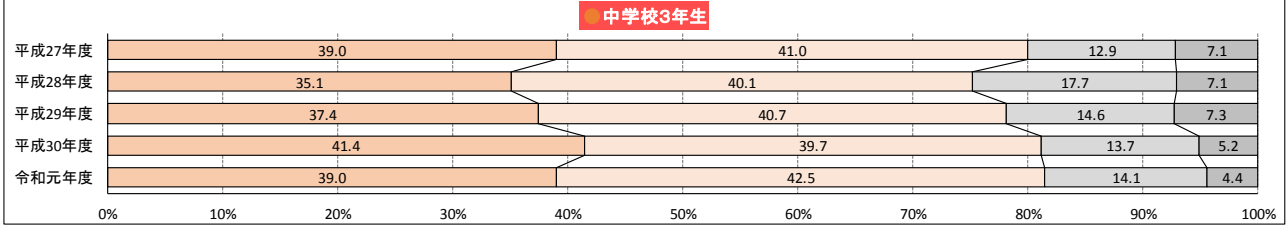
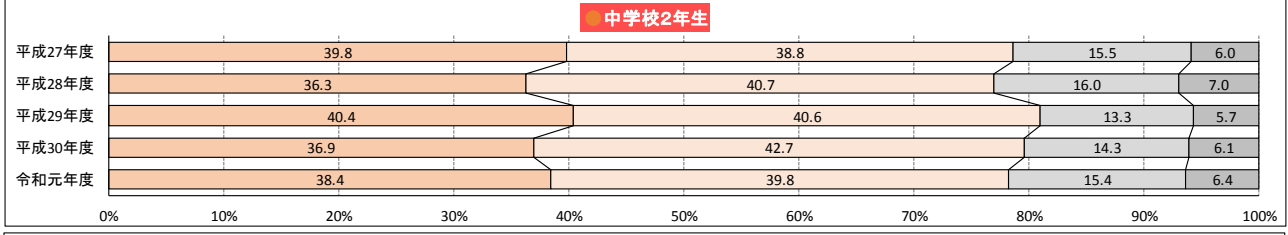
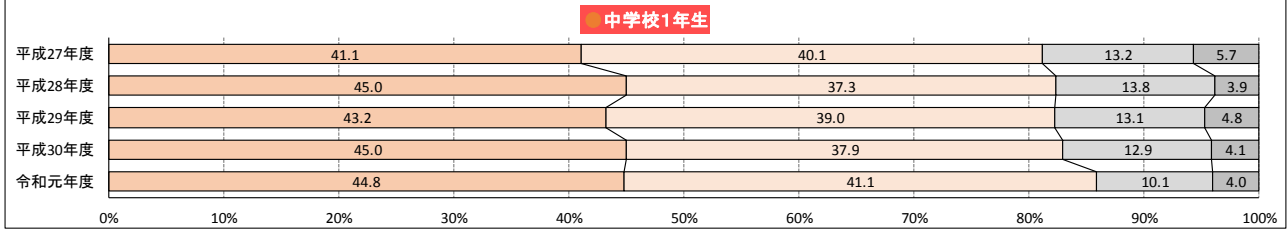
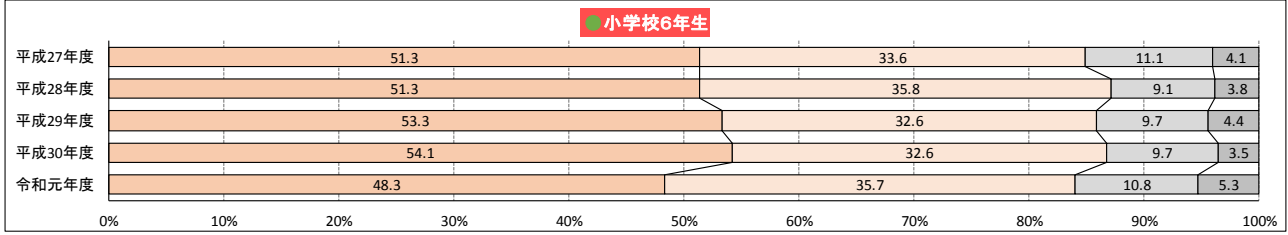
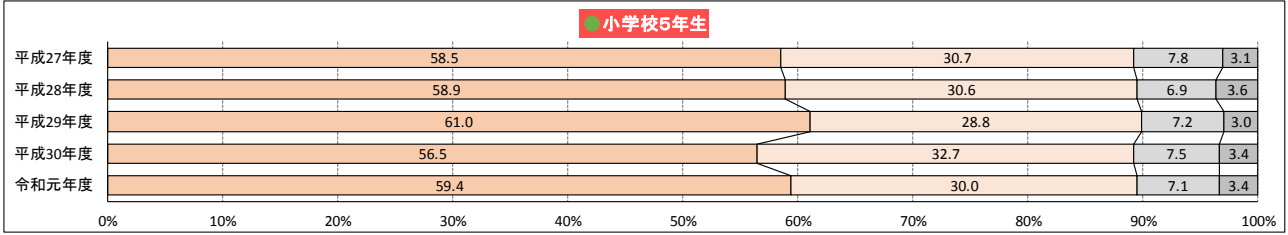
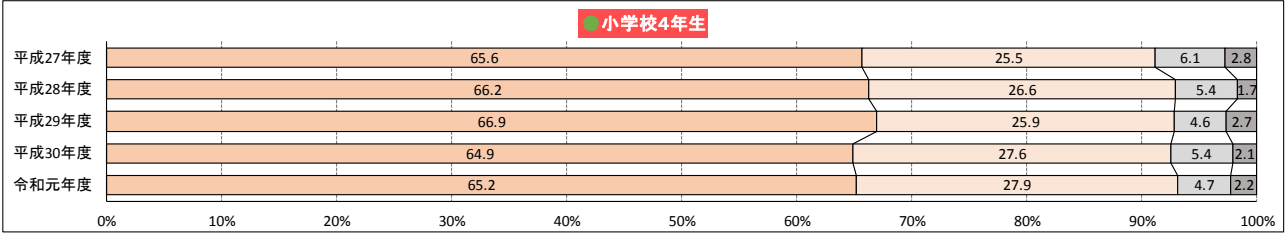
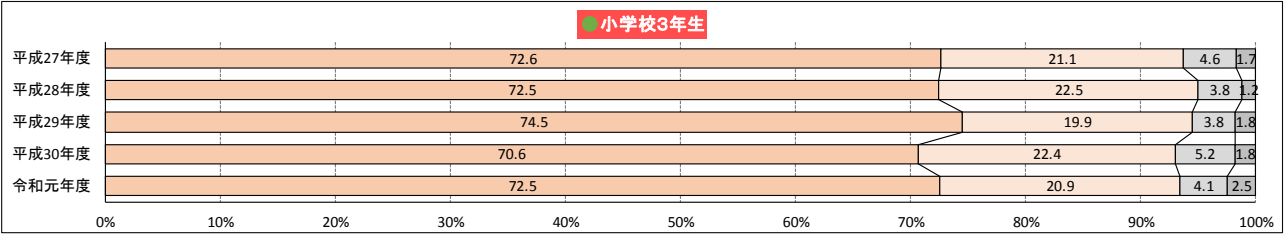
#### 男子

■楽しい □やや楽しい □あまり楽しくない □楽しくない



女子

■楽しい □やや楽しい □あまり楽しくない □楽しくない

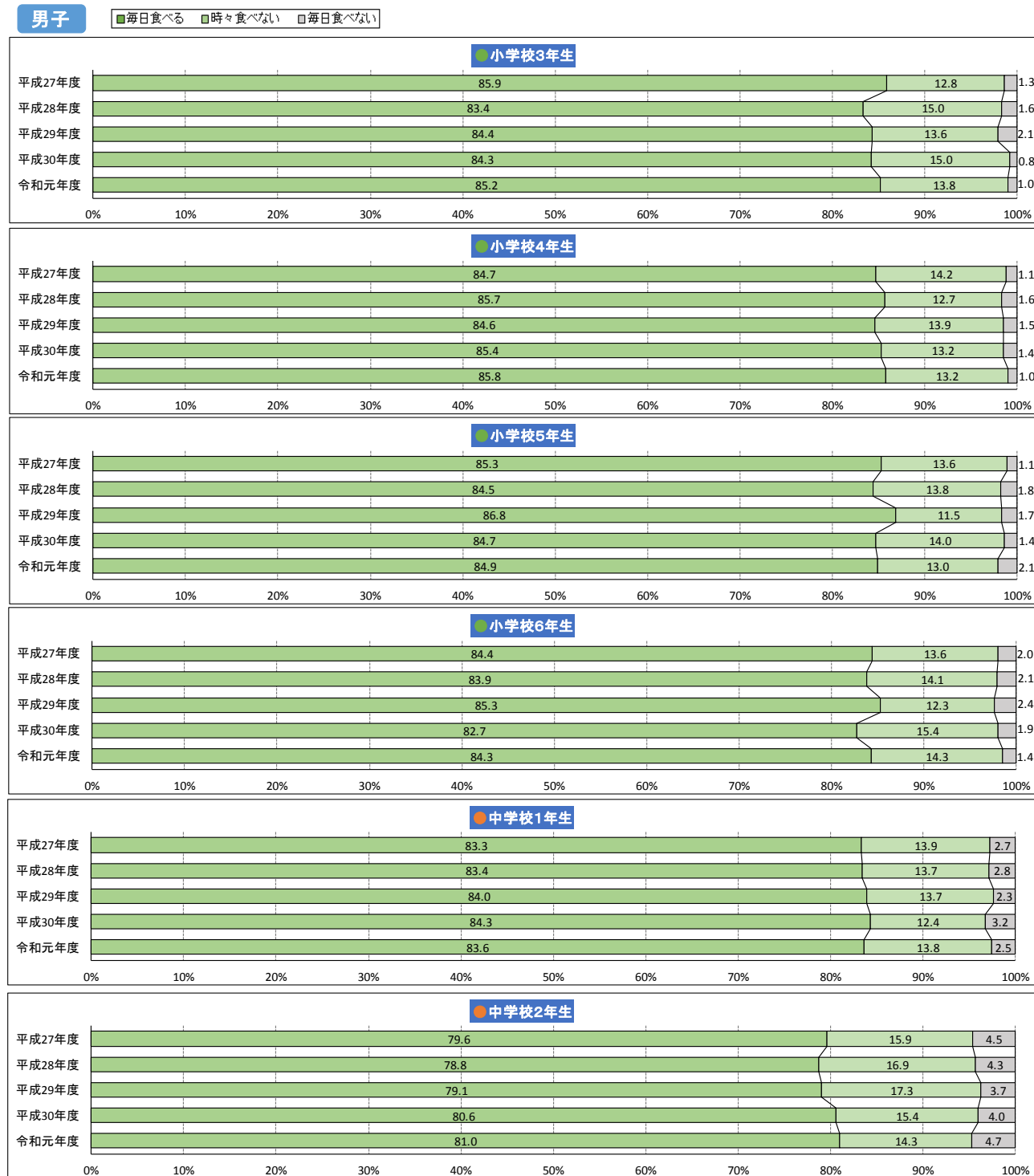


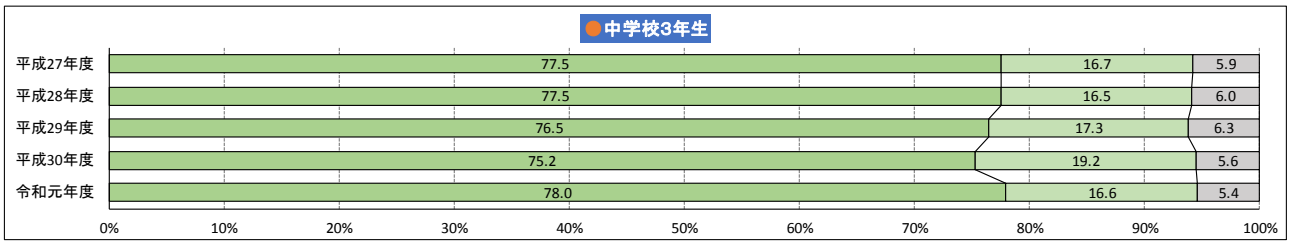


## 4-1 生活習慣と体力 朝食の摂取状況・睡眠時間と体力との関連

規則正しい生活習慣の要素である朝食の摂取状況と1日の睡眠時間の経年変化を見ると、朝食の摂取状況については、「毎日食べる」と回答した男子の児童生徒の割合が増加している。睡眠時間については、「6時間未満」の中学校の生徒の割合が減少している。また、「毎日食べる」と回答した児童生徒の体力合計点は、全てにおいて平均点よりも高く、1日の睡眠時間については、小学校全てにおいて「6時間未満」と回答した児童の体力合計点は、平均値よりも低い値であった。

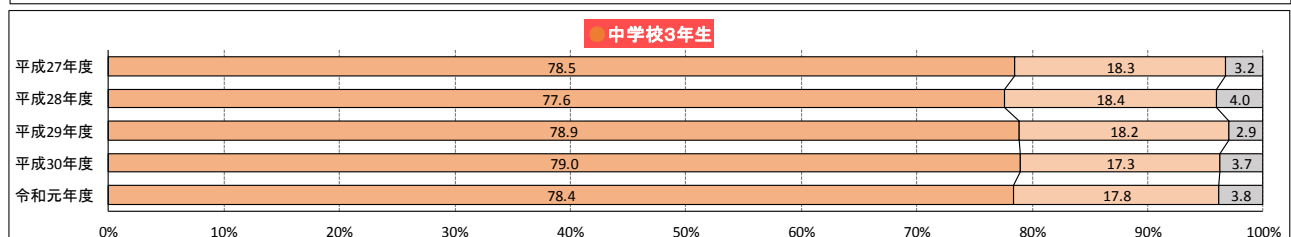
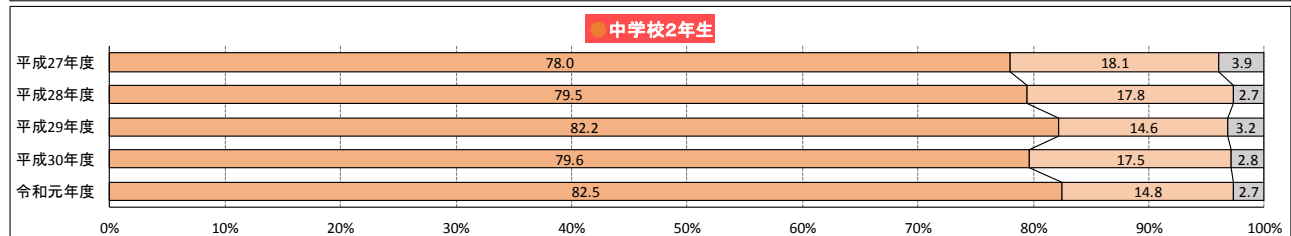
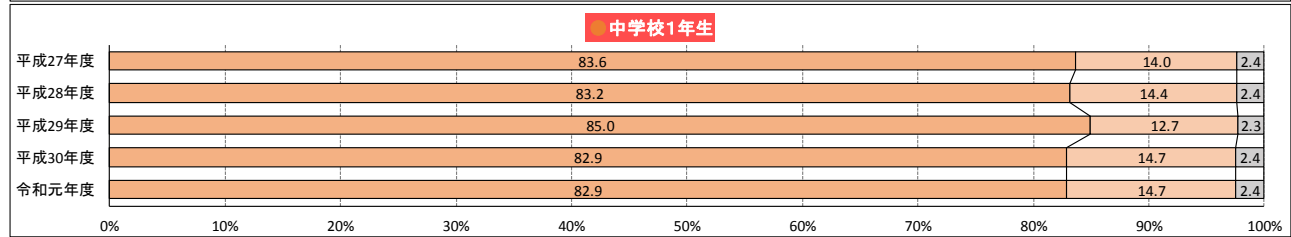
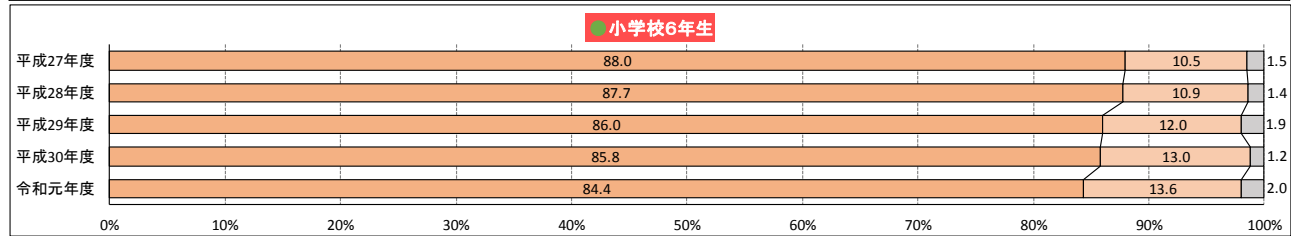
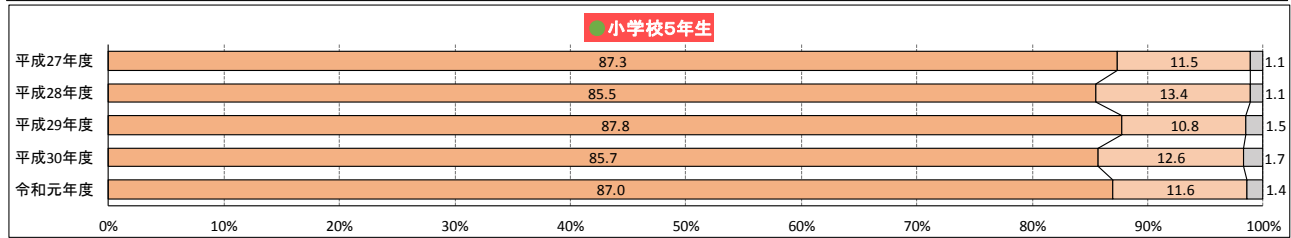
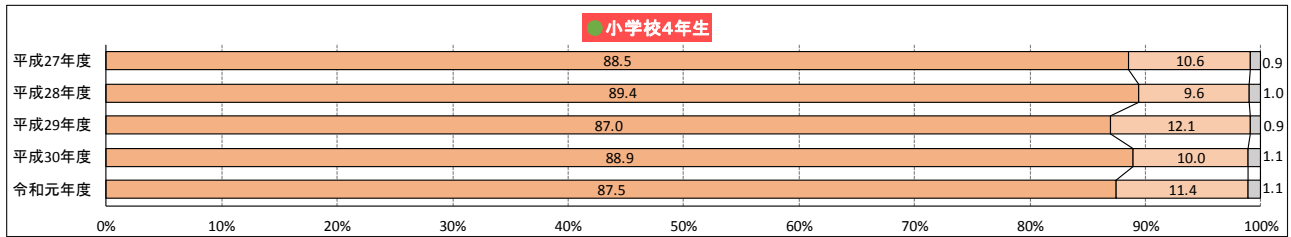
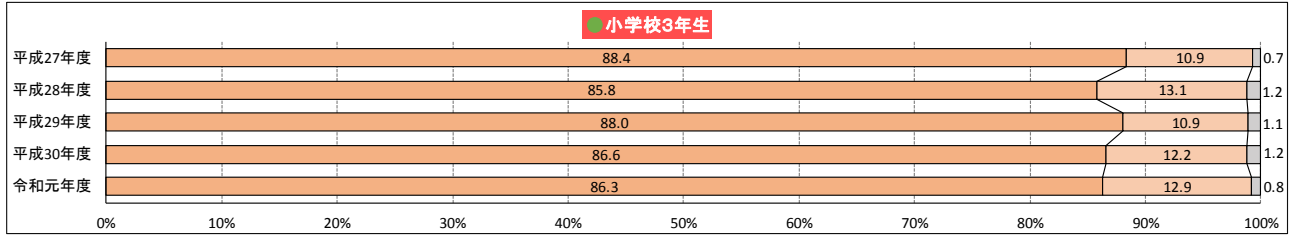
### 〔朝食の摂取状況の経年変化〕





**女子**

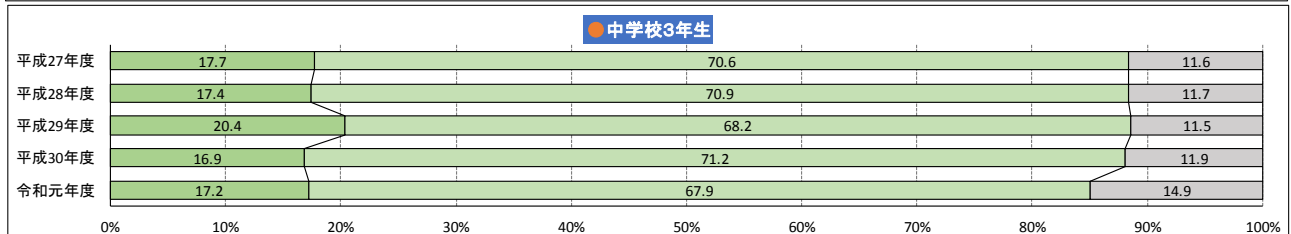
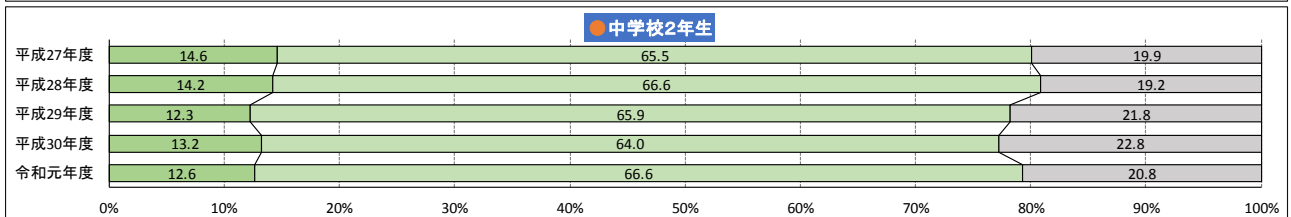
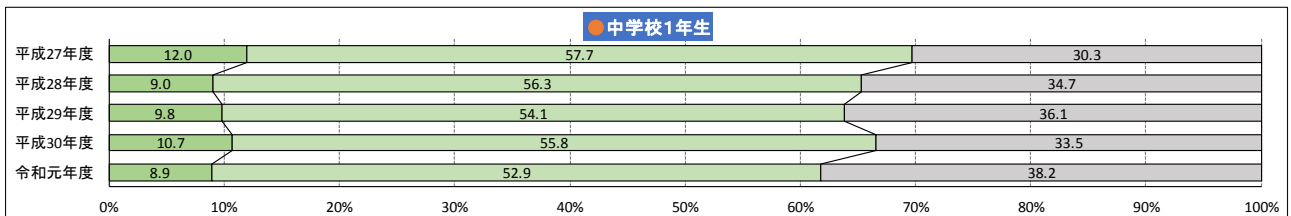
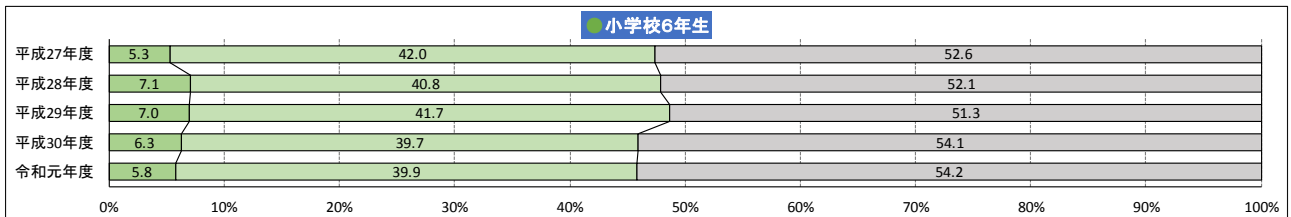
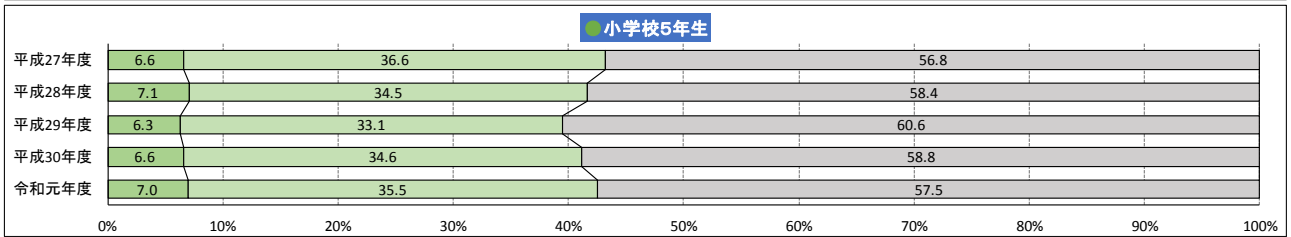
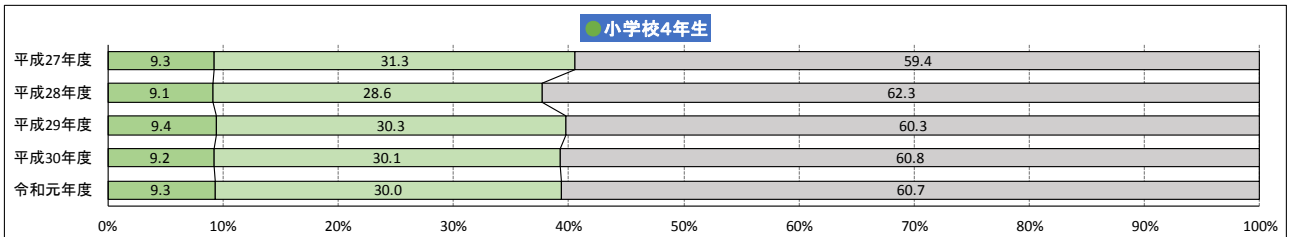
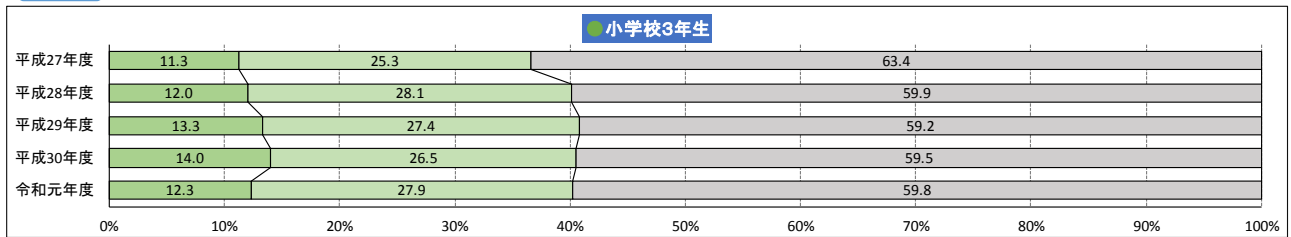
■ 毎日食べる ■ 時々食べない □ 毎日食べない



〔1日の睡眠時間の経年変化〕

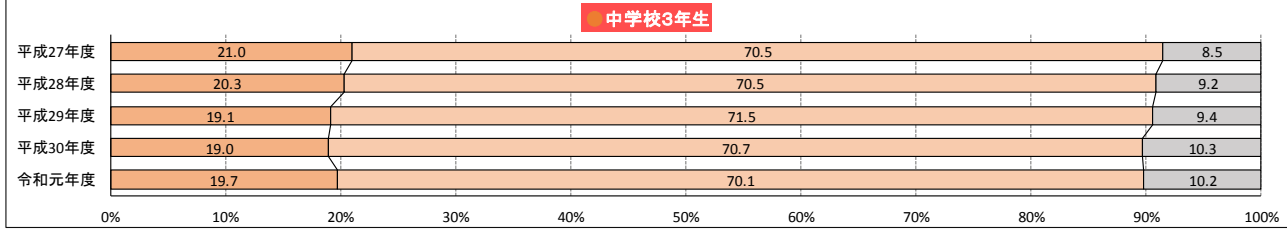
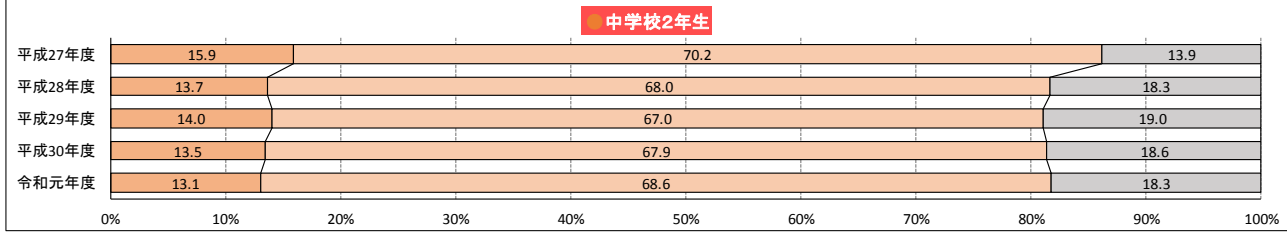
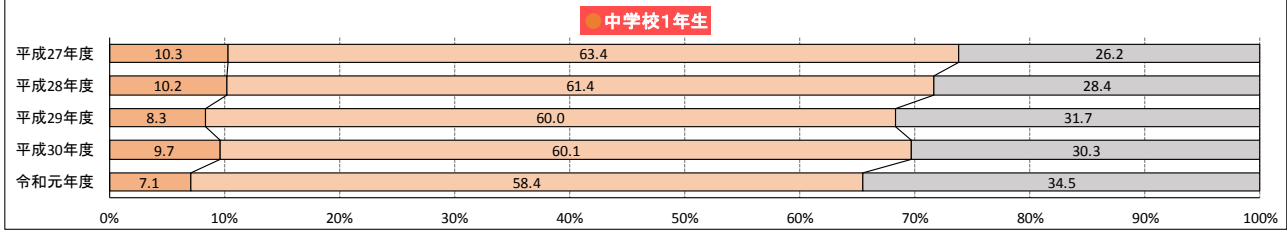
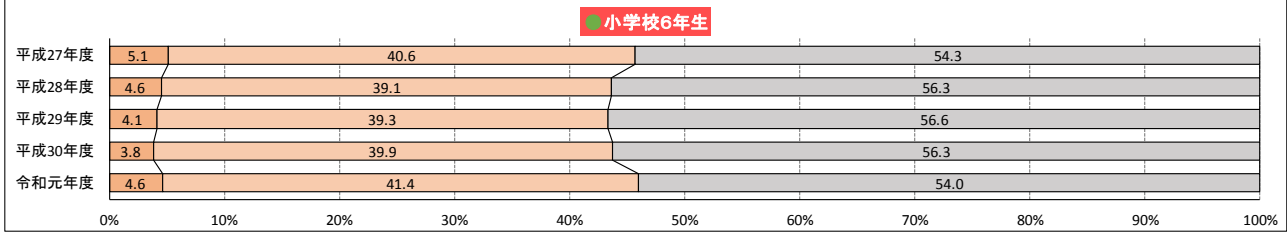
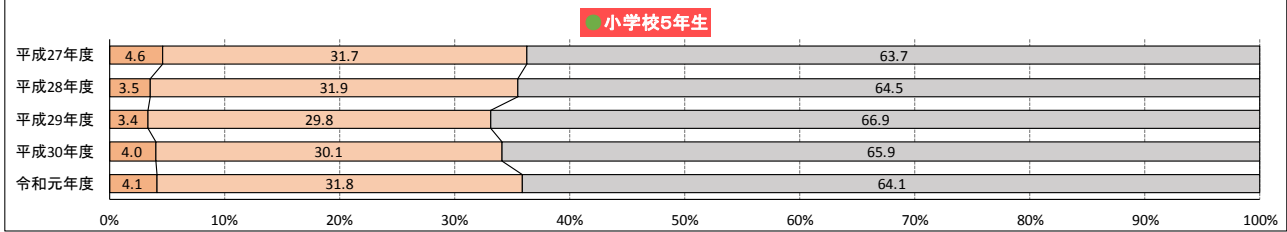
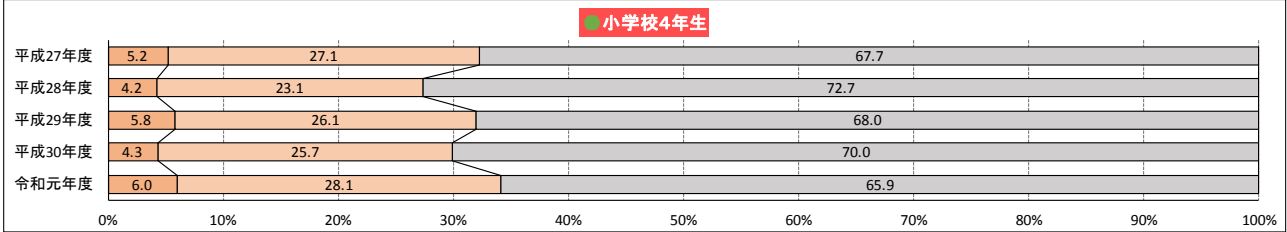
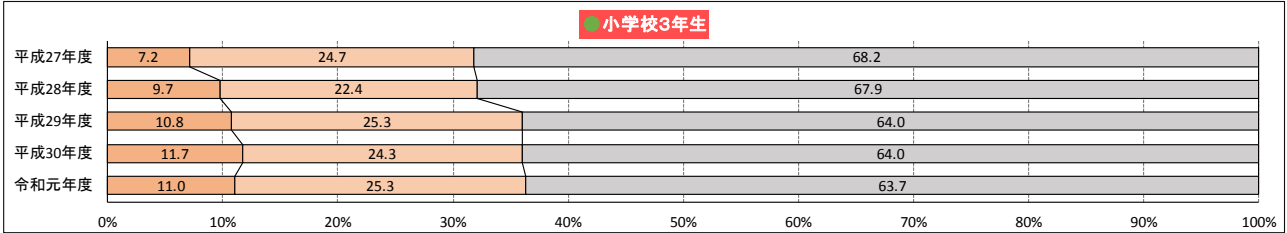
男子

■ 6時間未満 ■ 6～8時間 ■ 8時間以上



女子

■6時間未満 ■6～8時間 □8時間以上

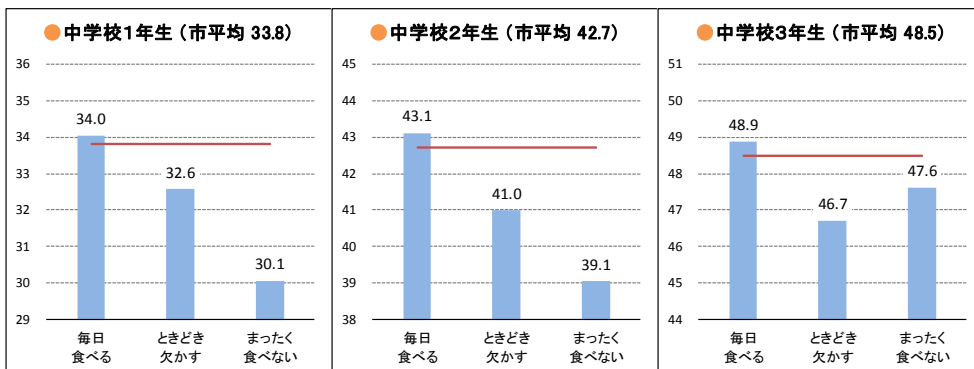
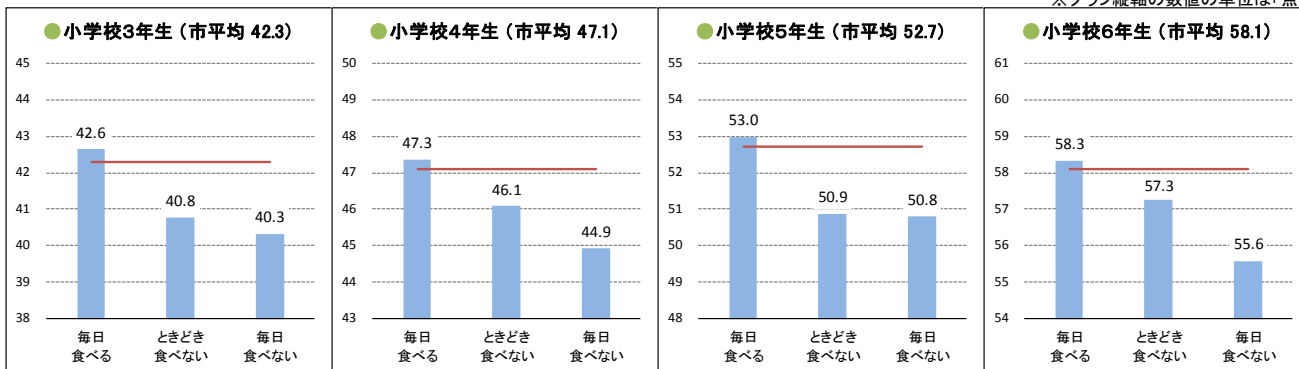


[朝食の摂取状況と体力合計点との関連]

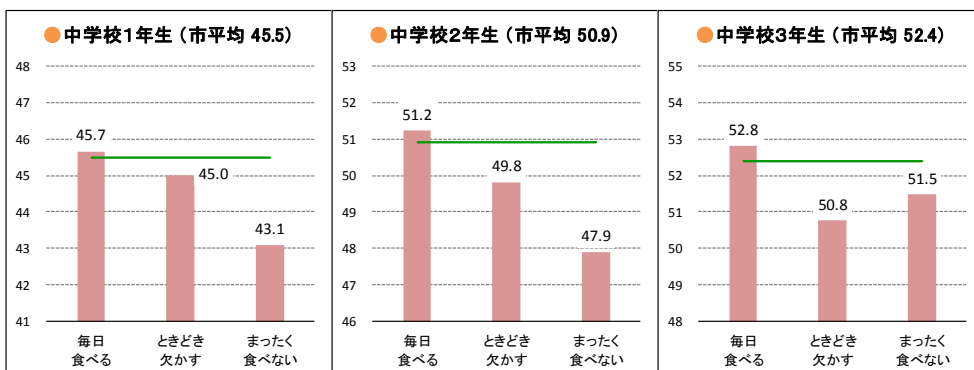
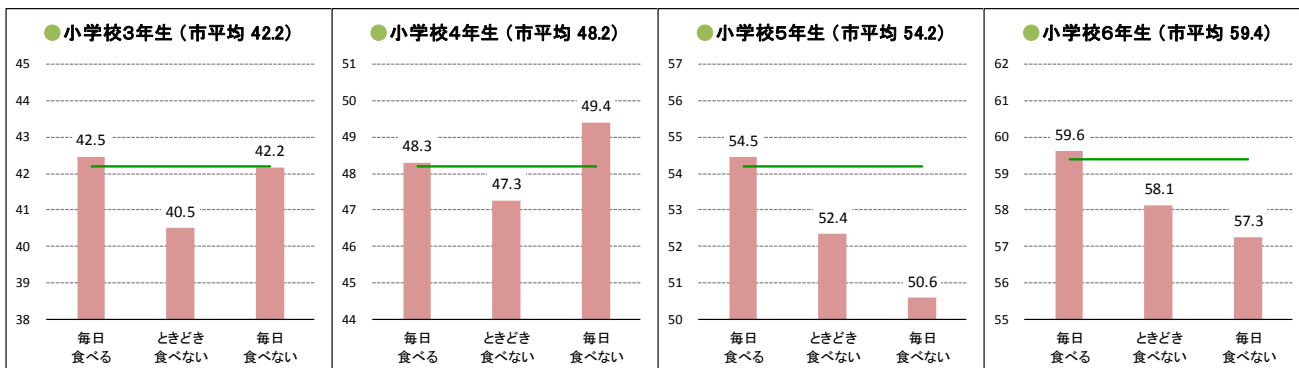
朝食

男子 ■ 回答別平均 — 市平均

※グラフ縦軸の数値の単位は「点」



女子 ■ 回答別平均 — 市平均

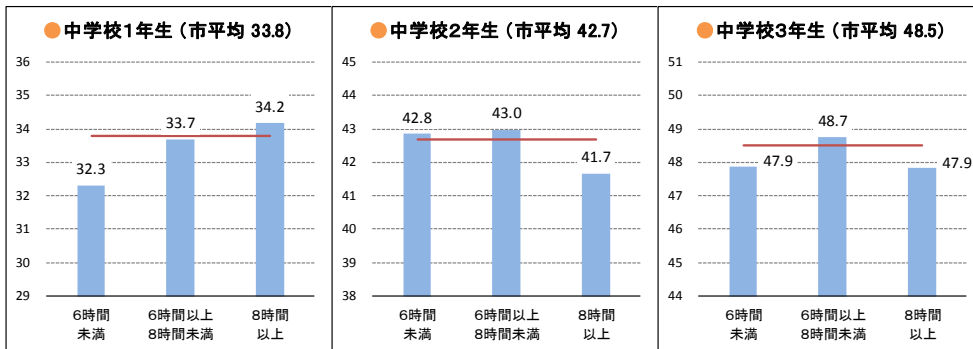
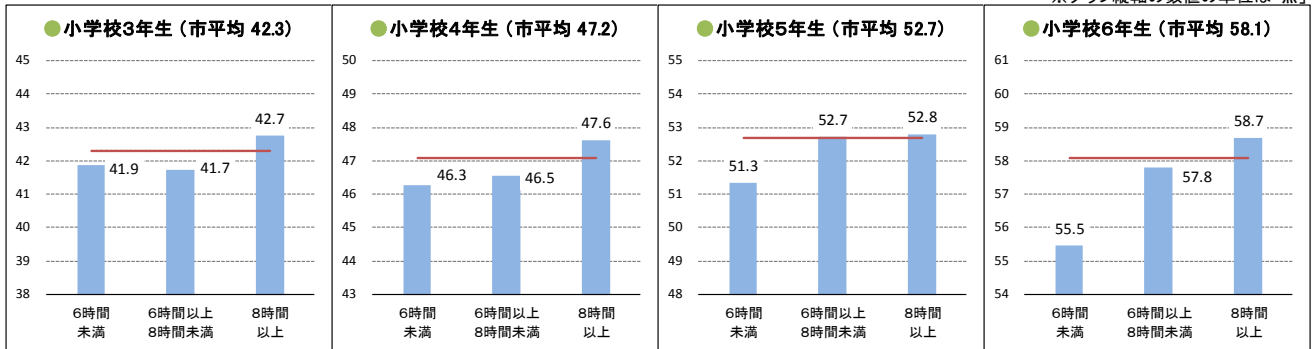


〔1日の睡眠時間と体力合計点との関連〕

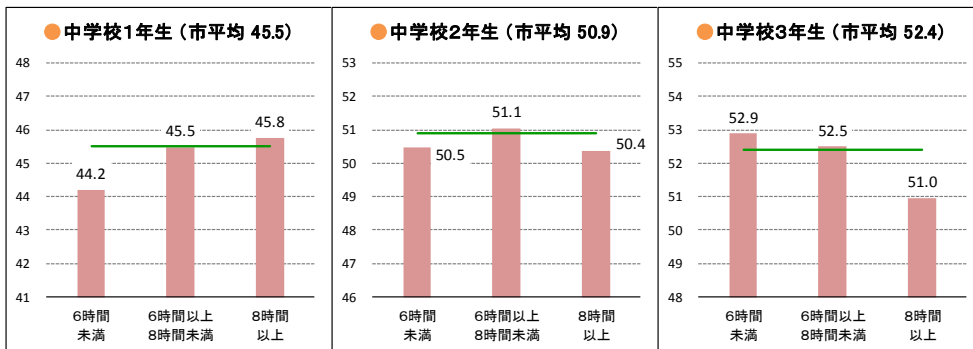
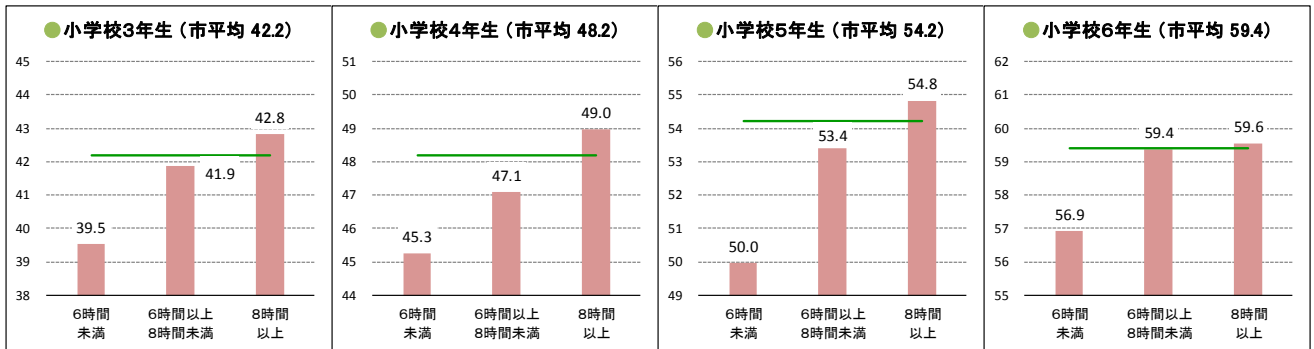
睡眠時間

男子 回答別平均 市平均

※グラフ縦軸の数値の単位は「点」



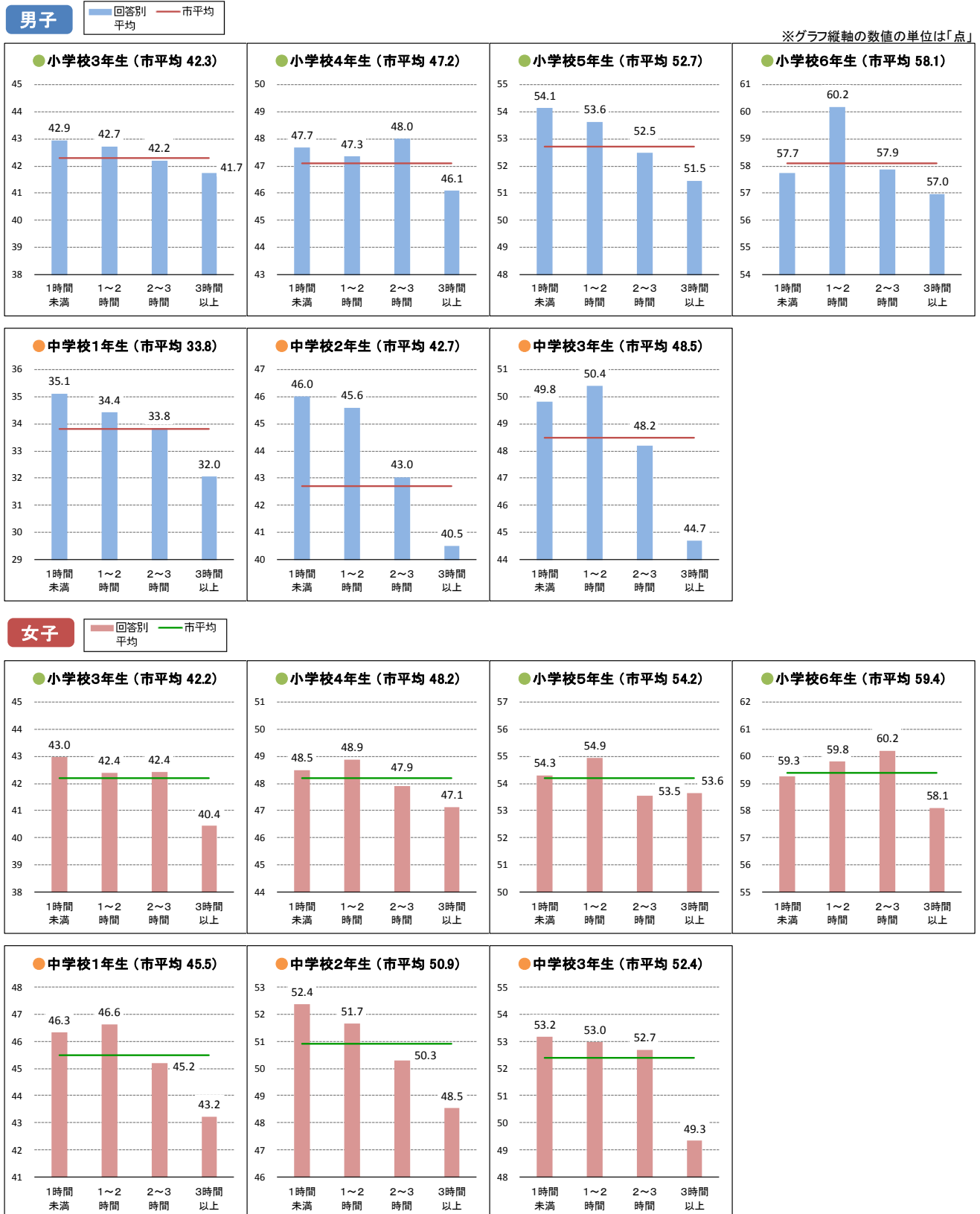
女子 回答別平均 市平均



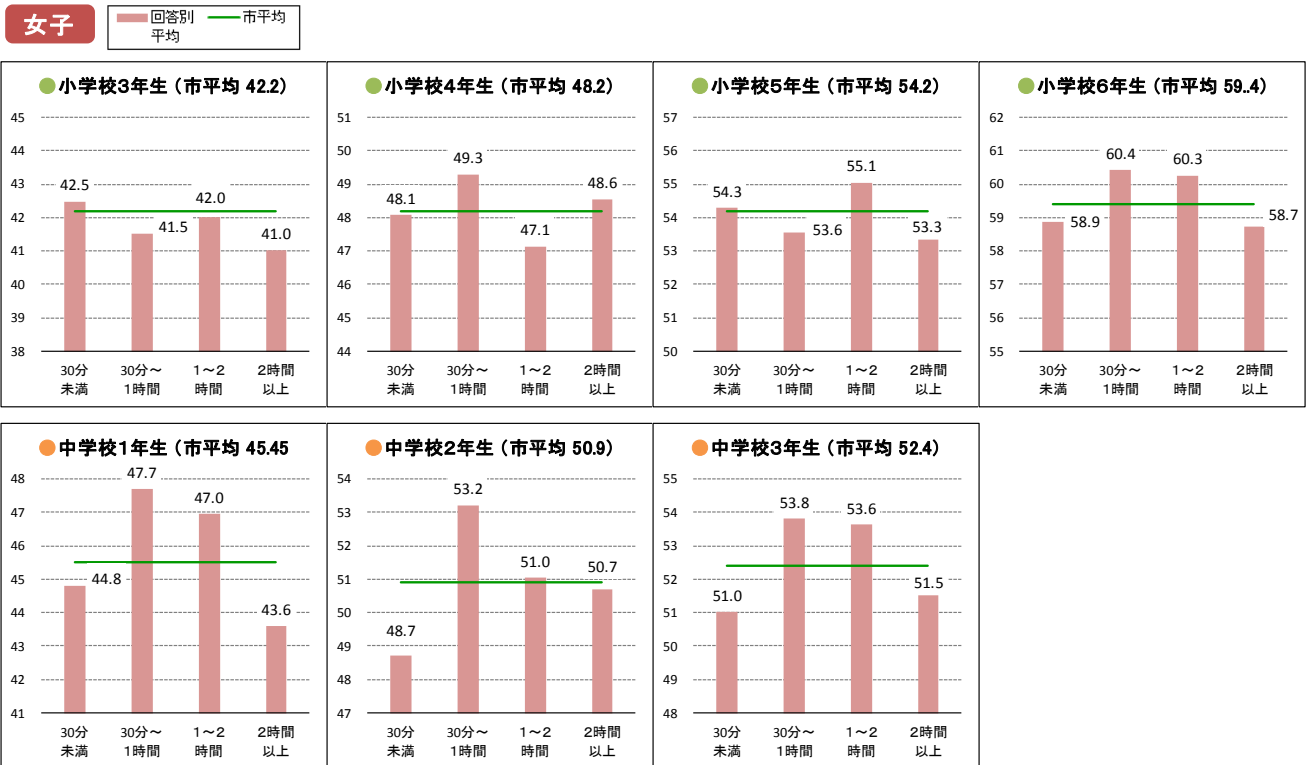
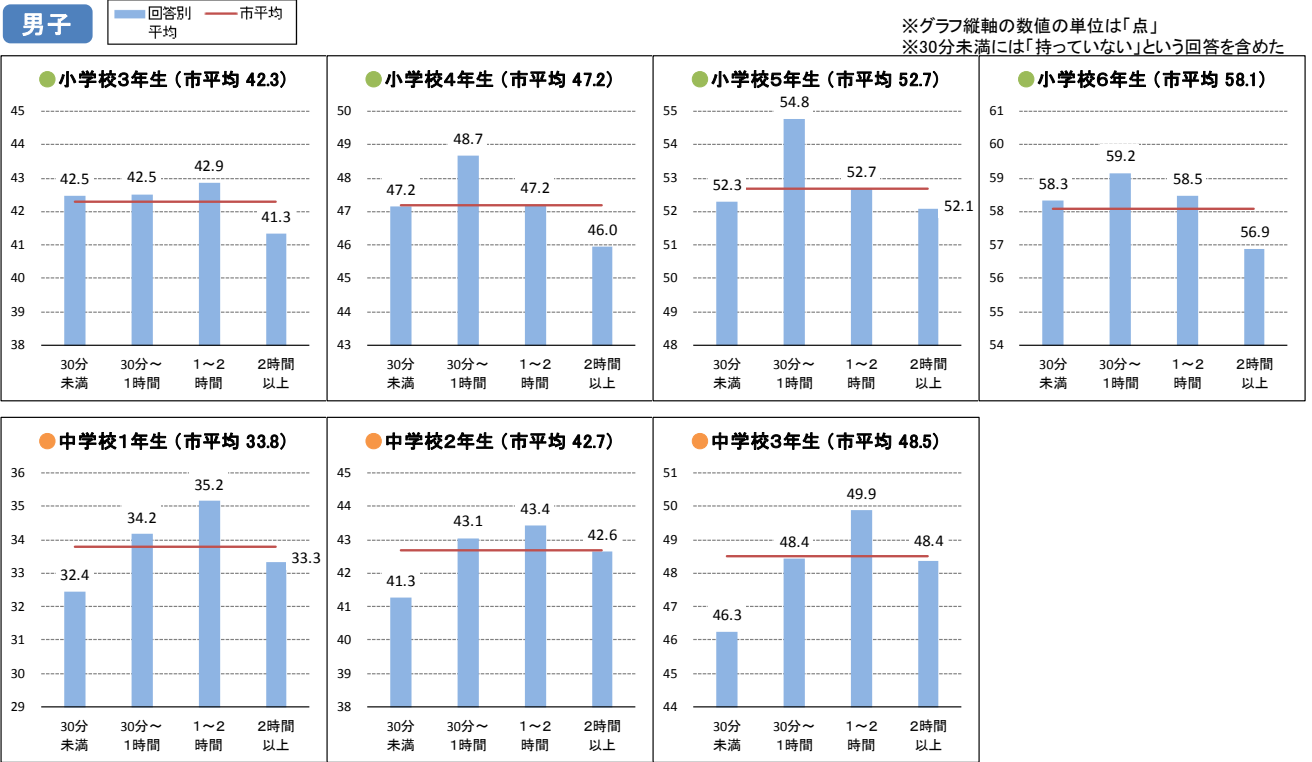
## 4-2 生活習慣と体力 テレビやゲームの視聴時間、携帯電話やスマートフォンの使用時間と体力との関連

テレビやゲーム機等の視聴時間、携帯電話やスマートフォンの使用時間と体力合計点を比較してみると、テレビやゲーム機等の視聴時間では男女とも全ての学年において3時間以上のグループ、携帯電話やスマートフォンの使用時間では小学校4年生女子以外の2時間以上のグループの体力合計点は市の平均値より低かった。

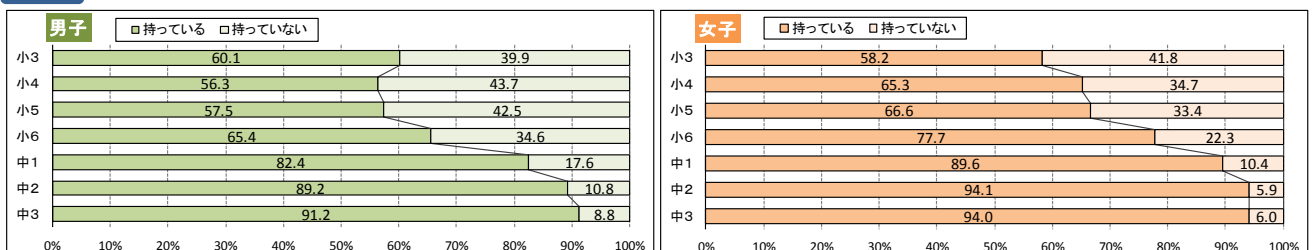
### 〔テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連〕



〔携帯電話やスマートフォンを使用する時間と体力合計点との関連〕



**参考** 携帯電話・スマートフォンの所持率





## 5 体格（肥満・痩身傾向）と体力、運動習慣

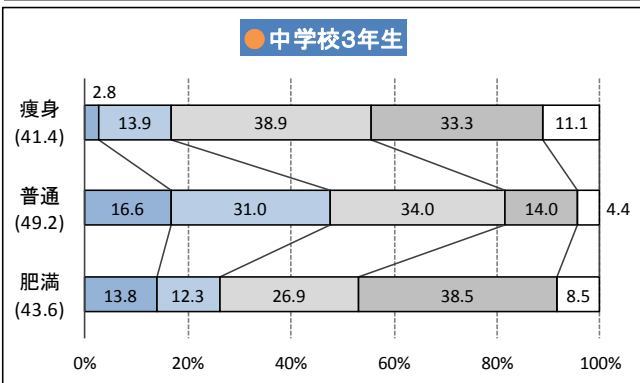
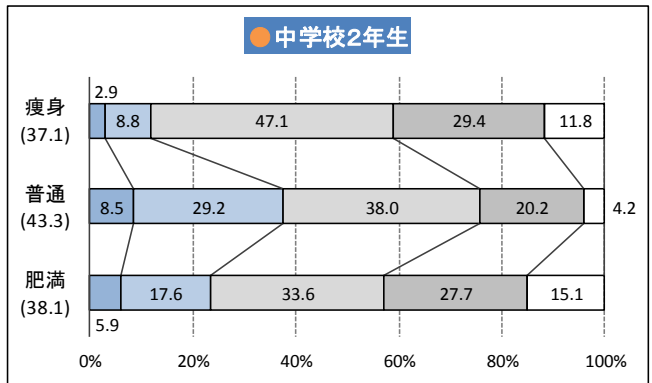
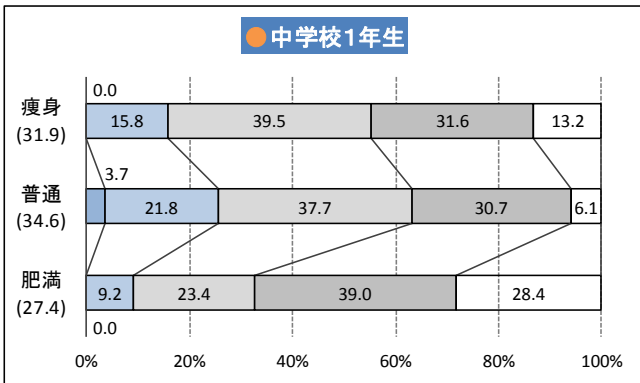
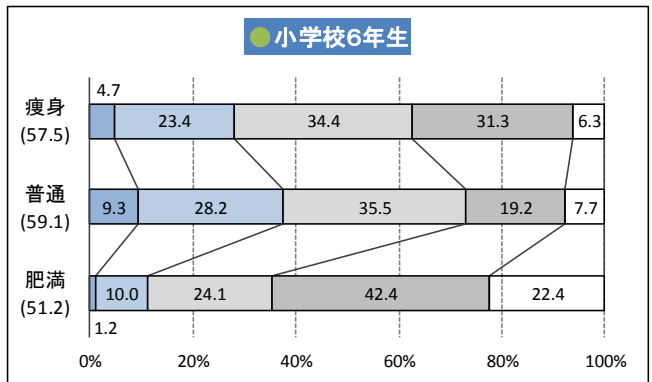
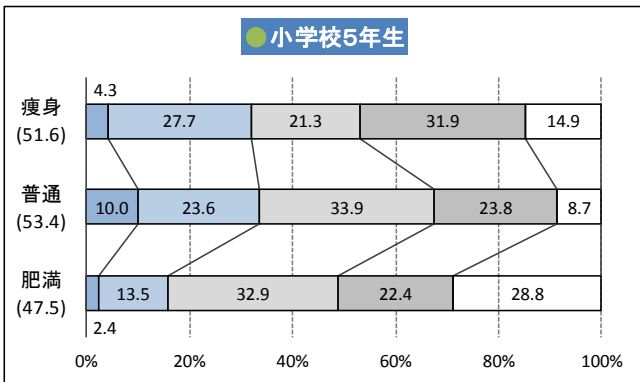
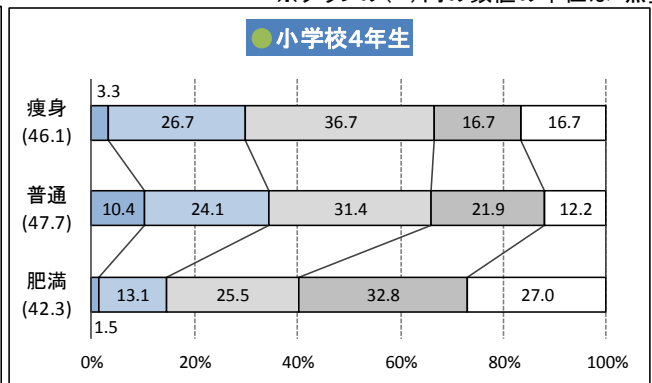
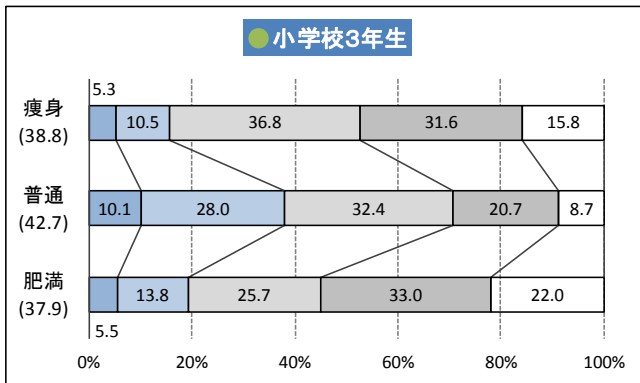
体格が肥満（肥満度 20%以上）・痩身（肥満度-20%以下）の児童生徒は、普通（肥満度-19.9%～19.9%）の児童生徒と比べて、総合評価のA・Bの割合が低く、小学校4年生男子と小学校3年生女子の痩身の児童以外は、D・Eの割合が高い。また、肥満の児童生徒は、1週間の総運動時間が普通の児童生徒に比べて、60分未満（0分を含む）の割合も高い。

〔肥満・痩身別に見た総合評価の割合〕

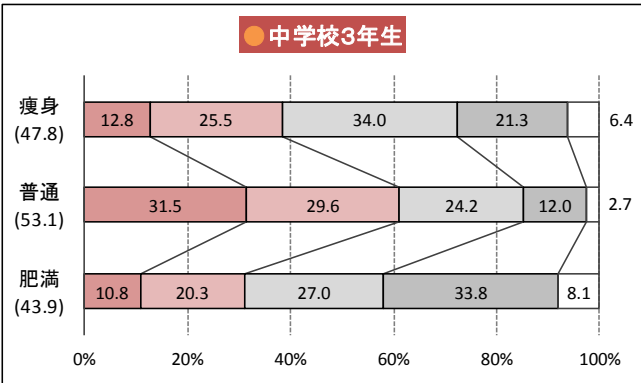
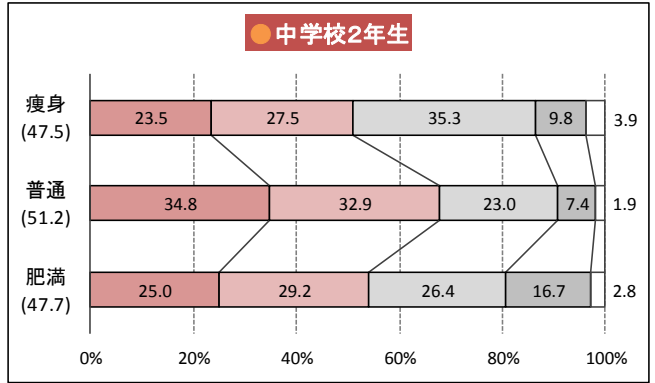
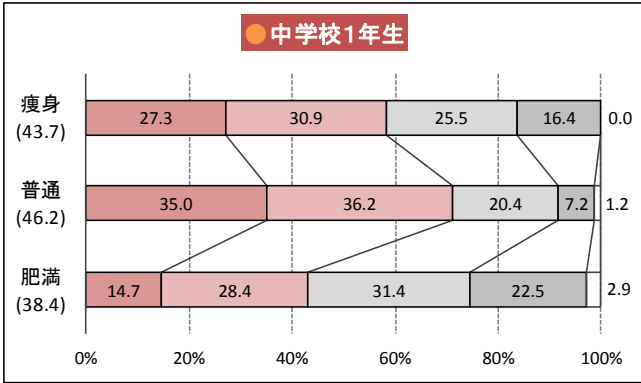
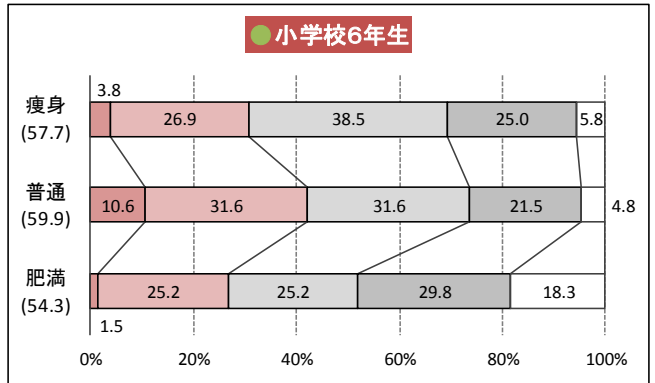
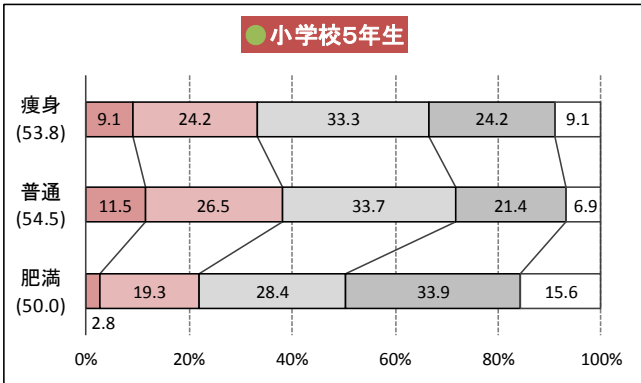
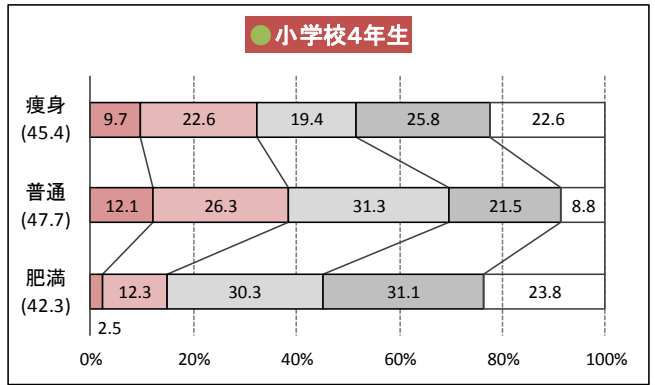
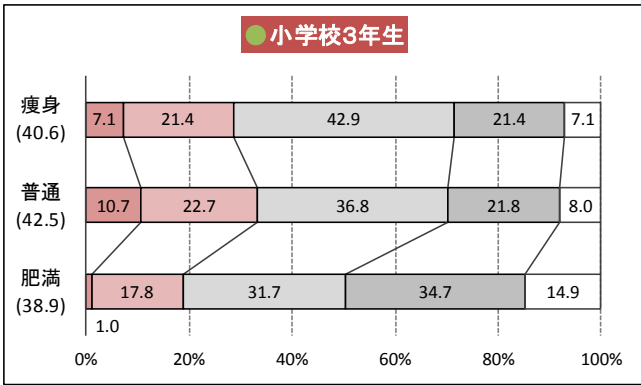
男子

■A ■B ■C ■D ■E

※グラフの（ ）内の数値の単位は「点」



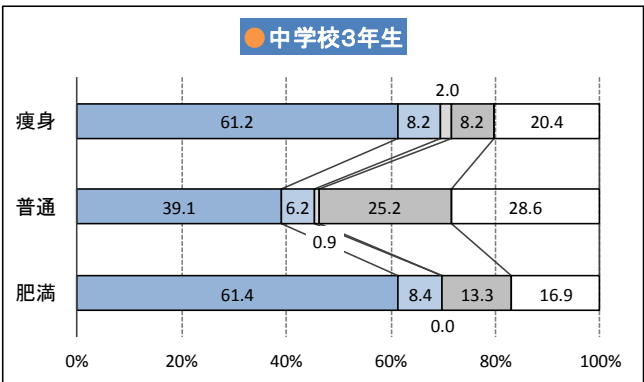
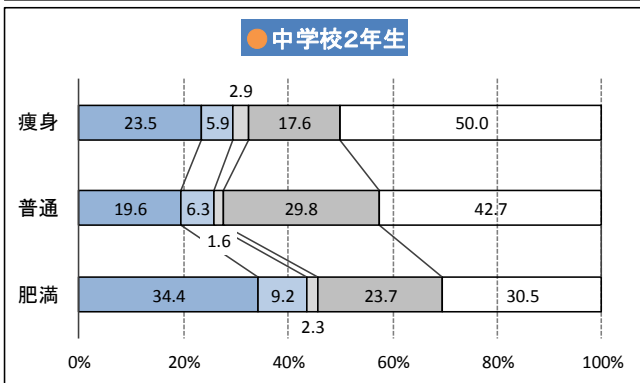
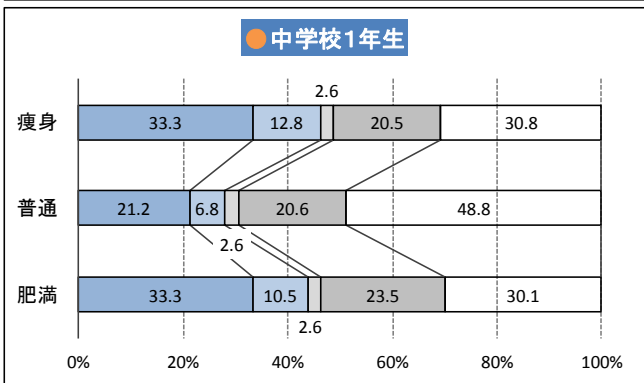
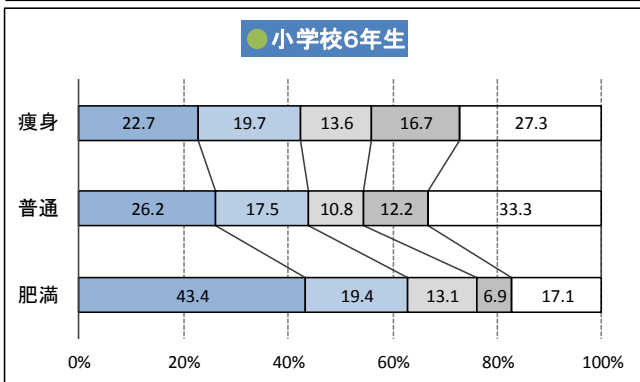
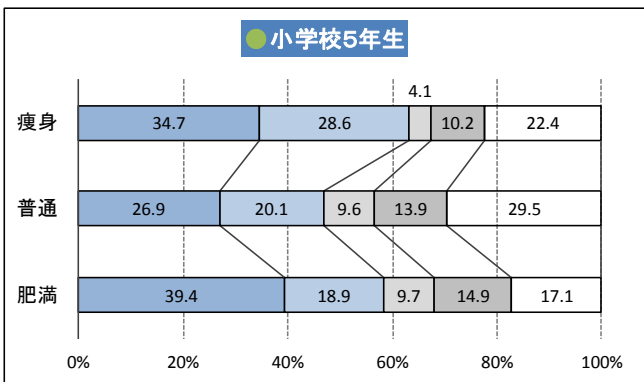
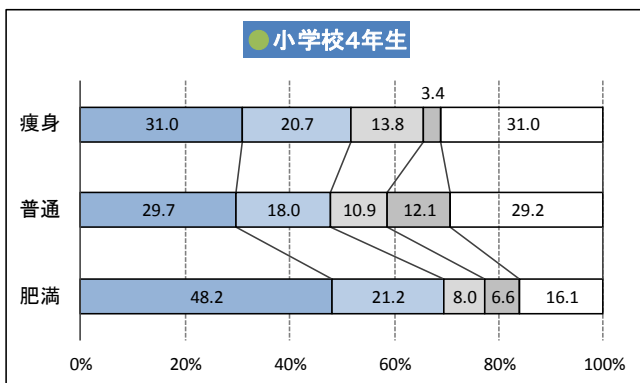
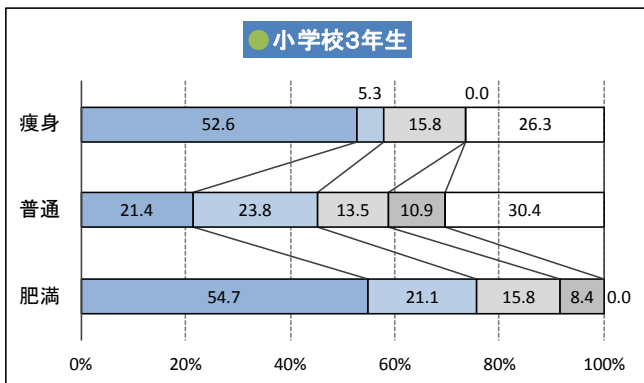
女子



〔肥満・痩身別に見た1週間の総運動時間〕

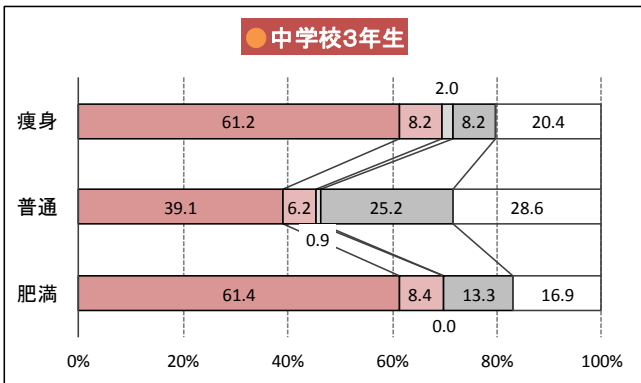
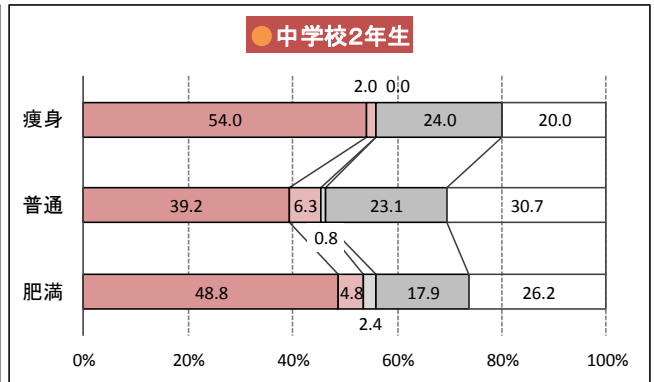
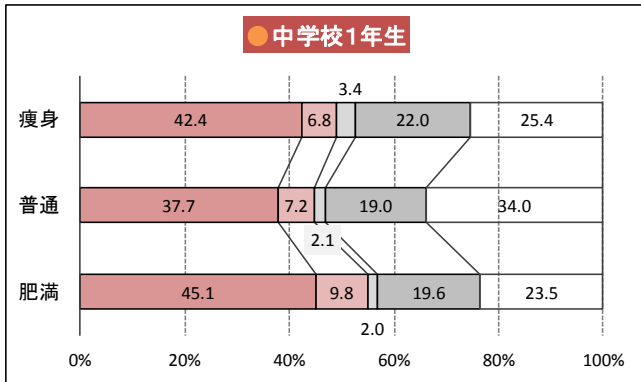
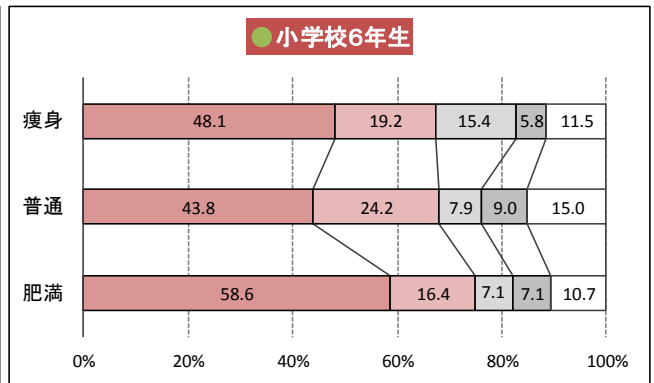
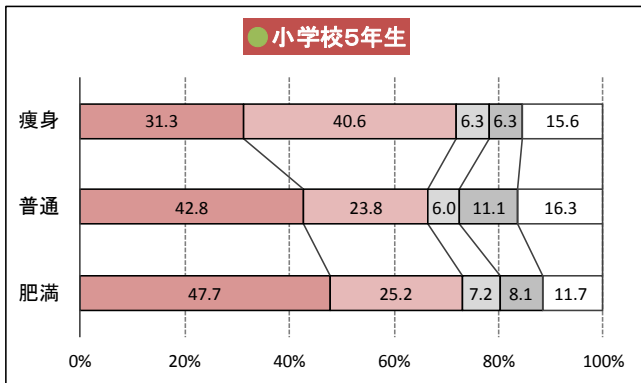
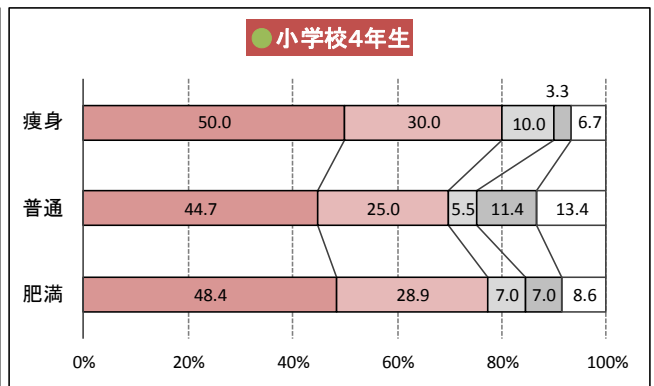
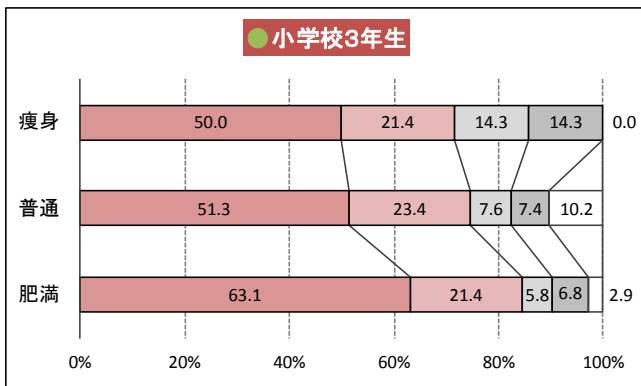
男子

■60分未満 ■60分以上120分未満 ■120分以上180分未満 ■180分以上360分未満 □360分以上



# 女子

■ 60分未満   ■ 60分以上120分未満   ■ 120分以上180分未満   ■ 180分以上360分未満   □ 360分以上



## ＜肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法＞

「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」より

平成18年3月31日発行(財)日本学校保健会

- ・標準体重(kg) = a × 身長(cm) - b
- ・肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 100

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6(小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7(小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8(小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
9(小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10(小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11(小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12(中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13(中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14(中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30~49.9%	中等度肥満
20~29.9%	軽度肥満
-19.9~19.9%	正常
-29.9~-20%	やせ
-30%以下	高度やせ



## 第2章

# 基礎集計

1

実技に関する調査結果……………●57

2

体格の状況……………●60

3

質問紙調査の結果……………●63





# 1 実技に関する調査結果

## (1) 市全体、学年別

### ●男子

#### ●小学校

※総合評価は、「評価不能」を含まない割合。

	児童数	種目別平均										体力合計点	総合評価(段階別)					割合の差 (A+B) -(D+E)
		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)	A	B		C	D	E			
3年生	1,520	12.64	16.28	29.83	32.35		33.92	10.17	134.43	14.18	42.33	9.7%	26.7%	32.0%	21.8%	9.8%	4.9	
4年生	1,451	14.45	18.18	31.17	35.54		41.31	9.81	142.34	16.61	47.15	9.4%	23.1%	31.0%	22.8%	13.7%	-4.1	
5年生	1,543	16.48	20.06	32.60	39.68		48.73	9.40	150.97	20.24	52.66	8.9%	22.6%	33.4%	23.9%	11.2%	-3.6	
6年生	1,547	19.11	21.99	34.82	42.72		55.38	9.01	161.62	23.66	58.12	8.2%	25.9%	34.1%	22.4%	9.3%	2.4	

#### ●中学校

	生徒数	種目別平均										体力合計点	総合評価(段階別)					割合の差 (A+B) -(D+E)
		握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	A		B	C	D	E		
1年生	1,520	23.33	24.34	40.32	48.84	432.24	67.74	8.62	180.04	16.91	33.78	3.2%	20.4%	36.3%	31.6%	8.6%	-16.6	
2年生	1,442	28.62	28.03	45.30	52.34	400.16	85.39	7.96	199.01	20.08	42.66	8.1%	27.6%	37.8%	21.1%	5.4%	9.2	
3年生	1,486	33.42	30.51	46.81	54.57	389.27	89.89	7.64	210.12	22.67	48.46	15.9%	28.7%	33.5%	16.9%	5.0%	22.8	

### ●女子

#### ●小学校

	児童数	種目別平均										体力合計点	総合評価(段階別)					割合の差 (A+B) -(D+E)
		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)	A	B		C	D	E			
3年生	1,467	11.84	15.52	32.30	30.67		24.75	10.52	125.17	8.98	42.22	10.0%	22.3%	36.5%	22.7%	10.4%	-0.9	
4年生	1,438	13.96	17.32	34.67	33.74		30.53	10.12	135.41	10.75	48.19	11.2%	24.9%	31.0%	22.4%	9.0%	4.7	
5年生	1,448	16.31	19.00	37.48	37.59		36.86	9.71	145.02	12.97	54.16	10.7%	25.9%	33.3%	22.5%	7.6%	6.6	
6年生	1,540	19.08	20.41	39.68	40.17		42.61	9.30	153.84	14.57	59.35	9.5%	30.9%	31.3%	22.3%	6.0%	12.0	

#### ●中学校

	生徒数	種目別平均										体力合計点	総合評価(段階別)					割合の差 (A+B) -(D+E)
		握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1000m (秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	A		B	C	D	E		
1年生	1,425	21.42	21.76	44.42	45.69	300.85	50.46	9.05	166.23	11.59	45.48	29.1%	35.4%	21.5%	8.7%	1.3%	54.4	
2年生	1,345	23.60	24.78	46.90	47.77	293.85	60.25	8.79	173.26	12.76	50.88	33.8%	32.5%	23.7%	8.0%	2.0%	56.2	
3年生	1,446	24.82	25.60	47.42	48.45	293.45	60.35	8.73	171.55	13.64	52.41	29.7%	29.0%	24.7%	13.6%	3.1%	41.9	

## (2) 各種目の平均値と体力合計点の経年変化

※最高値は網かけ(ピンク)、最低値は二重線枠で示している。

## 男子

## ●小学校3年生

	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)
令和元年度	12.64	16.17	29.83	32.35		33.92	10.17	134.43	14.18	42.33
平成30年度	12.49	16.20	27.85	31.68		35.30	10.20	134.25	13.77	41.72
平成29年度	12.66	16.19	29.13	31.37		34.44	10.22	133.17	14.26	41.82
平成28年度	12.43	15.98	30.08	31.30		33.43	10.19	133.43	14.17	41.90
平成27年度	12.70	15.95	29.67	31.33		34.00	10.25	134.09	14.42	42.06

## ●小学校4年生

	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)
令和元年度	14.45	18.18	31.17	35.54		41.31	9.81	142.34	16.61	47.15
平成30年度	14.60	18.46	30.02	36.43		42.72	9.67	143.59	17.45	47.87
平成29年度	14.75	18.28	30.69	35.31		41.73	9.78	141.86	17.42	47.47
平成28年度	14.34	18.38	30.66	35.86		40.93	9.76	143.53	17.83	47.66
平成27年度	14.55	17.71	31.03	34.79		41.57	9.72	142.95	17.95	47.42

## ●小学校5年生

	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)
令和元年度	16.48	20.06	32.60	39.68		48.73	9.40	150.97	20.24	52.66
平成30年度	16.72	20.17	33.40	40.06		51.70	9.36	153.99	20.67	53.72
平成29年度	16.52	20.36	33.05	39.55		50.44	9.30	151.60	21.11	53.42
平成28年度	16.50	19.76	32.47	38.92		50.52	9.33	150.75	21.18	52.77
平成27年度	16.34	19.38	32.30	38.57		47.62	9.42	150.41	20.90	52.07

## ●小学校6年生

	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)
令和元年度	19.11	21.99	34.82	42.72		55.38	9.01	161.62	23.66	58.12
平成30年度	19.36	21.64	34.69	43.26		57.10	8.95	163.10	23.82	58.51
平成29年度	19.63	21.88	34.88	42.57		58.00	8.95	163.04	24.36	58.81
平成28年度	19.39	21.31	33.96	41.94		56.49	9.04	159.16	24.27	57.68
平成27年度	19.50	21.67	34.22	42.64		58.05	9.02	162.03	25.07	58.44

## ●中学校1年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	23.33	24.34	40.32	48.84	432.24	67.74	8.62	180.04	16.91	33.78
平成30年度	23.48	24.35	40.03	48.16	430.28	67.79	8.53	180.49	17.04	33.47
平成29年度	23.29	24.41	38.10	47.37	429.29	66.95	8.67	177.34	16.85	32.50
平成28年度	23.13	24.23	38.66	47.33	428.00	69.19	8.61	176.20	16.83	32.60
平成27年度	23.37	23.94	37.51	46.69	429.00	70.99	8.67	175.25	16.74	32.07

## ●中学校2年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	28.62	28.03	45.30	52.34	400.16	85.39	7.96	199.01	20.08	42.66
平成30年度	28.50	28.38	43.16	52.38	393.96	84.29	8.00	196.73	20.09	42.21
平成29年度	28.60	28.48	41.86	51.57	393.30	85.22	7.99	195.97	20.01	41.70
平成28年度	28.37	27.63	41.63	50.42	396.00	87.56	8.06	192.36	19.41	40.39
平成27年度	28.33	28.18	43.30	50.25	395.00	82.50	8.10	195.03	19.47	40.77

## ●中学校3年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	33.42	30.51	46.81	54.57	389.27	89.89	7.64	210.12	22.67	48.46
平成30年度	33.80	30.88	45.97	54.84	378.51	91.91	7.58	212.03	22.81	48.88
平成29年度	33.48	30.15	45.83	53.09	386.23	92.34	7.65	206.85	22.49	47.48
平成28年度	33.61	29.85	46.78	53.61	383.00	88.13	7.66	208.34	21.93	47.42
平成27年度	34.31	30.80	46.81	53.07	379.00	90.42	7.66	208.74	22.41	48.23

## 女子

### ● 小学校 3 年生

	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)
令和元年度	11.82	15.52	32.30	30.67		24.75	10.52	125.17	8.98	42.22
平成30年度	11.84	15.54	31.54	30.32		25.60	10.53	126.23	8.99	42.38
平成29年度	11.89	15.23	32.52	29.98		25.54	10.56	126.02	9.18	42.47
平成28年度	11.78	15.36	33.36	29.88		24.85	10.50	126.25	9.17	42.46
平成27年度	11.92	15.34	33.24	29.70		25.01	10.50	126.54	9.09	42.48

### ● 小学校 4 年生

	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)
令和元年度	13.96	17.32	34.67	33.74		30.53	10.12	135.41	10.75	48.19
平成30年度	13.90	17.48	33.96	34.67		31.44	10.02	135.91	11.02	48.71
平成29年度	13.92	17.42	34.26	33.67		31.19	10.08	135.61	11.02	48.29
平成28年度	13.62	17.65	34.60	34.03		30.77	10.00	135.71	11.39	48.62
平成27年度	13.57	16.65	34.53	32.93		30.32	10.07	135.36	10.89	47.62

### ● 小学校 5 年生

	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)
令和元年度	16.29	19.00	37.48	37.59		36.86	9.71	145.02	12.97	54.16
平成30年度	16.41	19.19	37.67	38.53		39.66	9.59	147.73	13.11	55.29
平成29年度	16.14	19.30	37.46	37.83		39.40	9.55	145.02	13.64	54.92
平成28年度	16.05	18.56	36.37	36.91		38.45	9.61	144.54	13.02	53.82
平成27年度	16.11	18.20	36.71	36.32		35.85	9.64	143.52	12.94	53.21

### ● 小学校 6 年生

	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)
令和元年度	19.56	20.41	39.68	40.17		42.61	9.30	153.84	14.57	59.35
平成30年度	19.16	20.42	39.67	40.84		44.86	9.18	154.81	15.20	60.29
平成29年度	19.22	20.38	39.66	40.17		44.45	9.23	155.76	14.96	59.87
平成28年度	19.28	19.79	38.85	39.52		43.86	9.27	151.20	14.84	58.90
平成27年度	19.11	20.08	39.55	39.47		43.30	9.31	152.55	14.70	58.96

### ● 中学校 1 年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	21.42	21.76	44.42	45.69	300.85	50.46	9.05	166.23	11.59	45.48
平成30年度	21.44	21.97	43.65	44.60	304.62	50.74	9.01	165.77	11.02	44.39
平成29年度	21.38	21.23	41.99	43.77	307.22	50.21	9.11	162.34	11.04	42.88
平成28年度	21.27	21.23	42.45	43.82	304.00	49.25	9.11	162.02	10.77	42.62
平成27年度	21.15	20.81	41.44	42.71	306.00	49.83	9.14	159.28	10.55	41.54

### ● 中学校 2 年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	23.60	24.78	46.90	47.77	293.85	60.25	8.79	173.26	12.76	50.88
平成30年度	23.70	24.20	45.24	47.09	290.71	59.18	8.79	170.99	12.28	49.49
平成29年度	23.33	24.51	45.22	46.22	291.48	58.62	8.83	170.18	12.62	49.46
平成28年度	23.45	23.85	43.74	45.51	290.00	60.04	8.84	166.18	11.92	48.00
平成27年度	23.20	24.44	45.58	44.96	288.00	56.96	8.83	168.22	11.88	48.25

### ● 中学校 3 年生

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1500m (分秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンドボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
令和元年度	24.82	25.60	47.42	48.45	293.45	60.35	8.73	171.55	13.64	52.41
平成30年度	24.95	25.86	47.60	48.19	290.65	59.74	8.73	173.89	13.66	52.72
平成29年度	24.58	25.37	46.55	46.31	287.99	59.01	8.72	170.55	13.19	51.21
平成28年度	24.57	25.16	46.28	46.99	289.00	57.86	8.75	170.30	12.73	50.87
平成27年度	24.73	25.21	46.88	45.80	291.00	57.20	8.87	169.23	12.67	50.39

## 2 体格の状況

●市全体、学年別

### ●小学校

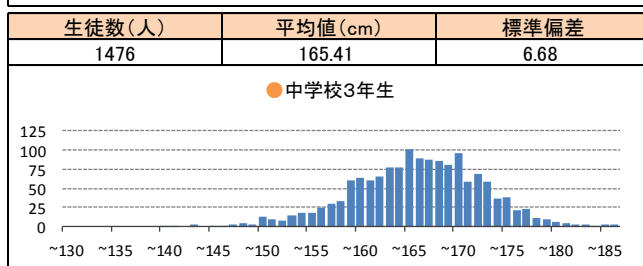
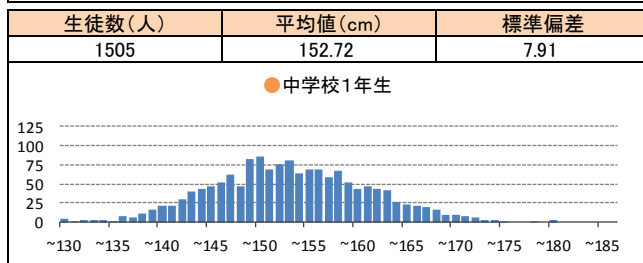
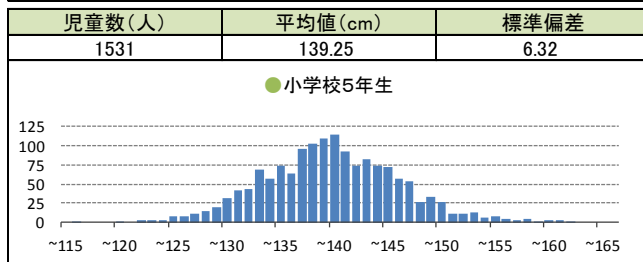
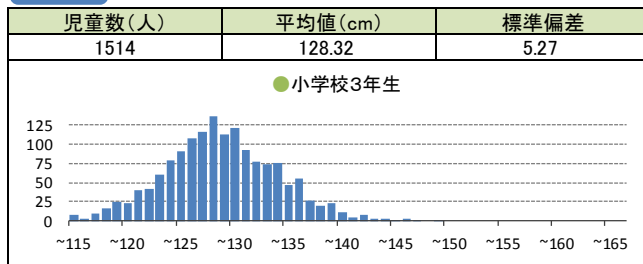
	男子						女子					
	児童数	体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			児童数	体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	普通	痩身		身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	普通	痩身
3年生	1,520	128.32	27.26	7.3%	91.4%	1.3%	1,467	127.39	26.70	7.2%	91.9%	1.0%
4年生	1,451	133.72	30.67	10.0%	87.9%	2.1%	1,438	133.88	30.47	9.1%	88.7%	2.2%
5年生	1,543	139.25	34.69	11.6%	85.2%	3.3%	1,448	140.35	34.29	7.9%	89.8%	2.3%
6年生	1,547	145.46	38.73	12.0%	83.6%	4.4%	1,540	146.98	39.58	9.4%	87.2%	3.4%

### ●中学校

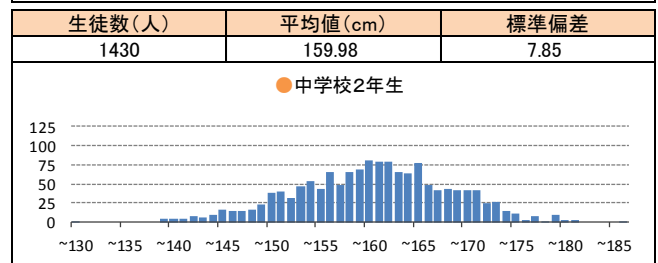
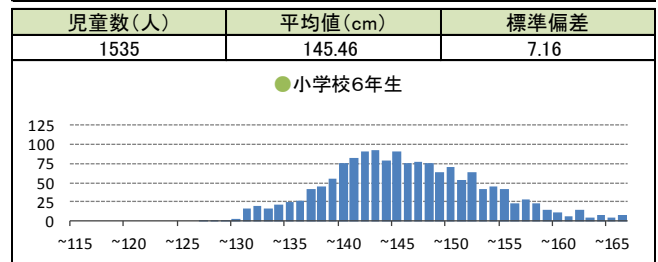
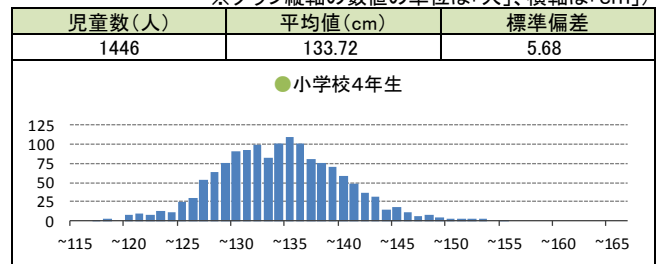
	男子						女子					
	生徒数	体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			生徒数	体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	普通	痩身		身長 (cm)	体重 (kg)	肥満	普通	痩身
1年生	1,520	152.72	43.92	10.7%	86.5%	2.8%	1,425	151.87	43.64	7.8%	87.9%	4.3%
2年生	1,442	159.98	49.07	9.6%	87.8%	2.6%	1,345	154.95	46.96	6.9%	89.1%	4.0%
3年生	1,486	165.41	54.24	10.2%	87.0%	2.8%	1,446	156.64	49.51	6.3%	90.1%	3.6%

### 身長

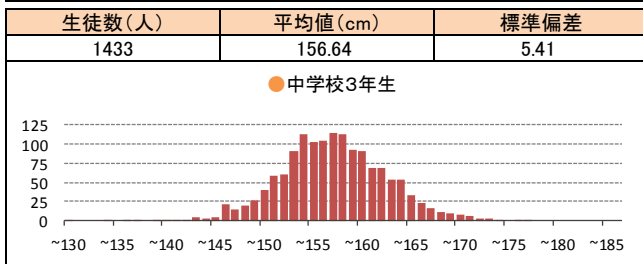
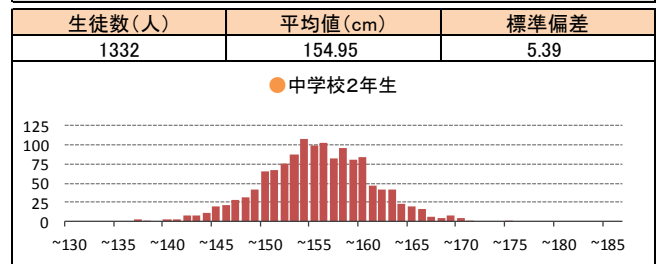
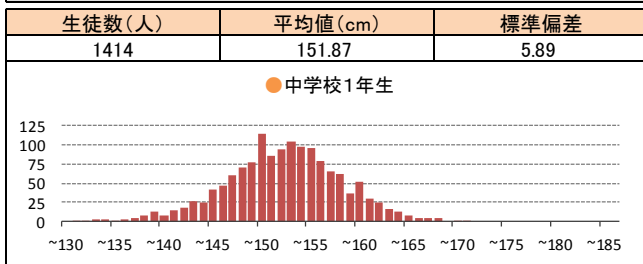
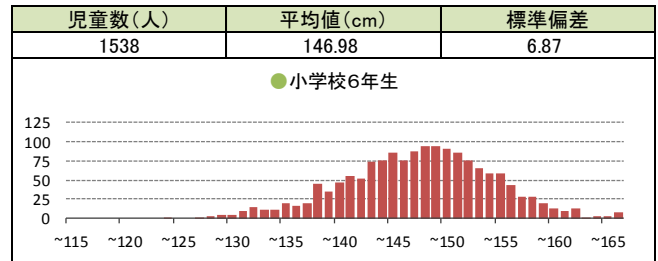
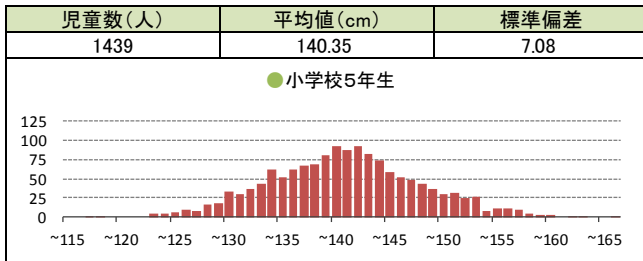
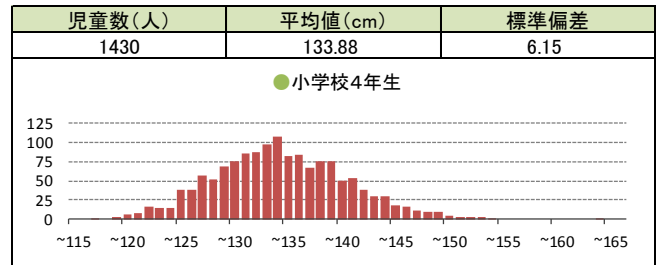
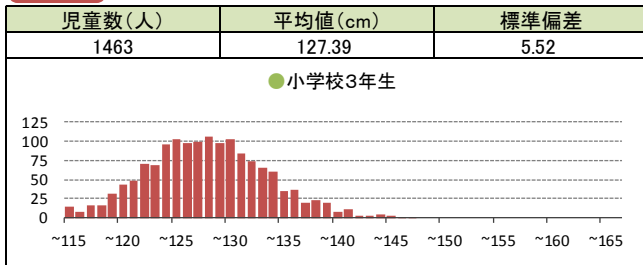
#### 男子



※グラフ縦軸の数値の単位は「人」、横軸は「cm」)

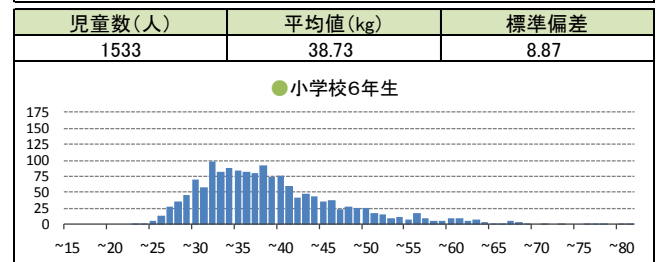
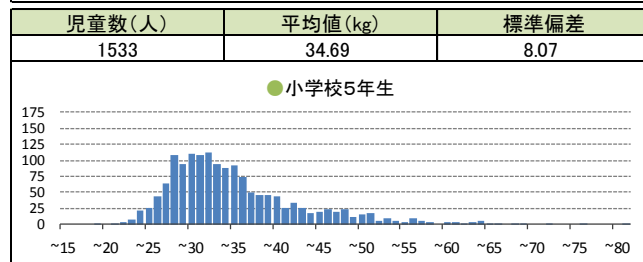
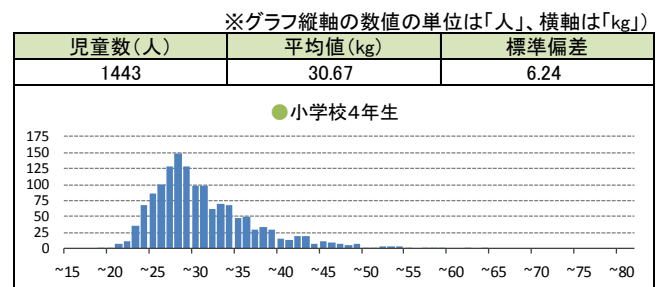
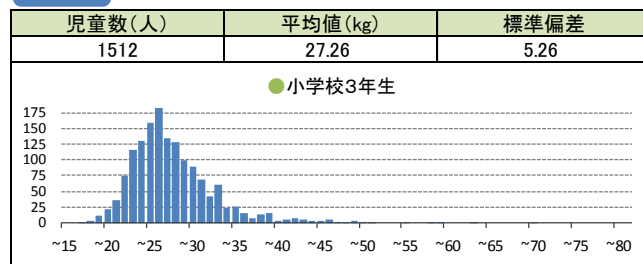


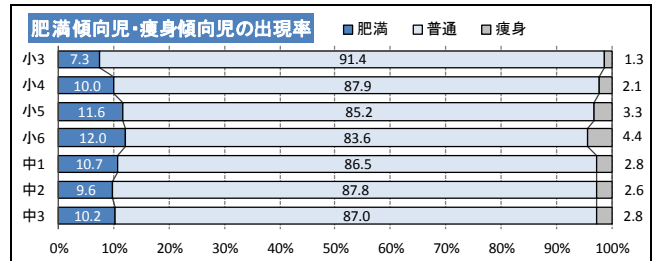
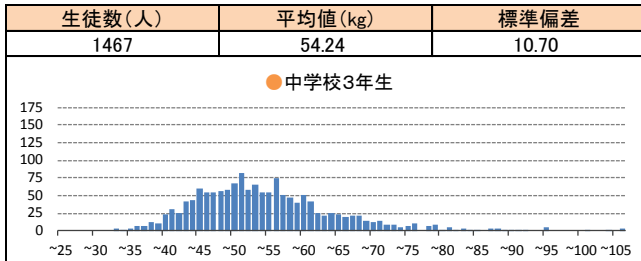
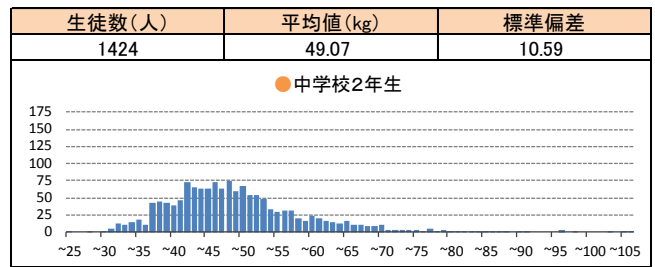
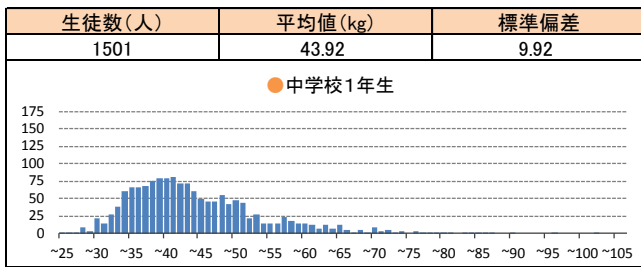
女子



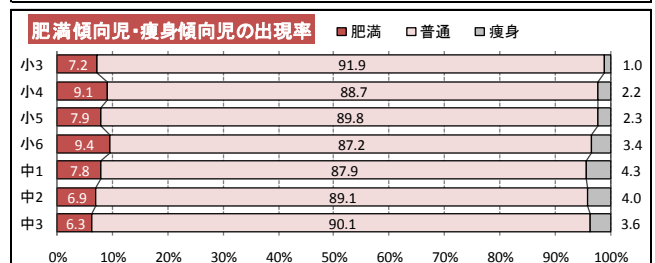
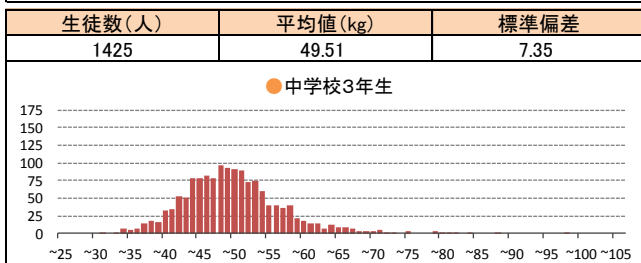
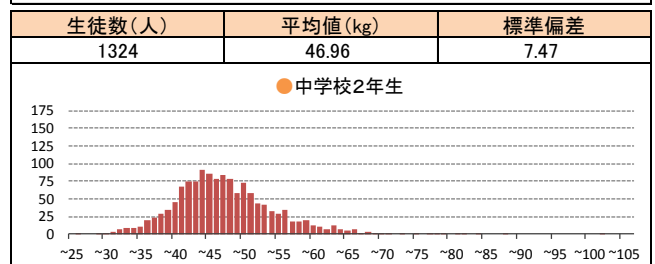
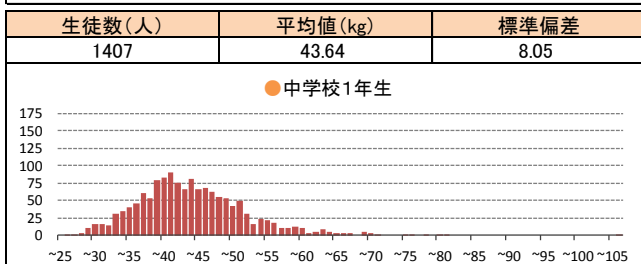
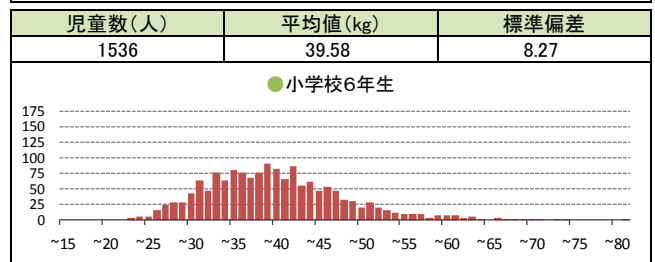
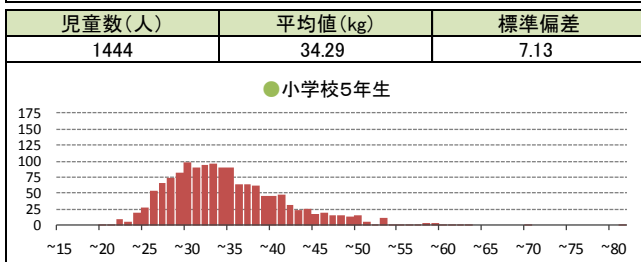
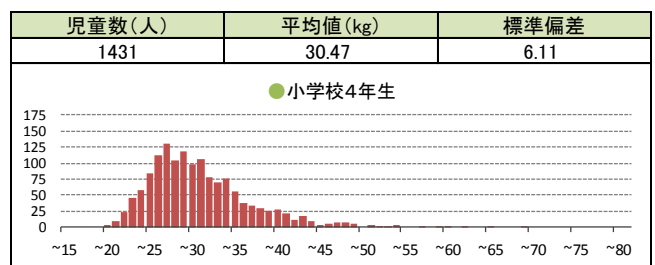
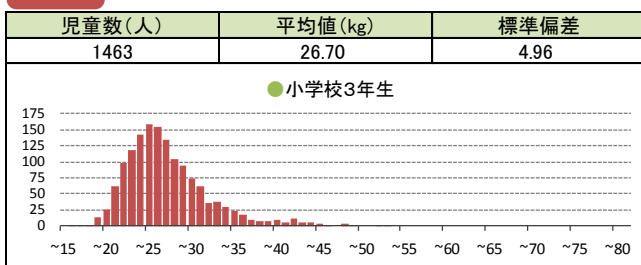
体 重

男子





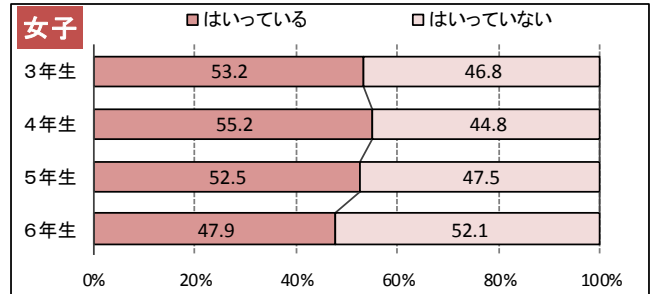
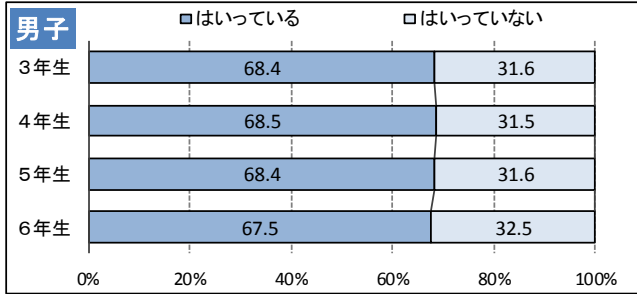
## 女子



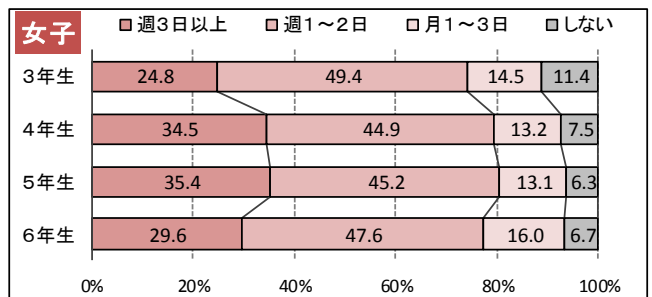
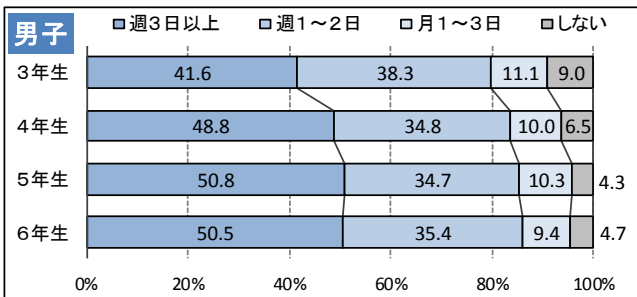
### 3 質問紙調査の結果

#### 1-1 集計結果（小学校）

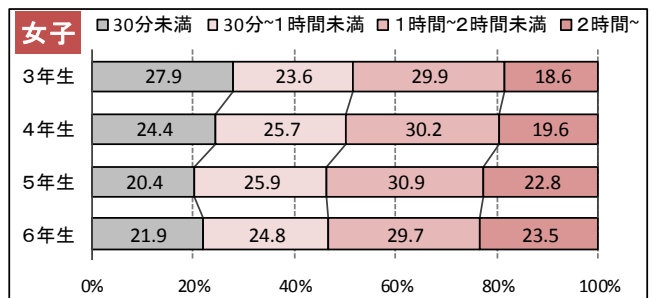
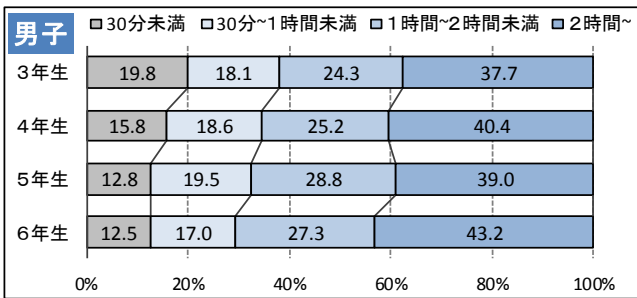
##### 質問1 運動部やスポーツクラブにはいっていますか



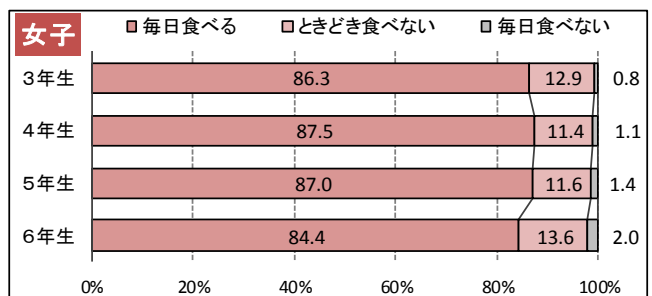
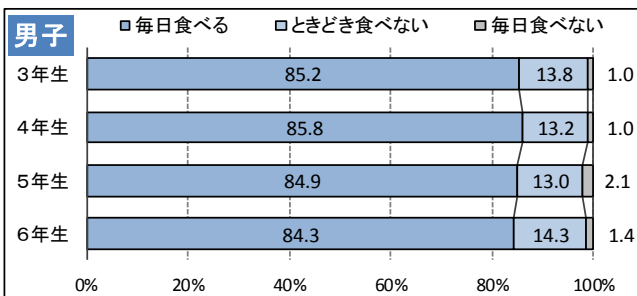
##### 質問2 運動やスポーツをどのくらいしていますか



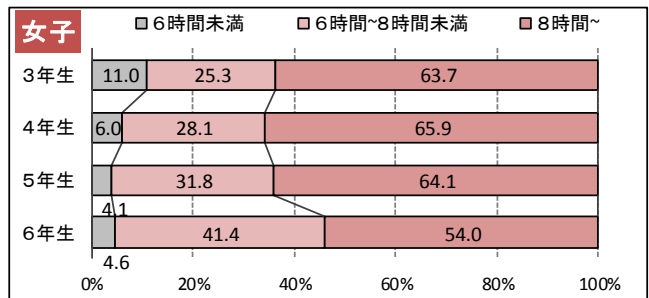
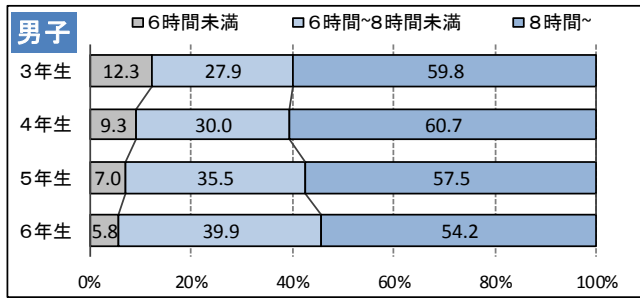
##### 質問3 運動やスポーツをするときは1日どのくらいの時間しますか



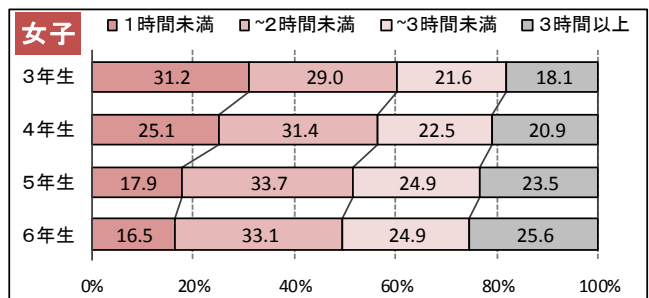
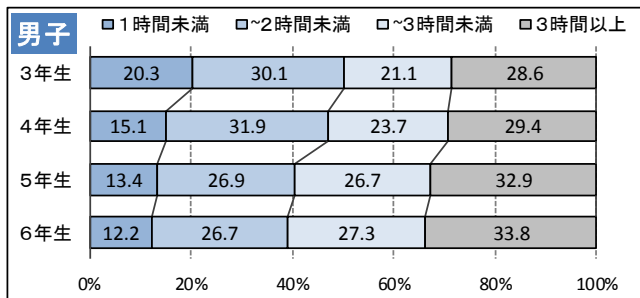
##### 質問4 朝食は食べますか



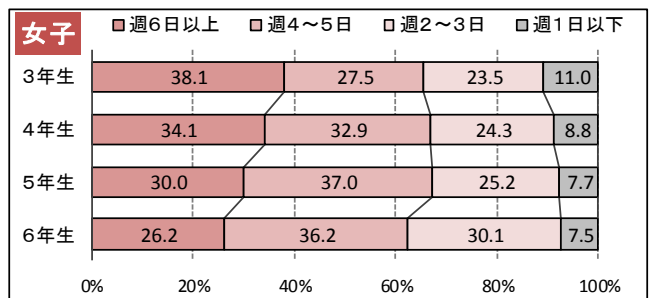
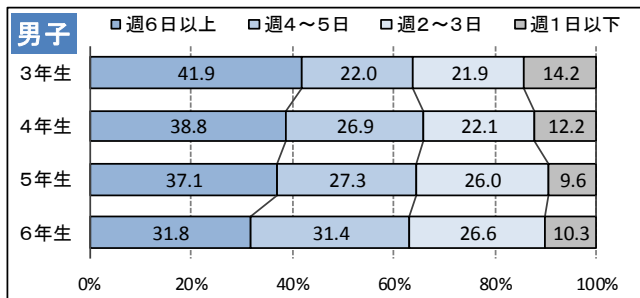
**質問5** 1日のすいみん時間



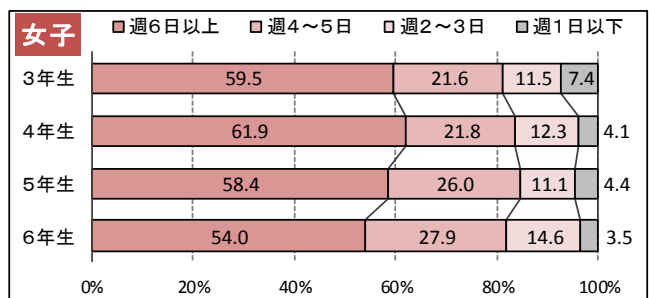
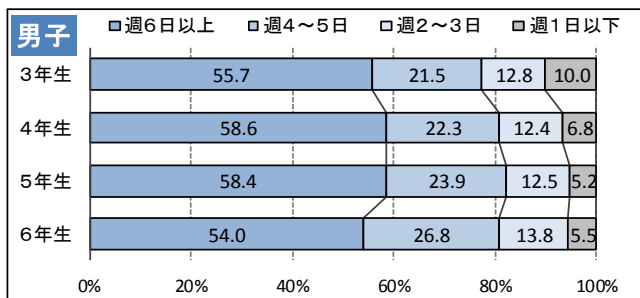
**質問6** 1日にどのくらいテレビをみますか（テレビゲームもふくみます）



**質問7** 小学校入学前はどのくらい外で体を動かす遊びをしていましたか

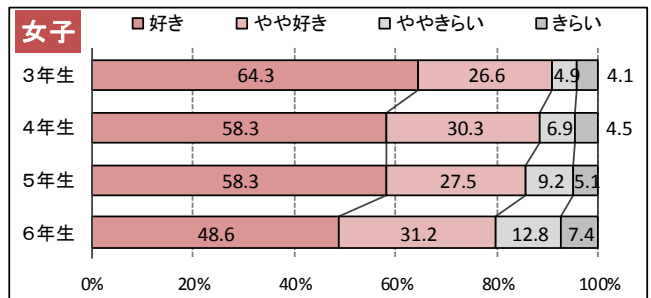
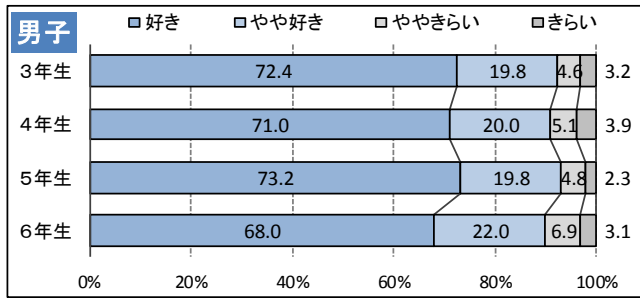


**質問8** ぐっすり眠る（よく眠る）ことができますか

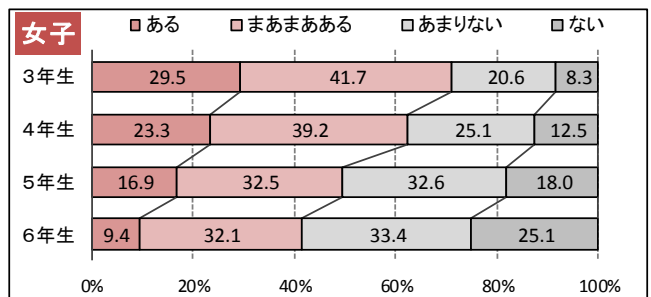
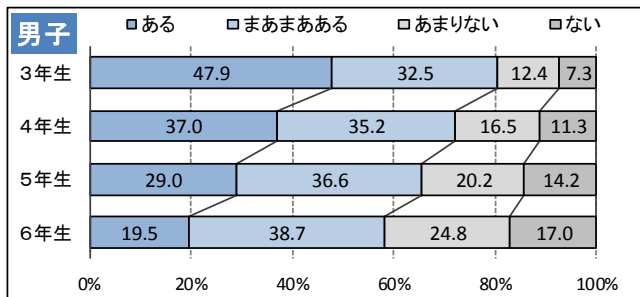




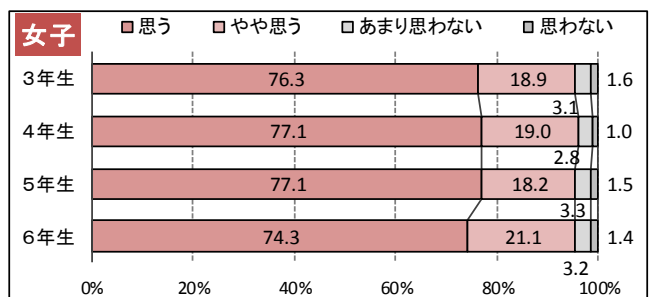
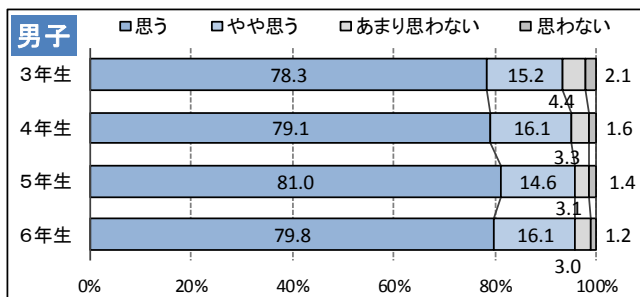
質問9 運動やスポーツをすることは好きですか



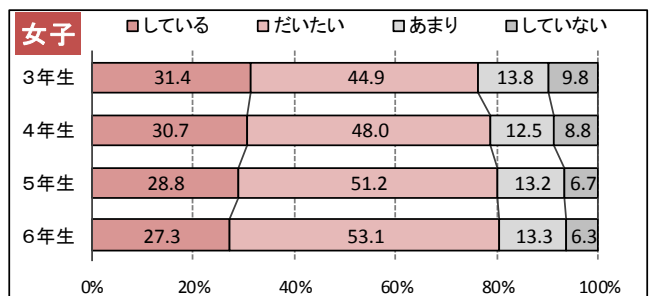
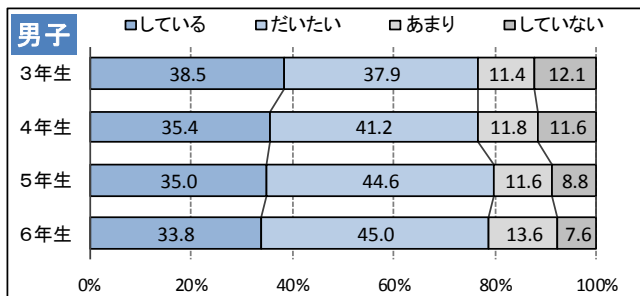
質問10 体力に自信がありますか



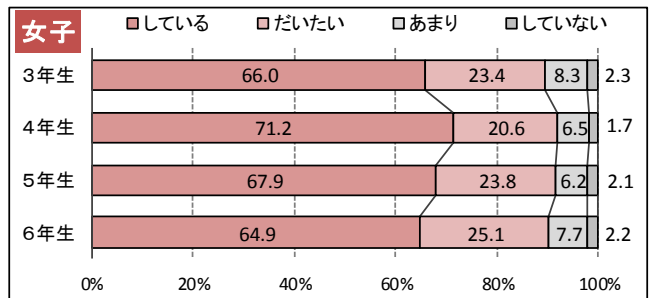
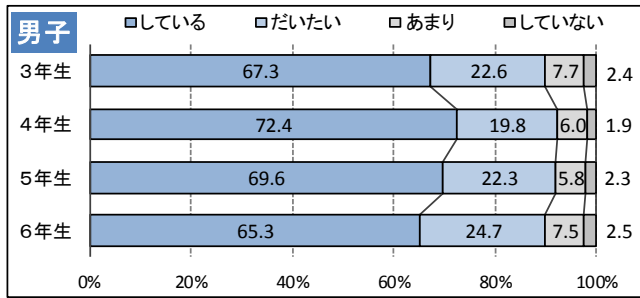
質問11 運動やスポーツをすることは大切だと思いますか



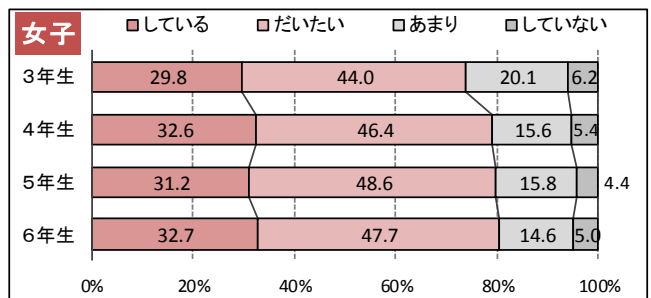
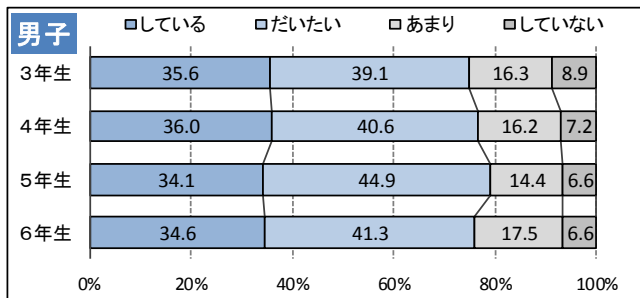
質問12 決まった時間に食事をしていますか



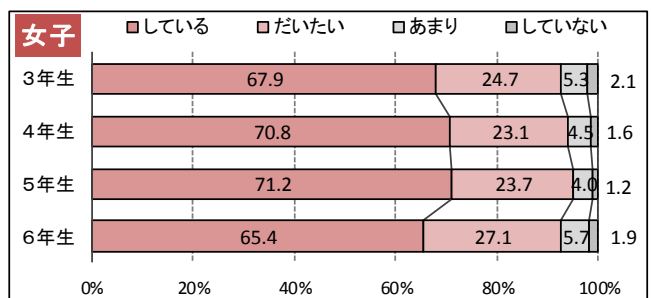
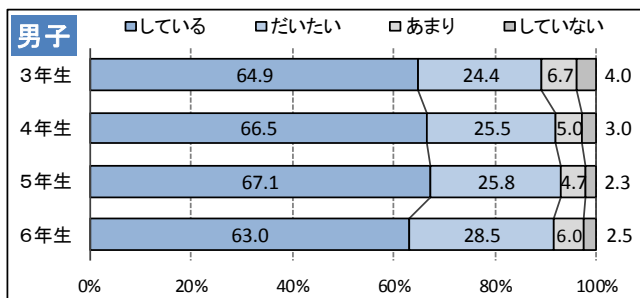
質問 13 家族といっしょに食事をしていますか



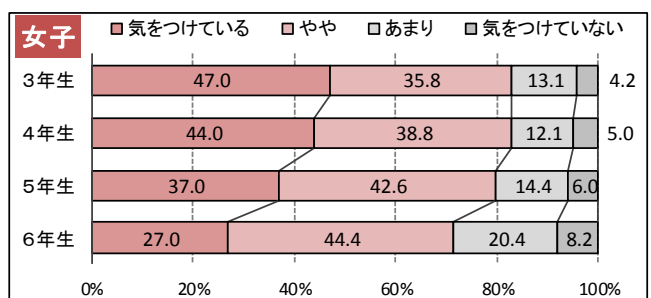
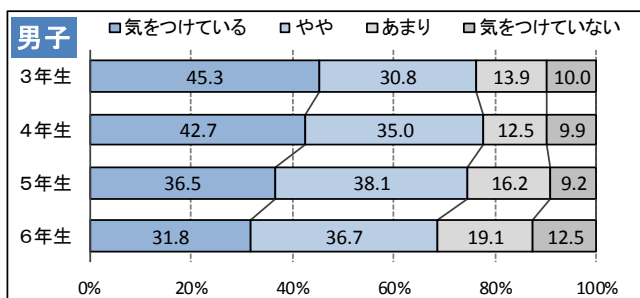
質問 14 好き嫌いせず、栄養バランスに気をつけて食事をしていますか



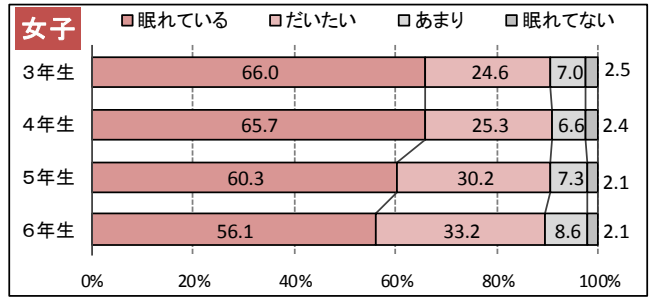
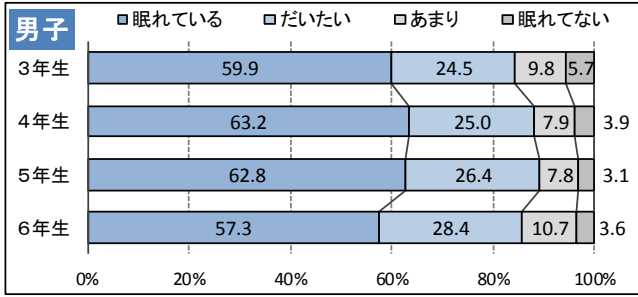
質問 15 楽しく食事をしていますか



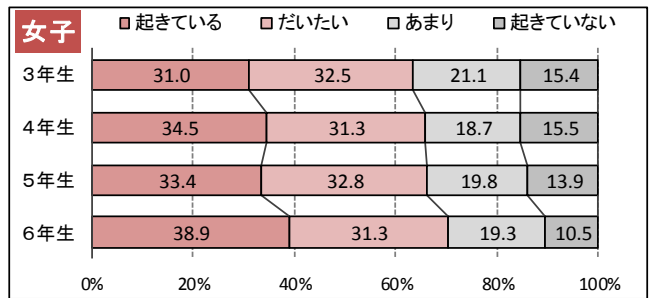
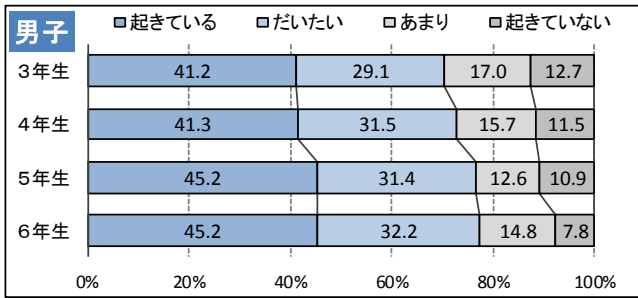
質問 16 夜ふかししないように気をつけていますか



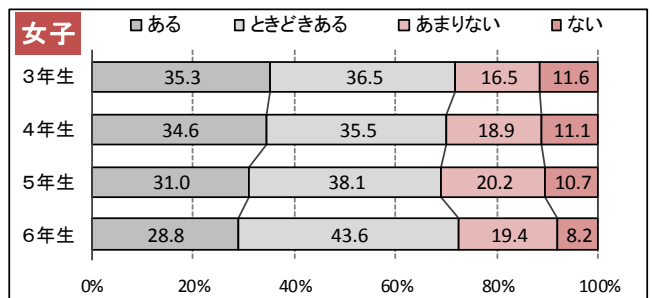
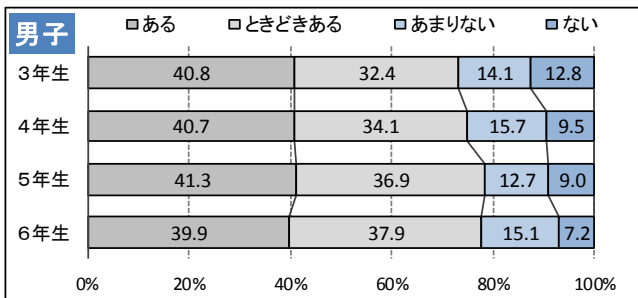
**質問 17** ぐっすりとねむれていますか



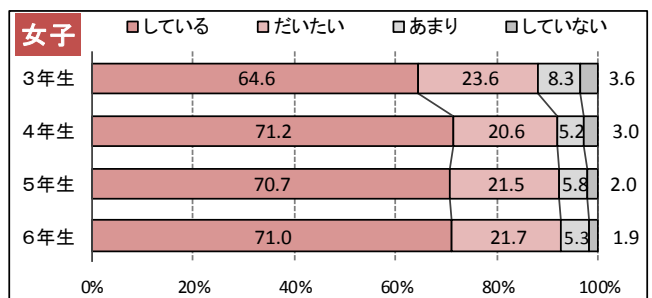
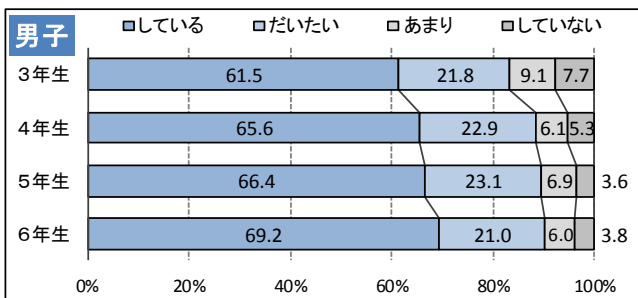
**質問 18** 朝は自分で起きていますか



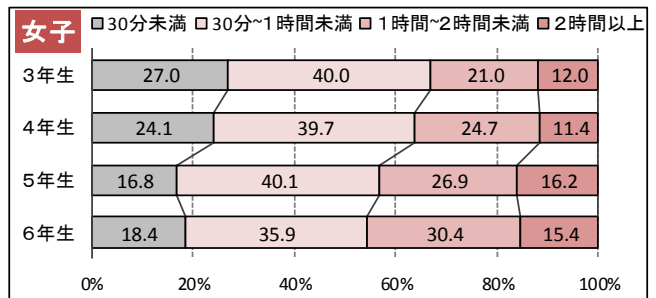
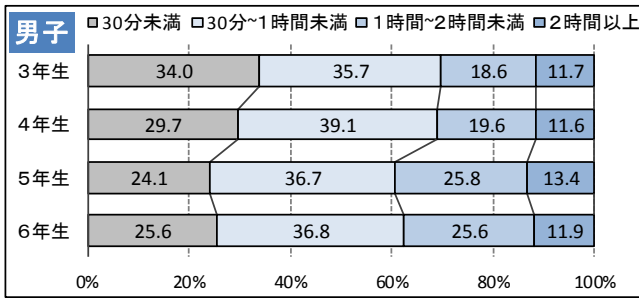
**質問 19** 何となく体のつかれやだるさを感じることがありますか



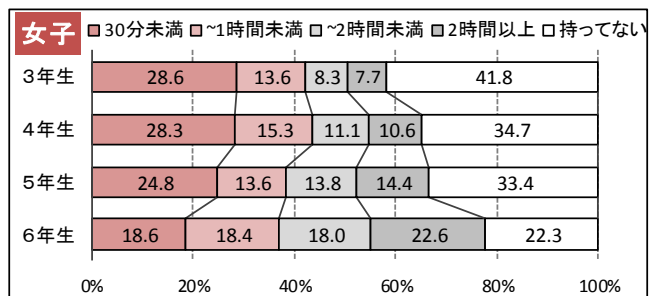
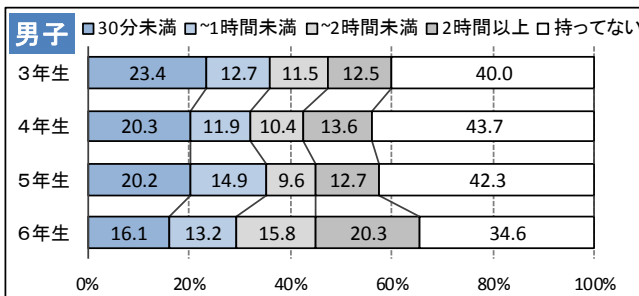
**質問 20** 食事の後は歯みがきをしていますか



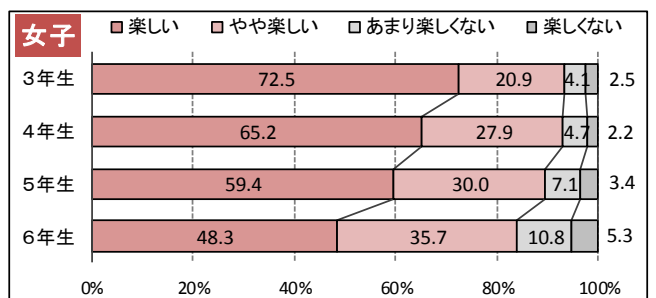
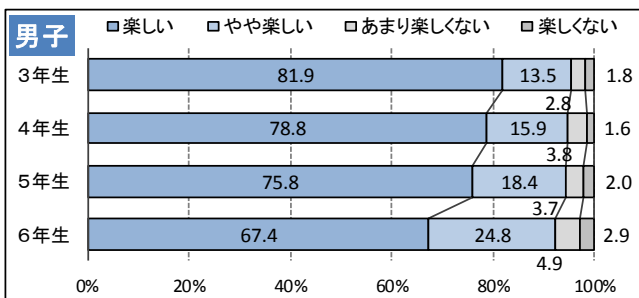
**質問21** 家で、1日の勉強時間（じゅくなどでの勉強時間をふくみます）



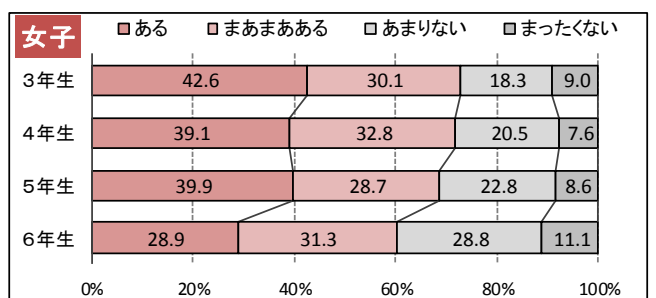
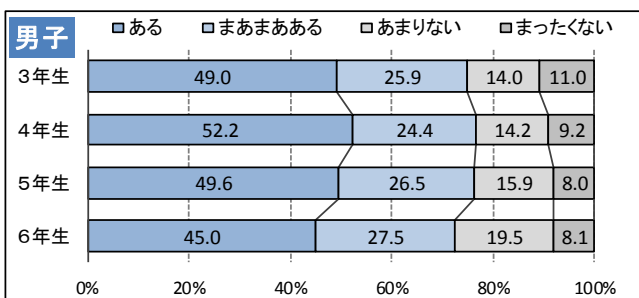
**質問22** 1日のケータイ・スマホの使用時間



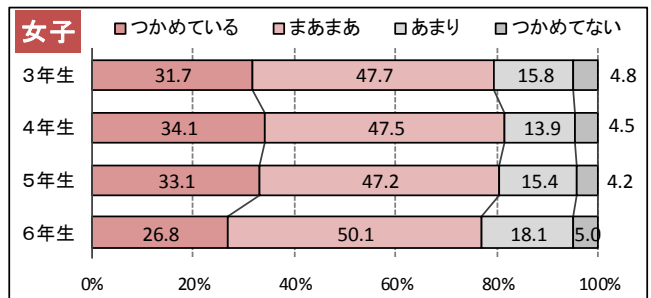
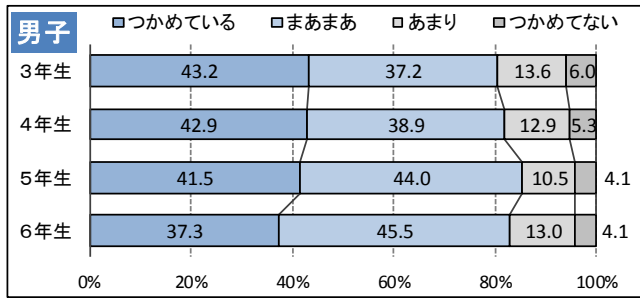
**質問23** 体育のじゅぎょうは楽しいですか



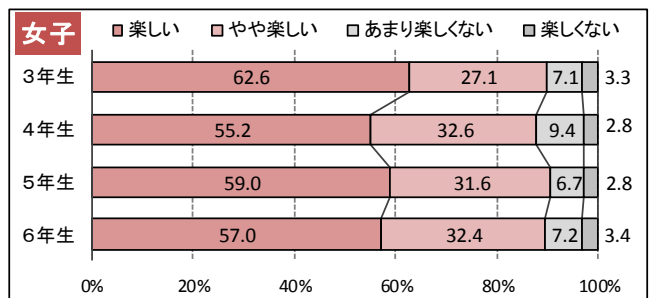
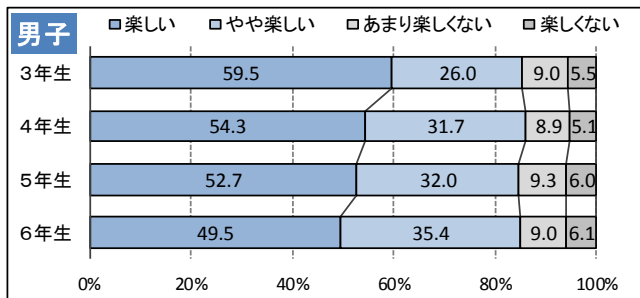
**質問24** 体育のじゅぎょうで学んだ運動やスポーツの中で、大人になってもやってみたいと思ったものはありますか



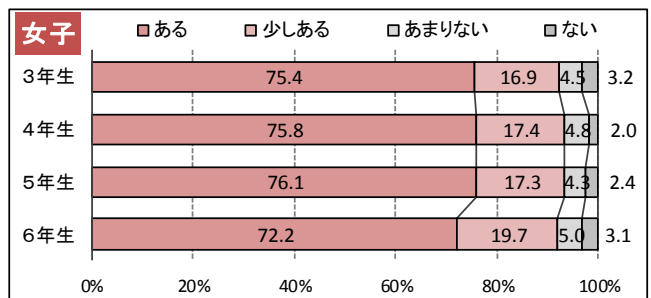
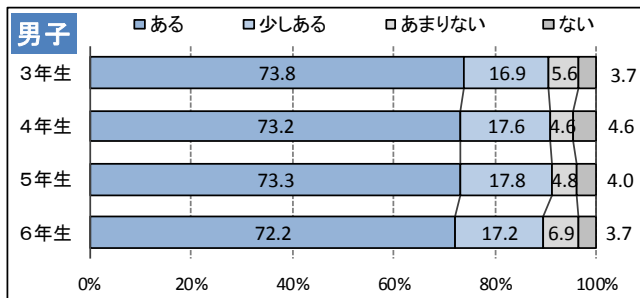
**質問25** 体育のじゅぎょうで、運動のコツやポイントをつかめていますか



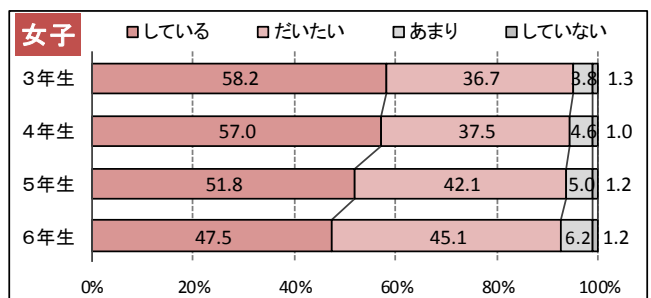
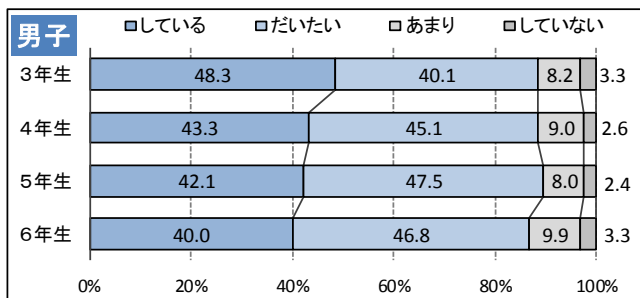
**質問26** 学校生活は楽しいですか



**質問27** 今、がんばっていることがありますか

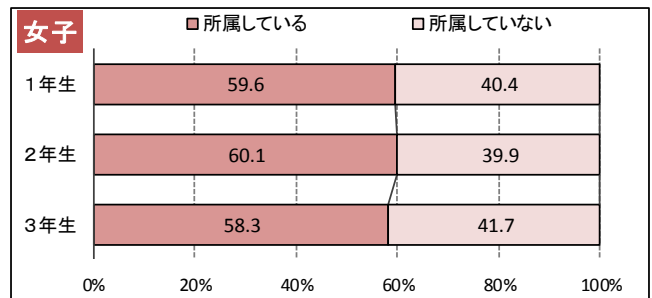
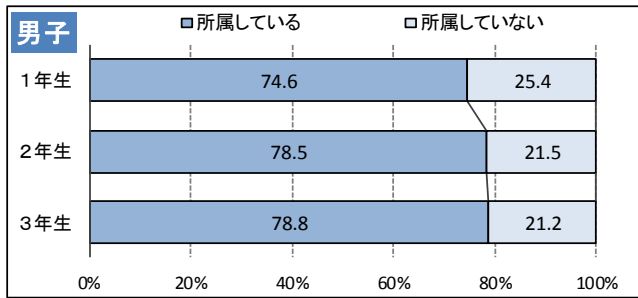


**質問28** じゅぎょうでは集中して学習していますか

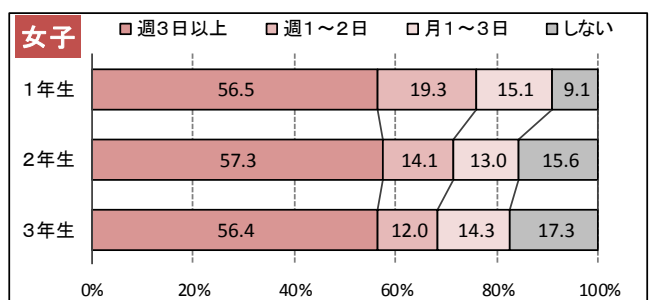
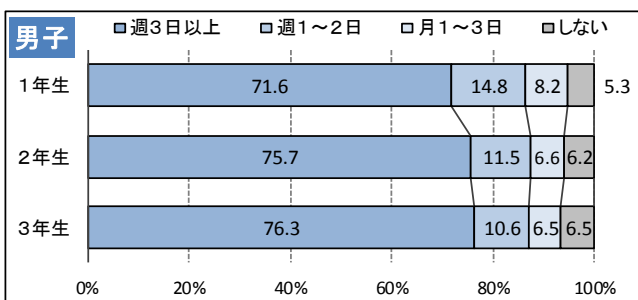


## 1-2 集計結果（中学校）

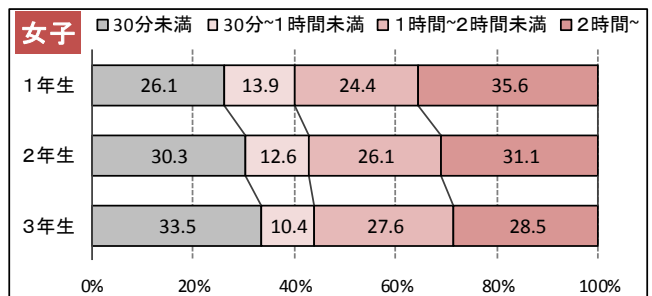
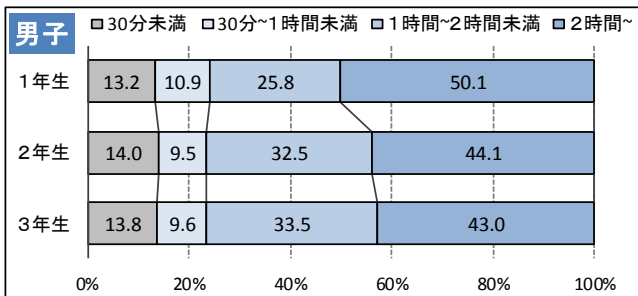
### 質問1 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況



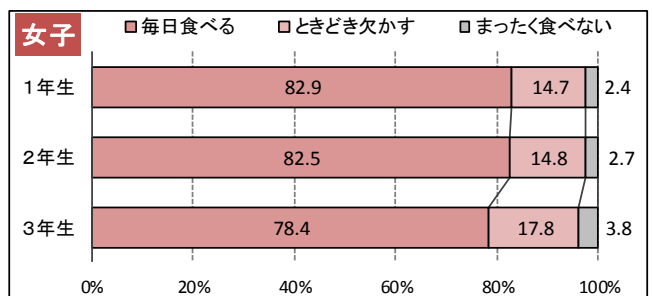
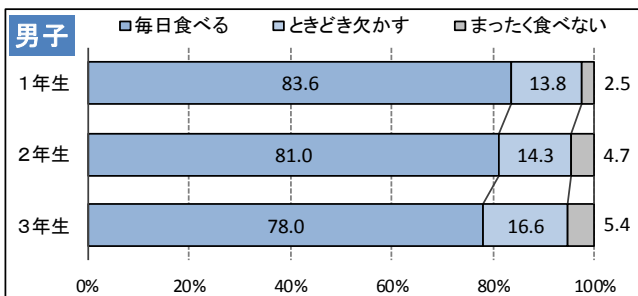
### 質問2 運動・スポーツの実施状況(授業を除く)



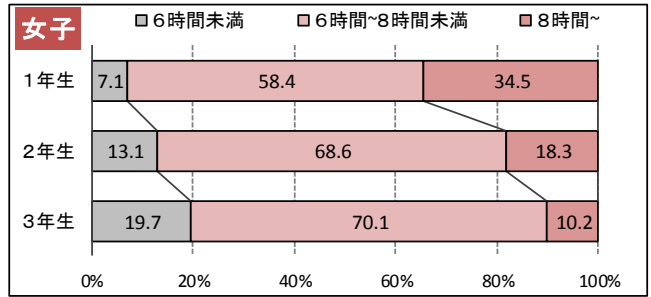
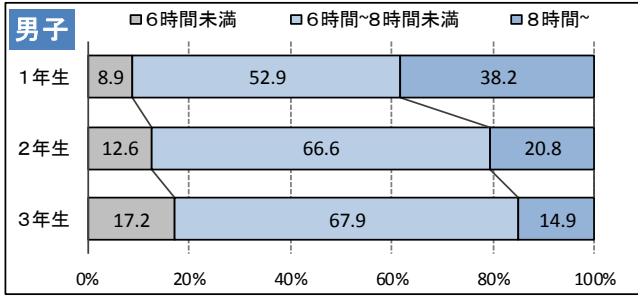
### 質問3 1日の運動・スポーツの実施時間(授業を除く)



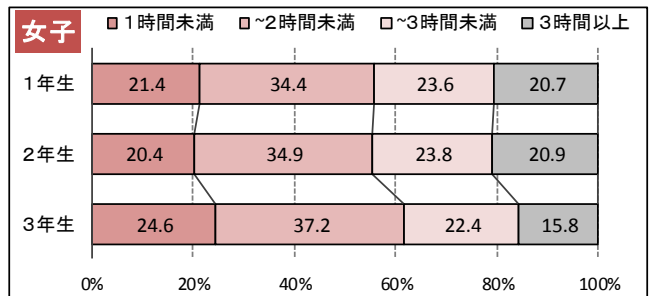
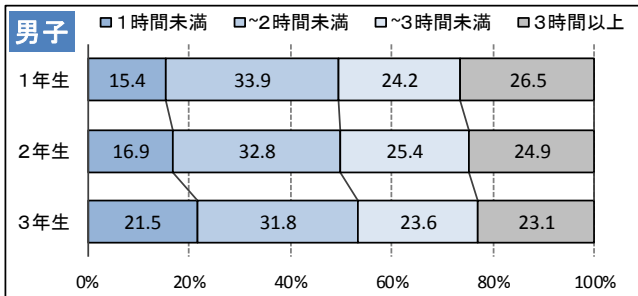
### 質問4 朝食の有無



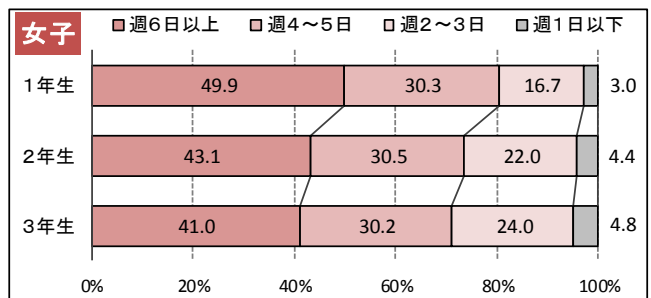
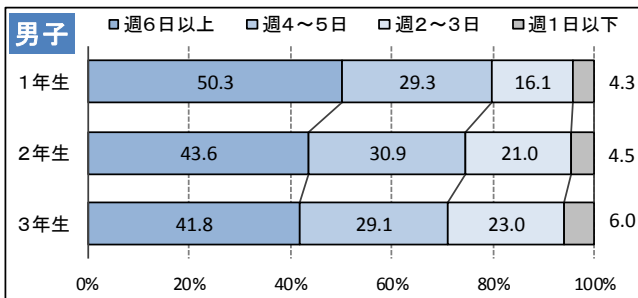
**質問5** 1日の睡眠時間



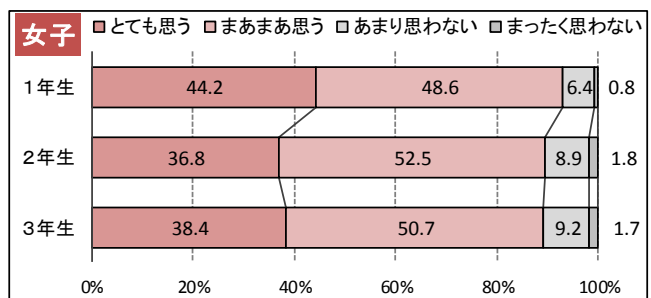
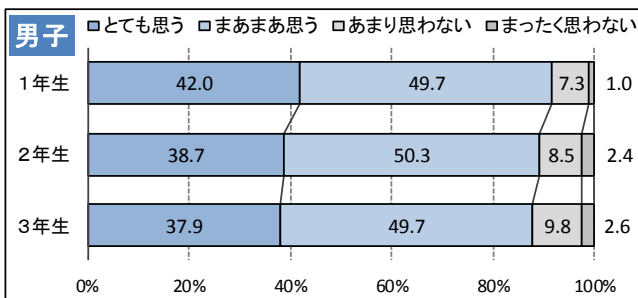
**質問6** 1日のテレビ（テレビゲームを含む）の視聴時間



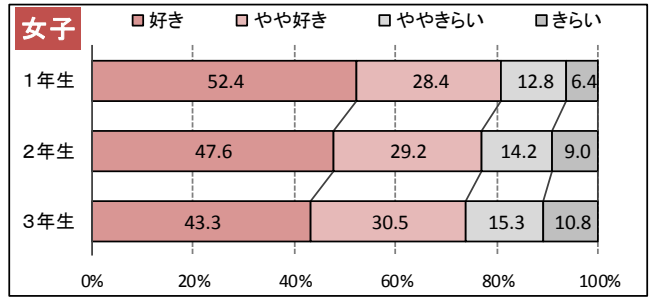
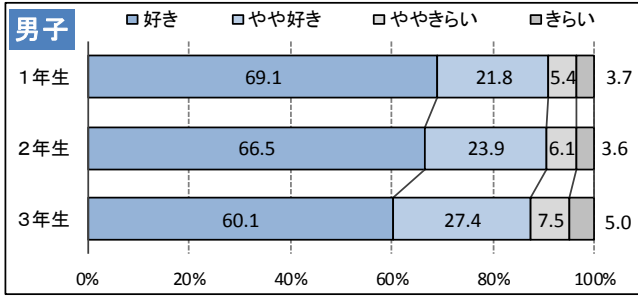
**質問7** ぐっすり眠ることができますか



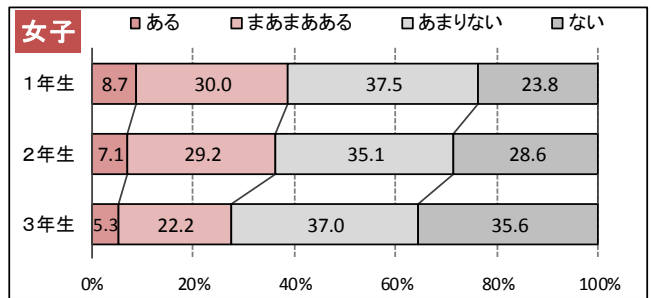
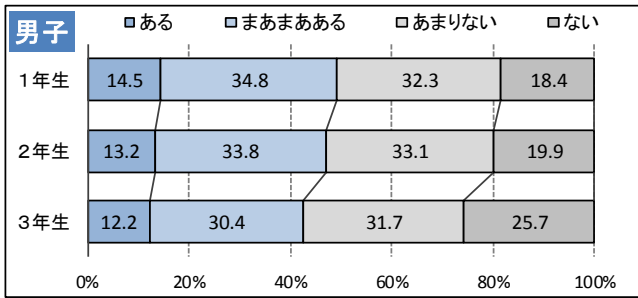
**質問8** なんでも最後までやりとげたいと思う



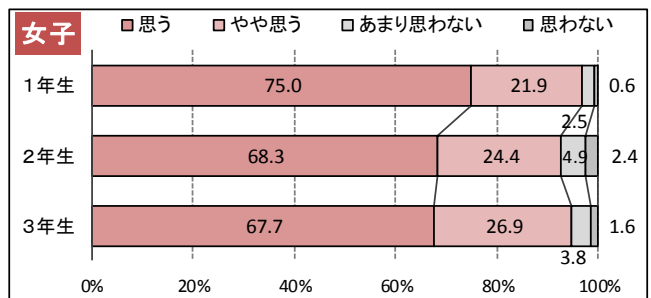
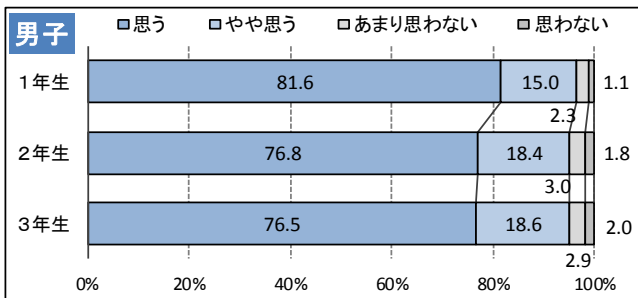
**質問9** 運動やスポーツをすることは好きですか



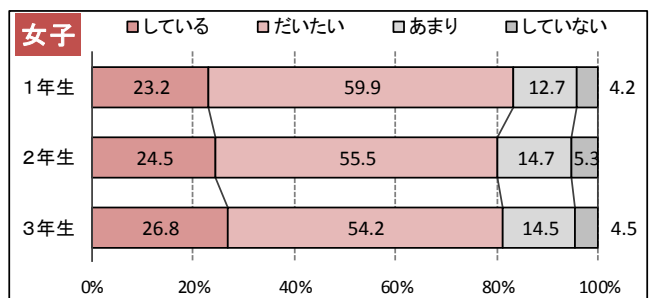
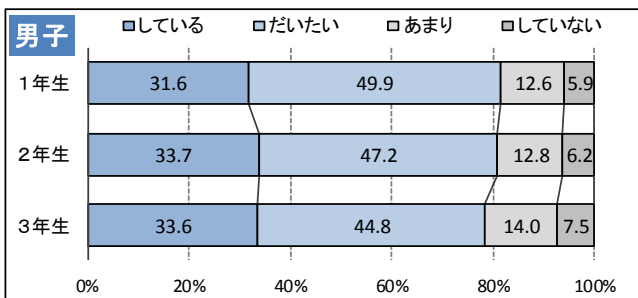
**質問10** 体力に自信がありますか



**質問11** 運動やスポーツをすることは大切だと思いますか

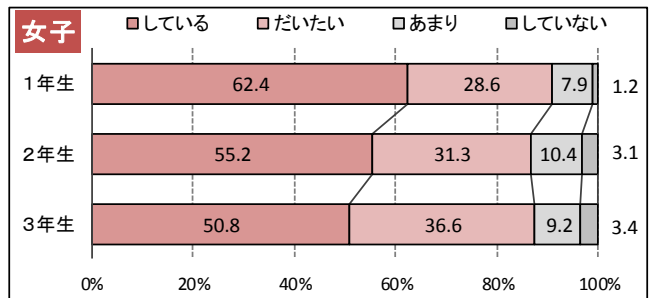
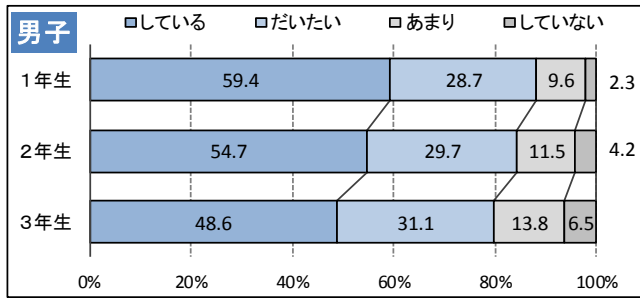


**質問12** 決まった時間に食事をしていますか

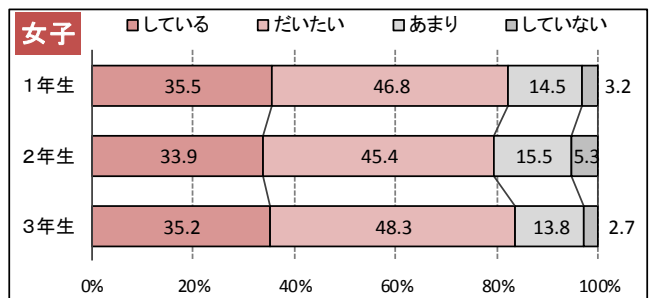
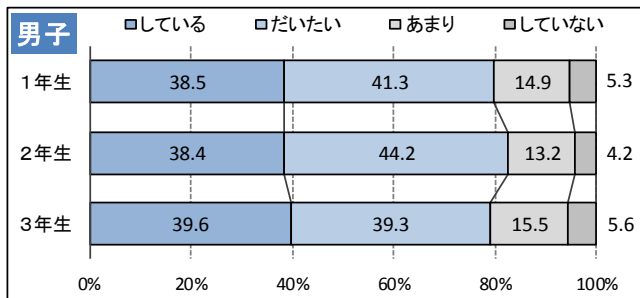




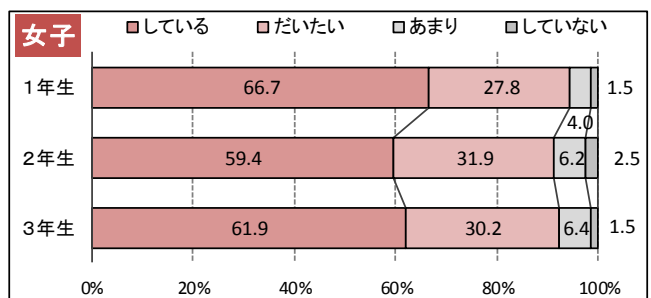
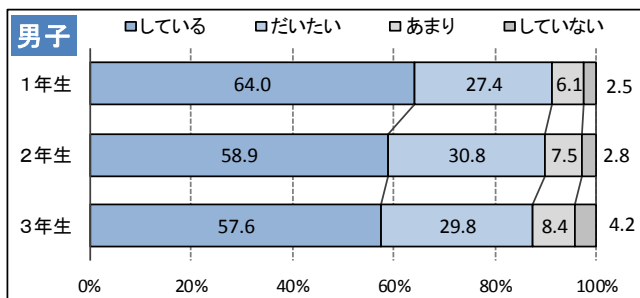
**質問 13** 家族と一緒に食事をしていますか



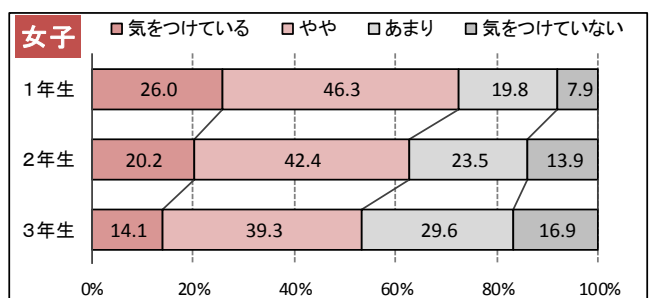
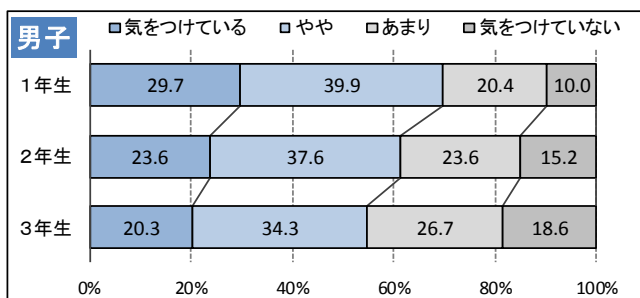
**質問 14** 好きらいをせず、栄養バランスに気をつけて食事をしていますか



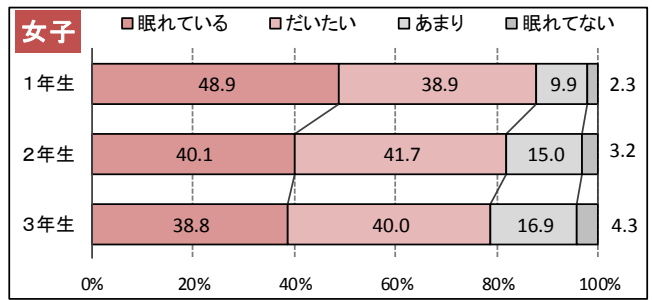
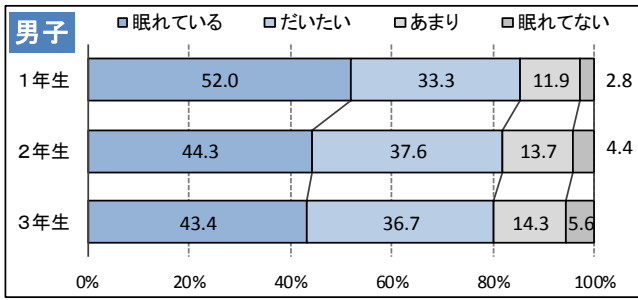
**質問 15** 楽しく食事をしていますか



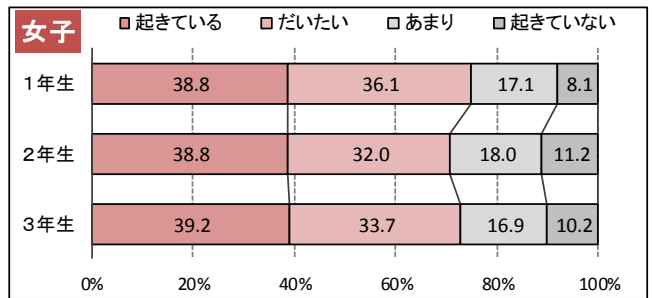
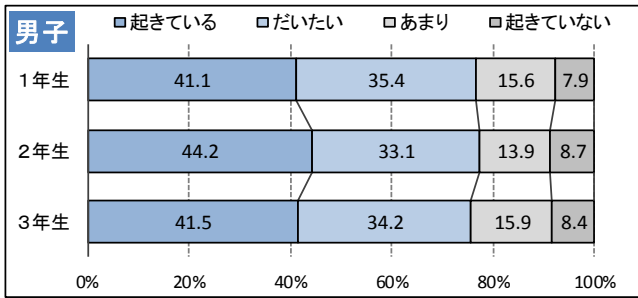
**質問 16** 夜ふかししないように気をつけていますか



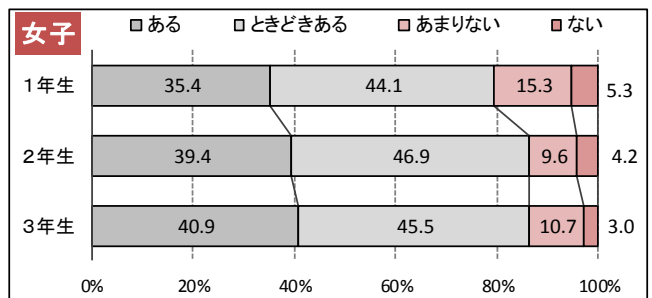
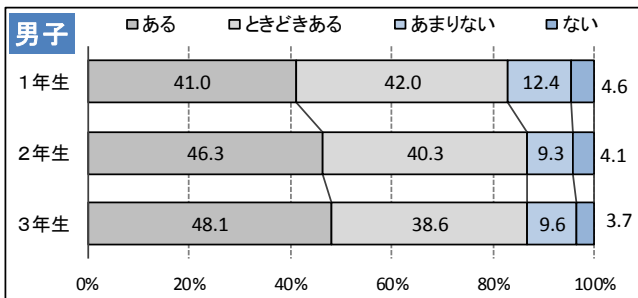
質問 17 ぐっすりと眠れていますか



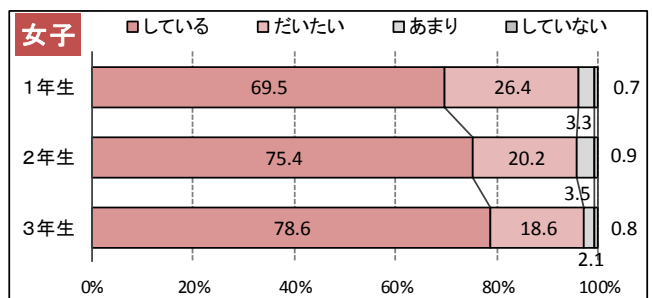
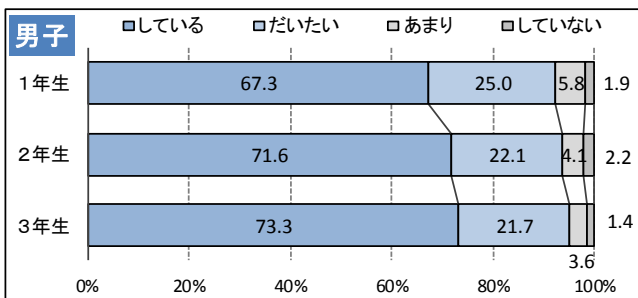
質問 18 朝は自分で起きていますか



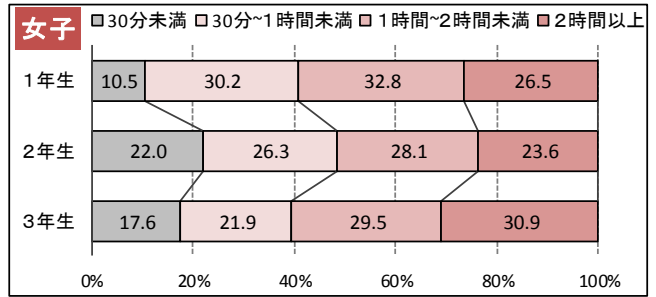
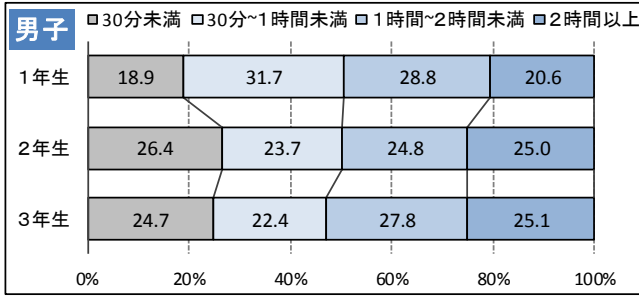
質問 19 何となく体の疲れやだるさを感じることがありますか



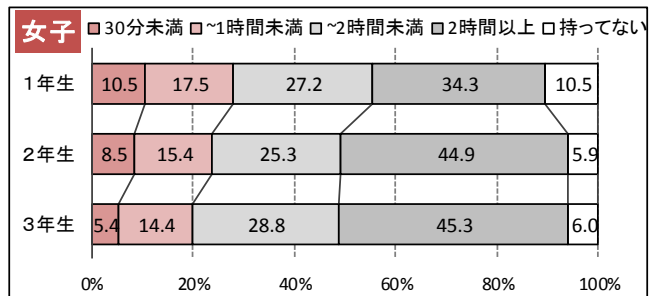
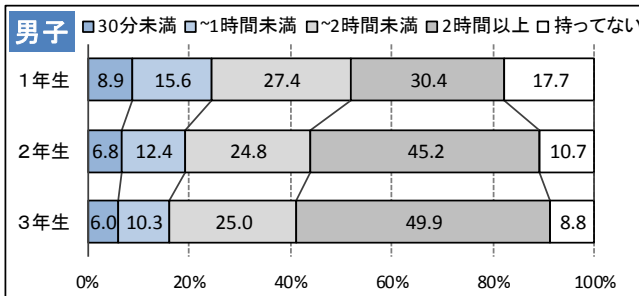
質問 20 食事の後は歯みがきをしていますか



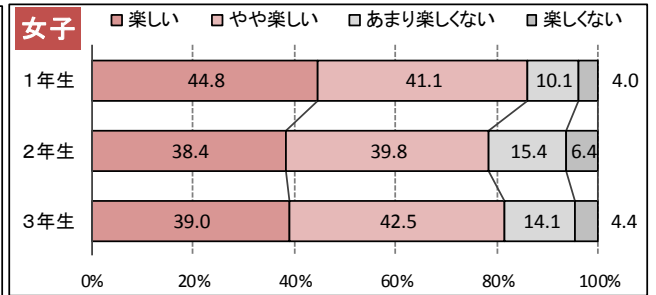
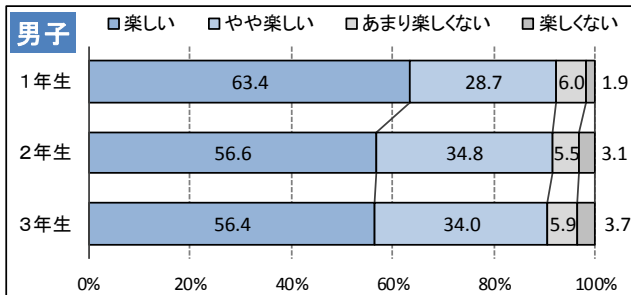
**質問21** 家での、1日の勉強時間（塾などでの勉強時間を含む）



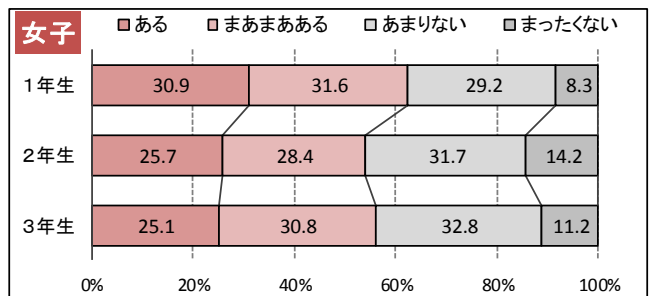
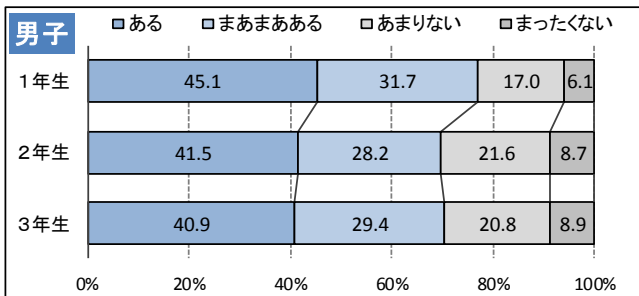
**質問22** 1日のケータイ・スマホの使用時間



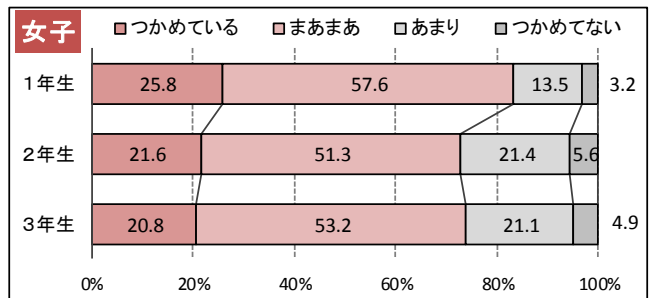
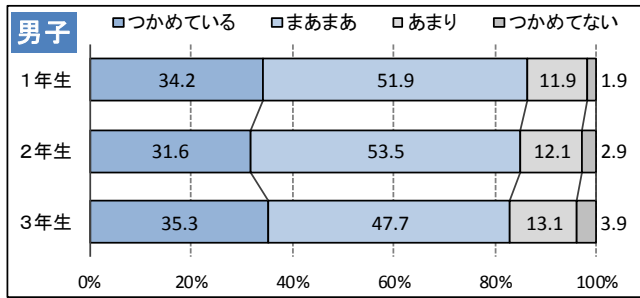
**質問23** 体育の授業は楽しいですか



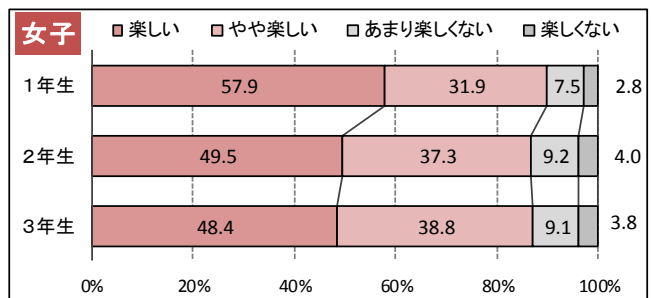
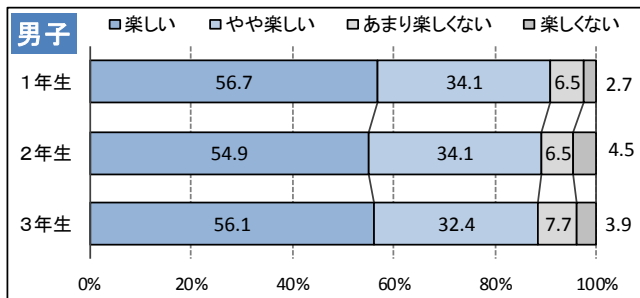
**質問24** 体育の授業で学んだ運動やスポーツの中で、大人になってもやってみたいと思ったものはありますか



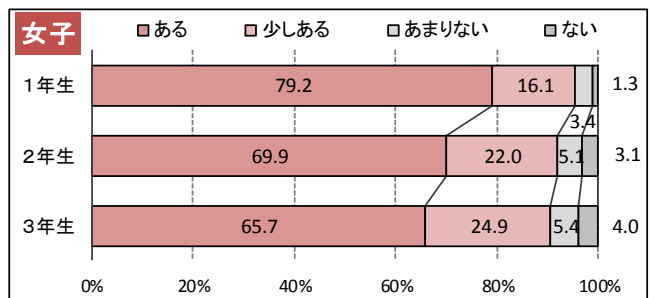
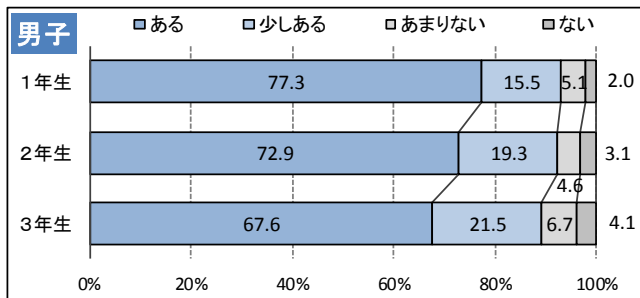
**質問25** 体育の授業で、運動のコツやポイントをつかめていますか



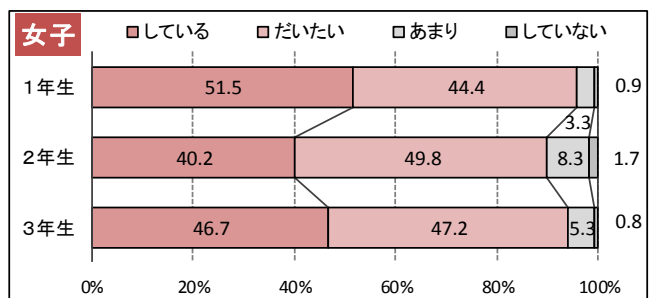
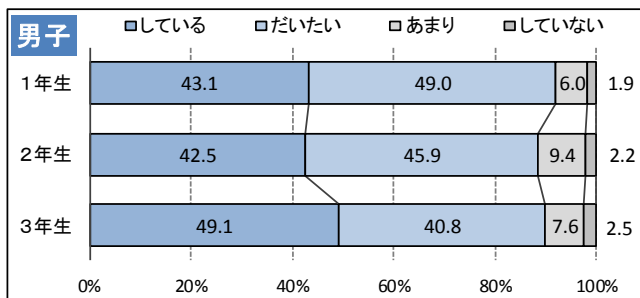
**質問26** 学校生活は楽しいですか



**質問27** 今、頑張っていることがありますか



**質問28** 授業では集中して学習していますか



## 資料編

●実施要項.....●78

●項目別得点表.....●80

●総合評価基準表.....●81

# 令和元年度横須賀市児童生徒体力・運動能力、運動習慣等調査実施要項

横須賀市教育委員会

## 1 目的

横須賀市立小学校及び中学校に在籍する児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等調査を実施し、状況を把握する。また、調査結果を集計・分析したものを各学校や各個人へ還元するとともに、横須賀市として必要な健康・体力向上推進に関する施策の策定や、各学校の取り組みの工夫改善に役立てる。

## 2 調査の名称

「令和元年度横須賀市児童生徒体力・運動能力、運動習慣等調査」（以下「本調査」という）

## 3 調査の対象とする児童・生徒

### (1) 小学校調査

小学校及び特別支援学校小学部第3学年、第4学年、第5学年、第6学年

### (2) 中学校調査

中学校及び特別支援学校中学部第1学年、第2学年、第3学年

※ 特別支援学校及び小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障害の状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断。

### (3) 調査内容

体格調査・新体力テスト・質問紙調査

## 3 本調査の実施

### (1) 実施計画の作成

学校長は、各学校の実態を踏まえ、本調査を適切に行うよう実施計画を作成する。

### (2) 実施期日

令和元年4月1日(月)～7月31日(水)の調査実施期間内で実施する。

### (3) 配慮を要する児童生徒への対応

- ・配慮を要する児童生徒への対応は、可能な範囲で対応する。
- ・教育委員会は配慮を要する生徒への対応として、「総ルビ記録用紙」を用意し、各中学校は状況に応じて利用する。

## 4 調査事項

### (1) 実技に関する調査（以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストと同様。）

#### ア 小学校調査

[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

#### イ 中学校調査

[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）、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択

### (2) 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

## 5 調査実施日

- (1) 実技調査実施期間  
令和元年4月から7月末までの期間
- (2) 質問紙調査実施期間  
調査票到着から7月末までの期間

## 6 調査の方法

- (1) 保健体育課から、調査票の回収及び調査結果の集計を、業者委託。
- (2) 保健体育課から、各小学校長・中学校長・特別支援学校長宛てに調査の実施と調査票の提出を依頼。
- (3) 各学校による調査の実施と調査票の提出。
- (4) 委託業者が回収した調査票から調査結果と電子データに整理し、個人結果票および学校用資料は各学校へ、教育委員会用資料は保健体育課へ提出。

## 7 その他

個人結果票は必ず本人に手渡しし、個人情報漏えいの防止に留意する。  
その他の必要な事項については、保健体育課において別途協議し、決定する。

## ●項目別得点表

### 男子

#### ●小学校

得点	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	ソフトボール投げ
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上		80回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上
9	23~25	23~25	43~48	46~49		69~79	8.1~8.4	180~191	35~39
8	20~22	20~22	38~42	42~45		57~68	8.5~8.8	168~179	30~34
7	17~19	18~19	34~37	38~41		45~56	8.9~9.3	156~167	24~29
6	14~16	15~17	30~33	34~37		33~44	9.4~9.9	143~155	18~23
5	11~13	12~14	27~29	30~33		23~32	10.0~10.6	130~142	13~17
4	9~10	9~11	23~26	26~29		15~22	10.7~11.4	117~129	10~12
3	7~8	6~8	19~22	22~25		10~14	11.5~12.2	105~116	7~9
2	5~6	3~5	15~18	18~21		8~9	12.3~13.0	93~104	5~6
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下		7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下

#### ●中学校

得点	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	ソフトボール投げ
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4'59"以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上
9	51~55	33~34	58~63	60~62	5'00"~5'16"	113~124	6.7~6.8	254~264	34~36
8	47~50	30~32	53~57	56~59	5'17"~5'33"	102~112	6.9~7.0	242~253	31~33
7	43~46	27~29	49~52	53~55	5'34"~5'55"	90~101	7.1~7.2	230~241	28~30
6	38~42	25~26	44~48	49~52	5'56"~6'22"	76~89	7.3~7.5	218~229	25~27
5	33~37	22~24	39~43	45~48	6'23"~6'50"	63~75	7.6~7.9	203~217	22~24
4	28~32	19~21	33~38	41~44	6'51"~7'30"	51~62	8.0~8.4	188~202	19~21
3	23~27	16~18	28~32	37~40	7'31"~8'19"	37~50	8.5~9.0	170~187	16~18
2	18~22	13~15	21~27	30~36	8'20"~9'20"	26~36	9.1~9.7	150~169	13~15
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9'21"以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下

### 女子

#### ●小学校

得点	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	ソフトボール投げ
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上		64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上
9	22~24	20~22	46~51	43~46		54~63	8.4~8.7	170~180	21~24
8	19~21	18~19	41~45	40~42		44~53	8.8~9.1	160~169	17~20
7	16~18	16~17	37~40	36~39		35~43	9.2~9.6	147~159	14~16
6	13~15	14~15	33~36	32~35		26~34	9.7~10.2	134~146	11~13
5	11~12	12~13	29~32	28~31		19~25	10.3~10.9	121~133	8~10
4	9~10	9~11	25~28	25~27		14~18	11.0~11.6	109~120	6~7
3	7~8	6~8	21~24	21~24		10~13	11.7~12.4	98~108	5~5
2	4~6	3~5	18~20	17~20		8~9	12.5~13.2	85~97	4~4
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下		7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下

#### ●中学校

得点	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	ソフトボール投げ
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3'49"以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上
9	33~35	26~28	58~62	50~52	3'50"~4'02"	76~87	7.8~8.0	200~209	20~22
8	30~32	23~25	54~57	48~49	4'03"~4'19"	64~75	8.1~8.3	190~199	18~19
7	28~29	20~22	50~53	45~47	4'20"~4'37"	54~63	8.4~8.6	179~189	16~17
6	25~27	18~19	45~49	42~44	4'38"~4'56"	44~53	8.7~8.9	168~178	14~15
5	23~24	15~17	40~44	39~41	4'57"~5'18"	35~43	9.0~9.3	157~167	12~13
4	20~22	13~14	35~39	36~38	5'19"~5'42"	27~34	9.4~9.8	145~156	11
3	17~19	11~12	30~34	32~35	5'43"~6'14"	21~26	9.9~10.3	132~144	10
2	14~16	8~10	23~29	27~31	6'15"~6'57"	15~20	10.4~11.2	118~131	8~9
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6'58"以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下



## ●総合評価基準表

### 男女共通

#### ●小学校

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下

#### ●中学校

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	65以上
B	41～50	47～56	51～59	52～60	53～62	54～64	54～64	54～64
C	32～40	37～46	41～50	41～51	42～52	43～53	43～53	43～53
D	22～31	27～36	31～40	31～40	31～41	31～42	31～42	31～42
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下

※総合評価は8種目全て実施した場合に合計得点で判定する(中学校の持久走と20mシャトルランは選択)。

横須賀が好せ!



## 横須賀市教育委員会

発行	横須賀市教育委員会事務局
担当	保健体育課
	課長 鎌原 徳宗
	体育係長 志村 康浩
	指導主事 岸 洋平
電話	046-822-8492
E-mail	ss-bes@city.yokosuka.kanagawa.jp