

体力調査

全国体力テスト 柔軟性に課題

平成22年4月から7月にかけて
小学5年生と中学2年生を対象に
「全国体力・運動能力、運動習慣等
調査」が行われました。

この調査は、子どもの体力を把握・分析することにより、生活習慣や運動習慣について課題を検証し、改善を図るものであり、全国で約20%を無作為に抽出し、幕別町では小学校3校で実施されました。

今回の結果を参考に、家庭・地域の理解のもと、学校と連携を図り、体力の向上に努めます。

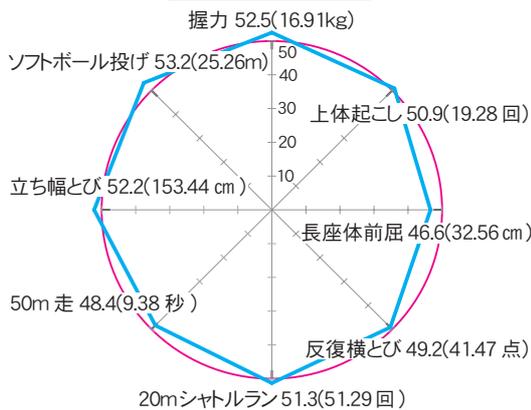
◆体格

幕別町の小学生は、全国平均と比べて男女ともに身長・体重で上回る一方、座高は下回っています。また、男女ともに全国平均よりも肥満傾向にあります。

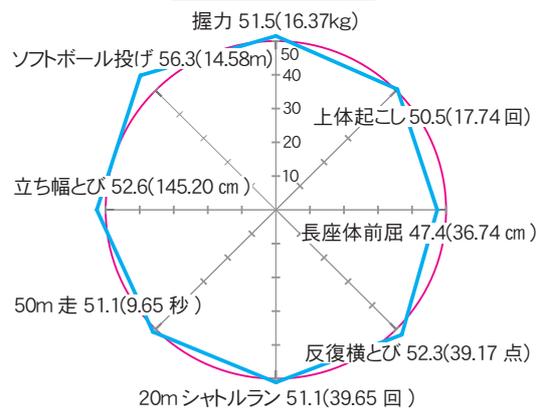
◆体力・運動能力

全体的にみると、小学生の男女ともに全国平均を上回り、男子では筋力、持久力、女子では敏捷性、跳躍能力が優れている一方、男女ともに柔軟性などに改善の必要があります。

小学生5年生(男子)



小学生5年生(女子)



※全国平均値を50としたときの幕別町の平均値、()内は全国の平均測定値

幕別町の小学5年生と国・道との比較

		男子		女子	
		国	道	国	道
運動	部活・クラブに入っている	↗	↗	↗	↗
	ほとんど毎日運動する	↗	↗	↗	↗
	1日の運動時間(1時間以上)	↗	↗	↗	↗
睡眠	6時間未満	↘	↘	→	→
	6~8時間	↘	↘	↗	↗
	8時間以上	↗	↗	↘	↘
朝食	食べない	→	→	→	→
	時々食べない	→	→	↘	↘
	毎日食べる	→	→	↗	↗

- ↗: 上回っている(4ポイント以上)
- ↖: やや上回っている(1~4ポイント未満)
- : ほぼ同様(1ポイント未満)
- ↘: やや下回っている(1~4ポイント未満)
- ↙: 下回っている(4ポイント以上)

◆問い合わせ先

教育委員会学校教育係(☎【幕】54-2006)

◆運動習慣

運動時間は、小学生の男女とも全国平均を上回り、運動に積極的に取り組んでいる傾向にあります。

睡眠時間は、小学生の男子で8時間以上、女子で6~8時間とついている児童の割合が全国平均を上回っています。

均を上回っていることから、一定の睡眠時間の確保ができています。毎日朝食を食べると答えた割合は、小学生の男子が全国平均とほぼ同様であり、女子が全国平均を上回っていることから、規則正しい食生活といえます。