

平成29年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果概要

～千歳市立小中学校における調査結果～

千歳市教育委員会

目 次

I	調査の概要 P	1
II	用語解説と説明 P	2
III	結果の要約 P	3
IV	実技調査の結果 P	5
	1 小学校		
	2 中学校		
V	体格と肥満度に関する調査結果 P	9
	1 小学校		
	2 中学校		
VI	児童生徒質問紙調査の結果 P	11
	1 運動習慣の状況		
	(1) 小学校		
	(2) 中学校		
	2 運動やスポーツに関する意識		
	(1) 小学校		
	(2) 中学校		
	3 体育・保健体育の授業について		
	(1) 小学校		
	(2) 中学校		
VII	学校質問紙調査の結果 P	18
	1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定		
	2 体育（保健体育）授業での取組		
	3 体育（保健体育）授業以外での取組		
	4 学校の組織体制		
	5 調査結果の活用		
	6 新体力テストの実施状況		
VIII	今後の取組 P	24

平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 千歳市における調査結果

I 調査の概要

1 調査の目的

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

2 調査の対象学年

小学校第 5 学年および中学校第 2 学年

3 調査の内容

(1) 児童・生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（以下「実技調査」という。）

・測定法等は新体力テストと同様

〔小学校 8 種目〕 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

〔中学校 8 種目〕 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査（以下「児童生徒質問紙調査」という。）

(2) 学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下「学校質問紙調査」という。）

4 調査の方式

悉皆調査

5 調査の期間

平成 29 年 4 月から平成 29 年 7 月末までの期間で実施

6 参加状況

	小学校数	第 5 学年児童数		中学校数	第 2 学年生徒数	
		男子	女子		男子	女子
千 歳 市	17	443	399	9	375	319
北 海 道	871	12,663	12,143	530	11,896	11,579
全 国	19,863	502,175	485,300	9,887	444,313	427,543

II 用語解説と説明

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
① 握力	kg	筋力	左右握力の平均値.
② 上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.
③ 長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④ 反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤ 20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥ 50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦ 立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧	ソフトボール投げ	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離.(小学校)
	ハンドボール投げ	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離.(中学校)
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点.	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価.	

用語	解説
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. 「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」
T得点	全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する. 平均値50点、標準偏差10点の標準得点. 「T得点=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差」

<標準体重と肥満度判定>

「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 財団法人日本学校保健会

$$\text{標準体重} = a \times \text{身長(cm)} - b$$

$$\text{肥満度(\%)} = [\text{自分の体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}] \div \text{標準体重(kg)} \times 100$$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
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

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
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

Ⅲ 結果の要約

1 実技に関する調査 T得点～全国を50としたときの数値

【小学校男子】

- ・体力合計点は、T得点で、前年度より1.1ポイント上回り、全国より1ポイント上回った。(全国T得点50.0、千歳市T得点51.0)
- ・種目別に全国を上回ったのは、握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げの6種目、全国と同様の種目は、長座体前屈である。
- ・種目別に全道を上回ったのは、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、ソフトボール投げの7種目である。
- ・50m走のT得点は48.5となり、全国との差が縮まった。反復横とびは4年連続上昇し、今年度初めて全国を2ポイント上回った。

【小学校女子】

- ・体力合計点は、前年度のT得点49.2に対して、本年度は48.9と0.3ポイント下回り、全国との差が広がった。
- ・体力合計点では前年度を下回ったが、種目別では、握力、反復横とび、ソフトボール投げの3種目が全国を上回り、前年度(2種目)より、一種目多く全国を上回った。
- ・種目別に全道を上回ったのは、20mシャトルラン、50m走の2種目であり、昨年度(3種目)より1種目減少した。
- ・T得点が49.0を下回ったのは、上体起こし(48.2)、50m走(48.4)の2種目である。全国には届かなかったが、20mシャトルランは、昨年より1.2ポイント、長座体前屈は0.3ポイント上回り、全国との差が縮まった。

【中学校男子】

- ・体力合計点は全国とほぼ同様である(全国42.11(T得点50)、千歳市41.91(T得点49.8))
- ・種目別に全国を上回ったのは握力、上体起こし、ハンドボール投げの3種目である。立ち幅とびは全国と同様(T得点49.9)である。
- ・種目別に全道を上回ったのは、握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、ハンドボール投げの5種目である。50m走は全道と同様である。
- ・立ち幅とびは前年度の記録を2.94ポイント上回り、全国との差が縮まった。

【中学校女子】

- ・体力合計点は、T得点で前年度を1.2ポイント下回り、全国との差は3.3ポイント(前年度2.1ポイント)に広がり、依然として全国より低い状況が続いている。
- ・種目別に全国を上回ったのは握力の1種目である。反復横とびは前年度よりT得点で6.1ポイント下回り、全国との差が大きく広がった。
- ・前年度を上回った種目は、立ち幅とびの1種目である。
- ・種目別に全道を上回ったのは、握力、20mシャトルランの2種目である。

2 体格と肥満度に関する調査

【小学校男子】

- ・前年度との比較では、身長(+0.02cm)は前年度同様、体重(-0.31kg)は下回った。全国との比較では、身長(+0.36cm)、体重(+0.83kg)ともに上回った。全道との比較では身長(-0.2cm)、体重(-0.73kg)ともに下回った。
- ・高度肥満、中等度肥満、軽度肥満を合わせた肥満傾向児の割合は、前年度より0.8%減少したが(前年14.2%、本年度13.4%)、全国よりも3.4%高い。
- ・「やせ」と「高度やせ」を合わせた痩身傾向児の割合は、前年度より2.3%増加し、全国より1.1%高い。

【小学校女子】

- ・前年度との比較では、身長(-0.29cm)は前年度を下回り、体重(-0.06kg)は同様である。全国との比較では、身長(+0.35cm)、体重(+0.82kg)ともに上回った。全道との比較では、身長(-0.36cm)、体重(-0.47kg)ともに下回った。
- ・肥満傾向児の割合は、前年度より1.1%増加し(前年9.1%、今年10.2%)、全国よりも2.5%高く、全道より1.3%低い。

【中学校男子】

- ・前年度との比較では、身長（-0.23cm）は下回り、体重（+0.51kg）は上回った。全国との比較では、身長が1.03cm 体重は0.68kg 上回った。全道との比較では身長（-0.22cm）、体重（-1.29kg）ともに下回った
- ・肥満傾向児は、前年度より3.6%増加し（前年5.7%、今年9.3%）、全国よりも1.7%高く、全道より1.3%低い。
- ・痩身傾向児は、前年度より1.5%減少し、全国よりも0.6%高く、全道より0.7%高い。

【中学校女子】

- ・前年度との比較では、身長（-0.72cm）、体重（-0.14kg）ともに下回った。全国との比較では、身長は+0.05cmで同様、体重は0.65kg 下回った。全道との比較では、身長は0.35cm 下回り、体重は1.39kg 下回った。
- ・肥満傾向児は、前年度と同様（昨年5.5%、今年5.5%）、全国よりも1.0%低く、全道より2.6%低い。
- ・痩身傾向児は、前年度より1.7%減少し、全国よりも0.3%低く、全道と同様である。

【小学校】

- ・運動習慣の状況については、男女ともに平日に、学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間が長く、1週間の総運動時間も全国より長い。運動部に所属している児童の割合は、全国と比較すると、男女ともに低い。
- ・運動やスポーツに関する意識については、運動が「好き」「やや好き」と回答した男子児童の割合は高く、3年連続増加している。女子児童は昨年よりわずかに下回ったが、全国と同様となっている。
- ・体育の授業については、体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した男子は9割を超えているが、女子については「楽しくない」と感じている児童の増加が見られる。授業の初めに目標が提示されていると思うと回答した児童の割合は高いが、ふり返る活動を行っていると思うと回答した児童の割合は男女ともに低い。

【中学校】

- ・運動習慣の状況については、男女ともに曜日によって運動時間に差がみられる。1週間の総運動時間は、全国と比較すると短い。運動部に所属している生徒の割合は低く、部活動に所属しない生徒の割合が、全国と比較して相当高い。
- ・運動やスポーツに関する意識については、運動が「好き」「やや好き」と回答している生徒の割合は、男女とも全国平均より低く、特に女子は低下傾向が続いている。
- ・保健体育の授業については、保健体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した生徒は男女共に減少し、全国との差が拡大した。全国と比較すると、授業の目標が示されていると思うと回答した生徒の割合は男女ともに高く、全国平均と同様である。ふり返る活動を行っていると思うと回答した生徒の割合は男女ともに増加傾向が見られ、特に男子は全国平均と同様になった。

4 学校質問紙調査

- ・体力・運動能力向上の取組と目標設定については、小中学校いずれも全国より積極的に進められている。特に、運動が苦手な児童・生徒への対応を進めている学校が小学校で11.8%、中学校で22.2%増加している。
- ・体育（保健体育）授業での取組については、小中学校いずれも、目標を示す活動、ふり返る活動ともに全国を上回る。ふり返る活動を行ったとする回答では小学校は学校、中学校では生徒の意識が高い状況が見られる。
- ・体育（保健体育）授業以外での取組については、小中学校いずれも、授業以外に体力・運動能力向上に取り組んでいる学校が全国より多い。取組内容は小学校では「縄跳び」が最も多く、「ランニング」が全国より少ないが、中学校では「ランニング」が全国より多くなっている。
- ・学校の組織体制については、小中学校ともに、ほとんどの学校で教員同士が指導方法の工夫・改善について検討する機会を持っている。体力・運動能力の向上の取組や授業改善は、どの小学校においても全教職員が関わっており、中学校でも全教職員での関わりが全国を大きく上回っている。
- ・調査結果の活用については、調査結果を踏まえた授業の工夫・改善に小中学校とも100%取り組んでいる。また、小中学校どちらも、事例校を参考とした取組も全国より進んでおり、中学校では全ての学校で、事例校を参考にした取組を行っている。

IV 実技調査の結果

1 小学校

(1) 男子

握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げは全国を上回り、長座体前屈は全国と同様となっている。体力合計得点は、全国平均を50としたT得点で51.0であり、全国を上回っている。

男子は、8種中6種目(握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げ)が全国平均を上回り、長座体前屈は全国平均と同様となっている。全国を上回った種目の中で、反復横とびについては、4年連続上昇し、敏捷性が向上している状況が見られる。

反復横とびは、全国との差が着実に縮まっているが、50m走については、全国との差が他の種目に比べて大きく、疾走能力の向上に引き続き取り組んでいく必要がある。

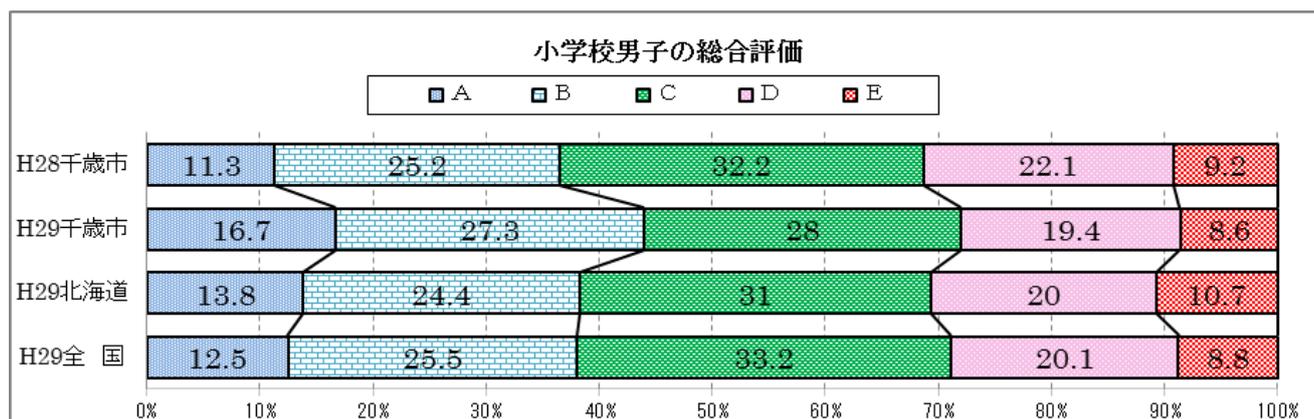
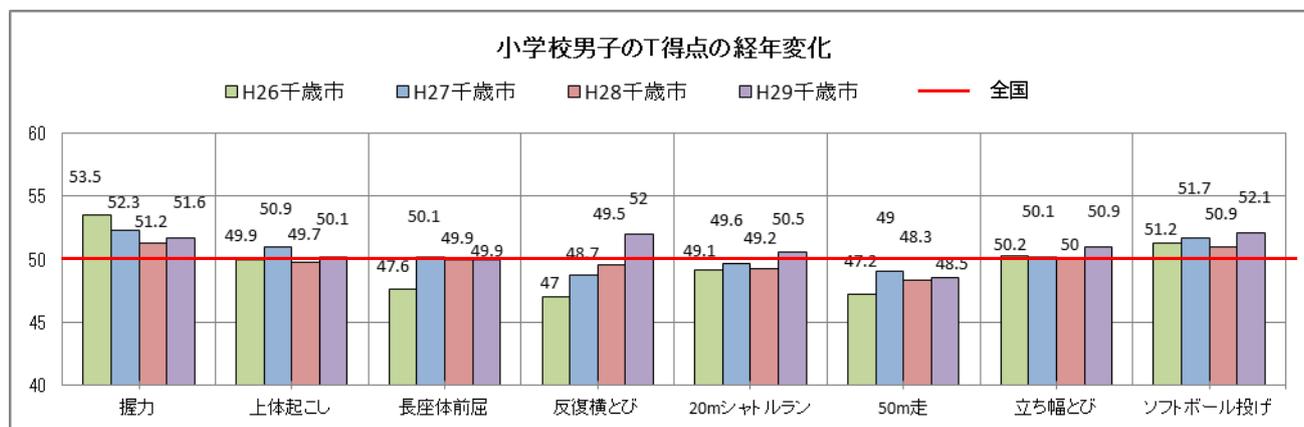
総合評価では、運動能力の高いA・B段階の児童の割合は増加し、D・E段階の児童の割合はいずれも減少しており、総合評価の5段階分布は全国より高い結果となっている。

小学校男子の実技の結果

■ 全国平均を上回る

■ 全国と同様である

		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)	合計得点
千歳市	H28	16.91	19.50	32.76	41.60	50.20	9.55	151.50	23.15	53.84
	H29	17.12	19.97	33.08	43.51	53.25	9.51	153.77	24.28	55.07
北海道	H29	17.44	19.67	32.94	42.59	49.36	9.61	152.06	23.19	53.95
全国	H29	16.51	19.92	33.15	41.95	52.24	9.37	151.71	22.53	54.16
千歳市 T得点	H28	51.2	49.7	49.9	49.5	49.2	48.3	50.0	50.9	49.9
	H29	51.6	50.1	49.9	52.0	50.5	48.5	50.9	52.1	51.0



(2) 女子

握力、反復横とび、ソフトボール投げの3種目は全国平均を上回った。上体起こし、50m走、立ち幅とびの3種目においては前年度の記録を下回ったため、体力総合点は48.9と前年度を0.3ポイント下回り、全国との差が広がった。

女子は、握力、反復横とび、ソフトボール投げの3種目が全国を上回った。長座体前屈、20mシャトルランの2種目については、全国平均に達しなかったものの、全国を50としたT得点で長座体前屈が49.3、20mシャトルランが49.0であり、全国との差が縮まった。

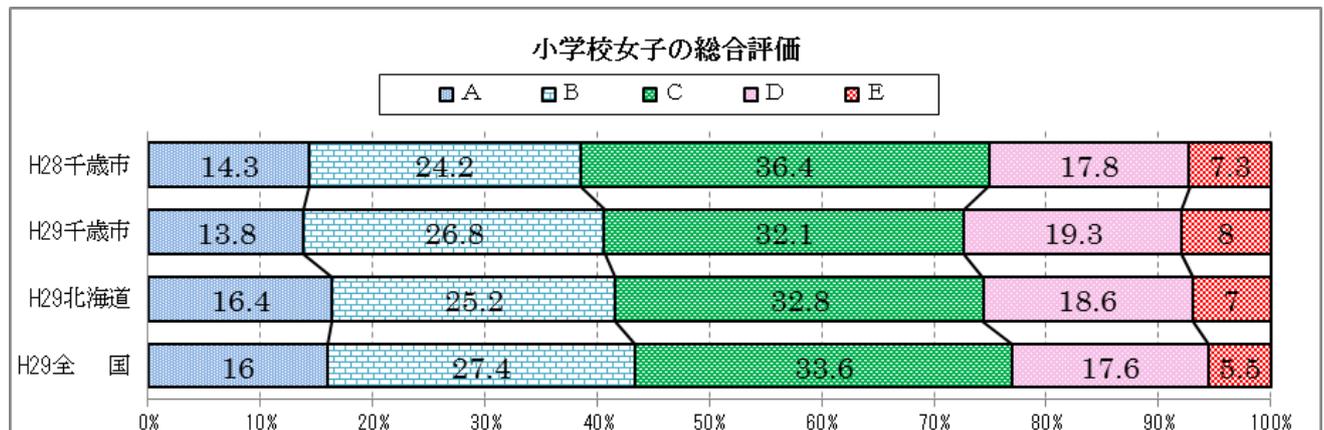
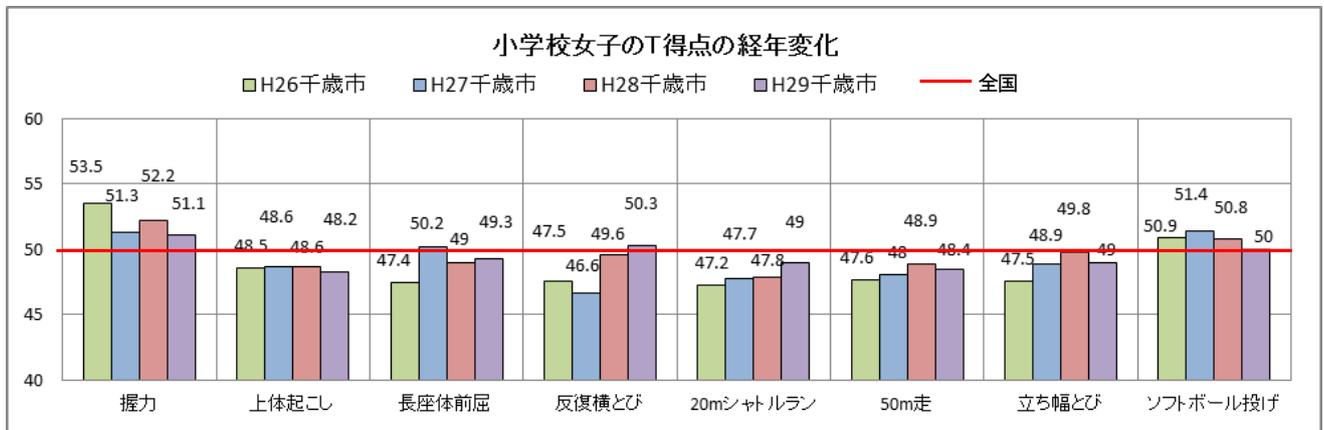
一方、上体起こし、50m走、立ち幅とびについては、前年度をやや下回り、全国との差は縮まっていない。筋持久力や全身持久力、疾走能力の向上に引き続き取り組んでいく必要がある。

総合評価は、運動能力の高いA段階の児童の割合が0.5%減少し、D・E段階の児童が2.2%増加した。全国の5段階の分布に比べ、A段階の割合が低くD・Eの段階の割合が高い状況が見られる。

小学校女子の実技の結果

■ 全国を上回る ■ 全国と同様である

		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)	合計得点
千歳市	H28	16.98	17.85	36.42	39.79	37.74	9.70	144.99	14.28	54.84
	H29	16.55	17.82	36.84	40.28	39.95	9.74	143.99	13.96	54.75
北海道	H29	16.95	18.29	37.06	40.53	38.64	9.80	145.58	14.45	55.23
全国	H29	16.12	18.81	37.43	40.06	41.62	9.60	145.47	13.94	55.72
千歳市 T得点	H28	52.3	48.6	49.0	49.6	47.8	48.9	49.8	50.4	49.2
	H29	51.1	48.2	49.3	50.3	49.0	48.4	49.0	50.0	48.9



2 中学校

(1) 男子

握力、上体起こし、ハンドボール投げの3種目において、全国平均を上回り、立ち幅とびは、全国と同様となっている。体力合計得点は、全国を50としたT得点で49.8であり、全国とほぼ同様である。

男子は、8種目中3種目が全国平均を上回った。T得点を見ると、立ち幅とび以外の種目は伸びが見られず、前年度を下回っている。特に、上体起こし、長座体前屈、反復横とびは4年間下降傾向が見られる。また、長座体前屈は、1.9ポイント、50m走では1.7ポイント、20mシャトルランは1.3ポイント、全国との開きがあり、柔軟性、疾走能力、全身持久力の向上に課題が見られる。

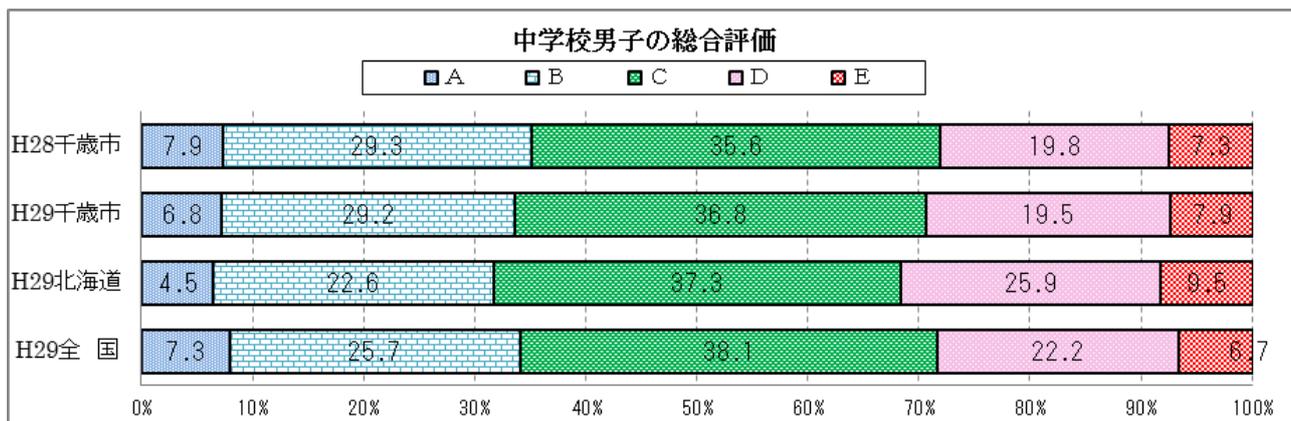
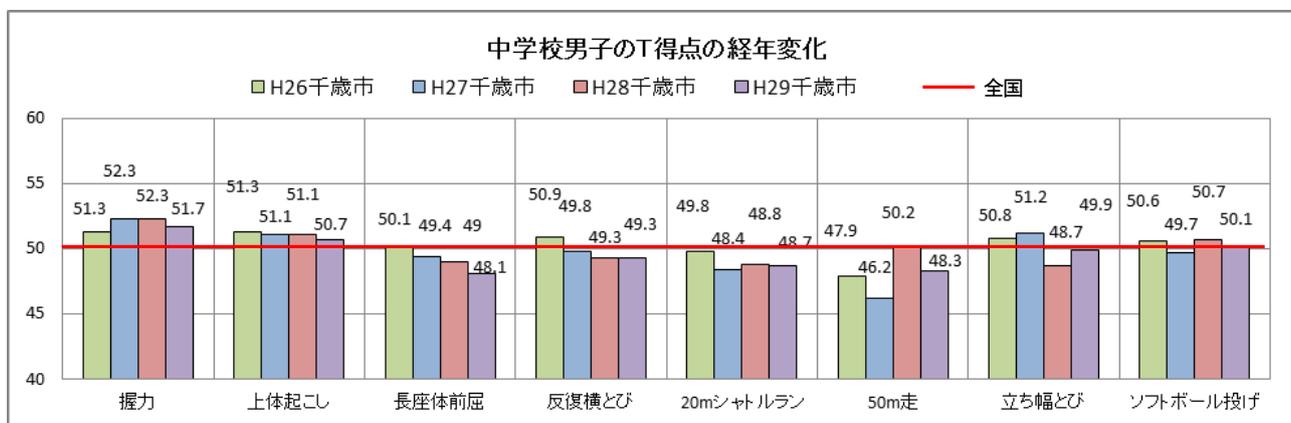
総合評価については、運動能力の高いA段階とB段階を合わせた生徒の割合が全国を上回っており、D段階の割合が減少している。

中学校男子の実技の結果

■ 全国平均を上回る

■ 全国と同様である

		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)	ハンドボール投げ (m)	合計得点
千歳市	H28	30.56	28.14	42.06	51.37	82.20	8.01	191.21	21.00	42.15
	H29	30.12	27.89	41.21	51.33	82.75	8.14	194.15	20.60	41.91
北海道	H29	29.73	26.87	41.88	50.87	81.75	8.14	194.91	20.48	41.19
全国	H29	28.89	27.45	43.20	51.89	85.99	7.99	194.54	20.56	42.11
千歳市 T得点	H28	52.3	51.1	49.0	49.3	48.8	50.2	48.7	50.7	50.0
	H29	51.7	50.7	48.1	49.3	48.7	48.3	49.9	50.1	49.8



(2) 女子

全国を上回った種目は、握力の1種目である。握力以外の7種目について、立ち幅とび以外の種目は前年度を下回った。体力合計得点のT得点も前年度より1.2ポイント下がり、全国との差は広がっている。

女子は、握力が全国平均を上回ったが、前年度を下回っており低下傾向が見られる。前年度のT得点を上回った種目は立ち幅跳び(+0.2ポイント)であり、それ以外の種目は前年度のT得点を下回った。特に反復横とびは前年度を6.1ポイント下回り、全国との差は6.9ポイントである。全国との差が大きい種目は上体おこし、反復横とび、20mシャトルランであり、敏捷性、全身持久力、疾走能力の向上を中心に体力全体の底上げが課題である。

総合評価については、Aの段階の生徒の割合が3.7%減少し、D・E段階の生徒の割合が3.9%増加した。全国の5段階の分布と比べ、AとBの段階の割合が低い状況が見られる。

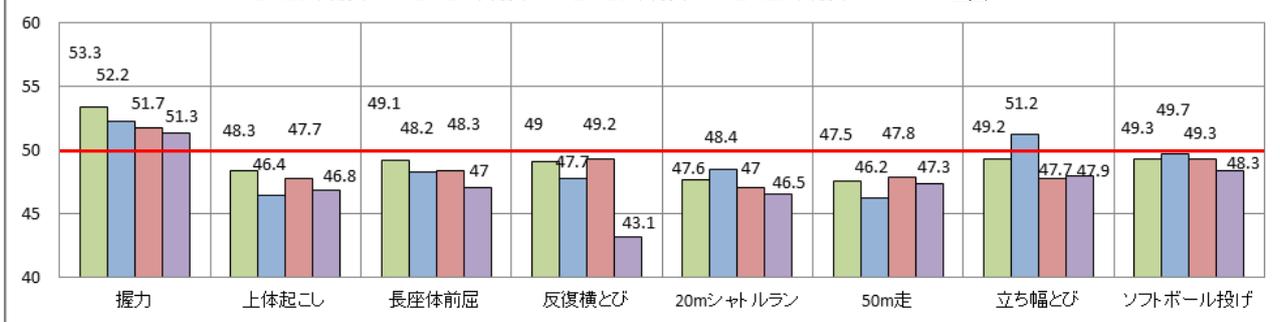
中学校女子の実技の結果

■ 全国平均を上回る ■ 全国と同様である

		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)	ハンドボール投げ (m)	合計得点
千歳市	H28	24.53	22.15	43.79	46.08	52.75	9.01	162.68	12.56	47.31
	H29	24.44	21.87	42.94	42.08	51.99	9.02	163.52	12.24	46.35
北海道	H29	23.61	21.90	44.05	45.03	51.79	9.03	164.14	12.38	46.59
全国	H29	23.82	23.73	45.86	46.76	59.14	8.80	168.57	12.96	49.97
千歳市 T得点	H28	51.7	47.7	48.3	49.2	47.0	47.8	47.7	49.3	47.9
	H29	51.3	46.8	47.0	43.1	46.5	47.3	47.9	48.3	46.7

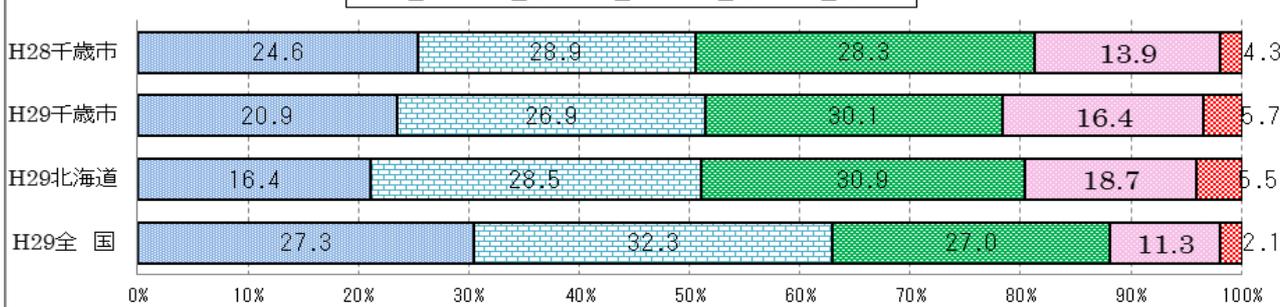
中学校女子のT得点の経年変化

■ H26千歳市 ■ H27千歳市 ■ H28千歳市 ■ H29千歳市 — 全国



中学校女子の総合評価

■ A ■ B ■ C ■ D ■ E



V 体格と肥満度に関する調査結果

1 小学校

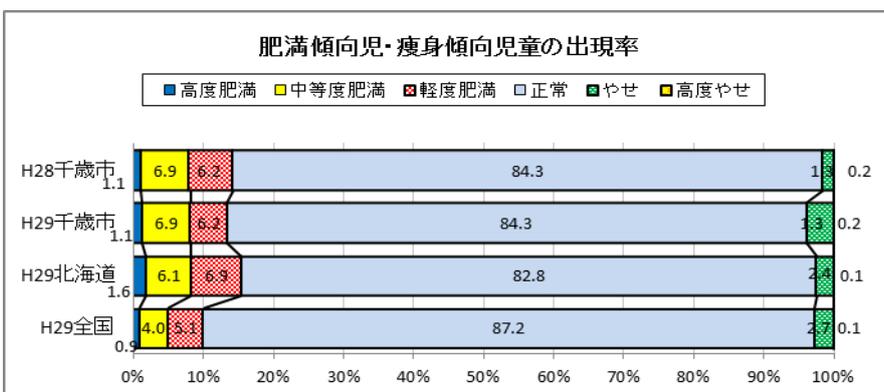
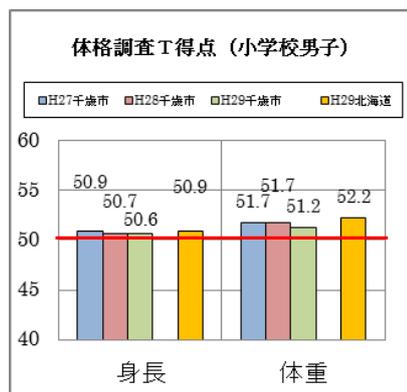
(1) 男子

男子の身長は、139.24cm であり、全国平均(138.88cm)を 0.36cm 上回り、体重は、34.88kg で全国平均(34.05kg)を 0.83kg 上回っている。

肥満や瘦身の状況については、「やせ」と「高度やせ」を合わせた瘦身の割合は全国より低いが、高度肥満、中等度肥満の割合は、いずれも全国より高く、肥満傾向が見られる。

【小学校男子の体格と肥満・瘦身の状況】

		体格平均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率					
		身長(cm)	体重(kg)	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
千歳市	H28	139.22	35.19	1.1	6.9	6.2	84.3	1.3	0.2
	H29	139.24	34.88	1.3	6.8	5.3	82.8	3.8	0.0
北海道	H29	139.44	35.61	1.8	6.5	7.1	82.2	2.3	0.1
全国	H29	138.88	34.05	0.9	4.0	5.1	87.3	2.6	0.1

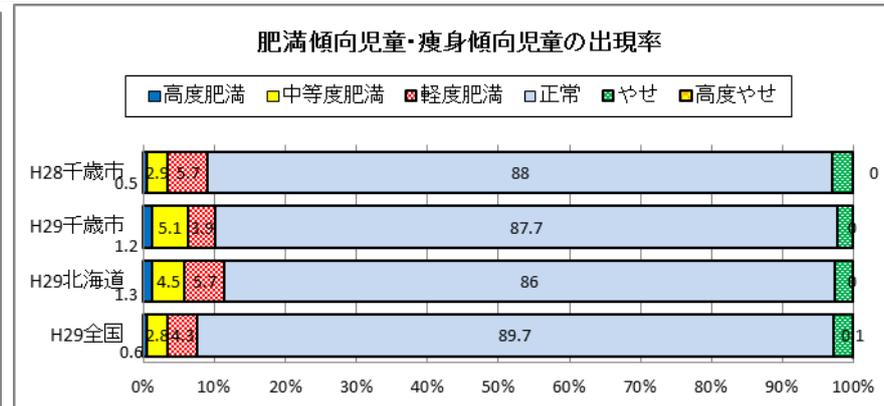
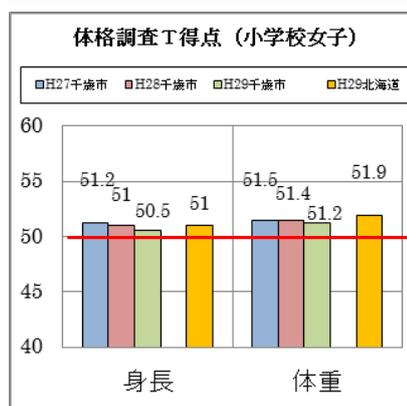


(2) 女子

女子の身長は、140.43cm であり、全国平均(140.08cm)を 0.35cm 上回り、体重は、34.77kg で全国平均(33.95kg)を 0.82kg 上回っている。肥満の状況については、高度肥満の割合は前年度より 0.7%、中等度肥満の割合は 2.2%増加し、軽度肥満の割合は 1.8%減少している。全国との比較では、高度肥満、中等度肥満の割合は全国より高く、軽度肥満の割合は低くなっている。また、瘦身の状況については、「やせ」の割合が前年度より 0.7%低下し、全国より低くなっている。

【小学校女子の体格と肥満・瘦身の状況】

		体格平均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率					
		身長(cm)	体重(kg)	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
千歳市	H28	140.72	34.83	0.5	2.9	5.7	88.0	2.9	0.0
	H29	140.43	34.77	1.2	5.1	3.9	87.7	2.2	0.0
北海道	H29	140.79	35.24	1.3	4.5	5.7	86.0	2.5	0.0
全国	H29	140.08	33.95	0.6	2.8	4.3	89.7	2.6	0.1



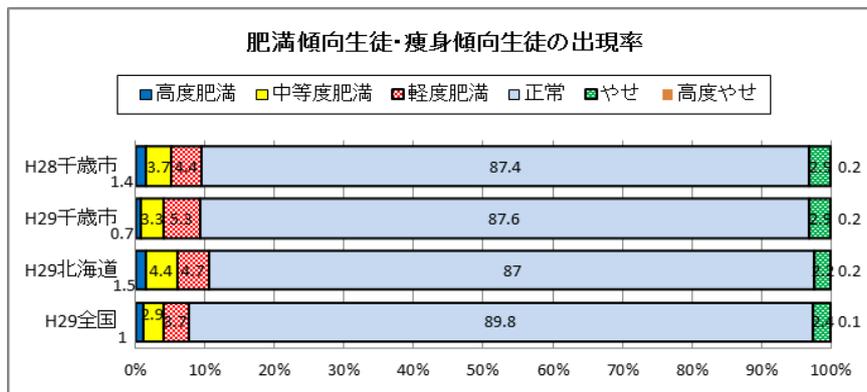
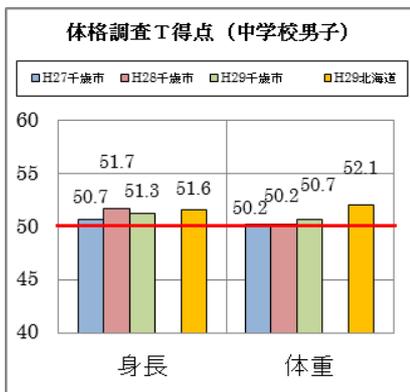
2 中学校

(1) 男子

男子の身長は、161.01cm で全国平均(159.98cm)を 1.03cm 上回っている。体重は、49.26kg で全国平均(48.58kg)を 0.68kg 上回っている。肥満の状況については、中等度肥満、軽度肥満の割合が前年よりそれぞれ 1.4%、1.9%増加しており全国と比較しても高くなっている。瘦身の状況については、「高度やせ」の割合は前年と同様、「やせ」の割合は 1.5%減少しており、全国と比較して瘦身の割合は低くなっている。

【中学校男子の体格と肥満・瘦身の状況】

		体格平均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率					
		身長(cm)	体重(kg)	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
千歳市	H28	161.24	48.75	0.4	1.9	3.4	89.6	4.4	0.2
	H29	161.01	49.26	0.7	3.3	5.3	87.6	2.9	0.2
北海道	H29	161.23	50.55	1.5	4.4	4.7	87.0	2.2	0.2
全国	H29	159.98	48.58	1.0	2.9	3.7	89.8	2.4	0.1

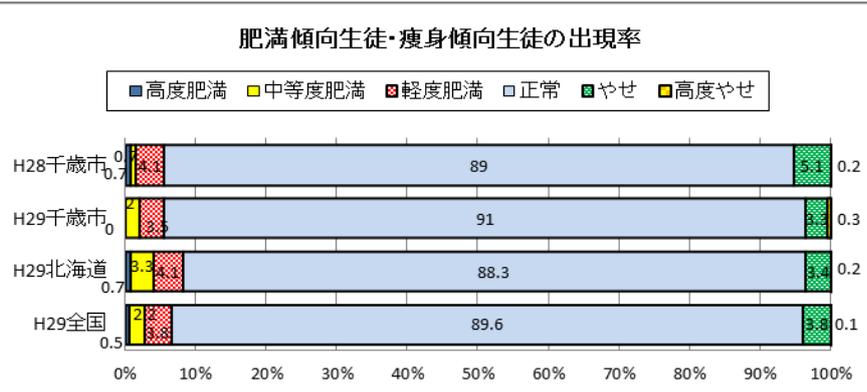
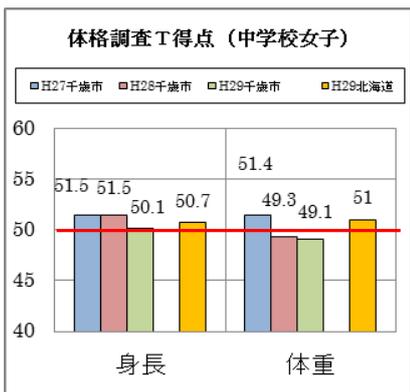


(2) 女子

女子の身長は、154.92cm で全国平均(154.87cm)とほぼ同様、体重は、46.06kg で全国平均(46.71kg)を 0.65kg 下回っている。肥満の状況については、高度肥満、軽度肥満は前年度を下回り、中等度肥満は 1.3%高くなっている。全国と比較しても肥満傾向児の割合は低くなっている。瘦身の状況については、「やせ」「高度やせ」を合わせた割合は、全国よりも 0.3%低くなっている。

【中学校女子の体格と肥満・瘦身の状況】

		体格平均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率					
		身長(cm)	体重(kg)	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
千歳市	H28	155.64	46.20	0.7	0.7	4.1	89.0	5.1	0.2
	H29	154.92	46.06	0.0	2.0	3.5	91.0	3.3	0.3
北海道	H29	155.27	47.45	0.7	3.3	4.1	88.3	3.4	0.2
全国	H29	154.87	46.71	0.5	2.2	3.8	89.6	3.8	0.1



VI 児童生徒質問紙調査の結果

1. 運動習慣の状況

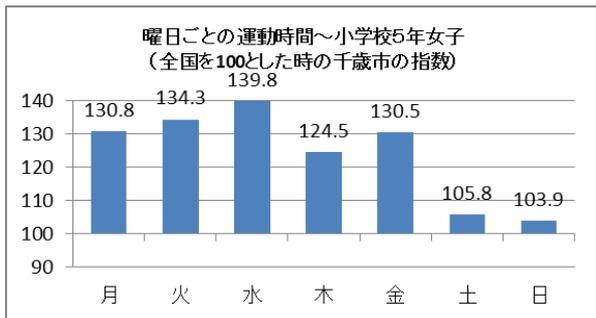
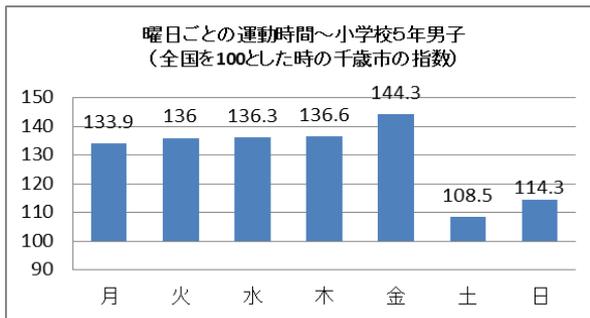
(1) 小学校

男女ともに平日に、学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間が長く、1週間の総運動時間も全国より長い。運動部に所属している児童の割合は、男子は横ばい、女子は増加の傾向が続いているが、全国と比較すると低い状況が見られる。

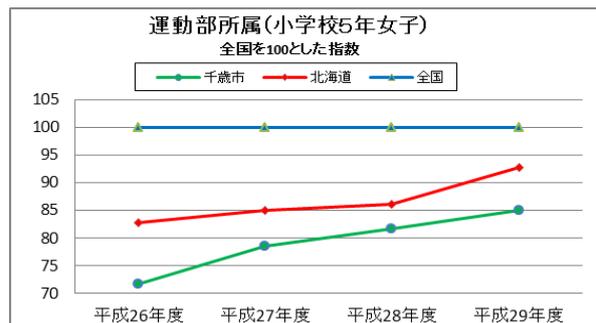
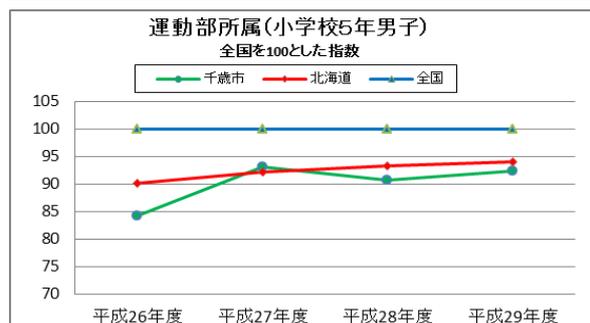
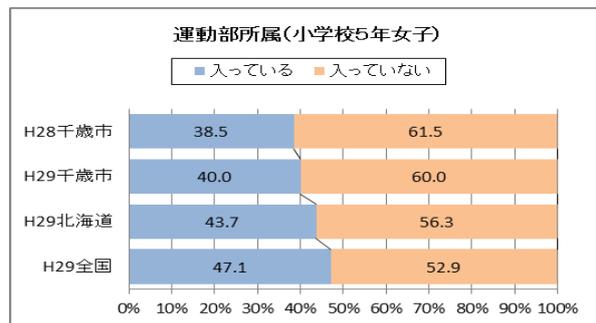
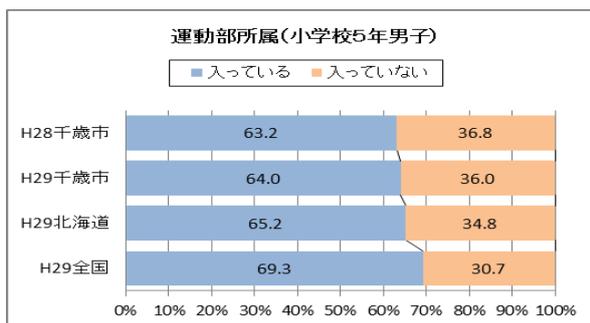
質問番号	質問事項
6	ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを、合計で1日およそ何分くらいしますか。

小学校 5年男子	学校の体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	82.9	133.9	88.7	136.0	96.8	136.3	89.9	136.6	95.1	144.3	162.7	108.5	163.9	114.3	773.8	125.7
北海道	75.8	122.5	88.5	135.7	90.8	127.9	86.2	131.0	90.9	137.9	129.1	86.1	117.2	81.7	672.8	109.3
全国	61.9	100.0	65.2	100.0	71.0	100.0	65.8	100.0	65.9	100.0	150.0	100.0	143.4	100.0	615.8	100.0

小学校 5年女子	学校の体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	55.2	130.8	57.6	134.3	67.5	139.8	54.8	124.5	59.5	130.5	87.3	105.8	74.3	103.9	456.2	121.8
北海道	55.4	131.3	57.5	134.0	62.0	128.4	57.9	131.6	61.0	133.8	77.8	94.3	62.0	86.7	430.5	114.9
全国	42.2	100.0	42.9	100.0	48.3	100.0	44.0	100.0	45.6	100.0	82.5	100.0	71.5	100.0	374.7	100.0



質問番号	質問事項
11	学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか。(スポーツ少年団を含む)



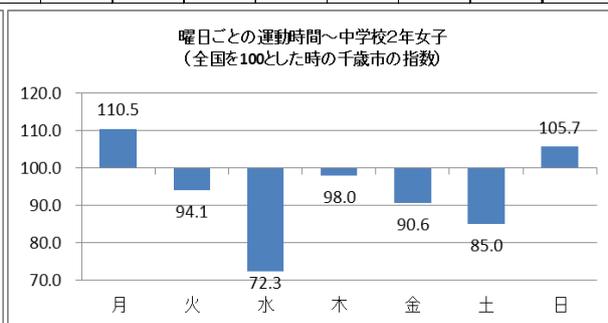
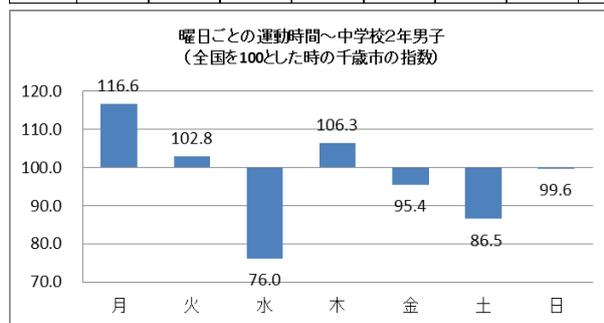
(2) 中学校

男女ともに曜日によって、運動時間に差がみられる。1週間の総運動時間は、男女ともに、全国より短い。運動部に所属している生徒の割合は低く、部活動に所属しない生徒の割合が、全国と比較して相当高い。

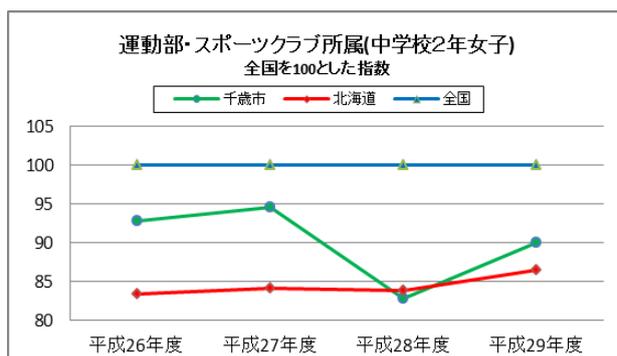
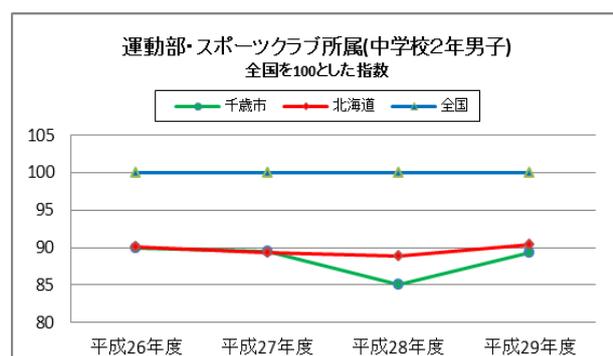
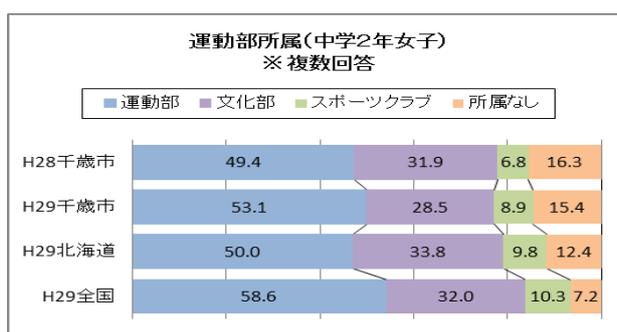
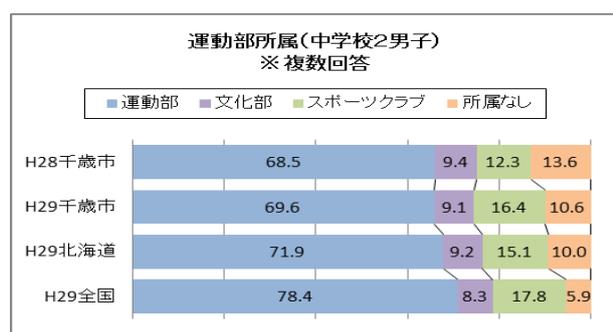
質問番号	質問事項
5	ふだんの1週間について聞きます。学校の保健体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを、合計で1日おおよそ何分くらいしますか。

中学校 2年男子	学校の保健体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	113.6	116.6	120.3	102.8	85.8	76.0	122.8	106.3	114.0	95.4	194.4	86.5	183.6	99.6	934.8	96.3
北海道	100.0	102.7	118.1	100.9	115.2	102.0	117.7	101.9	120.7	101.0	195.3	86.9	178.0	96.5	944.8	97.3
全国	97.4	100.0	117.0	100.0	112.9	100.0	115.5	100.0	119.5	100.0	224.7	100.0	184.4	100.0	970.9	100.0

中学校 2年女子	学校の保健体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	81.1	110.5	81.1	94.1	60.2	72.3	83.9	98.0	81.2	90.6	137.4	85.0	127.1	105.7	652.0	93.2
北海道	73.5	100.1	78.3	90.8	80.1	96.2	79.4	92.8	84.1	93.9	130.1	80.5	111.5	92.8	637.0	91.1
全国	73.4	100.0	86.2	100.0	83.3	100.0	85.6	100.0	89.6	100.0	161.6	100.0	120.2	100.0	699.3	100.0



質問番号	質問事項
10	学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。あてはまるものすべてを選んでください。(運動部、文化部、地域のスポーツクラブ、所属していない)

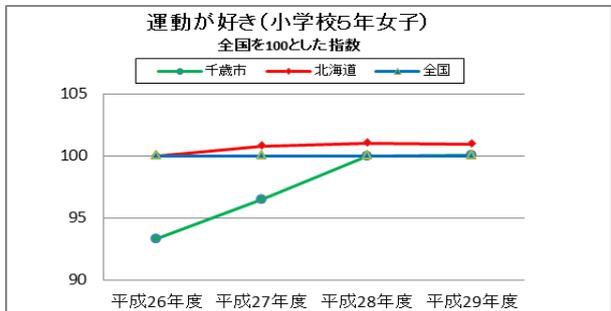
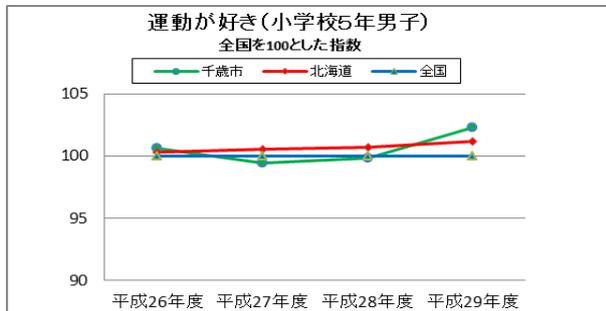
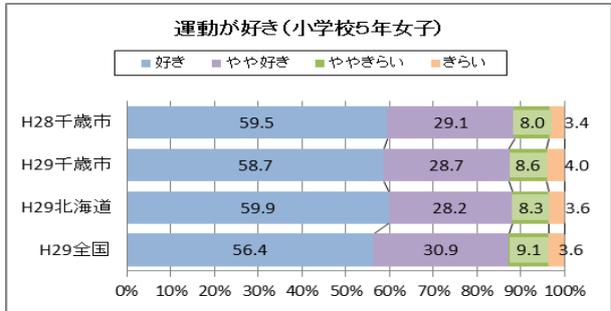
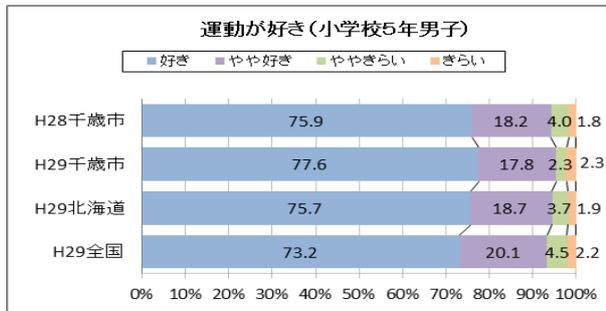


2. 運動やスポーツに関する意識

(1) 小学校

運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した男子は、95.4%（H28：94.1%）であり、3年連続増加している。女子については87.4%（H28：88.6%）で昨年よりわずかに下回ったものの全国と同様となっている。

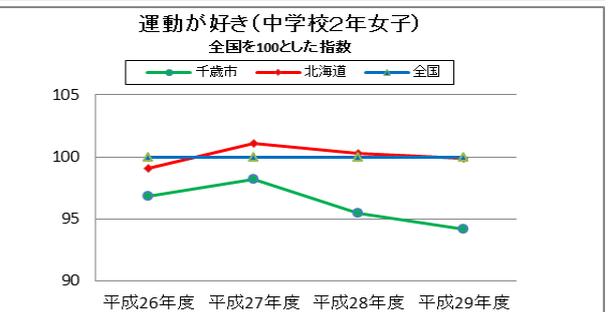
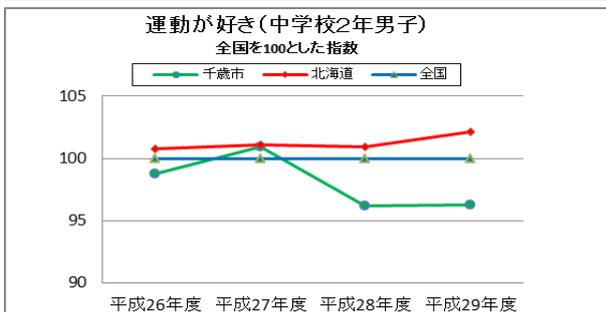
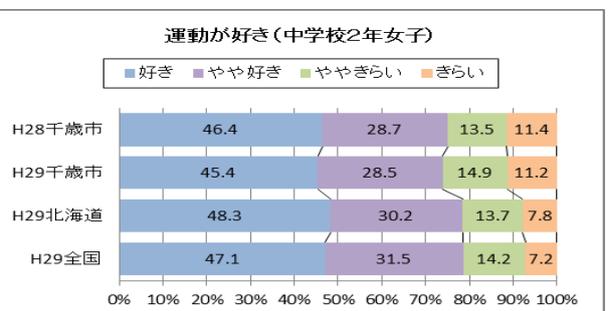
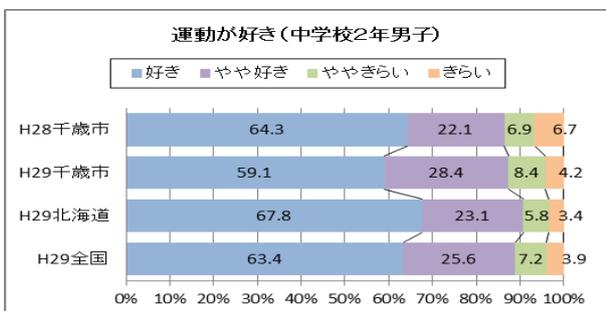
質問番号	質問事項
1	運動（体を動かす遊びをふくむ）スポーツをすることは好きですか。



(2) 中学校

運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した生徒は、男子が87.5%（H28：86.4%）、女子が73.9%（H28：75.1%）である。男女とも全国平均より低く、特に、女子は低下傾向が続いている。また、運動が「きらい」と回答した生徒の割合は、男子については減少がみられるものの、女子については変化は見られない。

質問番号	質問事項
1	運動（体を動かす遊びを含む）スポーツをすることは好きですか。



3. 体育・保健体育の授業について

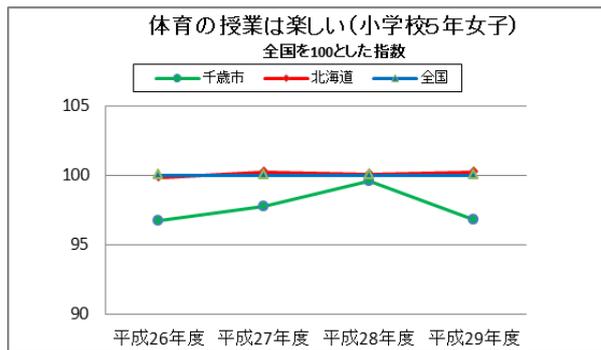
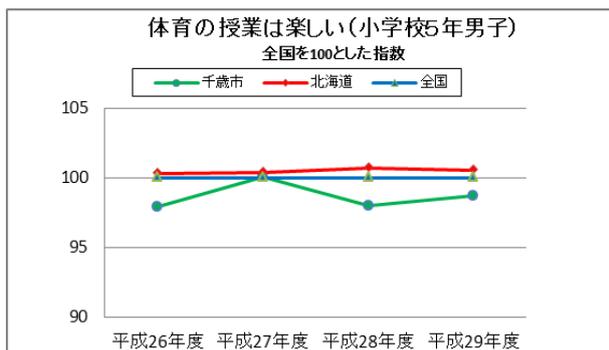
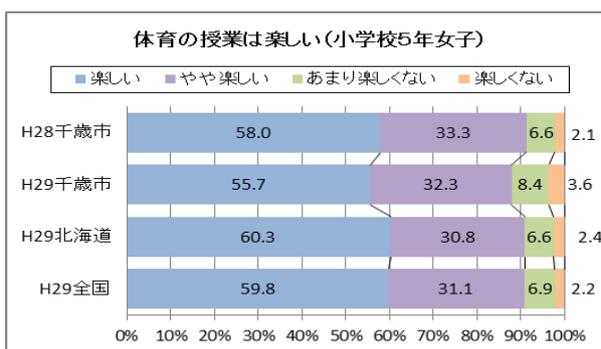
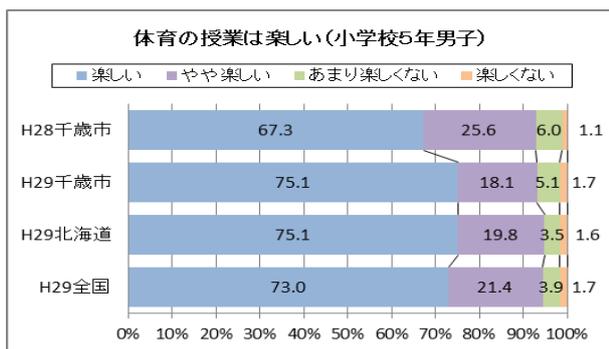
(1) 小学校

体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した男子は9割を超え、全国と比較しても大きな差は見られないが、女子については、「楽しくない」と感じている児童の増加が見られる。

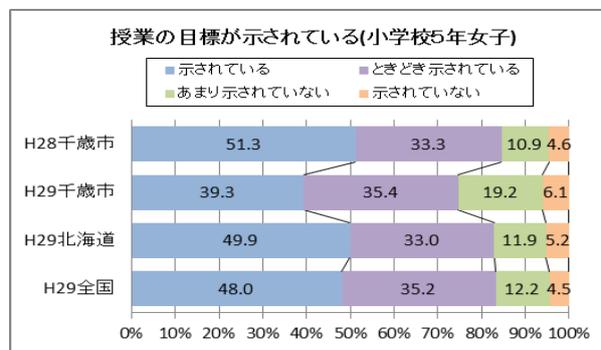
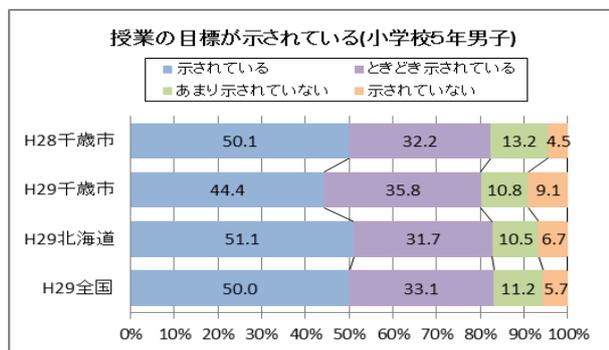
授業のはじめにめあてを提示されていると思うと回答した児童の割合は、男女ともに低下したが、男子に比べ女子の方が「提示していない」と感じている状況が見られる。

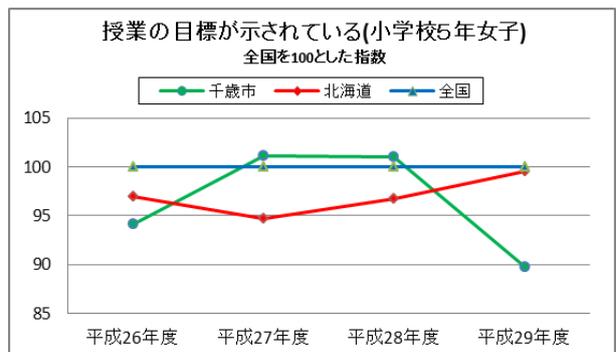
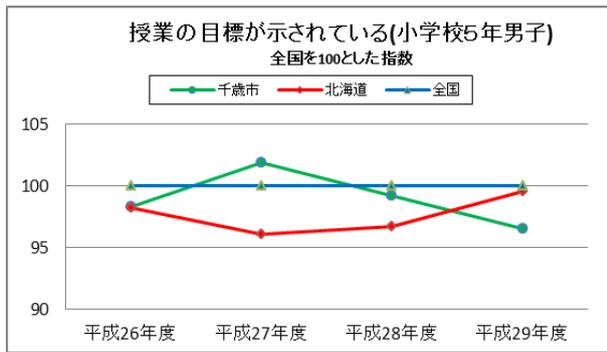
また、授業の最後に行われる振り返る活動については、振り返りの活動を「あまり行っていない」「行っていない」と回答した児童の割合が男女ともに5割を超えている。

質問番号	質問事項
17	体育の授業は楽しいですか。

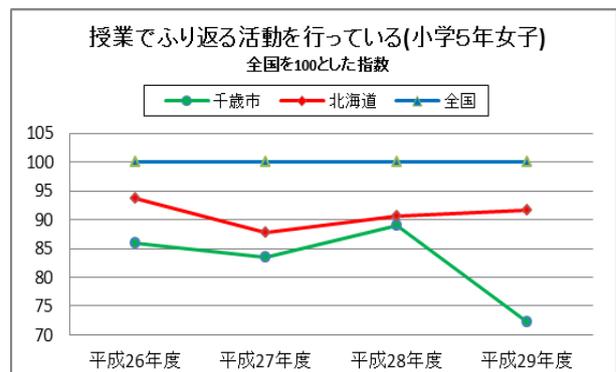
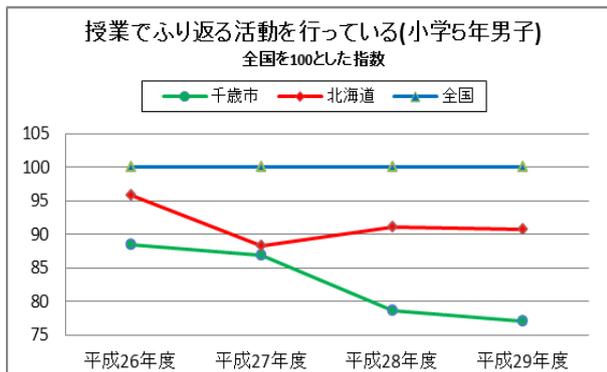
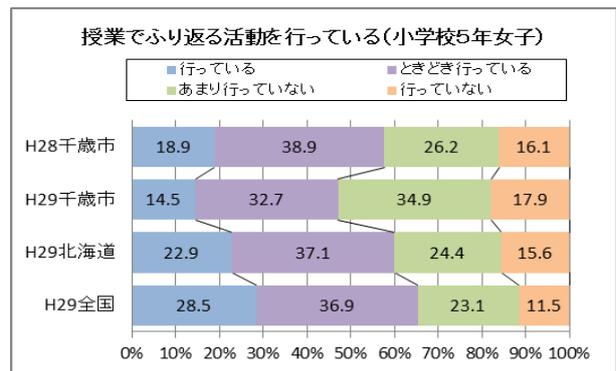
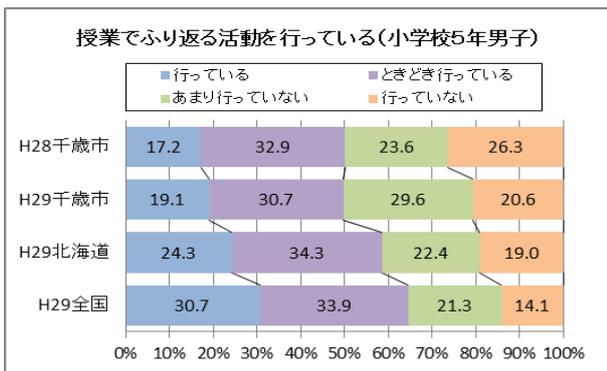


質問番号	質問事項
18	ふだんの体育の授業では、授業のはじめに授業の目標（めあて・ねらい）が示されていると思いますか。





質問番号	質問事項
19	ふだんの体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていると思いますか。



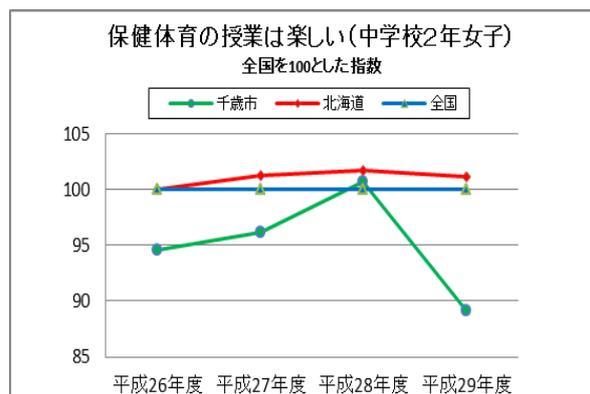
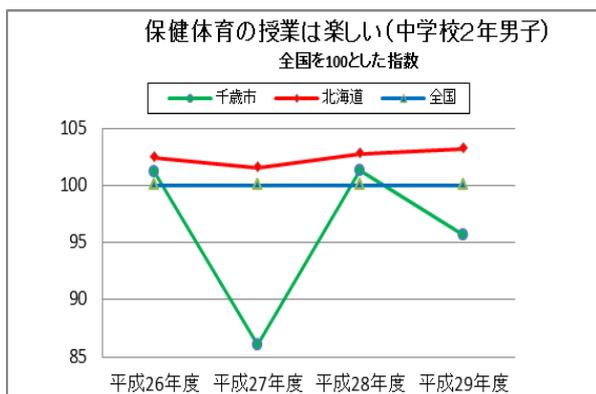
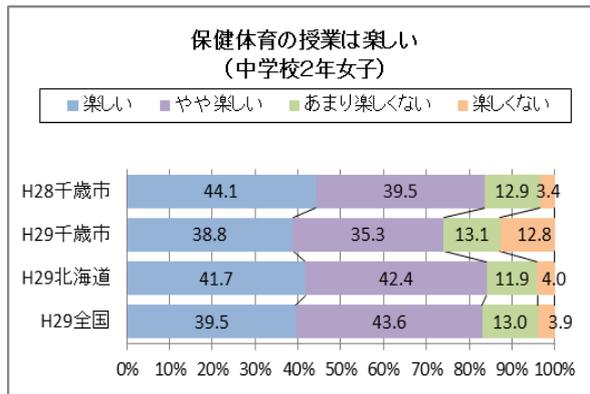
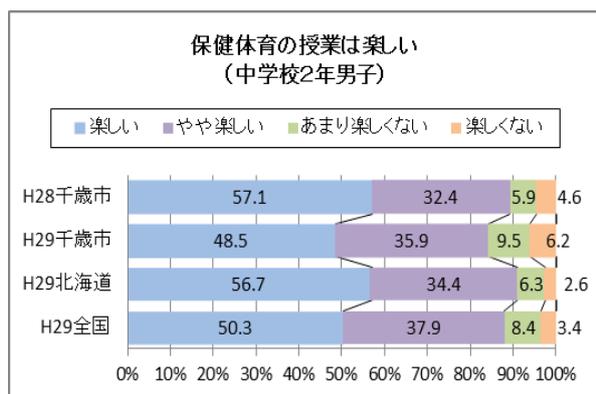
(2) 中学校

「保健体育の授業が楽しい」と回答した生徒は、男女ともに減少し全国との差が拡大した。特に、女子については、昨年まで「保健体育の授業は楽しい」と感じている生徒の増加が続いていたが、一転して前年度を9.5%下回る大幅な減少となった。

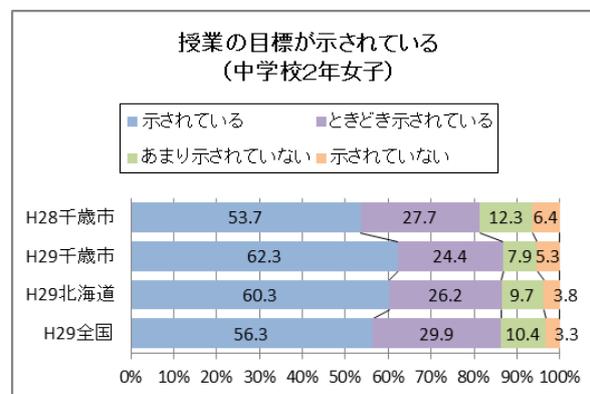
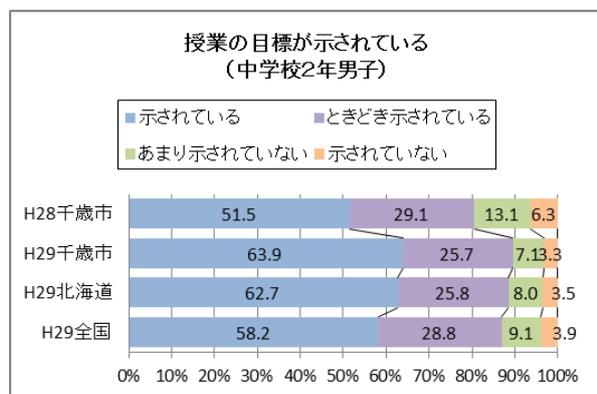
「授業のはじめに目標が示されていると思う」と回答した生徒の割合は男女ともに高く、全国平均と同様である。

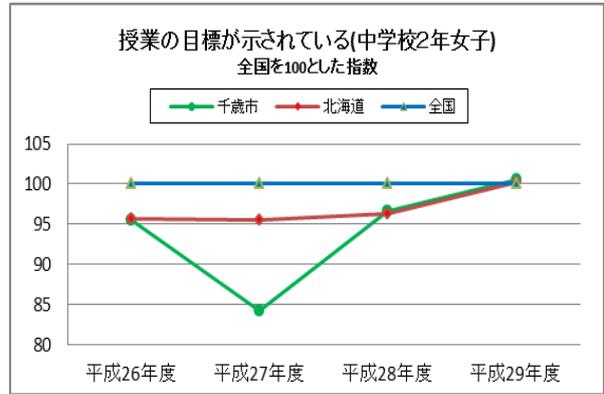
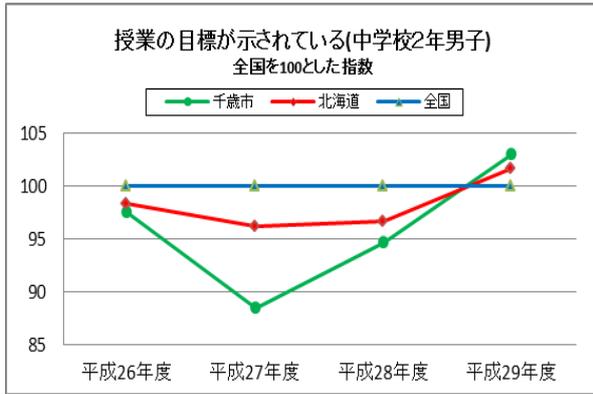
「授業の最後に今日学んだ内容をふり返る活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男女ともに増加しており、男子は全国平均と同様となったが、女子は、まだ全国平均に達していない。

質問番号	質問事項
16	保健体育の授業は楽しいですか。

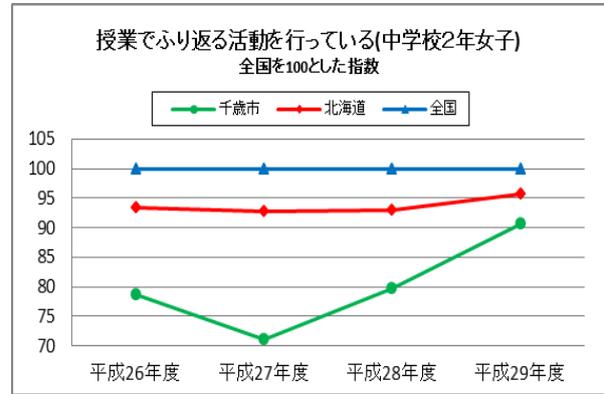
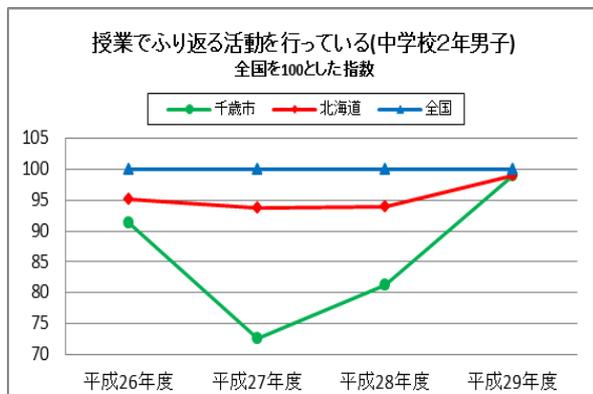
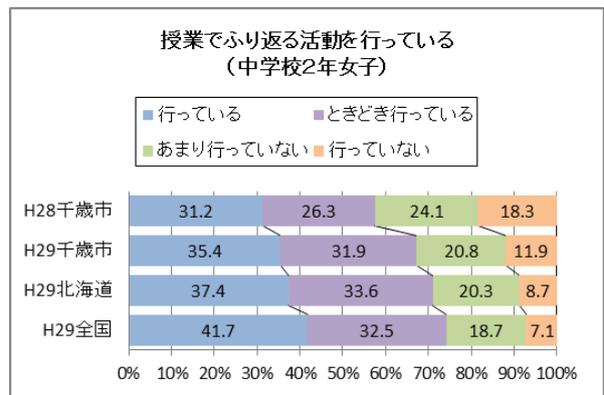
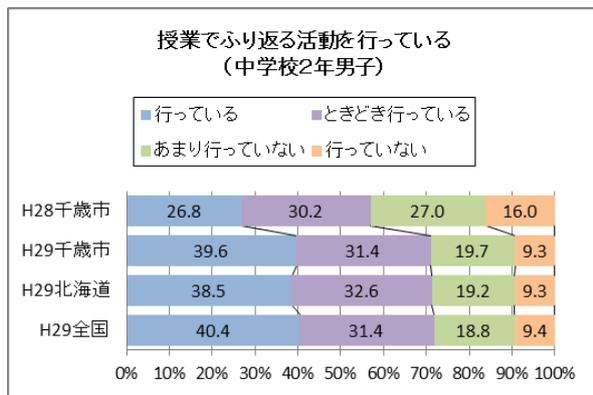


質問番号	質問事項
17	ふだんの保健体育の授業では、授業のはじめに授業の目標（めあて・ねらい）が示されていると思いますか。





質問番号	質問事項
18	ふだんの保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。



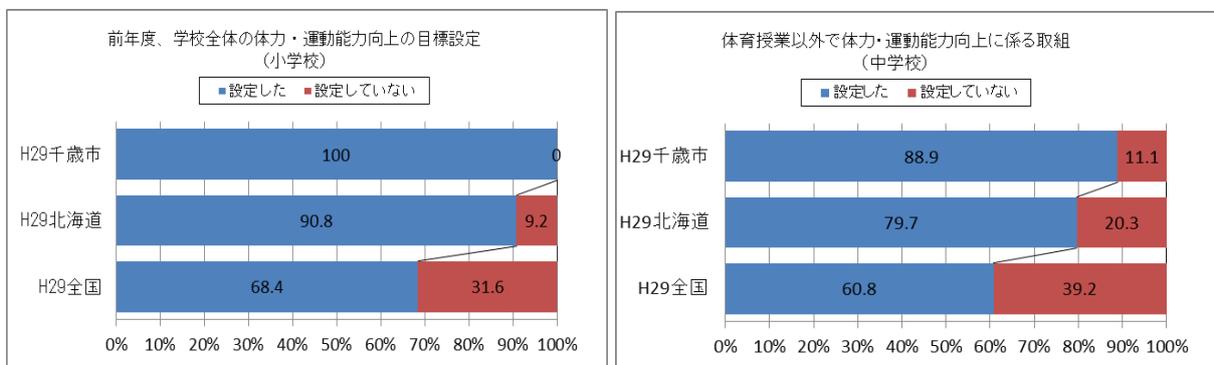
VII 学校質問紙調査の結果

1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定

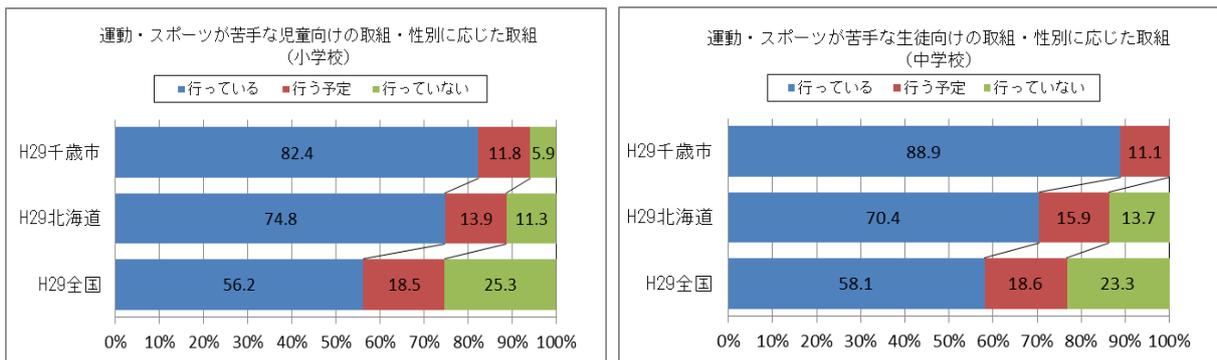
「学校全体の体力・運動能力向上の目標を設定している」と回答した学校の割合は、小学校が100%、中学校が88.9%であり、千歳市では、体力・運動能力の向上を目指す学校全体の目標を設定し、全校体制で積極的に取組を進めている状況が見られる。

また、運動が苦手な児童生徒向けの取組を行っているとは回答した学校の割合は、前年度より小学校は11.8%、中学校は22.2%増加しており、児童生徒一人ひとりの体力や運動能力の向上を図ろうとする意識の高まりが見られる。

質問番号	質問事項
2	前年度、学校全体の体力・運動能力向上の目標を設定していましたか。



質問番号	質問事項
3	運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組を行っていますか(行う予定はありますか)。



2 体育（保健体育）授業での取組

「体育の授業において目標を示す活動や学習をふり返る活動を取り入れている」ことについては、学校と児童との意識にかい離が見られることが指摘されている。

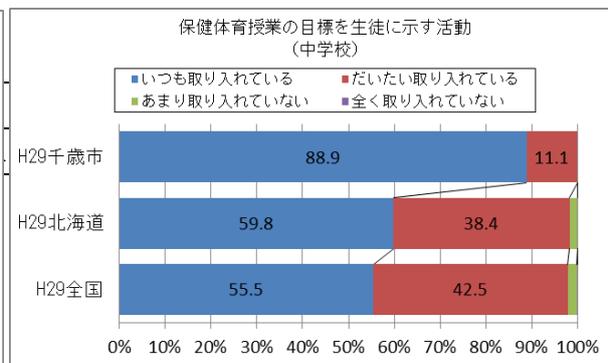
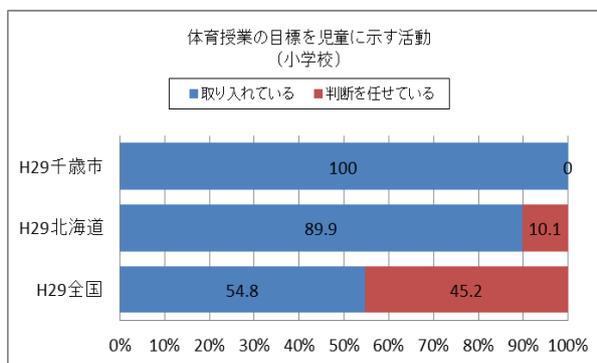
本年度の調査では、「目標を示している」と回答した小学校の割合は100%であったが、児童質問紙では、「目標が示されている」と回答した児童の割合は、男子80.2%(前年度83.7%)、女子74.7%(前年度84.6%)であった。

「体育の授業において学習したことをふり返る活動を取り入れている」ことについても、学校質問紙の100%に対して、児童質問紙の「ふり返る活動を行っている」と回答した児童の割合は、男子49.8%(前年度50.1%)、女子47.2%(57.8%)であり、「授業における目標の提示や学習をふり返る活動を取り入れている」ことについては、児童の「取り入れている」との意識より学校の意識が高く、その差が拡大している状況が見られる。

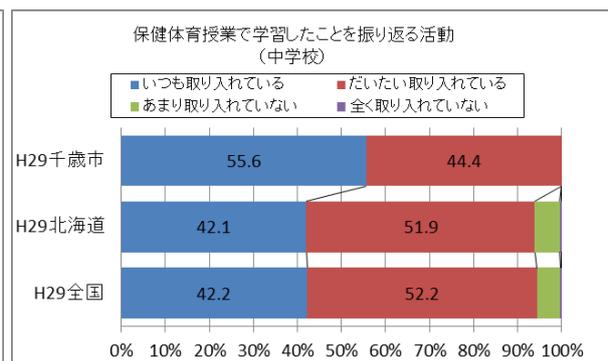
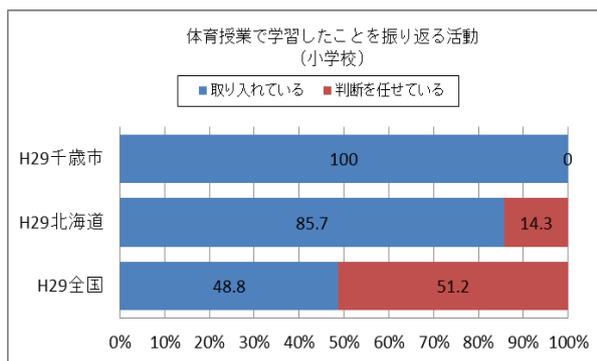
中学校では、「体育の授業において目標を示す活動を取り入れている」と回答した学校は88.9%であるが、生徒質問紙では、「目標が示されている」と回答した生徒の割合は、男子89.6%(前年度80.6%)、女子86.7%(前年度81.4%)であった。

「体育の授業において学習したことをふり返る活動を取り入れている」ことについては、学校質問紙の55.6%に対して、生徒質問紙の「ふり返る活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男子71.0%(前年度57.0%)、女子67.3%(57.5%)であり、「授業における目標の提示や学習をふり返る活動を取り入れている」ことについては、生徒の「取り入れている」との意識より学校の意識が低い状況が見られる。

質問番号	質問事項
6	体育（保健体育）授業の目標を児童（生徒）に示す活動を取り入れていますか。



質問番号	質問事項
7	体育（保健体育）授業で学習したことをふり返る活動を取り入れていますか。



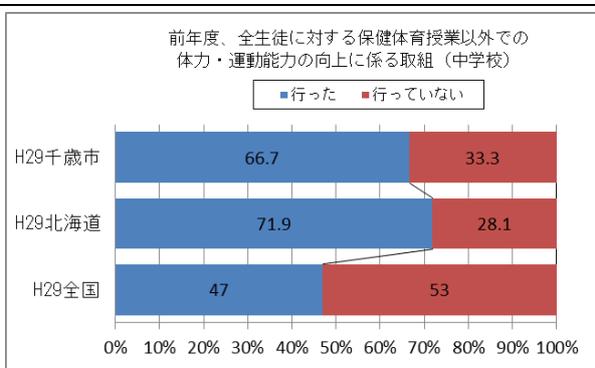
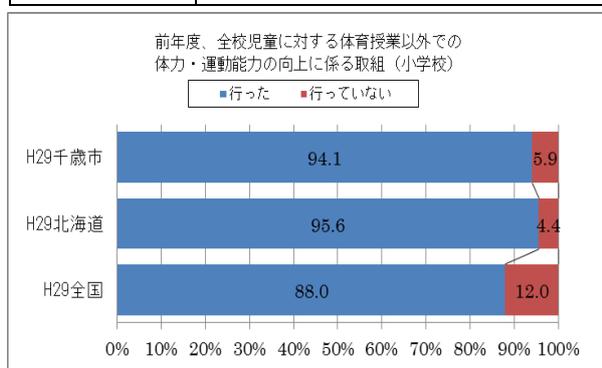
3 体育（保健体育）授業以外での取組

小中学校いずれも、体育（保健体育）の授業以外に体力・運動能力向上に積極的に取り組んでいる状況が見られる。

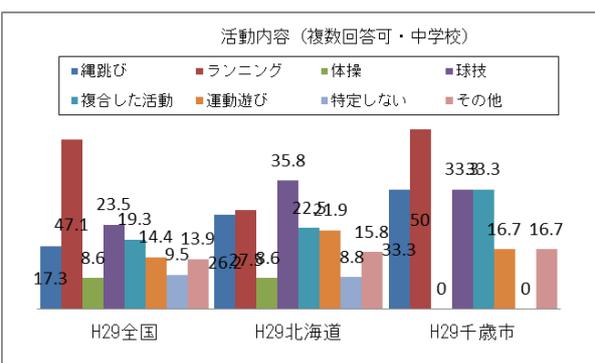
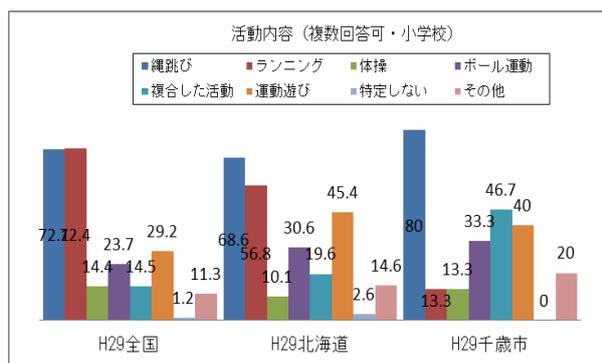
取組内容は小学校では、「縄跳び」を取り入れている学校が80.0%(全国72.4%)と最も多く、ついで「複合した活動」「運動遊び」「ボール運動」の順となっている。「ランニング」を取り入れている学校は、13.3%で全国の72.4%を大きく下回っている。

中学校では、「ランニング」を取り入れている学校が50.0%(全国47.1%)と最も多く、ついで「縄跳び」(33.3%)、「球技」(33.3%)、「複合した活動」(33.3%)の順となっている。

質問番号	質問事項
15	前年度、全校児童（生徒）に対する、体育（保健体育）授業以外での体力・運動能力の向上のための取組を行いましたか。



質問番号	質問事項
15-4	Q14で「行った」と回答した学校の取組内容は何ですか。



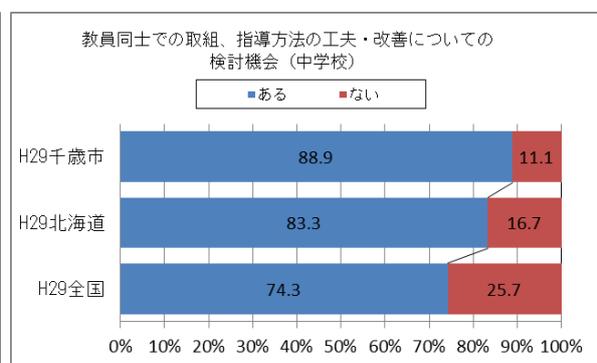
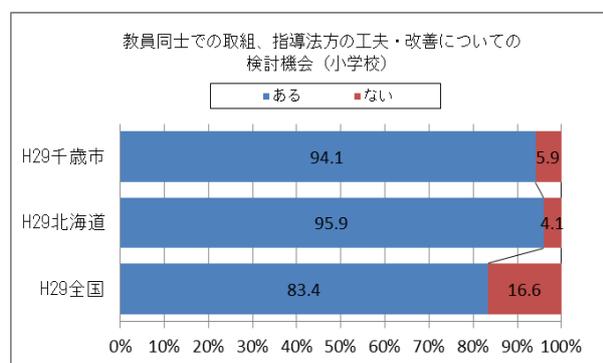
4 学校の組織体制

小中学校ともに、ほとんどの学校で教員同士が指導方法の工夫・改善について検討する機会を持っており、学校をあげて体力・運動能力の向上に取り組む機運が高い状況がみられる。

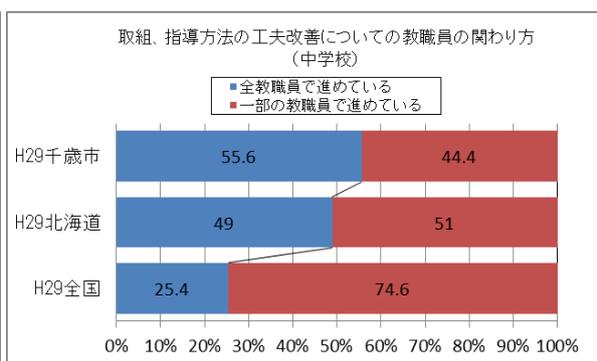
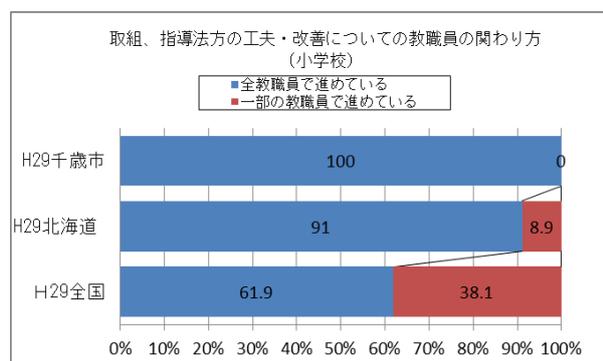
また、体力・運動能力の向上の取組や授業改善に対する教職員の関わりについては、小学校については、千歳市の全小学校が「全教職員で体力・運動能力の向上の取組や授業改善を進めている」と回答しており、全国を大きく上回っている。

中学校についても、半数以上の学校で体力・運動能力の向上の取組に全教職員が関わっている状況が見られ、保健体育の授業以外での体力向上の取組や運動の楽しさを伝えるなど一定の役割を、保健体育担当教員以外にも果たしている様子がうかがえる。

質問番号	質問事項
小20 中27	教員同士での取り組み、指導方法の工夫・改善についての検討機会はありますか。



質問番号	質問事項
小21 中28	体力・運動能力の向上に関する取組、体育（保健体育）授業における指導方法の工夫・改善について教職員はどのように関わって進めていますか。

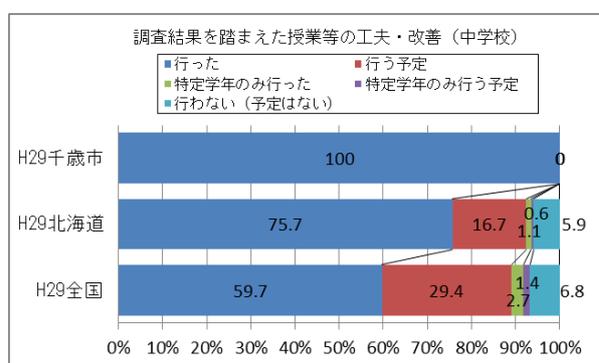
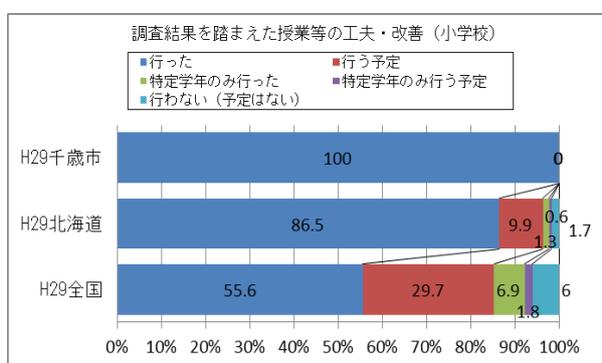


5 調査結果の活用

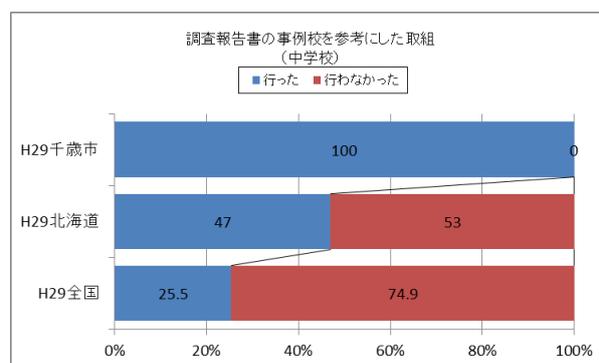
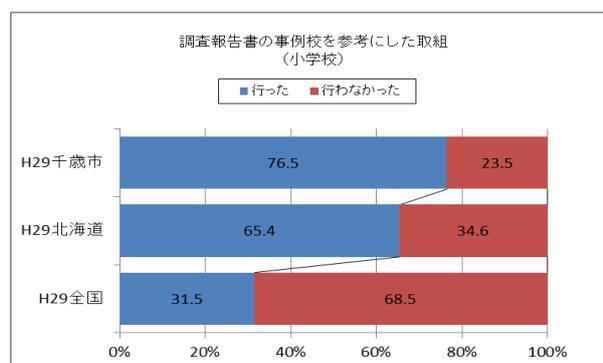
調査結果を踏まえた授業の工夫・改善については、「行った」と回答した学校の割合が小中学校ともに100%(前年度、小学校88.2%、中学校77.8%)であり、自校の課題解決に向けた取組を積極的に推進している状況が見られる。

また、調査報告書の事例校を参考にしてしている学校の割合については、小学校は前年度と変化は見られないが、中学校は100%となり効果的な体力づくりの情報を積極的に収集し、体力向上に取り組んでいる状況が見られる。

質問番号	質問事項
5	調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善を行いましたか。



質問番号	質問事項
小30・中36	調査報告書の事例校を参考にした取組を行いましたか。

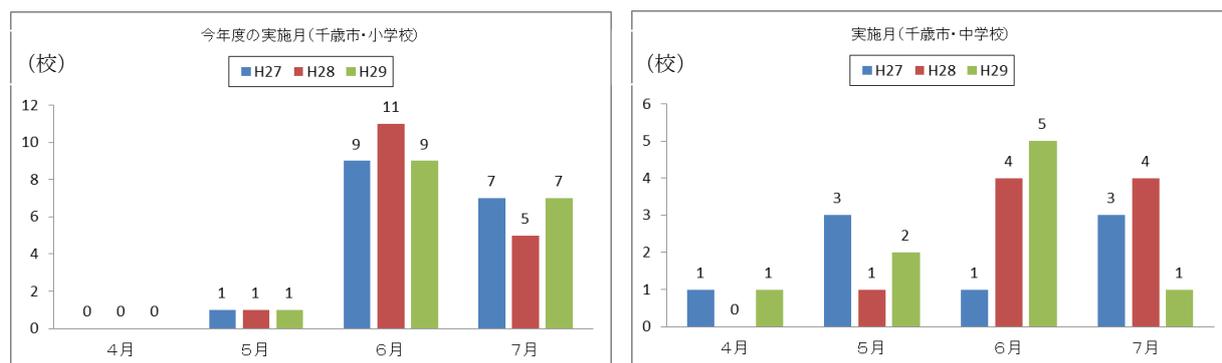


6 新体カテストの実施状況

新体カテストの実施時期については、小学校では6月実施の学校が9校、7月実施の学校が7校で運動に適した気候となり体を動かす機会が多くなる時期に実施している。中学校は、6月及び7月に実施した学校は6校と前年度より2校減少した。

新体カテストの実施学年については、小学校では、第5学年以外の学年の実施率が伸びており、全国に近づいている。

質問番号	質問事項
小33・中39	新体カテストの実施月



質問番号	質問事項
小34 中40	今年度の実施学年(小学校) ※複数回答

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
H29 千歳市	64.7%	64.7%	70.6%	82.4%	100.0%	76.5%
H28 千歳市	52.9%	52.9%	64.7%	70.6%	100.0%	70.6%
H27 千歳市	47.1%	47.1%	52.9%	64.7%	100.0%	58.8%
H29 北海道	81.1%	81.7%	83.6%	86.3%	97.7%	87.4%
H29 全国	76.1%	78.2%	81.0%	85.7%	99.4%	88.7%

質問番号	質問事項
中37	今年度の実施学年(中学校) ※複数回答

	1年	2年	3年
H29 千歳市	88.9%	100.0%	77.8%
H28 千歳市	100.0%	100.0%	100.0%
H27 千歳市	100.0%	100.0%	100.0%
H29 北海道	93.4%	99.6%	92.5%
H29 全国	93.7%	99.5%	94.1%

VIII 今後の取組

千歳市学校教育基本計画は、生涯にわたって自己実現を図る基盤である「健やかな身体」を育成するため、「体力・運動能力の向上」「食育の推進」「健康教育の推進」の3施策を推進することとしている。

「健やかな身体」を育成するためには、児童生徒が発達段階に応じて健康や食に対する正しい知識を身に付け、健康の保持増進を図るための実践力を培い、運動や外遊び・スポーツの楽しさを実感し、運動習慣の定着や生活習慣の改善に自ら取り組んでいけるようにすることが大切である。

そのため、千歳市における今後の取組については、実技調査の結果にのみ着目するのではなく、児童生徒の健やかな身体の育成という大きな視点でとらえていく必要がある。

1 新体力テストの種目を活用した体力づくりの推進

児童生徒の体力・運動能力の向上を図っていくためには、体力テスト等で得られた客観的なデータを基に児童生徒の体力水準を捉え、体力向上に向けての具体的な目標を設定し、学校全体としての取組を進めるとともに、児童生徒が自分の体力水準を知り、目標をもって運動や生活習慣の改善に取り組む態度を育んでいくことが大切である。

そのため、本市では、小学校における新体力テストの実施学年の拡大を目指してきているが、本年度も第5学年以外の学年を対象に新体力テストを実施している学校の増加が見られ、改善が着実に図られている。

今後も、市内全ての小中学校において全学年で新体力テストを実施し、その結果を記録して家庭や児童生徒にフィードバックし、児童生徒の健康に対する意識を高め、運動習慣や生活習慣の改善につなげていく取組を進めていくこととする。

2 体育・保健体育の授業の改善

本年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、「体育・保健体育の授業が楽しい」と回答した児童生徒の割合が低下し、特に、中学校女子は、9.5%の減少となった。同調査のクロス集計からは、体育・保健体育の授業が「楽しい」と捉えている児童生徒の体力合計点は全国平均を大きく上回ることが明らかになっており、児童生徒の体力の向上を図る上で「楽しい体育・保健体育の授業づくり」の取組は重要である。

また、反復横とびの動きを覚えるためのコーナーを設置し、日常的に体の動かし方を覚えることができる取組を行っている小学校では、児童の反復横とびの平均点が男女ともに伸びており、体の動かし方のコツを理解せさることが、運動能力の向上につながるととらえることができる。

このため「楽しい体育・保健体育の授業」「体の動かし方のコツがわかる体育・保健体育の授業」を改善の視点として授業改善の取組を進めていくこととする。

3 「1校1実践」の推進

市内の各学校においては体育・保健体育の授業だけでなく、「全校なわとび」「サーキットトレーニング」「休み時間の外遊び週間」「体力強化月間」など学校の創意工夫を生かした体力づくりの取組を教育課程に位置づけ、子どもたちの体力づくりを推進してきている。

今後においても、各学校が児童生徒や地域の実態を踏まえた「1校1実践」に取り組み、体力の向上や運動習慣の定着を目指すこととする。

なお、これまで参加を働きかけてきた北海道教育委員会主催の「どさん子元気アップチャレンジ」については、種目が短縄とびの1種目のみとなり長縄とびや持久走に取り組んでい

きている学校は参加しづらい状況となったが、これまで同様、「どさん子元気アップチャレンジ」の周知を図り積極的な参加を促すとともに、「1校1実践」の取組として短縄跳びとびを実施している学校に対しては、積極的に学校で実施した記録を北海道教育委員会に登録し、児童生徒に目標を持たせ、日常的に運動に取り組む意欲や態度を育てていくよう働きかけていくこととする。

4 「コーディネーション運動」の推進

千歳市教育委員会は、平成25年度から楽しみながら体をコントロールする力(リズムやバランス能力など)を養うコーディネーション運動の普及活動に取り組んでおり、市内の多くの小学校では、体力づくりの全体計画に位置付けるとともに体育の授業にコーディネーション運動を取り入れている。

コーディネーション運動の普及活動を開始する前の「平成25年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、小学生の体力合計点は、全国を50とする数値で男子が47.9ポイント、女子が45.7ポイントであったが、以後、男子は48.8→50.1→49.9→51.0と全国水準に達し、女子も47.8→48.5→49.2→48.9と導入前の体力合計点を上回る状況が続いている。

各校の継続的な実践が「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の実技結果の伸びにつながることを期待できることから、今後もコーディネーション運動を体育の授業に取り入れる取組を積極的に進めていくこととする。

5 「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」の成果の普及

本市では、平成27年度から「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」をスタートさせ、小学校2校、中学校1校を実践校として指定し、新体力テストの実施方法の改善に向けた実践研究を行っている。これまで、指定を受けた実践校においては、男女の体力合計得点の伸びが見られ大きな成果を上げている。

これら実践指定校の成果は、大きく3つの取組によるものである。一つ目は、体育科授業の改善、練習環境の整備、自ら体力づくりに取り組む意欲の喚起などの「事前の指導の充実」である。二つ目は、準備運動による十分な体温の上昇や分かりやすい説明と練習時間の確保、互いに励まし合って記録に挑戦する意欲の喚起などの「直前の指導の充実」である。三つめは、測定計画の工夫改善や測定器具の点検管理など体力テスト担当者による全校体制での計画的な取組による「正確な測定」である。指定校のこれらの実践を市内各校に普及し、「新体力テスト」に関する取組の一層の充実を図るとともに、実践校に指定された学校については、指定期間を終えた後も、研究の成果を継承し児童生徒の体力・運動能力の向上が図られるよう支援していくこととする。

6 望ましい生活習慣や運動習慣の形成

児童生徒の規則正しい生活習慣や食習慣・運動習慣は、学校だけで身に付けられるものではなく、学校と家庭が共通の認識に立ち、連携して取り組むことが必要である。特に、「早寝早起き朝ごはん」の習慣を家庭においてしっかりと身に付けることが求められる。

また、運動をする児童生徒としない児童生徒の二極化が見られる中、家の手伝い、ウォーキング、縄跳びなど、手軽な運動に取り組むことは、運動習慣を形成する上で有効である。

望ましい生活習慣の形成については、千歳市学力向上検討委員会でも提言され、教育委員会日より「からふる」においても小中学生の家庭への啓発を進めてきているが、今後も千歳市PTA連合会と連携を図り、望ましい生活習慣とともに運動習慣の形成を目指す運動を進めていくこととする。