

平成 30 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

調査の概要	．．．．． P	1
用語解説と説明	．．．．． P	2
結果の要約	．．．．． P	3
実技調査の結果	．．．．． P	7
1 小学校		
2 中学校		
体格と肥満度に関する調査結果	．．．．． P 1	1
1 小学校		
2 中学校		
児童生徒質問紙調査の結果	．．．．． P 1	3
1 生活習慣の状況		
(1) 小学校		
(2) 中学校		
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		
学校質問紙調査の結果	．．．．． P 2	4
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		
今後の取組	．．．．． P 3	0

平成 30 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

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 30 年 4 月から平成 30 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	389	449	9	341	369
北 海 道	875	12,182	11,862	523	11,408	10,932
全 国	19,855	501,870	483,717	9,965	434,083	419,330

用語解説と説明

体力テスト種目	単位	体力要素	測定
握力	kg	筋力	左右握力の平均値。
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。
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。
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。
20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数。
50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間。
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。
ソフトボール投げ	m	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	m	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

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、前年度同様、全国より1.0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、立ち幅とび、ソフトボール投げの6種目である。
- ・50m走のT得点は46.4となり、全国との差が広がった。上体起こしは53.0と前年度より2.9ポイント上回り、全国を3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48.9に対して本年度は50.2と、本調査の悉皆実施以降、はじめて全国を上回った。
- ・種目別では、握力、上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げの5種目が全国を上回り、前年度3種目より、2種目多く全国を上回った。
- ・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、立ち幅とびの5種目であり、昨年度(2種目)より3種目増加した。
- ・50m走のT得点は46.6となり、男子同様全国との差が広がった。上体起こしはT得点で50.9と前年度より2.7ポイント、立ち幅とびは50.4と1.3ポイント上回り、いずれもはじめて全国を上回った。

【中学校男子】

- ・体力合計点は、T得点で51.6と前年度を1.8ポイント上回り、全国を1.6ポイント上回った。
- ・種目別に全国を上回ったのは握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅とび、ハンドボール投げの5種目であり、前年度(3種目)より2種目増加した。
- ・全8種目中全ての種目で全道を上回った。(昨年5種目)
- ・下降傾向が続いた長座体前屈は昨年より2.8ポイント上回り、全国を上回った。

【中学校女子】

- ・体力合計点は、T得点で49.4と前年度を2.5ポイント上回り、全国平均に届かなかったものの、その差は0.6ポイント(前年度3.3ポイント)に縮まった。
- ・種目別に全国を上回ったのは握力、長座体前屈、ハンドボール投げの3種目(昨年1種目)であり、上体起こしは全国と同様である。
- ・全8種目中全ての種目で全道を上回った。(昨年2種目)
- ・全ての種目で前年度を上回った。反復横とびは、T得点で48.0と全国を下回るが、昨年より4.9ポイント上回った。

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、身長は前年度同様、体重は0.32kg下回った。全国との比較では、身長は0.39cm、体重は0.36kg上回った。全道との比較では身長は0.21cm、体重は1.16g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2.1%減少したが(前年13.4%、本年度11.3%)全国よりも0.7%高い。全道との比較では4.5%低い。
- ・「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0.9%増加し、全国より2.0%、全道より2.5%高い。

【小学校女子】

- ・前年度との比較では、身長は前年度同様、体重は0.57kg 下回った。全国との比較では、身長は0.41cm、体重は0.20kg 上回った。全道との比較では、身長は0.37cm、体重は1.05kg 下回った。
- ・肥満傾向児の割合は、前年度より1.4%減少したが(前年10.2%、今年度8.8%)、全国よりも0.9%高い。全道との比較では2.3%低い。
- ・痩身傾向児の割合は前年度より0.2%増加したが、全国より0.3%、全道より0.1%高い。

【中学校男子】

- ・前年度との比較では、身長は前年度同様、体重は0.25kg 上回った。全国との比較では、身長が0.97cm、体重は0.87kg 上回った。全道との比較では身長は0.24cm、体重は1.19kg 下回った。
- ・肥満傾向児は前年度より1.4%減少し(前年9.3%、今年度7.9%)、全国よりも0.1%高く、全道より3.2%低い。
- ・痩身傾向児は、前年度と同様であり、全国よりも0.4%、全道より0.8%高い。

【中学校女子】

- ・前年度との比較では、身長は0.72cm、体重は0.99kg 上回った。全国との比較では、身長は0.75cm、体重は0.47kg 上回った。全道との比較では、身長は0.39cm 上回り、体重は0.3kg 下回った。
- ・肥満傾向児は前年度より0.9%増加し(昨年5.5%、今年度6.4%)、全国よりも0.2%高く、全道より1.7%低い。
- ・痩身傾向児は、前年度より0.4%増加し、全国よりも0.1%低く、全道より0.1%高い。

3 児童・生徒質問紙調査

【小学校】

- 生活習慣の状況については、
 - ・毎日、朝食を食べていると回答した児童の割合は、男子は全国を0.8ポイント上回っているが、女子は全国を7.2ポイント下回っている。
 - ・毎日、夕食を食べていると回答した児童の割合は、男子は95.9%で全国と同様であるが、女子は、94.2%で2.3ポイント全国を下回っている。
 - ・睡眠時間については、8時間以上睡眠をとっていると回答した児童の割合は、男子は78.6%(全国比+8.6)、女子は77.0%(全国比+1.4)で男女共に睡眠時間は長い。
 - ・テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面の視聴については、3時間以上見ていると回答した児童の割合は、男子が全国を2.7ポイント上回っており、女子は全国を7.2ポイント上回っている。
- 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、男子は前年度を下回り全国との差が広がったが、女子は増加傾向が続いており、全国との差が縮まっている。
- 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、男子は全国と同様であり、女子は全国を1.7ポイント上回っている。
- 体育の授業については、
 - ・体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した男女共に9割を超え全国を上回っている。
 - ・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、男女共に全国を下回っている。

- ・授業の最後に振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、男女共に全国を大きく下回っている。
- ・体育の授業で「話し合う活動を行っている」と回答した児童の割合は、男女共に全国を下回っている。

【中学校】

- 生活習慣の状況については、
 - ・毎日、朝食を食べていると回答した生徒の割合は、男子は 2.9 ポイント、女子は 3.0 ポイント全国を下回っている。
 - ・毎日、夕食を食べていると回答した生徒の割合は、男子は 0.7 ポイント全国を上回っているが、女子は、1.8 ポイント全国を下回っている。
 - ・睡眠時間については、7 時間以上睡眠をとっていると回答した生徒の割合は、男子は全国を 8.6 ポイント上回り、女子は 1.4 ポイント上回っており、男女共に睡眠時間は長い。
 - ・テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面の視聴時間については、3 時間以上見ていると回答した生徒の割合は、男子が全国を 3.4 ポイント上回っており、女子は 6.1 ポイント上回っている。
- 運動習慣の状況については、
 - ・男女ともに水曜日、土曜日以外の曜日の運動時間は全国を上回り、1 週間の総運動時間は、男女共に全国より長い。
 - ・運動部やスポーツクラブに所属については、男子は前年度より減少が見られ全国との差が広がったが、女子は増加傾向が続いている。部活動に所属しない生徒の割合は、全国と比較して高い状況が続いている。
- 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、男女共に増加しており、全国と同様である。
- 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 9 割を超え、全国を上回っている。
 - ・授業の初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を上回っている。
 - ・授業の最後に振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、男女共に増加しており、男子は全国を上回り、女子は全国との差を縮めている。
 - ・保健体育の授業で「話し合う活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男女共に全国を上回っている。

4 学校質問紙調査

- 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定については、
 - ・「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・中学校共に 100%で、全校体制で積極的に取組を進めている。
 - ・運動が苦手な児童・生徒への対応を進めている学校の割合は、小学校は前年度と同様の 82.4%、中学校は前年度より 11.1%増加し 100%となっている。
- 体育（保健体育）授業での取組については、
 - ・市内のすべての小・中学校が「授業の目標を児童に示す活動を取り入れている」と回答している。また、「授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている」と回答した学校の割合は、小学校の 100%に対して、中学校は、前年度より 11.2%減少し 88.8%である。
 - ・「体育の授業で児童（生徒）同士で話し合う活動を取り入れている」と回答した学校の割合は、小学校が 87.5%、中学校が 100%である。
 - ・体育（保健体育）の授業の取組については、児童質問紙の結果と学校質問紙の結果が異なり、児童と学校の意識の差が見られるが、小学校については、児童と学校の意識の差は依然として大きい、中学校については、生徒と学校の意識の差は解消されてきている。

- 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く、取組内容は小・中学校共に「縄跳び」が最も多い。
- 学校の組織体制については
 - ・小・中学校共に、全て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確保している。体力・運動能力の向上の取組や授業改善についても、全教職員で進めている学校が、小学校が94.1%、中学校が66.7%であり、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・改善を行っている」と回答した学校の割合が、小・中学校共に100%であり、「調査報告書の事例校を参考とした取組を行っている」と回答した学校の割合も、小学校が70.6%、中学校が100%と全国を大きく上回っており、市内の小・中学校においては、効果的な体力づくりの情報を積極的に収集しながら、自校の課題解決に向けた取組を積極的に進めている状況が見られる。

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、ソフトボール投げの6種目は全国平均を上回った。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種目中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)が全国を上回った。全国を上回った種目の中で、握力、立ち幅とび、ソフトボール投げは安定した力が身についていると考えられる。さらに上体起こし、反復横とび、20mシャトルランについても2年連続全国を上回り、各校において体力・運動能力向上に向けた取組が定着してきたことが窺える。一方、前年度に比べ、長座体前屈は1.4ポイント、50m走については1.8ポイント下回り、全国との差が広がった。柔軟性、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それぞれ増加し、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

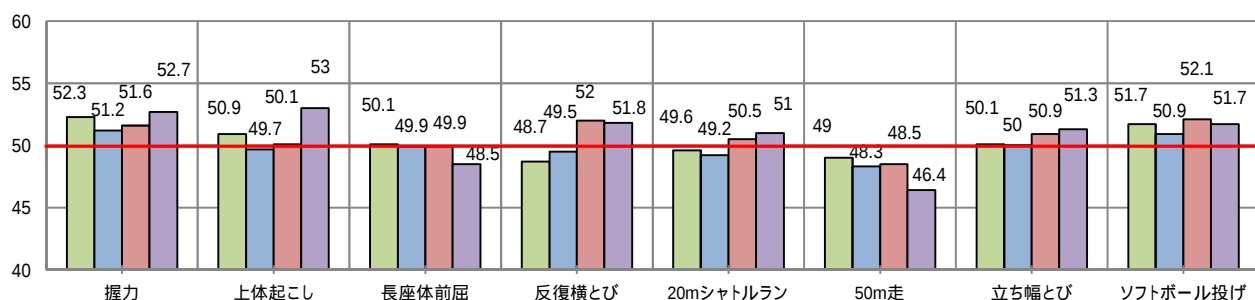
■ 全国を上回る

■ 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	H29	17.12	19.97	33.08	43.51	53.25	9.51	153.77	24.28	55.07
	H30	17.55	21.73	32.08	43.54	54.17	9.72	155.08	23.51	55.11
北海道	H30	17.42	19.92	33.17	42.80	49.76	9.65	152.20	22.76	53.98
全 国	H30	16.54	19.95	33.31	42.10	52.15	9.37	152.24	22.15	54.21
千歳市 T得点	H29	51.6	50.1	49.9	52.0	50.5	48.5	50.9	52.1	51.0
	H30	52.7	53.0	48.5	51.8	51.0	46.4	51.3	51.7	51.0

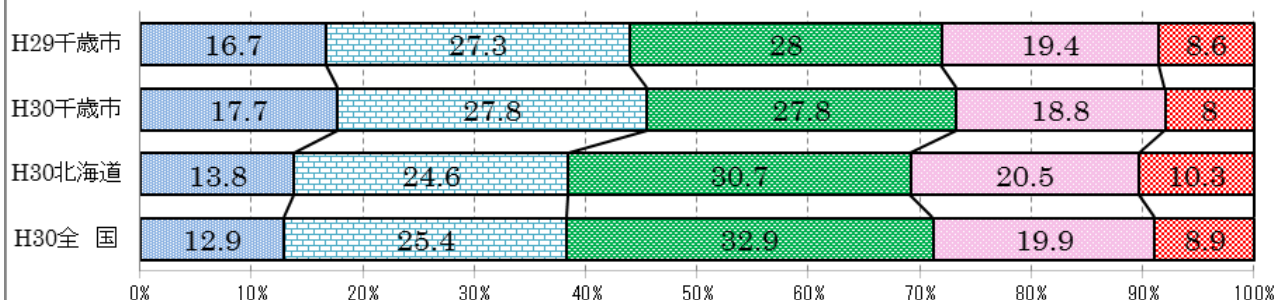
小学校男子のT得点の経年変化

■ H27千歳市 ■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 — 全国



小学校男子の総合評価

■ A ■ B ■ C ■ D ■ E



(2) 女子

握力、上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げの5種目は全国平均を上回った。体力合計点は、全国平均を50としたT得点で50.2であり、本調査の悉皆実施以降、はじめて全国を上回った。

女子は、8種目中5種目（握力、上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げ）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、全国に達しなかったものの、全国50としたT得点で長座体前屈が49.6、20mシャトルランは49.1であり、全国との差が縮まった。反復横とび、20mシャトルランは4年連続上昇し、取組の成果があらわれてきている。一方、50m走については、前年度を1.8ポイント下回り、全国との差は広がった。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・B段階の児童の割合がそれぞれ増加し、D・E段階の児童がいずれも減少した。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

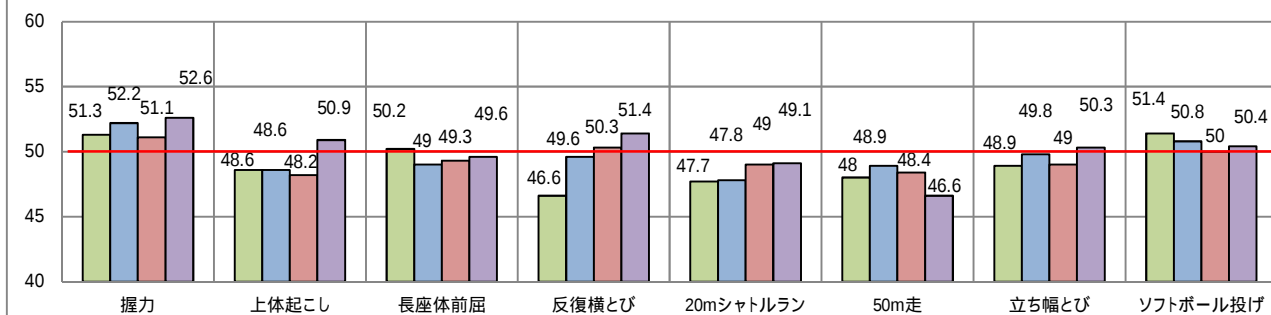
■ 全国を上回る

■ 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	H29	16.55	17.82	36.84	40.28	39.95	9.74	143.99	13.96	54.75
	H30	17.14	19.45	37.27	41.36	40.30	9.89	146.58	13.96	56.05
北海道	H30	16.99	18.73	37.44	41.01	39.28	9.83	145.92	14.29	55.58
全 国	H30	16.15	18.96	37.62	40.32	41.88	9.60	145.94	13.77	55.90
千歳市 T得点	H29	51.1	48.2	49.3	50.3	49.0	48.4	49.0	50.0	48.9
	H30	52.6	50.9	49.6	51.4	49.1	46.6	50.3	50.4	50.2

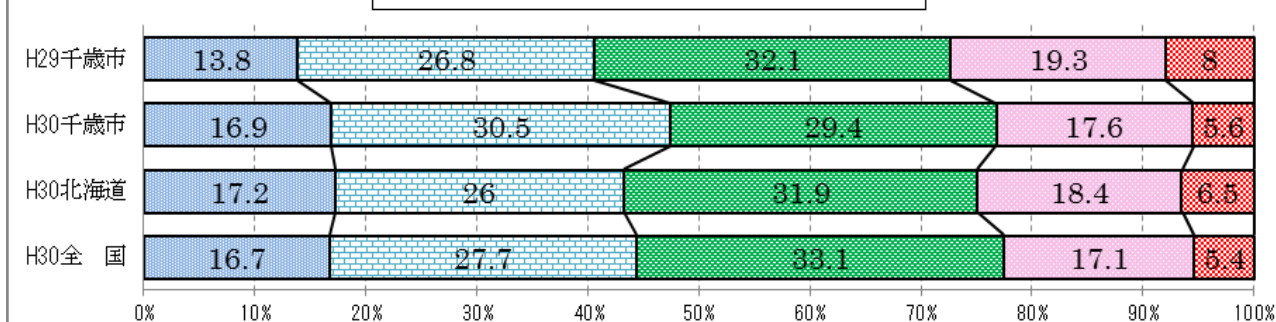
小学校女子のT得点の経年変化

■ H27千歳市 ■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 — 全国



小学校女子の総合評価

■ A ■ B ■ C ■ D ■ E



2 中学校

(1) 男子

握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅とび、ハンドボール投げの5種目は、全国を上回った。体力合計得点は、全国を50としたT得点で51.6であり、全国を上回っている。

男子は、8種目中5種目（握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅とび、ハンドボール投げ）が全国を上回った。また、全ての種目で全道を上回った。T得点を見ると、握力、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの7種目は前年度を上回った。下降傾向が続いた長座体前屈は、前年度を2.8ポイント上回り、全国を上回ったが、反復横とびはわずかながら下降傾向が続いている。20mシャトルランは前年度を1.0ポイント上回り、50m走では0.4ポイント上回り、全国との差は縮まったが、依然として全身持久力、疾走能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，B段階の生徒の割合は前年度に比べそれぞれ増加し、D，E段階の割合はいずれも減少した。特にA段階は6％と大幅に増加し、D段階は5.2％減少して総合評価は全国より高い結果となっている。

中学校男子の実技の結果

■ 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)	ハンドボール 投げ(m)	合計得点
千歳市	H29	30.12	27.89	41.21	51.33	82.75	8.14	194.15	20.60	41.91
	H30	30.70	29.25	44.35	51.60	85.24	8.10	197.44	21.42	43.98
北海道	H30	29.88	26.82	41.86	51.04	81.26	8.18	195.61	20.47	41.32
全国	H30	28.84	27.36	43.44	52.24	86.06	7.99	195.62	20.55	42.32
千歳市 T得点	H29	51.7	50.7	48.1	49.3	48.7	48.3	49.9	50.1	49.8
	H30	52.6	53.1	50.9	49.2	49.7	48.7	50.6	51.5	51.6

中学校男子のT得点の経年変化

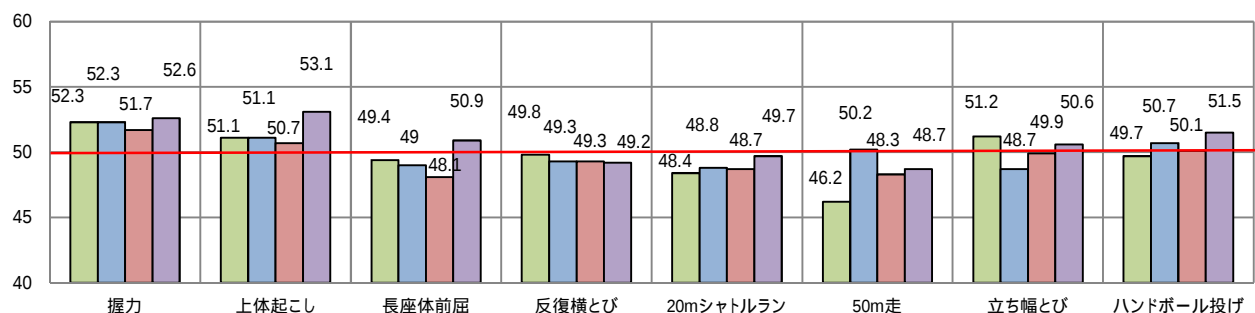
■ H27千歳市

■ H28千歳市

■ H29千歳市

■ H30千歳市

— 全国



中学校男子の総合評価

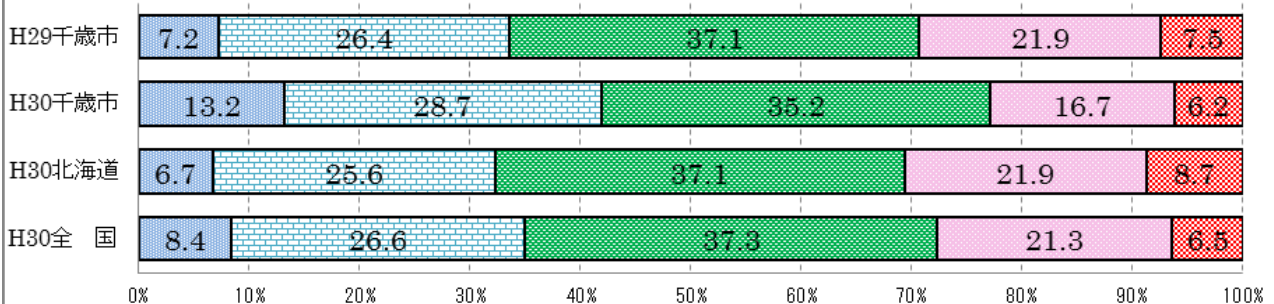
■ A

■ B

■ C

■ D

■ E



(2) 女子

握力、長座体前屈、ハンドボール投げの3種目で全国を上回った。上体起こしは全国と同様である。全ての種目で前年度を上回った。体力合計得点は全国を50としたT得点で、49.4であり、全国との差は縮まった。

女子は、8種目中3種目（握力、長座体前屈、ハンドボール投げ）が全国平均を上回り、1種目（上体起こし）が全国同様であった。また、全ての種目で前年度のT得点を上回り、全ての種目で全道平均を上回った。全国との差が大きかった反復横とびは、前年度を4.9ポイント上回り、全国との差は縮まった。20mシャトルラン、50m走についても前年度を上回っているが、依然として敏捷性、全身持久力、疾走能力の向上が課題である。

総合評価については、運動能力の高いA、Bの段階の生徒の割合がそれぞれ増加し、D、Eの段階の生徒の割合がいずれも減少した。特にAの段階は7.1%増加し、Dの段階が6.5%減少して全国の5段階の分布に近づいた。

中学校女子の実技の結果

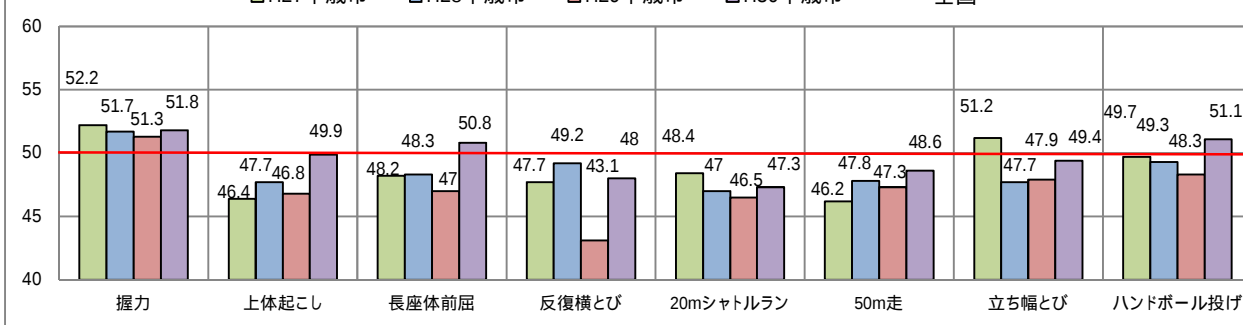
■ 全国を上回る

■ 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)	ハンドボール 投げ(m)	合計得点
千歳市	H29	24.44	21.87	42.94	42.08	51.99	9.02	163.52	12.24	46.35
	H30	24.70	23.81	46.97	45.99	54.30	8.89	168.81	13.43	50.00
北海道	H30	23.83	22.14	44.60	45.57	52.25	9.04	165.60	12.53	47.22
全 国	H30	23.87	23.87	46.22	47.37	59.87	8.78	170.26	12.98	50.61
千歳市 T得点	H29	51.3	46.8	47.0	43.1	46.5	47.3	47.9	48.3	46.7
	H30	51.8	49.9	50.8	48.0	47.3	48.6	49.4	51.1	49.4

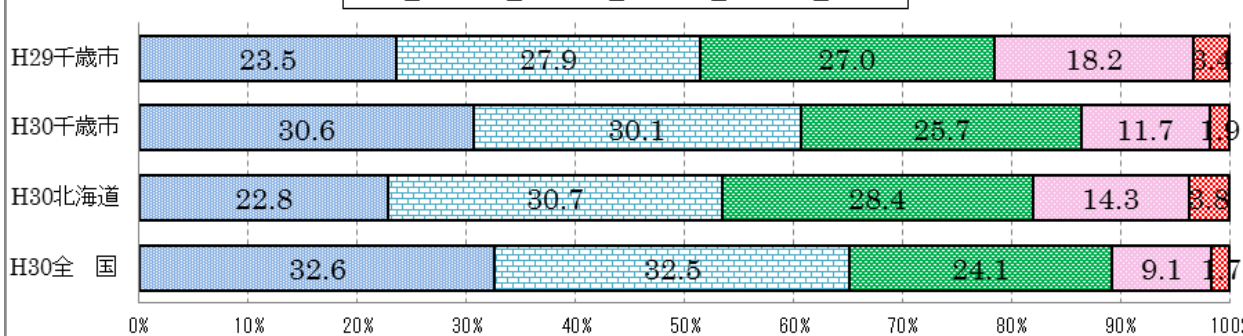
中学校女子のT得点の経年変化

■ H27千歳市 ■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 — 全国



中学校女子の総合評価

■ A ■ B ■ C ■ D ■ E



体格と肥満度に関する調査結果

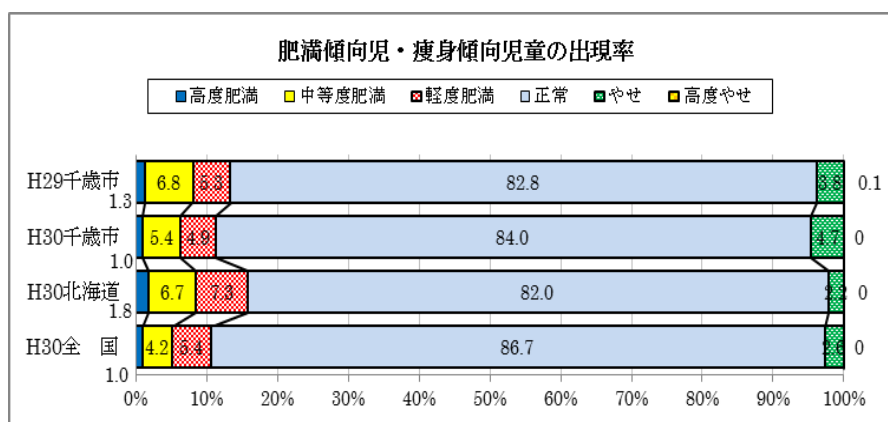
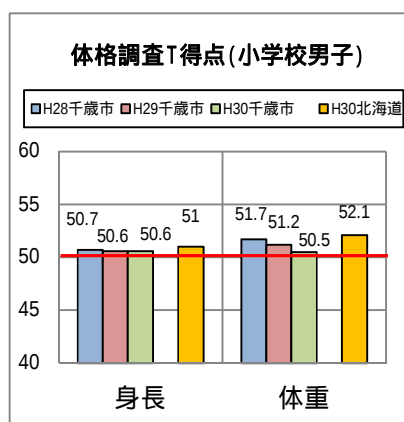
1 小学校

(1) 男子

前年度との比較では、身長は同様、体重は0.32 kg下回った。全国との比較では身長は0.39cm、体重は0.36kg 上回った。全道との比較では身長は0.21 kg、体重は1.16 kg下回った。肥満傾向児の割合は、前年度より2.1%減少したが、全国より0.7%高い。全道との比較では4.5%低い。痩身傾向児の割合は前年度より0.9%増加し、全国より2.0%、全道より2.5%高い。

【小学校男子の体格と肥満・痩身の状況】

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率					
		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	H29	139.24	34.88	1.3	6.8	5.3	82.8	3.8	0.0
	H30	139.31	34.56	1.0	5.4	4.9	84.0	4.7	0.0
北海道	H30	139.52	35.72	1.8	6.7	7.3	82.0	2.2	0.0
全 国	H30	138.92	34.20	1.0	4.2	5.4	86.7	2.6	0.1

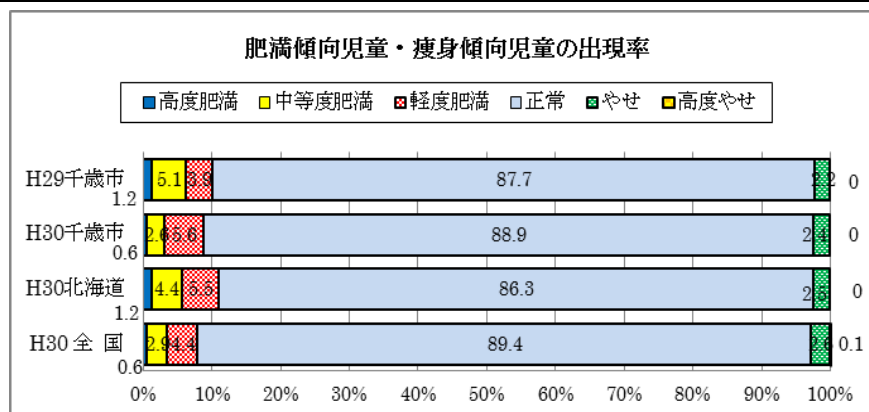
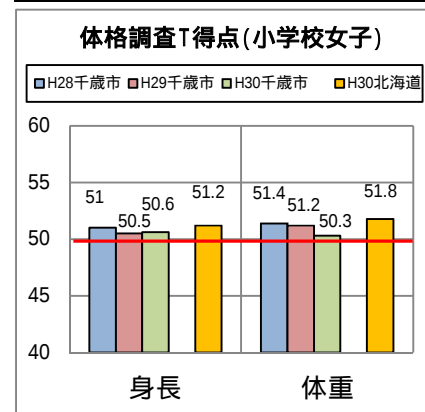


(2) 女子

前年度との比較では、身長は同様、体重は0.57 kg下回った。全国との比較では、身長は0.41cm、体重は0.20kg 上回った。全道との比較では、身長は0.37 cm、体重は1.05 kg下回った。肥満傾向児の割合は、前年度より1.4%減少したが、全国より0.9%高い。全道との比較では2.3%低い。痩身傾向児の割合は前年度より0.2%増加したが、全国より0.3%、全道より0.1%低い。

【小学校女子の体格と肥満・痩身の状況】

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率					
		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	H29	140.43	34.77	1.2	5.1	3.9	87.7	2.2	0.0
	H30	140.50	34.20	0.6	2.6	5.6	88.9	2.4	0.0
北海道	H30	140.87	35.25	1.2	4.4	5.5	86.3	2.5	0.0
全 国	H30	140.09	34.00	0.6	2.9	4.4	89.4	2.6	0.1



2 中学校

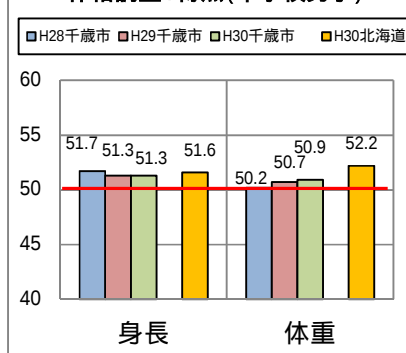
(1) 男子

前年度との比較では、身長は前年度同様、体重は0.25 kg上回った。全国との比較では身長は0.97cm、体重は、0.87kg 上回っている。全道との比較では身長は0.24 cm、体重は1.19 kg下回った。肥満傾向児は前年度より1.4%減少し、全国よりも0.1%高く全道より3.2%低い。痩身傾向児は、前年度と同様であり、全国よりも0.4%高く、全道よりも0.8%高い。

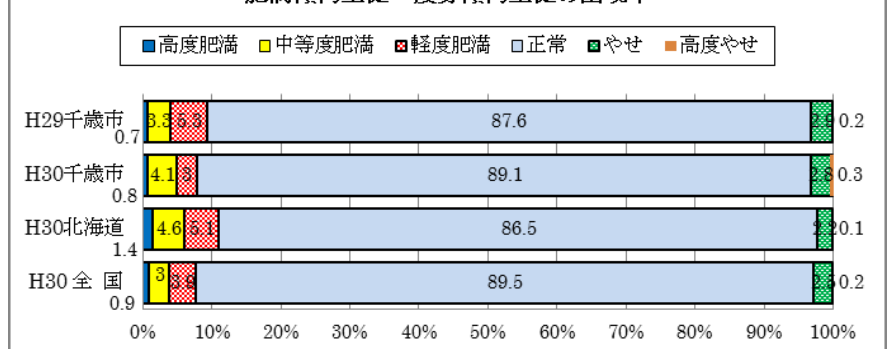
【中学校男子の体格と肥満・痩身の状況】

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率					
		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	H29	161.01	49.26	0.7	3.3	5.3	87.6	2.9	0.2
	H30	161.00	49.51	0.8	4.1	3.0	89.1	2.8	0.3
北海道	H30	161.24	50.70	1.4	4.6	5.1	86.5	2.2	0.1
全 国	H30	160.03	48.64	0.9	3.0	3.9	89.5	2.5	0.2

体格調査T得点(中学校男子)



肥満傾向生徒・痩身傾向生徒の出現率



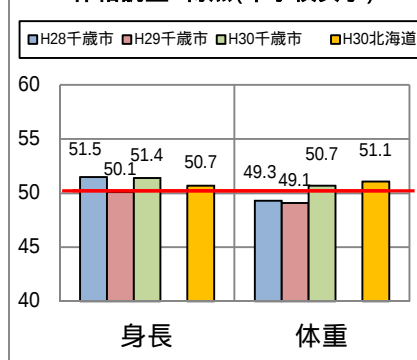
(2) 女子

前年度との比較では、身長は0.72 cm、体重は0.99 kg上回った。全国との比較では、身長は0.75cm、体重は、0.47kg 上回っている。全道との比較では身長は0.39 cm上回り、体重は0.3 kg下回った。肥満傾向児は前年度より0.9%増加し、全国より0.2%高く、全道より1.7%低い。痩身傾向児は、前年度より0.4%増加した。全国よりも0.1%低く、全道より0.1%高い。

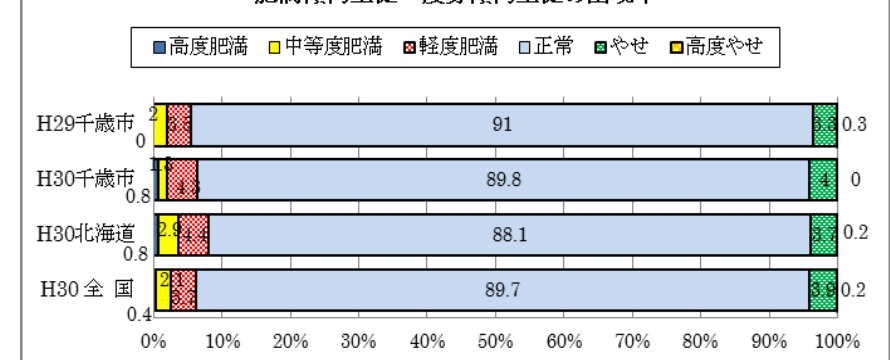
【中学校女子の体格と肥満・痩身の状況】

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率					
		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	H29	154.92	46.06	0.0	2.0	3.5	91.0	3.3	0.3
	H30	155.64	47.05	0.8	1.3	4.3	89.8	4.0	0.0
北海道	H30	155.25	47.35	0.8	2.9	4.4	88.1	3.7	0.2
全 国	H30	154.89	46.58	0.4	2.1	3.7	89.7	3.9	0.2

体格調査T得点(中学校女子)



肥満傾向生徒・痩身傾向生徒の出現率



児童生徒質問紙調査の結果

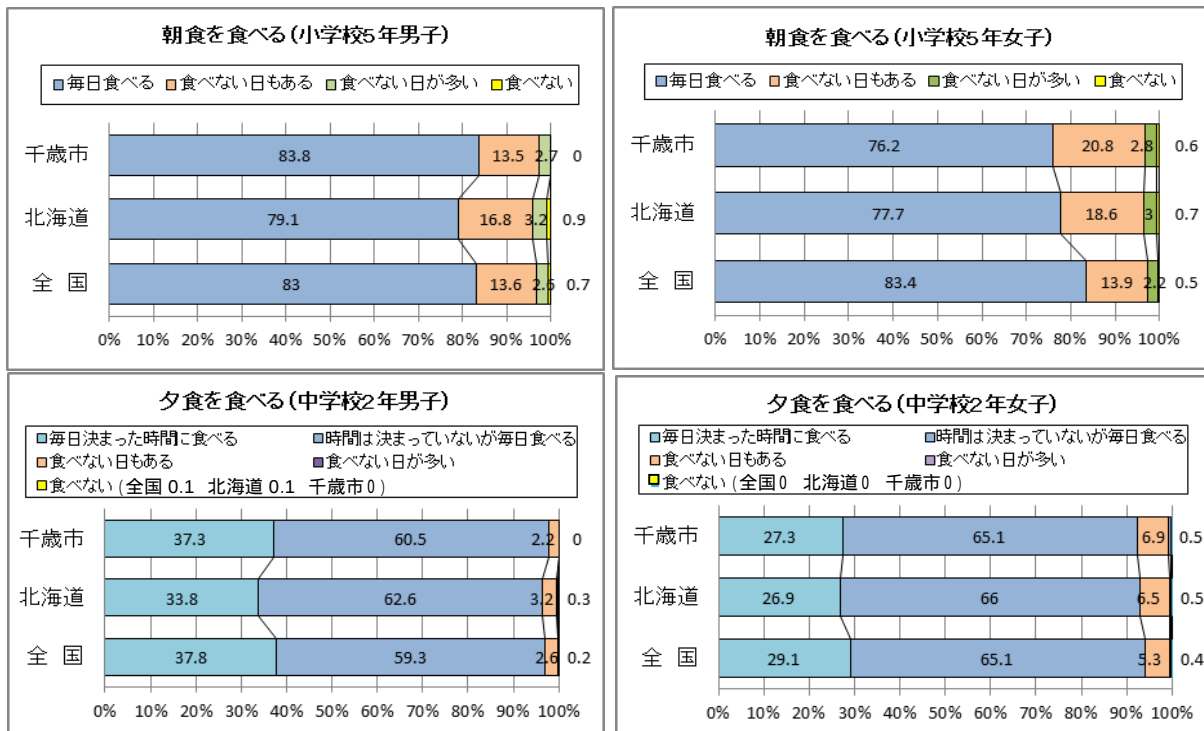
1 生活習慣の状況

(1) 小学校

質問番号	質 問 事 項
7	朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます。)
8	夕食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます。)

朝食を毎日食べている児童の割合は、男子は全国を0.8ポイント上回っているが、女子は全国を7.2ポイント下回っている。朝食を食べないと回答した児童の割合は、男子が0%、女子が0.6%である。

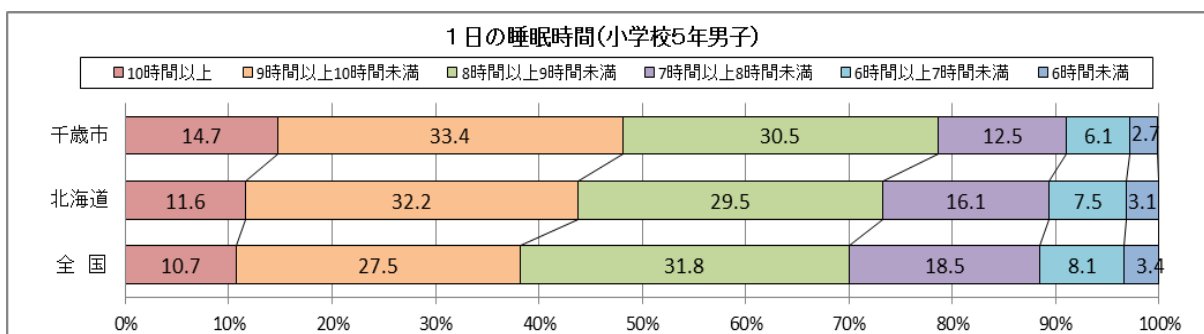
夕食を毎日食べている児童の割合については、男子は全国と同じ95.9%であるが、女子は94.2%で全国を2.3ポイント下回っており、男子の方が女子よりも朝食や夕食をしっかりとっている状況が見られる。

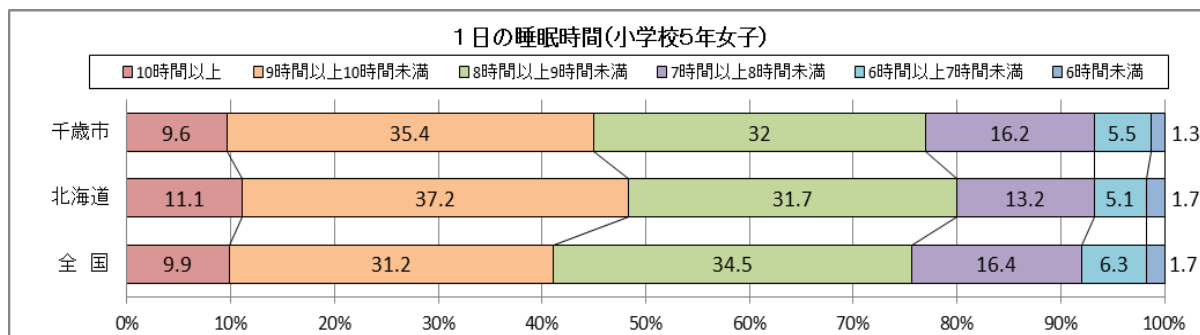


質問番号	質 問 事 項
9	毎日どのくらいねていますか。

8時間以上睡眠をとっている児童は、男子が78.6%で全国を8.6ポイント上回り、女子は77.0%で全国を1.4ポイント上回っている。

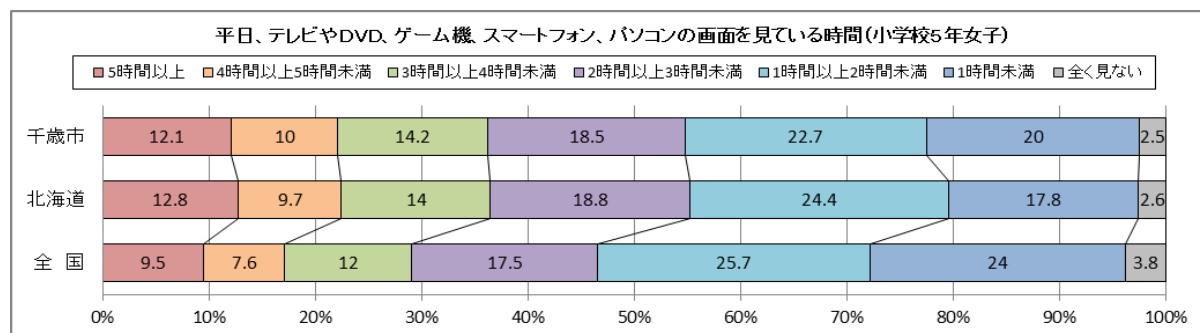
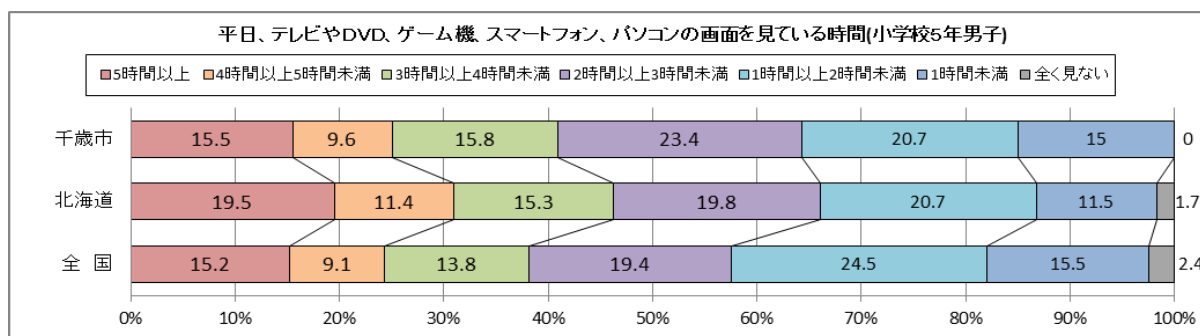
睡眠時間が6時間未満と少ない児童の割合についても、全国を下回っており、睡眠時間については良好な状況が見られる。





質問番号	質問事項
10	平日(月～金曜日) 1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている時間が3時間以上と回答した児童の割合は、男子が40.9%(全国38.1%)、女子が36.3%(全国29.1%)と、男女共に全国を上回っており、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴時間が長時間におよぶ児童が多い状況が見られ、女子よりも男子の方が視聴時間が長い傾向がみられる。

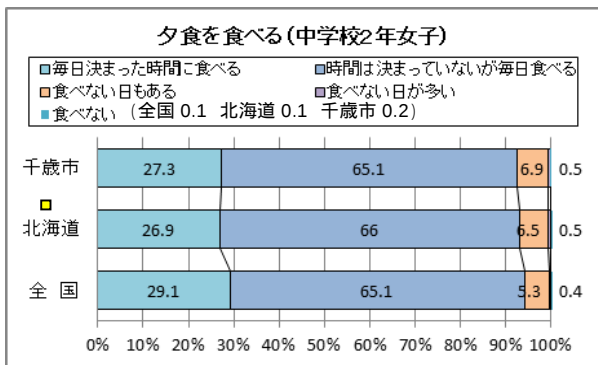
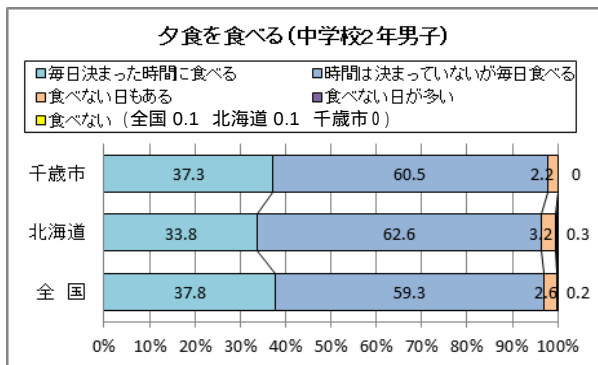
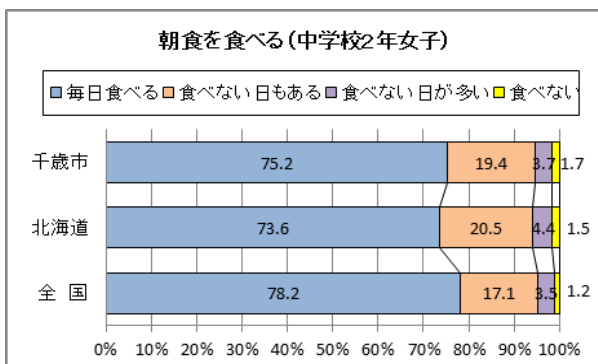
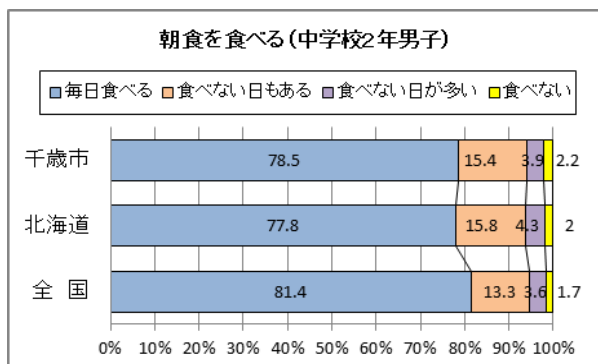


(2) 中学校

質問番号	質問事項
7	朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます。)
8	夕食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます。)

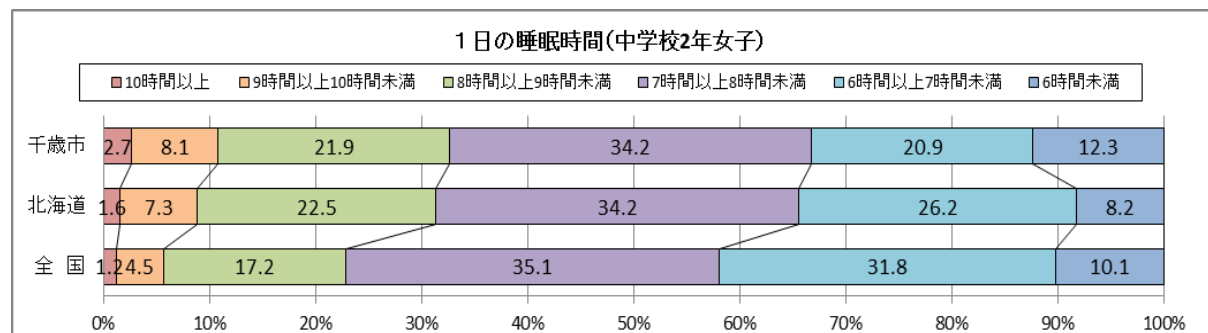
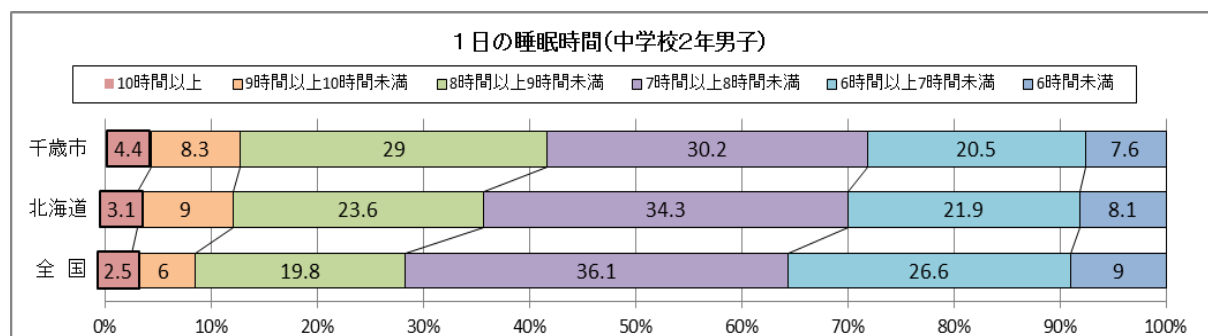
朝食を毎日食べると回答した生徒の割合は、男子は78.5%で全国より2.9ポイント低く、女子は75.2%で、全国より3.0ポイント低い状況となっている。朝食を食べないと回答した生徒の割合は、男子は2.2%、女子は1.7%であり、男子の方がやや多い状況が見られる。

夕食を毎日食べていると回答した生徒の割合は、男子は97.8%で全国を0.7ポイント上回っているが、女子は92.4%で全国を1.8ポイント下回っており、小学校と同様に男子の方が女子よりも朝食や夕食をしっかりとっている状況が見られる。



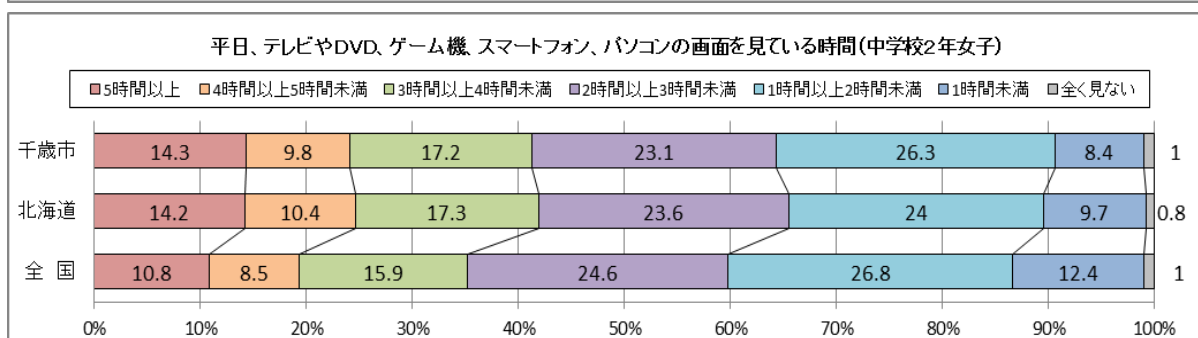
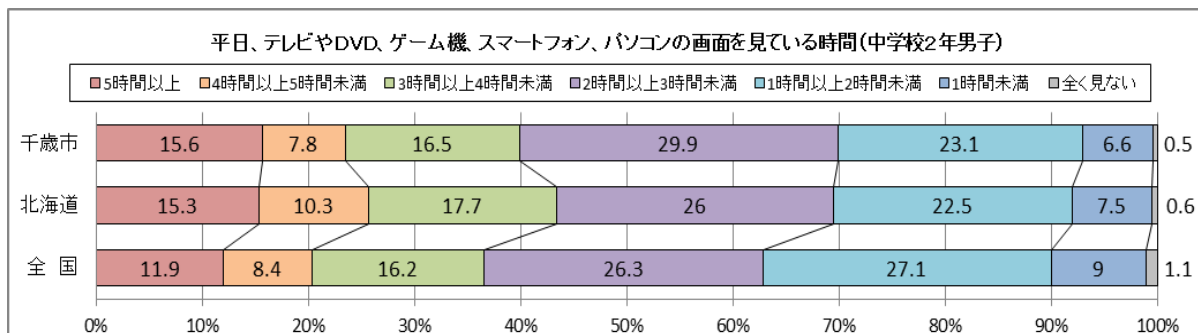
質問番号	質問事項
9	毎日どのくらいねていますか。

7時間以上睡眠をとっている生徒は、男子が71.9%で全国を7.5ポイント上回り、女子が66.9%で全国を7.9ポイント上回っており、全国と比較しても男女共に睡眠時間が長い状況が見られる。



質問番号	質 問 事 項
10	平日（月～金曜日）1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている時間が3時間以上と回答した生徒の割合は、男子が39.9%(全国36.5%)、女子が41.3%(全国35.2%)と、男女共に全国を上回っており、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴時間が長時間におよぶ生徒が多い状況が見られ、男子よりも女子の方が視聴時間が長い傾向がみられる。



2 運動習慣の状況

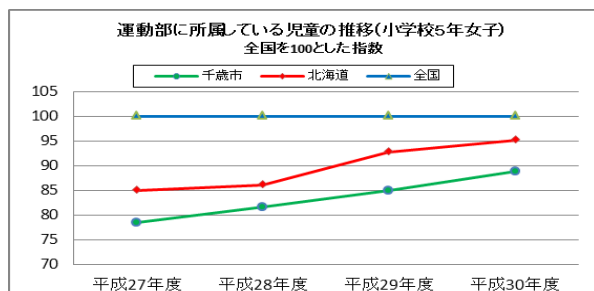
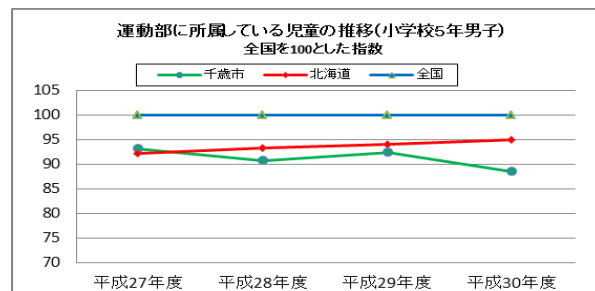
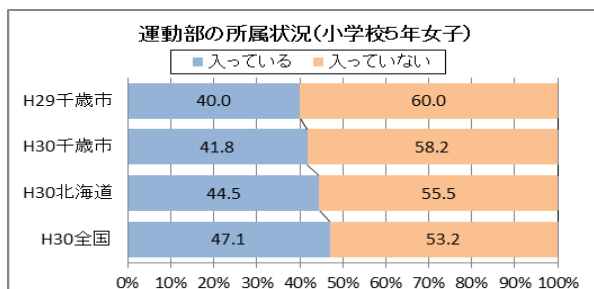
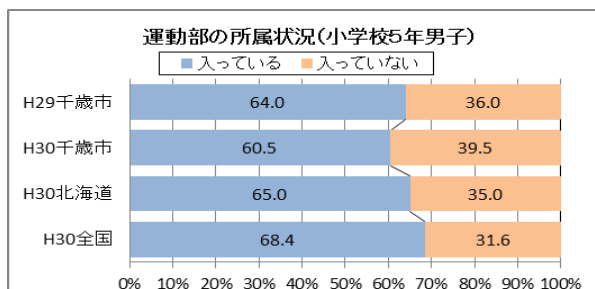
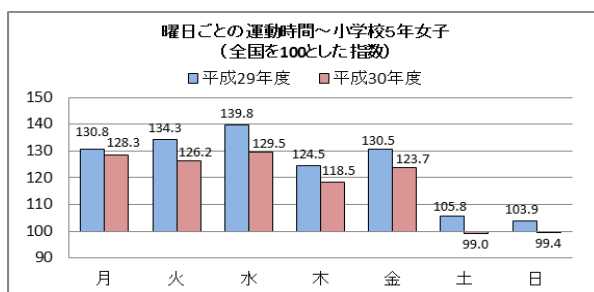
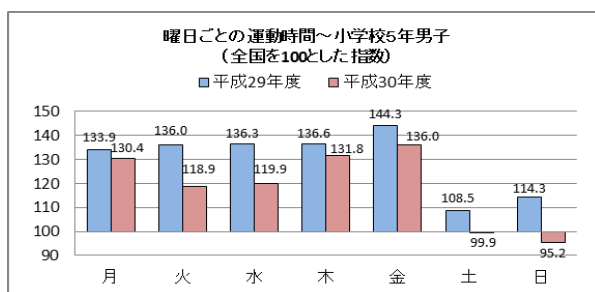
(1) 小学校

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。
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)

平日(月曜日から金曜日)に、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間については、男女共に全国を上回っており、1週間の総運動時間も全国を上回っている。しかし、前年度と比較すると、男女共にどの曜日についても運動時間が短くなっており、特に、土、日曜日については、全国を下回る状況が見られる。運動部に所属している児童の割合は、男子は前年度を下回り全国との差が広がったが、女子は増加傾向が続いており、全国との差が縮まっている。

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(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	76.8	130.4	74.8	118.9	80.9	119.9	83.7	131.8	85.7	136.0	143.3	99.9	130.9	95.2	668.9	113.4
北海道	73.8	125.3	84.6	134.5	86.2	127.7	83.0	130.7	86.8	137.8	126.9	88.5	114.2	83.1	648.8	110.0
全 国	58.9	100.0	62.9	100.0	67.5	100.0	63.5	100.0	63.0	100.0	143.4	100.0	137.5	100.0	589.7	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(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数		
千歳市	50.3	128.3	51.4	126.2	58.8	129.5	49.3	118.5	53.3	123.7	77.8	99.0	67.7	99.4	406.9	114.8
北海道	52.7	134.4	55.6	136.6	58.9	129.7	56.7	136.3	58.7	136.2	77.0	98.0	60.0	88.1	417.6	117.8
全 国	39.2	100.0	40.7	100.0	45.4	100.0	41.6	100.0	43.1	100.0	78.6	100.0	68.1	100.0	354.4	100.0



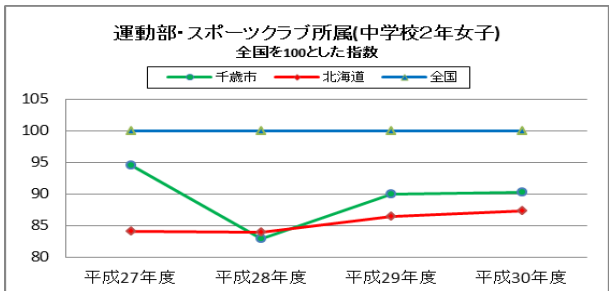
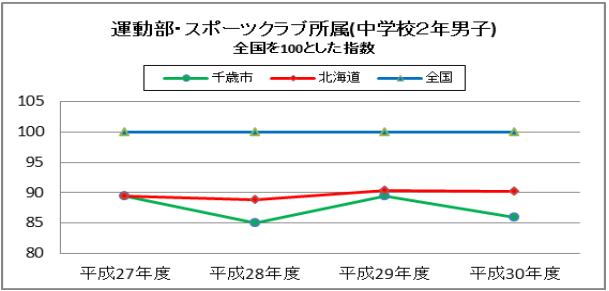
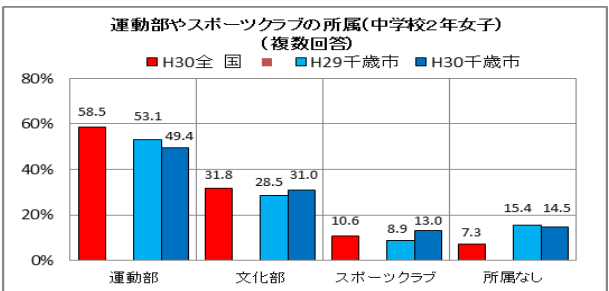
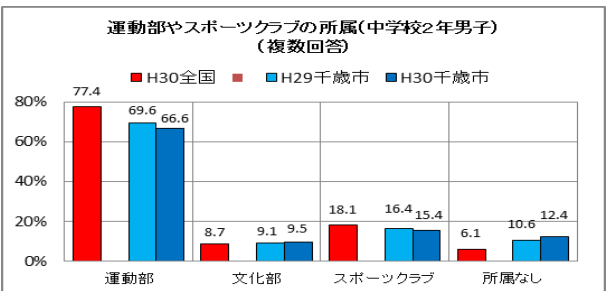
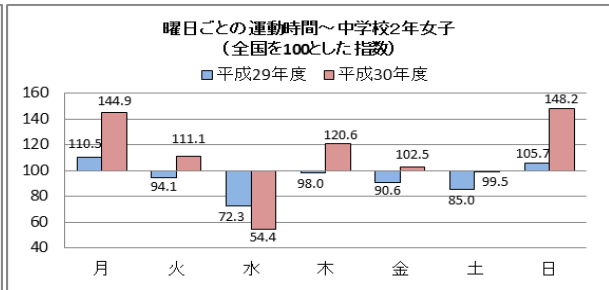
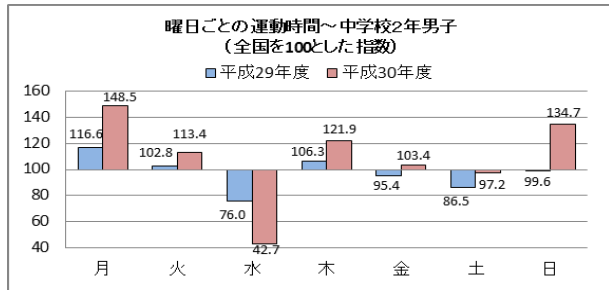
(2) 中学校

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日およそ何分くらいしますか。
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）

男女ともに水曜日、土曜日以外の曜日の運動時間は全国を上回り、1週間の総運動時間についても男女ともに全国を上回っている。運動部・スポーツクラブの所属については、男子は前年度より減少が見られ全国との差が広がったが、女子は増加傾向が続いている。運動部・文化部・スポーツクラブに所属していない生徒の割合については、全国と比較して高い状況が続いている。

中学校 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(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	136.0	148.5	134.5	113.4	44.5	42.7	140.6	121.9	126.8	103.4	203.0	97.2	192.6	134.7	977.9	108.2
北海道	103.9	113.4	125.6	105.9	116.6	112.0	126.4	109.6	132.1	107.7	195.5	95.5	165.5	115.7	965.2	106.8
全 国	91.6	100.0	118.6	100.0	104.1	100.0	115.3	100.0	122.6	100.0	208.8	100.0	143.0	100.0	903.5	100.0

中学校 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(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数	平均値(分)	指数
千歳市	136.4	144.9	132.9	111.1	56.9	54.4	140.3	120.6	127.3	102.5	219.0	99.5	206.1	148.2	1018.8	110.0
北海道	108.7	115.5	119.7	100.1	113.0	108.0	121.7	104.6	129.3	104.1	196.6	89.3	160.6	115.5	949.7	103.5
全 国	94.1	100.0	119.6	100.0	104.6	100.0	116.3	100.0	124.2	100.0	220.1	100.0	139.1	100.0	917.6	100.0

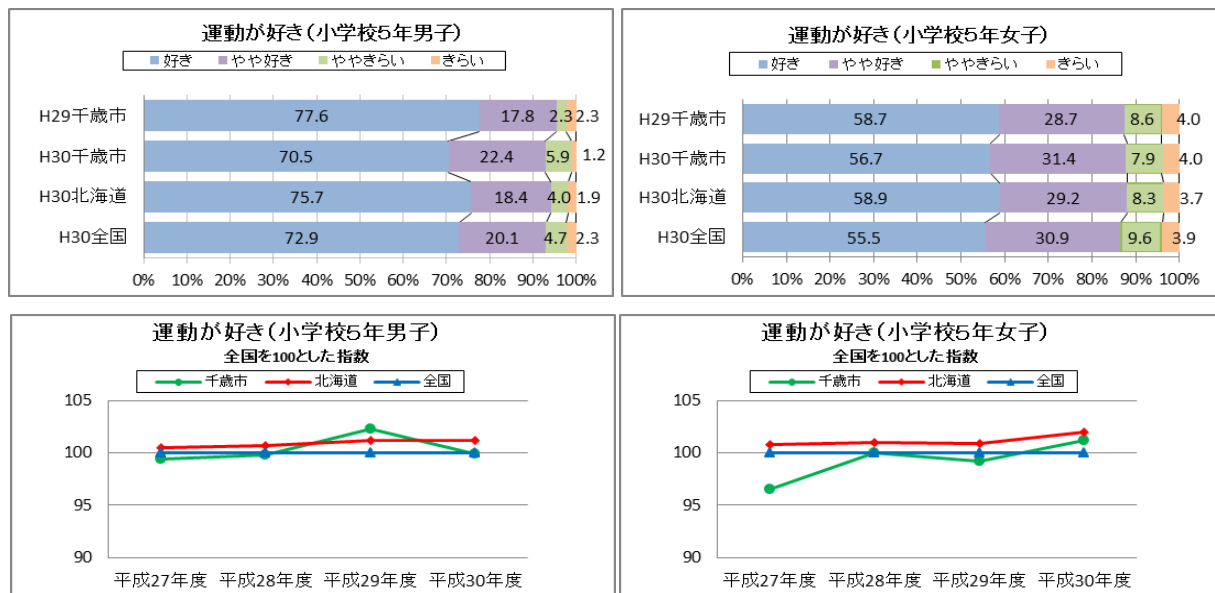


3 運動やスポーツに関する意識

(1) 小学校

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

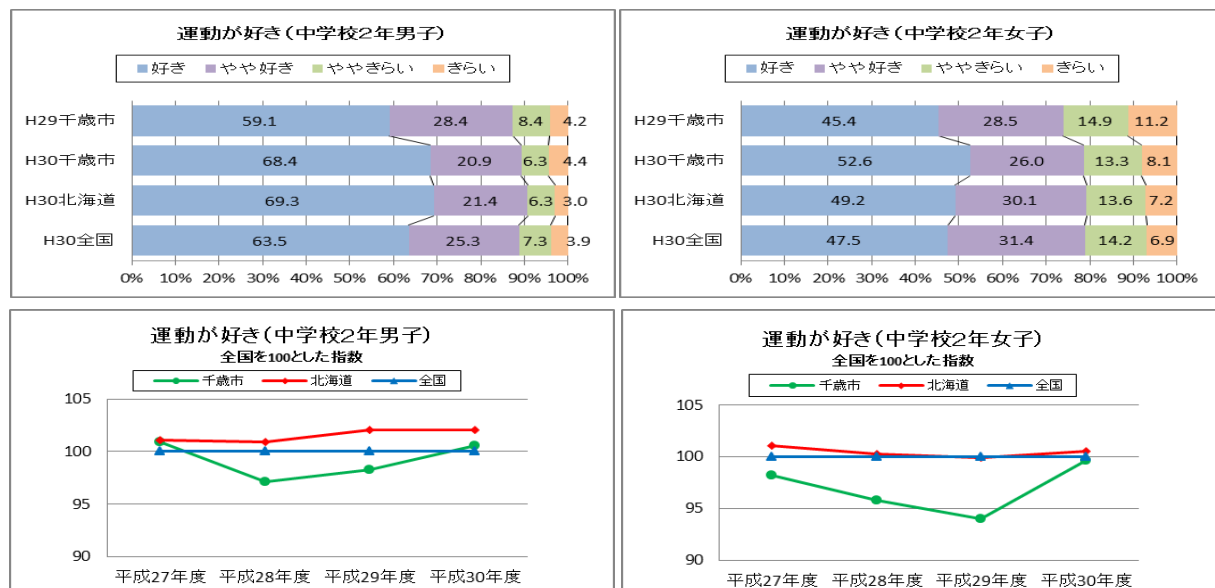
運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した男子は、92.9%（H29：95.4%）であり、昨年より2.5ポイント低下したが全国と同様の水準を維持している。女子については88.1%（H29：87.4%）で全国を上回っている。



(2) 中学校

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

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89.3%（H29：87.5%）、女子が78.%（H29：73.9%）である。男子は全国を上回り、女子も大きな改善が見られ全国と同様の水準となった。

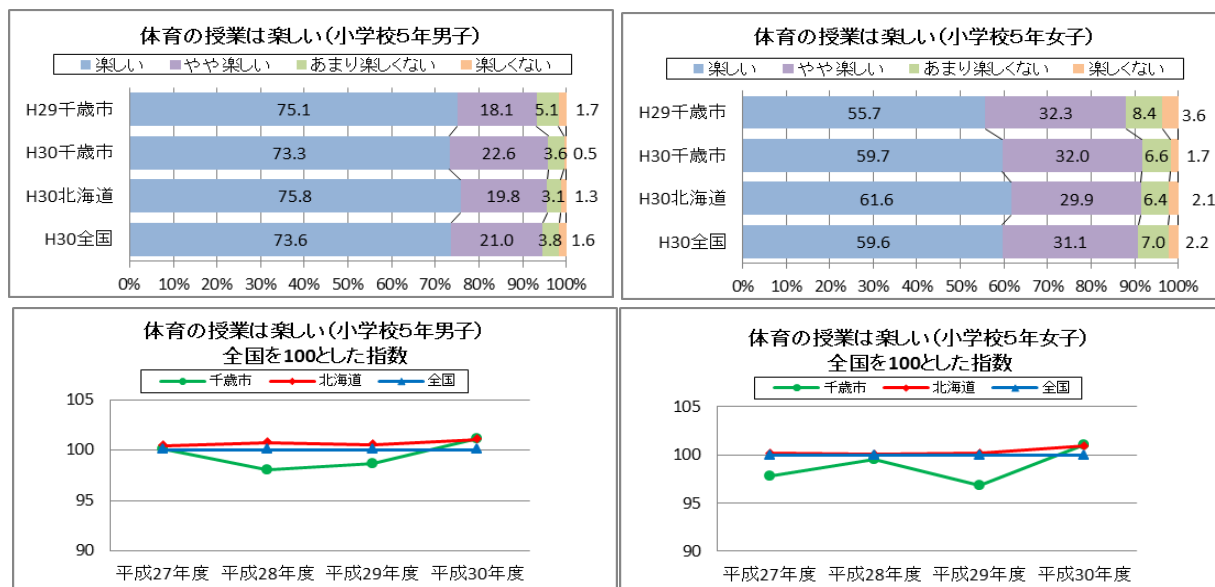


4 体育・保健体育の授業について

(1) 小学校

質問番号	質問事項
18	体育の授業は楽しいですか。

体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した児童は、男女共に9割を超え全国を上回った。男女共に全国を上回ったのは本調査が悉皆で行われるようになってから初めてである。

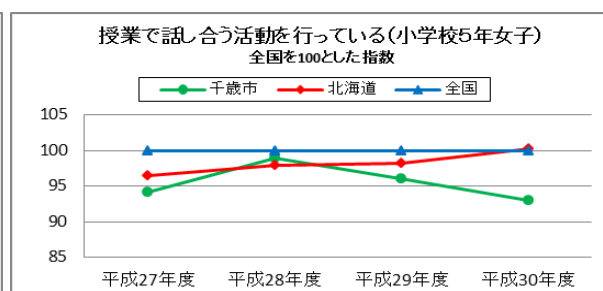
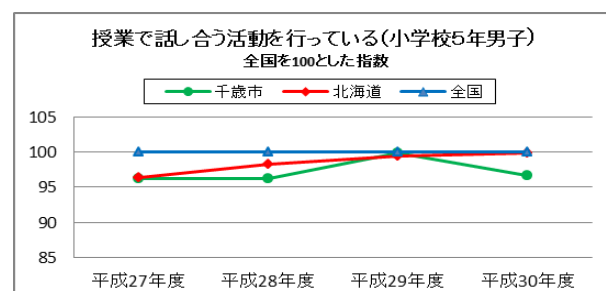
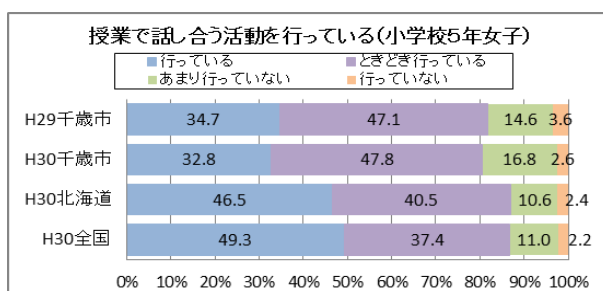
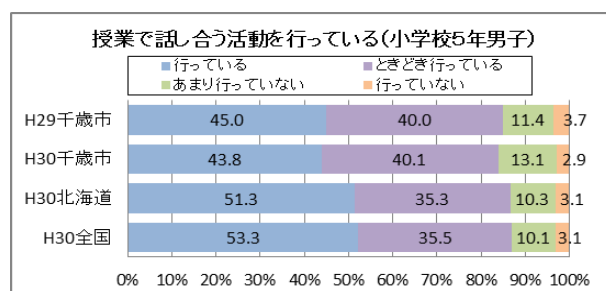
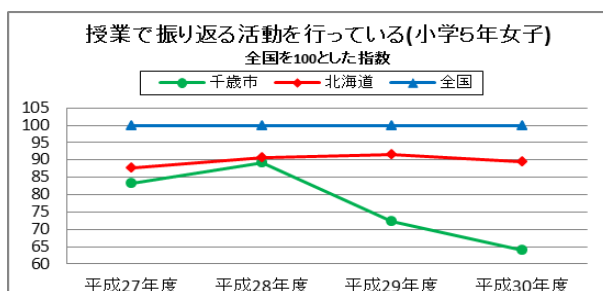
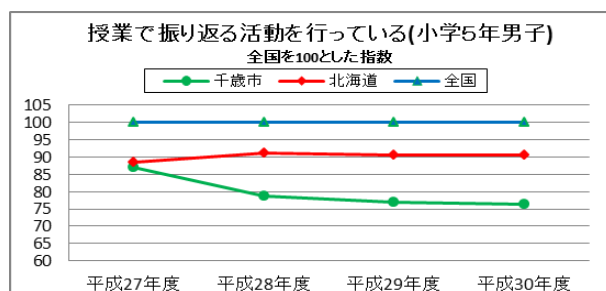
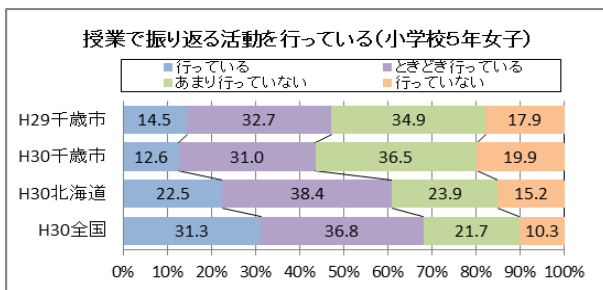
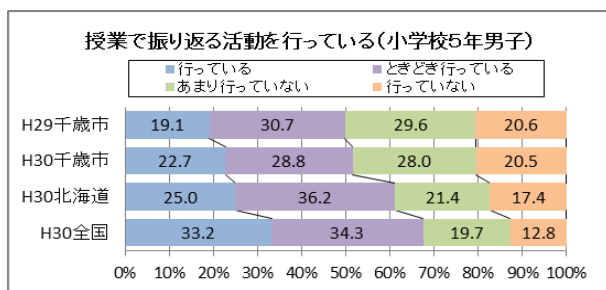
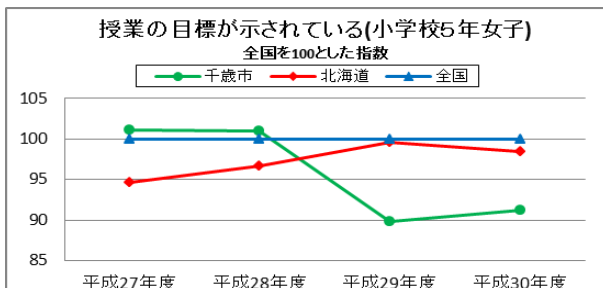
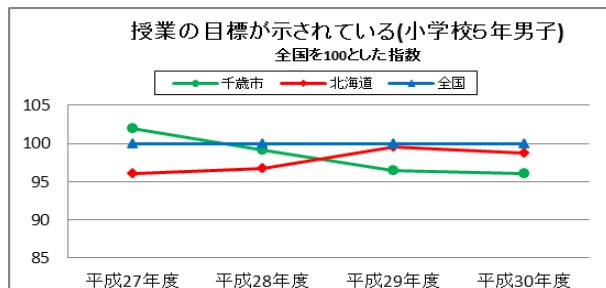
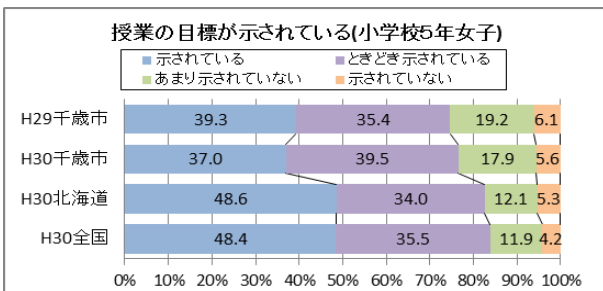
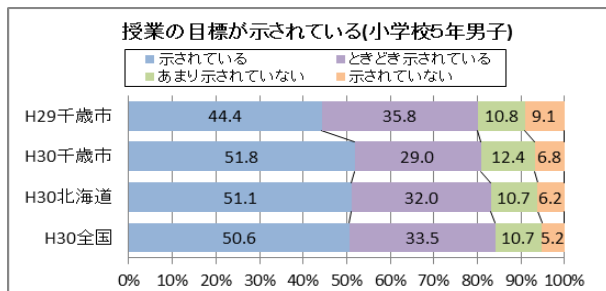


質問番号	質問事項
20	体育の授業では、授業の始めに授業の目標(めあて・ねらい)が示されていますか。
21	体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。
23	体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。

授業のはじめにめ目標が「示されている」「ときどき示されている」と肯定的な回答をした児童の割合は、男女共に全国を下回っている。この設問の全国の肯定的な回答の割合は、男子が84.1%、女子が83.9%で男女の差は0.2ポイントである。これに対して、千歳市の肯定的な回答の割合は、男子が80.8%、女子が76.5%と男女の差は4.3ポイントと全国と比較しても大きな差が見られる。

授業で最後に振り返る活動を「行っている」「ときどき行っている」と肯定的な回答をした児童の割合は、男女共に全国を大きく下回っている。この設問についても、千歳市の男子と女子の肯定的な回答の割合は、男子が51.5%、女子は43.6%と7.9ポイントの差があり、男女の授業における活動の捉え方に大きな差が見られる。

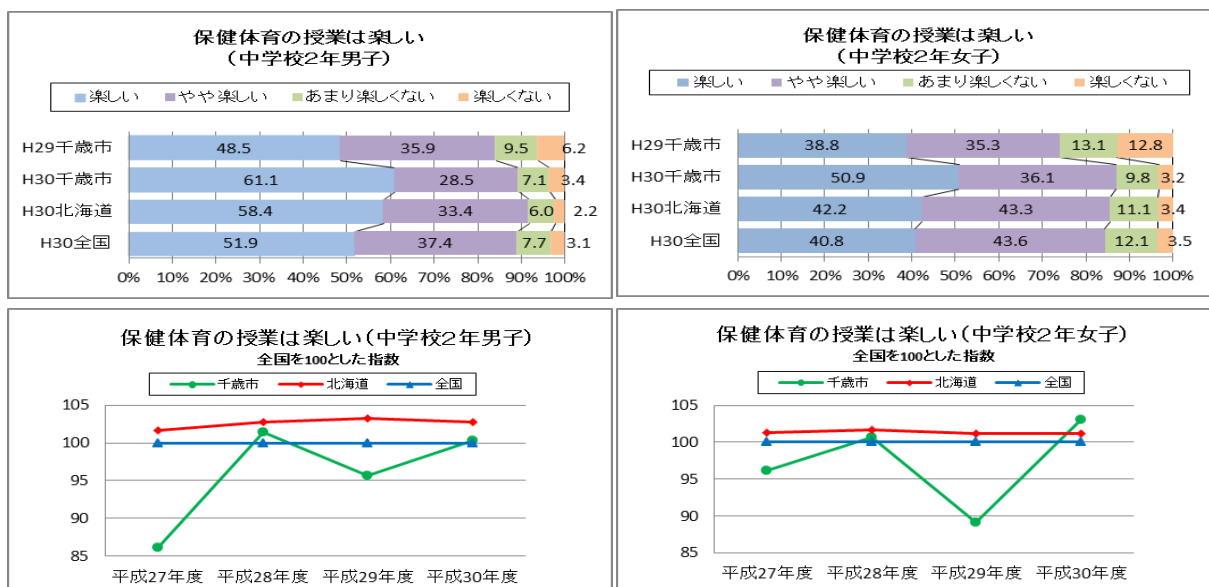
体育の授業で話し合う活動を「行っている」「ときどき行っている」と肯定的な回答した児童の割合は、男女共に全国を下回っている。話し合う活動が行われていないと感じている女子児童の増加傾向が見られる。



(2) 中学校

質問番号	質 問 事 項
17	保健体育の授業は楽しいですか。

「保健体育の授業が楽しい」「やや楽しい」と回答した生徒の割合は、男女ともに増加し全国を上回った。特に、女子の増加が著しく前年度比12.9ポイントの伸びが見られた。

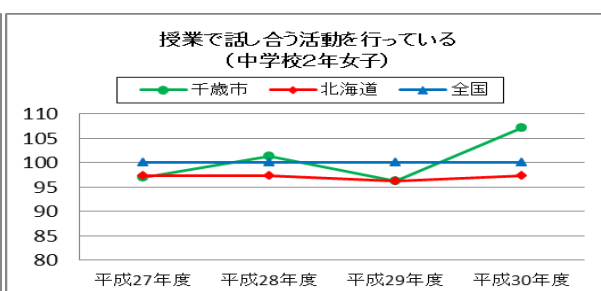
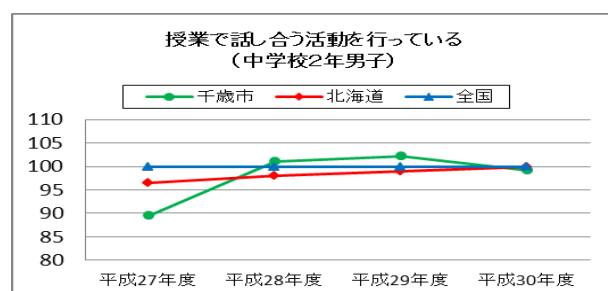
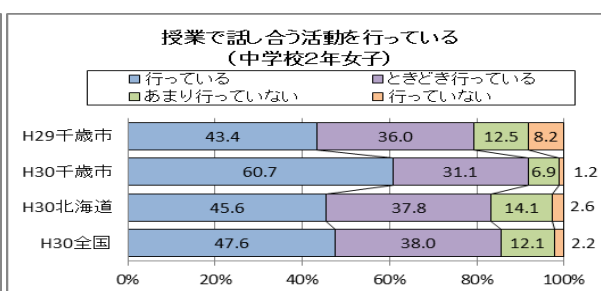
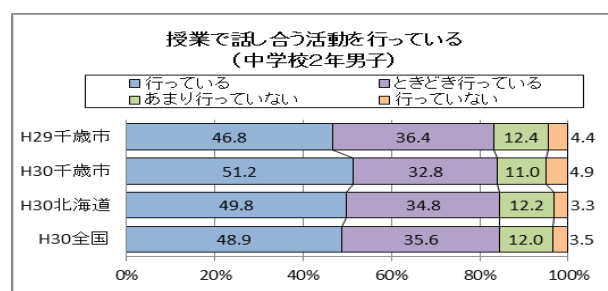
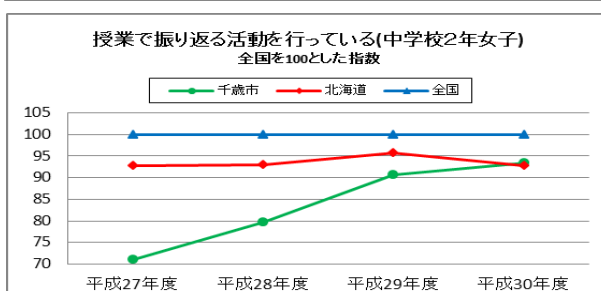
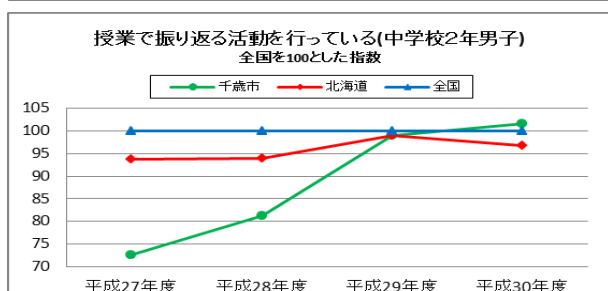
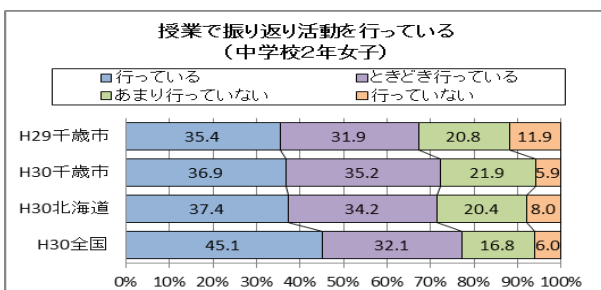
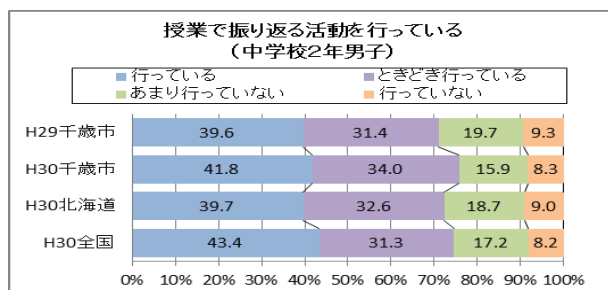
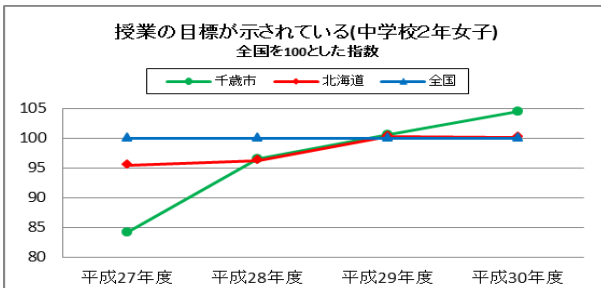
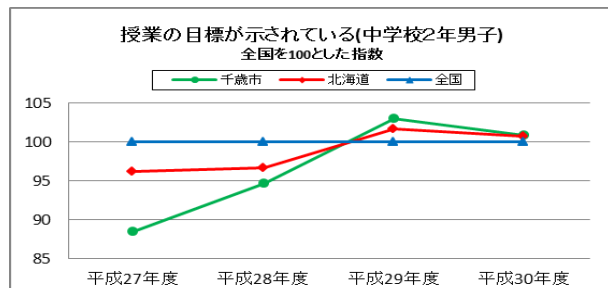
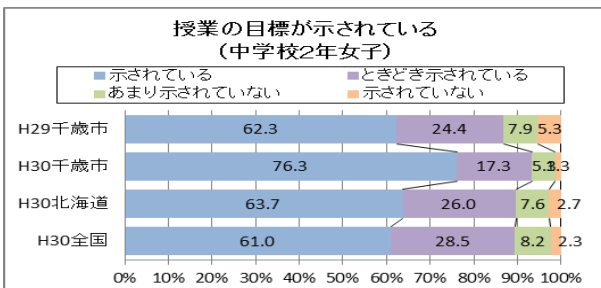
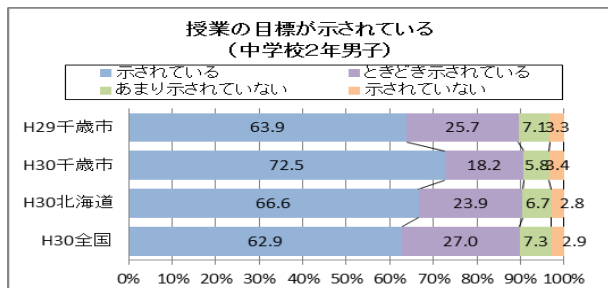


質問番号	質 問 事 項
19	保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標（めあて・ねらい）が示されていますか。
20	保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。
22	保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。

授業のはじめに目標が「示されている」と回答した生徒の割合は、男女共に高く全国を大きく上回っている。「示されている」「ときどき示されている」を合わせた肯定的な回答の割合も男女共に全国を上回っている。

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」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合は、男女共に増加しており、男子は全国を上回っている。女子は全国との差を縮めている。

保健体育の授業で「話し合う活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男女ともに全国を上回っており、特に、女子は全国を大きく上回っている。「行っている」「ときどき行っている」を合わせた割合は、男子が全国と同様で、女子は全国を上回っている。

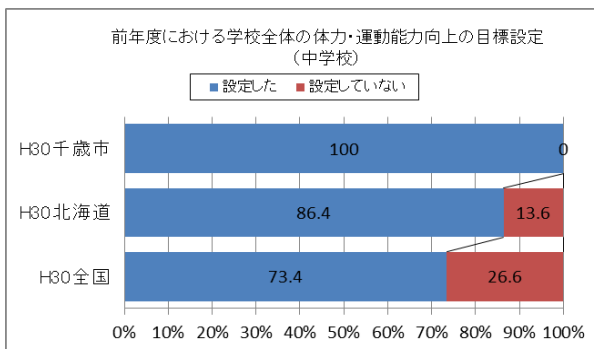
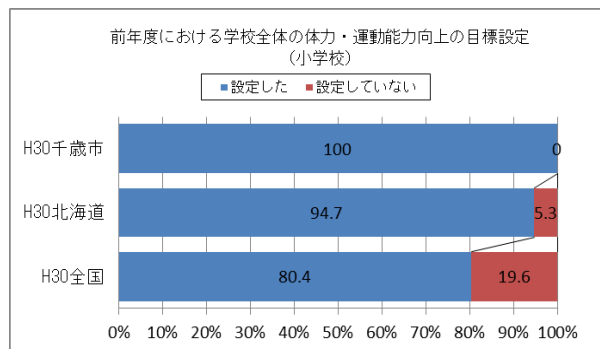


学校質問紙調査の結果

1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定

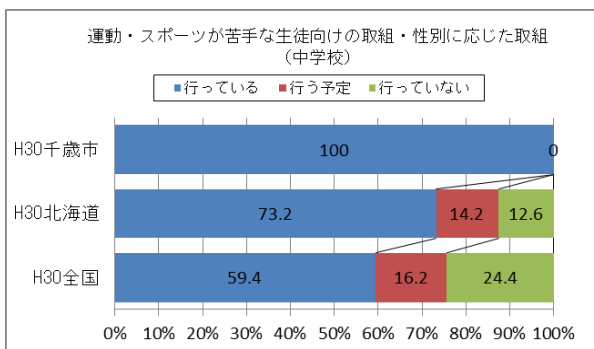
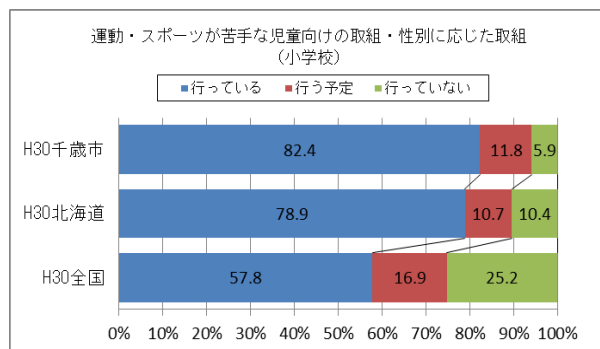
質問番号	質 問 事 項
1	前年度、学校全体の体力・運動能力向上の目標を設定していましたか。

「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、中学校共に 100%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。



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）。

「運動・スポーツが苦手な傾向にある児童生徒向けの取組や性別に応じた取組を行っている」と回答した学校は、小学校は前年度と同様の 82.4%であるが、中学校は 100%となり、児童生徒一人ひとりの特性に応じて体力や運動能力の向上を図ろうとする取組が進んでいる。



2 体育（保健体育）授業での取組

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。
7	体育（保健体育）授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。
9	体育（保健体育）授業で児童（生徒）同士で話し合う活動を取り入れていますか。

「体育の授業の目標を示す活動を取り入れている」と回答した小学校の割合は 100%であるが、児童質問紙では、「目標が示されている」とときどき示されている」と回答した児童の割合

は、男子 80.8%(前年度 80.2%)、女子 76.5%(前年度 74.7%)となっており、依然として学校の回答と児童の回答に大きな差が見られる。

一方、中学校については、「保健体育の授業で目標を示す活動をいつも取り入れている」「だいたい取り入れている」と回答した学校の割合は、小学校と同様に 100%であるが、「目標が示されている」「ときどき示されている」と回答した生徒の割合は、男子が 90.7%、女子 93.6%となっており、学校と生徒の回答結果の差は小学校よりも小さい状況が見られる。

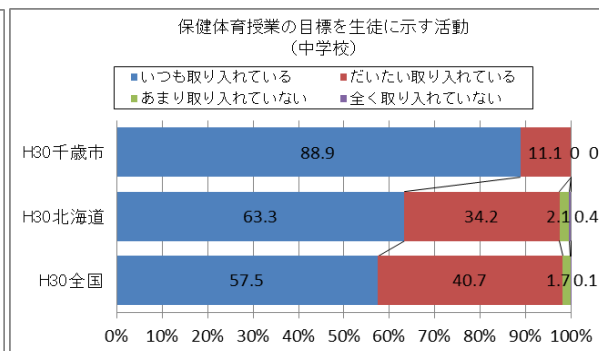
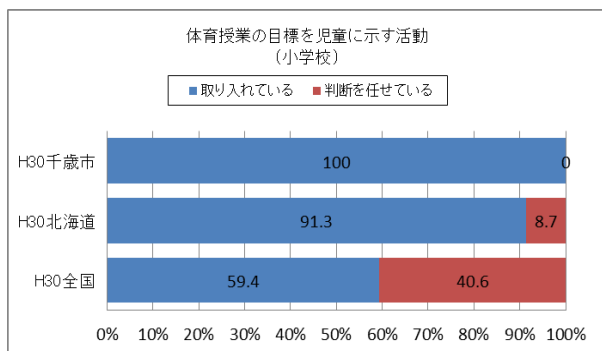
「体育（保健体育）の授業で振り返りの活動を取り入れている」と回答した小学校の割合は 100%であるが、児童質問紙では「振り返る活動を行っている」「ときどき行っている」と回答した児童の割合は、男子 51.5%(前年度 49.8%)、女子 43.6%(前年度 47.2%)であり、この設問においても学校と児童の回答との間に大きな差が見られる。

中学校については、「保健体育の授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている」「だいたい取り入れている」と回答した学校の割合は 88.8%であるが、生徒質問紙では「振り返る活動を行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒は、男子 75.8%(前年度 71.0%)、女子 72.1%(前年度 67.3%)であり、生徒と学校の回答結果に差が見られる。

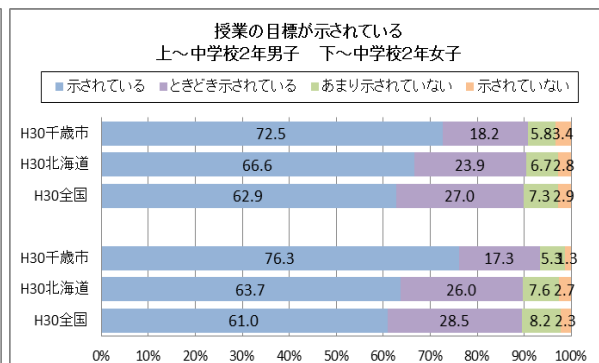
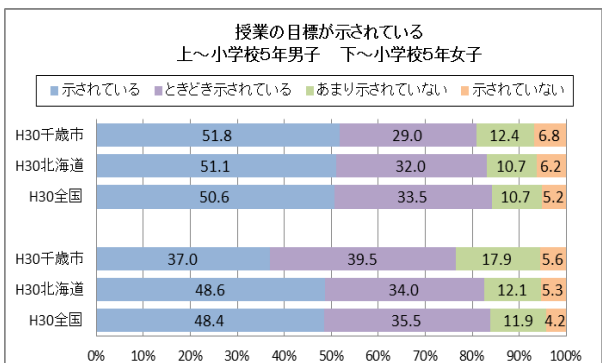
「体育（保健体育）の授業で児童同士が話し合う活動を取り入れている」と回答した小学校の割合は 87.5%であるが、児童質問紙では、「取り入れている」「ときどき取り入れている」と回答した児童の割合は、男子が 83.9%、女子が 80.6%であり、この設問についても児童と学校の回答結果に差が見られる。

一方、中学校については、話し合う活動を、「取り入れている」「だいたい取り入れている」と回答した学校の割合は 100%であるのに対して、生徒質問紙では、体育の時間に話し合う活動を「行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合は、男子 84.0%、女子 91.8%であり、学校と生徒の回答結果に差が見られる。

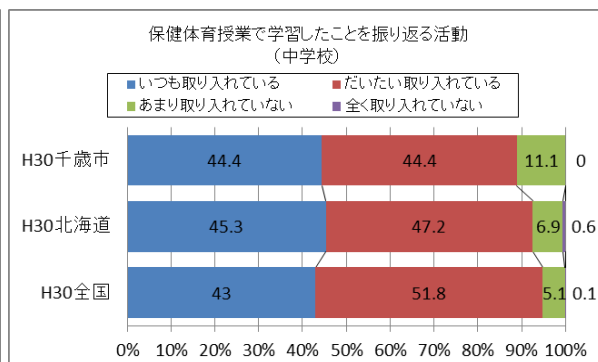
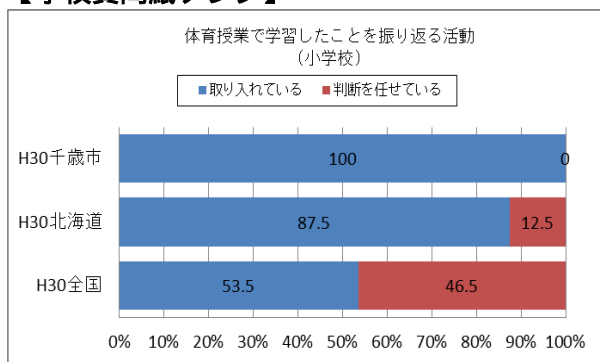
【学校質問紙グラフ】



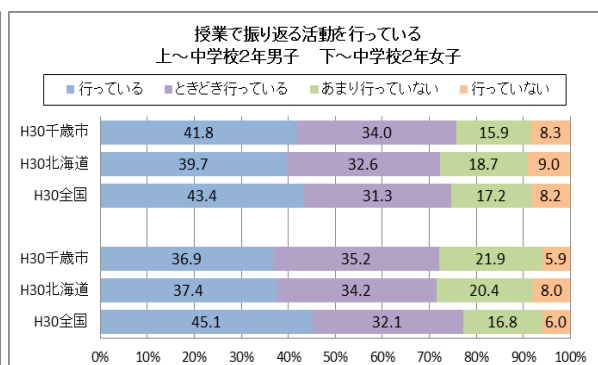
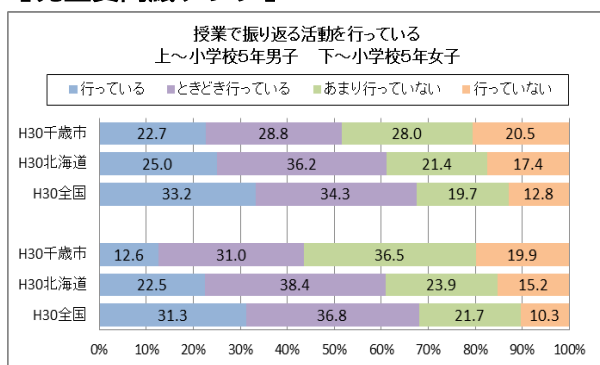
【児童質問紙グラフ】



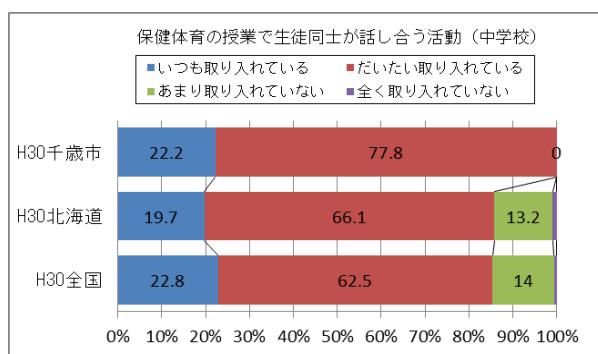
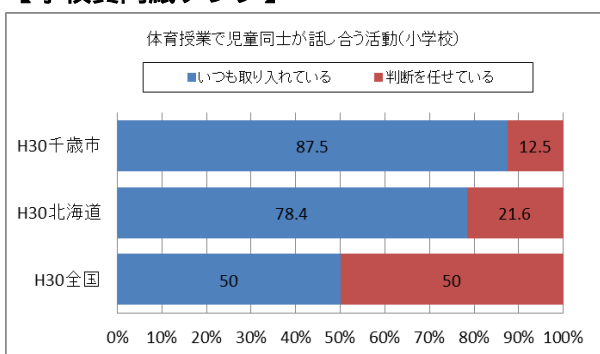
【学校質問紙グラフ】



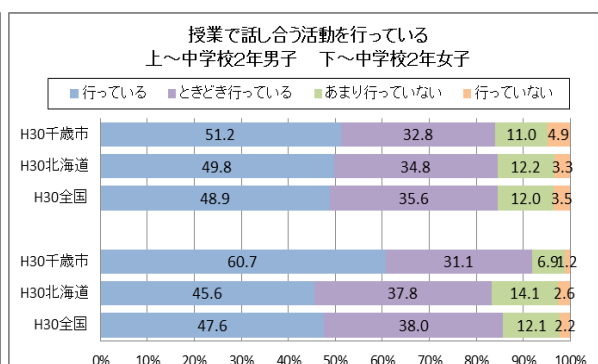
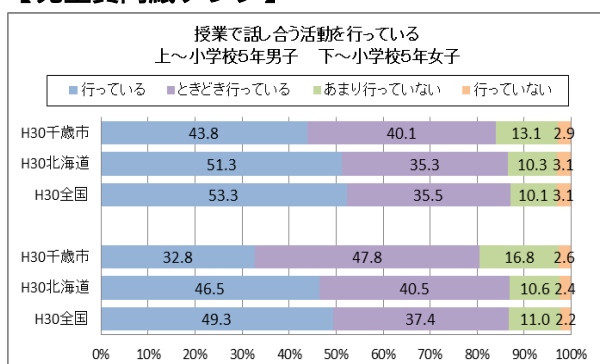
【児童質問紙グラフ】



【学校質問紙グラフ】



【児童質問紙グラフ】

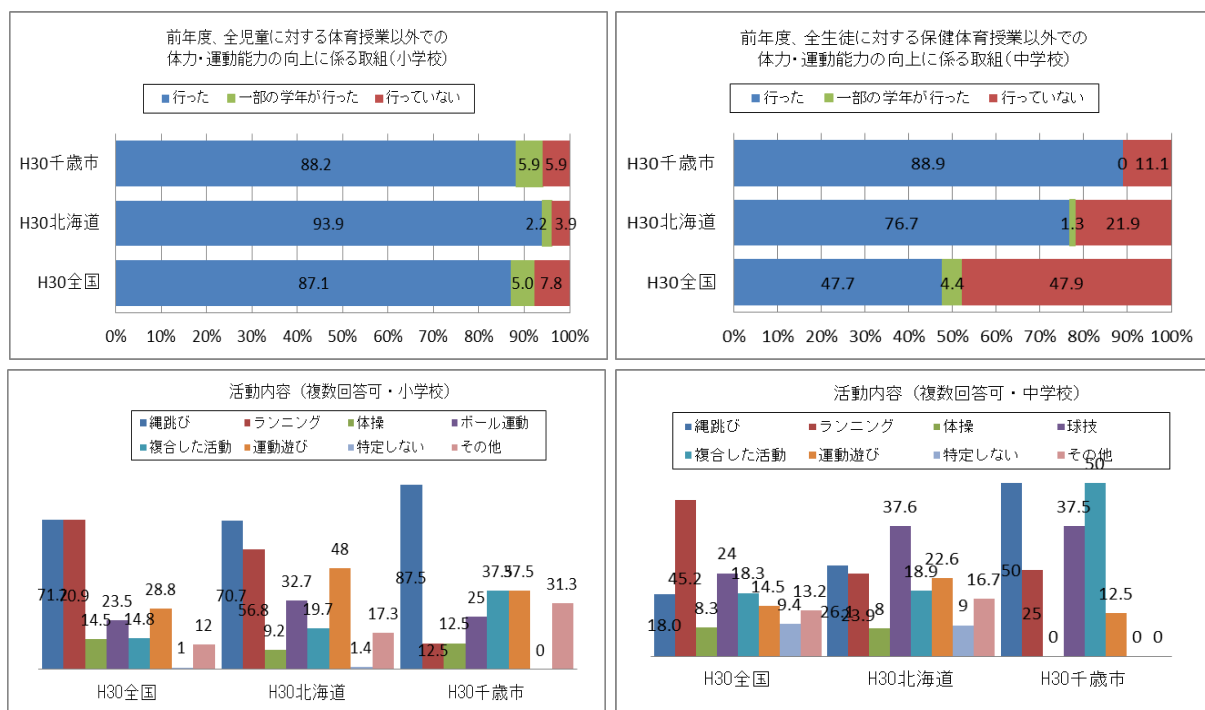


3 体育（保健体育）授業以外での取組

質問番号	質 問 事 項
小 13、中 16	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。
小 13 - 4 中 16 - 4	Q 1 3（Q 1 6）で「行った」「一部の学年が行った」と回答した学校の取組内容は何か。

「体育（保健体育）授業以外で体力・運動能力向上のための取組を行っている」と回答した学校は、小・中学校共に全国を上回っており、千歳市の多くの小・中学校において、児童生徒の体力向上を目指す全校的な取組が積極的に行われている状況が見られる。取組内容については、小学校では、「縄跳び」を取り入れている学校が前年度より 7.5%増え 87.5%と最も多く、ついで「複合した活動」(37.3%)「運動遊び」(37.5%)「ボール運動」(25.0%)の順となっている。「ランニング」を取り入れている学校は、前年度より 0.8 ポイント減の 12.5%で全国の 70.9%を大きく下回っている。

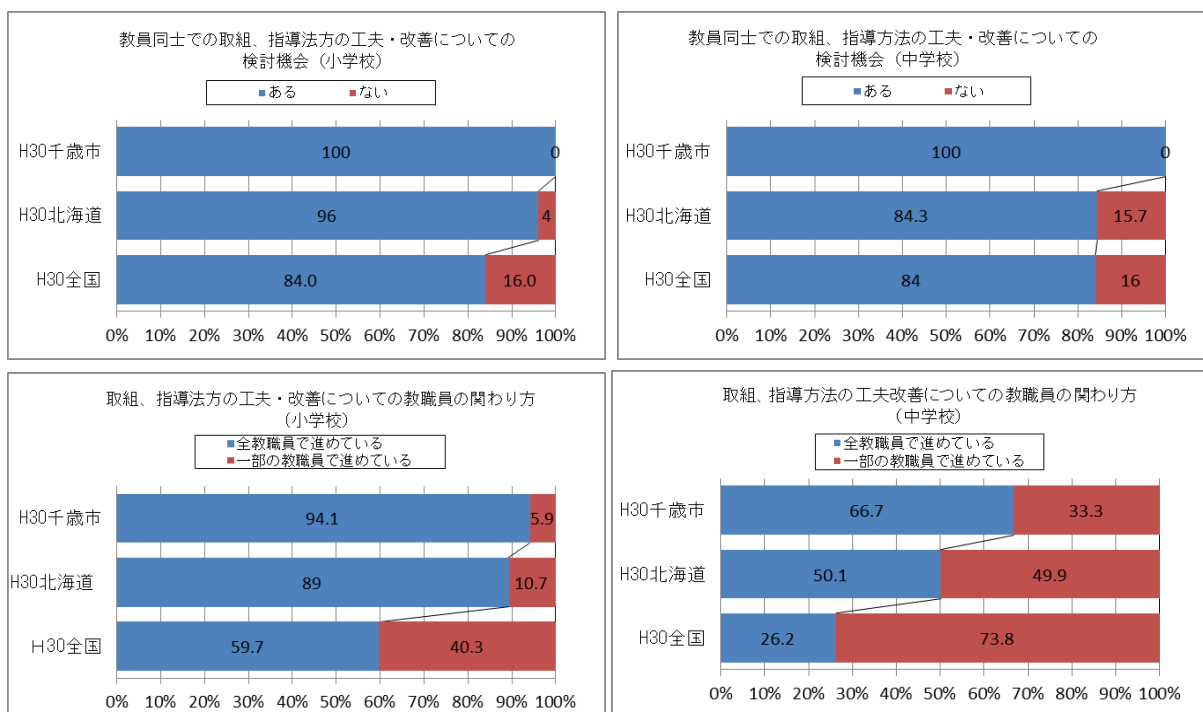
中学校では、「縄跳び」と「複合的な活動」が共に前年度比 16.5 ポイント増の 50%と最も多く、ついで「球技」(37.5%)、「ランニング」(25.0%)の順となっている。「ランニング」の実施率は前年度 50%であったが、本年度の調査では、25%と半減した。



4 学校の組織体制

質問番号	質 問 事 項
小 16、中 23	教員同士での取組、指導方法の工夫・改善についての検討機会がありますか。
小 17、中 24	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。

「教員同士での取組、指導方法の工夫・改善についての検討機会がある」と回答した学校の割合は、小・中学校共に 100%である。また、「体力・運動能力の向上に関する取組や体育(保健体育)授業における指導方法の工夫・改善を全教職員で進めている」と回答した学校の割合についても小・中学校共に全国を大きく上回っており、学校をあげて体力・運動能力の向上に取り組んでいる状況が見られる。特に、教科担任制の中学校において半数以上の学校が体力・運動能力の向上の取組に全教職員が関わっていると回答しており、生徒の体力向上や運動の習慣化に対する教員の意識の高さが窺える。



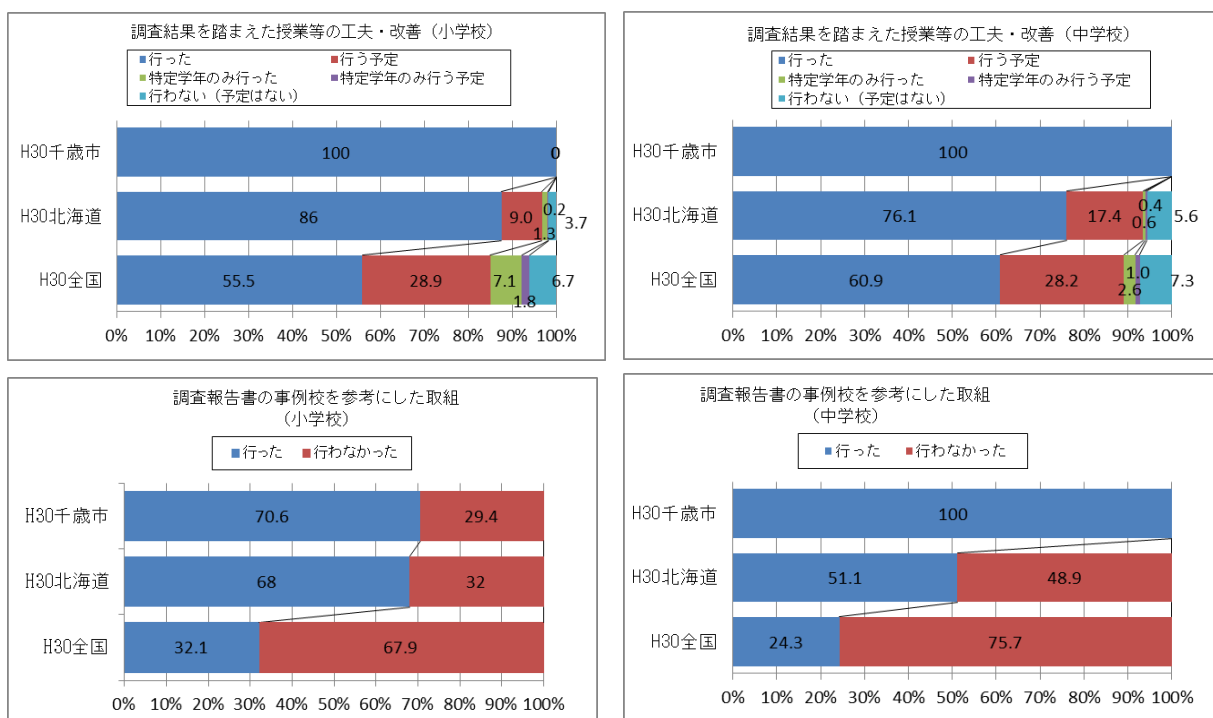
5 調査結果の活用

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。
小 2 6 ・ 中 3 1	調査報告書の事例校を参考にした取組を行いましたか。

調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善については、「行った」と回答した学校の割合が小・中学校ともに前年度に引き続き 100%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行っている学校の割合については、小学校は前年度を下回ったものの依然として全国を大きく上回っている。中学校は前年度に引き続き 100%であり、

小・中学校共に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。



6 新体力テストの実施状況

質問番号	質 問 事 項
小 29、中 34	今年度の実施学年 複数回答

千歳市においては、市内全小・中学校における新体力テストの全学年実施を目指している。中学校では、全学年での新体力テスト全種目の実施が達成されたが、小学校においても第5学年以外のどの学年についても実施率の向上が見られ、全学年での実施に向け着実に前進が図られている。

本年度、第5学年の実施率が100%にならなかったのは、在籍児童がいなかった学校が1校あったためである。なお、昨年まで「新体力テストの実施時期」が調査項目に含まれていたが、本年度は削除された。

小学校	1年	2年	3年	4年	5年	6年	中1	中2	中3
H30 千歳市	76.5%	76.5%	94.1%	88.2%	94.1%	88.2%	100.0%	100.0%	100.0%
H29 千歳市	64.7%	64.7%	70.6%	82.4%	100.0%	76.5%	88.9%	100.0%	77.8%
H28 千歳市	52.9%	52.9%	64.7%	70.6%	100.0%	70.6%	100.0%	100.0%	100.0%
H27 千歳市	47.1%	47.1%	52.9%	64.7%	100.0%	58.8%	100.0%	100.0%	100.0%
H30 北海道	83.7%	85.0%	86.5%	89.0%	96.5%	89.1%	90.9%	99.0%	90.7%
H30 全 国	78.5%	80.2%	82.9%	87.5%	99.1%	90.0%	88.6%	99.2%	89.1%

今後の取組

「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、千歳市学校教育基本計画は、「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。

千歳市の学校教育基本計画を踏まえ、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てて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、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は着実に増加しており、中学校における実施率は100%に達している。

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ながら、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を図る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増加し、小・中学生共に全国平均を上回った。特に、中学校女子は、前年度を12.9ポイント上回り、大幅な改善が見られた。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、体育の授業において「目標を示す」「1時間の授業を振り返る」活動を取り入れることは、児童生徒の主体的な学習を促すことにつながり、課題の発見・解決に向けて児童生徒同士が話し合ったり助け合ったりする活動の充実を図ることは、児童生徒の運動やスポーツに対する意識や意欲を高め、「わかる」「できる」ことにつながることを期待できる。

このため、「楽しい体育・保健体育の授業」「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業」を改善の視点として授業改善を進めていくこととする。

3 「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、本年度の調査では、小学校男子、小学校女子、中学校男子の体力総合得点が全国を上回り、中学校女子も全国との差が-0.6ポイントと、全国水準に達している。

これら実践指定校の成果は、大きく「事前の指導」「直前の指導」「正確な測定」の3つの

取組によるものである。「事前の指導」については、実践校の取組の普及により、体育科の授業の改善はもとより、日常的に筋力や柔軟性、敏捷性などを測定できる器具を整えたコーナーや部屋を設置したり、中学校の専科教員が小学校に出向き、投球動作や短距離走の走法等の指導を行う出前講座を実施したりする学校が増えており、充実が図られてきている状況が見られるところである。

「直前の指導」については、測定前の練習時間を十分に確保するため、体力テストを数日に分けて実施したり、新体力テストは、他者との競争ではなく、自分の体力がどのくらい高まっているのかを知るためのものであることを説明し、自己の記録に挑戦しようとする意欲を高めたりするなどの取組が広がってきている。

「正確な測定」については、測定器具の事前点検はもとより、担任以外の教員が測定員として体力測定に加わるなど、全校体制で測定を行う学校が増えており、測定の精度の向上が図られてきている。

今後においても、「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」を継続し、指定校の優れた実践の普及を図り、「新体力テスト」に関する各校の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。

4 「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、自校の体力向上に係る課題を踏まえ、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。本年度の調査では、体力に関しては、各校の取組の成果が見られるものの、生活習慣に関しては、一層の取組が必要な状況が見られることから、今後は、「生活習慣の改善」を含め、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、生活習慣の改善を目指すこととする。

5 中学校区の共通課題の解決を目指す取組の推進

これまでの調査結果から、小学校で課題が見られる新体力テストの種目については、進学先の中学校においても課題となっている状況が見られる。このような状況の改善を図るためには、小学校や中学校において分析した体力・運動能力調査の結果を互いに共有し、中学校区の子供たちの現状についてすべての教員が理解を深め、小学校と中学校が連携を図り、共通する課題を解決していくことが大切である。

市内の多くの中学校区で実施されている中学校の体育教員が小学校に出向き短距離走の走り方やボールの投げ方を指導する出前講座などは、特定の实技種目の伸びが期待できることから、今後は、中学校区の共通する課題の解決を目指す小・中連携の取組を積極的に推進していくこととする。

6 「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、全国との差を縮め、本年度は全国水準に達するという成果につながっている。

コーディネーション運動は、神経系が発達するゴールデンエイジに適した運動と言われていることから、小学校においては、全学年の体育の授業に取り入れるなど、今後も、コーディネーション運動の普及を積極的に進めていくこととする。

7 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。

本年度の調査結果では、「睡眠時間」については、小・中学生ともに良好な状況がみられるが、「朝食の摂取」については、課題が見られることから、「朝食を毎日食べる」習慣を身に付けることを重点に取組を進めていくこととする。

また、運動習慣については、学校の運動部や地域のスポーツクラブ(少年団を含む)に所属している児童生徒の割合は依然として全国と比較して低い状況が続いているが、1週間の運動時間については、小中学校の男女共に全国を上回っており、帰宅後、何らかの運動に取り組んでいると考えられる。今後も、各学校において、健康な生活を送るためには運動が重要であることを理解させ、家の手伝い、ウォーキング、縄跳びなどの手軽な運動を紹介するなど、運動習慣の形成に向けた不断の働きかけを行っていくこととする。

なお、望ましい生活習慣や運動習慣の形成を目指す運動については、千歳市PTA連合会の「家庭生活宣言」の取組と連携を図り、進めていくこととする。