

令和元年度

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 11
1 小学校	
2 中学校	
児童生徒質問紙調査の結果 P 13
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 24
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 29

令和元年度全国体力・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31年4月から令和元年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	434	430	9	370	361
北海道	860	12,061	11,681	521	10,838	10,155
全国	19,165	495,427	479,536	9,359	417,526	401,891

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49.7と前年度を1.3ポイント下回り、全国より0.3ポイント下回った。
- ・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、立ち幅とび、ソフトボール投げの5種目である。
- ・種目別に全道を上回ったのは、上体起こし、50m走、立ち幅とびの3種目である。
- ・種目別に前年度を上回ったのは、50m走の1種目である。
- ・20mシャトルランはT得点で2.6ポイント、下降傾向が続いている長座体前屈は0.1ポイント前年度を下回り、全国との差が広がった。

【小学校女子】

- ・体力合計点は、T得点で50.3と前年度を0.1ポイント上回り、全国より0.3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、反復横とびの3種目である。長座体前屈、ソフトボール投げについては、全国との差がT得点で0.1ポイントであり、全国と同様である。
- ・種目別に全道を上回ったのは、上体起こし、20mシャトルラン、50m走の3種目である。
- ・種目別に前年度を上回ったのは、長座体前屈、50m走の2種目である。
- ・50m走のT得点は前年度を2.3ポイント上回って48.9となり、全国との差は縮まった。一方20mシャトルランは前年度を0.3ポイント下回り、全国との差が広がった。

【中学校男子】

- ・体力合計点は、T得点で49.8と前年度を1.8ポイント下回り、全国より0.2ポイント下回った。
- ・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、ハンドボール投げの4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、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、ハンドボール投げの6種目であり、50m走は全道と同様である。
- ・種目別に前年度を上回ったのは、反復横とびの1種目である。
- ・反復横とびはT得点で前年度を1.4ポイント上回り、全国を0.6ポイント上回った。一方、20mシャトルランは1.5ポイント、50m走は0.9ポイント、立ち幅とびは2.0ポイント前年度を下回り、全国との差が広がった。

【中学校女子】

- ・体力合計点は、T得点で49.2と前年度を0.2ポイント下回り、全国より0.8ポイント下回った。
- ・種目別に全国を上回ったのは握力、反復横とび、ハンドボール投げの3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、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立幅とび、ハンドボール投げの7種目であり、50m走は全道と同様である。
- ・種目別に前年度を上回ったのは、反復横とび、20mシャトルラン、50m走の3種目である。
- ・20mシャトルランはT得点で前年度を0.2ポイント上回り、上昇傾向にあるが、全国を2.5ポイント下回っている。50m走は1.8ポイント、立幅とびは1.3ポイント前年度を下回り、全国との差が広がった。

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1.01kg上回った。全国との比較では、身長は0.44cm、体重は1.20kg上回った。全道との比較では身長は同様、体重は0.42kg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15.7%であり、前年度より4.4ポイント増加し、全国よりも4.6ポイント高く、全道より1.6ポイント低い。
- ・「やせ」と「高度やせ」を合わせた痩身傾向児の割合は3.0%であり、前年度より1.7ポイント減少したが、全国より0.4ポイント、全道より0.8ポイント高い。

【小学校女子】

- ・前年度との比較では、身長は0.41cm下回り、体重は同様である。全国との比較では、身長は同様、体重は0.14kg上回った。全道との比較では、身長は0.63cm、体重は1.03kg下回った。
- ・肥満傾向児の割合は10.1%であり、前年度より1.3ポイント増加し、全国よりも1.9ポイント高く、全道より1.7ポイント低い。
- ・痩身傾向児の割合は3.5%であり、前年度より1.1ポイント増加し、全国より0.9ポイント、全道より0.7ポイント高い。

【中学校男子】

- ・前年度との比較では、身長は0.11cm、体重は0.32kg上回った。全国との比較では、身長が1.11cm、体重は0.99kg上回った。全道との比較では身長は同様、体重は1.0kg下回った。
- ・肥満傾向児の割合は7.7%であり、前年度より0.2ポイント減少し、全国よりも0.9ポイント、全道より4.3ポイント低い。
- ・痩身傾向児の割合は1.9%であり、前年度より1.2ポイント減少し、全国よりも0.9ポイント、全道より0.6ポイント低い。

【中学校女子】

- ・前年度との比較では、身長は0.37cm、体重は0.7kg下回った。全国との比較では、身長は0.41cm上回り、体重は同様である。全道との比較では、身長は0.12cm上回り、体重は0.61kg下回った。
- ・肥満傾向児の割合は5.9%であり、前年度より0.5ポイント減少し、全国よりも0.8ポイント、全道より2.6ポイント低い。
- ・痩身傾向児の割合は3.8%であり、前年度より0.2ポイント減少したが、全国、全道より0.1ポイント高い。

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78.1%であり前年度を5.7ポイント下回り、全国より4.1ポイント低い状況となっている。女子は78.0%であり前年度を1.8ポイント上回ったが、全国より4.3ポイント低い状況となっている。
- ・「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70.9%で全国を2.8ポイント上回り、女子は78.1%で全国を5.2ポイント上回っている。
- ・「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3時間以上見ている」と回答した児童の割合は、男子が42.1%であり前年度より1.2ポイント増加しており、全国を3.0ポイント上回っている。女子は32.8%であり前年度より3.5ポイント減少したものの、全国を3.9ポイント上回っている。

運動習慣の状況については、

- ・1週間の総運動時間は、男子が全国より24.8分多く、女子も全国より65.9分多い状況となっている。
- ・運動部に所属している児童の割合は、男子は59.3%であり前年度をやや下回り、全国を7.4ポイント下回っている。女子は増加傾向が続いていたが、本年度は減少に転じ、全国を7.9ポイント下回った。

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」と回答した児童の割合は、男子は93.8%であり前年度より0.9ポイント増加した。女子は87.1%であり前年度より1.0ポイント減少したが、男女共に全国と同様となっている。
- ・運動は「大切」「やや大切」と回答した児童の割合は、男子は97.3%であり前年度より4.2ポイント増加した。女子は94.9%であり前年度より4.9ポイント増加し、男女共に全国を上回っている。

体育の授業については、

- ・体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答した児童の割合は、男子が95.3%、女子が92.1%であり、男女共に全国を上回っている。

- ・授業の始めに「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、男女共に前年度を上回り、男子が82.3%、女子が85.9%となっている。
- ・授業の最後に「振り返る活動を行っている」「ときどき行っている」と肯定的な回答した児童の割合は、男子が54.8%、女子が54.2%であり、男女共に前年度を上回ったが、全国との比較では、男女共に全国を下回っている。
- ・体育授業で「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、男子が85.4%、女子が87.1%であり、男女共に前年度を上回り全国と同様となっている。

【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79.5%であり前年度を1.0ポイント上回ったが、全国より1.9ポイント低い状況となっている。女子は72.2%であり前年度を3.0ポイント下回り、全国より6.0ポイント低い状況となっている。
- ・「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70.6%であり全国を4.1ポイント上回っている。女子は61.0%であり全国を2.0ポイント上回っている。
- ・「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3時間以上見ている」と回答した生徒の割合は、男子が42.7%であり前年度より2.8ポイント増加しており、全国を5.0ポイント上回っている。女子は41.9%で前年度を0.6ポイント上回り、全国を6.5ポイント上回っている。

運動習慣の状況については、

- ・1週間の総運動時間は、男子は全国より25.3分多く、女子は全国より20.4分多い状況となっている。
- ・運動部やスポーツクラブに所属している生徒については、男子は運動部に所属する割合が前年度をやや下回り65.8%となり、全国より10.2ポイント少ない状況となっている。スポーツクラブに所属する生徒の割合は、17.0%で前年度を1.6ポイント上回ったものの、全国より1.4ポイント少ない状況となっている。女子は運動部に所属する生徒が前年度より6.0ポイント増加し53.4%となったが、全国より4.5ポイント少ない状況となっている。スポーツクラブに所属している生徒の割合は、前年度より4.5ポイント減少し、全国より2.3ポイント少ない状況となっている。

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」と回答した生徒の割合は、男子は88.3%であり、全国より1.1ポイント少ない状況となっている。女子は、75.5%であり、全国より3.6ポイント少ない状況となっている。
- ・運動が「大切」「やや大切」と回答した生徒の割合は、男子は93.0%、女子は89.3%であり、全国と同様となっている。

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、男子が89.6%であり全国と同様の割合となっている。女子は79.5%であり前年度を7.5ポイント下回り、全国より4.1ポイント少ない状況となっている。
- ・授業の始めに「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94.6%、女子が91.3%であり、男女共に高く全国を大きく上回っている。
- ・授業の最後に「振り返る活動を行っている」と回答した生徒の割合は、男子が70.3%、女子は71.8%であり、男女共に全国を下回っている。
- ・保健体育の授業で「話し合う活動を行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合は、男子が84.3%、女子が87.3%であり、男子は全国をやや下回っているが、女子は全国をやや上回っている。

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、中学校は前年度と同様に100%であるが、小学校は前年度より減少し94.1%である。小学校で減少が見られたものの、市内全体としては、学校の目標を設定し、全校体制で目標達成に向けた取組が進められている状況が見られる。
- ・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、小学校は前年度より増加し88.2%、中学校は前年度より減少し77.8%となっている。

体育（保健体育）授業での取組については、

- ・「授業の目標を児童に示す活動を取り入れている」学校の割合は、中学校は前年度と同様に 100%、小学校は、前年度より減少し 94.1%であるが、小中学校どちらも全国を上回る実施率となっている。この設問の児童生徒質問紙と学校質問紙の回答結果の差については、小学校は縮まってきており、中学校においては、差はほとんど見られない。
- ・「授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている」学校の割合は、中学校が 88.9%、小学校が 94.1%であるが、児童生徒の肯定的な回答の割合は学校より低く、児童生徒と学校の取組の捉え方に差が見られる。
- ・「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」学校の割合は、中学校は前年度と同様に 100%であるが、小学校は前年度より減少し 82.4%である。この設問の児童生徒質問紙と学校質問紙の回答結果の差については、小学校では、取り組んでいる学校が減少する中、「話し合う活動が取り入れられている」と捉えている児童の大幅な増加が見られる。中学校については、学校の回答結果が 100%であるのに対して、生徒の回答結果は男女共に 80%台であり、学校と生徒の回答結果にやや差が見られる。

体育（保健体育）授業以外での取組については、

- ・「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た」と回答した学校は、小学校が 88.2%、中学校が 100%であり共に全国を上回っている。

学校の組織体制については、

- ・「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確保している」と回答した学校は、小中学校共に 100%であり全国を上回っている。

調査結果の活用については、

- ・「調査結果CDを活用している」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、小中学校共に 100%となっている。

新体力テストの実施状況については、

小学校では、低学年の実施率は 80%を超え、中学年、高学年についても 90%を超える状況が見られ、着実に全学年での実施に近づいている。中学校は、全学年で実施されている。

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、立ち幅とび、ソフトボール投げの5種目は全国を上回った。体力合計得点は、全国平均を50としたT得点で49.7であり、全国を0.3ポイント下回った。

男子は、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。また、全道を上回ったのは上体起こし、50m走、立ち幅とびの3種目である。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けてきている。さらに上体起こし、反復横とびについても3年連続全国を上回り、各校の取組が定着してきたことが覗える。前年度を唯一上回った50m走についてはT得点で昨年より2.0ポイント上回ったが、全国を1.6ポイント下回っている。また、前年度に比べ、20mシャトルランについては2.6ポイント、下降傾向が続いている長座体前屈は0.1ポイント下回り、全国との差が広がった。柔軟性、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。

総合評価では前年度に比べ運動能力の高いA段階の児童の割合は1.8%増加したがB段階は4.9%減少し、D・E段階の児童の割合は増加した。全国の5段階分布に比べ、A段階の割合は高いがE段階の割合も高い。

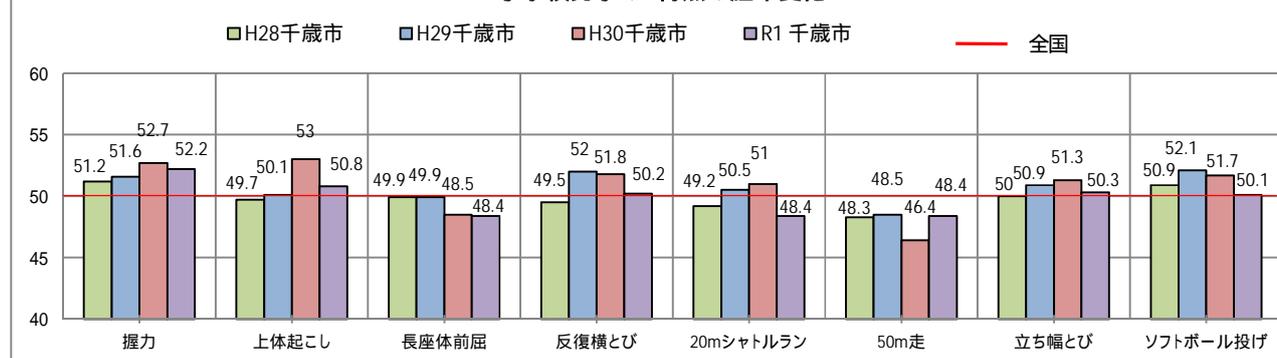
小学校男子の実技の結果

■ 全国を上回る

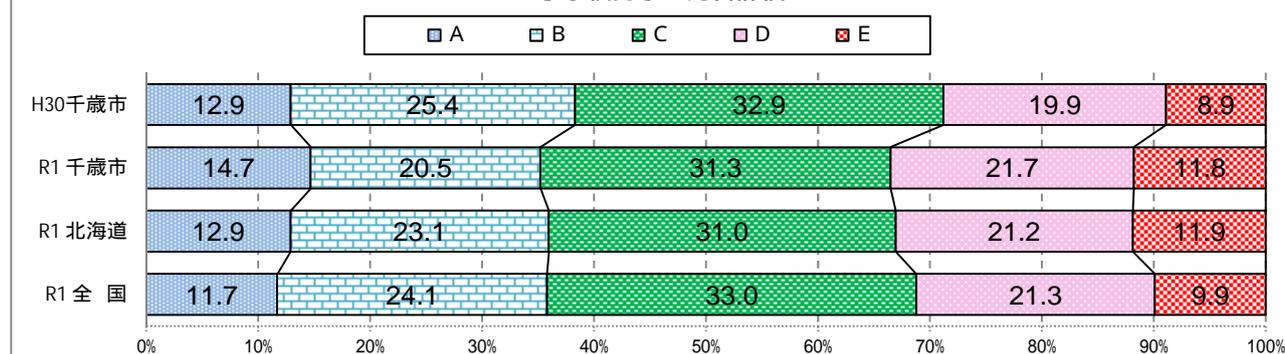
■ 全国と同様である

		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	H30	17.55	21.73	32.08	43.54	54.17	9.72	155.08	23.51	55.11
	R1	17.20	20.26	31.95	41.94	46.90	9.58	152.06	21.70	53.31
北海道	R1	17.28	19.44	33.45	42.38	47.77	9.69	151.38	22.12	53.40
全国	R1	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.45	21.61	53.61
千歳市 T得点	H30	52.7	53.0	48.5	51.8	51.0	46.4	51.3	51.7	51.0
	R1	52.2	50.8	48.4	50.2	48.4	48.4	50.3	50.1	49.7

小学校男子のT得点の経年変化



小学校男子の総合評価



(2) 女子

握力、上体起こし、反復横とびの3種目は全国を上回った。長座体前屈とソフトボール投げは、全国と同様である。体力合計点は、全国平均を50としたT得点で50.3であり、本調査の悉皆実施以降はじめて全国を上回った昨年よりさらに0.1ポイント上回り、全国を0.3ポイント上回った。

女子は、8種目中3種目（握力、上体起こし、反復横とび）が全国を上回った。長座体前屈、及びソフトボール投げについては全国を50としたT得点で全国との差が0.1ポイントであり、全国と同様となっている。種目別に全道を上回ったのは、上体起こし、20m シャトルラン、50m走の3種目である。種目別に前年度を上回ったのは、長座体前屈、50m走の2種目である。T得点で見ると、長座体前屈は年々向上しており、各校の取組が成果に結びついていることが窺える。50m 走については、昨年より2.3ポイント上回り、全国との差が縮まった。一方、20mシャトルランについては前年度を0.3ポイント下回り、全国との差はやや広がった。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。

総合評価では、前年度に比べ運動能力の高いA・B段階を合わせた児童の割合は1%減少したが、E段階の児童も1.4%減少した。全国の5段階分布と比べ、A・B段階を合わせた割合は全国より高く、D・E段階を合わせた割合は全国より低い。

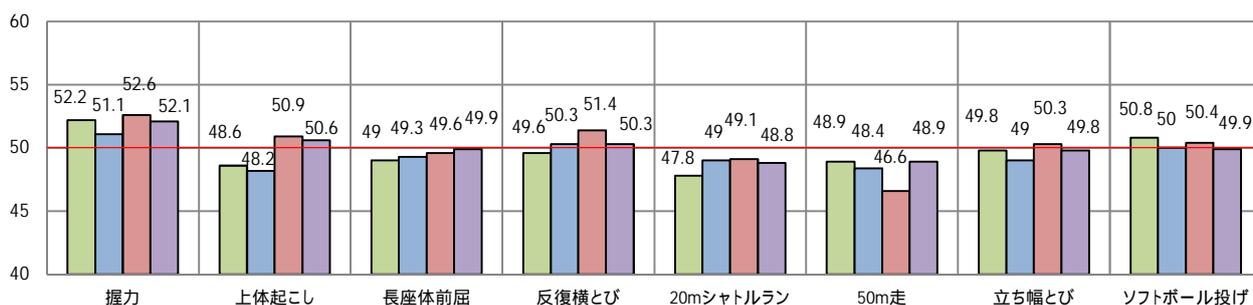
小学校女子の実技の結果

■ 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	H30	17.14	19.45	37.27	41.36	40.30	9.89	146.58	13.96	56.05
	R1	16.90	19.29	37.52	40.35	38.81	9.73	145.23	13.56	55.81
北海道	R1	16.93	18.67	37.79	40.95	38.78	9.82	145.84	14.18	55.51
全国	R1	16.09	18.95	37.62	40.14	40.79	9.64	145.68	13.61	55.59
千歳市 T得点	H30	52.6	50.9	49.6	51.4	49.1	46.6	50.3	50.4	50.2
	R1	52.1	50.6	49.9	50.3	48.8	48.9	49.8	49.9	50.3

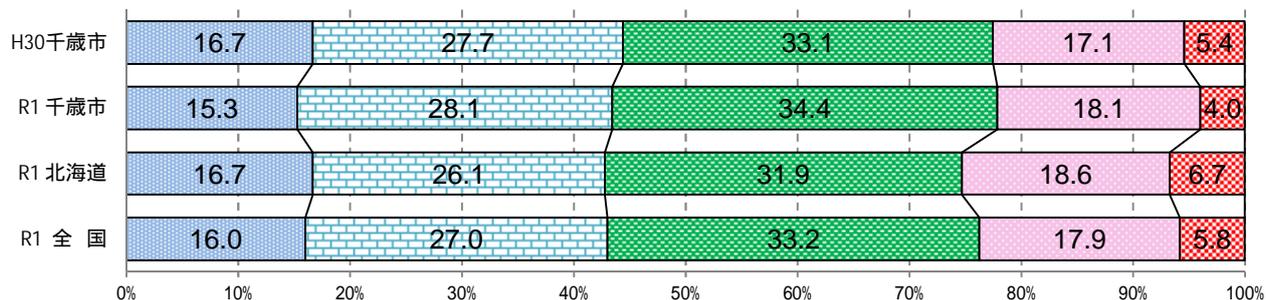
小学校女子のT得点の経年変化

■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 ■ R1千歳市 — 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、反復横とび、ハンドボール投げの4種目は、全国を上回った。体力合計得点は、全国平均を50としたT得点で49.8であり、全国を0.2ポイント下回った。

男子は、8種目中4種目(握力、上体起こし、反復横とび、ハンドボール投げ)が全国を上回った。また、8種目中6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、ハンドボール投げ)で全道を上回り、1種目(50m走)は同様であった。種目別で唯一前年度を上回った反復横とびは、過去数年、取組がなかなか成果に結びつかなかったが、T得点で前年度を1.4ポイント上回り、全国を0.6ポイント上回った。一方、20mシャトルランは1.5ポイント、50m走は0.9ポイント、立ち幅とびは2.0ポイント前年度を下回り、全国との差が広がった。引き続き全身持久力、疾走能力、跳躍能力の向上に取り組む必要がある。

総合評価については、運動能力の高いB段階の生徒の割合は前年度に比べ4.4%減少し、D段階の割合は2.8%増加した。全国の5段階分布と比べ、運動能力の最も高いA段階の割合は高いがB段階は低く、E段階の割合は低い。D段階は高い。

中学校男子の実技の結果

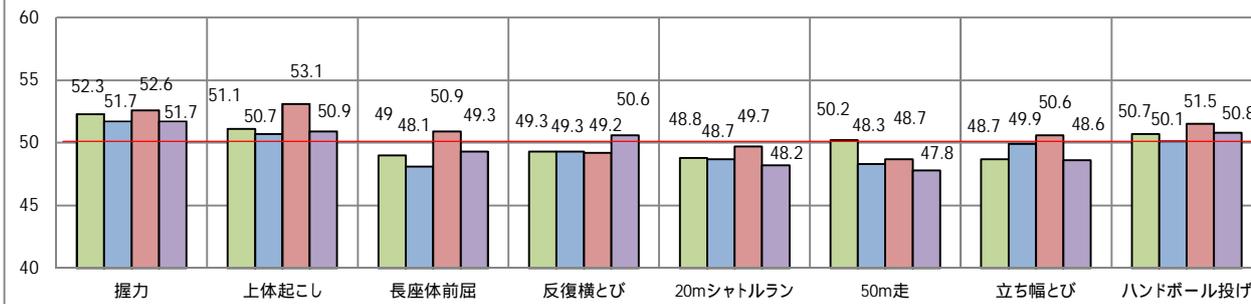
■ 全国を上回る

■ 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	H30	30.70	29.25	44.35	51.60	85.24	8.10	197.44	21.42	43.98
	R1	29.90	27.52	42.80	52.36	79.18	8.21	190.95	20.87	41.48
北海道	R1	29.58	26.50	42.34	50.85	78.97	8.21	194.58	20.17	40.72
全国	R1	28.65	26.96	43.50	51.91	83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
千歳市 T得点	H30	52.6	53.1	50.9	49.2	49.7	48.7	50.6	51.5	51.6
	R1	51.7	50.9	49.3	50.6	48.2	47.8	48.6	50.8	49.8

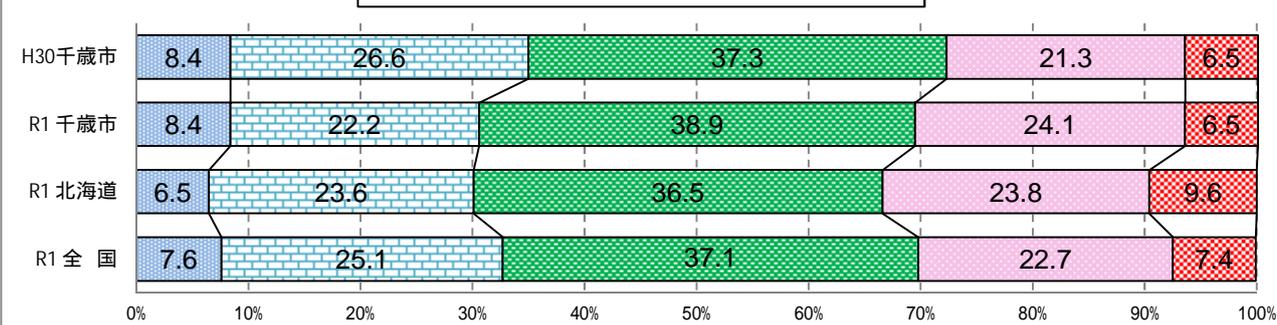
中学校男子のT得点の経年変化

■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 ■ R1千歳市 — 全国



中学校男子の総合評価

■ A ■ B ■ C ■ D ■ E



(2) 女子

握力、反復横とび、ハンドボール投げの3種目で全国を上回った。体力合計得点は全国平均を50としたT得点で49.2であり、全国を0.8ポイント下回った。

女子は、8種目中3種目(握力、反復横とび、ハンドボール投げ)が全国を上回った。また、8種目中7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、立ち幅とび、ハンドボール投げ)は全道を上回り、1種目(50m走)は同様であった。種目別に前年度を上回ったのは、反復横とび、20m シャトルラン、50m走の3種目である。全国との差が大きかった反復横とびは、T得点で前年度を2.8ポイント上回り、はじめて全国平均を上回った。20mシャトルランは前年度を0.2ポイント上回ったものの、依然として全国との差は大きい。また、50m走は1.8ポイント、立ち幅とびは1.3ポイント前年度を下回り、全国との差が広がった。引き続き、全身持久力、疾走能力、跳躍能力の向上に取り組む必要がある。

総合評価については前年度に比べ、運動能力の高いA・B段階を合わせた生徒の割合は3.6%減少し、E段階の割合が0.8%増加した。全国の5段階の分布に比べ、A・B段階の割合はいずれも低く、D・E段階を合わせた割合は同様である。

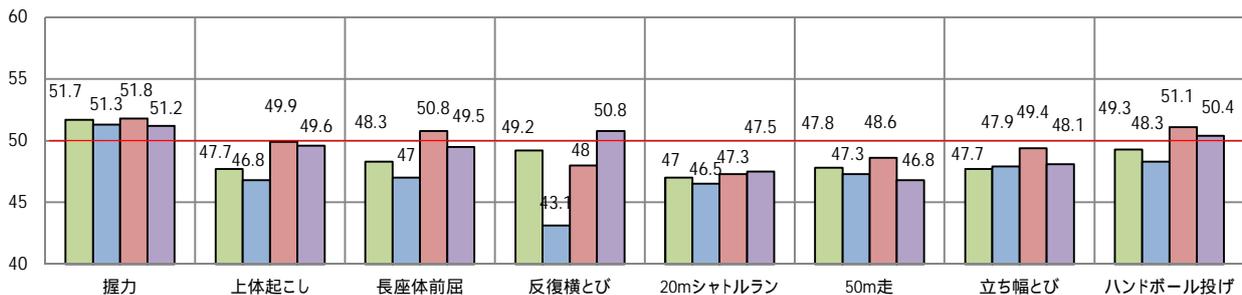
中学校女子の実技の結果

■ 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	H30	24.70	23.81	46.97	45.99	54.30	8.89	168.81	13.43	50.00
	R1	24.33	23.48	45.83	47.84	53.41	9.07	165.30	13.13	49.34
北海道	R1	23.70	22.27	44.56	45.52	51.98	9.06	165.08	12.54	47.14
全国	R1	23.79	23.69	46.32	47.28	58.31	8.81	169.90	12.96	50.22
千歳市 T得点	H30	51.8	49.9	50.8	48.0	47.3	48.6	49.4	51.1	49.4
	R1	51.2	49.6	49.5	50.8	47.5	46.8	48.1	50.4	49.2

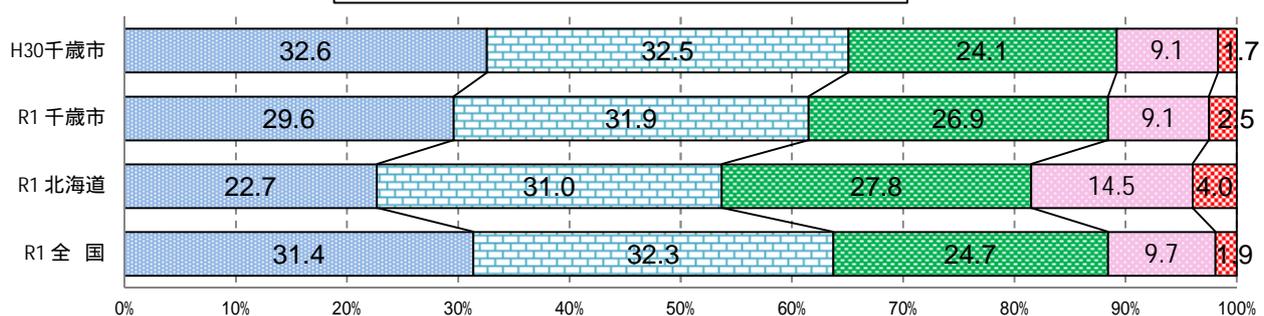
中学校女子のT得点の経年変化

■ H28千歳市 ■ H29千歳市 ■ H30千歳市 ■ R1千歳市 — 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

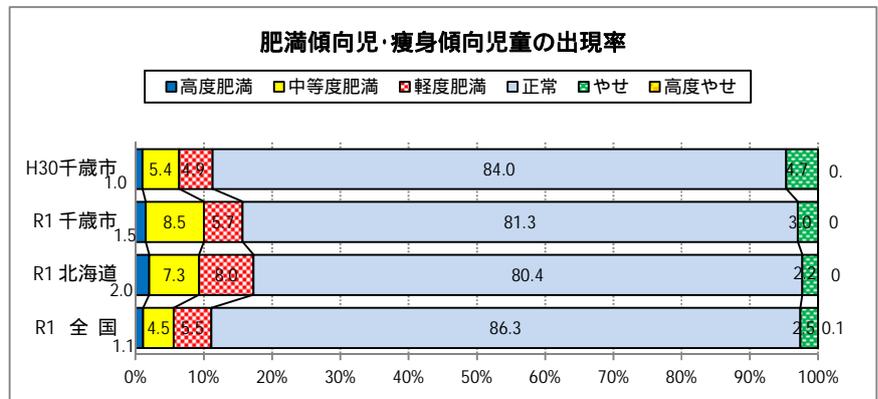
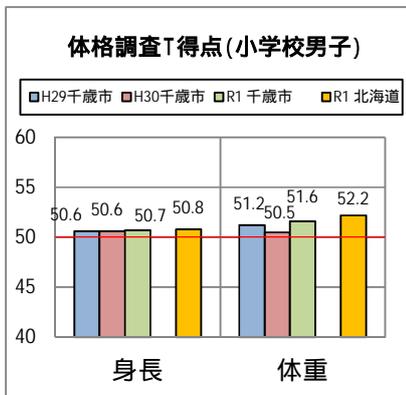
1 小学校

(1) 男子

前年度との比較では身長は同様、体重は1.01 kg上回った。全国との比較では身長は0.44cm、体重は、1.20kg上回った。全道との比較では身長は同様、体重は0.42 kg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15.7%であり、前年度より4.4ポイント増加し、全国より4.6ポイント高く、全道より1.6ポイント低い。「やせ」と「高度やせ」を合わせた痩身傾向児の割合は3.0%であり、前年度より1.7ポイント減少したが、全国より0.4ポイント、全道より0.8ポイント高い。

【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	H30	139.31	34.56	1.0	5.4	4.9	84.0	4.7	0.0
	R1	139.36	35.57	1.5	8.5	5.7	81.3	3.0	0.0
北海道	R1	139.44	35.99	2.0	7.3	8.0	80.4	2.2	0.0
全国	R1	138.92	34.37	1.1	4.5	5.5	86.3	2.5	0.1

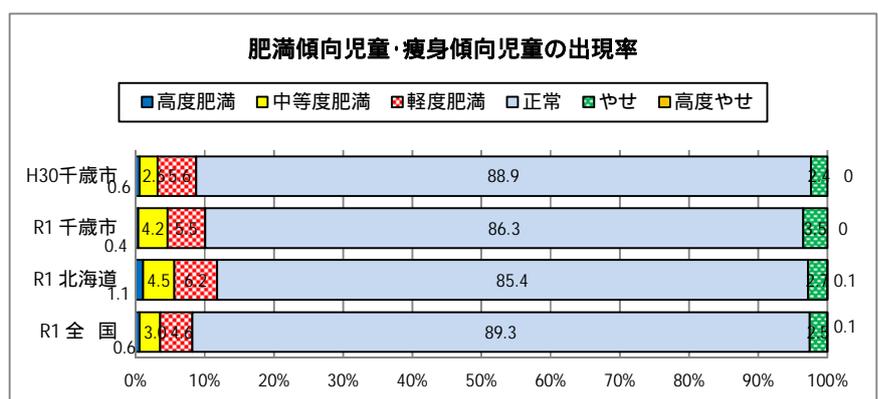
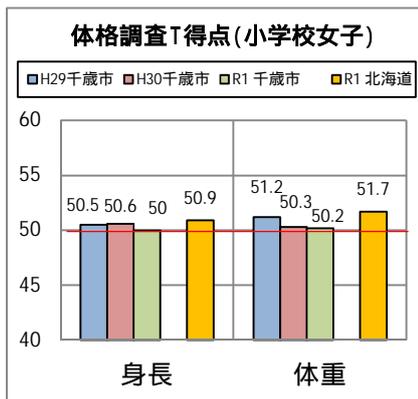


(2) 女子

前年度との比較では身長は0.41cm下回り、体重は同様である。全国との比較では、身長は同様、体重は1.03kg上回った。全道との比較では、身長は0.63cm、体重は1.03kg下回った。肥満傾向児の割合は10.1%であり、前年度より1.3ポイント増加し全国より1.9ポイント高く、全道より1.7ポイント低い。痩身傾向児の割合は3.5%であり、前年度より1.1%増加し全国より0.9ポイント、全道より0.7ポイント高い。

【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	H30	140.50	34.20	0.6	2.6	5.6	88.9	2.4	0.0
	R1	140.09	34.25	0.4	4.2	5.5	86.3	3.5	0.0
北海道	R1	140.72	35.28	1.1	4.5	6.2	85.4	2.7	0.1
全国	R1	140.12	34.11	0.6	3.0	4.6	89.3	2.5	0.1



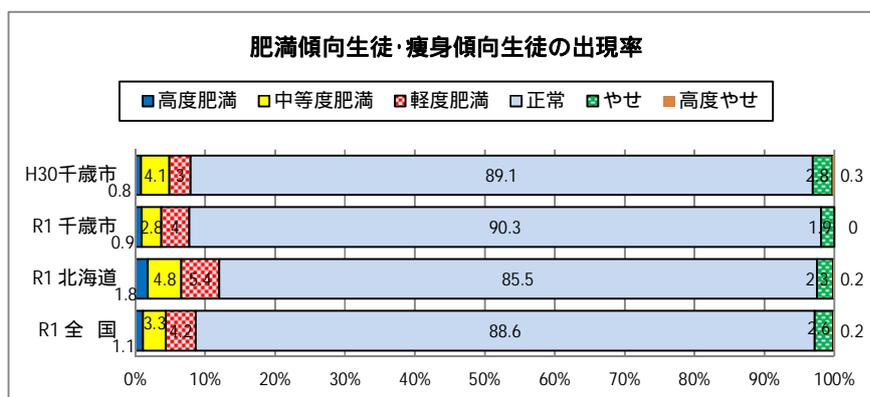
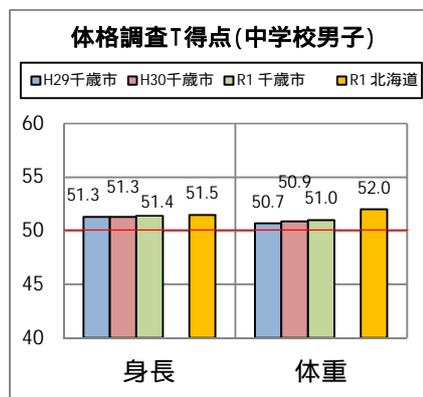
2 中学校

(1) 男子

前年度との比較では身長は 0.11cm、体重は 0.32 kg上回った。全国との比較では身長は 1.11cm、体重は 0.99kg 上回った。全道との比較では身長は同様、体重は 1.0 kg下回った。肥満傾向児の割合は 7.7%であり、前年度より 0.2 ポイント減少し、全国よりも 0.9 ポイント、全道より 4.3 ポイント低い。痩身傾向児の割合は 1.9%であり、前年度より 1.2 ポイント減少し、全国よりも 0.9 ポイント、全道よりも 0.6 ポイント低い。

【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	H30	161.00	49.51	0.8	4.1	3.0	89.1	2.8	0.3
	R 1	161.11	49.83	0.9	2.8	4.0	90.3	1.9	0.0
北海道	R 1	161.12	50.83	1.8	4.8	5.4	85.5	2.3	0.2
全国	R 1	160.00	48.84	1.1	3.3	4.2	88.6	2.6	0.2

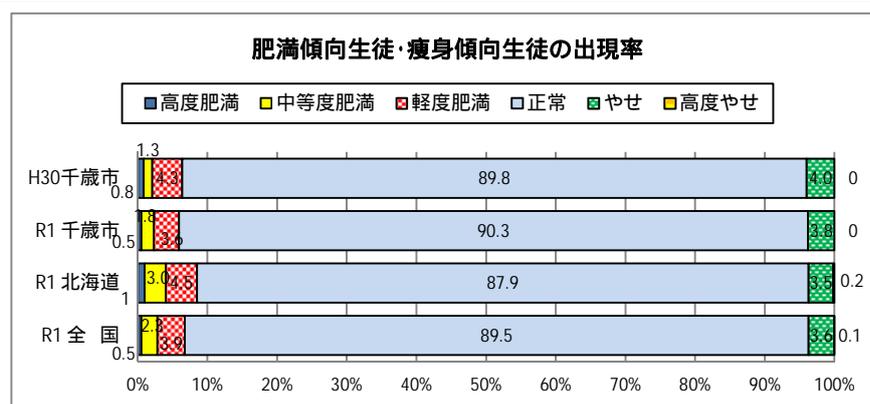
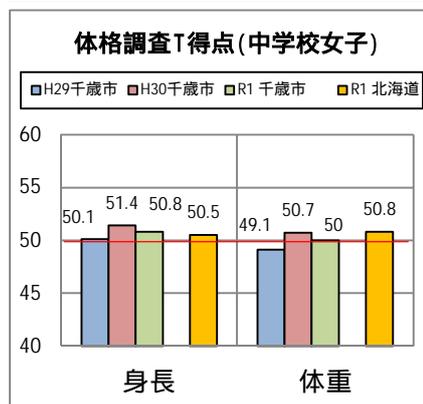


(2) 女子

前年度との比較では身長は 0.37 cm、体重は 0.7 kg下回った。全国との比較では、身長は 0.41cm 上回り、体重は同様である。全道との比較では身長は 0.12 cm上回り、体重は 0.61 kg下回った。肥満傾向児の割合は 5.9%であり、前年度より 0.5 ポイント減少し、全国より 0.8 ポイント、全道より 2.6 ポイント低い。痩身傾向児の割合は 3.8%であり、前年度より 0.2 ポイント減少したが、全国、全道より 0.1 ポイント高い。

【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	H30	155.64	47.05	0.8	1.3	4.3	89.8	4.0	0.0
	R 1	155.27	46.80	0.5	1.8	3.6	90.3	3.8	0.0
北海道	R 1	155.15	47.41	1.0	3.0	4.5	87.9	3.5	0.2
全国	R 1	154.86	46.82	0.5	2.3	3.9	89.5	3.6	0.1



児童生徒質問紙調査の結果

1 生活習慣の状況

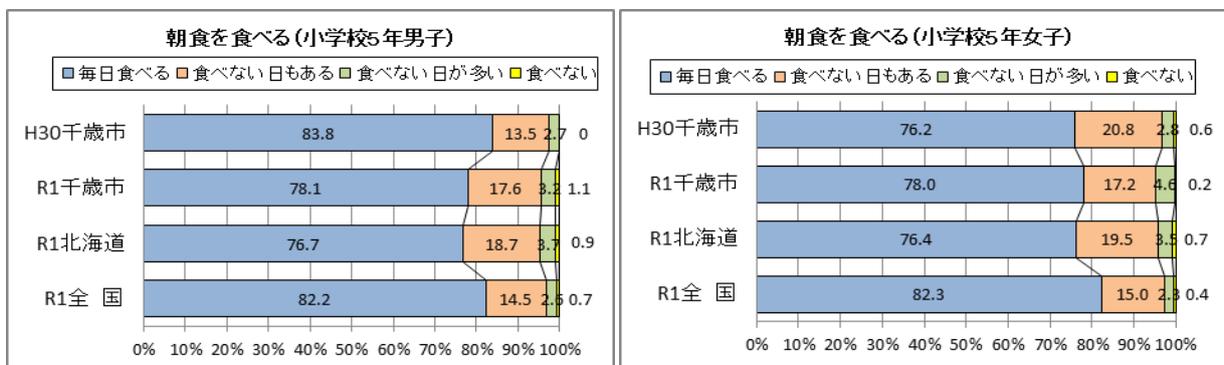
(1) 小学校

質問番号	質問事項
小6	朝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男子児童の割合は、78.1%であり前年度を5.7ポイント下回り、全国より4.1ポイント低い状況となっている。また、「朝食を食べない日もある」と回答した児童が、前年度より4.1ポイント上回っており、不規則に朝食を摂取している男子児童の増加が見られる。

女子児童については、「朝食を毎日食べる」と回答した児童の割合は、78.0%であり前年度を1.8ポイント上回ったものの全国との比較では4.3ポイント低い状況となっている。

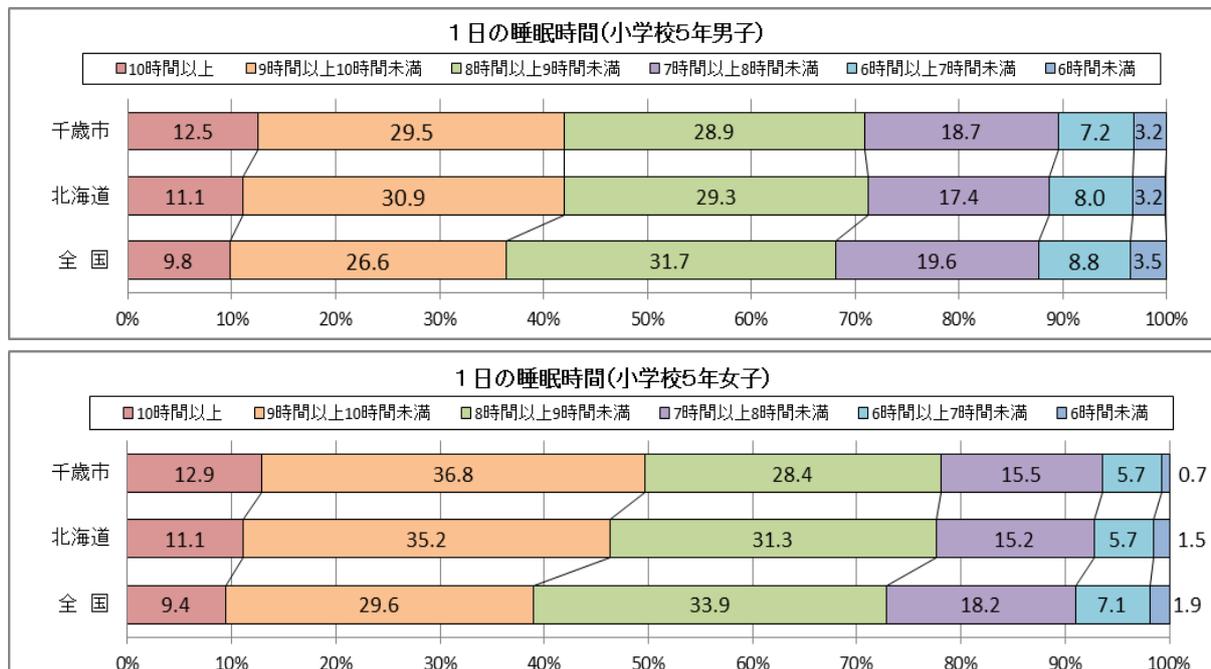
朝食を「食べない日が多い」または「食べない」と回答した児童の割合は、男子は4.3%、女子は4.8%となっている。



質問番号	質問事項
小7	毎日どのくらい寝ていますか。

8時間以上睡眠をとっている児童の割合は、男子が70.9%で全国を2.8ポイント上回り、女子は78.1%で全国を5.2ポイント上回っている。

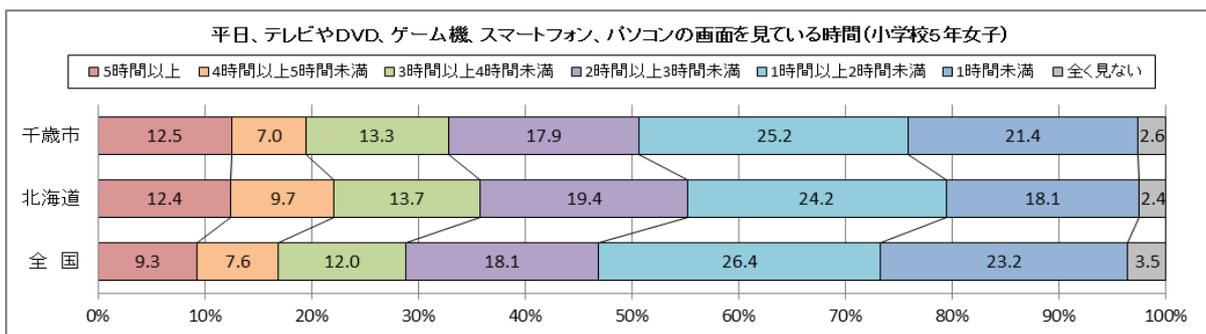
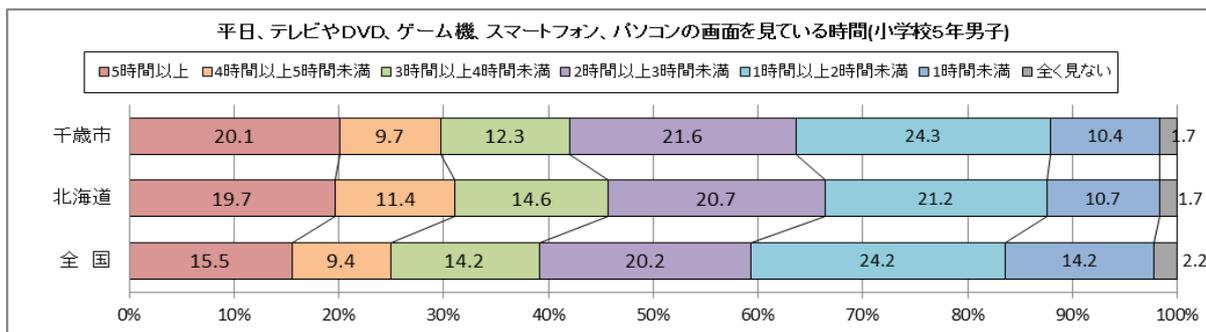
睡眠時間が6時間未満と少ない児童の割合についても、全国を下回っており、睡眠時間については良好な状況が見られる。



質問番号	質問事項
小8	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42.1%で前年度を1.2ポイント上回り、全国を3.0ポイント上回っている。女子は32.8%で前年度を3.5ポイント下回ったものの、全国を3.9ポイント上回っている。男女共に全国を上回っており、女子よりも男子の方が、視聴時間が長い状況がみられる。

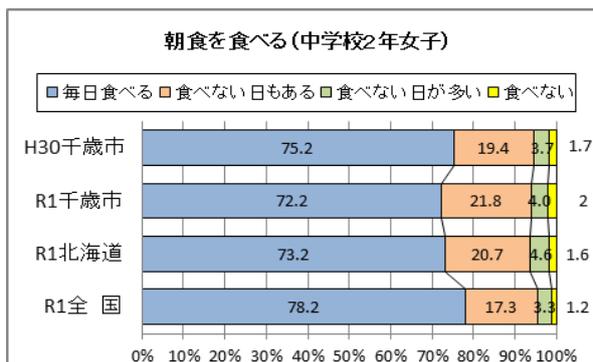
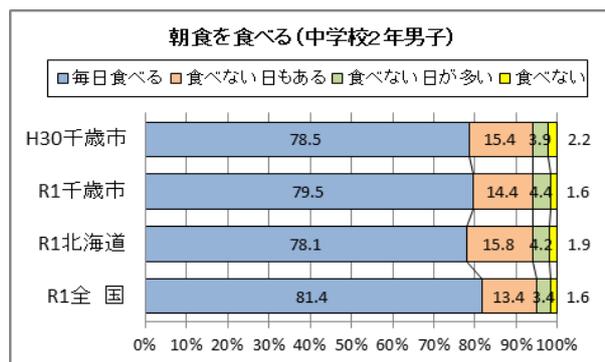
また、「5時間以上」と回答した児童の割合については、男女共に全国を大きく上回っており、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴時間が長時間におよぶ児童が多い状況が続いている。



(2) 中学校

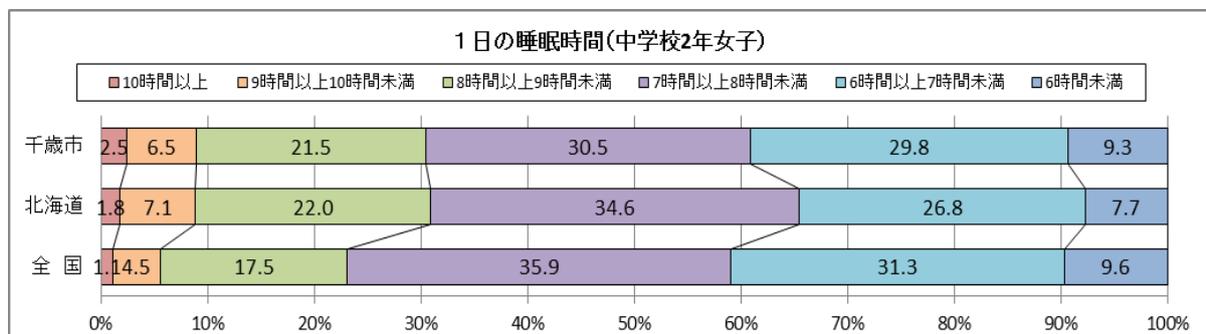
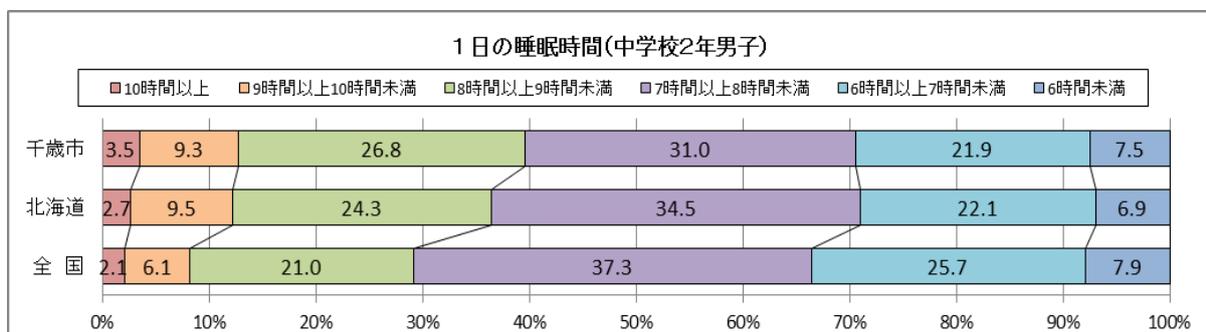
質問番号	質問事項
7	朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます。)

「朝食を毎日食べる」と回答した生徒の割合は、男子は79.5%であり前年度より1.0ポイント増加したものの全国を1.9ポイント下回っている。女子は、72.2%であり前年度より3.0ポイント減少し、全国との差が広がり、6.0ポイント低い状況となっている。朝食を「食べない日が多い」または「食べない」と回答した生徒の割合は、男女共に6.0%であり、小学生より多い状況となっている。



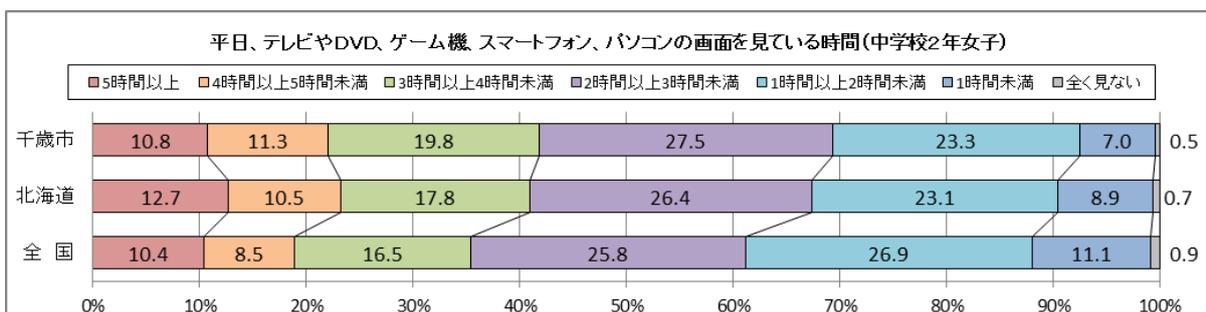
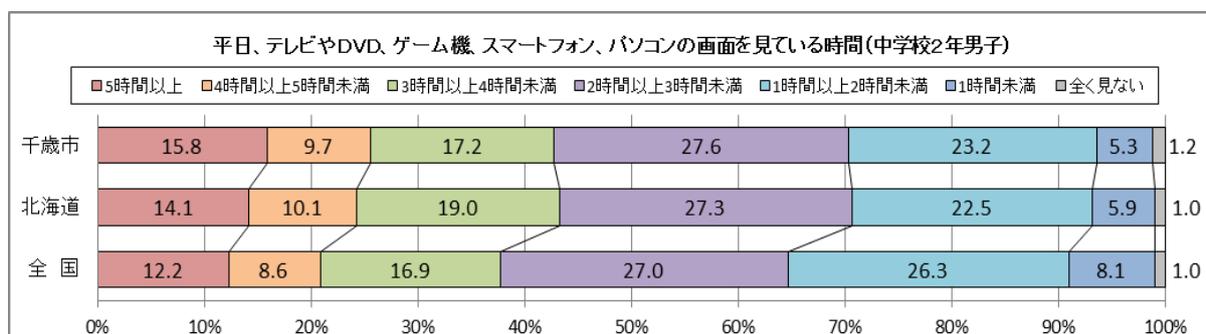
質問番号	質問事項
8	毎日どのくらい寝ていますか。

7時間以上睡眠をとっている生徒の割合は、男子は70.6%であり全国を4.1ポイント上回っている。女子は61.0%であり全国を2.0ポイント上回っている。全国と比較しても男女共に睡眠時間が確保できている生徒が多い状況が見られる。



質問番号	質問事項
9	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、男子は42.7%であり前年度を2.8ポイント上回り、全国を5.0ポイント上回っている。女子は41.9%であり前年度を0.6ポイント上回り、全国を6.5ポイント上回っている。また、「5時間以上」と回答した生徒の割合については、男子は全国を大きく上回っているが、女子は全国とほぼ同様となっている。



2 運動習慣の状況

(1) 小学校

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

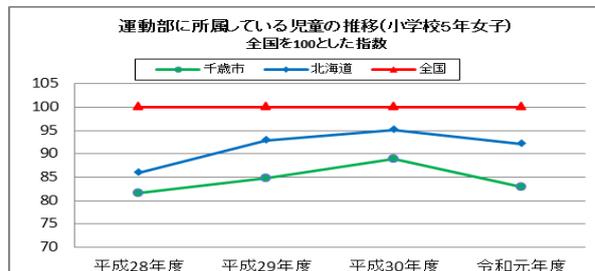
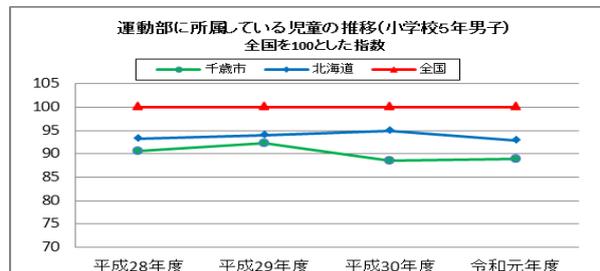
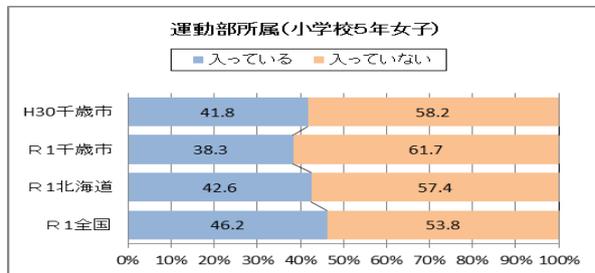
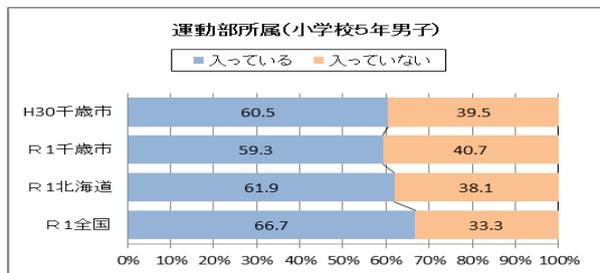
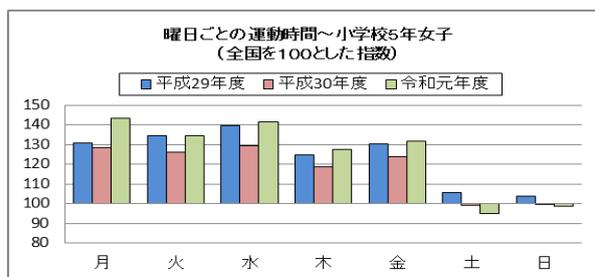
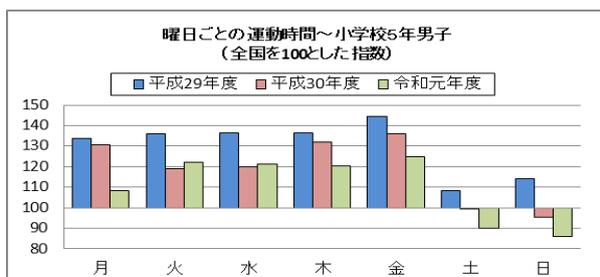
1週間の曜日ごとの運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間については、男女共に平日(月曜日～金曜日)は全国を上回っているが、土曜日、日曜日は全国を下回っている。

1週間の総運動時間については、男子は全国より24.8分多く、女子は65.9分多い状況となっている。

運動部に所属している児童の割合は、男子は59.3%であり前年度をやや下回り全国を7.4ポイント下回っている。経年変化のグラフは、前年度を上回っているが、全国の加入率も低下しており、全国を100とした指数で表すと前年度を上回る結果となったためである。女子は38.3%であり、前年度を3.5ポイント下回り、全国を7.9ポイント下回った。

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)														1週間の総運動時間	
	月		火		水		木		金		土		日		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	59.8	108.3	72.6	122.0	78.3	121.4	72.1	120.4	74.5	124.8	122.0	90.1	111.5	86.2	582.9	104.4
北海道	66.3	120.1	80.2	134.8	80.2	124.3	77.5	129.4	81.0	135.7	115.9	85.6	102.9	79.5	599.1	107.3
全国	55.2	100.0	59.5	100.0	64.5	100.0	59.9	100.0	59.7	100.0	135.4	100.0	129.4	100.0	558.1	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)														1週間の総運動時間	
	月		火		水		木		金		土		日		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	55.7	143.2	54.4	134.3	65.0	141.3	53.0	127.7	56.4	131.5	72.5	95.1	64.8	98.6	415.5	118.9
北海道	52.3	134.4	55.2	136.3	58.8	127.8	55.0	132.5	57.8	134.7	72.1	94.6	56.8	86.5	406.8	116.4
全国	38.9	100.0	40.5	100.0	46.0	100.0	41.5	100.0	42.9	100.0	76.2	100.0	65.7	100.0	349.6	100.0



(2) 中学校

質問番号	質問事項
5 - 2	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。
5	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)

1週間の曜日ごとの運動(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、男子は、水曜日と金曜日が全国を下回り、女子は、火曜日、水曜日、金曜日が全国を下回っている。休日については、男女共に土曜日は全国を下回っている。

1週間の総運動時間については、男子は全国より25.3分多く、女子は20.4分多い状況となっている。

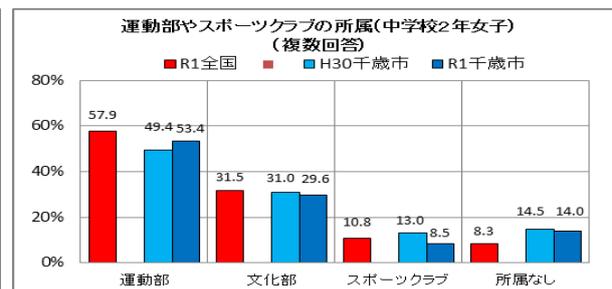
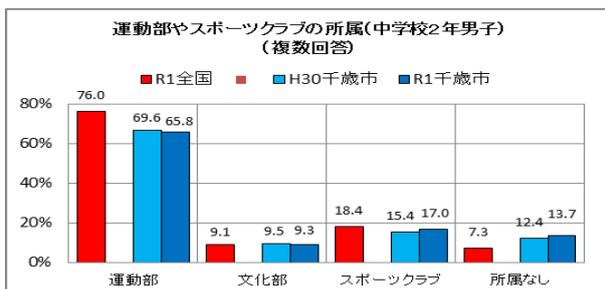
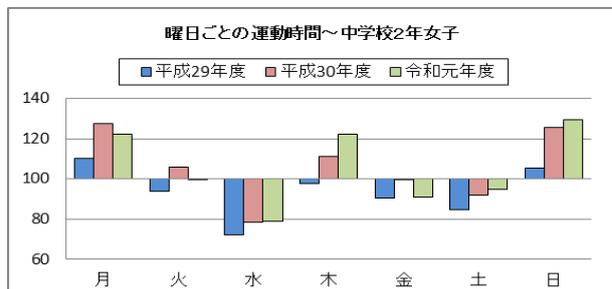
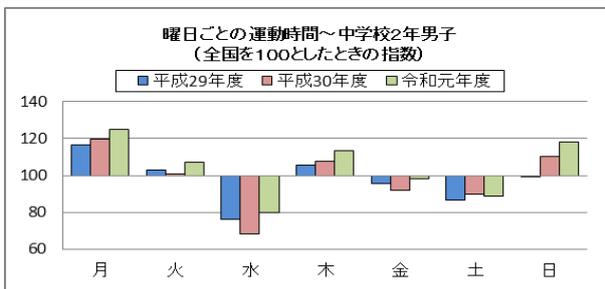
運動部・スポーツクラブの所属については、男子は、部活動に所属する生徒が前年度を3.8ポイント下回り65.8%となり、全国より10.2ポイント少ない状況となっている。スポーツクラブに所属する生徒の割合は17.0%であり、前年度を1.6ポイント上回ったものの、全国より1.4ポイント少ない状況となっている。

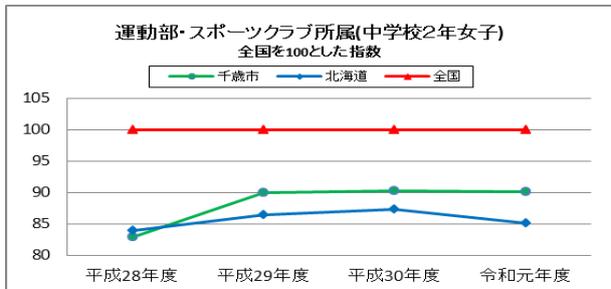
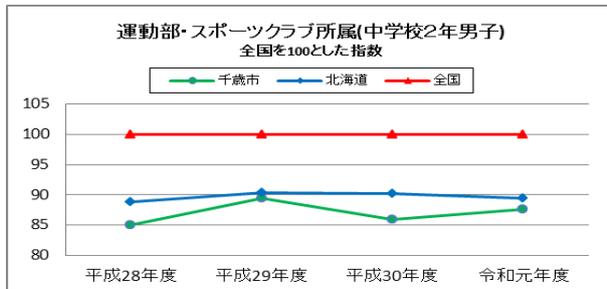
女子は、運動部に所属する生徒が前年度を4.0ポイント下回り53.4%となり、全国より4.5ポイント少ない状況となっている。スポーツクラブに所属する生徒の割合は、前年度より4.5ポイント下回り8.5%となり、全国より2.3ポイント少ない状況となっている。

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 2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)														1週間の総運動時間	
	月		火		水		木		金		土		日		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	108.7	125.2	114.8	107.2	73.8	80.0	117.7	113.7	108.2	98.3	175.4	88.6	162.0	117.9	860.0	103.1
北海道	91.6	105.5	108.5	101.3	99.0	107.4	107.7	104.1	111.5	101.3	174.9	89.7	144.2	104.9	837.4	100.3
全国	86.8	100.0	107.1	100.0	92.2	100.0	103.5	100.0	110.1	100.0	197.9	100.0	137.4	100.0	834.7	100.0

中学校 2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)														1週間の総運動時間	
	月		火		水		木		金		土		日		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	82.2	122.2	80.7	99.6	54.6	79.1	88.3	122.3	84.8	91.2	137.7	95.1	109.5	129.4	630.3	103.3
北海道	69.0	102.5	74.4	91.9	69.5	100.7	75.2	957.0	80.6	95.0	120.9	83.5	92.4	109.2	582.0	954.0
全国	67.3	100.0	81.0	100.0	69.0	100.0	78.6	100.0	84.8	100.0	144.8	100.0	84.6	100.0	609.9	100.0



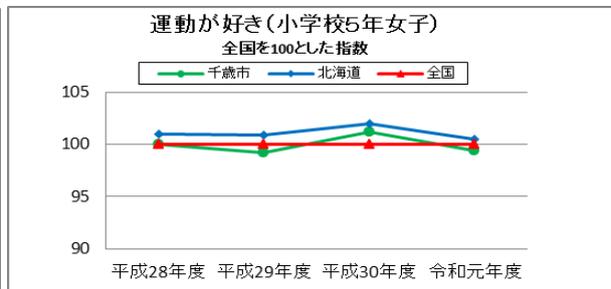
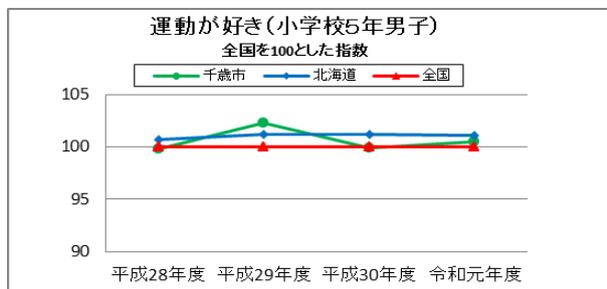
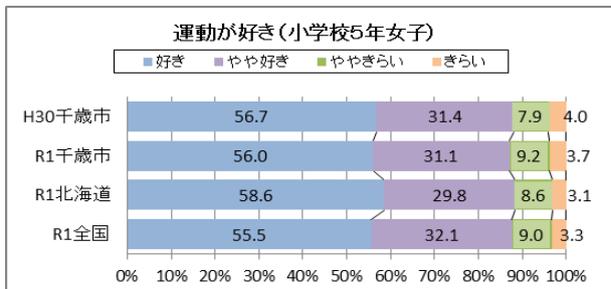
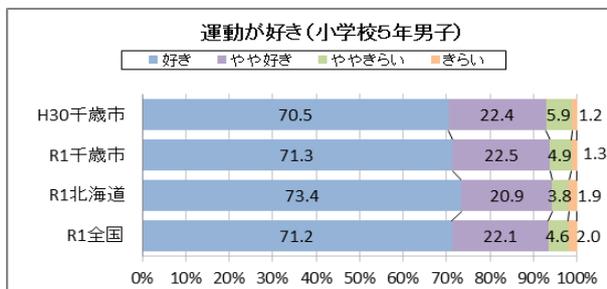


3 運動やスポーツに関する意識

(1) 小学校

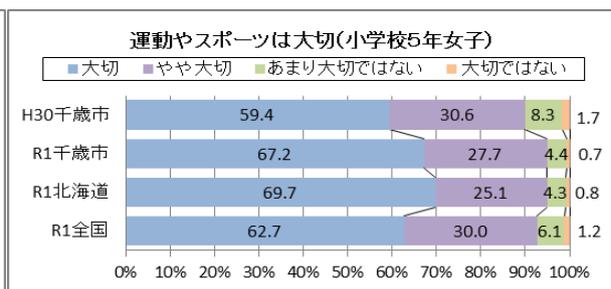
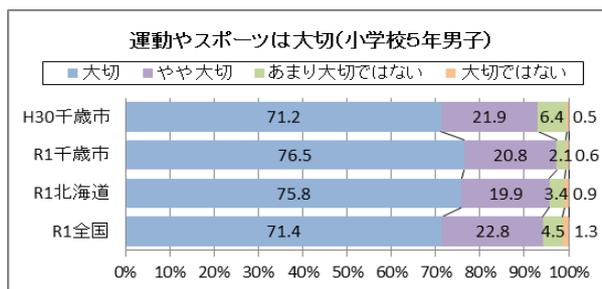
質問番号	質問事項
1	運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。

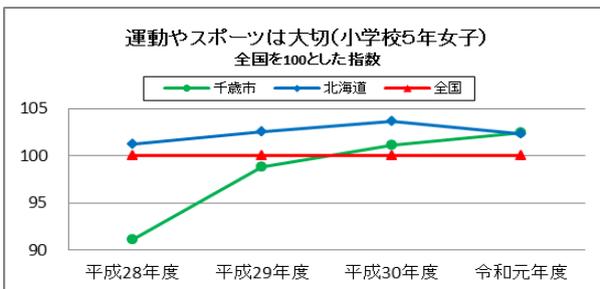
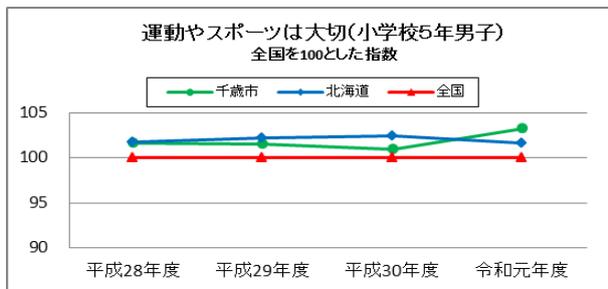
運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した男子の割合は、93.8%(H30:92.9%)であり、昨年より0.9ポイント増加し全国と同様の水準を維持している。女子については87.1%(H30:88.1%)で前年度より1.0ポイント減少したが全国と同様となっている。



質問番号	質問事項
3	運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切ですか。

「運動やスポーツは大切」「やや大切」と回答した児童の割合は、男子は97.3%であり、前年度を4.2ポイント増加した。女子は94.9%であり前年度より4.9ポイント増加し、男女共に全国を上回っている。

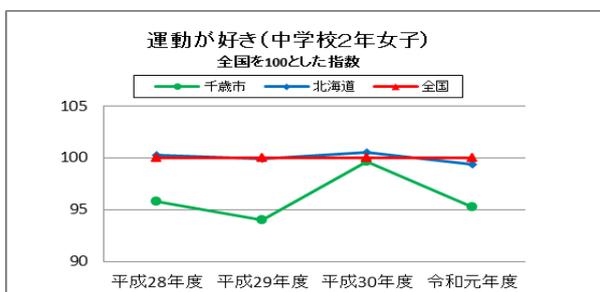
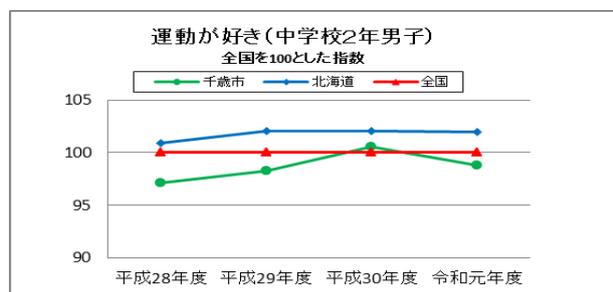
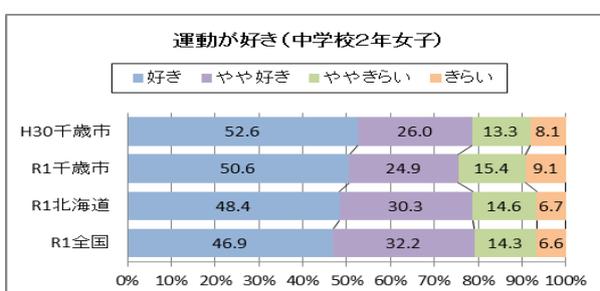
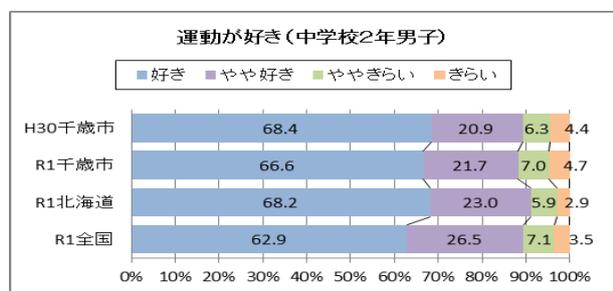




(2) 中学校

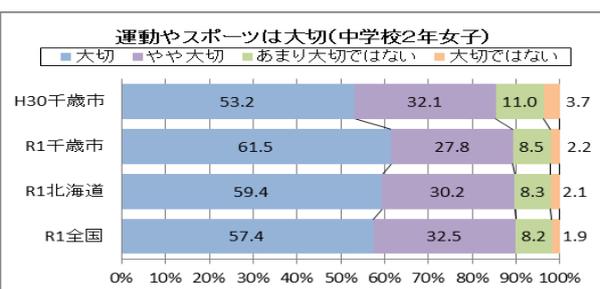
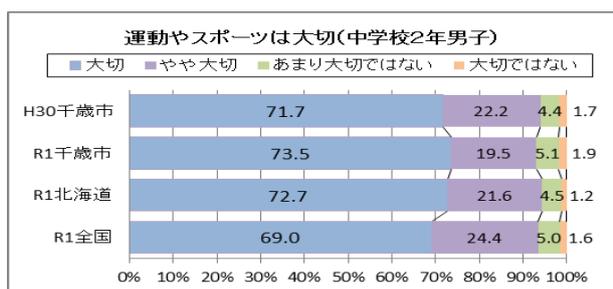
質問番号	質問事項
1	運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。

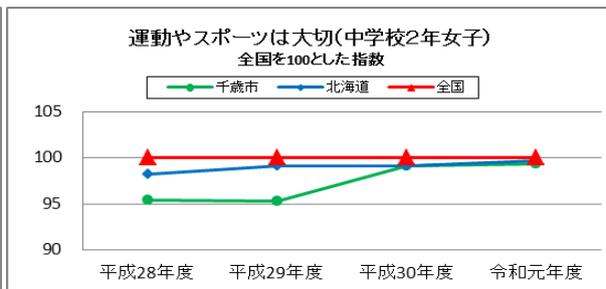
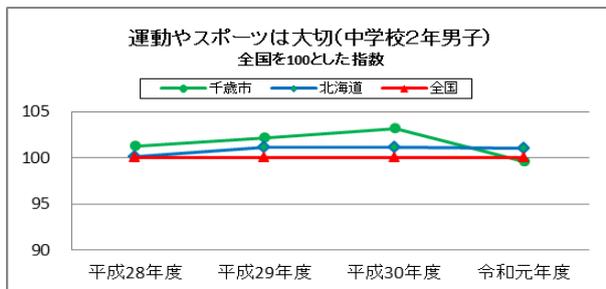
運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した生徒の割合は、男子は88.3%(H30:89.3%)であり前年度を1.0ポイント下回り、全国より1.1ポイント少ない状況となっている。女子は、75.5%(H30:78.6%)であり前年度を3.1ポイント下回り、全国より3.6ポイント少ない状況となっている。



質問番号	質問事項
3	運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切ですか。

「運動やスポーツは大切」「やや大切」と回答した生徒の割合は、男子は93.0%、女子は89.3%であり、全国と同様となっている。



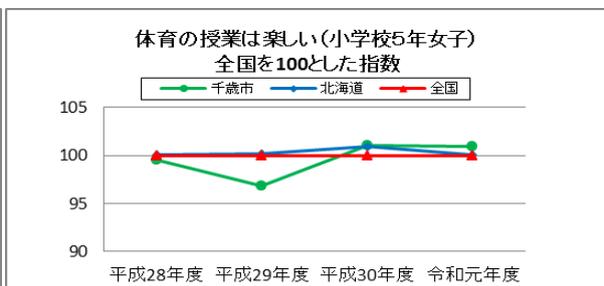
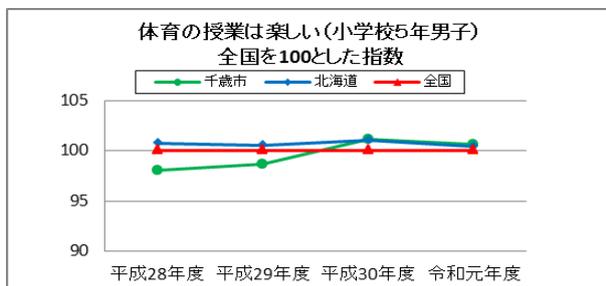
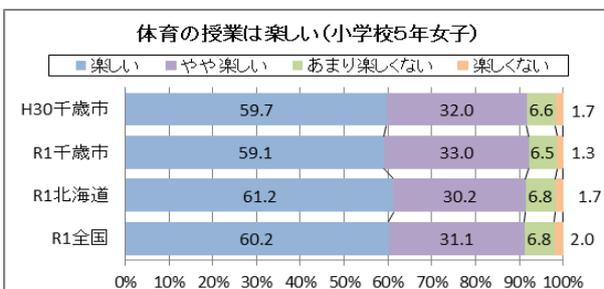
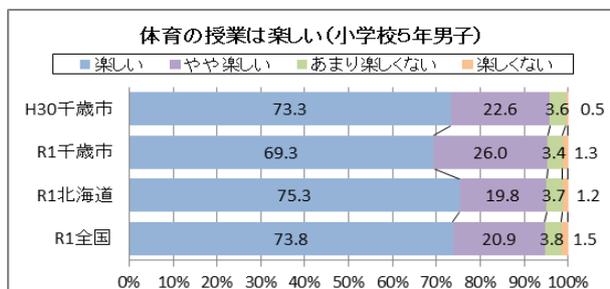


4 体育・保健体育の授業について

(1) 小学校

質問番号	質問事項
11	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」と回答した児童の割合は、男子が95.3%、女子が92.1%であり、男女共に2年連続全国を上回っている。しかし、「楽しい」と回答した割合を見ると、男子は前年度を4.0ポイント下回り、女子も0.6ポイント下回っている。

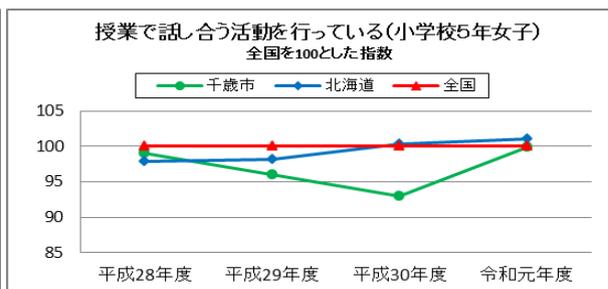
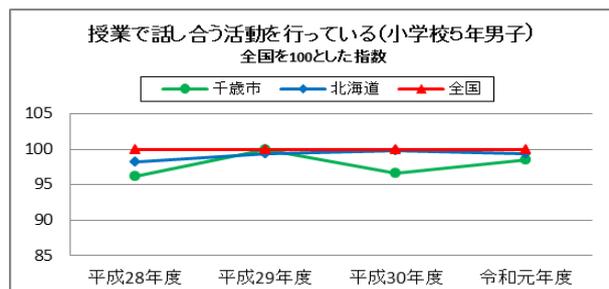
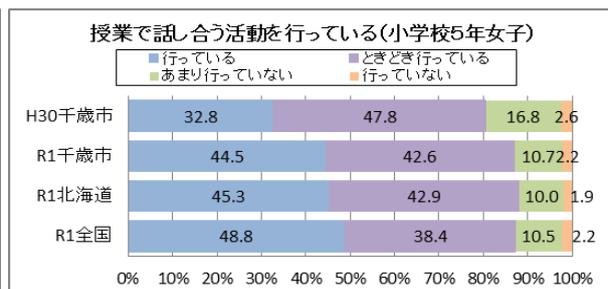
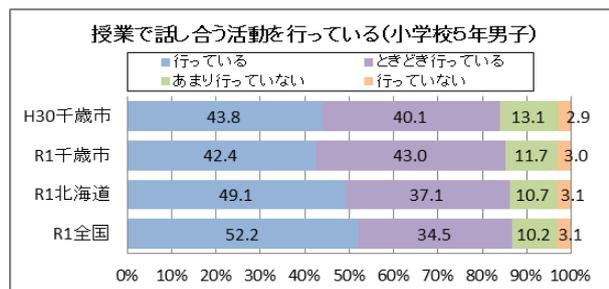
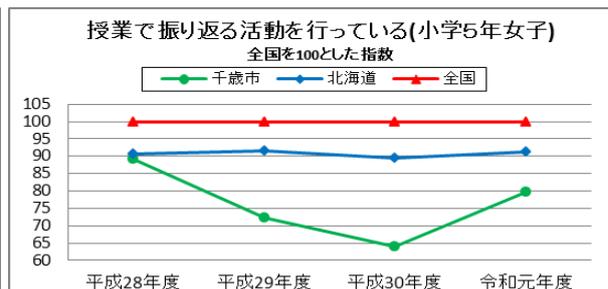
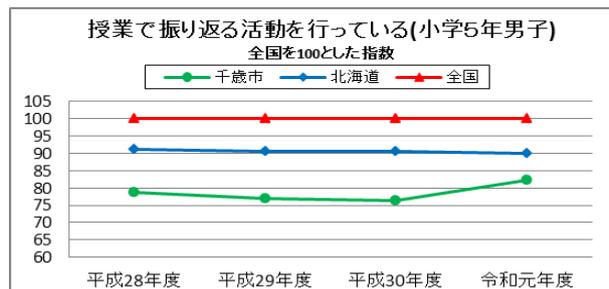
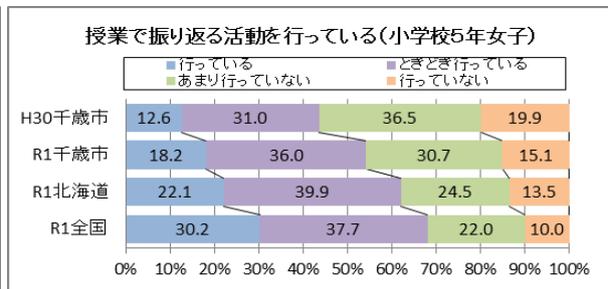
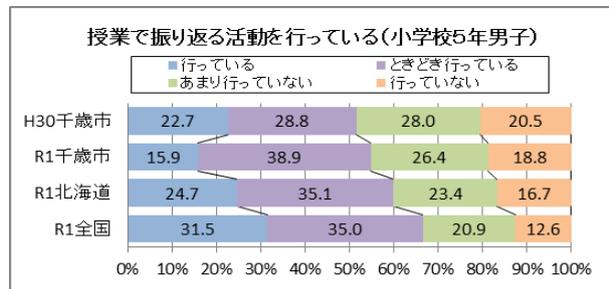
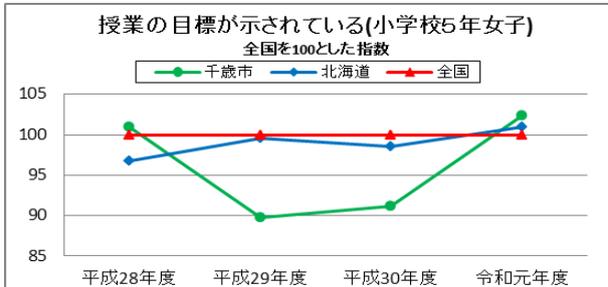
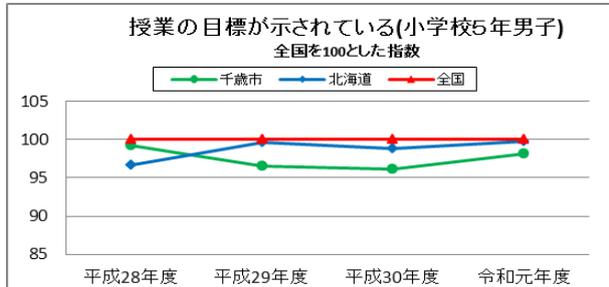
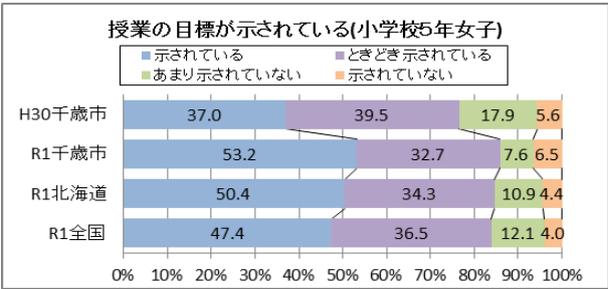
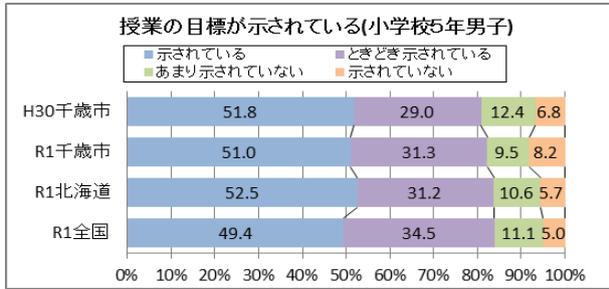


質問番号	質問事項
13	体育の授業では、授業の始めに授業の目標(めあて・ねらい)が示されていますか。
14	体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。
16	体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。

授業の始めに「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、男女共に前年度を上回り、男子が82.3%、女子が85.9%となっている。

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、男子が54.8%、女子が54.2%であり、男女共に前年度を上回ったが、依然として全国を大きく下回っている。

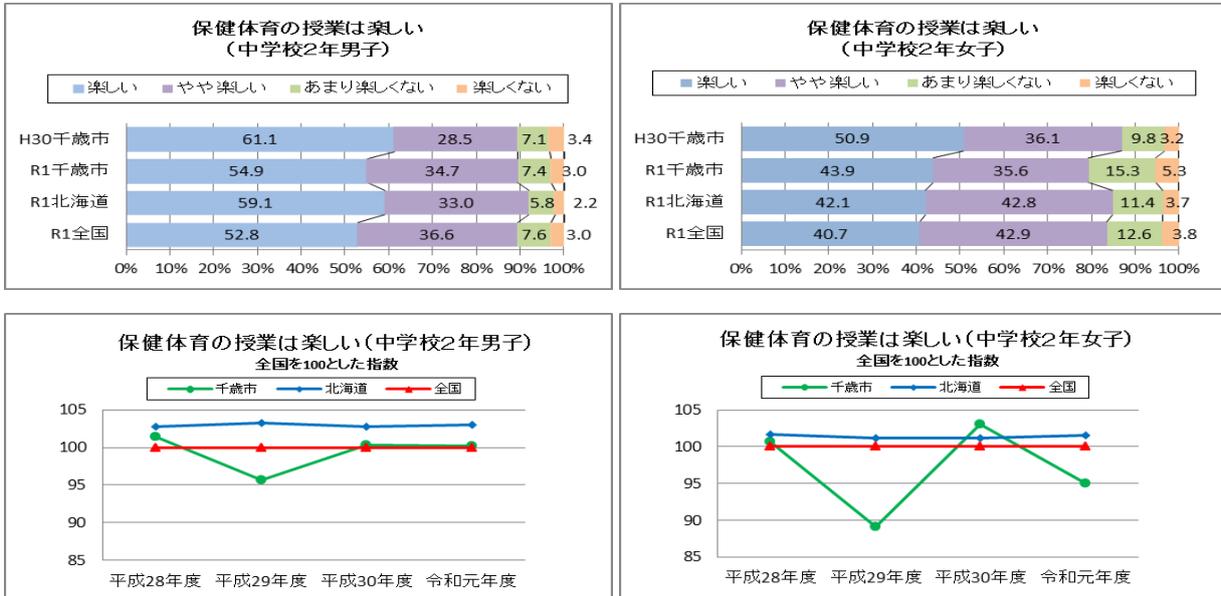
体育の授業で話し合う活動を「行っている」「ときどき行っている」と肯定的な回答した児童の割合は、男女共に前年度を上回り、男子が85.4%、女子が87.1%であり全国と同様となっている。



(2) 中学校

質問番号	質問事項
11	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、男子は 89.6%であり全国と同様であるが、「楽しい」と回答した生徒の割合は全国を上回っている。女子は 79.5%であり全国を 4.1 ポイント下回っているが、「楽しい」と回答した生徒の割合は、男子と同様に全国を上回っている。

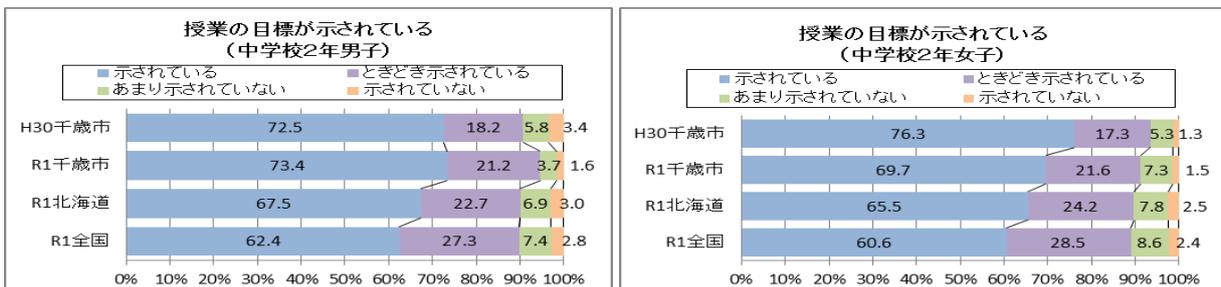


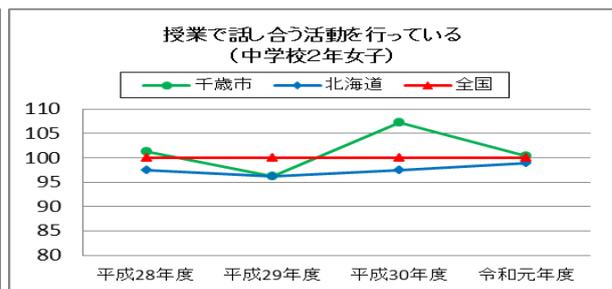
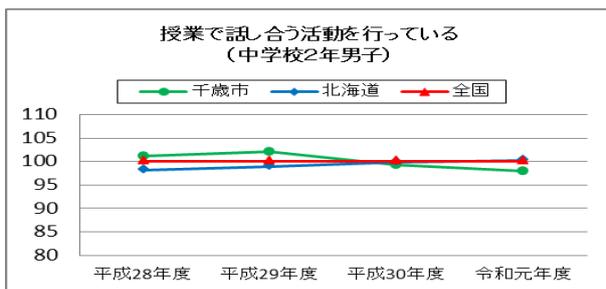
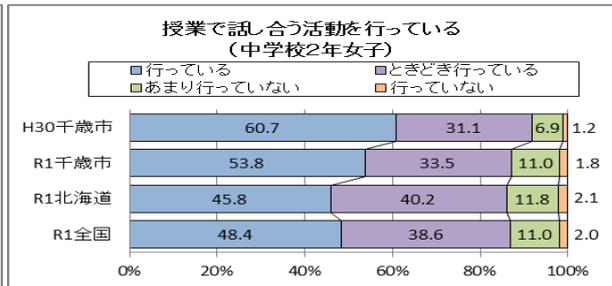
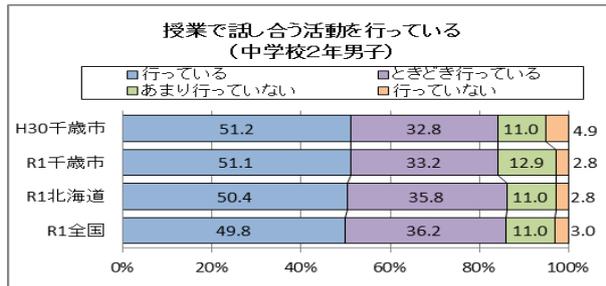
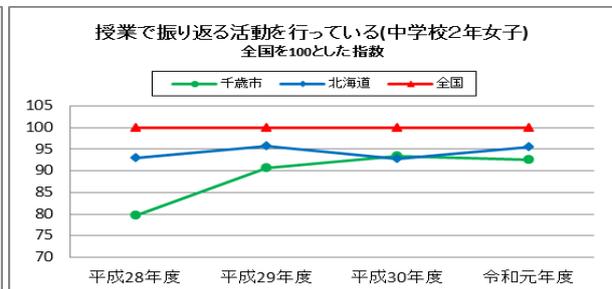
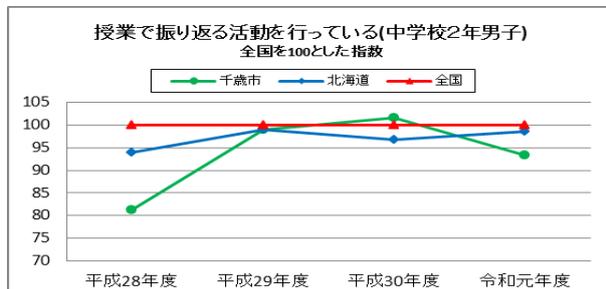
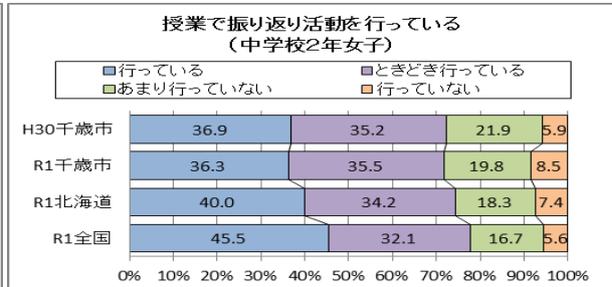
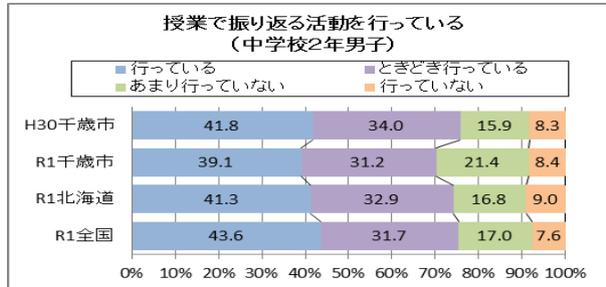
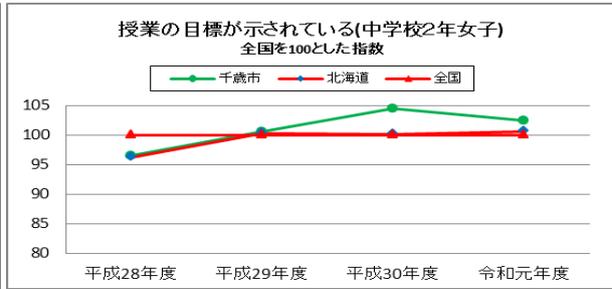
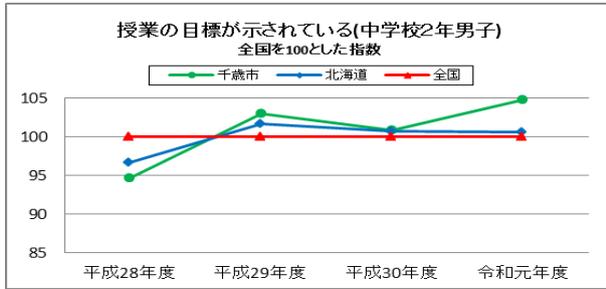
質問番号	質問事項
13	保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(めあて・ねらい)が示されていますか。
14	保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。
16	保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。

授業の始めに「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 94.6%、女子が 91.3%であり男女共に高く、全国を大きく上回っている。特に、「目標が示されている」と回答した生徒の割合は、男女ともに高く、全国を大きく上回っている。

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、男子は前年度を 5.5 ポイント下回る 70.3%、女子は前年度と変化は見られず 71.8%であり、男女共に全国を下回っている。

保健体育の授業で「話し合う活動を行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合は、男子が 84.3%、女子が 87.3%で、男子は全国をやや下回っているが、女子は全国をやや上回っている。



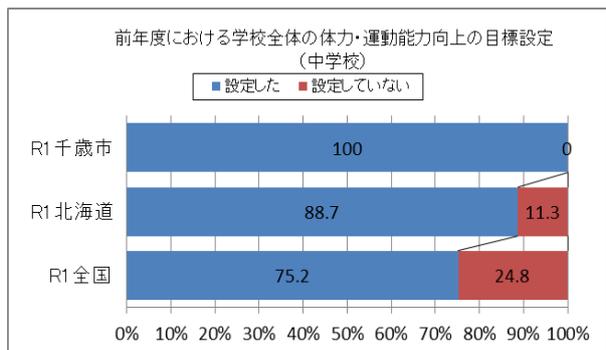
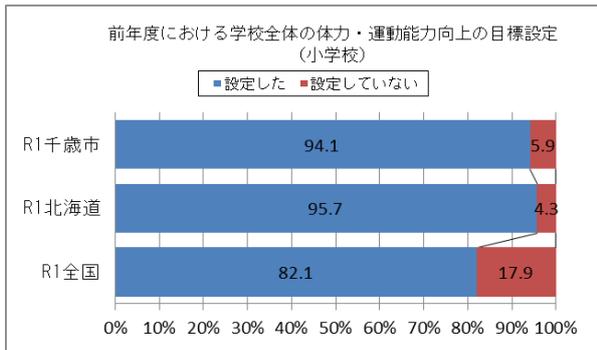


学校質問紙調査の結果

1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定

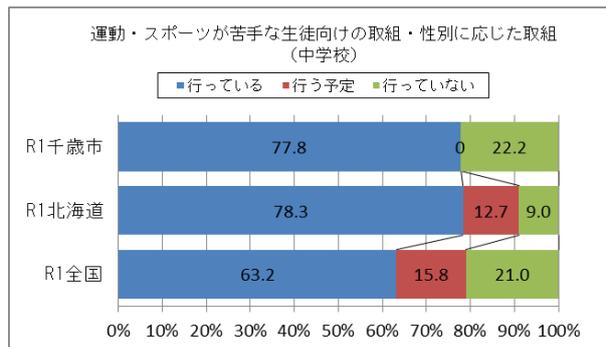
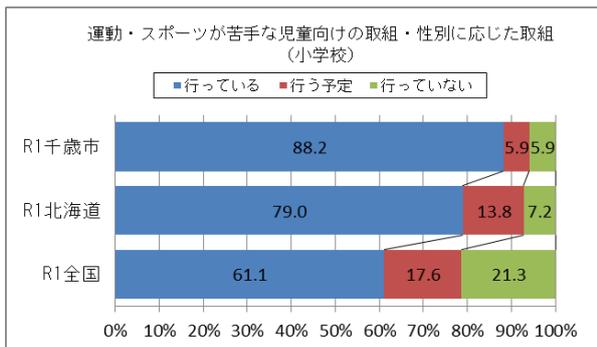
質問番号	質問事項
1	前年度、学校全体の体力・運動能力向上の目標を設定していましたか。

「学校全体の体力・運動能力向上の目標を設定している」と回答した小学校の割合については、前年度の100%から94.1%に低下し課題が見られる。中学校は、前年度に続き100%である。市内全体としては、体力・運動能力の向上を目指す学校全体の目標が設定されており、その達成を目指す取組が全校体制で進められている。



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88.2%(H30:82.4%)であり、児童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している学校の増加が見られる。中学校については、前年度の100%から77.8%に減少しており、課題が見られる。



2 体育(保健体育)授業での取組

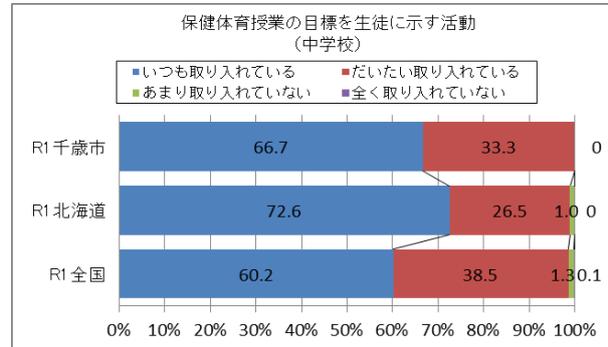
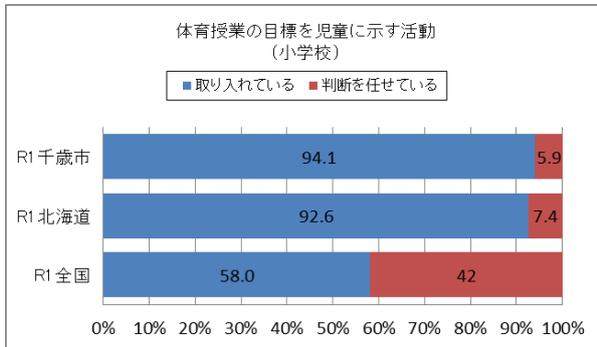
質問番号	質問事項
6	体育(保健体育)授業の目標を児童(生徒)に示す活動を取り入れていますか。

「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、前年度の100%から94.1%に低下しており課題が見られる。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85.9%(H30:80.8%)、女子82.3%(H30:76.5%)であり、学校の授業改善の取組が児童に浸透してきている状況が見られる。

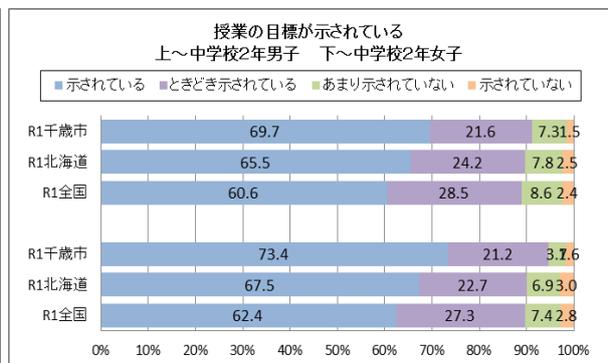
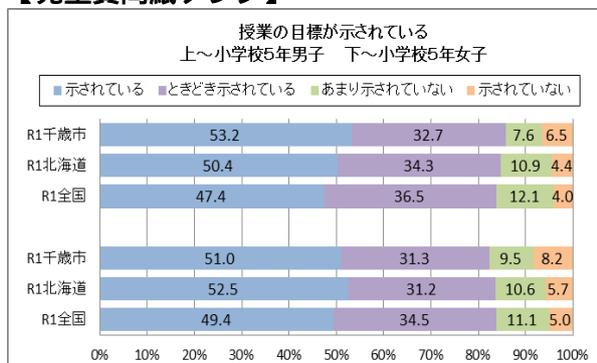
一方、中学校については、「保健体育の授業で目標を示す活動をいつも取り入れている」だ

いたい取り入れている」と回答した学校の割合は、前年度と同様に 100%である。生徒質問紙における「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 91.3% (H30 : 90.7%)、女子が 94.6% (H30 : 93.6%) と高く、学校と生徒の回答結果に大きな差は見られない。

【学校質問紙グラフ】



【児童質問紙グラフ】

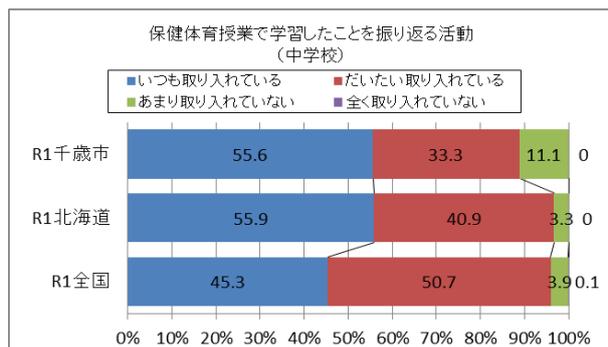
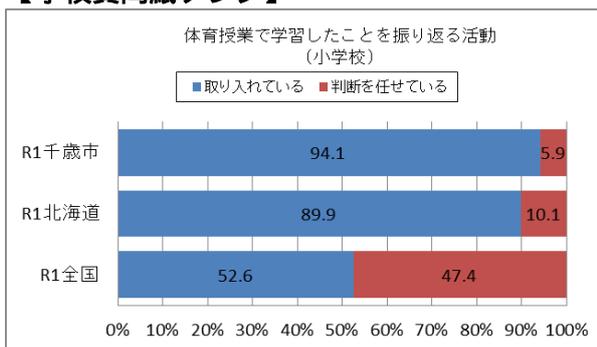


質問番号	質問事項
7	体育（保健体育）授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。

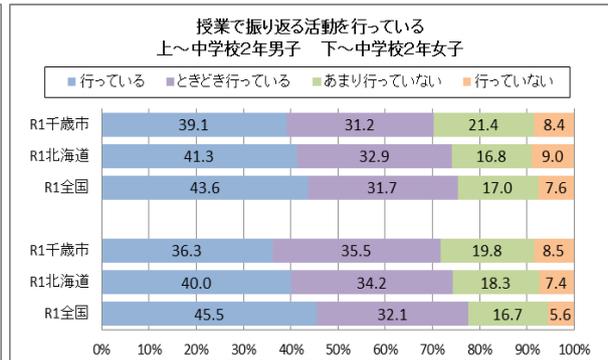
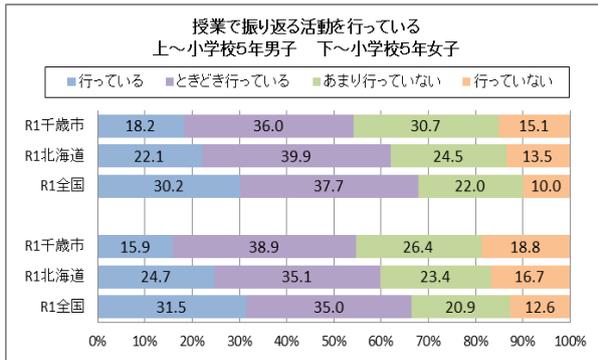
「体育の授業で振り返りの活動を取り入れている」と回答した小学校の割合は前年度の 100% から 94.1% に低下しており課題が見られる。児童質問紙では「振り返る活動を行っている」とときどき行っている」と回答した児童の割合は、男子は 54.2% (H30 : 51.5%)、女子は 54.8% (H30 : 43.6%) であり、学校と児童の回答結果に大きな差が見られる。

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「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 88.9% 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 70.3% (H30 : 75.8%)、女子 71.8% (H30 : 72.1%) であり、学校と生徒の回答結果にやや差が見られる。

【学校質問紙グラフ】



【児童質問紙グラフ】

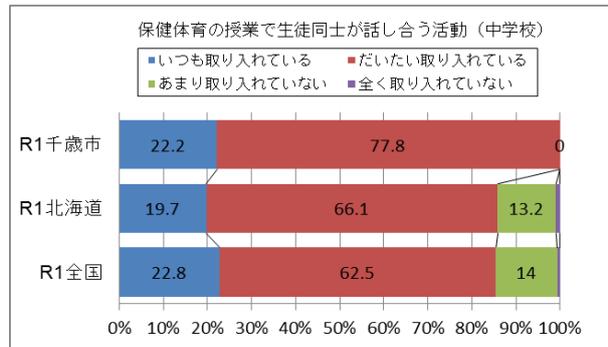
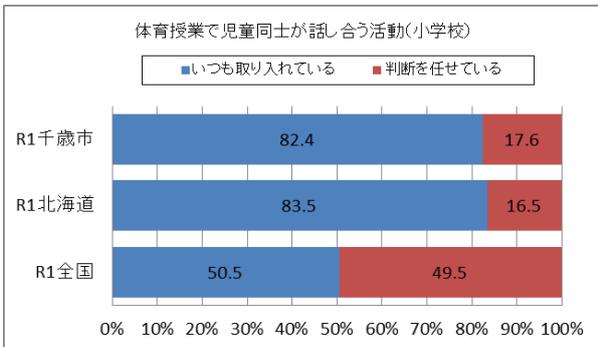


質問番号	質問事項
9	体育（保健体育）授業で、児童（生徒）同士で話し合う活動を取り入れていますか。

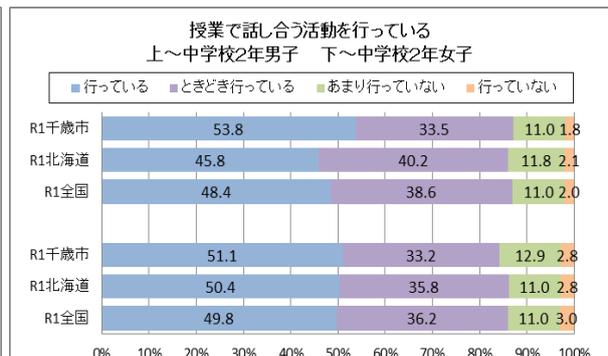
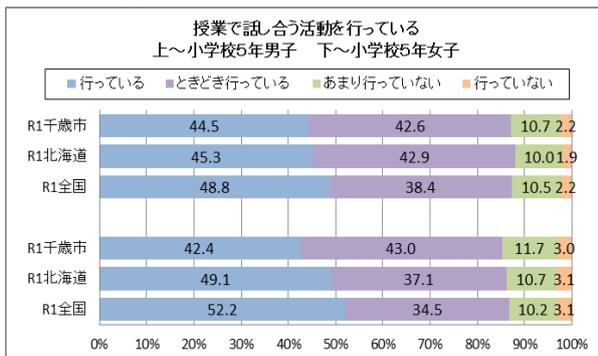
「体育（保健体育）の授業で児童同士が話し合う活動を「いつも取り入れている」と回答した小学校の割合は82.4%（H30：87.5%）で前年度より低下した。児童質問紙では、「行っている」「ときどき行っている」と回答した児童の割合は、男子が87.1%（H30：83.9%）、女子が85.4%（H30：80.6%）であり、男女共に前年度を上回っている。「授業で話し合う活動が行われている」と感じている児童が増加しているが、「話し合う活動を取り入れている」と回答した学校が減少しているという逆転現象が見られる。

一方、中学校については、話し合う活動を、「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87.3%（H30：84.0%）、女子84.3%（H30：91.8%）であり、学校と生徒の回答結果にやや差が見られる。

【学校質問紙グラフ】



【児童質問紙グラフ】

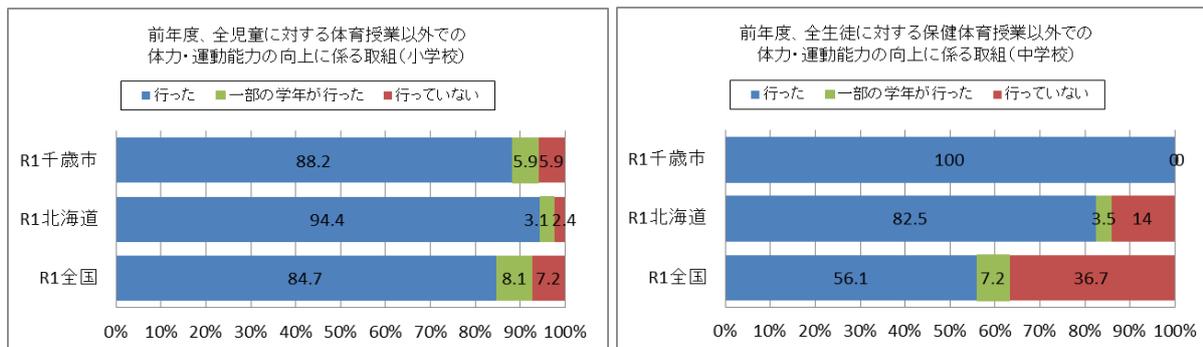


3 体育（保健体育）授業以外での取組

質問番号	質問事項
小・中13	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。

「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た」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。

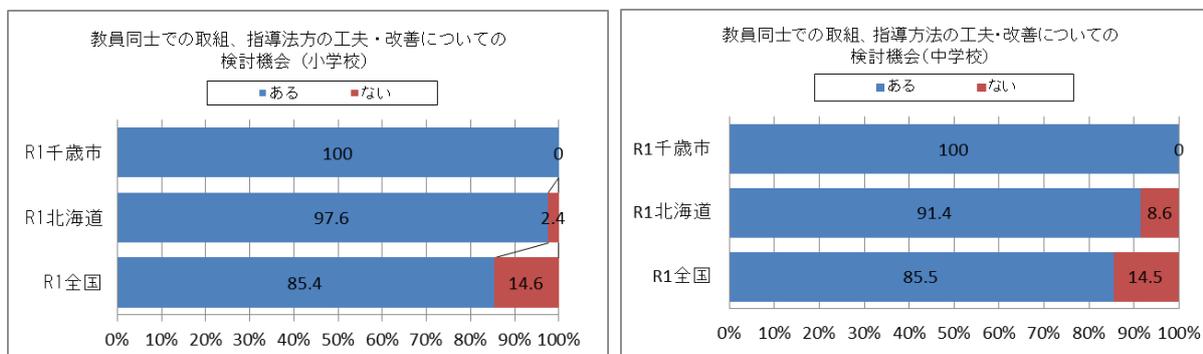
なお、具体的な取組内容についての質問は、本年度削除された。



4 学校の組織体制

質問番号	質問事項
小16・中20	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。

「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%であり、組織的に体力・運動能力の向上に取り組んでいる状況が見られる。



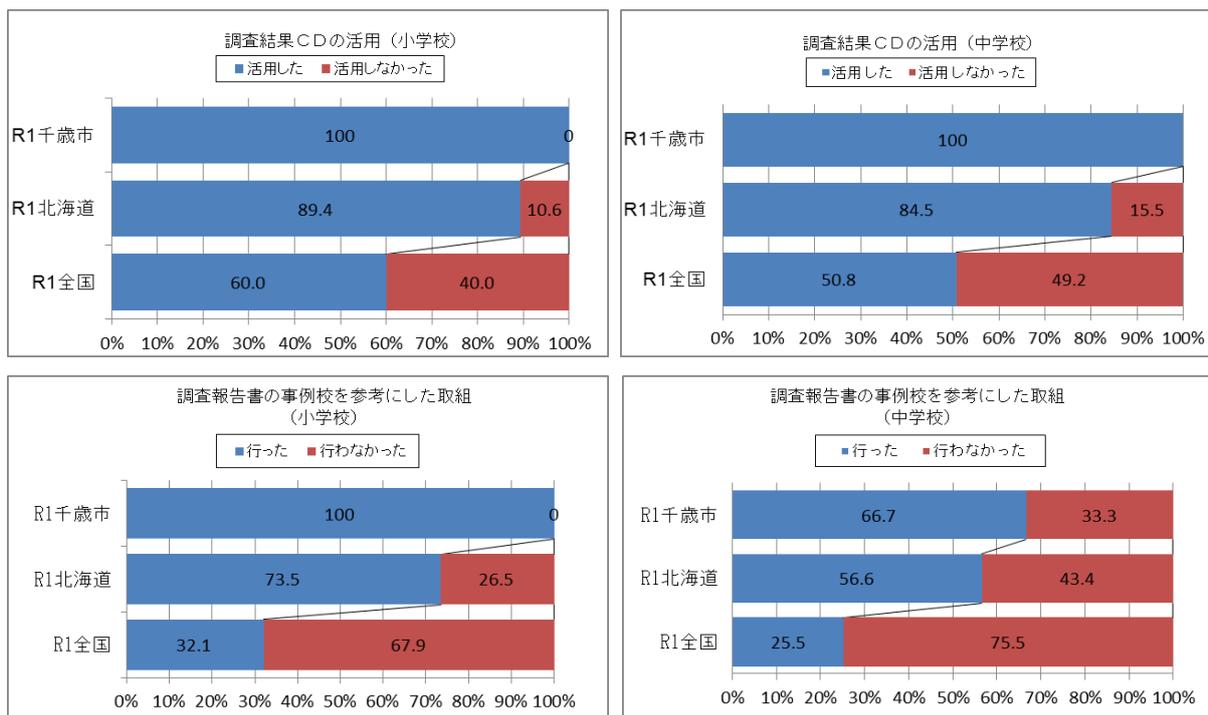
5 調査結果の活用

質問番号	質問事項
小21・中23	調査結果C Dを活用しましたか。
小24・中26	調査報告書の事例校を参考にした取組を行いましたか。

本年度の調査では、調査結果の活用に関する項目「調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善を行いましたか」が削除されたことから、「調査結果C Dを活用しましたか」の調査項目の結果を取り上げることとした。この調査項目については、市内すべての小中学校が活用しており、体力向上プランの策定や強化すべき運動能力等の検討にデータを活用している状況が窺える。

また、調査報告書の事例校を参考にしている学校の割合については、小学校は100%であり、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。

中学校は66.7%（H30：100%）と事例校を参考にした取組を行った学校が減少したが、全国と比較しても事例校の実践を参考に生徒の体力向上に取り組んでいる学校が多い状況が見られる。



6 新体力テストの実施状況

質問番号	質問事項
小27・中29	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が向上しており、全学年での実施に向け着実に進捗が図られている。

本年度、調査対象学年の小学校5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。

小学校	1年	2年	3年	4年	5年	6年	中1	中2	中3
R 1 千歳市	82.4%	88.2%	94.1%	94.1%	94.1%	94.1%	100.0%	100.0%	100.0%
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%
R 1 北海道	87.4%	87.8%	89.6%	90.7%	97.4%	90.5%	91.5%	98.8%	92.2%
R 1 全国	80.6%	82.1%	85.2%	90.0%	99.3%	92.6%	95.1%	99.4%	95.5%

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、本年度の調査結果でも第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

全国体力・運動能力、運動習慣等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、市内すべての小中学校において、「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の取組を進めていくこととする。

3 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科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、特定の実技種目の伸びが期待できることから、今後も、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。

4 「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

千歳市教育委員会は、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。実践研究の内容は、大きく「事前の指導」「直前の指導」「正確な測定」の 3 つである。

「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、中学校の体育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。

5 「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、小学校における全学年の体育の授業で実施されるよう、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。

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。

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」や「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視聴する時間」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や「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視聴する時間の目安を決める」ことを重点に学校と家庭、千歳市 PTA 連合会、千歳市教育委員会の四者が連携を図り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

り組んでいる状況が見られる。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。