

平成 2 7 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	5
1 小学校		
2 中学校		
体格と肥満度に関する調査結果 P	7
1 小学校		
2 中学校		
児童生徒質問紙調査の結果 P	9
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	16
1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定		
2 授業以外の運動時間確保の取組及び生活習慣改善の取組		
3 体育（保健体育）授業での取組		
4 調査結果の活用		
5 新体力テストの実施状況		
今後の取組 P	21

平成27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27年4月から平成27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	441	432	9	463	399
北海道	1,088	21,074	20,675	633	21,262	20,836
全国	20,259	539,323	516,574	10,027	516,763	491,651

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」

公立校の全国・都道府県の値は、公立校を対象としたものです。

国立校および私立校の全国の値は、国立・公立・私立校を対象とし、都道府県の値は表示されません。

< 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

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

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

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

【小学校男子】

- ・体力合計点は、全国と同様である(全国 53.80、千歳市 53.88)
- ・体力合計点は、前年度と比較して 1.07 ポイント高い(前年 52.81、今年 53.88)
- ・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、ソフトボール投げの 5 種目
- ・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、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げの 7 種目
- ・種目別に前年を上回ったのは、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走の 5 種目

【小学校女子】

- ・体力合計点は、全国と比較して 1.31 ポイント低い(全国 55.18、千歳市 53.87)
- ・体力合計点は、前年度と比較して 0.69 ポイント高い(前年 53.18、今年 53.87)
- ・種目別に全国を上回ったのは、握力、長座体前屈、ソフトボール投げの 3 種目
- ・種目別に全道を上回ったのは、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げの 8 種目
- ・種目別に前年を上回ったのは、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げの 6 種目

【中学校男子】

- ・体力合計点は全国と同様である(全国 41.89、千歳市 41.80)
- ・体力合計点は前年度と比較して、0.43 ポイント低い(前年 42.23、今年 41.80)
- ・種目別に全国を上回ったのは握力、上体起こし、立ち幅跳びの 3 種目
- ・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、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの 8 種目
- ・種目別に前年を上回ったのは、握力の 1 種目

【中学校女子】

- ・体力合計点は全国と比較して、3.09 ポイント低い(全国 49.08、千歳市 45.99)
- ・体力合計点は前年度と比較して、1.47 ポイント低い(前年 47.46、今年 45.99)
- ・種目別に全国を上回ったのは握力の 1 種目
- ・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、立ち幅跳び、ハンドボール投げの 6 種目
- ・種目別に前年を上回ったのは、20mシャトルランの 1 種目

2 体格と肥満度に関する調査

【小学校男子】

- ・身長(+0.02cm) 体重(+0.1kg) は、前年度と同様であり、全国との比較では、身長(+0.54cm) 体重(+1.2kg) ともに上回った。全道との比較では身長(-0.13cm) 体重(-0.22kg) ともに下回った。
- ・肥満傾向児は、前年度より 0.6 ポイント減少し(前年 13.6%、今年 13.0%)、全国よりも 3.3 ポイント多く、全道より 1.1 ポイント少ない。
- ・痩身傾向児は、前年度より 0.4 ポイント増加し、全国と同様である。

【小学校女子】

- ・身長(+0.56cm) は前年度を上回り、体重(-0.11kg) は、前年度を下回った。全国との比較では、身長(+0.18cm)、体重(+0.78kg) ともに上回った。全道との比較では、身長(+0.79cm) 体重(+0.76kg) ともに上回った
- ・肥満傾向児は、前年度より 3.1 ポイント減少し(前年 11.6%、今年 8.5%)、全国よりも 1.1 ポイント高く、全道より 1.6 ポイント低い。
- ・痩身傾向児は、前年度より 2.8 ポイント増加し、全国よりも 0.9 ポイント高い。

【中学校男子】

- ・身長(- 0.65cm) 体重(- 0.2kg)は前年度を下回り、全国との比較では身長(+ 0.11cm)は上回り、体重(- 0.11kg)は下回った。全道との比較では身長(- 1.31cm) 体重(- 1.46kg)ともに下回った
- ・肥満傾向児は、前年度より0.3ポイント増加し(前年7.4%、今年7.7%)、全国よりも0.2ポイント高く、全道より1.3低い。
- ・痩身傾向児は、前年度より0.2ポイント増加し、全国よりも0.6ポイント高い。

【中学校女子】

- ・身長(+ 0.34cm) 体重(+ 1.47kg)ともに前年度を上回り、全国との比較では、身長(+ 0.79cm)、体重(+ 1.03kg)ともに上回った。全道との比較では身長(+ 0.36cm) 体重(+ 0.83kg)ともに上回った。
- ・肥満傾向児は、前年度より4.6ポイント増加し(前年3.1%、今年7.7%)、全国よりも1.0ポイント低く、全道より0.5ポイント高い。
- ・痩身傾向児は、前年度より0.7ポイント増加し、全国よりも0.5ポイント高い。

3 児童生徒質問紙調査

【小学校】

- ・運動習慣の状況については、男女ともに平日に、学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間が長く、1週間の総運動時間も全国より長い。運動部に所属している児童の割合が低い。
- ・運動やスポーツに関する意識については、運動が「好き」「やや好き」と回答した児童の割合や「得意」「やや得意」と回答した児童の割合は、男子より女子の方が低く、全国と同様の傾向が見られる。
- ・体育の授業については、9割程度の児童が体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答している。授業の始めに目標を提示されていると回答した児童の割合は前年度と比較して大きく増加した。しかし、振り返る活動を行っているという回答した児童の割合は減少した。

【中学校】

- ・運動習慣の状況については、男女ともに曜日によって、運動時間に差がみられる。1週間の総運動時間は、男女ともに、全国と比較すると若干長い。運動部に所属している生徒の割合が低い。
- ・運動やスポーツに関する意識については、運動が「好き」「やや好き」と回答した生徒の割合は、男子よりも女子が少なく、全国と同様の傾向である。運動が「得意」「やや得意」と回答した男子は全国と同様の傾向を示しているが、女子は、運動が「得意」「やや得意」と回答した割合が減少し「やや苦手」「苦手」が増加している。
- ・保健体育の授業については、保健体育の授業が楽しいと回答している男子生徒が昨年より大幅に減っている。全国と比較すると、授業の目標が示されていると回答した生徒の割合は低く、振り返る活動を行っているという回答した生徒の割合も低い。

4 学校質問紙調査

- ・体力・運動能力向上の取組については、小中学校いずれも全国より積極的に進められている。特に、小学校は、体力向上の目標を設定している学校が多い。
- ・授業以外の運動時間確保や生活習慣改善の取組については、全小中学校で積極的に行われている。
- ・体育(保健体育)授業での取組については、小学校では、目標を示す活動、振り返る活動ともに全国を上回る。中学校では目標を示す活動は全国を上回るが、振り返る活動が十分ではない。
- ・調査結果の活用については、小中学校ともに調査結果を踏まえた授業の工夫・改善に積極的であり、特に、小学校における取組が進んでいる。また、小学校では、事例校を参考とした取組も全国より進んでいる。
- ・新体力テストの実施状況については、小学校では前年度より実施学年が増加したが、5年生以外は全国を下回る実施状況である。中学校は、前年度に引き続き全学年で実施した。

実技調査の結果

1 小学校

男子は、8種中5種目(握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅とび、ソフトボール投げ)が全国平均に達しており、体力の合計得点が全国と同様となっている。全国平均に達しなかった反復横とび(敏捷性)20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(疾走能力)の3種目についても前年度の記録を更新しており、全国との差が縮小している。

女子は8種目中6種目で前年度の記録を更新しており、特に、これまで課題となっていた長座体前屈(柔軟性)の伸びが大きく、全国平均に達した。前年、全国平均に達した握力、ソフトボール投げについては、本年度も全国平均に達した。一方、反復横とびについては、前年度の記録を下回っており、50m走についても平成25年度の水準に達していないことから敏捷性や疾走能力の向上に引き続き取り組んでいく必要がある。

千歳市教育委員会では、平成25年度から運動機能の向上を図るコーディネーション運動の普及を図ってきているが、普及事業開始以降の2年間、男女共に多くの種目で記録の伸びが見られる。

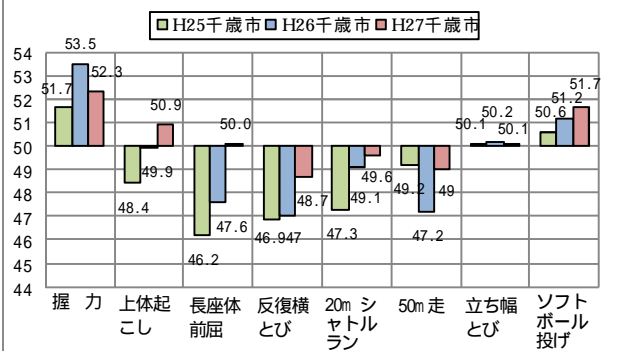
(1) 小学校男子 ■ 前年度を上回る ■ 前年度を下回る ■ 全国平均を上回る

		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	H26	17.86	19.52	31.07	39.23	49.76	9.64	152.07	23.89	52.81
	H27	17.31	20.13	33.06	40.55	50.85	9.48	151.44	23.87	53.88
北海道	H27	17.20	19.13	32.88	40.64	46.31	9.61	150.09	23.11	52.67
全国	H27	16.45	19.58	33.05	41.60	51.64	9.38	151.24	22.52	53.80
千歳市 T得点	H26	53.5	49.9	47.8	47.0	49.1	47.2	50.2	51.2	48.8
	H27	52.3	50.9	50.0	48.7	49.6	49.0	50.1	51.7	50.1

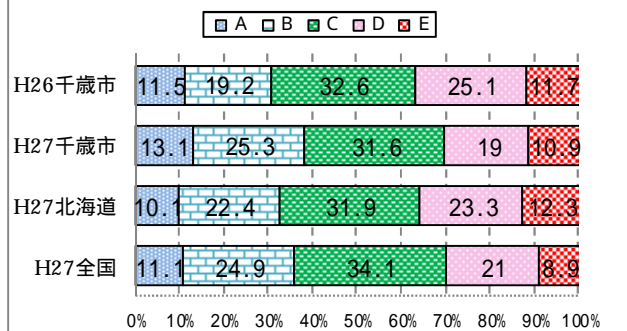
(2) 小学校女子

		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	H26	17.31	17.46	35.08	37.55	35.81	9.84	139.61	14.35	53.18
	H27	16.55	17.70	37.58	37.17	37.01	9.78	142.55	14.42	53.87
北海道	H27	16.79	17.51	37.19	38.31	35.03	9.83	143.57	13.80	53.56
全国	H27	16.05	18.42	37.44	39.55	40.69	9.62	144.77	13.77	55.18
千歳市 T得点	H26	53.3	48.5	47.4	47.5	47.2	47.6	47.5	50.9	47.8
	H27	51.3	48.6	50.2	46.6	47.7	48.0	48.9	51.4	48.5

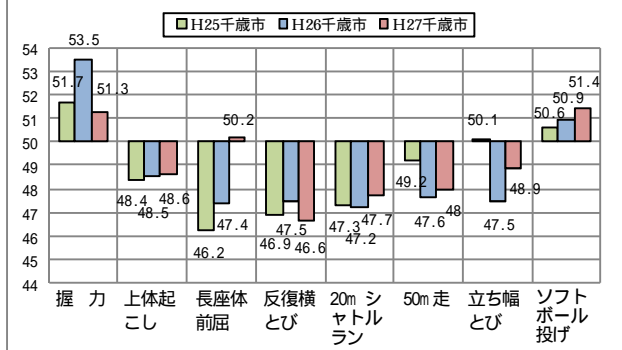
小学校男子のT得点の経年変化



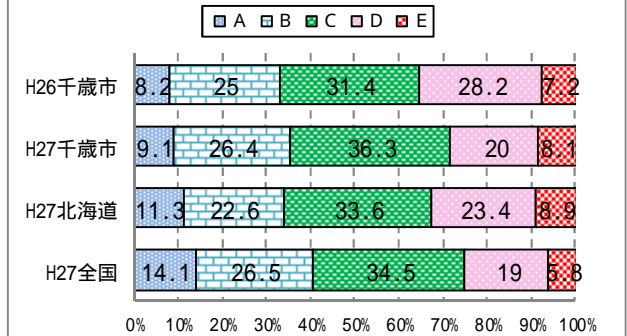
小学校男子の総合評価



小学校女子のT得点の経年変化



小学校女子の総合評価



2 中学校

男子は、8種目中6種目が前年度の記録を下回ったが、握力、上体起こし、立ち幅とびの3種目が全国平均に達し、反復横とび、ハンドボール投げについても全国の50に対してそれぞれ49.8、49.7となっている。このため体力の合計得点は、全国を50とした指数で49.9と全国水準となっている。50m走と20mシャトルランについては、前年度、改善が見られたものの、本年度は一転して全国との差が拡大しており、疾走能力と全身持久力の向上が本市の課題となっている。

女子は、全国を上回った種目は、2年連続で握力の1種目であった。また、8種目中7種目が前年度の記録を下回っており、全国との差が広がった。特に、上体起こし(筋持久力)、50m走(疾走能力)、立ち幅とび(跳躍能力)が過去3年間で最も低く、体力の合計得点も前年度より1.7ポイント低下していることから女子生徒の体力の向上が重要な課題である。

(1) 中学校男子

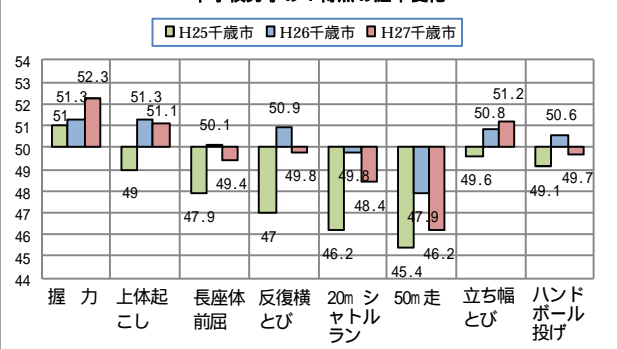
■ 前年度を上回る ■ 前年度を下回る ■ 全国平均を上回る

		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)	立ち幅跳び (cm)	ハンドボール投げ (m)	合計得点
千歳市	H26	29.96	28.26	42.89	52.01	84.82	8.21	195.63	21.18	42.23
	H27	30.58	28.12	42.43	51.47	81.57	8.33	197.45	20.50	41.80
北海道	H27	29.59	26.55	41.62	49.66	79.77	8.21	193.75	20.44	40.10
全国	H27	28.93	27.43	43.08	51.62	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
千歳市 T得点	H26	51.3	51.3	50.0	50.9	49.8	47.9	50.8	50.6	50.5
	H27	52.3	51.1	49.4	49.8	48.4	46.2	51.2	49.7	49.9

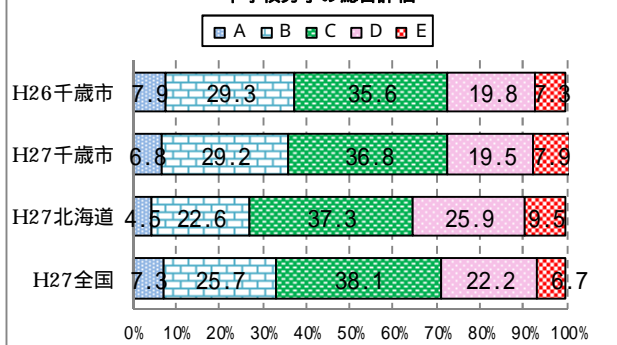
(2) 中学校女子

		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)	立ち幅跳び (cm)	ハンドボール投げ (m)	合計得点
千歳市	H26	25.21	22.09	44.38	44.98	52.95	9.07	164.53	12.61	47.46
	H27	24.69	21.18	43.77	44.57	53.99	9.25	164.27	12.51	45.99
北海道	H27	23.40	21.14	43.87	43.41	49.46	9.09	161.77	12.07	44.83
全国	H27	23.68	23.26	45.53	46.09	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08
千歳市 T得点	H26	53.3	48.3	49.1	49.0	47.6	47.5	49.2	49.3	48.9
	H27	52.2	46.4	48.2	47.7	48.0	44.9	48.8	49.2	47.2

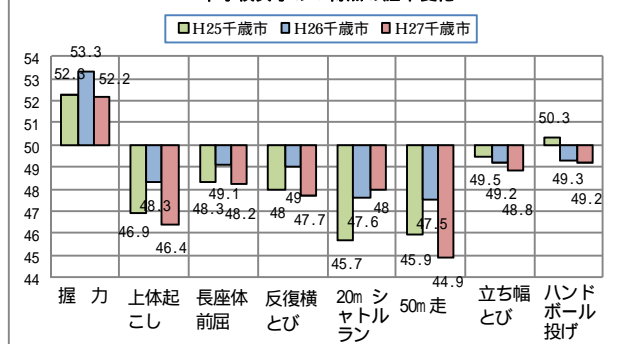
中学校男子のT得点の経年変化



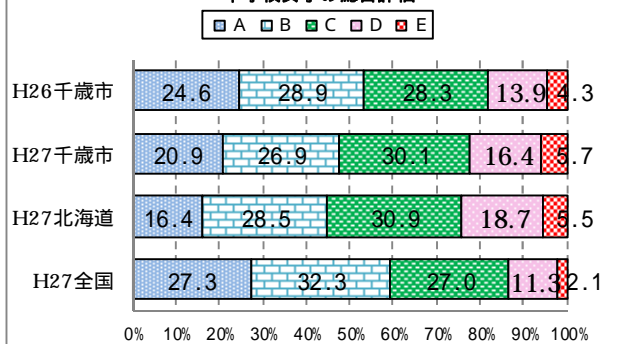
中学校男子の総合評価



中学校女子のT得点の経年変化



中学校女子の総合評価



体格と肥満度に関する調査結果

1 小学校

男子の身長については、139.37cm(全国 138.83cm)であり、体重については、35.14kg(全国 33.94kg)であった。肥満の状況については、肥満傾向出現率(軽度肥満、中等度肥満、高度肥満全体の割合)が前年度よりやや低下したものの、全国と比較すると3.3ポイント高く肥満傾向が続いている状況が見られる。

女子の身長については、140.80cm(全国 140.01cm)であり、体重については、34.59kg(全国 33.83kg)であった。肥満の状況については、肥満傾向出現率が前年度を下回り改善が見られる。一方、痩身の状況については、痩身傾向児の割合が前年度より2.8ポイント増加しており、全国と比較しても0.9ポイント高い状況となっている。

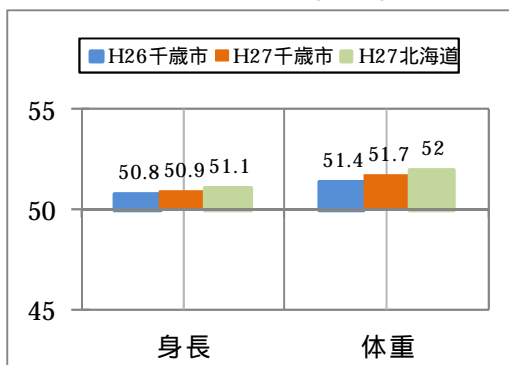
(1)小学校男子

		体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
千歳市	H26	139.39	35.04	13.6	84.0	2.3
	H27	139.37	35.14	13.0	84.2	2.7
北海道	H27	139.50	35.36	14.1	83.4	2.6
全国	H27	138.83	33.94	9.7	87.6	2.7

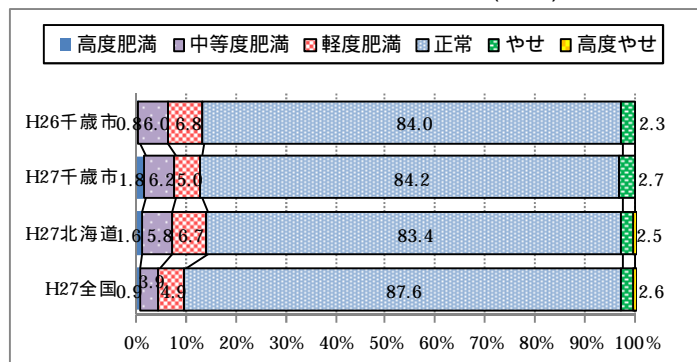
(2)小学校女子

		体格平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
千歳市	H26	140.24	34.70	11.6	87.5	0.9
	H27	140.80	34.59	8.5	87.9	3.7
北海道	H27	140.79	34.87	10.1	86.9	3.1
全国	H27	140.01	33.83	7.4	89.8	2.8

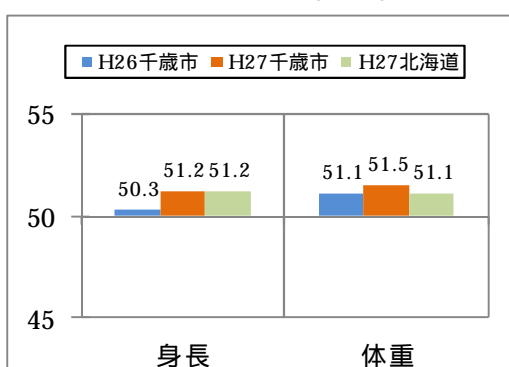
体格調査T得点(男子)



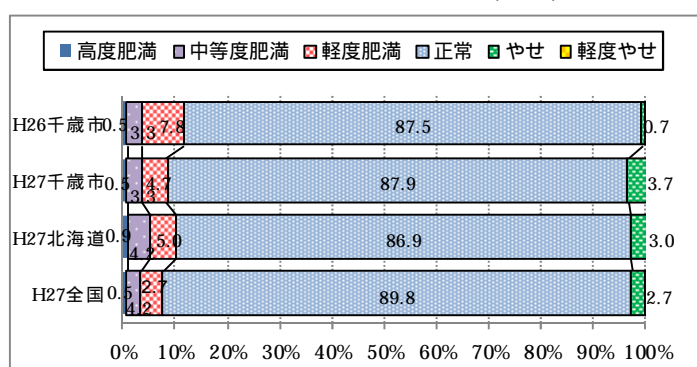
肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(男子)



体格調査T得点(女子)



肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(女子)



2 中学校

男子の身長については、159.84cm(全国 159.73cm)であり、体重については、48.58kg(全国 48.47kg)となっている。肥満の状況については、肥満傾向児の出現率は全国より0.2ポイント高くなっている。瘦身の状況については、瘦身傾向児の出現率が全国より0.6ポイント高く、今後の動向を注視していく必要がある。

女子の身長については、155.62cm(全国 154.83cm)であり、体重については、47.78kg(全国 46.75kg)となっている。肥満の状況については、肥満傾向児の出現率が前年度より4.6ポイント高くなっており、全国と比較しても1ポイント高く肥満傾向の生徒が増加している状況が見られる。瘦身の状況については、瘦身傾向児の出現率が全国よりも0.5ポイント高く、男子と同様に今後の動向を注視していく必要がある。

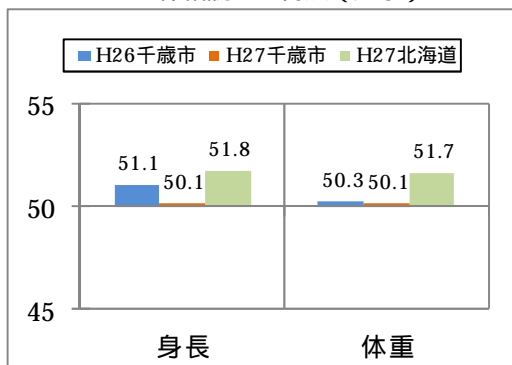
(1)中学校男子

		体 格 平 均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	瘦身(%)
千歳市	H26	160.49	48.78	7.4	89.8	2.7
	H27	159.84	48.58	7.7	89.4	2.9
北海道	H27	161.15	50.04	9.0	88.4	2.6
全 国	H27	159.73	48.47	7.5	90.2	2.3

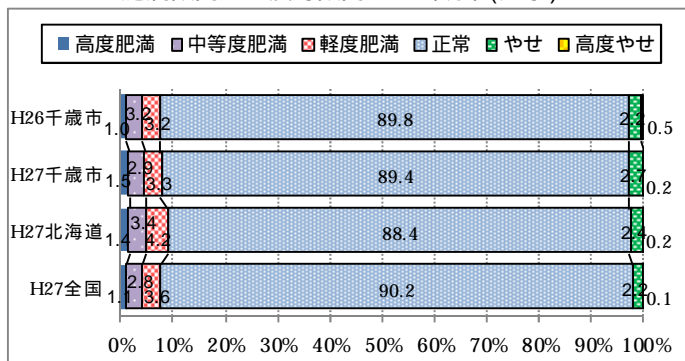
(2)中学校女子

		体 格 平 均		肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	瘦身(%)
千歳市	H26	155.28	46.31	3.1	93.2	3.6
	H27	155.62	47.78	7.7	88.0	4.3
北海道	H27	155.26	46.95	7.2	88.7	4.1
全 国	H27	154.83	46.75	6.7	89.5	3.8

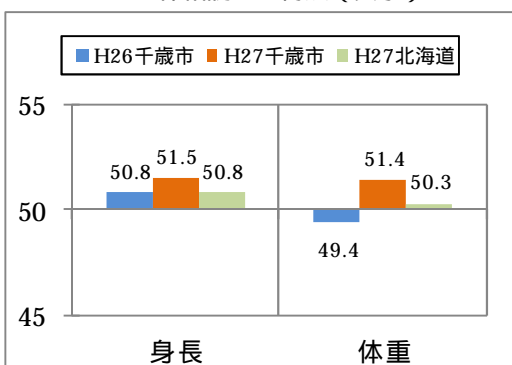
体格調査T得点 (男子)



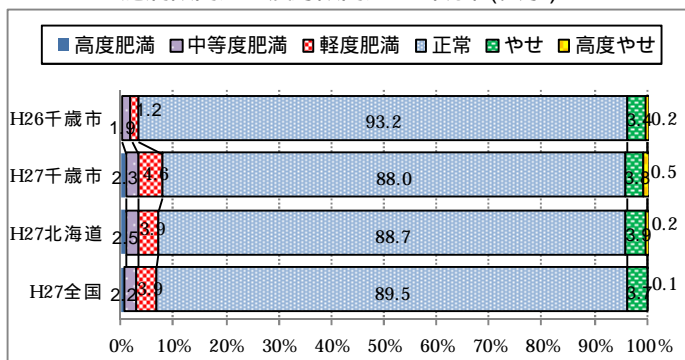
肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率(男子)



体格調査T得点 (女子)



肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率(女子)



児童生徒質問紙調査の結果

1 運動習慣の状況

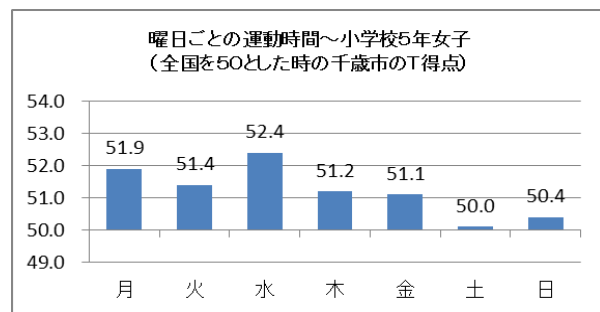
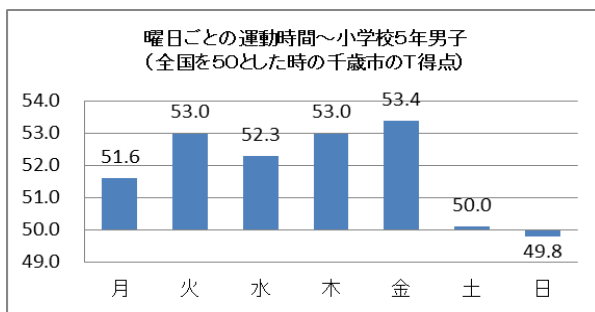
(1) 小学校

男女ともに平日に、学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間が長く、1週間の総運動時間も全国より長い。運動部に所属している児童の割合が低い。

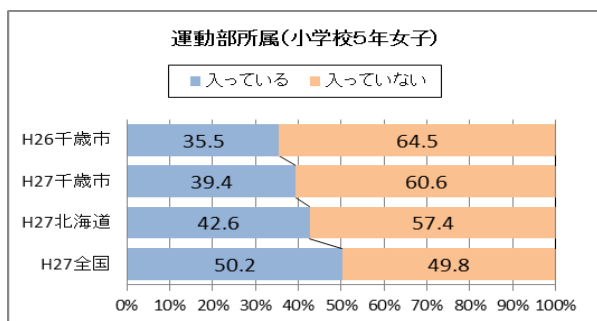
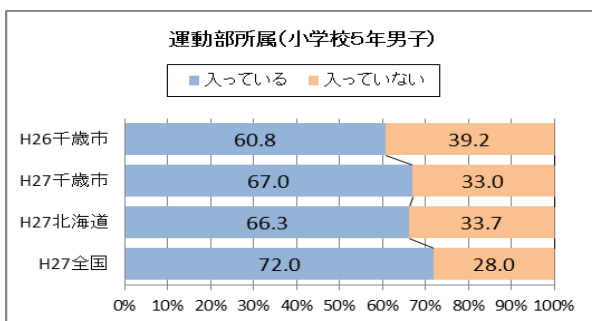
質問番号	質問事項
7	ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを、合計で1日およそ何分くらいしますか。

小学校 5年男子	学校の体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点
千歳市	69.65	51.6	82.01	53.0	83.74	52.3	83.26	53.0	85.53	53.4	145.73	50.0	133.85	49.8	671.39	51.5
北海道	69.56	51.6	80.45	52.7	80.01	51.7	79.76	52.5	83.14	53.0	133.36	49.2	120.91	49.0	641.34	50.9
全国	59.95	50.0	63.37	50.0	68.66	50.0	64.01	50.0	63.95	50.0	145.60	50.0	137.77	50.0	597.49	50.0

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)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点
千歳市	48.70	51.9	47.50	51.4	58.54	52.4	47.58	51.2	49.06	51.1	77.55	50.0	70.04	50.4	392.51	51.2
北海道	48.66	51.9	49.16	51.7	52.98	51.4	50.52	51.8	54.86	52.2	73.00	49.5	57.60	49.2	384.50	50.9
全国	39.48	50.0	40.38	50.0	45.29	50.0	41.36	50.0	43.07	50.0	78.00	50.0	65.91	50.0	351.65	50.0



質問番号	質問事項
5	学校の運動部や学校外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)



- ・学校の授業以外で運動やスポーツをする時間では、男子は、全国と比較すると、日曜日は、若干短いものの平日は運動やスポーツをする時間が長い。女子は、全国と比較すると、その時間がほぼ曜日に関係なく長い。
- ・男女ともに、運動部（スポーツクラブ、少年団を含む）に所属している割合は、全国と比較すると低い。女子は40%に達していない。
- ・今後、様々な機会をとらえて、地域での運動やスポーツへの参加を促していく必要がある。

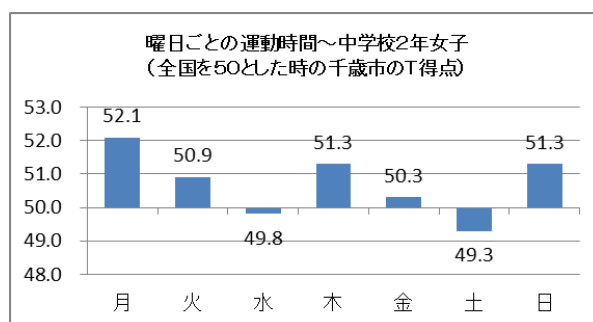
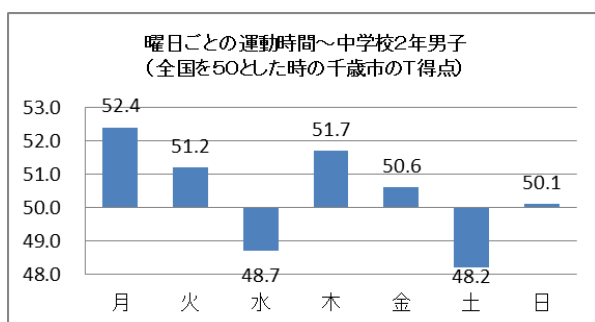
(2)中学校

男女ともに曜日によって、運動時間に差がみられる。1週間の総運動時間は、男女ともに、全国と比較すると若干長い。運動部に所属している生徒の割合が低い。

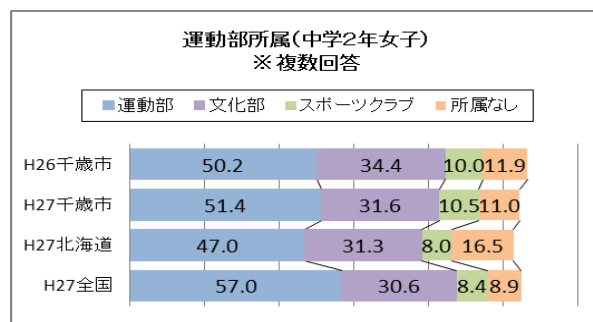
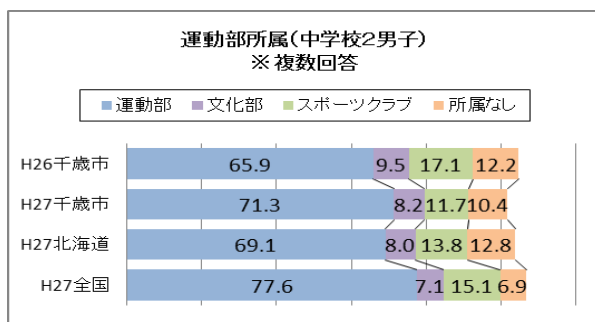
質問番号	質問事項
7	ふだんの1週間について聞きます。学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを、合計で1日およそ何分くらいしますか。

中学校 2年男子	学校の保健体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点
千歳市	111.94	52.4	118.00	51.2	99.56	48.7	120.19	51.7	116.33	50.6	180.34	48.2	175.31	50.1	916.85	50.1
北海道	92.07	49.5	105.90	49.3	105.28	49.6	105.42	49.4	108.93	49.5	173.03	47.7	158.02	49.1	848.02	48.7
全国	95.79	50.0	110.36	50.0	108.17	50.0	109.38	50.0	112.23	50.0	206.22	50.0	172.94	50.0	913.98	50.0

中学校 2年女子	学校の保健体育の授業以外での運動やスポーツについて(曜日ごとの運動時間)															
	月		火		水		木		金		土		日		1週間の総運動時間	
	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点	平均値(分)	T得点
千歳市	85.67	52.1	86.65	50.9	77.77	49.8	89.98	51.3	85.35	50.3	138.89	49.3	130.74	51.3	694.40	50.7
北海道	67.64	49.5	70.47	48.6	72.13	49.1	71.81	48.8	74.57	48.8	117.56	47.8	102.95	49.4	576.43	48.6
全国	71.10	50.0	80.53	50.0	79.02	50.0	80.42	50.0	83.24	50.0	148.65	50.0	112.00	50.0	653.99	50.0



質問番号	質問事項
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。当てはまるものを全て選んでください。(運動部、文化部、地域のスポーツクラブ、所属していない)



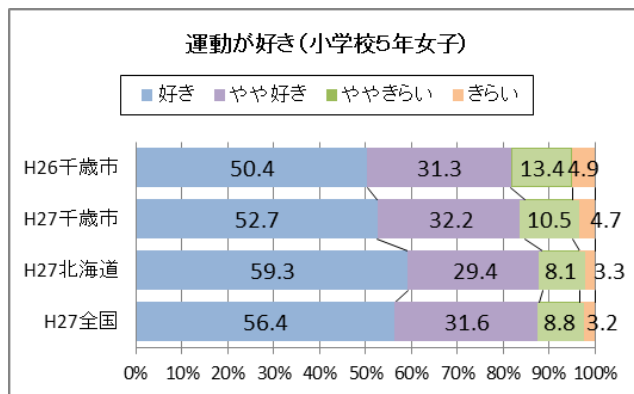
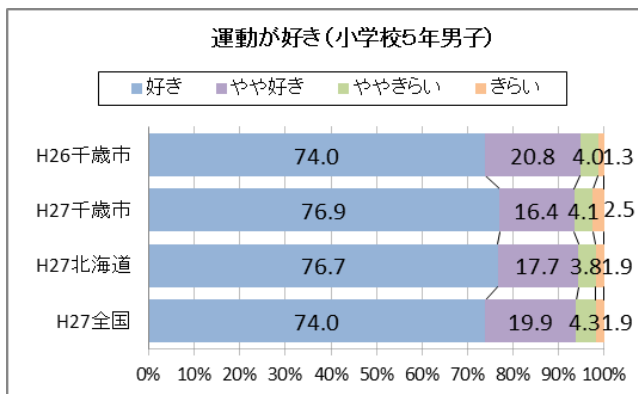
- ・男女ともに同じ傾向が見られ、水曜日、土曜日は、全国より運動時間が短いが、1週間の総運動時間は、全国より長い。
- ・全国と比較すると、男女ともに運動部(スポーツクラブ含む)に所属する割合は低く、部活動に所属しない生徒の割合が高い。
- ・全国と同様に女子は、男子と比較すると文化部に所属する割合が高い。
- ・全国と比較すると、部活動に所属していない生徒の割合が高いことから今後は、積極的に部活動への参加を促す必要がある。

2 運動やスポーツに関する意識

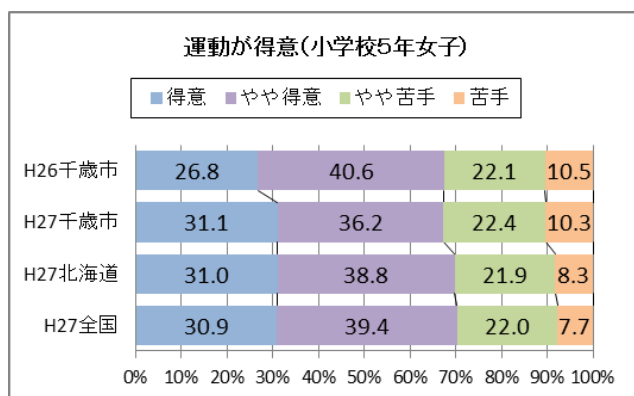
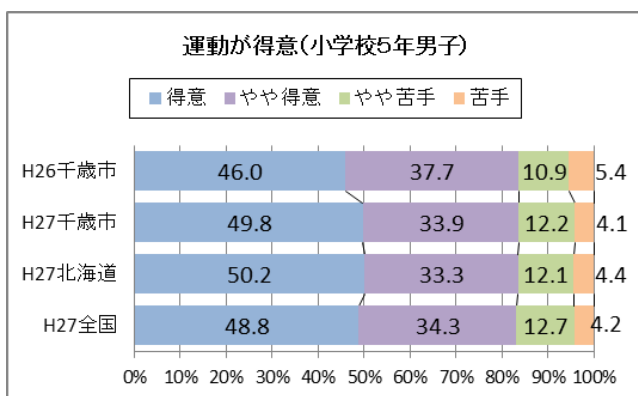
(1) 小学校

運動が「好き」「やや好き」と回答した児童の割合や「得意」「やや得意」と回答した児童の割合は、男子より女子の方が低く、全国と同様の傾向が見られる。

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。



質問番号	質問事項
2	運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは得意ですか。

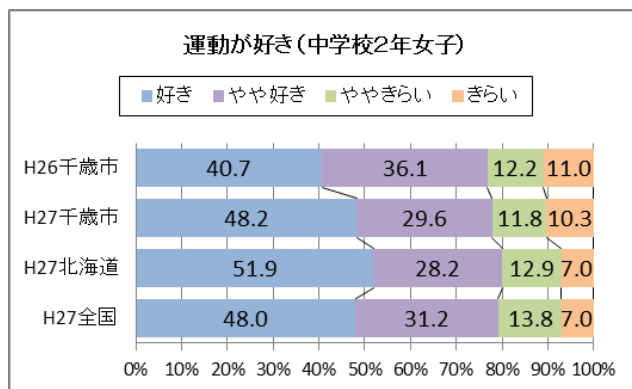
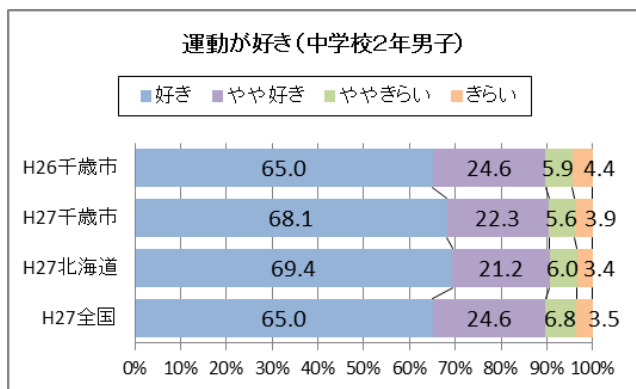


- ・運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した児童は、男子で93.3%(前年94.8%)、女子は84.9%(前年81.7%)であった。
- ・運動やスポーツをするのが「得意」「やや得意」と回答した児童は、男子で83.7%(前年83.7%)、女子が67.3%(前年67.4%)であった。
- ・運動が得意と回答した女子の割合が前年よりも高くなっているものの、苦手としている女子児童が割合は10.3%(全国7.7%)であることから、運動やスポーツへの興味関心を高める必要がある。

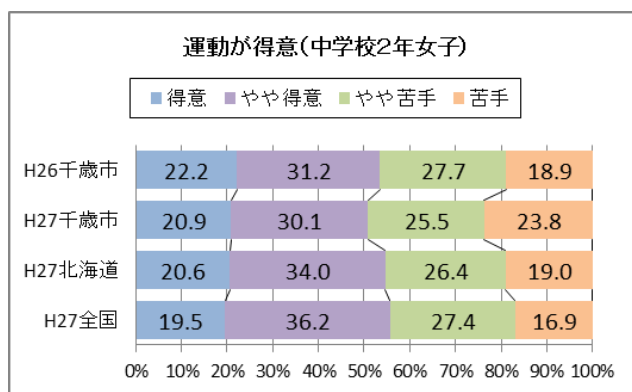
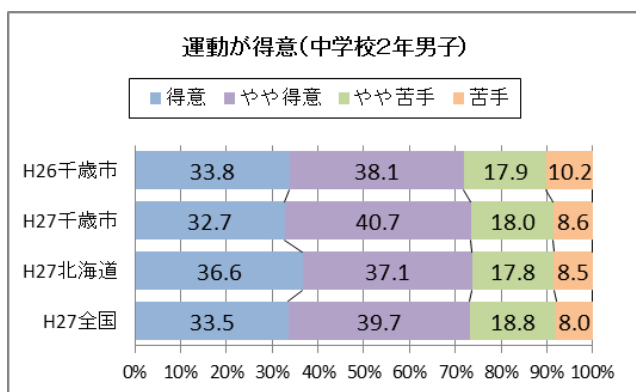
(2) 中学校

運動が「好き」「やや好き」と回答した生徒の割合は、男子よりも女子が少なく、全国と同様の傾向である。運動が「得意」「やや得意」と回答した男子は全国と同様の傾向を示しているが、女子は、運動が「得意」「やや得意」と回答した割合が減少し「やや苦手」「苦手」が増加している。

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。



質問番号	質問事項
2	運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは得意ですか。



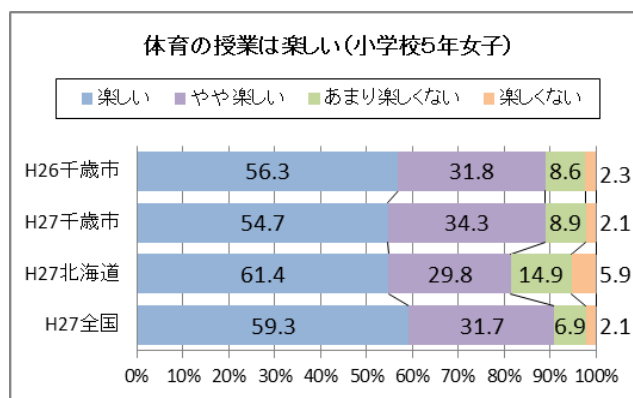
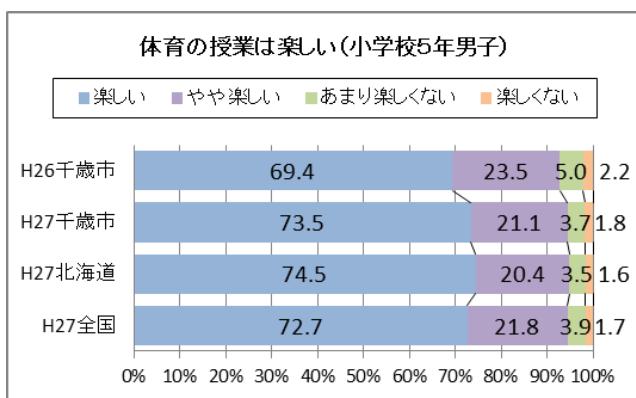
- ・運動やスポーツをするのが「好き」「やや好き」と回答した生徒は、男子が90.4%(前年89.6%)、女子が77.8%(前年76.8%)である。男女とも全国と同様であり、前年度より運動を好む生徒は増えている。
- ・運動やスポーツをするのが「得意」「やや得意」と回答した割合は、男子で73.4%(前年71.9%)、女子が51.0%(前年53.4%)にとどまり、男子は全国と同様、女子は「得意」「やや得意」と回答している生徒が全国に達していない。
- ・運動が「苦手」とする女子の割合が高いことから、学校や家庭において、健康な体を保つためには、運動やスポーツの必要性を理解させ、自分に合った運動に取り組みさせていくことが大切である。

3 体育・保健体育の授業について

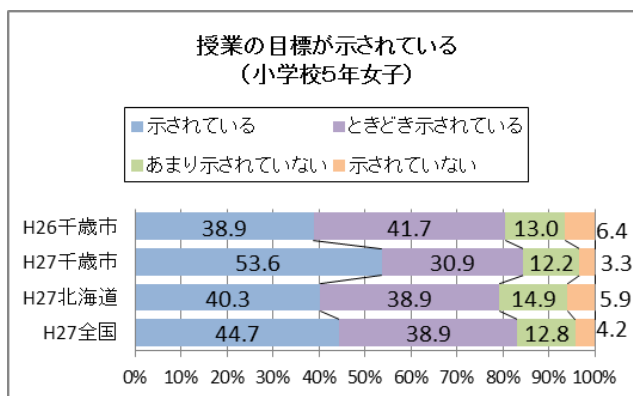
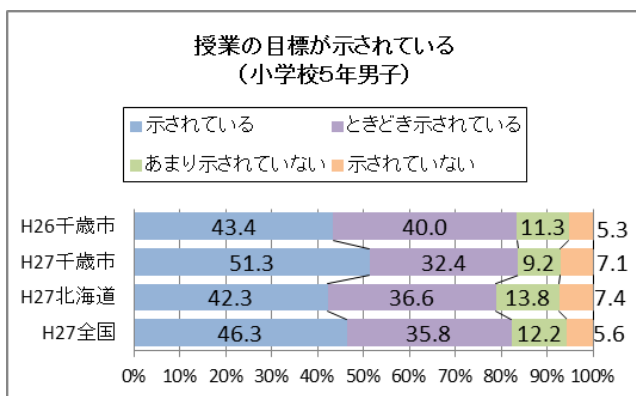
(1) 小学校

9割程度の児童が体育の授業が「楽しい」「やや楽しい」と回答している。授業の始めに目標を提示されていると回答した児童の割合は前年度と比較して大きく増加した。しかし、ふり返る活動を行っているという回答した児童の割合は減少した。

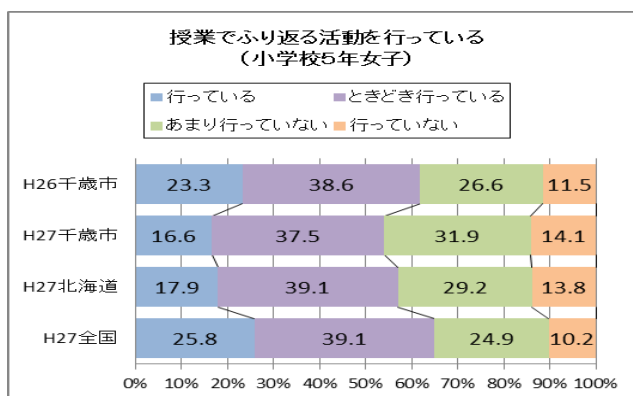
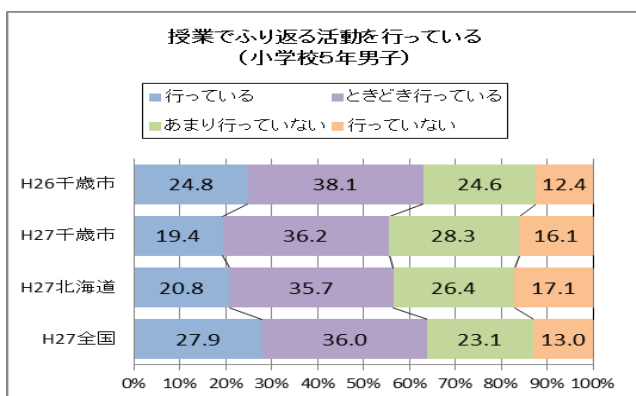
質問番号	質問事項
20	体育の授業は楽しいですか。



質問番号	質問事項
21	ふだんの体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。



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

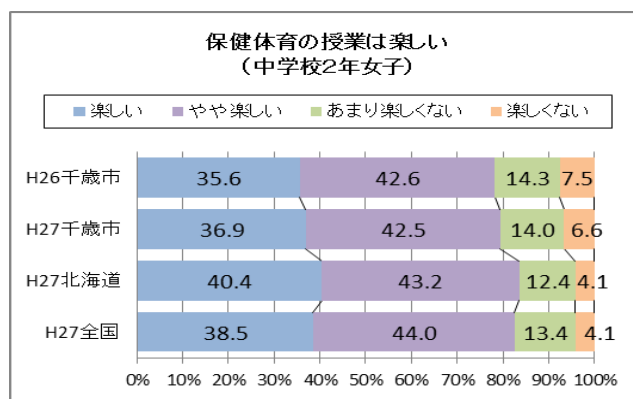
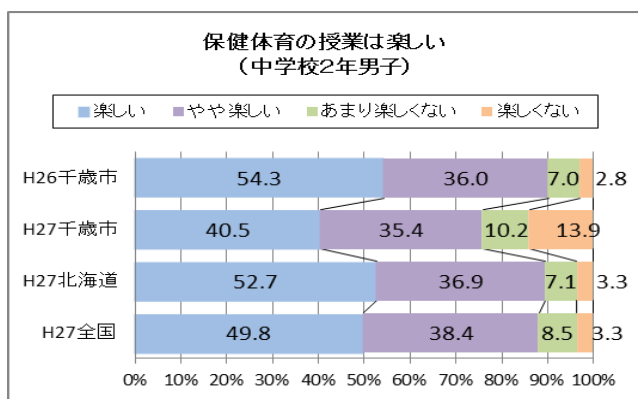


- ・体育の授業は、「楽しい」「やや楽しい」と回答した児童は、男子が94.6%（前年92.9%）女子は89.0%（前年88.1%）で全国同様であり、前年度と比較すると体育の授業が楽しいと回答している男子は増加している。
- ・前年度からの調査項目「授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されている」と回答した児童の割合は、男女いずれも全国よりも高い。
- ・「授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っている」と回答した児童の割合は、男女いずれも全国よりも低い。

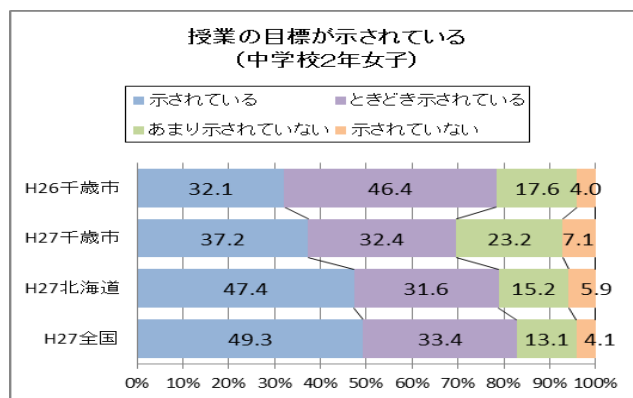
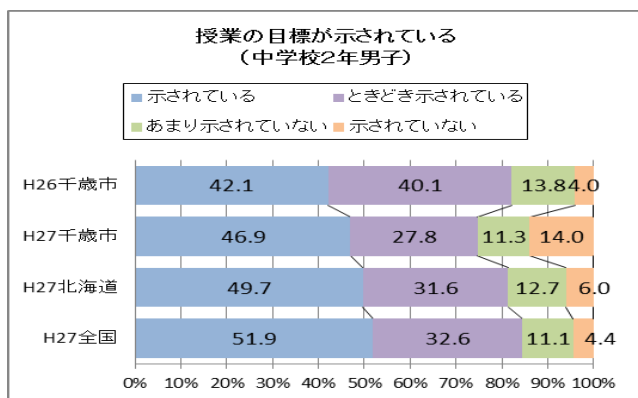
(2) 中学校

保健体育の授業が楽しいと回答している男子生徒が前年より大幅に減っている。全国と比較すると、授業の目標が示されていると回答した生徒の割合は低く、振り返る活動を行っていると回答した生徒の割合も低い。

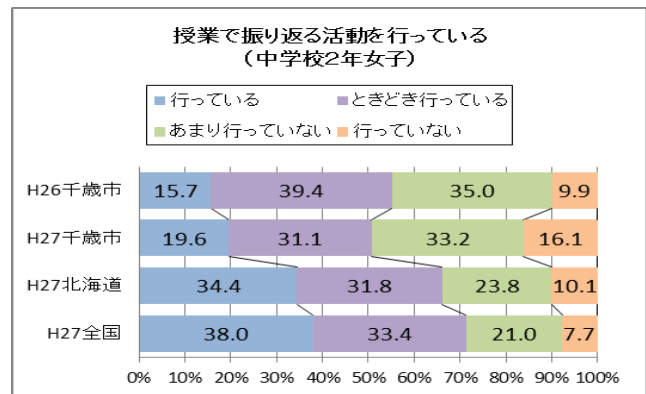
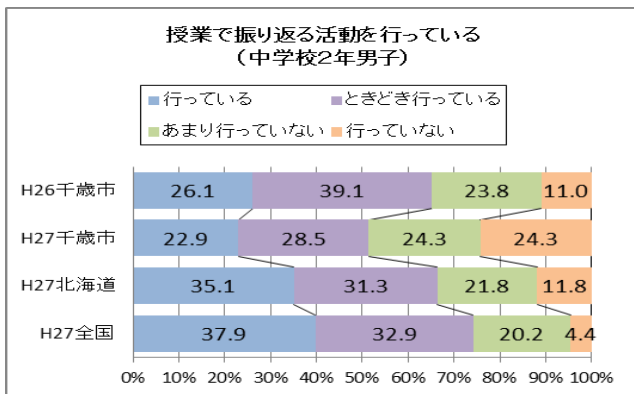
質問番号	質問事項
20	保健体育の授業は楽しいですか。



質問番号	質問事項
21	ふだんの保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標（目当て・ねらい）が示されていますか。



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



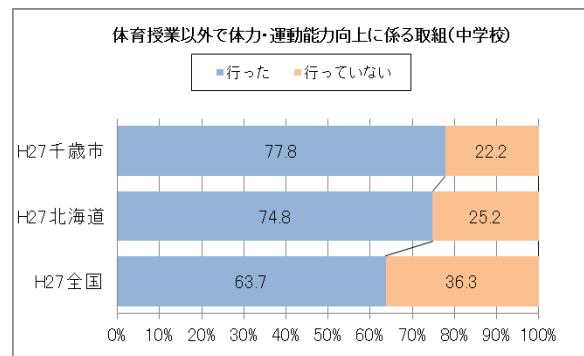
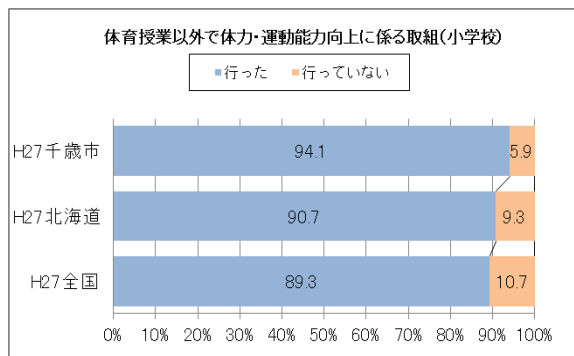
- ・保健体育の授業は楽しいと「思う」「やや思う」と回答した生徒は、男子が75.9%(前年90.3%)、女子が79.4%(前年78.2%)で、前年度と比較すると保健体育の授業が楽しいと思っている男子が大幅に減り、女子は増えている。
- ・「授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されている」と回答した生徒の割合は、男女いずれも全国よりも低い。
- ・「授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っている」と回答した生徒の割合も、男女いずれも全国よりも低い。

学校質問紙調査の結果

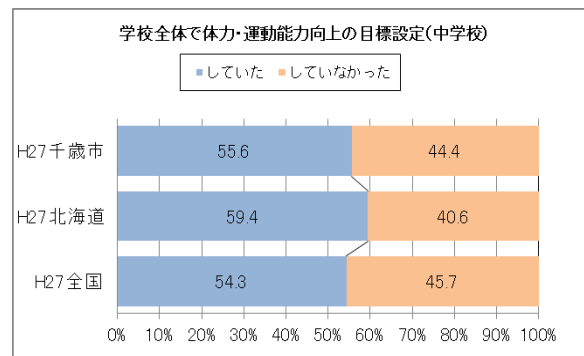
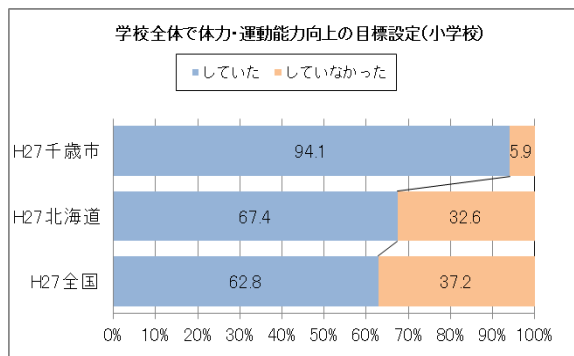
1 体力・運動能力向上に係る取組と目標設定

体力・運動能力向上の取組については、小中学校いずれも全国より積極的に進められている。特に、小学校は体力向上の目標を設定している学校が多い。

質問番号	質問事項
2	前年度、全児童（全生徒）の体育（保健体育）授業以外で体力・運動能力向上に係る取組を行いましたか。



質問番号	質問事項
5	前年度、学校全体で体力・運動能力向上の目標設定をしましたか。

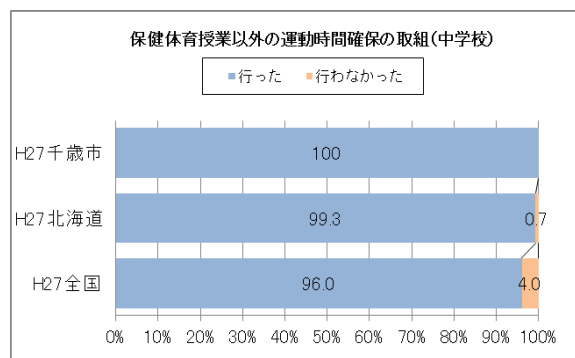
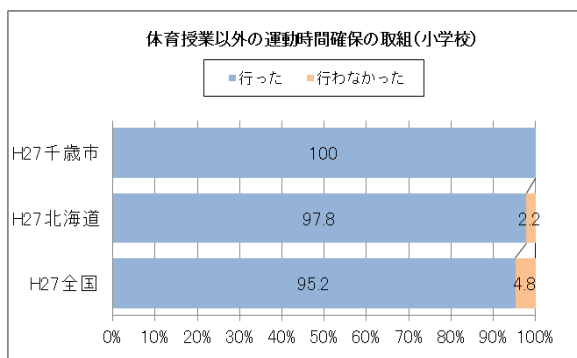


- ・授業以外の体力・運動能力向上の取組については、小学校では4.8ポイント、中学校では14.1ポイント全国を上回っており、休み時間や放課後での取組が進んでいる。
- ・目標設定においても、小学校では全国より31.3ポイントと大きく上回っており、「体力づくり」の全体計画に数値目標を設定するなどの成果と考えられる。
- ・中学校では、目標設定が全国を1.3ポイント超えているものの、今後は、目標設定に数値を含めるなど、工夫した取組を進めていくことが必要である。

2 授業以外の運動時間確保の取組及び生活習慣改善の取組

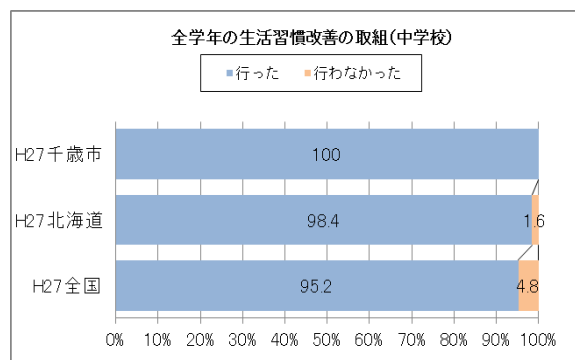
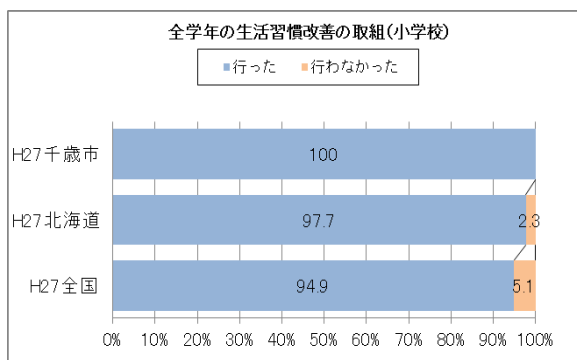
授業以外の運動時間確保や生活習慣改善の取組を全小中学校で積極的に行われている。

質問番号	質問事項
7 - 2	前年度、全学年の体育（保健体育）授業以外の運動時間確保の取組を行いましたか。



- ・授業以外の運動時間確保の取組については、小中学校ともに100%である。
- ・小学校では、休み時間や放課後を活用した、中距離走や縄跳び運動を行ったり、中学校では運動系の部活動はもとより、文科系の部活動でも体力づくりのための定期的な運動を取り入れたりするなど、学校の創意ある取組が行われている。

質問番号	質問事項
8 - 2	前年度、全学年の生活習慣改善の取組を行いましたか。

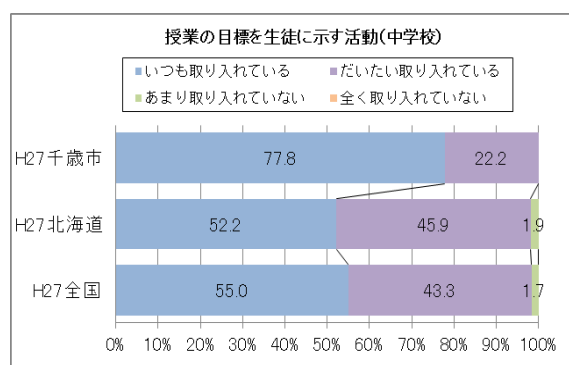
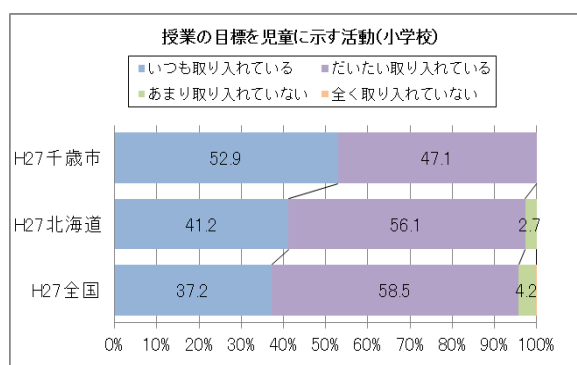


- ・生活習慣改善の取組についても、小中学校ともに100%である。
- ・学力向上、体力向上の基盤となる生活習慣改善には、「生活リズムチェックシート」の活用などがみられる。また、調査結果を家庭と共有し、両者が同じスタンスで児童生徒の指導に当たるなどの成果がみられる。
- ・今後は、千歳市PTA連合会が提唱している「千歳市家庭生活宣言」のアンケート結果を踏まえ、すいみん時間やゲームの時間などの個々の内容の充実を図っていくことが重要である。

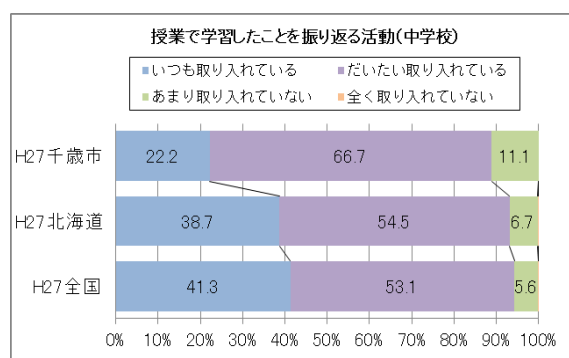
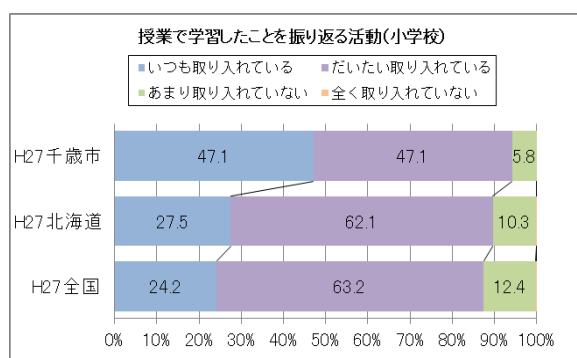
3 体育（保健体育）授業での取組

小学校では、目標を示す活動、振り返る活動ともに全国を上回る。中学校では目標を示す活動は全国を上回るが、振り返る活動が十分ではない。

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



質問番号	質問事項
11	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。

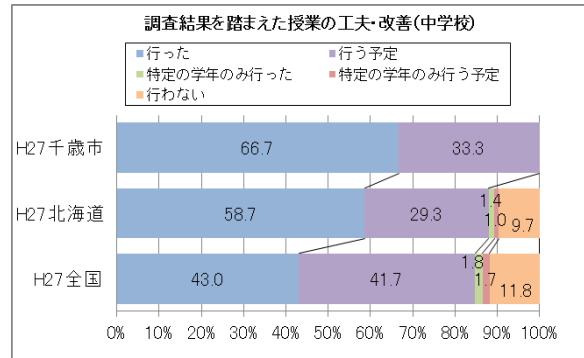
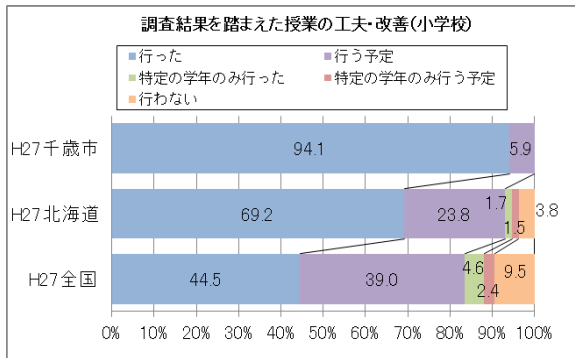


- ・小学校では、授業の目標を示す活動と振り返る活動を「いつも取り入れている」割合が、それぞれ15.7ポイント、22.9ポイント全国を上回っている。中学校では、授業の目標を示す活動を「いつも取り入れている」割合が、22.8ポイント全国を上回っている反面、振り返る活動を「いつも取り入れている」割合が19.1ポイント下回っている。
- ・全ての教科において、目標（課題）の設定とまとめ・振り返りを行うことは、学習内容の定着に欠かすことのできないものであることから、今後は、小中学校ともに、振り返る活動の数値が目標を示す活動の数値と同一となるよう改善を図る必要がある。
- ・児童生徒質問紙の回答では、「目標が示されている」と回答した児童は84.2%（男女合算）、生徒は72.4%（男女合算）であり、学校質問紙の「目標を示している」との回答100%とかい離れた結果となっている。授業の目標設定に対する、児童生徒と教師の意識の違いが見られることから、児童生徒による授業評価の導入などにより、これらの隔たりを解決することが求められる。

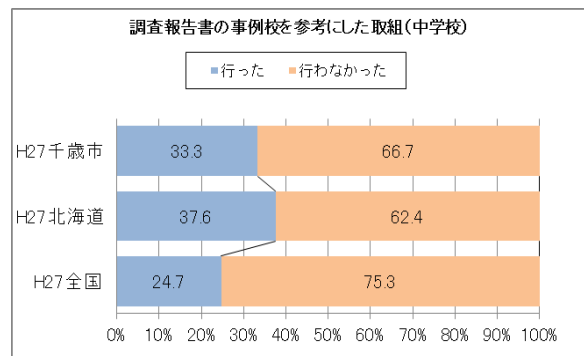
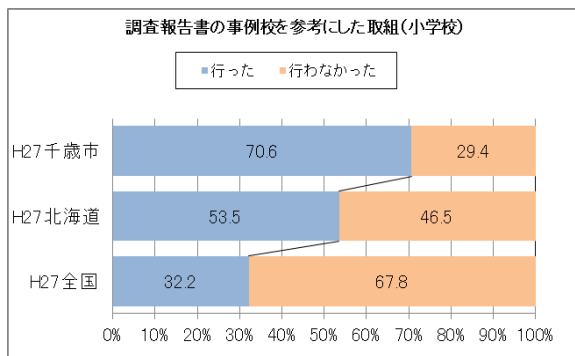
4 調査結果の活用

小中学校ともに調査結果を踏まえた授業の工夫・改善に積極的であり、特に、小学校における取組が進んでいる。また、小学校では、事例校を参考とした取組も全国より進んでいる。

質問番号	質問事項
小20・中26	調査結果を踏まえた授業の工夫・改善を行いましたか。



質問番号	質問事項
小23・中29	調査報告書の事例校を参考にした取組を行いましたか。

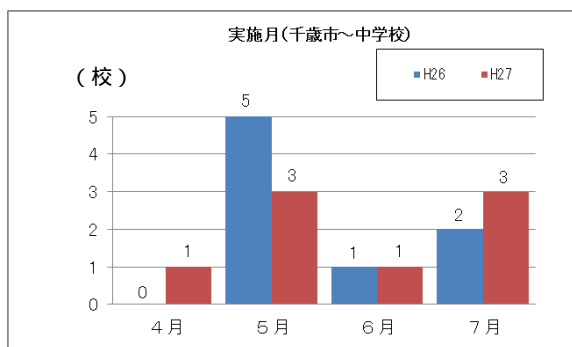
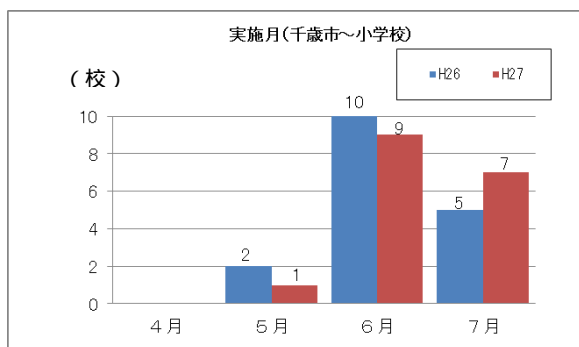


- ・調査結果を踏まえた授業の工夫・改善については、「行った」と回答した割合が小学校では49.6ポイント、中学校では23.7ポイント全国を上回っており、積極的に取り組んでいる。
- ・小学校では、調査報告書の事例校を参考にしてしている学校も多く、体力向上について積極的である。
- ・本市においては、平成27年度に実施した「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」指定校が著しい成果を上げたことから、全小中学校で、指定校の実践を参考に取組を進めることが重要である。

5 新体力テストの実施状況

小学校では前年度より実施学年は増加したが、5年生以外は全国を下回る実施状況である。中学校は、前年度に引き続き全学年で実施した。

質問番号	質問事項
小30・中32	新体力テストの実施月



質問番号	質問事項
小31	今年度の実施学年(小学校) 複数回答

■前年度を上回る
 ■前年度を下回る
 ■全国を上回る

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
H27 千歳市	47.1%	47.1%	52.9%	64.7%	100.0%	58.8%
H26 千歳市	23.5%	23.5%	35.3%	35.3%	100.0%	41.2%
H27 北海道	68.2%	68.9%	71.2%	74.4%	99.0%	85.4%
H27 全国	73.6%	75.6%	77.7%	82.5%	98.3%	85.4%

質問番号	質問事項
中36	今年度の実施学年(中学校) 複数回答

■前年度を上回る
 ■前年度を下回る
 ■全国を上回る

	1年	2年	3年
H27 千歳市	100.0%	100.0%	100.0%
H26 千歳市	100.0%	100.0%	100.0%
H27 北海道	89.1%	98.3%	88.5%
H27 全国	92.6%	97.4%	92.8%

- ・新体力テストは、児童生徒の戸外での活動が本格化する6月以降での実施が望ましい。本市の小学校においては、ほぼ適切に行われているが、中学校では、生徒の持っている能力を正確に測定する観点から検討が必要である。
- ・体力・運動能力の記録を児童生徒一人一人がとらえ、自らその向上にあたるのが大切である。中学校では全学年が実施している。小学校では、実施学年が増加しているものの、一層の充実が求められる。

今後の取組

平成26年3月に策定された千歳市学校教育基本計画は、生涯にわたって自己実現を図る基盤である「健やかな身体」を育成するため、「体力・運動能力の向上」「食育の推進」「健康教育の推進」の3施策を推進することとしている。

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

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

1 新体力テストの種目を活用した体力づくりの推進

児童生徒の体力・運動能力の向上を図っていくためには、体力テスト等で得られた客観的なデータを基に児童生徒の体力水準を捉え、体力向上に向けての具体的な目標を設定し、学校全体としての取り組みを進めるとともに、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。

学校質問紙の結果からは、中学校においては全学年を対象に新体力テストが実施されている。小学校では、第5学年以外の学年で実施している学校は増加しているが、まだ不十分である。今後、小学校においても新体力テストの種目を活用した体力づくりに学校全体で取り組み、その結果を記録して家庭や児童にフィードバックし、児童の健康に対する意識を高め、運動習慣や生活習慣の改善につなげていくことが必要であり、一部種目の実施を含め、新体力テストの実施学年の拡大を目指すこととする。

2 「1校1実践」の推進

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

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

3 「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年度から児童生徒の体力・運動能力の向上をめざし、市内の小中学校の教員を対象に多様な動きを高めるコーディネーション運動についての講習会を2年に渡り合計3回開催するなど、その普及に努めてきた。各学校においては推進担当者を置き、校内研修会を開催するなどの取組を積極的に進め、体力づくりの全体計画に取り入れるとともに体育・保健体育の授業の改善に努めている。本年度実施した「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」の実践指定校では、体育の授業にコーディネーション運動を組み込み、流れを止めない展開によって豊富な運動量を確保するとともにさまざまな動きを高め、仲間とともに運動する喜びを引き出しているようすがみられた。このような各校における継続的な実践が「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の実技結果の伸びに結びついていることから、今後もコーディネーション運動を取り入れた体育の授業改善を積極的に進める。

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

「新体力テストの実施方法改善に向けた実践事業」の実践指定校においては、男女ともに前年度の記録を上回るとともに、総合点評価については下位の段階の児童が減少し、上位の段階の児童が増加するなど著しい成果をあげた。これらは大きく3点の取組によって導かれた。一つ目に、体育科授業の改善、練習環境の整備、自ら体力づくりに取り組む意欲の喚起などの「事前の指導の充実」である。二つ目に、測定種目に関連した動きの実施や互いに励まし合って記録に挑戦する意欲の喚起などの「直前の指導の充実」である。三つめに、測定計画の工夫改善や測定器具の点検管理など体力テスト担当者による全校体制での計画的な取組による「正確な測定」である。各校においては、これらの成果を踏まえ、「新体力テスト」に関する取組の一層の充実を図る。

5 「早寝早起き朝ごはん」運動の推進

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。

このことは千歳市学力向上検討委員会でも提言され、教育委員会だより「からふる」においても小中学生の家庭への啓発を進めてきているが、今後も千歳市PTA連合会と連携を図り、「早寝早起き朝ごはん」運動を推進していく。

6 「どさん子元気アップチャレンジ」への参加推進

北海道教育委員会では、任意参加として個人や団体での9種目を提示して、参加児童生徒の上位者の記録を公表している。個人で参加する場合にも担任教諭等の立会いのもと応募できるしくみとなっており、意欲的に挑戦する児童生徒が少しずつ増加している。千歳市の児童生徒の参加状況としてはまだまだ多い方とは言えないが、今後の積極的な参加が期待される。千歳市教育委員会としても、各学校への啓発を進め、子どもたちが楽しく運動に取り組むことを推奨していく。