

令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果

本調査は、子どもの体力・運動能力等の状況を把握・分析することにより、子どもの体力・運動能力等の向上に係る施策の成果と課題を把握・検証し、その改善を図ることを目的として平成20年度から実施されています。

網走市教育委員会では、市内のすべての子どもたちが、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けることができるよう、本調査の結果を学校における体育・健康に関する指導の改善に役立ててまいります。また、より一層、学校、家庭、地域が一体となった体力向上の取組を進めていくことができるよう、調査の結果及び分析結果を公表いたします。

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

- 子どもの体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能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。
- 各教育委員会が全国的な状況との関係において自らの子どもの体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子どもの体力・運動能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。
- 各学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

(2) 調査の実施時期 令和4年4月から7月末までの期間で実施

(3) 調査の対象学校と対象学年の児童生徒数【悉皆調査】

小学校 9校	網走小学校、中央小学校、西小学校、呼人小学校、南小学校、潮見小学校、東小学校、白鳥台小学校、西が丘小学校、
中学校 6校	第一中学校、第二中学校、第三中学校、第四中学校、第五中学校、呼人中学校
児童生徒数	小学校第5学年 男子 134名 女子 134名 合計 268名 中学校第2学年 男子 122名 女子 115名 合計 237名

(4) 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。測定方法等は新体力テストと同様）

小学校調査 [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
中学校調査 [8種目]	握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ ※持久走と20mシャトルランはどちらかを選択。

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。）を実施する。

② 子ども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。）を実施する。

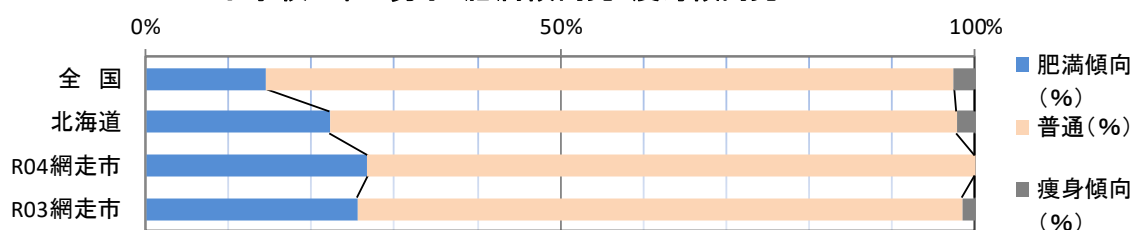
2. 結果の概要

(1) 体格に関する調査

① 小学校5年生男子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	普通(%)	痩身傾向(%)
全 国	139.52	35.51	14.5%	82.9%	2.5%
北海道	140.07	37.45	22.2%	75.6%	2.2%
R04網走市	140.64	38.58	26.8%	73.2%	0.0%
R03網走市	141.12	37.61	26.8%	76.6%	1.6%

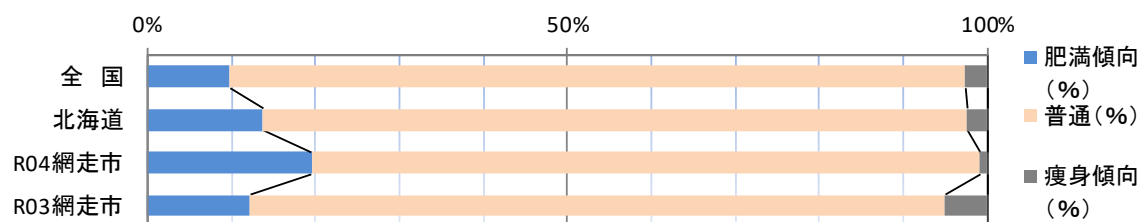
小学校5年生男子 肥満傾向児・痩身傾向児



② 小学校5年生女子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	普通(%)	痩身傾向(%)
全 国	141.30	35.37	9.8%	87.6%	2.6%
北海道	141.78	36.54	13.8%	83.8%	2.4%
R04網走市	140.58	37.00	19.6%	79.6%	0.8%
R03網走市	141.86	36.48	12.2%	82.7%	5.0%

小学校5年生女子 肥満傾向児・痩身傾向児



【小学校5年生男子】

- 身長 全国平均を1.12cm上回っている。
- 体重 全国平均を3.07kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を12.3P上回っている。

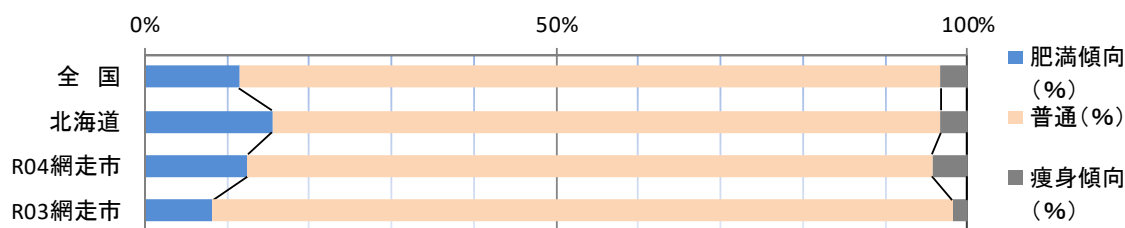
【小学校5年生女子】

- 身長 全国平均を0.72cm下回っている。
- 体重 全国平均を1.63kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を9.8P上回っている。

③ 中学校2年生男子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	普通(%)	痩身傾向(%)
全 国	161.05	50.45	11.5%	85.4%	3.2%
北海道	161.92	52.30	15.5%	81.2%	3.3%
R04網走市	162.62	53.05	12.5%	83.3%	4.2%
R03網走市	161.13	50.77	8.2%	90.0%	1.8%

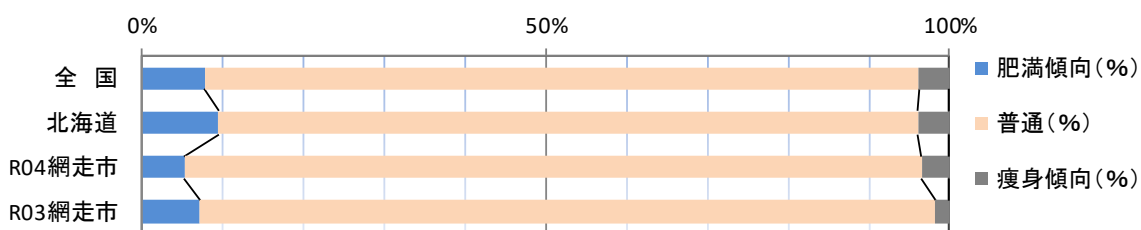
中学校2年生男子 肥満傾向児・痩身傾向児



④ 中学校2年生女子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	普通(%)	痩身傾向(%)
全 国	154.92	47.09	7.7%	88.5%	3.8%
北海道	155.20	47.61	9.4%	86.8%	3.9%
R04網走市	155.30	46.61	5.2%	91.3%	3.5%
R03網走市	154.85	47.75	7.2%	91.1%	1.8%

中学校2年生女子 肥満傾向児・痩身傾向児



【中学校2年生男子】

- 身長 全国平均を 1.57cm 上回っている。
- 体重 全国平均を 2.6 kg 上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を 1.0P 上回っている。

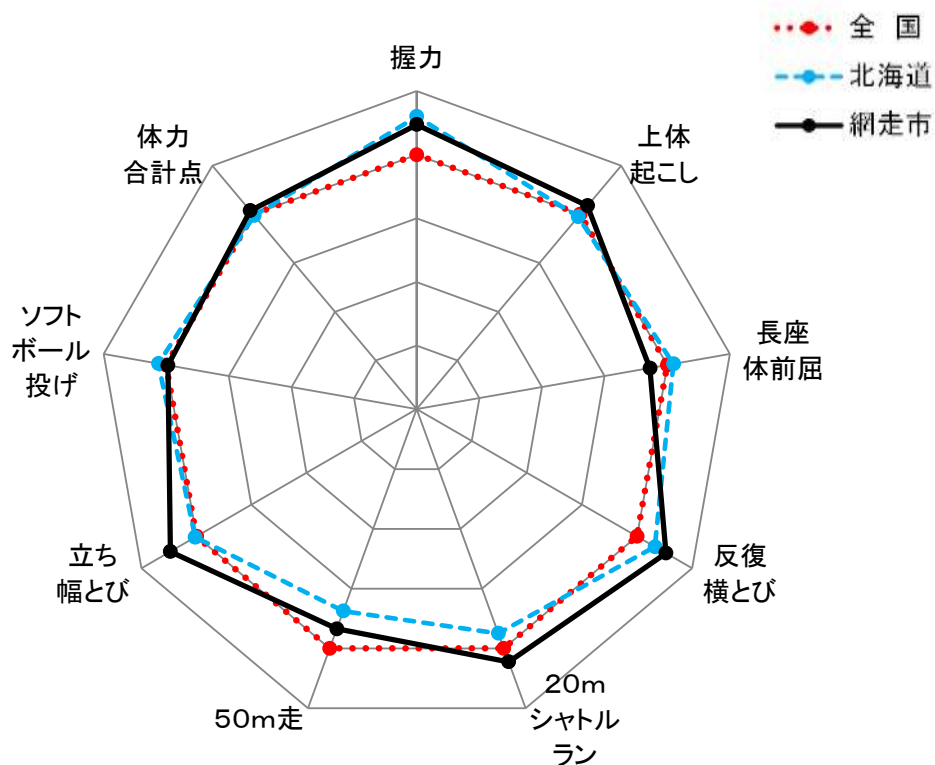
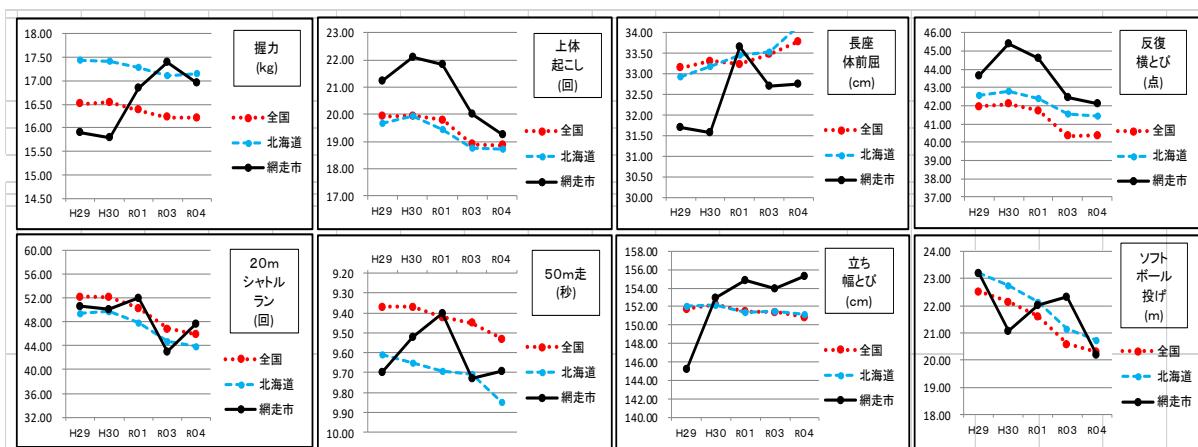
【中学校2年生女子】

- 身長 全国平均を 0.38cm 上回っている。
- 体重 全国平均を 0.48 kg 下回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を 2.5P 下回っている。

(2) 実技に関する調査

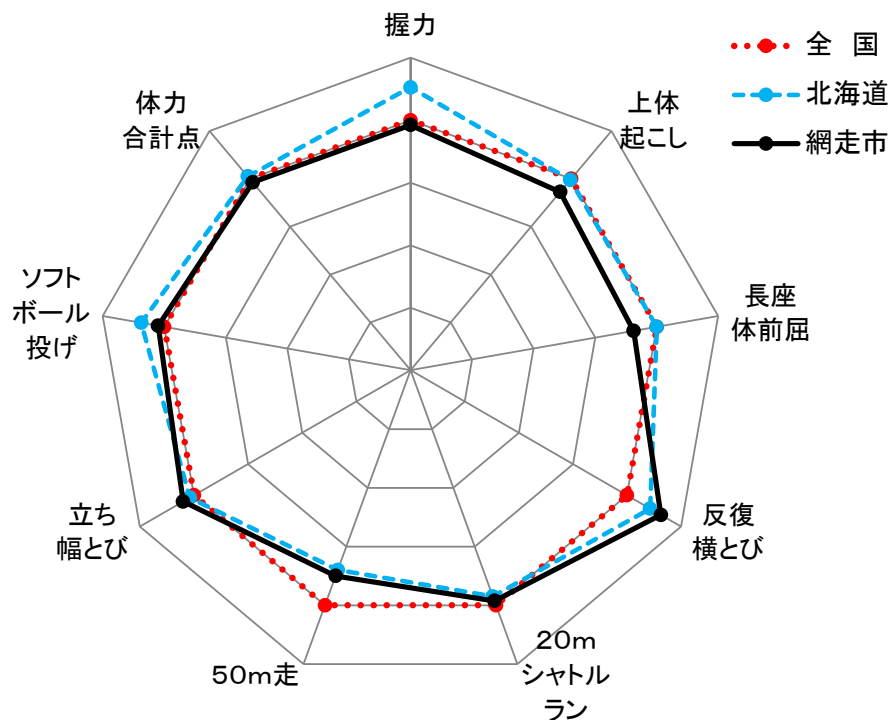
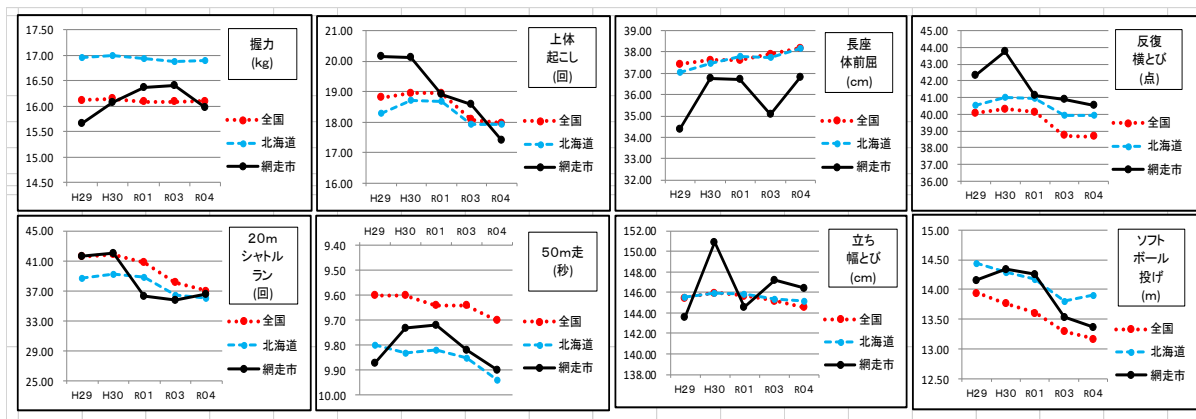
① 小学校5年生男子

	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)	体力合計点 (点)
全国	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
北海道	17.15	18.72	34.15	41.46	43.92	9.85	151.15	20.73	52.23
R04網走市	16.96	19.25	32.76	42.12	47.73	9.69	155.30	20.21	52.56
R03網走市	17.38	20.02	32.70	42.46	43.03	9.73	153.93	22.32	52.66
全国比	0.75	0.39	-1.03	1.76	1.81	-0.16	4.47	-0.10	0.28
北海道比	-0.19	0.53	-1.39	0.66	3.81	0.16	4.15	-0.52	0.33
R03網走市比	-0.42	-0.77	0.06	-0.34	4.70	0.04	1.37	-2.11	-0.10



② 小学校5年生女子

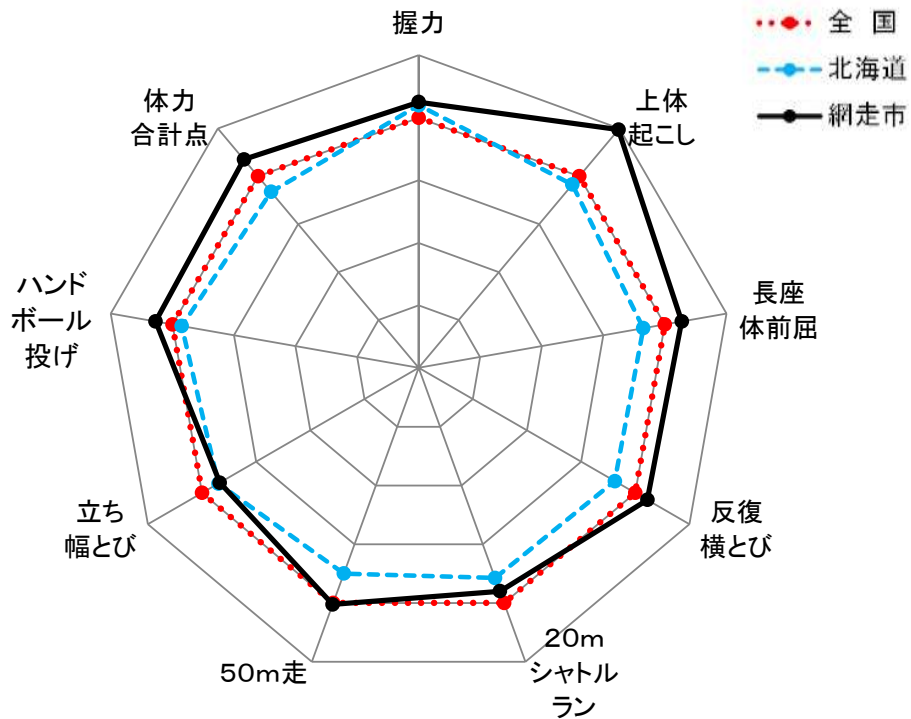
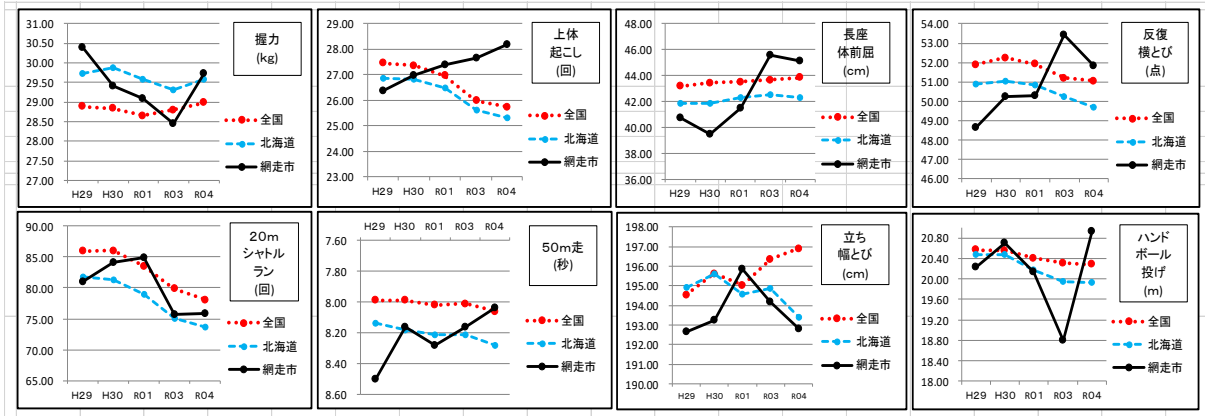
	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点 (点)
全国	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
北海道	16.90	17.93	38.14	39.95	36.00	9.94	145.16	13.90	54.48
R04網走市	15.98	17.41	36.79	40.54	36.55	9.90	146.39	13.37	54.01
R03網走市	16.40	18.59	35.08	40.88	35.75	9.82	147.22	13.53	54.27
全国比	-0.12	-0.56	-1.39	1.88	-0.42	-0.20	1.84	0.20	-0.30
北海道比	-0.92	-0.52	-1.35	0.59	0.55	0.04	1.23	-0.53	-0.47
R03網走市比	-0.42	-1.18	1.71	-0.34	0.80	-0.08	-0.83	-0.16	-0.26



③ 中学校2年生男子

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	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)	体力合計点 (点)
全国	28.99	25.74	43.87	51.05		78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
北海道	29.59	25.31	42.33	49.70		73.63	8.28	193.37	19.92	39.63
R04網走市	29.73	28.19	45.10	51.83		75.93	8.04	192.80	20.92	42.57
R03網走市	28.46	27.65	45.58	53.44		75.67	8.16	194.18	18.79	41.41
全国比	0.74	2.45	1.23	0.78		-2.14	0.02	-4.09	0.64	1.53
北海道比	0.14	2.88	2.77	2.13		2.30	0.24	-0.57	1.00	2.94
R03網走市比	1.27	0.54	-0.48	-1.61		0.26	0.12	-1.38	2.13	1.16

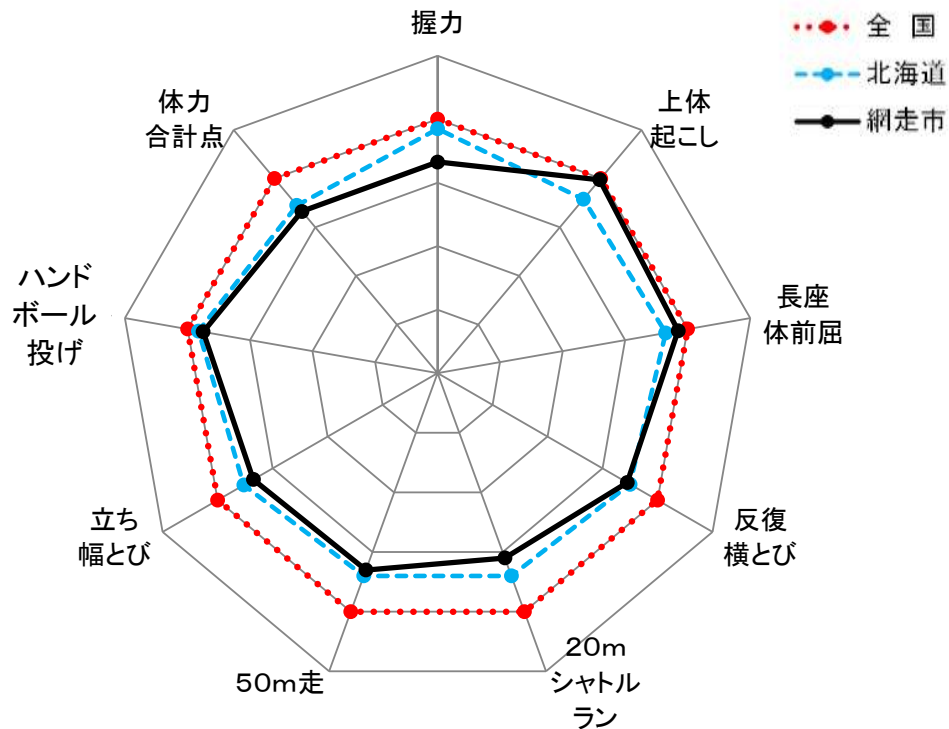
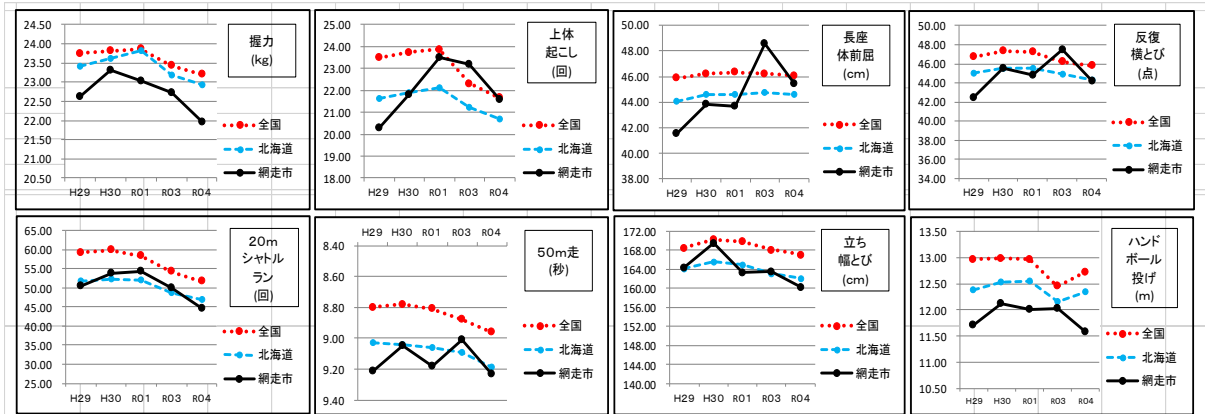
※持久走については対象が少ないことから記載しない。



④ 中学校2年生女子

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	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)	体力合計点 (点)
全国	23.21	21.67	46.07	45.81		51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
北海道	22.93	20.69	44.62	44.33		46.94	9.19	162.10	12.16	44.85
R04網走市	21.95	21.60	45.42	44.23		44.57	9.23	160.19	12.02	44.32
R03網走市	22.73	23.19	48.59	47.46		49.81	9.01	163.60	11.58	48.42
全国比	-1.26	-0.07	-0.65	-1.58		-7.03	-0.27	-6.85	-0.43	-3.10
北海道比	-0.98	0.91	0.80	-0.10		-2.37	-0.04	-1.91	-0.14	-0.53
R03網走市比	-0.78	-1.59	-3.17	-3.23		-5.24	-0.22	-3.41	0.44	-4.10

※持久走については対象が少ないことから記載しない。



小学校 5 年 生 男 子		種 目 名
全国平均 との比較	○上回った種目	「握力」「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」 「立ち幅跳び」
	▲下回った種目	「長座体前屈」「50m走」「ソフトボール投げ」
令和3年度 の網走平均 との比較	○上回った種目	「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」 「立ち幅跳び」
	▲下回った種目	「握力」「上体起こし」「反復横とび」「ソフトボール投げ」

小学校 5 年 生 女 子		種 目 名
全国平均 との比較	○上回った種目	「反復横とび」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」
	▲下回った種目	「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「20mシャトルラン」 「50m走」
令和3年度 の網走平均 との比較	○上回った種目	「長座体前屈」「20mシャトルラン」
	▲下回った種目	「握力」「上体起こし」「反復横とび」「50m走」「立幅跳び」 「ソフトボール投げ」

中学校 2 年 生 男 子		種 目 名
全国平均 との比較	○上回った種目	「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」 「ハンドボール投げ」
	▲下回った種目	「20mシャトルラン」「立ち幅とび」
令和3年度 の網走平均 との比較	○上回った種目	「握力」「上体起こし」「20mシャトルラン」「50m走」 「ハンドボール投げ」
	▲下回った種目	「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅とび」

中学校 2 年 生 女 子		種 目 名
全国平均 との比較	○上回った種目	なし
	▲下回った種目	「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」
令和3年度 の網走平均 との比較	○上回った種目	「ハンドボール投げ」
	▲下回った種目	「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」

【小学校5年生男子】8種目中5種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和3年度に比べ、4種目が上回り4種目が下回った。

【小学校5年生女子】8種目中3種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和3年度に比べ、2種目が上回り6種目が下回った。

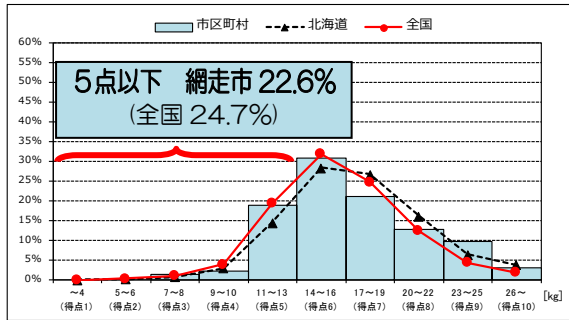
【中学校2年生男子】8種目中6種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和3年度に比べ、5種目が上回り3種目が下回った。体力合計点では令和3年度を上回った。

【中学校2年生女子】8種目中全種目で全国平均を下回った。経年比較で見ると、令和3年度に比べ、1種目が上回り7種目が下回った。

⑤ 度数分布 (小学校)

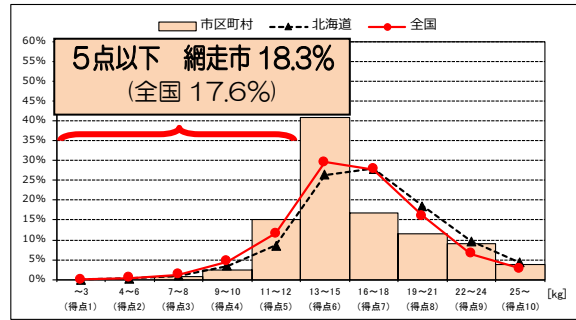
【握力】 男子

	市区町村	北海道	全国
平均値	16.96	17.15	16.21



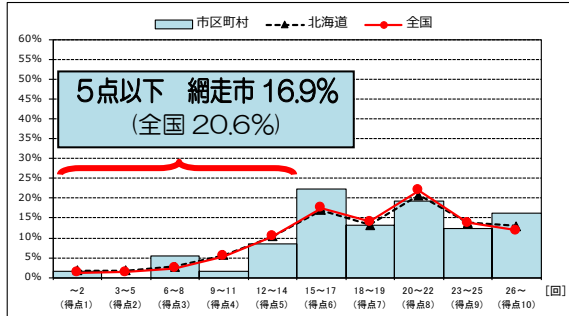
【握力】 女子

	市区町村	北海道	全国
平均値	15.98	16.90	16.10



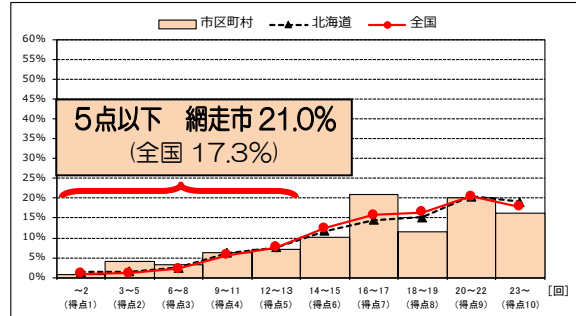
【上体起こし】 男子

	市区町村	北海道	全国
平均値	19.25	18.72	18.86



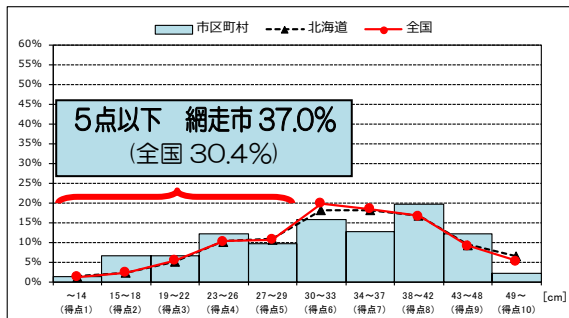
【上体起こし】 女子

	市区町村	北海道	全国
平均値	17.41	17.93	17.97



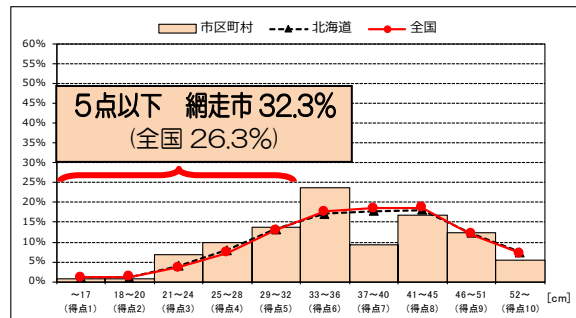
【長身体前屈】 男子

	市区町村	北海道	全国
平均値	32.76	34.15	33.79



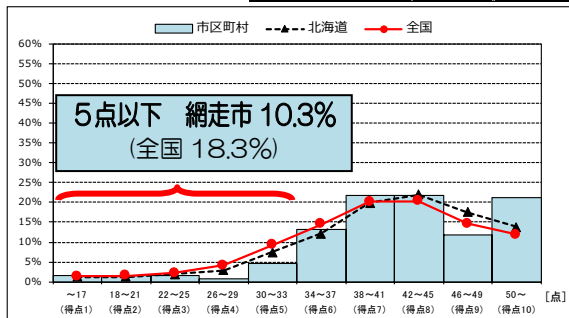
【長身体前屈】 女子

	市区町村	北海道	全国
平均値	36.79	38.14	38.18



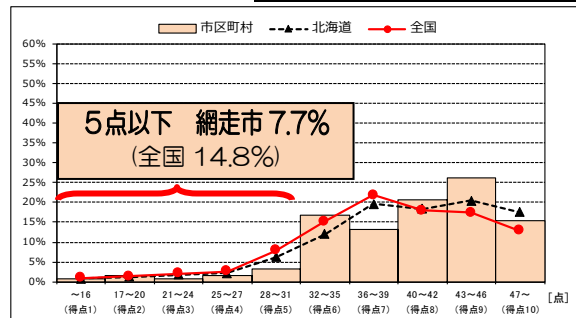
【反復横とび】 男子

	市区町村	北海道	全国
平均値	42.12	41.46	40.36



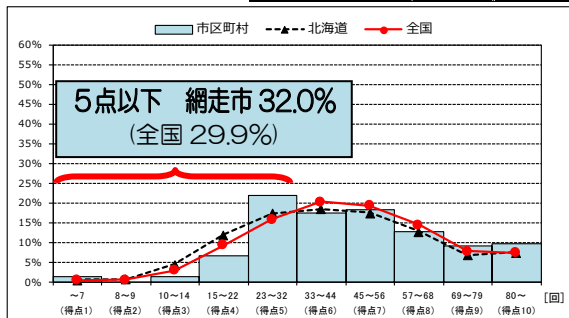
【反復横とび】 女子

	市区町村	北海道	全国
平均値	40.54	39.95	38.66



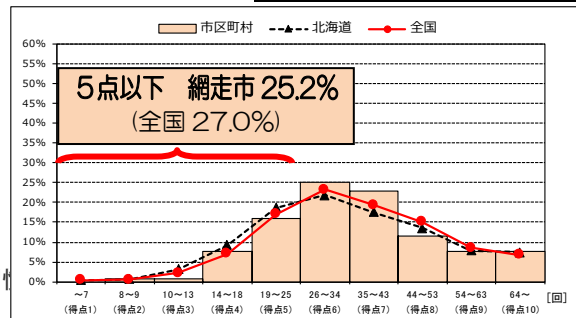
【20mシャトルラン】 男子

	市区町村	北海道	全国
平均値	47.73	43.92	45.92

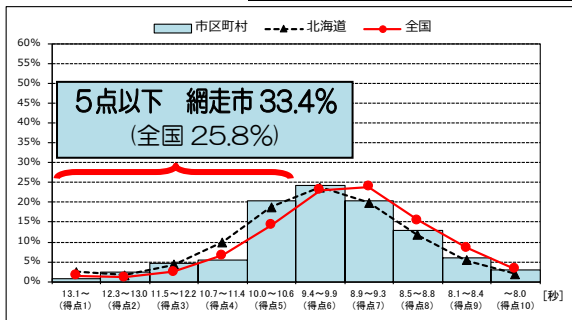


【20mシャトルラン】 女子

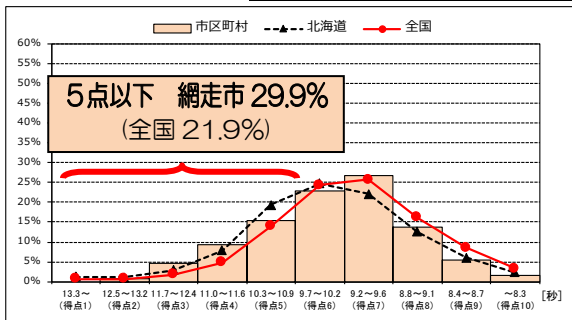
	市区町村	北海道	全国
平均値	36.55	36.00	36.97



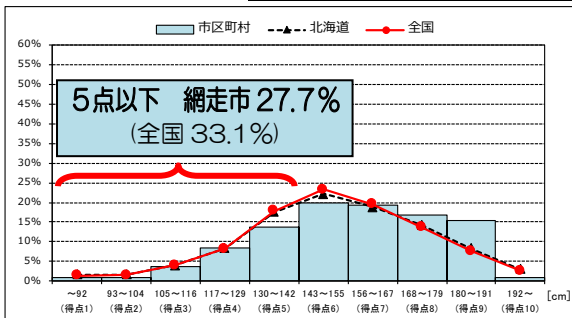
	市区町村	北海道	全国
【50m走】 男子	9.69	9.85	9.53



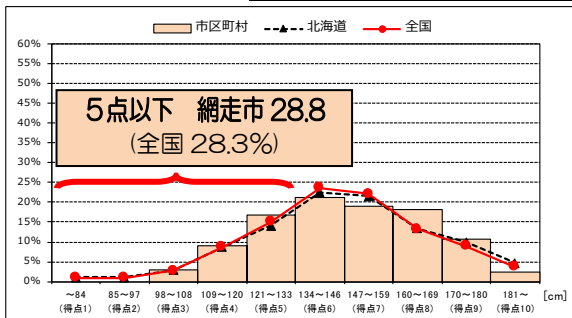
	市区町村	北海道	全国
【50m走】 女子	9.90	9.94	9.70



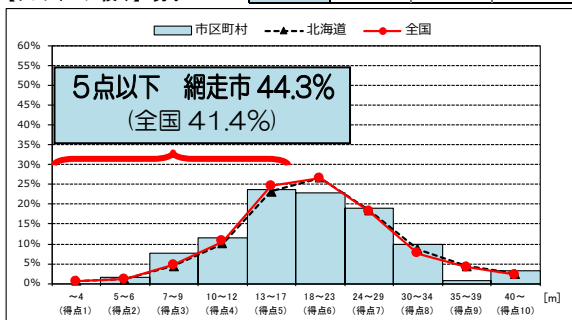
	市区町村	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	155.30	151.15	150.83



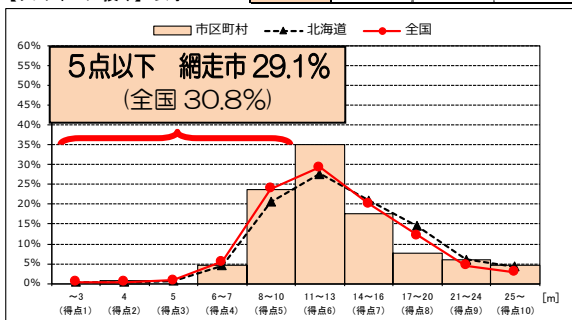
	市区町村	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	146.39	145.16	144.55



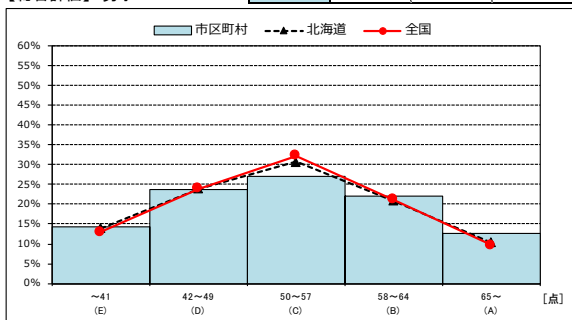
	市区町村	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 男子	20.21	20.73	20.31



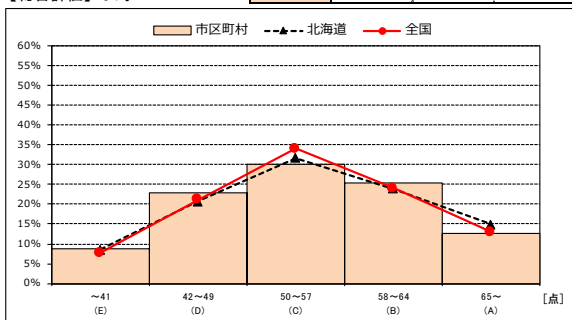
	市区町村	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 女子	13.37	13.90	13.17



	市区町村	北海道	全国
【総合評価】 男子	52.56	52.23	52.28



	市区町村	北海道	全国
【総合評価】 女子	54.01	54.48	54.31



◆全国に比べ5点以下の児童が多い種目

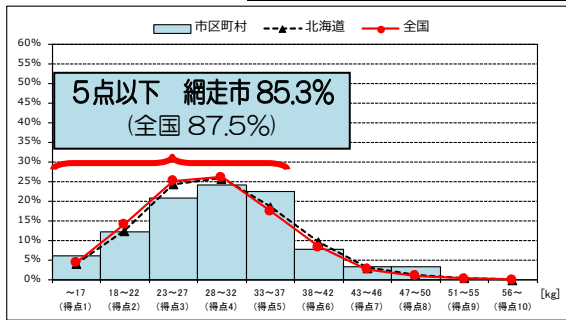
- 男子 ~ 「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」「ソフトボール投げ」
- 女子 ~ 「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」「立ち幅跳び」

◆総合評価の状況

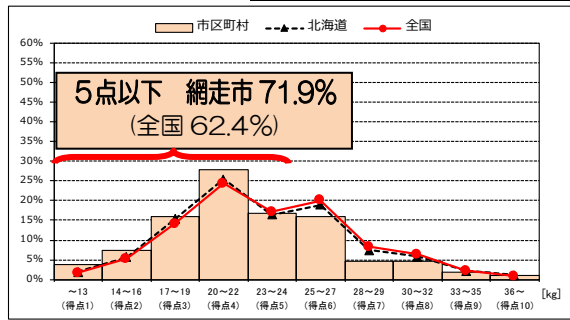
- 男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「E」「D」評価が全国とほぼ同様。
- 女子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「E」「D」評価が全国より多い。

⑥ 度数分布 (中学校)

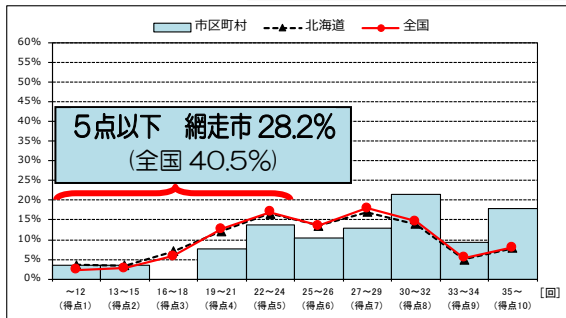
	市区町村	北海道	全国
【握力】 男子	29.73	29.59	28.99



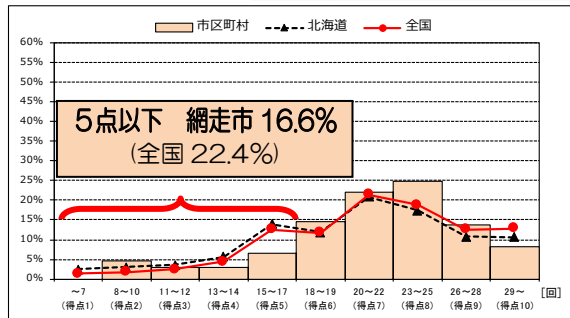
	市区町村	北海道	全国
【握力】 女子	21.95	22.93	23.21



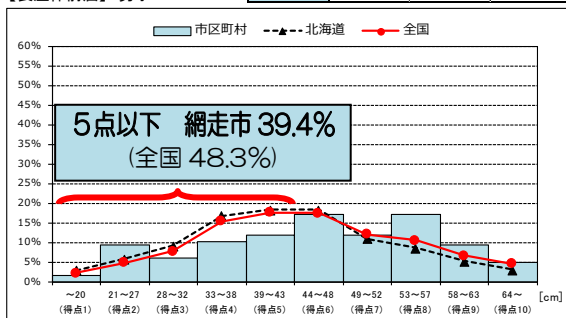
	市区町村	北海道	全国
【上体起こし】 男子	28.19	25.31	25.74



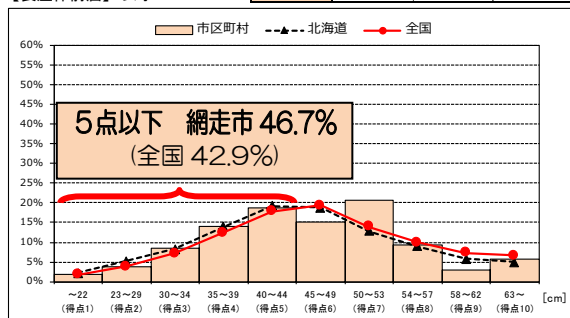
	市区町村	北海道	全国
【上体起こし】 女子	21.60	20.69	21.67



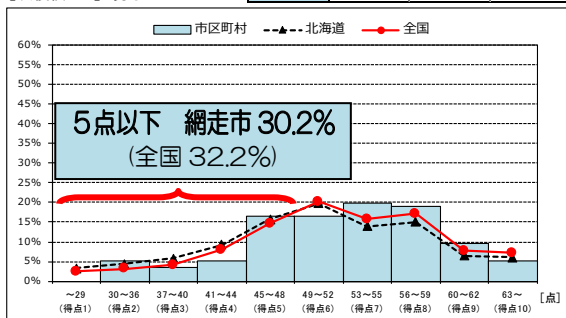
	市区町村	北海道	全国
【長座体前屈】 男子	45.10	42.33	43.87



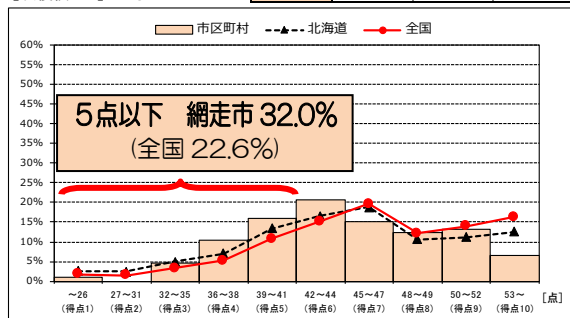
	市区町村	北海道	全国
【長座体前屈】 女子	45.42	44.62	46.07



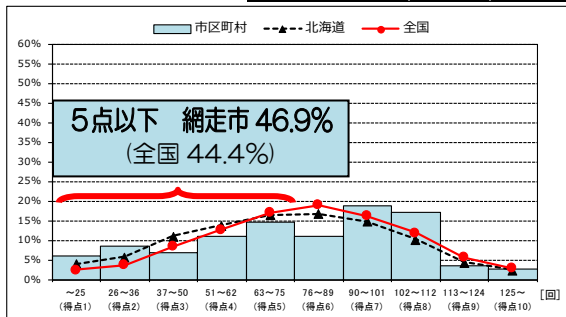
	市区町村	北海道	全国
【反復横とび】 男子	51.83	49.70	51.05



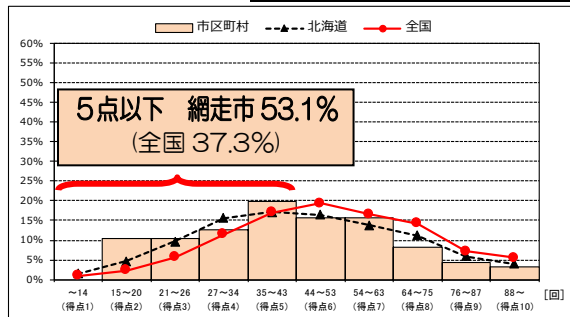
	市区町村	北海道	全国
【反復横とび】 女子	44.23	44.33	45.81



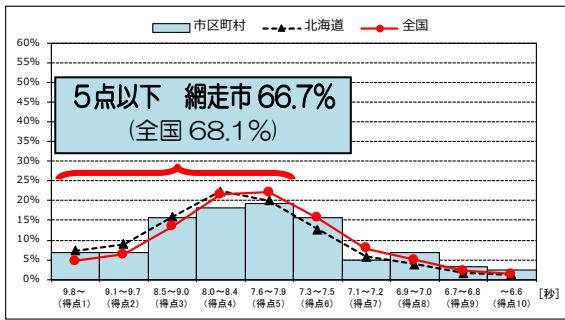
	市区町村	北海道	全国
【20mシャトルラン】 男子	75.93	73.63	78.07



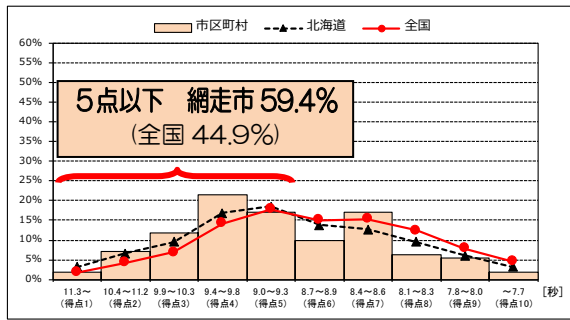
	市区町村	北海道	全国
【20mシャトルラン】 女子	44.57	46.94	51.60



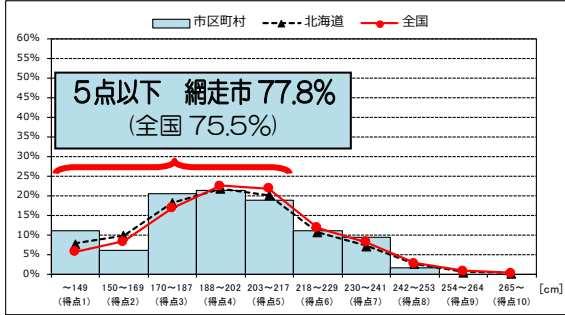
	市区町村	北海道	全国
【50m走】 男子	8.04	8.28	8.06



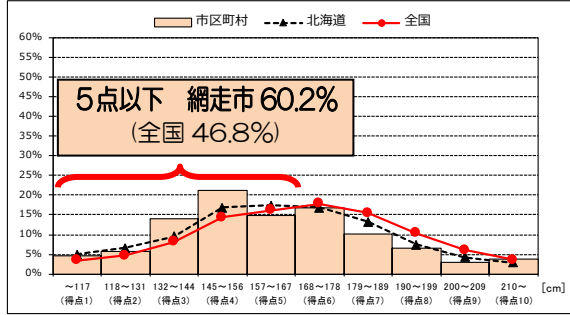
	市区町村	北海道	全国
【50m走】 女子	9.23	9.19	8.96



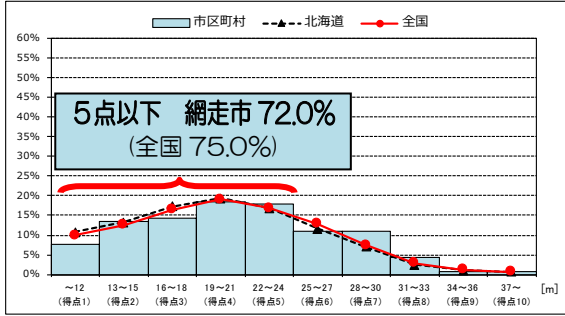
	市区町村	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	192.80	193.37	196.89



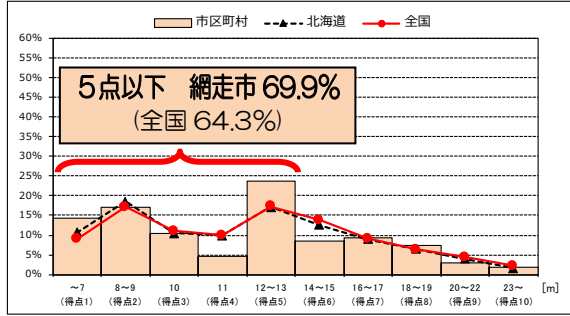
	市区町村	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	160.19	162.10	167.04



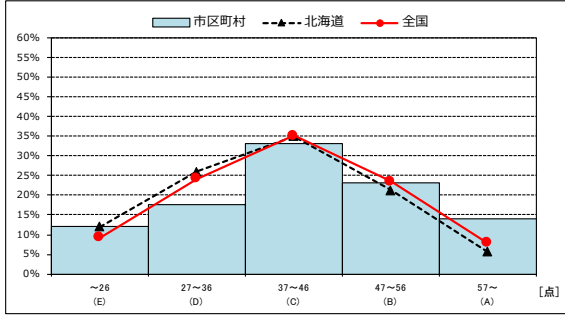
	市区町村	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 男子	20.92	19.92	20.28



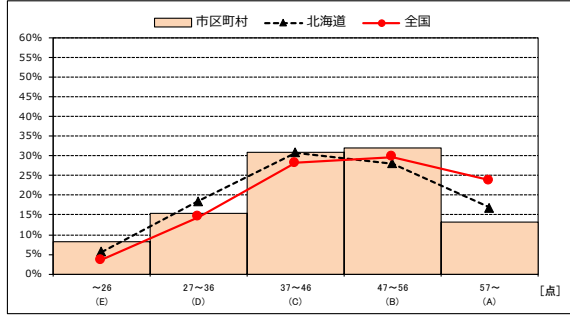
	市区町村	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 女子	12.02	12.16	12.45



	市区町村	北海道	全国
【総合評価】 男子	42.57	39.63	41.04



	市区町村	北海道	全国
【総合評価】 女子	44.32	44.85	47.42



◆全国に比べ5点以下の生徒が多い種目

男子 ~ 「20mシャトルラン」「立ち幅とび」

女子 ~ 「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」
「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」

※持久走については対象が少ないことから記載しない。

◆総合評価の状況

男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「E」「D」評価が全国より少ない。

女子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より少ない。「E」「D」評価が全国より多い。

(3) 児童生徒質問紙調査、学校質問紙調査

① 運動に対する意識、運動習慣等の状況

		運動が 好き やや好き	運動は 大切	運動部や スポーツクラブ に入っている	中学校で 授業以外に 自主的に 運動したいと思う やや思う	平日の 運動時間 (分) ※1日平均	土日の 運動時間 (分) ※1日平均
小5 男子	全国	92.4%	68.7%	76.7%	88.4%	60.30	131.65
	北海道	93.4%	73.6%	64.8%	89.4%	77.62	109.75
	R04網走市	94.6%	74.6%	71.0%	87.5%	71.84	104.00
	R03網走市	90.4%	75.8%	75.2%	87.9%	75.58	107.39
小5 女子	全国	85.9%	59.2%	53.8%	85.0%	41.14	70.75
	北海道	87.7%	67.1%	46.3%	87.4%	55.98	67.30
	R04網走市	83.6%	62.7%	48.5%	85.0%	46.72	54.50
	R03網走市	87.2%	64.3%	37.1%	83.5%	48.12	62.45
		運動が 好き やや好き	運動は 大切	運動部や スポーツクラブ 入っている	中学校卒業後、 自主的に 運動したいと思う やや思う	平日の 運動時間 (分) ※1日平均	土日の 運動時間 (分) ※1日平均
中2 男子	全国	88.9%	66.1%	102.7%	85.7%	93.84	123.10
	北海道	90.2%	69.6%	91.7%	85.9%	107.36	131.25
	R04網走市	86.9%	59.5%	91.7%	78.7%	103.84	128.75
	R03網走市	89.2%	58.6%	87.4%	80.2%	105.52	107.40
中2 女子	全国	77.3%	50.7%	98.3%	78.1%	92.46	114.55
	北海道	77.4%	53.8%	89.1%	77.2%	105.02	123.75
	R04網走市	68.7%	39.5%	85.9%	72.2%	100.88	107.55
	R03網走市	72.6%	51.3%	50.4%	68.1%	117.61	120.82

■運動が好き

小学校の男子が全国平均を上回っていて、およそ9割が好きと回答している。

■運動は大切

大切と回答した児童生徒が小学校の男女は全国平均を上回ったが、中学校の男女は全国平均を下回っている。中学校男子が、令和3年度を上回っている。

■運動部・スポーツクラブに入っている

小学校、中学校ともに全国平均を下回っている。小学校の女子と、中学校の男女が令和3年度から上回っている。

■卒業後、自主的に運動したい

小学校の女子は、全国と同率であるが、小学校の男子、中学校の男女が、全国平均を下回っている。小・中学校の女子は、令和3年度を上回っている。

■平日の運動時間

小学校の男女、中学校の男女とも全国平均を上回っている。

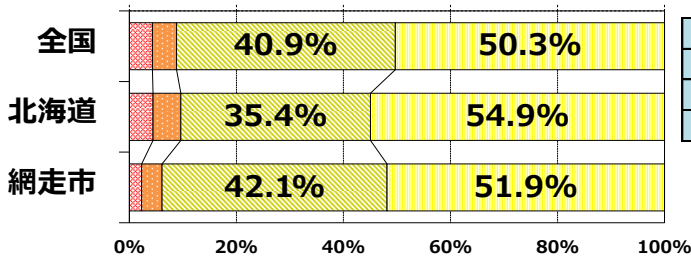
■土日の運動時間

中学校の男子が全国平均を上回っているが、小学校は男女と中学校の女子は全国平均を下回っている。

② 1 週間の総運動時間

小学校 5 年生男子

0分 1~59分 60~419分 420分~

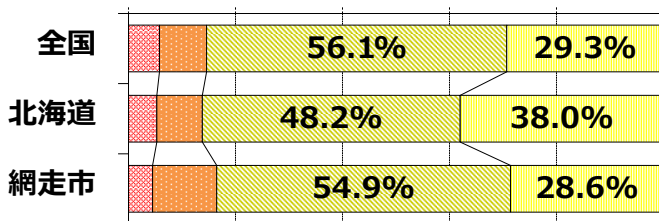


男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	4.3%	4.5%	40.9%	50.3%
北海道	4.4%	5.2%	35.4%	54.9%
網走市	2.3%	3.8%	42.1%	51.9%

1 週間の総運動時間が1 時間未満の割合
 網走市 6.1% (全国 8.8%)
 全国より 2.7 ポイント低い

小学校 5 年生女子

0分 1~59分 60~419分 420分~

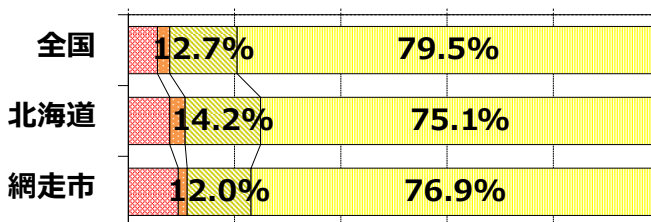


女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	5.8%	8.8%	56.1%	29.3%
北海道	5.3%	8.5%	48.2%	38.0%
網走市	4.5%	12.0%	54.9%	28.6%

1 週間の総運動時間が1 時間未満の割合
 網走市 16.5% (全国 14.6%)
 全国より 1.9 ポイント高い

中学校 2 年生男子

0分 1~59分 60~419分 420分~

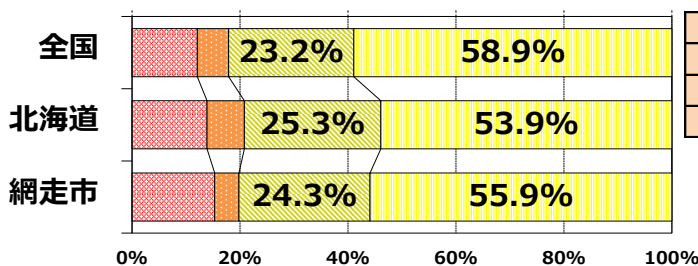


男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	5.5%	2.3%	12.7%	79.5%
北海道	7.8%	2.9%	14.2%	75.1%
網走市	9.4%	1.7%	12.0%	76.9%

1 週間の総運動時間が1 時間未満の割合
 網走市 11.1% (全国 7.8%)
 全国より 3.3 ポイント高い

中学校 2 年生女子

0分 1~59分 60~419分 420分~



女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	12.1%	5.8%	23.2%	58.9%
北海道	13.9%	6.9%	25.3%	53.9%
網走市	15.3%	4.5%	24.3%	55.9%

1 週間の総運動時間が1 時間未満の割合
 網走市 19.8% (全国 17.9%)
 全国より 1.9 ポイント高い

■ 1 週間の総運動時間

1 週間の総運動時間が「0分」「1 時間未満」の割合は、小学校の男子が全国平均よりも低く、小学校の女子と、中学校の男女は全国平均より高くなっている。

③ 生活習慣

		朝食を 毎日食べる	一日の睡眠時間		平日にテレビ、DVD、スマートフォン、 パソコンなどの画面を見ている時間	
			8時間以上	6時間未満	3時間以上	1時間未満
小 5 男 子	全 国	82.3%	66.7%	3.8%	41.1%	14.6%
	北海道	75.8%	69.9%	3.8%	49.5%	10.6%
	網走市	79.8%	69.6%	3.1%	52.1%	12.4%
小 5 女 子	全 国	81.1%	69.3%	2.6%	34.8%	21.0%
	北海道	73.6%	72.0%	3.2%	42.4%	16.0%
	網走市	68.2%	65.9%	0.8%	44.6%	17.7%
中 2 男 子	全 国	80.0%	28.5%	8.3%	47.5%	5.9%
	北海道	73.5%	33.3%	8.2%	55.3%	4.7%
	網走市	70.5%	26.1%	13.4%	61.1%	5.9%
中 2 女 子	全 国	73.4%	20.9%	12.1%	45.1%	7.8%
	北海道	66.4%	25.8%	10.9%	52.8%	6.2%
	網走市	57.9%	24.6%	14.9%	60.0%	7.3%

■ 朝食を毎日食べる

「毎日朝ごはんを食べていない」児童生徒が約2割～4割おり、小学校の男女、中学校の男女ともに「毎日食べる」割合が全国平均を下回っている。

■ 1日の睡眠時間

1日に8時間以上睡眠をとっている児童生徒の割合は、小学校の男子、中学校の女子が全国平均より高い。6時間未満の割合は、小学校の男女で全国平均より低く、中学校の男女が全国平均より高くなっている。

■ 平日にテレビ、DVD、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている時間

小学校の男女、中学校の男子が1時間未満（「全く見ない」を含む）の割合が全国平均より低く、中学校の女子は全国と同率である。小・中学校ともに3時間以上見ている割合が高い。

④ 体育・保健体育の授業の状況

ア 児童生徒質問紙

		体育の授業は 楽しい やや楽しい	体育の授業で 進んで学習に参加 している	.体育の授業で、 目標を意識した学習で 「できたり、わかったり」 すること	できないことができるようになったきっかけ		
					授業中先生に コツやポイントを 教えてもらった	授業中自分で 工夫した	友達に 教えてもらった
小5 男子	全国	93.8%	63.2%	32.1%	41.3%	39.9%	50.4%
	北海道	93.4%	63.0%	33.1%	42.3%	40.1%	49.0%
	R04網走市	92.8%	72.0%	36.4%	41.2%	44.3%	45.8%
	R03網走市	92.8%	65.6%	38.4%	40.3%	37.9%	46.0%
小5 女子	全国	89.2%	55.2%	26.1%	35.6%	36.0%	60.8%
	北海道	89.1%	54.0%	26.1%	36.7%	35.9%	57.8%
	R04網走市	90.0%	53.7%	22.7%	38.8%	37.3%	69.4%
	R03網走市	90.0%	66.9%	32.4%	41.0%	37.4%	64.8%
		体育の授業は 楽しい やや楽しい	体育の授業で 進んで学習に参加 している	.体育の授業で、 目標を意識した学習で 「できたり、わかったり」 すること	できないことができるようになったきっかけ		
					授業中先生に コツやポイントを 教えてもらった	授業中自分で 工夫した	友達に 教えてもらった
中2 男子	全国	90.9%	47.2%	26.5%	37.7%	42.4%	56.8%
	北海道	92.6%	47.4%	27.0%	39.8%	43.5%	53.8%
	R04網走市	86.7%	47.1%	21.8%	34.5%	45.4%	54.6%
	R03網走市	90.1%	51.4%	20.7%	46.0%	38.7%	46.0%
中2 女子	全国	83.8%	37.9%	20.9%	36.8%	37.4%	67.2%
	北海道	84.7%	35.3%	19.3%	37.1%	35.3%	64.0%
	R04網走市	69.3%	13.2%	9.6%	25.9%	27.7%	54.5%
	R03網走市	77.0%	43.8%	10.6%	44.1%	25.2%	57.7%

イ 学校質問紙

		体育授業の目標を児童に示す活動を取り入れている		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る		体育授業で児童同士が助け合い、役割を果たす活動を取り入れている		体育授業で児童同士で話し合う活動を取り入れている		体育指導で授業中にICT機器を活用している
		いつも取り入れている	だいたい取り入れている	いつも取り入れている	だいたい取り入れている	いつも取り入れている	だいたい取り入れている	全ての学年で取り入れている	一部の学年で取り入れている	
小学校	全国	49.2%	48.5%	36.1%	58.3%	40.6%	56.7%	59.6%	38.6%	30.8%
	北海道	65.0%	33.8%	52.4%	44.8%	46.9%	50.6%	77.0%	20.6%	44.0%
	網走市	75.0%	25.0%	62.5%	37.5%	75.0%	25.0%	87.5%	12.5%	75.0%
		保健体育授業の目標を生徒に示す活動を取り入れている		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る		保健体育授業で生徒同士が助け合い、役割を果たす活動を取り入れている		保健体育授業で生徒同士で話し合う活動を取り入れている		保健体育指導で授業中にICT機器を活用している
		いつも取り入れている	だいたい取り入れている	いつも取り入れている	だいたい取り入れている	いつも取り入れている	だいたい取り入れている	全ての学年で取り入れている	一部の学年で取り入れている	
中学校	全国	67.3%	31.7%	54.0%	43.1%	48.4%	49.3%	88.9%	8.5%	44.0%
	北海道	78.0%	21.4%	63.2%	35.0%	54.0%	43.8%	91.6%	5.2%	64.8%
	網走市	100.0%	0.0%	83.3%	16.7%	83.3%	16.7%	100.0%	0.0%	83.4%

■体育の授業が楽しい

小学校の男女が9割以上が楽しいまたはやや楽しいと回答していて、小学校女子は女子が全国平均を上回っている。

■体育授業の工夫・改善

- ・小学校・中学校の授業では、9割以上が目標設定や振り返りの活動を取り入れている。
- ・授業におけるICT機器の活用は、小学校で7割、中学校で8割を上回っている。

ウ できないことができるようになったきっかけ（児童生徒質問紙）

		授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった	授業中に自分で工夫した	自分に合った場やルールが用意された	先生や友達のまねをしてみた	友達に教えてもらった	授業中に自分の動きを動画で見た	授業外に先生に教えてもらった	授業外に自分で練習した	授業外に本や動画を見た	できるようになったことがない
小5男子	全国	41.3%	39.9%	13.3%	49.6%	50.4%	11.2%	6.8%	25.4%	15.2%	4.0%
	北海道	42.3%	40.1%	13.3%	51.0%	49.0%	11.7%	7.9%	27.7%	15.1%	3.9%
	R04網走市	41.2%	44.3%	17.6%	50.4%	45.8%	9.2%	5.3%	27.5%	9.2%	3.8%
小5女子	全国	35.6%	36.0%	10.8%	56.7%	60.8%	11.3%	5.4%	30.7%	13.6%	2.8%
	北海道	36.7%	35.9%	11.0%	57.5%	57.8%	11.9%	6.5%	35.4%	14.6%	2.8%
	R04網走市	38.8%	37.3%	11.2%	60.4%	69.4%	7.5%	6.0%	27.6%	12.7%	1.5%
中2男子	全国	37.7%	42.4%	9.5%	46.1%	56.8%	8.3%	3.6%	12.6%	9.0%	4.9%
	北海道	39.8%	43.5%	8.7%	46.8%	53.8%	12.6%	3.5%	12.9%	9.5%	4.5%
	R04網走市	34.5%	45.4%	37.8%	63.0%	54.6%	14.3%	1.7%	10.1%	10.1%	4.2%
中2女子	全国	36.8%	37.4%	8.2%	55.5%	67.2%	10.0%	2.8%	15.6%	8.7%	3.9%
	北海道	37.1%	35.3%	8.2%	53.0%	64.0%	14.5%	2.7%	15.6%	8.0%	4.2%
	R04網走市	25.9%	27.7%	28.6%	55.4%	54.5%	8.9%	1.8%	6.3%	6.3%	10.7%

エ 授業で努力を要する児童生徒に対する取組（学校質問紙）

小学校	授業中、コツやポイントを重点的に教える	授業中、児童自ら工夫させる	児童に合った場やルールの提示	児童に合った運動課題の段階的な準備	教員や友達のまねを促す	友達同士で教え合いを促す	授業中に自分の動きを映像で見る	授業外に教える	授業外の自主練習を促す	授業外に本や映像を見られるようにする	特にしていない	努力を要する児童はいない
全国	91.3%	50.7%	81.8%	77.2%	67.4%	86.7%	31.0%	21.4%	26.8%	10.2%	0.0%	0.0%
北海道	95.7%	58.3%	74.5%	85.8%	72.0%	81.6%	36.4%	25.0%	35.2%	9.2%	0.0%	0.1%
網走市	100.0%	77.8%	100.0%	77.8%	88.9%	88.9%	44.4%	33.3%	44.4%	11.1%	0.0%	0.0%
中学校	授業中、コツやポイントを重点的に教える	授業中、生徒自ら工夫させる	生徒に合った場やルールの提示	生徒に合った運動課題の段階的な準備	教員や友達のまねを促す	友達同士で教え合いを促す	授業中に自分の動きを映像で見る	授業外に教える	授業外の自主練習を促す	授業外に本や映像を見られるようにする	特にしていない	努力を要する生徒はいない
全国	87.5%	39.5%	73.5%	71.8%	47.4%	82.9%	36.0%	5.5%	8.0%	3.8%	0.1%	0.0%
北海道	91.9%	53.6%	72.7%	79.7%	53.7%	80.0%	52.2%	7.1%	11.1%	6.1%	0.0%	0.0%
網走市	83.3%	83.3%	83.3%	83.3%	83.3%	100.0%	66.7%	0.0%	0.0%	16.7%	0.0%	0.0%

■できないことができるようになったきっかけ

児童生徒質問紙では、小学校、中学校ともに、「授業中に自分で工夫した」「自分に合った場やルールが用意された」「先生や友達のまねをしてみた」ことによってできるようになった児童生徒の割合が高い。

■体育授業で努力を要する児童生徒に対する取組

小学校、中学校ともに、「授業中、コツやポイントを重点的に教える」「児童生徒に合った場やルールの提示」「教員や友達のまねを促す」「友達同士で教え合いを促す」と回答する学校の割合が、全国平均と比較して高く、児童生徒が「できるようになったきっかけ」の回答と類似傾向を示している。

⑤ 授業以外の取組、地域や関係機関・家庭との連携（学校質問紙調査）

小学校	一緒に運動やスポーツをする機会を設ける	啓発するための資料を配布	生活習慣改善のため資料を配布	運動やスポーツの行事への参加を促す	体力に関する調査の結果を連絡	その他
全国	9.4%	33.9%	39.9%	24.8%	53.1%	1.7%
北海道	11.3%	55.8%	63.1%	43.8%	78.4%	2.6%
網走市	25.0%	75.0%	87.5%	62.5%	100.0%	0.0%

中学校	一緒に運動やスポーツをする機会を設ける	啓発するための資料を配布	生活習慣改善のため資料を配布	運動やスポーツの行事への参加を促す	体力に関する調査の結果を連絡	その他
全国	6.2%	20.6%	23.6%	17.9%	34.0%	2.1%
北海道	7.4%	47.4%	45.0%	34.4%	63.4%	2.8%
網走市	0.0%	66.7%	33.3%	66.7%	66.7%	0.0%

■ 学校における体力・運動能力の向上に係る取組

小学校、中学校ともに、体力・運動能力の向上に係る取組を全国平均より高い割合で推進している。運動が苦手な児童生徒向けの取組や、体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組が、全国平均を大きく上回っている。

■ 地域や関係機関・家庭との連携

小学校、中学校ともに、家庭・地域・関係機関と連携した取組を推進している。網走市学校支援地域本部事業を活用するなど、学校外の人材を活用している割合が全国平均より高い。

3. 調査結果の特徴と改善に向けた取組（学校の取組）

【実技調査の結果から】

- ◎小学校は、男子が、8種目中5種目で全国平均を上回り、体力合計点で全国平均より高く、女子はほぼ同様であった。
- ◎中学校は、男子が8種目中6種目で全国平均を上回り、体力合計点でも全国平均を上回った。
- ◎小学校男女・中学校の男子の総合評価「A」「B」の割合が全国より多い。
- ▲小・中学校の女子が令和3年度よりも、全国平均よりも下回る種目が増えた。
- ▲小中学校の男女とも「20mシャトルラン」「50m走について、全国との差が見られる。

【児童生徒質問紙調査から】

- ◎小学校で8割以上、中学校で7割以上が、「運動が好き・やや好き」と回答している。
- ◎小学校では「運動は大切」と回答する割合が全国平均より高い。
- ◎小学校・中学校の男女とも、「平日の運動時間」が、全国平均より高い。
- ▲中学校では、1週間の総運動時間が1時間未満の生徒の割合が全国平均と比べ高い。
- ▲小中学校とも、朝食を毎日食べる割合が、全国平均と比べて低い。
- ▲小学校、中学校ともに、「テレビやスマートフォン等の画面を3時間以上見ている」割合が全国平均より高い。

【学校質問紙調査から】

- ◎小・中学校ともに、全国平均より高い割合で調査項目にある体力向上の取組や調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善を行っている。
- ◎運動が苦手な児童生徒向けの取組や、体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組が、全国平均を大きく上回っている。
- ◎小・中学校ともに、地域や関係機関、家庭との連携を図っている割合、外部人材を活用している割合が全国平均より高い。
- ◎小・中学校ともに、「自分にあった場やルールが提示されている」と回答した学校が全国平均を上回っている。

■■■ 改善に向けたポイント ■■■

◆体育・保健体育の授業の充実

- 「授業は楽しい」「授業でできるようになった」が味わえるようにする手立ての工夫
 - ・「授業の課題」「目指したい目標」「取り組む事例」「振り返りの方法」が明確であり、頑張った成果が実感できる授業を展開する。
 - ・1人1台端末、実物投影機等のICT機器を活用し、自分の動きを確認したり、互いに教え合ったりする活動を取り入れる。
 - ・「児童生徒にあった場やルールの提示」や「友達同士で教え合いを促す」ことで、できるようになった児童生徒が多いことから、個に応じた場やルールの設定（個別最適な学び）、多様な他者との交流（協働的な学び）を授業に取り入れる。
 - ・外部講師（学校支援地域本部事業）や、小学校体育における中学校体育教員の活用など、専門性の高い教員・講師等を活用した授業を行う。

○見通す・振り返る活動の充実

- ・児童生徒が課題意識をもち、教師が提示した課題から個人のめあてを設定することができるよう、前時の学習の成果や課題を振り返る場面を設定する。
- ・児童生徒のめあて達成に向け、練習方法を選択することができるよう、運動の行い方のポイントや練習場所、練習方法を具体的に示す。
- ・児童生徒ができるようになったことや気付いたことなど学習の成果を確かめ、次時のめあてをもつことができるよう、課題と正対して振り返らせる場面を設定する。

○体を動かす時間の確保

- ・体を動かす時間を十分確保するとともに、友達の動きを見て学ぶ時間、友達と話し合う時間を考慮しながら授業を構成する。
- ・「オホーツク運動プログラム」の実践例を参考にするなどして、準備運動の場面など短時間でできる運動を継続して行う。

◆新体カテスト実施の工夫

○記録用紙を工夫する

- ・過去の自己記録と比較して成長が実感できる記録用紙（体力手帳等）を用意する。
- ・「自ら進んでやる」動機づけとし、個人の体力に応じた目標を設定させる。
（種目ごとの記録、点数、前年度の全国平均記録など）

○新体カテストの結果を生かす

- ・新体カテストの実施方法や全国の記録、学校平均などを掲示する。
- ・全国平均と経年で比較し、走る運動等課題が見られる種目を重点課題として取り組む。

○実施方法を工夫する

- ・上学年が下学年に手本を示す、近隣の学校と合同で実施する、外部人材や保護者が計測に協力するなど、新体カテストの実施方法を工夫する。
- ・正確な計測および感染症の拡大防止のため、実施方法について全教職員でマニュアルを確認するとともに、全教職員が計測に携わるなど、全校体制で調査を実施する。

◆運動機会の創出

- 体育的行事や児童会・生徒会行事において、運動が苦手な子も楽しんで参加できる種目を設定し、休み時間や放課後に目標に向かって協力しながら取り組める環境をつくる。
- 部活動等の成果や活躍を家庭・地域に発信することにより、児童生徒の運動意欲の向上や部活動等への加入促進を図る。

◆家庭や地域との連携

- PTA主催の親子レクリエーション等で体を動かすゲームを取り入れる。
- 長期休業中に行われるラジオ体操や地域のスポーツイベント、網走マラソン等への参加を推奨する。
- 家庭での生活習慣確立のために、家庭学習の習慣化やテレビ・ゲームの時間の見直しなど、「生活リズムチェックシート」の積極的な活用を図ったり、家庭で手軽にできる運動などを周知したりする。
- 土曜日に無料で利用できる体育施設（総合体育館、網走市民健康プール、スキー場など）の積極的な利用を呼び掛ける。
- 廊下や体育館の掲示板にスポーツ少年団等の活動や募集案内等を掲示する。

◆1校1実践の取組の充実

《 小学校 》

学校名	取組内容（1校1実践の取組等）
網走小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○網走市が推奨するタグラグビーへの取組 ○体育における授業改善の取組（活動量の充実等） ○保健体育部によるミニ研修 ○児童会（体育委員会）による体力向上に関する取組
中央小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○マラソンによる体力向上と精神力の強化（マラソン練習カードの活用） ○なわとびによる持久力の維持強化・体力の底上げ（なわとび練習カードの活用） ○朝や放課後、休み時間の運動遊びの推奨 <ul style="list-style-type: none"> ・一輪車、ボール、竹馬、そり・チューブの設置
西小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○日常の取組 <ul style="list-style-type: none"> ・休み時間における外遊びの奨励 ○委員会の取組 <ul style="list-style-type: none"> ・業間体育において、全校体育（E ダンス体操、持久走、なわとび、ストレッチ、ドッチボール大会）の実施 ○マラソン大会の実施
呼人小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○徒歩通学の奨励 <ul style="list-style-type: none"> ・保護者の理解と呼人駐在所の協力を得て実施 ○タグラグビー、マラソン、小学生の部活動への体験入部の取組 ○小中教員が連携した技能別指導（スキー、水泳）
南小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○継続した「なわとび運動」の推進 <ul style="list-style-type: none"> ・なわとび … 体育の時間のはじめ5分間 ・なわとびデー … 週1回業間 ・なわとび強化月間の設定（9月と2月） ○走力アッププロジェクト、体力向上サーキット <ul style="list-style-type: none"> ・体育の導入段階（サーキット、短距離走、持久走） ・走力 UP チャレンジシート
潮見小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○児童会による体力向上運動 ○タグラグビーへの取組 ○登下校を利用した体力向上 ○なわとびを利用した体力向上（体育における準備体操）
東小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○東っ子タイム～持久走（グラウンド 10 分間走）や、なわとび（90秒チャレンジ）に取り組む休み時間の運動タイム ○MSD（モーニングスポーツデー）～柔軟性や持久力、走力を高める動きを中心とした朝の運動タイム ○タグラグビーへの取組（授業・放課後活動）
白鳥台小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○オホーツク運動プログラムを活用した柔軟性を育成する体育科の授業改善 ○外部人材の積極的活用による運動技能の向上の取組（水泳、スキー、タグラグビー） ○体育授業における柔軟性、全身持久力向上の取組 ○全校マラソン、全校スケートによる筋力、全身持久力向上の取組 ○全校体育の取組（器械運動）
西が丘小学校	<ul style="list-style-type: none"> ○オホーツク運動プログラムを活用しての柔軟体操の実施（通年） ○スポーツDAY・縄跳びチャレンジの取組（通年） ○どさんこ元気アップチャレンジ「なわとびトライ」への年間を通しての参加 ○タグラグビーへの取組（通年） ○マラソン記録会とマラソン月間の実施

《 中学校 》

学校名	取組内容（1校1実践の取組等）
第一中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○体育の授業開始前の、ストレッチ運動を充実する。 ○授業開始前に、「ハンドボール投げ」運動に関わる巧み性や瞬発力を高める運動を行う。 ○徒歩通学の推奨。 ○部活動加入の奨励。 ○体力テストの結果を掲示し、意欲向上に繋げる。 ○体力テストの実施方法を工夫し、全教職員の課題意識を高める。
第二中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○徒歩通学、自転車登校の励行 <ul style="list-style-type: none"> ・スクールガイドや4月の学校便り、PTA 総会で呼びかけ ・生徒会の取組で毎月9のつく日に「歩9（あるく）運動」を実施 ○部活動への加入促進 <ul style="list-style-type: none"> ・入学時に1年生が部活動へ加入するよう呼びかけ
呼人中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○徒歩通学の奨励 <ul style="list-style-type: none"> ・保護者の理解と呼人駐在所の協力を得て実施 ○長距離走の取組 ○小中教員が連携した技能別指導（スキー、水泳）
第三中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○ 感染予防を講じた全学年全種目の体力テスト実施による実態把握 ○ 外部ボランティアと連携したクロスカントリースキー ○ 外部ボランティアと連携したマラソン ○ 情報活用能力の向上を目指した授業改善の取組 ○ 児童生徒を対象とした体力向上及び運動習慣確立啓発動画「みんなでムーブ（キタキツネ）」への参加
第四中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○体育授業や部活動での取組 <ul style="list-style-type: none"> ・持久走やシャトルランに取り組み、校内記録会を実施。 ・ストレッチや体幹トレーニングなど、体づくり運動を実施。 ・種目や単元に応じたアップ【ドリル練習】の実施。 ・運動量の確保 ・歩くスキー（てんとらんど活用）を実施。 ○生徒会の取組 <ul style="list-style-type: none"> ・ドッジボール、鬼ごっこなど健康運動企画の実施
第五中学校	<ul style="list-style-type: none"> ○2学年合同や3学年合同の体育授業の実施 <ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール、バレーボール、スキー他 ○生徒会生活委員会の企画による、昼休みの運動・遊びの活動を継続 ○生徒会の企画による球技大会の実施

4. 網走市における児童生徒の体力向上に向けた取組

- (1) 心身ともに健康な子どもを育成するために、保護者、地域とともに、「早寝・早起き・朝ごはん」など望ましい生活習慣の定着、運動に慣れ親しむ機会を作るなど、体力向上の取組を推進します。
- (2) 運動が苦手な児童でも取り組むことができるタグラグビーを小学校の教育課程に位置付けるとともに、スポーツ合宿の団体によるタグラグビー教室や教育長杯タグラグビー大会を開催します。
- (3) 「オホーツク網走マラソン」など、各種スポーツ大会への参加促進を図ります。また、スキーやスケート、歩くスキーなど冬季スポーツへの取組を推奨します。
- (4) 1週間の総運動時間を増やすために、徒歩通学の奨励、1校1実践の取組の充実、スポーツ少年団や部活動等への加入促進を図ります。
- (5) 体育・保健体育の授業の充実を図るため、教員を対象とした「体育授業改善研修会」を開催します。
- (6) 体育・保健体育の授業において、ICT機器の効果的な活用を図ります。
- (7) 日本体育大学と連携し、小学校の体育授業における大学教員による授業や、教員向け研修を行い、体育指導の充実をサポートします。
- (8) 「学校の新しい生活様式」に基づき、感染症対策を講じながら、体力向上の取組を継続していきます。