

平成29年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果

文部科学省は、平成20年度から、全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図ることを目的とし、小学校5年生、中学校2年生を対象にし、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を実施しています。

網走市教育委員会では、児童生徒の体力や運動能力、運動習慣、生活習慣等を把握し、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とともに、保護者や市民の皆様にも子どもたちの健康や体力に関心をお持ちいただき、子どもの体力向上に向けてご協力いただくため、調査結果の概要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、国が全国的な子どもの体力・運動能力の状況を把握・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、学校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 平成29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 154名 女子 124名 合計278名 中学校第2学年 男子 148名 女子 153名 合計301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。

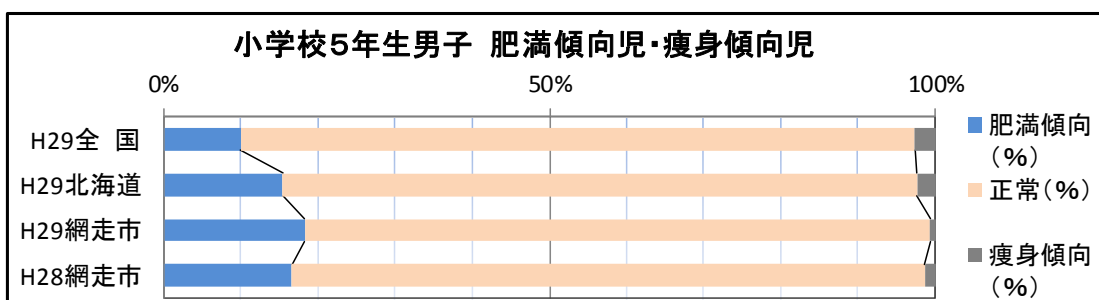
(2) 子どもの体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下「学校質問紙調査」という。）を実施する。

2. 結果の概要

(1) 体格に関する調査

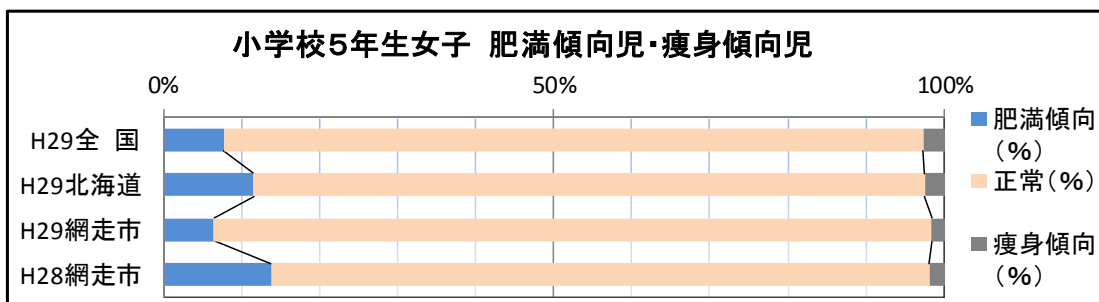
① 小学校5年生男子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	正常(%)	痩身傾向(%)
H29全 国	138.88	34.05	10.0%	87.3%	2.7%
H29北海道	139.44	35.61	15.4%	82.2%	2.4%
H29網走市	139.11	36.27	18.3%	81.0%	0.7%
H28網走市	138.03	35.28	16.6%	82.1%	1.4%



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(%)	正常(%)	痩身傾向(%)
H29全 国	140.08	33.95	7.7%	89.7%	2.7%
H29北海道	140.79	35.24	11.5%	86.0%	2.5%
H29網走市	140.75	34.89	6.5%	91.9%	1.6%
H28網走市	140.71	35.54	13.8%	84.3%	1.9%



【小学校5年生男子】

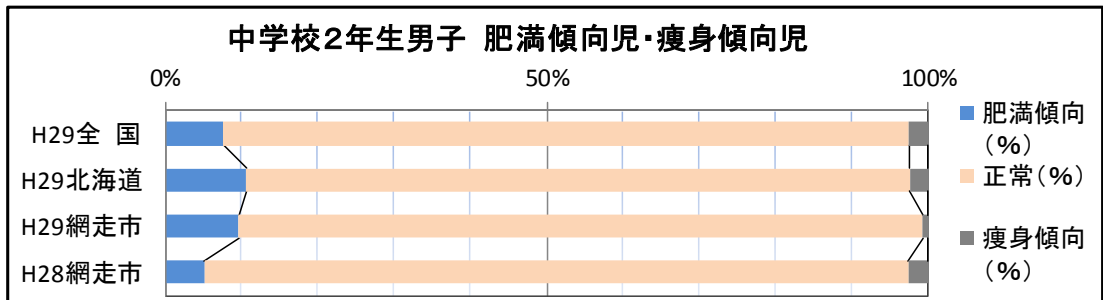
- 身長 全国平均を0.23cm上回っている。
- 体重 全国平均を2.22kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を8.3P上回っている。

【小学校5年生女子】

- 身長 全国平均を0.67cm上回っている。
- 体重 全国平均を0.94kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を1.2P下回っている。

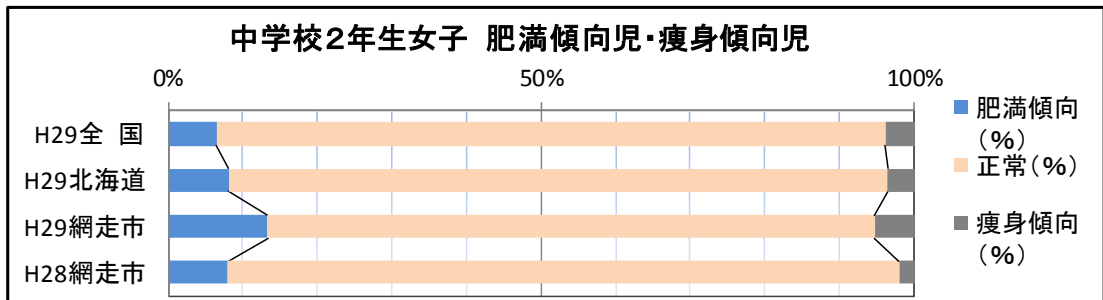
③ 中学校2年生男子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	正常(%)	痩身傾向(%)
H29全 国	159.98	48.58	7.6%	89.8%	2.5%
H29北海道	161.23	50.55	10.6%	87.0%	2.4%
H29網走市	161.20	50.23	9.6%	89.7%	0.7%
H28網走市	161.51	50.02	5.1%	92.3%	2.6%



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(%)	正常(%)	痩身傾向(%)
H29全 国	154.87	46.71	6.5%	89.6%	3.9%
H29北海道	155.27	47.45	8.1%	88.3%	3.6%
H29網走市	155.57	47.99	13.3%	81.5%	5.3%
H28網走市	154.58	46.89	8.0%	89.9%	2.0%



【中学校2年生男子】

- 身長 全国平均を1.22cm上回っている。
- 体重 全国平均を1.65kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を2.0P上回っている。

【中学校2年生女子】

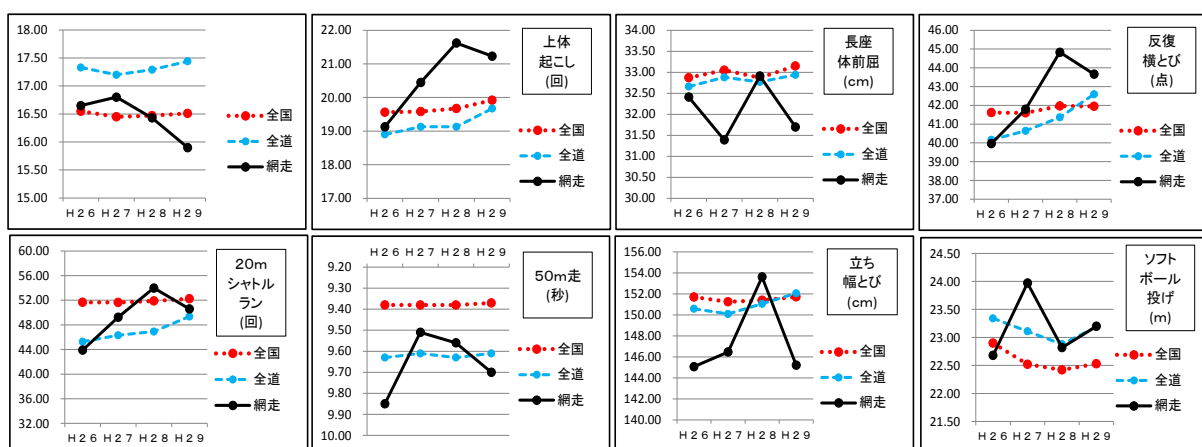
- 身長 全国平均を0.7cm上回っている。
- 体重 全国平均を1.28kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を6.8P上回っている。

(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)
H29全国	16.51	19.92	33.15	41.95	52.24	9.37	151.71	22.53
H29北海道	17.44	19.67	32.94	42.59	49.36	9.61	152.06	23.19
H29網走市	15.90	21.23	31.70	43.66	50.59	9.70	145.22	23.20
H28網走市	16.43	21.62	32.91	44.83	53.98	9.56	153.61	22.82
T得点	48.4点	52.2点	48.2点	52.2点	49.2点	46.6点	47.0点	50.8点

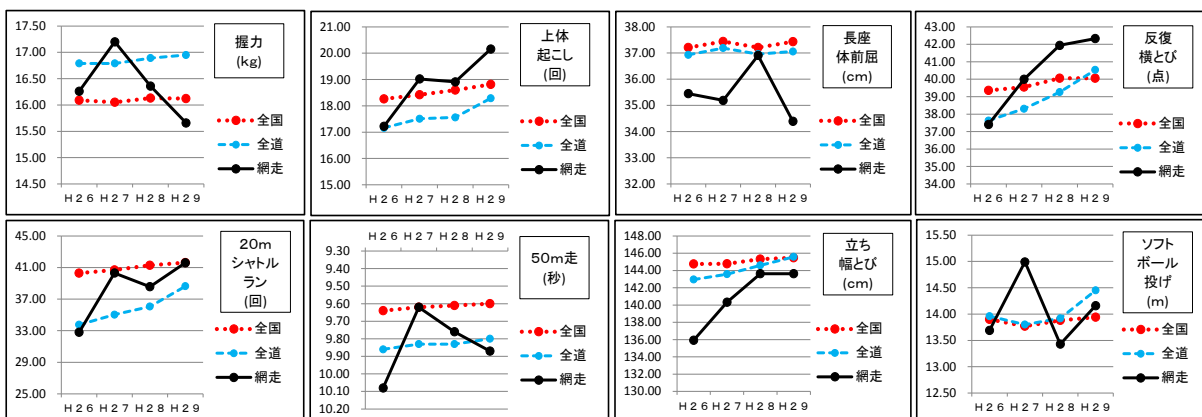
※T得点とは、全国平均値を50点とし、全国平均値に対する相対的な位置を示す。



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)
H29全国	16.12	18.81	37.43	40.06	41.62	9.60	145.47	13.94
H29北海道	16.95	18.29	37.06	40.53	38.64	9.80	145.58	14.45
H29網走市	15.66	20.16	34.39	42.33	41.60	9.87	143.63	14.16
H28網走市	16.36	18.91	36.91	41.94	38.57	9.76	143.63	13.43
T得点	48.8点	52.5点	46.4点	53.2点	50.0点	46.8点	49.1点	50.4点

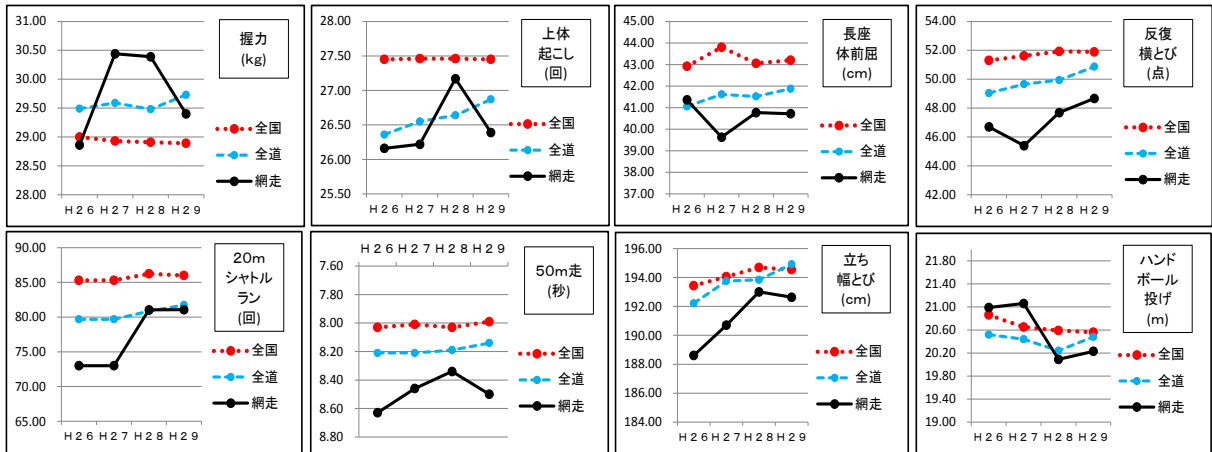
※T得点とは、全国平均値を50点とし、全国平均値に対する相対的な位置を示す。



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)
H29全国	28.89	27.45	43.20	51.89	391.23	85.99	7.99	194.54	20.56
H29北海道	29.73	26.87	41.88	50.87	403.36	81.75	8.14	194.91	20.48
H29網走市	29.40	26.39	40.72	48.67		81.06	8.50	192.63	20.23
H28網走市	30.39	27.17	40.77	47.69	451.14	81.04	8.34	193.00	20.09
T得点	50.7点	48.3点	47.6点	46.0点		48.0点	44.1点	49.3点	49.4点

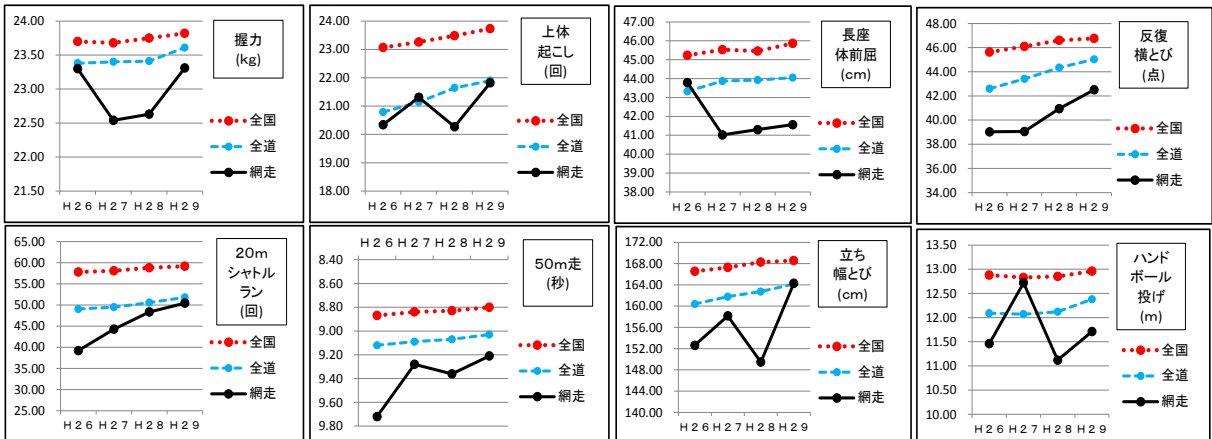
※T得点とは、全国平均値を50点とし、全国平均値に対する相対的な位置を示す。
 ※持久走はH29年度の実施校なし。



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)
H29全国	23.82	23.73	45.86	46.76	287.36	59.14	8.80	168.57	12.96
H29北海道	23.61	21.90	44.05	45.03	305.35	51.79	9.03	164.14	12.38
H29網走市	23.31	21.82	41.56	42.51		50.44	9.21	164.29	11.71
H28網走市	22.63	20.27	41.30	40.95	338.50	48.34	9.36	149.47	11.12
T得点	48.9点	46.7点	45.6点	43.7点		45.7点	44.9点	48.3点	47.0点

※T得点とは、全国平均値を50点とし、全国平均値に対する相対的な位置を示す。
 ※持久走はH29年度の実施校なし。



小学5年生男子		種目名
全国平均との比較	○上回った種目	「上体起こし」「反復横とび」「ソフトボール投げ」
	▲下回った種目	「握力」「長座体前屈」「50m走」「立ち幅跳び」「20mシャトルラン」
前年度の 網走平均との比較	○上回った種目	「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」「反復横とび」「立ち幅とび」「20mシャトルラン」「50m走」

小学5年生女子		種目名
全国平均との比較	○上回った種目	「上体起こし」「反復横とび」「ソフトボール投げ」
	▲下回った種目	「握力」「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」
前年度の 網走平均との比較	○上回った種目	「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」 ※「立ち幅とび」は前年度と同記録
	▲下回った種目	「握力」「長座体前屈」「50m走」

中学2年生男子		種目名
全国平均との比較	○上回った種目	「握力」
	▲下回った種目	「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「立ち幅とび」「50m走」「20mシャトルラン」「ハンドボール投げ」
前年度の 網走平均との比較	○上回った種目	「反復横とび」「20mシャトルラン」「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」「50m走」「立ち幅とび」

中学2年生女子		種目名
全国平均との比較	○上回った種目	
	▲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」
前年度の 網走平均との比較	○上回った種目	「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」
	▲下回った種目	

【小学校5年生男子】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、「50m走」「長座体前屈」「立ち幅跳び」で全国平均を下回る傾向にある。

【小学校5年生女子】昨年と同様、全国平均を3種目で上回った。全国平均を下回る傾向がある種目は男子と同様。

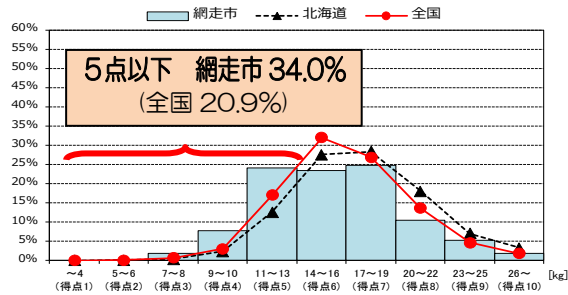
【中学校2年生男子】昨年に続き、「握力」が全国を上回った。年度によって平均値の上下はあるが、どの種目も全国平均に近づく傾向にある。

【中学校2年生女子】全国平均を上回る種目はなかったが、全種目で前年度の平均を上回った。経年比較で見ると、どの種目も全国平均に近づく傾向にある。

⑤ 度数分布（小学校）

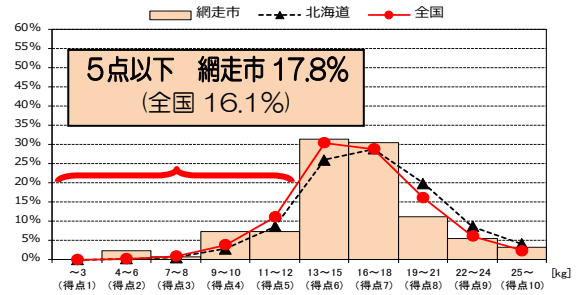
【握力】 男子

	網走市	北海道	全国
【握力】 男子	15.90	17.44	16.51



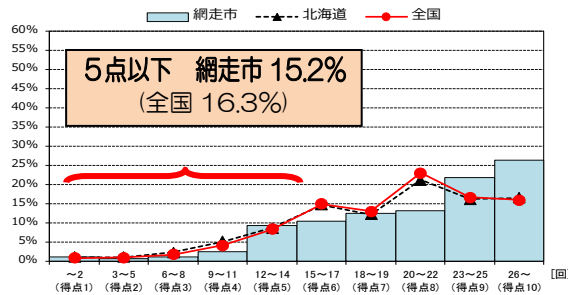
【握力】 女子

	網走市	北海道	全国
【握力】 女子	15.66	16.95	16.12



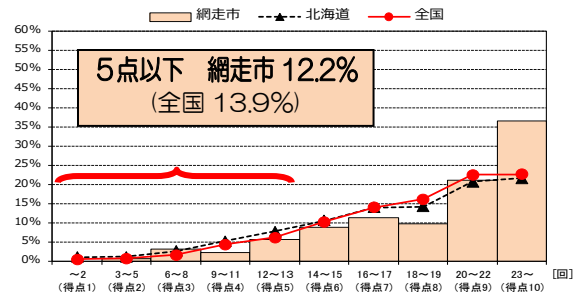
【上体起こし】 男子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】 男子	21.23	19.67	19.92



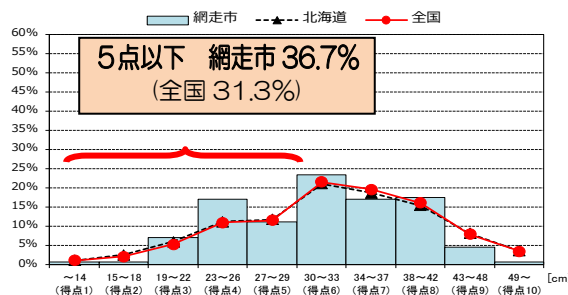
【上体起こし】 女子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】 女子	20.16	18.29	18.81



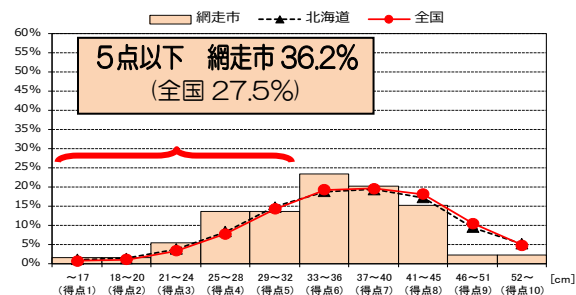
【長座体前屈】 男子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】 男子	31.70	32.94	33.15



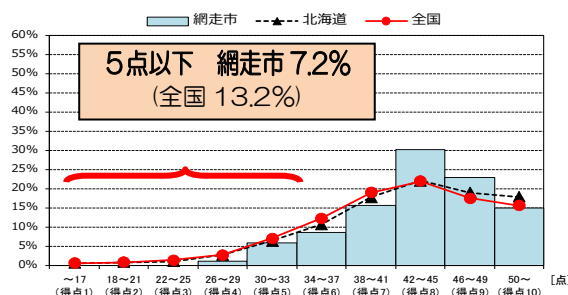
【長座体前屈】 女子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】 女子	34.39	37.06	37.43



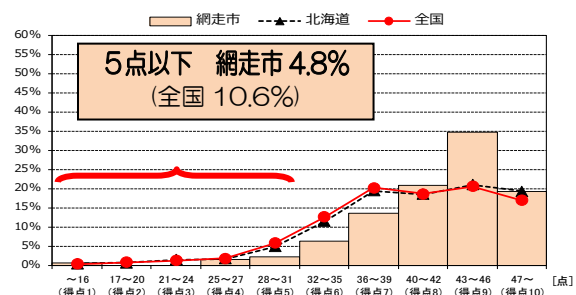
【反復横とび】 男子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】 男子	43.66	42.59	41.95



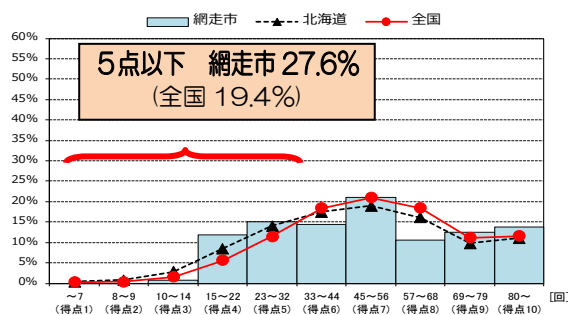
【反復横とび】 女子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】 女子	42.33	40.53	40.06



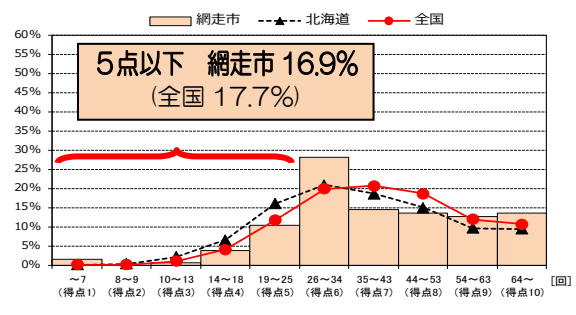
【20mシャトルラン】 男子

	網走市	北海道	全国
【20mシャトルラン】 男子	50.59	49.36	52.24

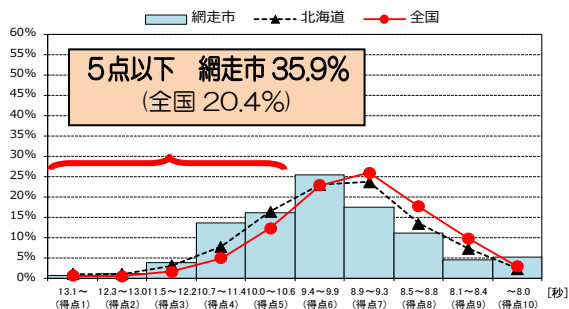


【20mシャトルラン】 女子

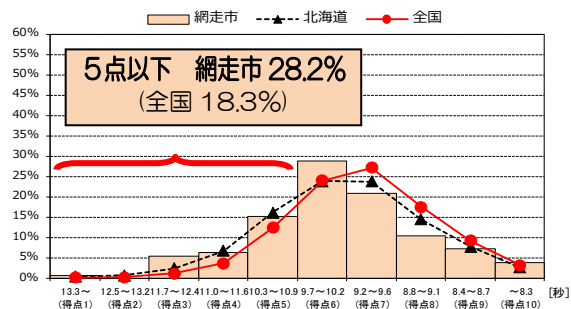
	網走市	北海道	全国
【20mシャトルラン】 女子	41.60	38.64	41.62



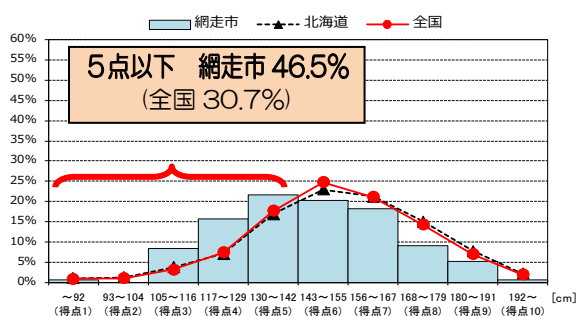
	網走市	北海道	全国
【50m走】 男子	9.70	9.61	9.37



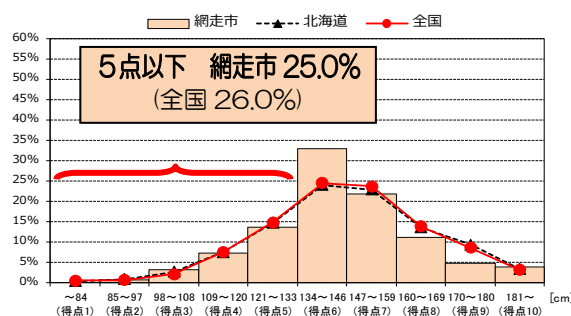
	網走市	北海道	全国
【50m走】 女子	9.87	9.80	9.60



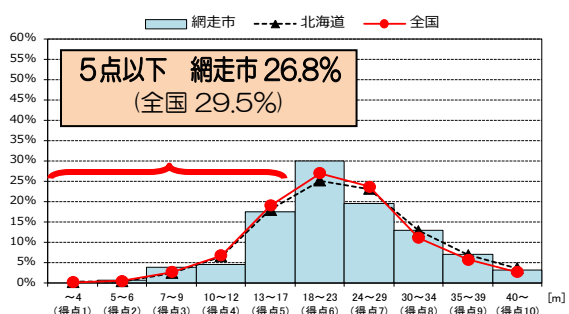
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	145.22	152.06	151.71



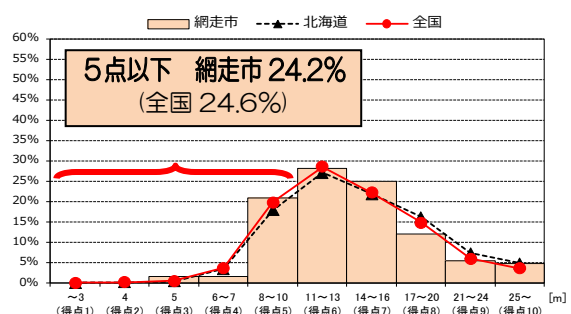
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	143.63	145.58	145.47



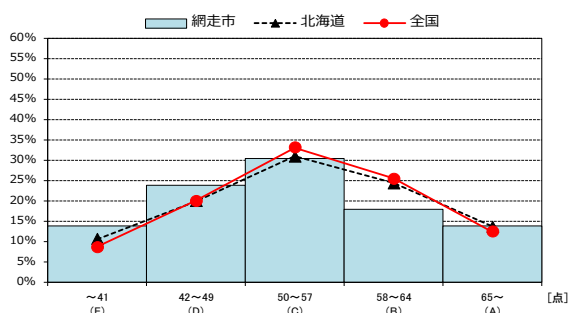
	網走市	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 男子	23.20	23.19	22.53



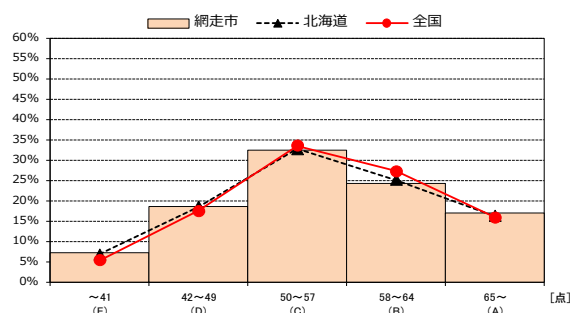
	網走市	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 女子	14.16	14.45	13.94



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 男子	53.03	53.95	54.16



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 女子	55.03	55.23	55.72

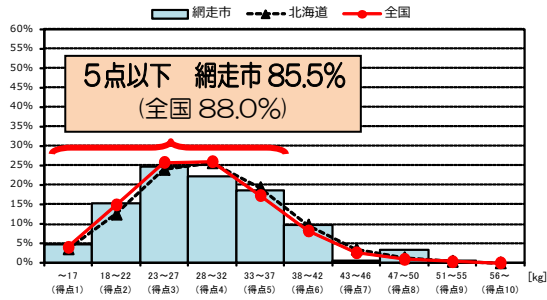


- ◆全国に比べ5点以下の割合が少ない種目
 小学校男子 ~ 「上体起こし」「反復横とび」「ソフトボール投げ」
 小学校女子 ~ 「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」
- ◆総合評価の状況
 小学校男子は、「E」「D」評価の割合が全国よりやや高い。
 小学校女子は、全国とほぼ同様の分布率になっている。

⑥ 度数分布 (中学校)

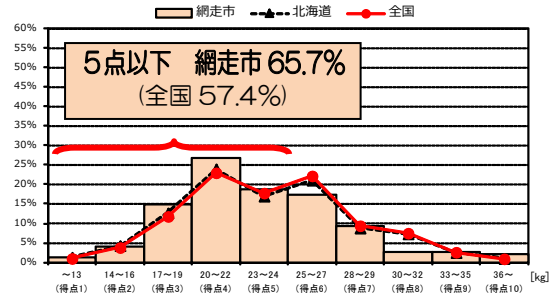
【握力】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	29.40	29.73	28.89



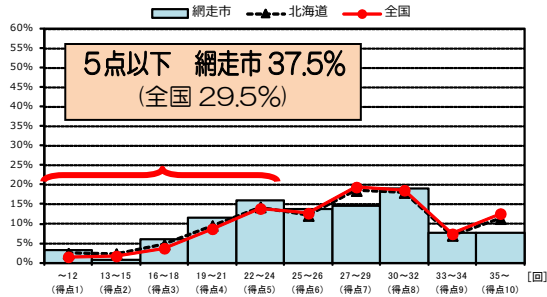
【握力】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	23.31	23.61	23.82



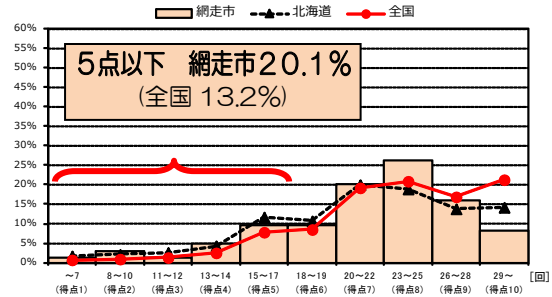
【上体起こし】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	26.39	26.87	27.45



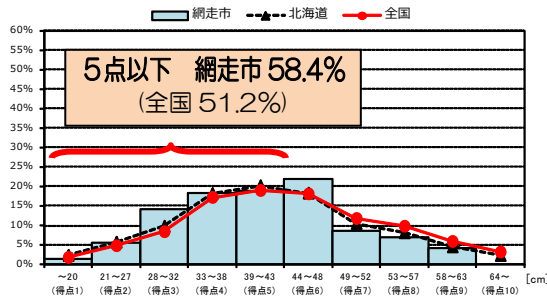
【上体起こし】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	21.82	21.90	23.73



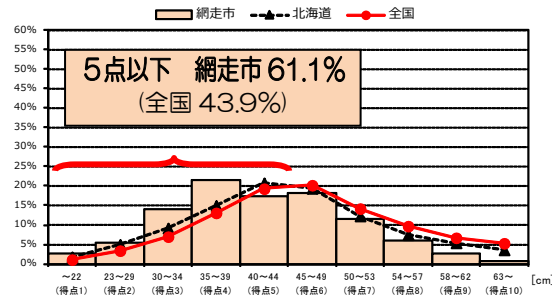
【長座体前屈】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	40.72	41.88	43.20



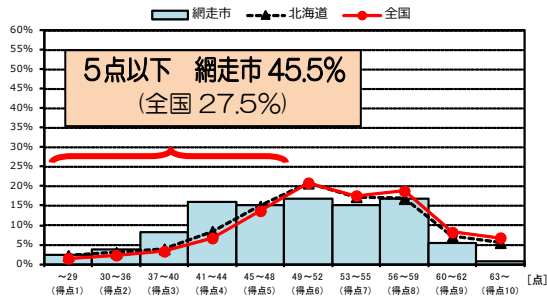
【長座体前屈】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	41.56	44.05	45.86



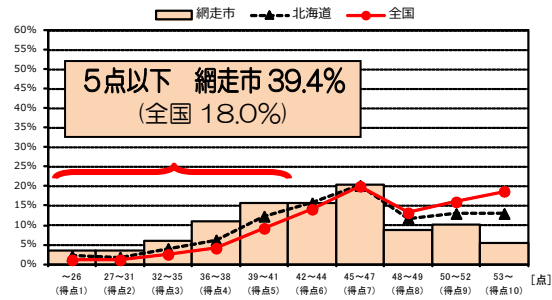
【反復横とび】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	48.67	50.87	51.89



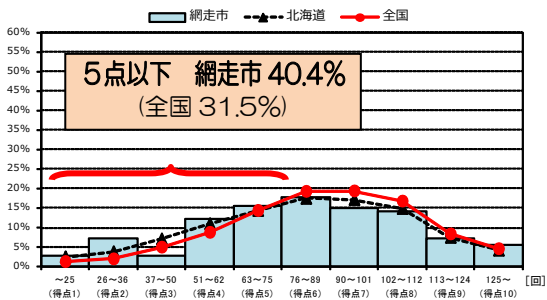
【反復横とび】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	42.51	45.03	46.76



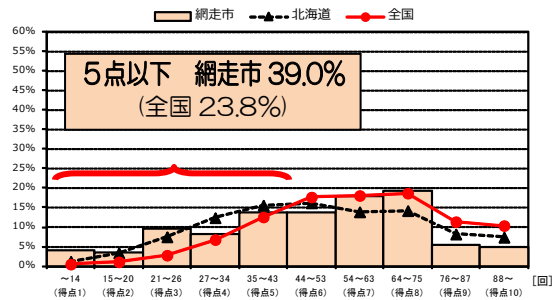
【20mシャトルラン】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	81.06	81.75	85.99

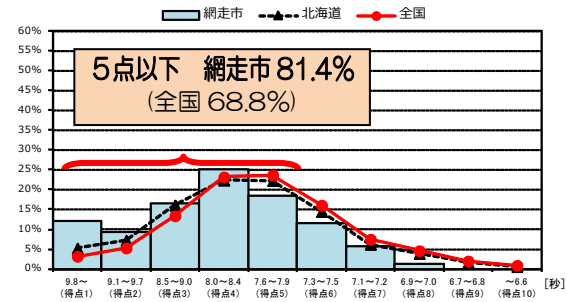


【20mシャトルラン】 女子

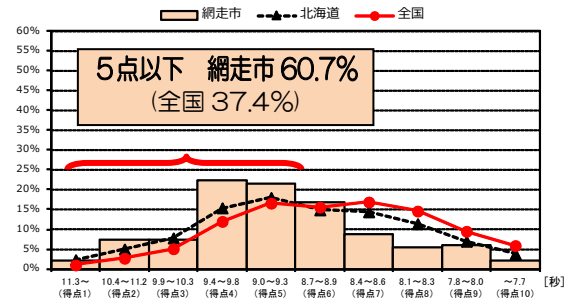
	網走市	北海道	全国
平均値	50.44	51.79	59.14



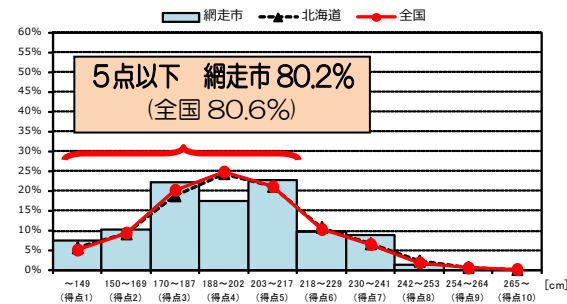
	網走市	北海道	全国
【50m走】 男子	8.50	8.14	7.99



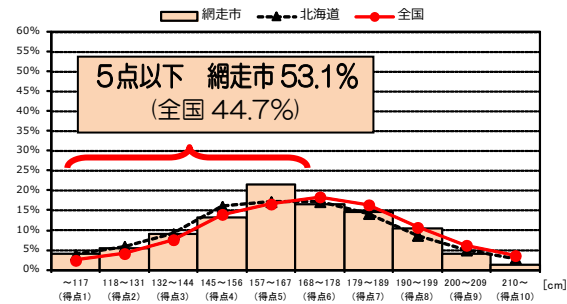
	網走市	北海道	全国
【50m走】 女子	9.21	9.03	8.80



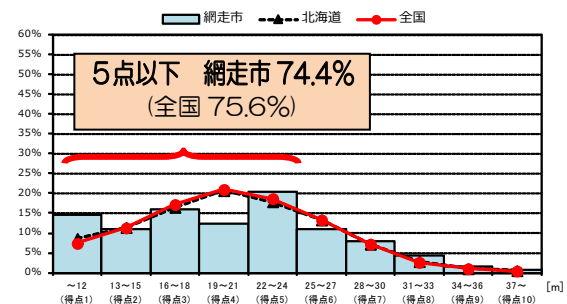
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	192.63	194.91	194.54



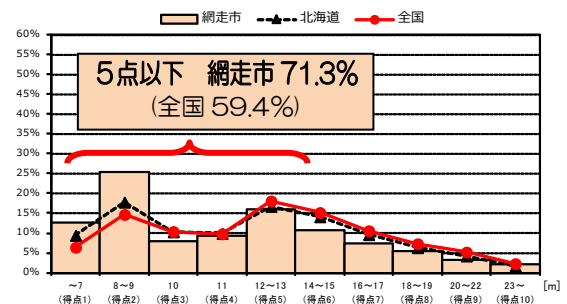
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	164.29	164.14	168.57



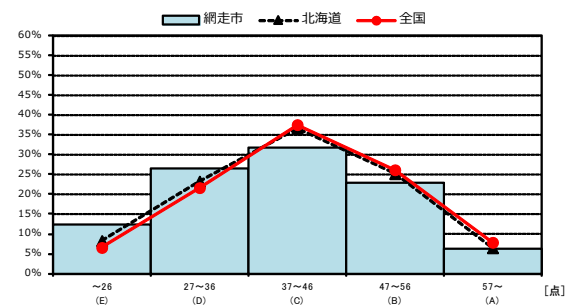
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 男子	20.23	20.48	20.56



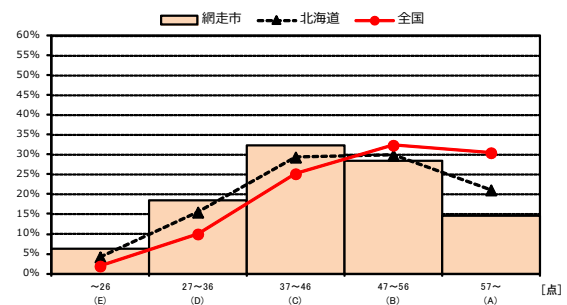
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 女子	11.71	12.38	12.96



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 男子	39.60	41.19	42.11



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 女子	44.16	46.59	49.97



◆全国に比べ5点以下の割合が少ない種目

中学校男子 ~ 「握力」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」

中学校女子 ~ なし

◆総合評価の状況

中学校男子は、「E」「D」評価が全国よりやや多い。

中学校女子は、「E」「D」評価が全国より多く、「A」評価が少ない。

(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	体力に自信 がある ややある	運動部等に 入っている	中学校で授 業以外に自 主的に運動 したい	家の人から の積極的な 運動の すすめ	平日(月～ 金)の運動 時間 (分)	土日の 運動時間 (分)
小 5 男 子	H29全 国	93.3%	65.1%	79.1%	77.6%	63.1%	65.96	146.70
	H29北海道	94.4%	65.0%	68.7%	82.1%	61.3%	86.44	123.15
	H29網走市	90.2%	63.6%	81.2%	77.3%	59.8%	91.22	134.40
	H28網走市	96.0%	69.1%	66.3%	87.4%	64.7%	100.48	119.40
小 5 女 子	H29全 国	87.3%	50.6%	51.7%	70.7%	52.7%	44.60	77.00
	H29北海道	88.1%	49.2%	45.2%	75.8%	52.1%	58.76	69.90
	H29網走市	87.9%	52.4%	57.2%	65.0%	50.8%	69.04	78.55
	H28網走市	86.9%	43.2%	38.4%	70.2%	46.9%	46.44	54.95
		運動が 好き やや好き	体力に自信 がある ややある	運動部に入 っている	中学卒業後 自主的に運 動したい	家の人から の積極的な 運動の すすめ	平日(月～ 金)の運動 時間 (分)	土日の 運動時間 (分)
中 2 男 子	H29全 国	89.0%	52.1%	78.4%	71.1%	50.2%	112.46	204.55
	H29北海道	90.9%	52.1%	71.9%	73.9%	46.1%	114.34	186.65
	H29網走市	92.5%	47.6%	75.5%	75.9%	45.5%	117.86	212.85
	H28網走市	85.9%	48.1%	64.9%	79.2%	53.2%	109.44	179.90
中 2 女 子	H29全 国	78.6%	35.7%	58.6%	58.3%	44.4%	83.62	140.90
	H29北海道	78.5%	30.5%	50.0%	58.4%	40.7%	79.08	120.80
	H29網走市	81.0%	32.0%	62.1%	57.9%	46.7%	86.54	134.10
	H28網走市	70.5%	24.5%	50.3%	59.2%	44.0%	72.94	126.20

- 運動が好き** ～ 小学校の男女、中学校の男女ともに8割を超えている。小学校の女子、中学校の男子、女子は全国平均を上回っている。
- 体力に自信がある** ～ 小学校の女子が全国平均を上回ったほかは、全国平均を下回っている。中学校の女子は、運動部に入部している割合が、前年度より10%以上増えており、体力に自信があると回答する割合も大きく伸びている。
- 運動部に入っている** ～ 小学校の男女、中学校の女子が全国平均を上回った。小学校の男女、中学校の男女ともに前年度を上回った。
- 卒業後、自主的に運動したい** ～ 中学校の男子が全国平均を上回ったが、小学校の男女、中学校の男女ともに前年度を下回っている。
- 家の人からの積極的な運動のすすめ** ～ 中学校の女子が全国平均を上回り、小学校の女子が前年度を上回った。男子は、小学校、中学校ともに前年度を下回った。
- 平日の運動時間** ～ 小学校の男女、中学校の男女ともに全国平均を上回った。小学校の女子、中学校の男女が前年度を上回った。
- 土日の運動時間** ～ 小学校の女子、中学校の男子が全国平均を上回った。小学校の男女、中学校の男女ともに前年度を上回った。

② 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	体育授業の目標 が示されている	体育授業で振り 返る活動を行って いる	体育授業で助け 合う活動を行って いる	体育授業で話し 合う活動を行って いる	体育授業で学ん だ内容は将来役 に立つ
小 5 男 子	H29全 国	94.4%	83.1%	64.6%	86.3%	85.1%	79.6%
	H29北海道	94.9%	82.8%	58.6%	84.8%	84.6%	79.1%
	H29網走市	94.1%	79.8%	66.9%	86.4%	86.4%	70.6%
	H28網走市	96.7%	82.2%	61.0%	89.4%	88.6%	75.4%
小 5 女 子	H29全 国	90.9%	83.2%	65.4%	89.4%	85.2%	73.5%
	H29北海道	91.1%	82.9%	60.0%	87.7%	83.7%	71.0%
	H29網走市	84.7%	87.8%	78.1%	87.9%	84.6%	76.6%
	H28網走市	94.4%	82.0%	64.8%	87.0%	76.7%	67.3%
		保健体育の時間 は楽しい やや楽しい	保健体育授業の 目標が示されて いる	保健体育授業で 振り返る活動を 行っている	保健体育授業で 助け合う活動を 行っている	保健体育授業で 話し合う活動を 行っている	保健体育授業で 学んだ内容は将 来役に立つ
中 2 男 子	H29全 国	88.2%	87.0%	71.8%	84.6%	81.5%	78.2%
	H29北海道	91.1%	88.5%	71.1%	84.6%	80.7%	78.8%
	H29網走市	87.0%	78.0%	61.7%	77.3%	81.1%	77.2%
	H28網走市	89.7%	88.8%	61.3%	83.8%	87.1%	78.1%
中 2 女 子	H29全 国	83.1%	86.2%	74.2%	88.8%	82.5%	70.4%
	H29北海道	84.1%	86.5%	71.0%	87.2%	79.4%	67.7%
	H29網走市	76.5%	73.9%	57.3%	75.0%	75.0%	61.3%
	H28網走市	76.7%	83.2%	62.6%	87.9%	85.6%	69.5%

イ 学校質問紙

		調査結果を踏まえた 授業等の工夫・改善 を行った	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				
小 学 校	全 国	55.6%	54.8%	48.8%	58.9%	46.5%	6.2%				
	北海道	86.5%	89.9%	85.7%	88.3%	76.1%	26.4%				
	網走市	100.0%	100.0%	77.8%	88.9%	88.9%	44.4%				
		調査結果を踏まえた 授業等の工夫・改善 を行った	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		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	いつも 取り入れている	だいたい 取り入れている	
中 学 校	全 国	59.7%	55.5%	42.5%	42.2%	52.2%	38.6%	58.0%	21.0%	62.7%	60.8%
	北海道	75.7%	59.8%	38.4%	42.1%	51.9%	38.0%	58.8%	19.4%	66.6%	78.3%
	網走市	100.0%	33.3%	66.7%	33.3%	50.0%	33.3%	66.7%	16.7%	83.3%	83.3%

- 目標を示す活動 ～ 小学校、中学校ともに、児童生徒が「目標が示されている」と回答している割合と、学校が「目標を示している」と回答している割合の差が大きい。
- 振り返る活動 ～ 小学校は約7割、中学校は約6割が、「振り返る活動が行われている」と回答している。中学校は全国平均より10ポイント程度下回っている。
- 助け合う活動 ～ 小学校は8割以上、中学校は7割以上が「助け合う活動が行われている」と回答している。小学校は全国平均とほぼ同様の傾向を示している。
- 話し合う活動 ～ 小学校、中学校ともに8割程度の児童生徒が「話し合う活動が行われている」と回答している。児童生徒と学校との認識の差も小さい。
- ICTの活用 ～ 小学校、中学校ともに、「取り入れている」と回答した学校が全国平均を大きく上回っている

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て練習した	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撮影した動画を見た	授業外の時間に先生に教えてもらった	授業外の時間に自分で練習した	授業外の時間に自分で本を読んだり動画を見たりした	できるようになったことがない
小5男子	H29全国	44.9%	33.9%	8.9%	42.3%	46.6%	4.1%	6.9%	25.9%	13.2%	4.5%
	H29北海道	49.2%	33.9%	8.0%	42.8%	41.5%	3.6%	7.1%	27.8%	13.8%	4.5%
	H29網走市	54.5%	35.1%	8.4%	48.1%	37.0%	4.5%	6.5%	20.8%	8.4%	3.9%
	H28網走市	48.7%	37.5%	8.6%	43.4%	38.2%	5.3%	10.5%	25.7%	5.3%	3.3%
小5女子	H29全国	43.2%	31.6%	8.0%	51.9%	63.1%	4.0%	7.1%	35.5%	12.4%	2.3%
	H29北海道	46.3%	30.6%	7.5%	51.8%	57.2%	3.7%	7.5%	39.4%	12.6%	2.4%
	H29網走市	51.6%	35.5%	11.3%	51.6%	48.4%	8.1%	8.1%	40.3%	9.7%	4.0%
	H28網走市	60.0%	33.8%	8.1%	42.5%	48.8%	8.1%	5.6%	35.6%	7.5%	1.9%
中2男子	H29全国	42.8%	40.2%	4.2%	40.1%	46.9%	3.4%	3.2%	11.5%	6.1%	7.3%
	H29北海道	45.2%	41.1%	4.2%	39.5%	42.4%	5.4%	3.4%	13.0%	6.6%	7.6%
	H29網走市	57.7%	44.4%	7.0%	44.4%	41.5%	4.9%	12.0%	13.4%	8.5%	7.7%
	H28網走市	41.6%	35.7%	3.9%	39.0%	40.3%	0.6%	4.5%	14.9%	5.2%	6.5%
中2女子	H29全国	46.6%	34.0%	4.4%	49.0%	66.1%	4.4%	3.4%	15.1%	5.7%	4.7%
	H29北海道	47.5%	31.8%	4.7%	44.9%	59.7%	7.1%	3.3%	15.4%	5.8%	6.6%
	H29網走市	44.1%	32.9%	7.9%	44.1%	67.1%	5.9%	3.9%	12.5%	5.9%	8.6%
	H28網走市	54.4%	27.9%	7.5%	34.0%	62.6%	0.7%	3.4%	9.5%	2.0%	7.5%

エ 体育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	授業中にコツやポイントを重点的に教えている	授業中に児童自らが工夫して行えるようにしている	その児童に合った場やルール等で行えるようにしている	児童の実態に応じ、運動課題を段階的に準備している	教員や友達のまねを促している	友達同士で教え合いを促している	授業中に自分の動きを撮影した映像を見られるようにしている	授業外の時間にも教えている	授業外の時間に児童自ら練習するように促している	授業外の時間に児童が本や映像を見られるようにしている	特にしていない	努力を要する児童はいない
全国	92.4%	43.6%	78.6%	74.5%	66.3%	85.3%	20.9%	23.1%	29.8%	7.5%	0.0%	0.0%
北海道	94.9%	49.5%	68.4%	80.6%	68.8%	79.9%	24.5%	23.3%	36.7%	7.5%	0.0%	0.1%
網走市	100.0%	44.4%	88.9%	88.9%	100.0%	88.9%	55.6%	33.3%	44.4%	11.1%	0.0%	0.0%
中学校	授業中にコツやポイントを重点的に教えている	授業中に生徒自らが工夫して行えるようにしている	その生徒に合った場やルール等で行えるようにしている	生徒の実態に応じ、運動課題を段階的に準備している	教員や友達のまねを促している	友達同士で教え合いを促している	授業中に自分の動きを撮影した映像を見られるようにしている	授業外の時間にも教えている	授業外の時間に生徒自ら練習するように促している	授業外の時間に生徒が本や映像を見られるようにしている	特にしていない	努力を要する生徒はいない
全国	88.5%	32.7%	70.8%	68.6%	46.9%	79.9%	24.9%	4.9%	8.2%	2.6%	0.1%	0.1%
北海道	92.3%	41.3%	69.1%	77.9%	51.9%	76.8%	42.5%	5.8%	7.9%	4.0%	0.0%	0.2%
網走市	100.0%	83.3%	100.0%	83.3%	100.0%	66.7%	66.7%	16.7%	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

小学校、中学校ともに、「授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」、「先生や友達のまねをした」、「友達に教えてもらった」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。小学校、中学校ともに、「授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」ことにより、できるようになったという児童生徒の割合が高い傾向が見られる。

■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、「授業中にコツやポイントを重点的に教える」「児童生徒の実態に応じ、運動課題を段階的に準備している」「授業外の時間にも教えている」と回答する学校の割合が、全国平均と比較して高い。中学校は、「授業中に生徒自らが工夫して行えるようにしている」と回答する割合が全国平均より高い。

オ 生活習慣（児童生徒質問紙）

		朝食を毎日食べる	夕食を毎日食べる	一日の睡眠時間が8時間以上	平日、3時間以上テレビ・ビデオ・DVDを視聴する
小5男子	全国	84.1%	95.9%	70.7%	32.9%
	北海道	79.7%	95.0%	74.7%	40.4%
	網走市	79.7%	95.3%	72.7%	44.0%
小5女子	全国	84.4%	96.7%	76.1%	25.2%
	北海道	79.2%	95.8%	79.6%	32.9%
	網走市	80.6%	95.9%	77.4%	36.3%
中2男子	全国	82.4%	97.2%	28.8%	32.4%
	北海道	79.6%	96.7%	36.9%	39.2%
	網走市	81.0%	98.6%	44.9%	30.6%
中2女子	全国	79.5%	94.6%	22.6%	32.4%
	北海道	74.5%	93.2%	31.3%	38.5%
	網走市	76.5%	94.8%	41.1%	36.6%

■ 朝食を毎日食べる

昨年に続き、「毎日朝ごはんを食べていない」児童生徒が約2割おり、小学校の男女、中学校の男女ともに全国平均を下回っている。

■ 夕食を毎日食べる

小学校、中学校ともに、全国平均とほぼ同様の傾向が見られる。

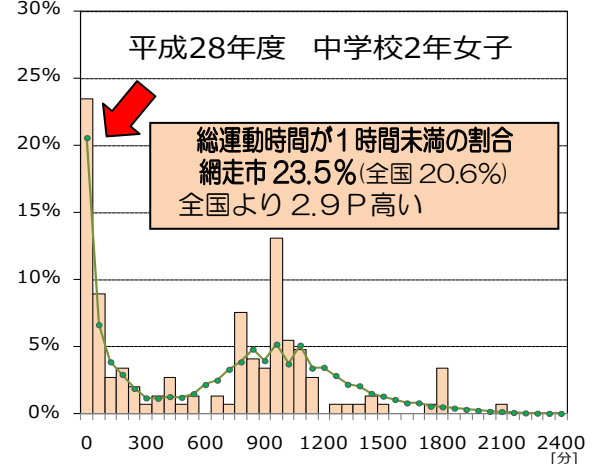
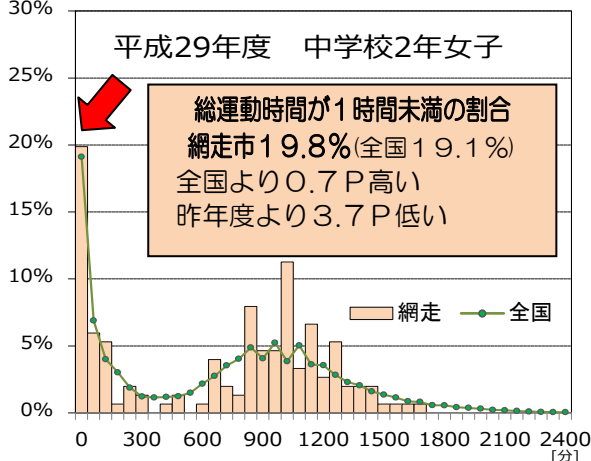
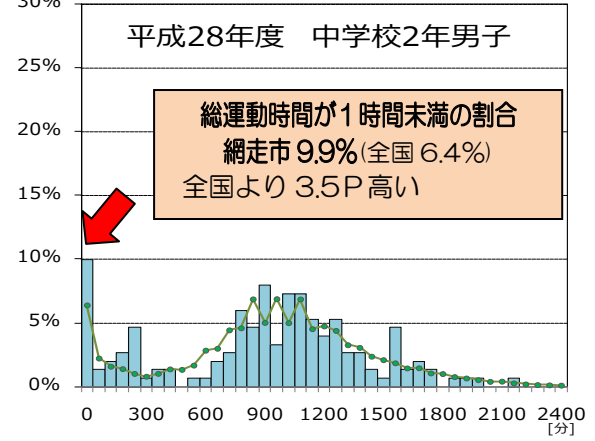
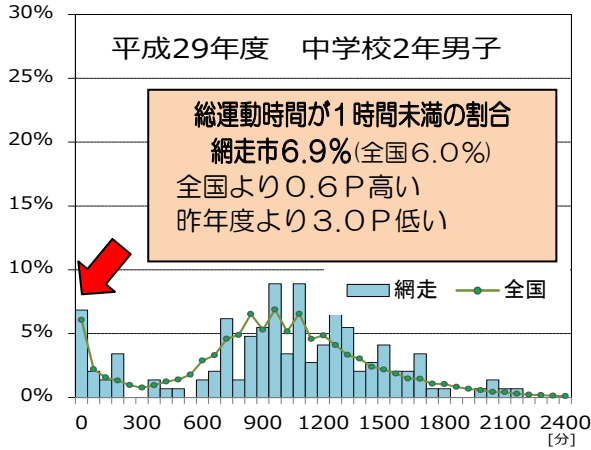
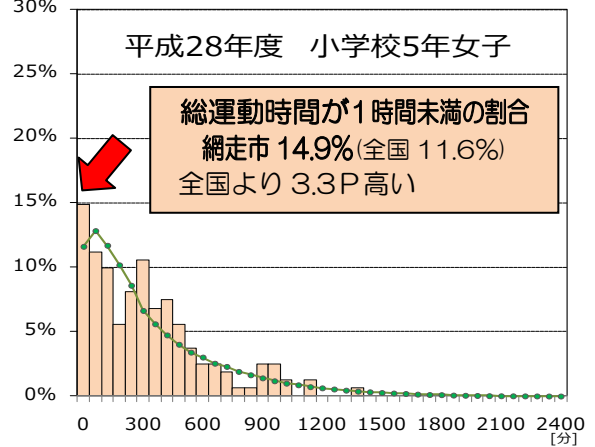
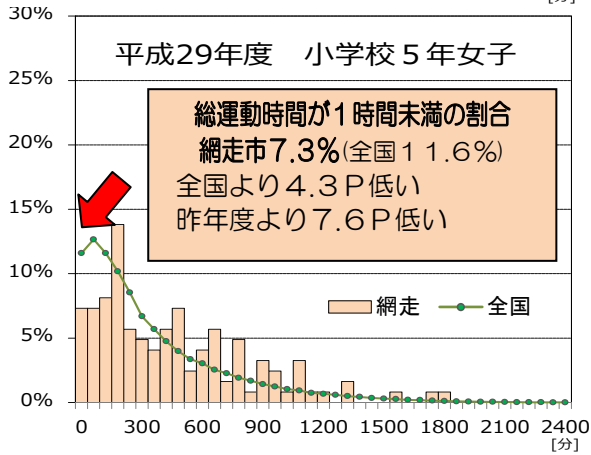
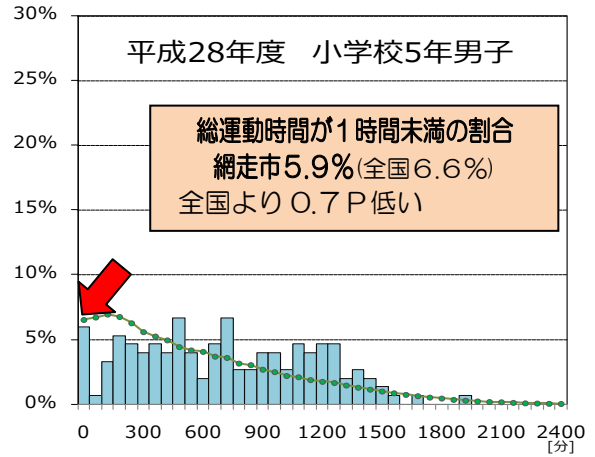
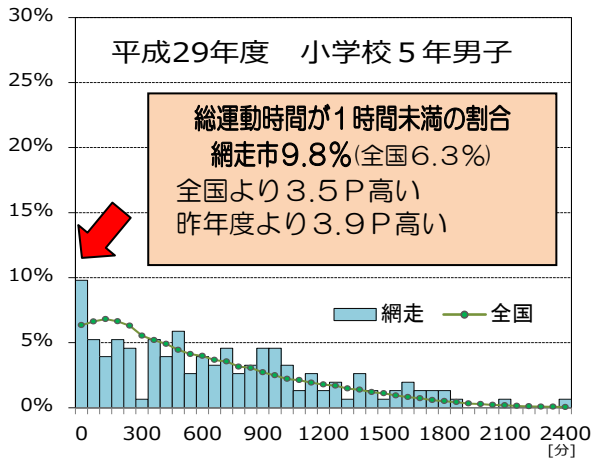
■ 1日の睡眠時間

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、中学校ともに、全国平均よりも高い。

■ 平日、3時間以上テレビ、ビデオ、DVDを視聴する

小学校の男女、中学校の女子で全国平均を上回っている。小学校6年生、中学校3年生を対象として実施している、全国学力・学習状況調査の結果と同様の傾向が見られる。

③ 1週間の総運動時間の分布（60分毎に分けた区分での人数の割合）



④ 学校の取組（学校質問紙調査）

小学校	体力・運動能力向上の目標設定を行っている	運動・スポーツが苦手な児童向けの取組、性別に応じた取組	体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組	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	健康三原則の大切さ計画的に伝えている
全国	68.4%	56.2%	88.0%	83.4%	37.7%
北海道	90.8%	74.8%	95.6%	95.9%	54.5%
網走市	100.0%	77.8%	100.0%	100.0%	55.6%

中学校	体力・運動能力向上の目標設定を行っている	運動・スポーツが苦手な生徒向けの取組、性別に応じた取組	体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組	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	健康三原則の大切さ計画的に伝えている
全国	60.8%	58.1%	47.0%	74.3%	25.8%
北海道	79.7%	70.4%	71.9%	83.3%	34.6%
網走市	83.3%	100.0%	83.3%	83.3%	50.0%

■ 学校における体力向上の取組

小学校、中学校ともに、調査項目にある体力向上の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（1校1実践の取組等）が、全国平均を大きく上回っている。

⑤ 地域や関係機関、家庭との連携（学校質問紙調査）

小学校	体力向上に係る家庭への説明・呼びかけを行っている	運動やスポーツに関する近隣学校間の連携を行っている	体育授業で外部人材を活用している
全国	97.0%	48.4%	30.6%
北海道	99.5%	54.8%	46.4%
網走市	100.0%	75.0%	77.8%

中学校	体力向上に係る家庭への説明・呼びかけを行っている	運動やスポーツに関する近隣学校間の連携を行っている	保健体育授業で外部人材を活用している	運動部活動等で外部人材を活用している
全国	96.4%	45.1%	14.2%	71.3%
北海道	97.5%	56.7%	31.2%	56.3%
網走市	100.0%	50.0%	50.0%	83.4%

■ 地域や関係機関、家庭との連携

小学校、中学校ともに、体育授業で地域や関係機関、家庭との連携を図っている割合が高い。中学校においては、運動部活動等においても外部人材を活用している割合が全国平均より高い。

3. 調査における特徴と改善に向けた方策

【実技調査の結果から】

- ◎小学校は、男女ともに3種目で全国平均を上回った。年度によって差異はあるが、全国平均を大きく下回る種目は少ない。
- ◎中学校は、全国平均との差が縮小されてきている。女子は全種目で前年度の平均を上回った。
- ◎小・中学校ともに「反復横とび」「20mシャトルラン」が改善の傾向にある。
- ▲小学校は、「長座体前屈」「50m走」が他の種目に比べて全国平均を下回る傾向にある。
- ▲中学校は、総合評価「D」「E」の割合が全国平均より高い。
- ▲中学校女子以外は、過半数の種目で前年度を下回った。

【児童生徒質問紙調査から】

- ◎中学校は男女ともに「運動が好き」と回答する生徒が前年度を大きく上回った。
- ◎「運動部等に入っている」割合が小・中学校ともに前年度を上回った。
- ◎平日、土日の運動時間が前年度よりも増えている。
- ▲小・中学校ともに「体力に自信がある」と回答する男子の割合が全国平均及び前年度を下回った。
- ▲1週間の総運動時間が1時間未満の児童生徒の割合が全国平均より高い傾向にある。
- ▲運動部等に入部している児童生徒と入部していない児童生徒の運動時間、運動能力の差が大きい。

【学校質問紙調査から】

- ◎小・中学校ともに、調査項目にある体力向上の取組を全国平均より高い割合で推進している。
- ◎小・中学校ともに、「ICT機器を体育授業に取り入れている」と回答した学校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、「目標が示されている」と回答している児童生徒の割合と、「目標を示している」と回答している学校の割合に差が見られる。

■■■改善に向けたポイント■■■

◆体育・保健体育の授業の充実

- 「楽しかった」「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。
 - ・タブレットPC、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。
 - ・「友達に教えてもらった」「先生や友達のまねをした」ことにより、できるようになった児童生徒が多いことから、友達同士で教え合う、子ども同士や教員が手本を示すなどの場面を授業の中に設定する。
 - ・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。

○PDCAサイクルを意識した学習（「目標」と「振り返り」の設定）

- ・Plan～ 目標を設定し、授業の進め方をデザインする
- ・Do～ 明確な目標に向けた適正な指導をする
- ・Check～ 子どもたちの実現状況を授業中の見とりや振り返り等からとらえ、指導したことを確認する。
- ・Action～ 指導したことを見直し次の授業に生かす

○運動時間の確保

- ・1単位時間の中に、体を動かす場面をたくさん設定することにより、運動時間を最大限確保する。
- ・ボール運動や縄とび、体操など、授業の数分間を使った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、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。

- ・上の学年の児童生徒が手本を示す、計測を手伝うなど、新体カテストの実施方法を工夫する。
- ・正確な実施のため、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、複数の教職員により調査を実施する。

◆部活動の充実

○運動が得意な生徒にとっても苦手な生徒にとっても、充実した部活動となるよう、入部しやすい環境をつくる。

○各部活動において、生徒が自主的に体力づくりに取り組める運動環境を整えるとともに、基礎体力を向上させるための運動プログラムを確立させる。

○部活動の成果や生徒の活躍を家庭・地域に発信することにより、生徒の運動意欲の向上や部活動への加入促進を図る。

◆家庭や地域との連携

○PTA主催の親子スポーツ大会、親子レクリエーションを開催する。

○夏季休業中に行われる町内会主催のラジオ体操や盆踊りへの参加を促す。

○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。

○スポーツ少年団の活動を紹介するとともに、加入の促進を図る。

◆1校1実践の取組の充実

○平成29年度1校1実践の取組と成果《 小学校 》

学校名	取組の内容	取組の成果
網走小学校	網走市が推奨するラグビーへの取組	<p>○放課後や休日の運動量が少ない児童の体力向上が図られるとともに、運動の楽しさと喜びを実感させることができた。</p> <p>○教育長杯に7チーム63名が参加し、優勝及び第3位(2チーム)の成績を収めた。</p> <p>○全国小学生大会北見支部予選に7チーム57名が参加し、2チームがそれぞれ優勝、準優勝の成績を収めた。当該2チームは全道大会に出場し、1チームが優勝、もう1チームも決勝トーナメント進出の成績を収めた。優勝した「ノースカムイ」チームは、北海道代表として全国大会に出場した。</p>
	体育専科による授業改善の取組	<p>○体力・運動能力調査(第5学年)において、男女共に全種目で全国平均を上回った(平成28年度全国平均との比較)。</p> <p>○専科教員を講師とした研修を実施することで、専科を配置していない学年においても授業改善(目標の明確化、運動量、安全の確保)が図られた。</p>
中央小学校	マラソンによる体力向上と精神力の強化	<p>○マラソンは走力・持久力の向上に有効である。</p> <p>・マラソンカードで走った距離を記録し、より多く走った児童の名前を掲示することにより、意欲的に取り組んだ。</p> <p>・マラソンチャレンジカードを作成することで、常に目標を持って努力する気持ちを持続させることができた。</p>
	なわとびによる持久力の維持強化・体力の底上げ	<p>○なわとびは冬季屋内での体力づくりに有効である。</p> <p>・マラソンの取組を参考に、なわとびチャレンジカードを作成・活用し、継続的に体力向上に取り組ませることができた。</p> <p>・個人目標を設定させ、目標を持たせて取り組ませることで、児童は意欲的になわとびの練習に励んだ。</p> <p>終了後は「回し方」によって、集会で表彰したので意欲を高め練習に取り組んだ。</p>
西小学校	<p>日常の取り組み</p> <p>①徒歩での登下校</p> <p>②業間体育</p> <p>③休み時間・外遊びの奨励</p>	<p>①基礎的な体力を付けるために、事情のない限りは、徒歩での通学を奨励。</p> <p>②前期・後期に分け、持久走となわとびなどの全身運動に取り組んでいる。持久走での取り組みの最後には、校内持久走記録会を行い、全員に完走証を準備し、個々の取り組みに成果や充実感を実感できるようにした。なわとびでは、なわとびカードを新しくし、連続跳びや検定カードで取り組んだ。カードを活用することで、運動に対する関心が高まり、熱心に取り組む姿がみられた。</p> <p>③休み時間等は、教師も一緒になって遊ぶ姿がみられる。</p>
	<p>他の教科との連携</p> <p>①児童会主催のスポーツ集会</p> <p>②クラブ活動</p>	<p>①縦割り班対抗での運動を計画した。児童が主体となって集会を開催、実施することで楽しみながら体を動かそうとする意欲が高まった。</p> <p>②屋外スポーツクラブ(陸上、サッカー、ベースボール型ゲーム、など)バドミントンクラブの設定</p>
	<p>教科体育での取り組み</p> <p>①専科による授業改善</p> <p>②外部講師の要請</p> <p>③体育備品の交流</p>	<p>①本校の課題である、柔軟性を高めるために、準備運動などでの柔軟体操や持久力を高めるために、毎時間十分に運動量が確保できるように工夫をしている。</p> <p>②外部の講師の指導により、ラグビーやスキースケートで子どもたちの技能の向上を図っている。</p> <p>③新しく買った備品について全職員と共通理解し、どのようにつかうことができるか情報交換できるようにしている。</p>
	<p>他の教科との連携</p> <p>①給食指導(食育)</p>	<p>①健康を維持するために、バランスのよい食事をはじめとする規則正しい食生活について指導している。</p>

学校名	取組の内容	取組の成果
呼人小学校	徒歩通学	○校区が広く、移動手段を日常的に自家用車に依存しているため、都市部に比べ、歩く機会が少ない現状にあったが、「徒歩通学」の取組により、90%の児童が徒歩通学(自転車通学)をしており、1日あたり15分程度の運動量を確保することができた。
	部活動への体験入部	○高学年を対象に、放課後、週3回、中学校の部活動(バスケットボールおよびバドミントン)に参加し、体力の向上を図っている。
南小学校	継続した「なわとび運動」の推進 ◆なわとび …毎授業5分間 ◆なわとびデー …週1回業間 ◆なわとび認定月間の設定	○なわとび運動は、運動強度の高い全身運動であり、調整力や持久力を高めるのに適している。個人や集団など多様な人数で跳べるほか、様々な技があり楽しさがある。教え合いや励まし合い、息を合わせるといった他とかかわり合って学ぶことができる。 ○連続して跳べる回数や時間、跳べるようになった技の獲得など進歩を実感させ、子どもが自らの体力を見直す機会を設定することで、体力向上の意欲を高めることができています。
潮見小学校	児童会による体力向上運動	○児童会体育委員会で企画・運営することにより、全校児童が「ドッジビー大会」「長縄(8の字跳び)大会」「なわとび大会」等に主体的に取り組み、児童の運動に対する参加意欲が向上した。8の字跳びの結果は「どさん子元気アップチャレンジ」に登録し、児童のさらなる意欲向上につなげている。
	登下校を利用した体力向上	○徒歩通学の推奨
東小学校	短なわとび	○学校で設定している短なわとび大会に向けて、体育の授業の最初になわとびを取り入れるなど、1年間を通した取組を継続することができている。 ○全校児童が一堂に会して大会を行う事で、体力向上に向けた学校全体の機運が高まった。結果は「どさん子元気アップチャレンジ」に登録している。
	全校体育(朝の運動)	○毎週金曜日の朝の時間を全校体育と位置づけたことで、全校児童で運動に親しむ機会となった。 ○新体力テストの結果を受け、苦手傾向であった運動要素を意識的に遊びに取り入れることで、全校で苦手分野の克服に向けた取組が図られた。
白鳥台小学校	体つくりの運動の充実による走力・投げる力の強化(指導過程に「走る」「投げる」運動を位置付ける)	○指導過程に「走る」「投げる」運動を位置付け、瞬発力を高める運動や走る遊びを取り入れたりするなどの継続した取組により、特に短距離走の力が付いてきたことが、体力テストの結果から明らかになった。児童会が企画した全校リレーなど、学校全体で走力に関する運動機会を充実させたことが成果につながった。投げる力に関しては、大きく記録を伸ばした昨年度の状態を維持している。 ○今後は、持久走(シャトルラン)の力を高めるための運動例を集め、それを授業時間に活用していくことが課題である。
	児童の運動量を保障する授業展開(体づくり運動において、ボール投げにつながるフォーム練習を継続して取り入れる)	○放課後等にソフトボールやバスケットボールを使ったゲームや遊びを取り入れる等、日常的にボールを投げて遊ぶ活動や機会を増やし、運動量を確保している。
	全校マラソン・全校スケートの取組	○9月にマラソン、1～2月にスケートの取組を行っている。休み時間に全校児童がグラウンドにおいて、個人目標達成に向けた運動を行っている。筋力と持久力の向上や運動量の確保につながっている。

学校名	取組の内容	取組の成果
西が丘小学校	体カアップコーナーの設置 校内に体カテスト種目に挑戦できるコーナーを設置し、休み時間等に取り組む	○体カテストに向け、各種目のやり方に慣れると共に、体カテスト後も、自己記録更新に向け児童が取り組む姿が見られる。体カテストにおける反復横跳びの平均値が向上している。
	マラソン記録カード マラソン記録カードを活用し、個人目標のもと日常的にマラソンに取り組む	○マラソン大会後も11月まで個々の記録に挑戦し、持久力の向上につながっている。
	体育専科による授業改善	○専科教諭と担任が連携し授業改善を図った。 ○体育専科による模範授業や指導方法の研修・実践交流を行った。
	タグラグビーへの取組	○放課後や休日の運動量が少ない児童の体力向上が図られるとともに、運動の楽しさと喜びを実感させることができた。 ○教育長杯に2チーム16名が参加し、準優勝の成績を収めた。 ○全国小学生大会北見支部予選に2チーム16名が参加し、3位の成績を収めた。
	長なわチャレンジ 冬季間、全校縦割り班ごとに長縄8の字跳びに取り組む。2月の毎週金曜日をチャレンジタイムとし全校合計記録及び各班の記録に挑戦する。	○冬季の体カづくりとして、週に一回どの子も必ず体を動かす週間ができてきた。チャレンジの日以外でもホール等でなわとびに取り組む児童が増えた。 ○どさんこ元気アップチャレンジへの登録の目標ができ、意欲的に取り組むことができた。

○平成29年度1校1実践の取組と成果《 中学校 》

学校名	取組の内容	取組の成果
第一中学校	昼休みの体育館使用の奨励とグラウンド開放	○昼休みの運動については、全校生徒が積極的に取り組めた。
	球技大会を企画し、全校生徒で取り組むことができる行事を設定する。	○球技大会を生徒会で企画し、全学級で取り組んだ。
	体育の授業開始時に、5分間走を取り入れ、毎時間取り組む。	○グラウンド・体育館ともに授業開始時に5分間走を取り入れ、持久力向上に取り組んだ。
第二中学校	徒歩通学、自転車登校の励行	○徒歩通学率が男女ともに向上し、持久力が大きく向上した。
第三中学校	授業の始めに体づくり運動またはサーキットトレーニングの実施	○体力向上と俊敏性や敏捷性を養う一助となった。
	マラソン記録会の実施	○持久力向上につながった。
第四中学校	授業で種目練習以外に体カアップにつながる運動を入れる持久走(部活動・地域行事)歩くスキーを実施	○筋力・瞬発力・持久力の向上が見られた。

学校名	取組の内容	取組の成果
第五中学校	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	○本活動を、生徒自ら「体力向上・運動習慣の定着」のためという認識で行っているため、普段の生活の中で体を動かすことへの意識が深められている。 ○生徒数は少ないが、ハンドボール投げで全学年男女とも全国平均を上回った。
呼人中学校	徒歩通学	○校区が広く、移動手段を日常的に自家用車に依存しているため、都市部に比べ、歩く機会が少ない現状にあったが、「徒歩通学」の取組により、85%の生徒が徒歩通学(自転車通学)をしており、1日あたり15分程度の運動量を確保することができた。
	授業改善の取組	○ICT機器の積極的活用により、体の動かし方や運動の仕方を理解させる指導を充実させ、運動に対する意欲や能力を高めることができた。また、「見通す」・「振り返る」学習活動を位置付け、個人目標の設定と個人内評価を行うことで体力向上に対する意識を高めることができた。
	空手道の授業	○中3保健体育科で実施。3年間で柔道(中1・2)と空手道の2つの武道を履修する。技を高め競い合うとともに、伝統的な行動の仕方を大切にしたり、自己の責任を果たそうとする心を培う。また、個々の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなど、健康・安全を高めることができた。

■ 網走市 体力向上の方策 ■

- (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気軽に始められ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、歩くスキーなど冬期間のスポーツを奨励します。
- (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、体力向上・体カテスト指導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、子供にわかりやすく伝えるためのICT機器の活用をより一層促進します。
- (7) 日本体育大学と連携し、小学校の体育授業において、大学の指導者による授業を行い、子どもの体力づくりをサポートします。