

平成28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。平成25年度からは、悉皆調査として実施され、網走市でも全小中学校で実施しています。

網走市教育委員会では、児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、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ことはもちろん、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28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、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、呼人小学校
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152名 女子162名 合計314名 中学校第2学年 男子156名 女子150名 合計306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（※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択）

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。

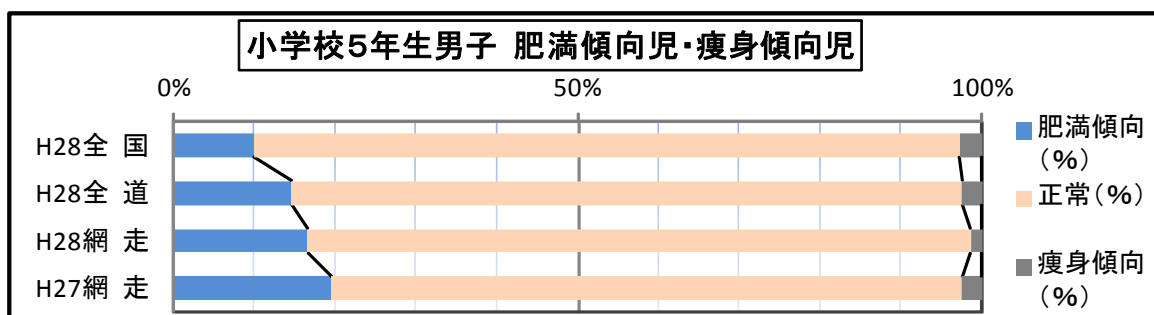
(2) 子どもの体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下「学校質問紙調査」という。）を実施する。

2. 結果の概要

(1) 体格に関する調査

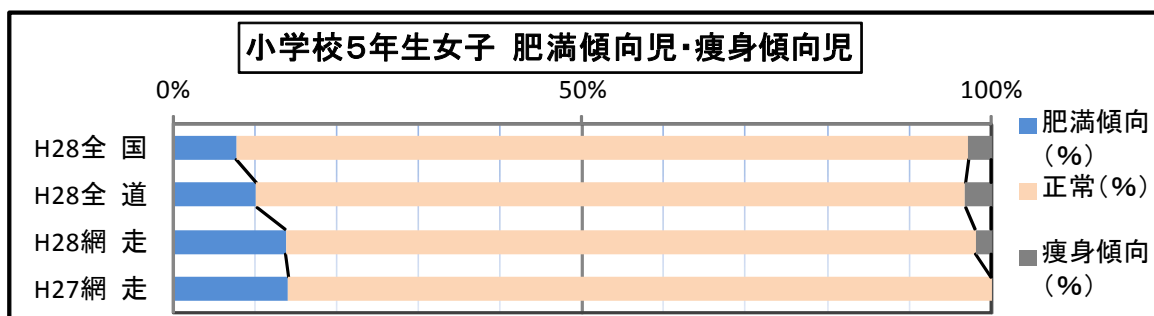
① 小学校5年生男子

	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(%)
H28全 国	138.82	33.99	10.0%	87.2%	2.8%
H28全 道	139.37	35.36	14.6%	82.8%	2.5%
H28網 走	138.03	35.28	16.6%	82.1%	1.4%
H27網 走	139.76	36.76	19.6%	77.9%	2.5%



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(%)
H28全 国	140.05	33.90	7.7%	89.5%	2.8%
H28全 道	140.75	34.83	10.2%	86.5%	3.2%
H28網 走	140.71	35.54	13.8%	84.3%	1.9%
H27網 走	140.17	35.41	14.1%	85.9%	0.0%



【小学校5年生男子】

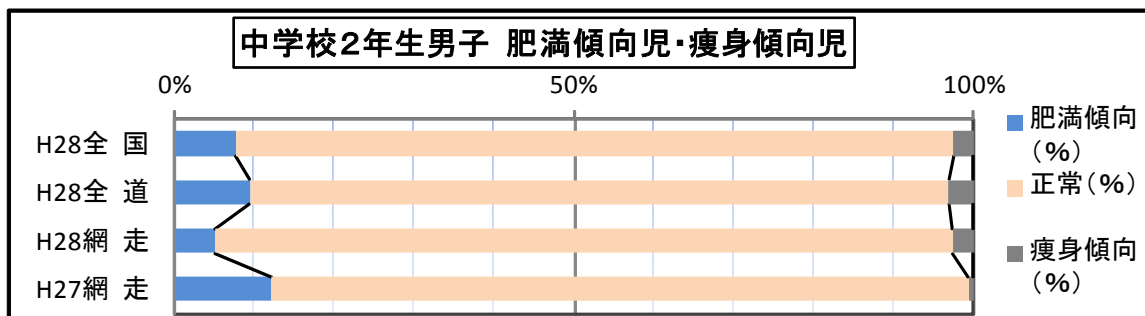
- 身長 全国平均を0.79cm下回っている。
- 体重 全国平均を1.29kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を6.6P上回っている。

【小学校5年生女子】

- 身長 全国平均を0.66cm上回っている。
- 体重 全国平均を1.64kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を6.1P上回っている。

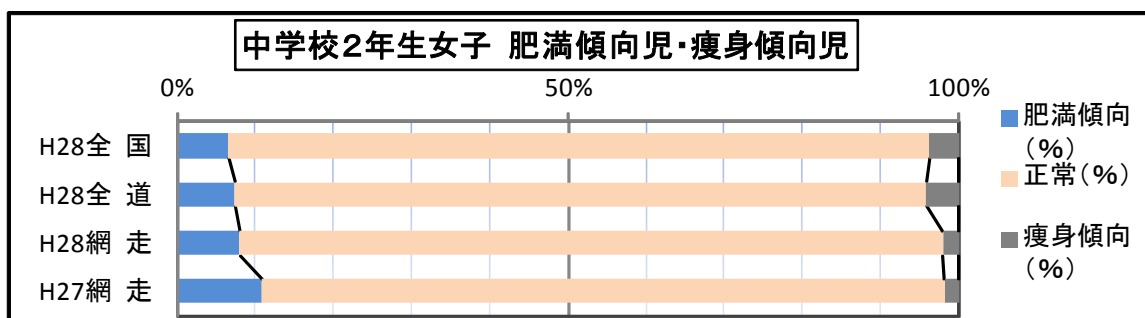
③ 中学校2年生男子

	体 格		肥満傾向児・痩身傾向児		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満傾向(%)	正常(%)	痩身傾向(%)
H28全 国	159.90	48.54	7.7%	89.8%	2.5%
H28全 道	161.34	50.18	9.5%	87.4%	3.1%
H28網 走	161.51	50.02	5.1%	92.3%	2.6%
H27網 走	161.38	52.29	12.2%	87.2%	0.6%



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(%)
H28全 国	154.83	46.73	6.6%	89.5%	3.8%
H28全 道	155.31	47.03	7.4%	88.4%	4.2%
H28網 走	154.58	46.89	8.0%	89.9%	2.0%
H27網 走	155.09	48.43	10.9%	87.3%	1.8%



【中学校2年生男子】

- 身長 全国平均を1.61cm上回っている。
- 体重 全国平均を1.48kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を2.6P下回っている。

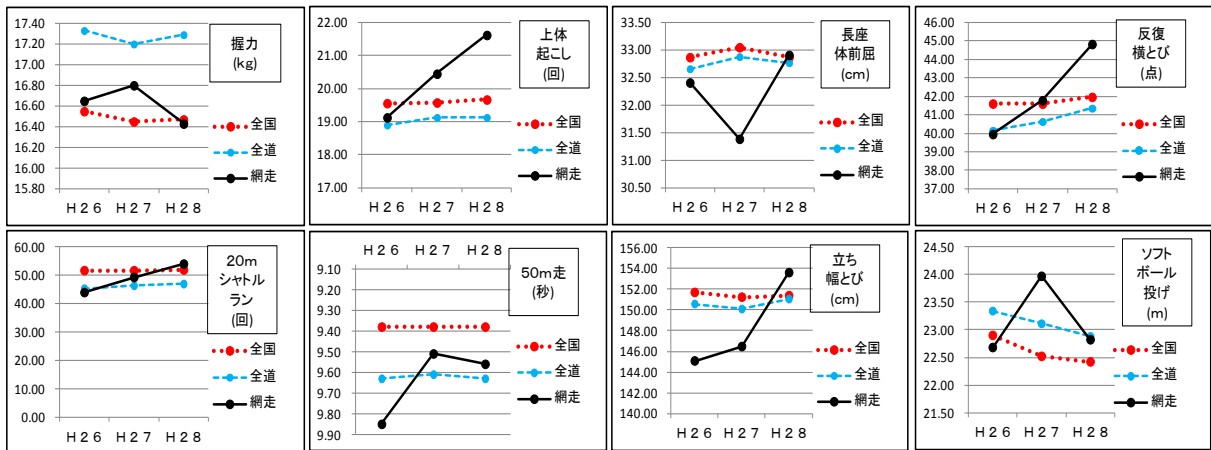
【中学校2年生女子】

- 身長 全国平均を0.25cm下回っている。
- 体重 全国平均を0.16kg下回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を1.4P上回っている。

(2) 実技に関する調査

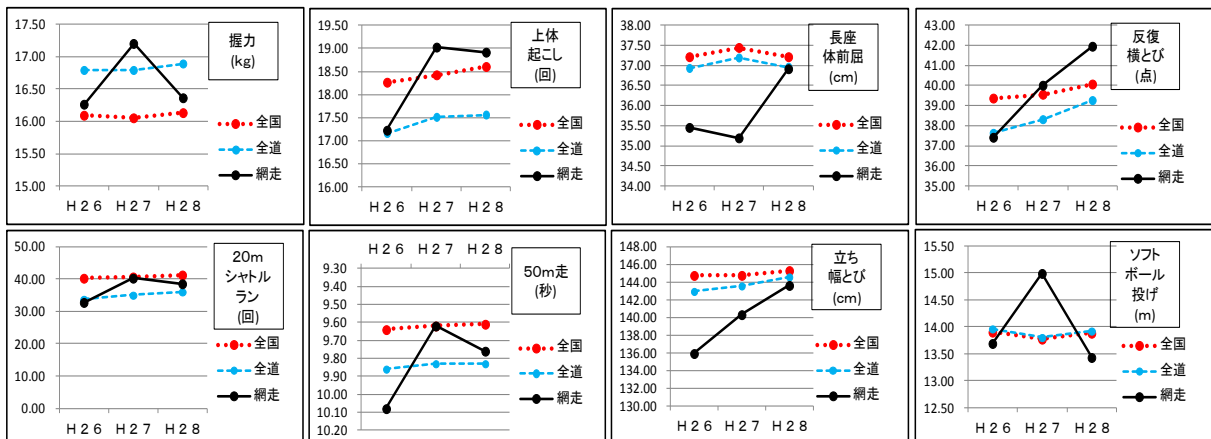
① 小学校5年生男子

	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)
H28全国	16.47	19.67	32.87	41.97	51.89	9.38	151.39	22.42
H28全道	17.29	19.13	32.77	41.36	46.92	9.63	151.06	22.88
H28網走	16.43	21.62	32.91	44.83	53.98	9.56	153.61	22.82
H27網走	16.80	20.45	31.39	41.79	49.25	9.51	146.47	23.97



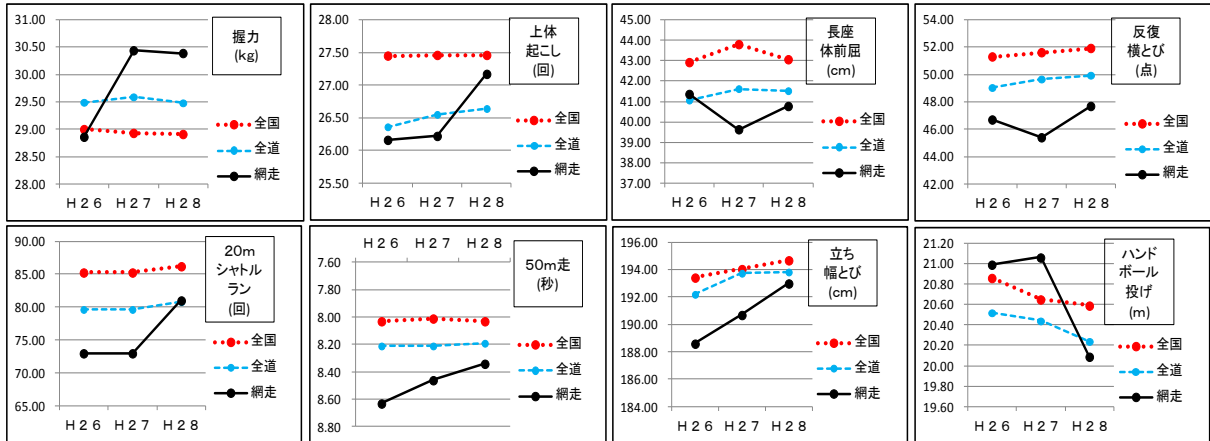
② 小学校5年生女子

	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)
H28全国	16.13	18.60	37.21	40.06	41.29	9.61	145.31	13.88
H28全道	16.89	17.56	36.96	39.26	36.06	9.83	144.59	13.92
H28網走	16.36	18.91	36.91	41.94	38.57	9.76	143.63	13.43
H27網走	17.20	19.02	35.19	40.00	40.30	9.62	140.32	14.99



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)
H28全国	28.91	27.46	43.06	51.93	391.72	86.24	8.03	194.69	20.59
H28全道	29.48	26.64	41.52	49.94	407.24	80.85	8.19	193.84	20.24
H28網走	30.39	27.17	40.77	47.69	451.14	81.04	8.34	193.00	20.09
H27網走	30.44	26.22	39.63	45.40		73.01	8.46	190.70	21.06

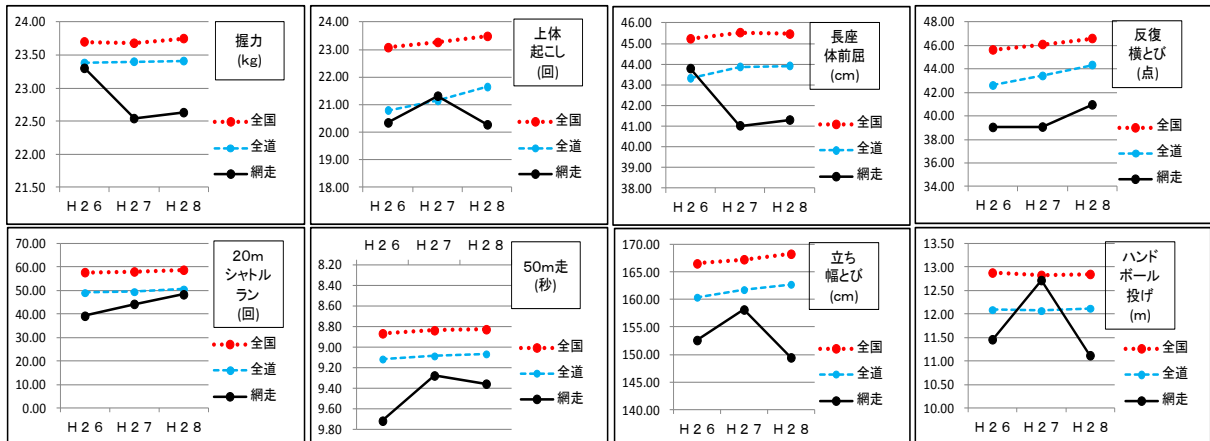


※H27年度は全6校が「20mシャトルラン」を実施

※H28年度は5校が「20mシャトルラン」、2校が「持久走」を実施

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)
H28全国	23.75	23.48	45.46	46.60	288.51	58.80	8.83	168.28	12.85
H28全道	23.41	21.64	43.92	44.34	306.17	50.56	9.07	162.74	12.12
H28網走	22.63	20.27	41.30	40.95	338.50	48.34	9.36	149.47	11.12
H27網走	22.54	21.31	41.02	39.06		44.26	9.28	158.16	12.72



※H27年度は全6校が「20mシャトルラン」を実施

※H28年度は5校が「20mシャトルラン」、2校が「持久走」を実施

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

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

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」「持久走」「ハンドボール投げ」
昨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」
	▲下回った種目	「ハンドボール投げ」

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

◎小学校は、16種目中9種目で全国平均を上回っている。

◎中学校は、全国平均を上回った種目は男子の「握力」だけであったが、男子7種目、女子4種目で前年度の網走市平均を上回っている。

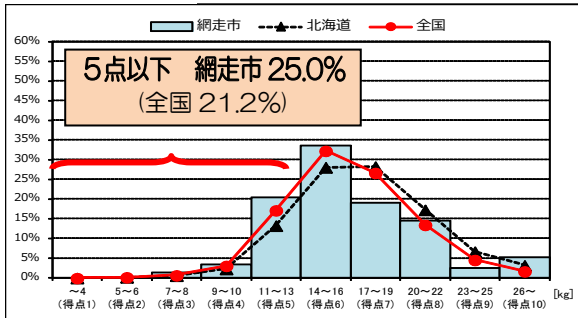
▲中学校女子で全国平均を上回る種目がなかった。

▲すべての学年で「50m走」が全国平均を下回っている。

⑤ 度数分布 (小学校)

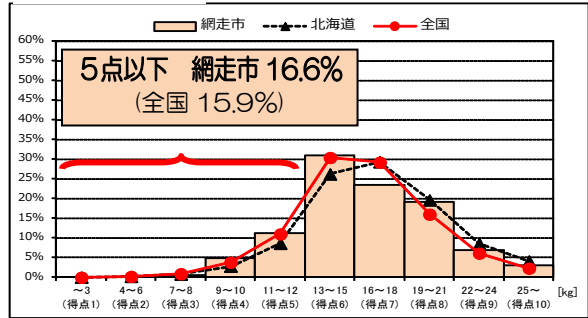
【握力】男子

	網走市	北海道	全国
平均値	16.43	17.29	16.47



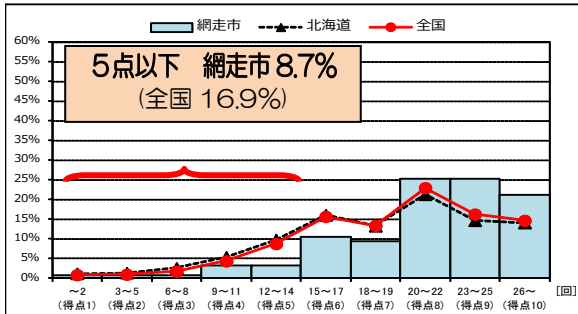
【握力】女子

	網走市	北海道	全国
平均値	16.36	16.89	16.13



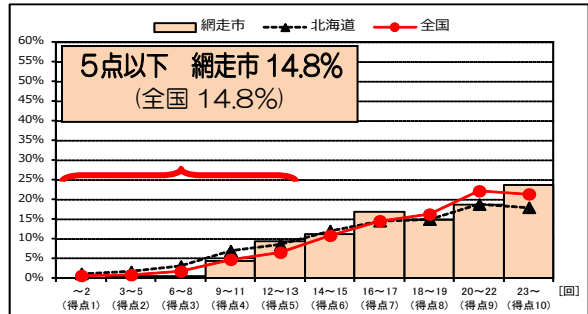
【上体起こし】男子

	網走市	北海道	全国
平均値	21.62	19.13	19.67



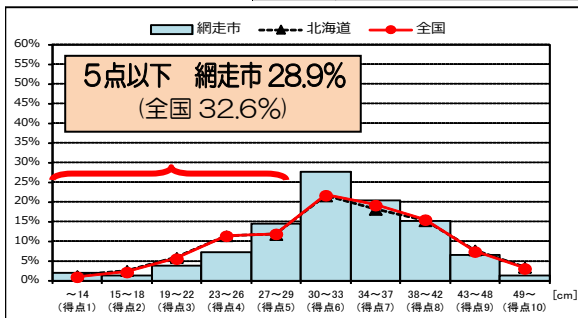
【上体起こし】女子

	網走市	北海道	全国
平均値	18.91	17.56	18.60



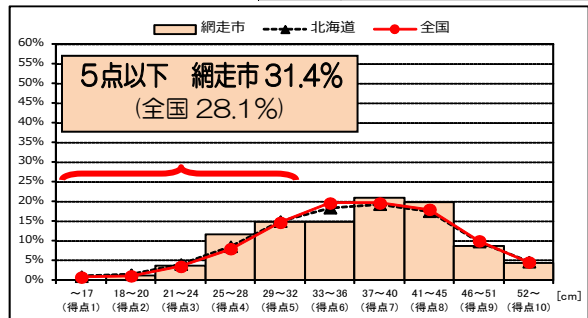
【長座体前屈】男子

	網走市	北海道	全国
平均値	32.91	32.77	32.87



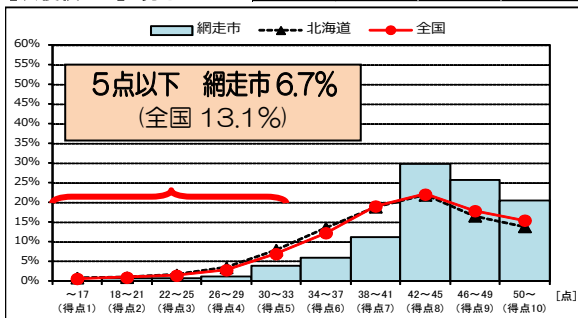
【長座体前屈】女子

	網走市	北海道	全国
平均値	36.91	36.96	37.21



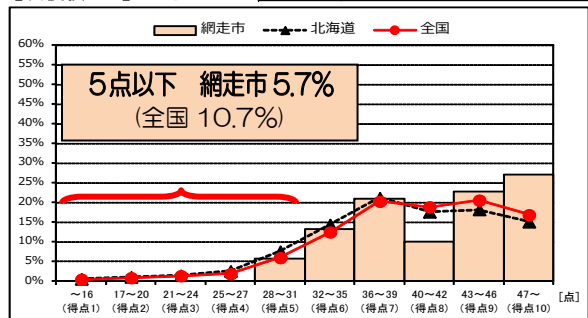
【反復横とび】男子

	網走市	北海道	全国
平均値	44.83	41.36	41.97



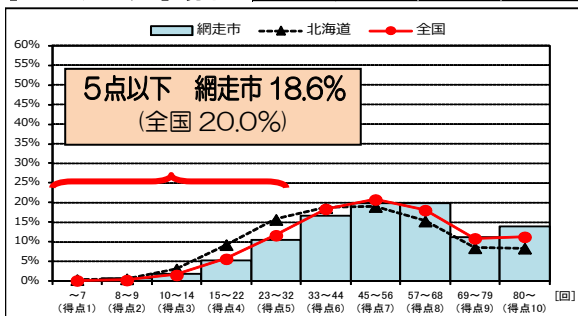
【反復横とび】女子

	網走市	北海道	全国
平均値	41.94	39.26	40.06



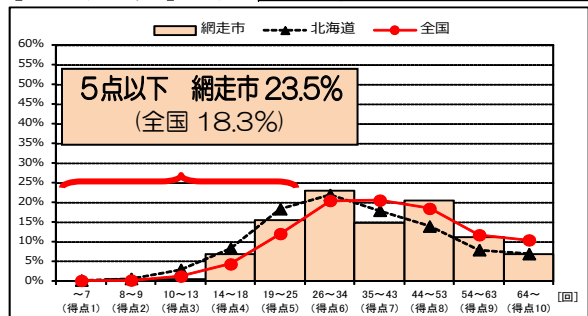
【20mシャトルラン】男子

	網走市	北海道	全国
平均値	53.98	46.92	51.89

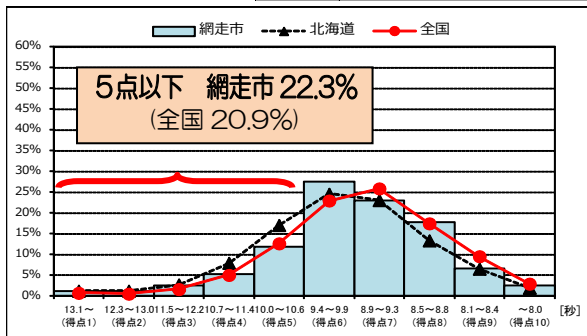


【20mシャトルラン】女子

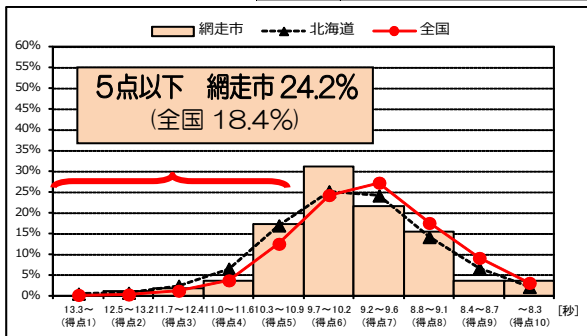
	網走市	北海道	全国
平均値	38.57	36.06	41.29



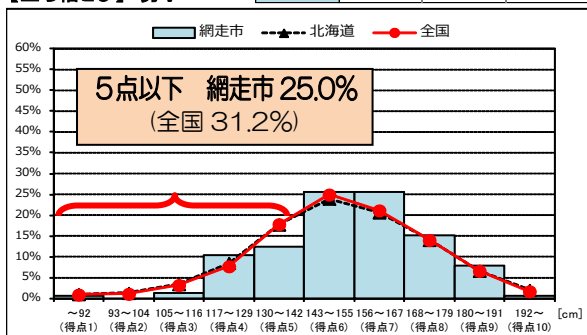
	網走市	北海道	全国
【50m走】 男子	9.56	9.63	9.38



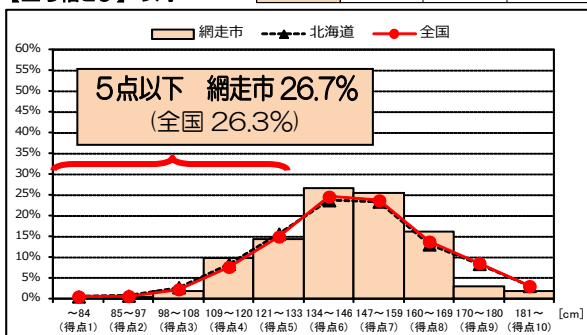
	網走市	北海道	全国
【50m走】 女子	9.76	9.83	9.61



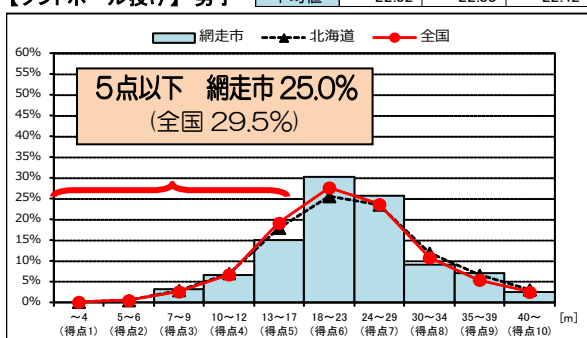
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	153.61	151.06	151.39



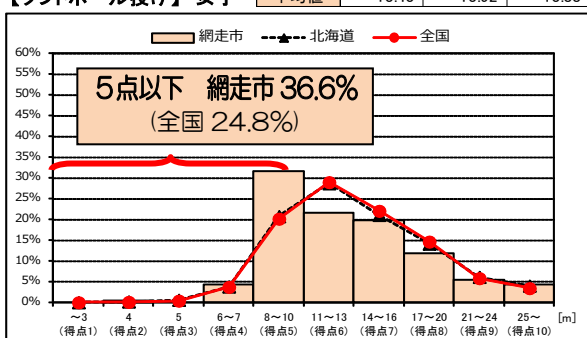
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	143.63	144.59	145.31



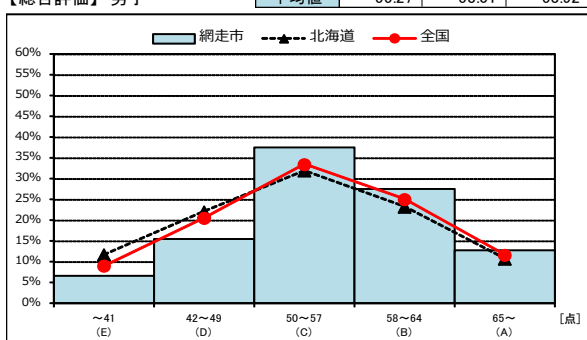
	網走市	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 男子	22.82	22.88	22.42



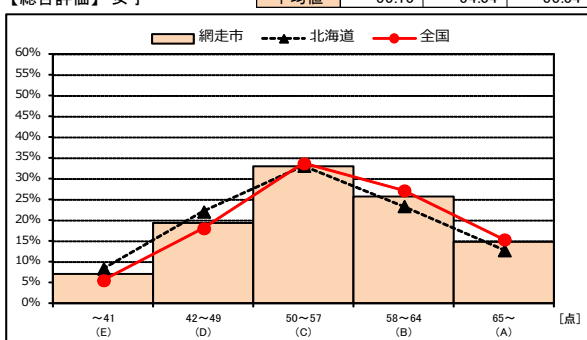
	網走市	北海道	全国
【ソフトボール投げ】 女子	13.43	13.92	13.88



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 男子	55.27	53.01	53.92



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 女子	55.15	54.04	55.54



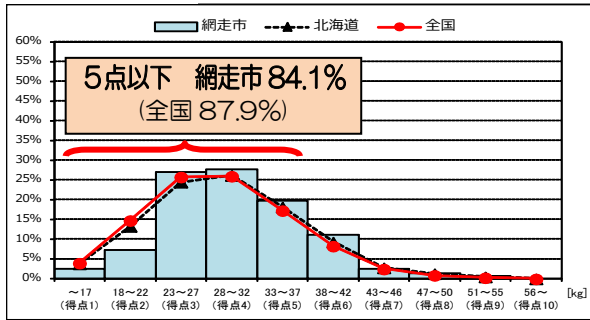
◆全国に比べ5点以下の割合が少ない種目
 小学校男子 ~ 「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」
 「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」
 小学校女子 ~ 「反復横とび」

◆総合評価の状況
 小学校男子は、「E」「D」評価が全国より少ない。
 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)

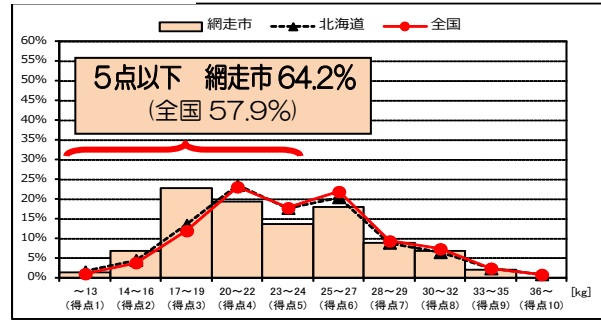
【握力】男子

	網走市	北海道	全国
【握力】男子	30.39	29.48	28.91



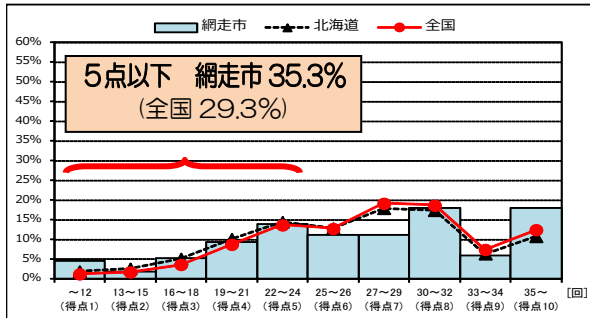
【握力】女子

	網走市	北海道	全国
【握力】女子	22.63	23.41	23.75



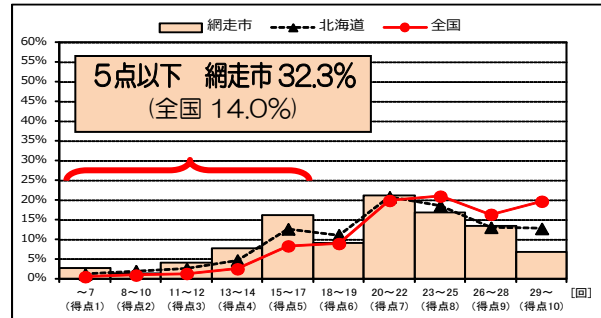
【上体起こし】男子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】男子	27.17	26.64	27.46



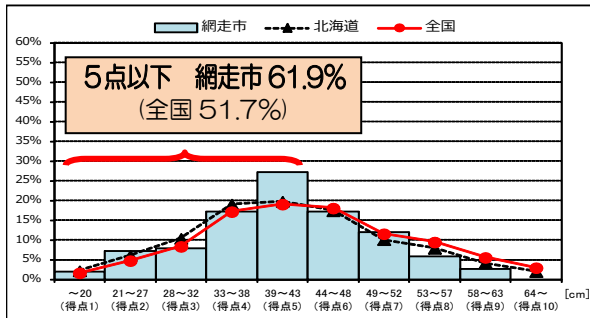
【上体起こし】女子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】女子	20.27	21.64	23.48



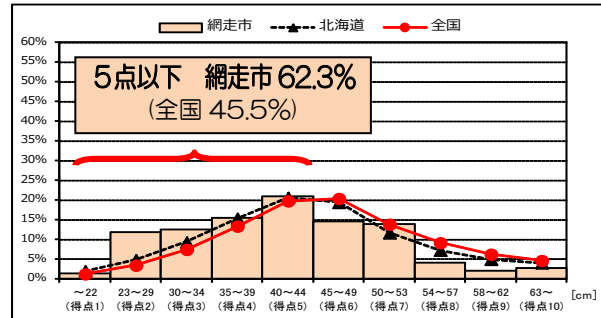
【長座体前屈】男子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】男子	40.77	41.52	43.06



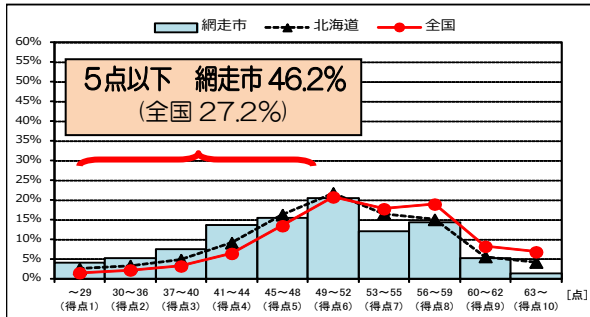
【長座体前屈】女子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】女子	41.30	43.92	45.46



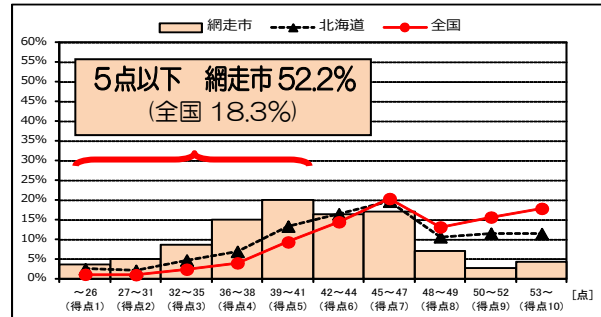
【反復横とび】男子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】男子	47.69	49.94	51.93



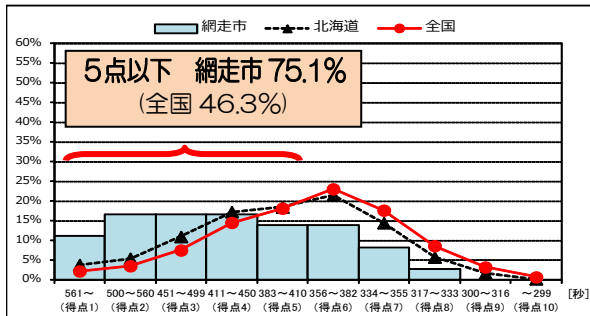
【反復横とび】女子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】女子	40.95	44.34	46.60



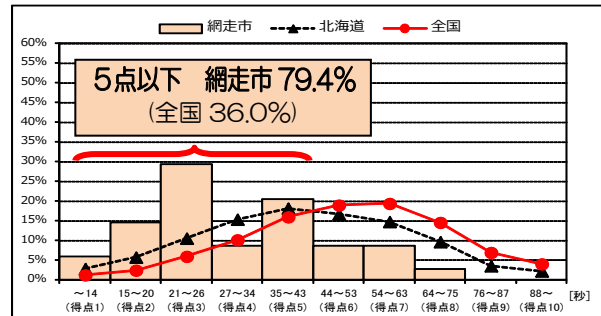
【持久走】男子

	網走市	北海道	全国
【持久走】男子	451.14	407.24	391.72

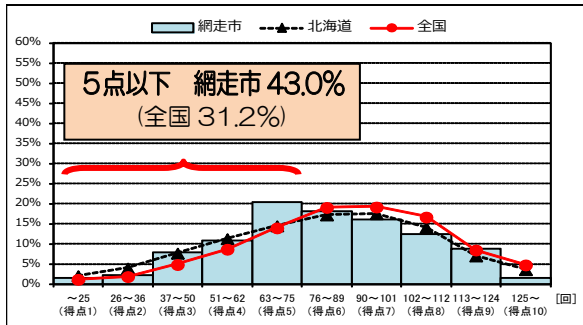


【持久走】女子

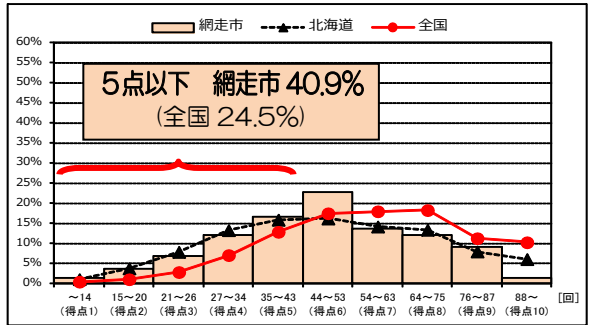
	網走市	北海道	全国
【持久走】女子	338.50	306.17	288.51



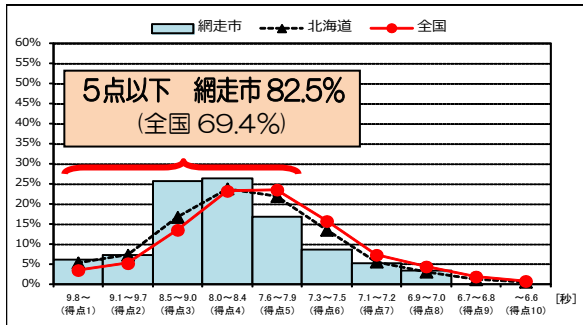
	網走市	北海道	全国
【20mシャトルラン】 男子	81.04	80.85	86.24
	平均値		



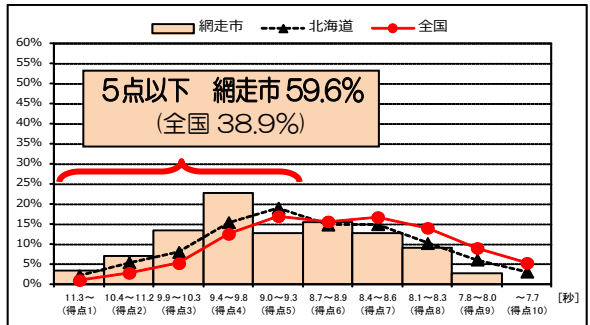
	網走市	北海道	全国
【20mシャトルラン】 女子	48.34	50.56	58.80
	平均値		



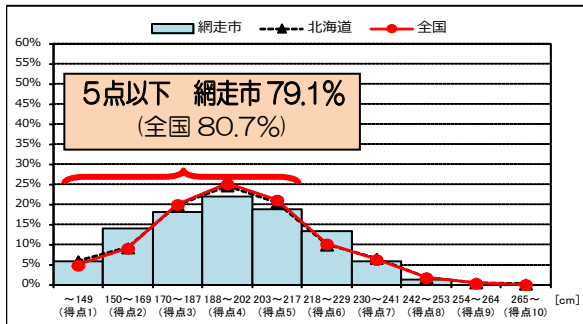
	網走市	北海道	全国
【50m走】 男子	8.34	8.19	8.03
	平均値		



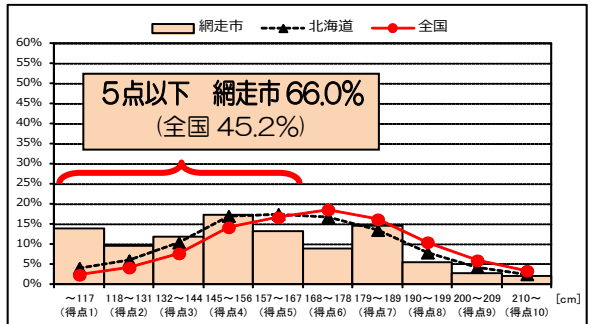
	網走市	北海道	全国
【50m走】 女子	9.36	9.07	8.83
	平均値		



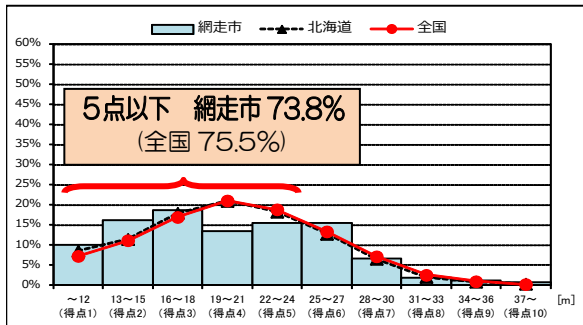
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	193.00	193.84	194.69
	平均値		



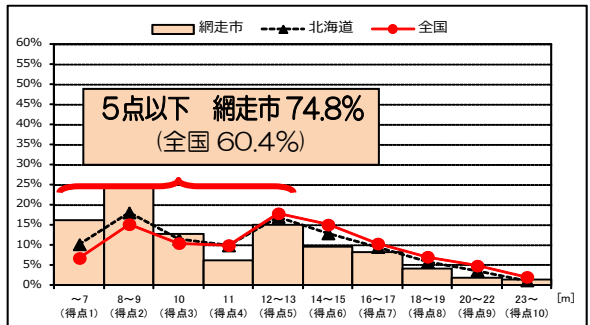
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	149.47	162.74	168.28
	平均値		



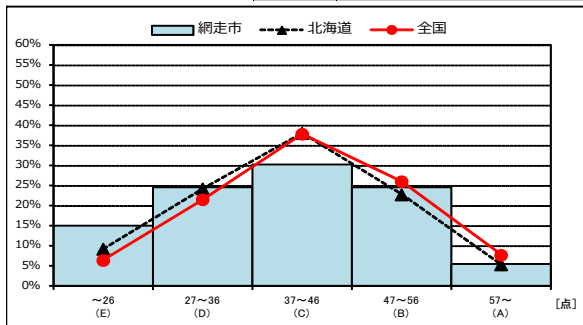
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 男子	20.09	20.24	20.59
	平均値		



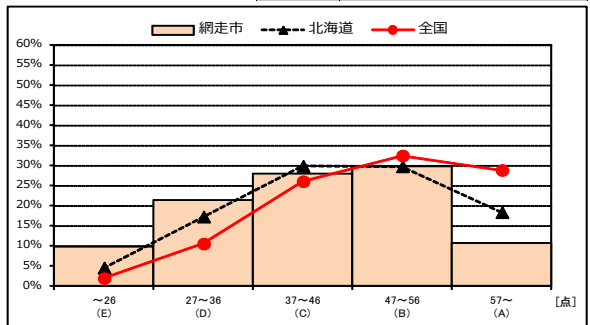
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 女子	11.12	12.12	12.85
	平均値		



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 男子	39.89	40.49	42.13
	平均値		



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 女子	42.21	45.72	49.56
	平均値		



◆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」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	H28全国	93.4%	63.3%	79.3%	81.1%	61.3%	64.46	143.45
	H28全道	94.1%	62.2%	68.3%	84.5%	59.5%	80.08	126.30
	H28網走	96.0%	69.1%	66.3%	87.4%	64.7%	100.48	119.40
	H27網走	93.3%	68.1%	65.8%	76.5%	60.1%	79.19	104.83
小 5 女 子	H28全国	87.7%	51.5%	51.6%	75.0%	52.2%	44.04	76.05
	H28全道	88.6%	48.9%	42.0%	78.4%	49.9%	54.68	67.30
	H28網走	86.9%	43.2%	38.4%	70.2%	46.9%	46.44	54.95
	H27網走	88.7%	46.8%	41.8%	63.6%	44.4%	48.20	58.74
		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	H28全国	89.0%	48.3%	78.5%	73.9%	60.9%	112.42	201.55
	H28全道	89.8%	46.1%	69.7%	76.3%	55.6%	109.62	178.15
	H28網走	85.9%	48.1%	64.9%	79.2%	53.2%	109.44	179.90
	H27網走	86.4%	49.4%	69.5%	65.2%	40.7%	106.66	187.89
中 2 女 子	H28全国	78.4%	33.4%	58.3%	62.9%	53.9%	82.56	137.65
	H28全道	78.6%	28.3%	48.5%	65.3%	48.8%	75.28	116.25
	H28網走	70.5%	24.5%	50.3%	59.2%	44.0%	72.94	126.20
	H27網走	81.6%	27.6%	56.9%	47.8%	37.4%	84.92	133.41

■運動が好き ～ 小学校の男女、中学校の男子は8割を超えている。中学校の女子は7割程度で全国平均との差も大きい。

■体力に自信がある ～ 男子は小学校、中学校ともに全国平均を上回っているか、ほぼ同様であるが、女子は小学校、中学校ともに全国平均を下回っている。

■家の人からの積極的な運動のすすめ ～ 全国平均を上回っているのは小学校の男子だけであるが、小学校、中学校ともに昨年度を上回っている。

■平日の運動時間 ～ 小学校では男女ともに全国平均を上回っているが、中学校は全国平均を下回っている。

■土日の運動時間 ～ 小学校、中学校ともに全国平均を下回っている。

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	H28全国	94.8%	83.0%	63.7%	86.6%	84.6%	80.9%
	H28全道	95.5%	80.3%	58.1%	85.0%	82.9%	78.1%
	H28網走	96.7%	82.2%	61.0%	89.4%	88.6%	75.4%
	H27網走	98.1%	79.6%	57.1%	79.1%	80.9%	90.8%
小5女子	H28全国	91.7%	83.8%	64.9%	89.9%	85.2%	75.8%
	H28全道	91.8%	81.0%	58.8%	88.2%	82.5%	71.3%
	H28網走	94.4%	82.0%	64.8%	87.0%	76.7%	67.3%
	H27網走	91.5%	76.4%	61.0%	83.1%	78.6%	78.0%
		保健体育の時間が楽しい 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	H28全国	88.3%	85.1%	70.1%	84.1%	81.0%	80.2%
	H28全道	90.8%	82.3%	65.8%	82.4%	79.5%	79.7%
	H28網走	89.7%	88.8%	61.3%	83.8%	87.1%	78.1%
	H27網走	88.1%	86.4%	67.9%	82.7%	80.2%	75.9%
中2女子	H28全国	83.0%	84.3%	72.2%	88.3%	81.8%	72.5%
	H28全道	84.4%	81.2%	67.1%	86.4%	79.7%	70.3%
	H28網走	76.7%	83.2%	62.6%	87.9%	85.6%	69.5%
	H27網走	79.2%	93.2%	75.9%	87.7%	79.0%	71.7%

イ 学校質問紙

		体育の授業の目標を児童生徒に示す活動		体育授業で学習したことを振り返る活動		体育授業で児童生徒同士が助け合い、役割を果たす活動		体育授業で児童同士で話し合う活動を取り入れている		体育指導で授業中のICTの活用
		取り入れている	だいたい取り入れている	取り入れている	だいたい取り入れている	取り入れている	だいたい取り入れている	取り入れている	だいたい取り入れている	取り入れている
小学校	H28全国	34.4%	61.5%	23.7%	66.8%	28.9%	68.1%	13.5%	68.7%	41.2%
	H28全道	40.7%	57.3%	30.6%	62.9%	31.8%	65.0%	15.2%	67.6%	49.5%
	H28網走	66.7%	33.3%	33.3%	55.6%	11.1%	88.9%	11.1%	77.8%	77.8%
中学校	H28全国	53.4%	44.9%	39.8%	55.5%	35.9%	61.3%	18.6%	65.6%	62.6%
	H28全道	58.1%	41.0%	45.1%	51.3%	37.7%	59.3%	18.7%	66.0%	75.2%
	H28網走	66.7%	33.3%	0.0%	100.0%	16.7%	83.3%	0.0%	66.7%	83.3%

- 目標を示す活動 ～ 小学校、中学校ともに8割以上の児童生徒が、「目標が示されている」と回答している。児童生徒と学校との認識の差も小さい。
- 振り返る活動 ～ 小学校、中学校ともに6割程度の児童生徒が、「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。児童生徒と学校との認識の差がやや大きい。
- 助け合う活動 ～ 小学校、中学校ともに8割以上の児童生徒が「助け合う活動が行われている」と回答している。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	先生や友達のみねをした	友達に教えてもらった	授業中に自分の動きを撮影したビデオを見た	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ビデオを見たりした	できるようになったことがない
小5男子	H28全国	44.8%	35.0%	9.2%	42.9%	44.7%	3.9%	7.1%	26.7%	10.5%	4.3%
	H28全道	45.1%	36.1%	9.2%	43.8%	40.6%	4.7%	7.2%	30.8%	11.1%	4.6%
	H28網走	48.7%	37.5%	8.6%	43.4%	38.2%	5.3%	10.5%	25.7%	5.3%	3.3%
	H27網走	58.9%	46.6%	14.1%	56.4%	47.9%	12.9%	13.5%	37.4%	14.1%	3.7%
小5女子	H28全国	43.3%	33.2%	8.5%	53.3%	61.9%	3.7%	7.4%	37.5%	8.6%	2.2%
	H28全道	44.1%	33.1%	8.5%	53.8%	56.9%	4.6%	7.4%	43.1%	9.1%	2.5%
	H28網走	60.0%	33.8%	8.1%	42.5%	48.8%	8.1%	5.6%	35.6%	7.5%	1.9%
	H27網走	55.2%	36.4%	10.5%	61.5%	65.0%	6.3%	7.7%	49.0%	9.1%	1.4%
中2男子	H28全国	42.3%	40.1%	4.5%	38.5%	43.3%	3.1%	3.2%	11.9%	4.5%	7.5%
	H28全道	43.0%	41.0%	4.2%	38.7%	40.1%	4.5%	3.0%	14.3%	4.7%	8.4%
	H28網走	41.6%	35.7%	3.9%	39.0%	40.3%	0.6%	4.5%	14.9%	5.2%	6.5%
	H27網走	50.6%	43.3%	6.1%	48.8%	44.5%	1.8%	4.3%	15.9%	5.5%	7.9%
中2女子	H28全国	45.8%	33.5%	4.7%	46.4%	63.6%	3.9%	3.4%	15.0%	3.5%	5.1%
	H28全道	44.9%	33.2%	4.6%	44.6%	58.6%	5.3%	3.0%	16.9%	3.6%	7.0%
	H28網走	54.4%	27.9%	7.5%	34.0%	62.6%	0.7%	3.4%	9.5%	2.0%	7.5%
	H27網走	61.1%	28.1%	7.2%	50.9%	65.9%	1.2%	3.0%	12.0%	6.6%	4.8%

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	教員や友達のみねを促している	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
H28全国	91.2%	38.8%	76.8%	72.0%	62.8%	83.9%	20.0%	21.5%	28.1%	7.5%	0.0%	0.0%
H28全道	93.5%	47.2%	65.9%	76.7%	64.2%	79.4%	19.8%	18.3%	32.1%	5.8%	0.0%	0.1%
H28網走	100.0%	66.7%	77.8%	88.9%	88.9%	77.8%	33.3%	33.3%	33.3%	0.0%	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	教員や友達のみねを促している	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
H28全国	79.0%	19.1%	59.1%	66.6%	34.1%	71.5%	17.9%	3.9%	4.0%	1.5%	1.5%	1.5%
H28全道	81.4%	23.9%	53.9%	71.1%	37.9%	63.3%	26.4%	2.1%	3.6%	1.1%	1.1%	1.1%
H28網走	100.0%	33.3%	33.3%	50.0%	33.3%	50.0%	16.7%	0.0%	0.0%	0.0%	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」、「先生や友達のみねをした」、「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。女子は、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。

■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」「授業中に児童生徒自らが工夫して行えるようにしている」と回答する学校の割合が、全国平均と比較して高い。

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	H28全国	84.0%	96.1%	57.9%	39.0%
	H28全道	81.2%	95.3%	62.2%	45.4%
	H28網走	84.1%	94.1%	58.8%	44.1%
小 5 女 子	H28全国	84.6%	96.9%	62.3%	31.7%
	H28全道	81.3%	96.1%	67.3%	37.1%
	H28網走	80.0%	96.3%	73.9%	40.2%
中 2 男 子	H28全国	82.7%	97.5%	22.2%	35.3%
	H28全道	80.4%	97.0%	27.3%	41.4%
	H28網走	76.9%	97.4%	32.0%	47.5%
中 2 女 子	H28全国	80.1%	95.0%	16.1%	33.1%
	H28全道	76.0%	94.1%	21.5%	39.3%
	H28網走	76.9%	97.9%	23.6%	45.2%

■ 朝食を毎日食べる

全国平均を上回っているのは小学校の男子だけであり、毎日朝ごはんを食べていない児童生徒が全国に比べ多い。中学校は2割以上の生徒が朝食を食べていないが、昨年度と比較すると改善の傾向が見られる。

■ 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。

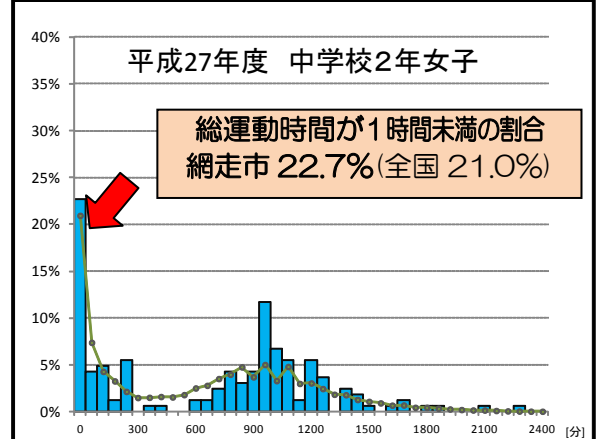
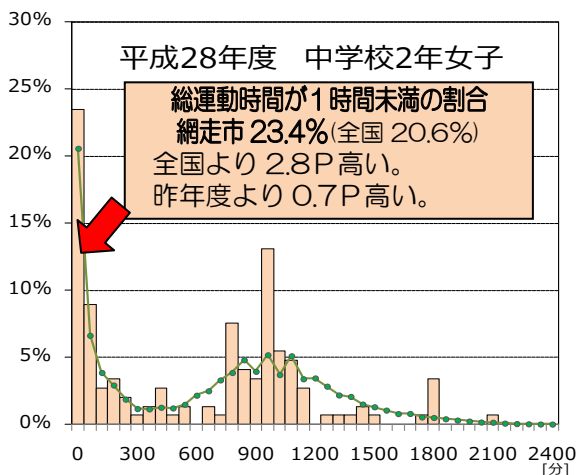
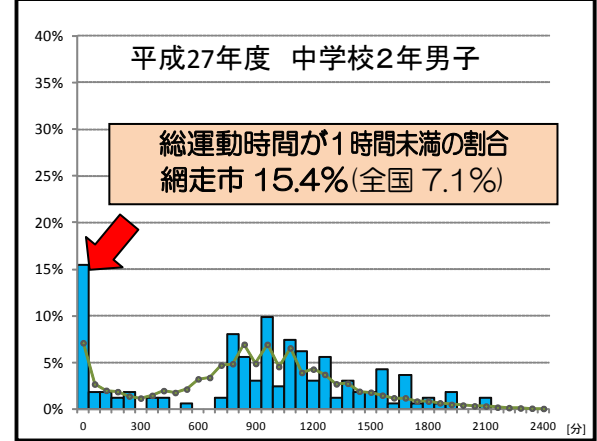
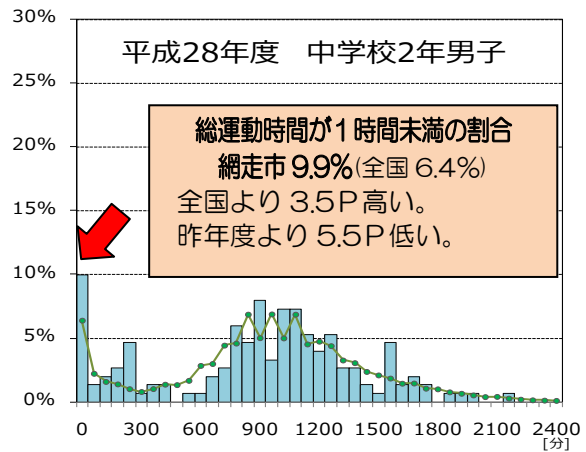
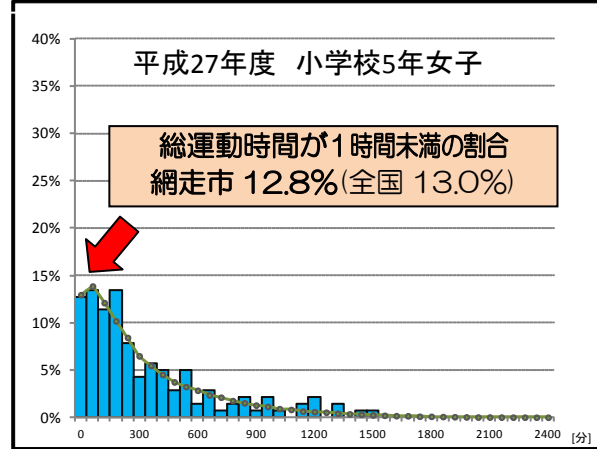
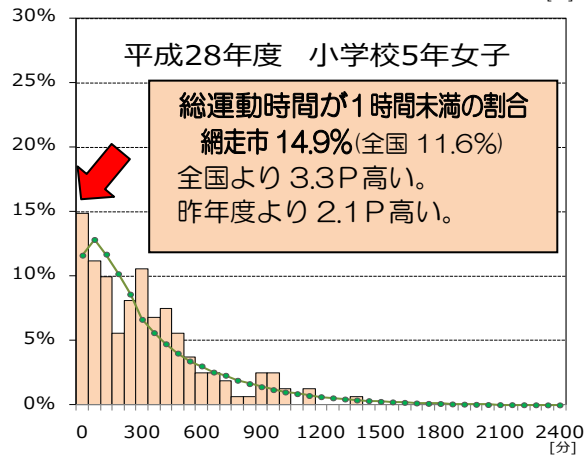
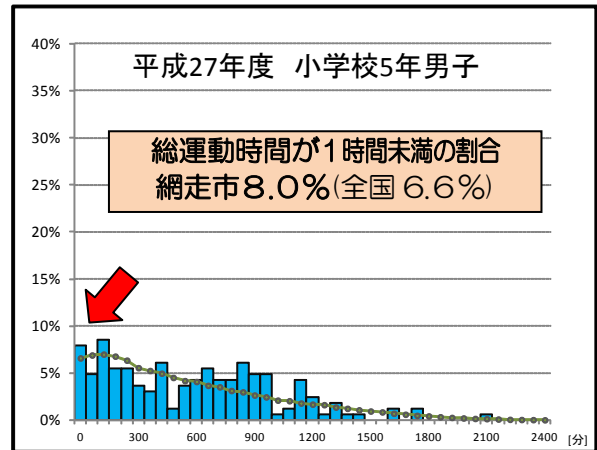
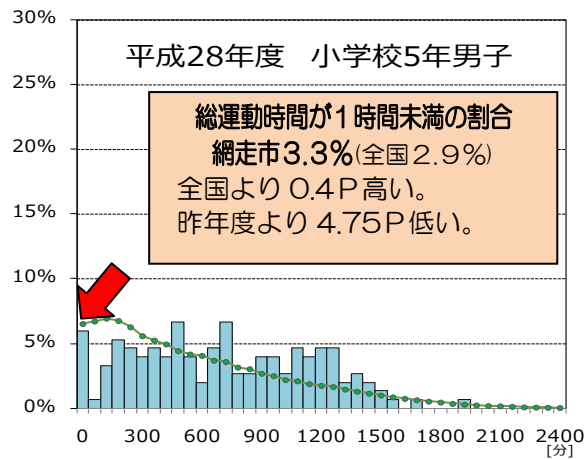
■ 1日の睡眠時間

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、中学校ともに、全国平均を上回っている。中学校は全国平均と比べ、平日にテレビ、ビデオ、DVDを視聴する時間が長く、運動時間が短い傾向が見られる。

③ 1週間の総運動時間の分布 (1週間の総運動時間が1時間未満の割合)



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	調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	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
H28全国	65.9%	54.8%	56.1%	89.0%	85.7%	36.9%
H28全道	77.5%	65.0%	78.8%	91.5%	96.6%	48.6%
H28網走	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	66.7%

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	調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	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
H28全国	58.4%	57.7%	59.1%	46.5%	77.0%	26.1%
H28全道	72.0%	64.2%	72.6%	68.2%	82.9%	35.0%
H28網走	83.3%	83.3%	100.0%	66.7%	100.0%	16.7%

■ 学校における体力向上の取組

小学校、中学校ともに、本調査の質問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。

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	体育授業以外で外部人材を活用している
H28全国	97.1%	48.2%	31.4%	44.9%
H28全道	99.2%	44.3%	42.1%	33.1%
H28網走	100.0%	77.8%	88.9%	22.2%

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	保健体育授業以外で外部人材を活用している
H28全国	96.5%	47.3%	14.8%	83.4%
H28全道	99.5%	57.8%	29.1%	61.4%
H28網走	100.0%	33.3%	50.0%	16.7%

■ 地域や関係機関、家庭との連携

小学校、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が高い。外部人材を授業で活用している割合は高いが、クラブ活動、体育的行事等で活用している割合は全国平均より低い。

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、16種目中9種目で全国平均を上回っている。
- ◎中学校は、男子7種目、女子4種目で前年度の網走市平均を上回っている。
- ◎小学校男子は、総合評価「D」「E」の割合が全国平均より低い。
- ▲すべての学年で「50m走」が全国平均を下回っている。
- ▲中学校は、全国平均を上回った種目が男子の「握力」のみであった。
- ▲中学校女子は、昨年度を上回った種目があるが、総合評価「D」「E」の割合が全国平均より大幅に高い。

【児童生徒質問紙調査から】

- ◎「家の人からの積極的な運動のすすめがある」と回答した割合が、小学校、中学校ともに昨年度より伸びている。
- ◎「体育の時間が楽しい」と回答する児童生徒の割合が高い。
- ▲小学校、中学校とも「運動部等に入っている児童生徒の割合」が全国平均より低い。
- ▲土日の運動時間が小学校、中学校ともに全国平均を下回っている。
- ▲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。

【学校質問紙調査から】

- ◎小学校、中学校ともに、「授業で目標が示されている」と回答している割合が高く、児童生徒と学校との認識の差も小さい。
- ◎小学校、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。
- ◎小学校、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が高い。また、外部人材を授業で活用している割合も全国平均より高い。
- ▲小学校、中学校ともに、「授業で振り返る活動を行っている」と回答する割合が全国平均より低い。

■■■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
 - ・課題、目指したい目標、取り組む事例、振り返りが明確であり、頑張った成果が実感できる学習カードを活用する。
 - ・タブレットPC、実物投影機等のICT機器を活用することにより、自分の動きを確認したり、互いに教え合う活動を取り入れたりする。
 - ・「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。
 - ・地域支援本部事業による外部講師の活用、中学校体育教員による小学校体育での指導、体育専科の配置などにより専門的な指導を行う。

○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。
- ・縄とびや体づくり運動など、授業初めの時間を使い、継続した取組を行う。
- ・跳び箱やマット、ボールなど、より多くの子が運動できるよう運動器具の準備をする。

◆新体力テスト実施の工夫

○記録用紙を工夫する。

- ・小学校から中学校まで9年間の成長が実感できるような記録用紙にする。
- ・「自ら進んでやる」動機づけとし、自分の目標を位置付ける。
(種目ごとの記録、点数、前年度の全国平均記録など)

○新体力テストの結果を生かす。

- ・新体力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。
- ・全国平均と比較し、下回っている種目を体づくり運動として継続的に取組む。

○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、新体力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

○部活動（運動系部活だけでなく文科系部活も含む）への加入率100%を目指す。

○運動系部活だけでなく文科系部活も含め、共通した体力向上プログラムを設定する。

(5分間走、縄とび、ストレッチ運動など)

○運動がきらい・苦手な生徒も楽しく参加できる「運動系部活」を設ける。

○活動の目標を設定する、学校行事や地域行事の中で披露するなど、生徒の意欲向上を図る。

◆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、子ども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28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6チーム53名が参加し、6年生で構成する2チームがそれぞれ優勝、準優勝の成績を収めた。 ○全国小学生大会北見支部予選に6チーム56名が参加し、6年生で構成する2チームがそれぞれ優勝、3位の成績を収めた。優勝チームは全道大会に出場した。そこで準優勝の成績を収め、北海道代表として全国大会に出場した。
	体育専科による授業改善の取組	○体力・運動能力調査(5学年)で男女共に全種目で全国平均並か、それを上回った。 ○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。
中央小学校	マラソンによる体力向上と精神力の強化	○マラソンは走力・持久力の向上に有効である。 ・マラソンチャレンジカードを作成・活用させることで継続的に体力向上に取り組ませることができた。 ・マラソン記録会に向けて目標を持たせることで、努力する気持ちを持続させることができた。
	なわとびによる持久力の維持強化・体力の底上げ	○なわとびは冬季屋内での体力づくりに有効である。 ・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。 ・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練習に励んだ。終了後は記録証の配布をし、努力の跡を残した。
西小学校	体育授業以外での運動 ・5月～9月 マラソン ・10月～3月 なわとび	○前期・後期に分け、全身運動に取り組んだ。個人の目標を明確にし、記録カードを活用することで、運動に対する関心が高まり、熱心に励む姿がみられた。
	児童会体育委員会主催のスポーツ集会の実施	○縦割り班対抗リレー・全校しっぽ取り鬼等、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。
	体育専科による授業改善	○専科教諭と担任が役割を分担して授業を行う形、個人の課題に応じてグループを分けて指導を行う形、学級を2つに分け専科と担任で少人数指導を行う形など、指導形態の工夫を行い、授業改善を図った。 ○ICT機器の活用(スロー再生、映像遅延アプリ)により、効果的に児童の課題解決を図らせることができた。 ○体育専科による研究授業、通信の発行を通し、指導方法の研修・実践交流を行った。
	「体力づくりコーナー」の設置	○体育館に立ち幅跳びやラダートレーニング等が常時できる場所をつくった。休み時間や放課後にそれらに挑戦する児童の姿が多く見られるようになった。
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 ◆なわとび認定週間の設定【児童委員会の取り組み】 ◆大縄跳び大会(3～6年) …年2回業間	○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る。

学校名	取組の内容	取組の成果
潮見小学校	児童会体力向上運動	○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。
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。また、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。
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」運動を位置付けたり、ソフトボールを使った遊びを取り入れたりするなど、継続した取組により、投げる力については、前の学年と比較し、大きく距離を伸ばしている。学校全体で運動例を集め、授業時間等に活用したことが成果となって現れてきている。 ○今後、さらに投げる力、また、課題となっている50m走(走力)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、個人で目標を立て、それに向けて取り組むことが課題である。
	児童の運動量を保障する授業展開(体つくり運動において、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。
	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、自分の運動能力に合わせ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。
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。
	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。 ○どさん子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。
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30分程度の運動量を確保することができた。
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。 ○昼休みに新たに光庭も開放し、体育館とともに全校生徒が積極的に活用するよう取り組んだ。
	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。

学校名	取組の内容	取組の成果
第二中学校	徒歩通学、自転車登校の励行	○男子は筋力、持久力が向上した。女子の徒歩通学率が向上。体を動かすことに対する意識の高まりが見られる。
第三中学校	授業の始めにサーキットトレーニングを行う。 マラソン記録会の実施	○スピードと持久力を養う一助となった。
第四中学校	持久走(部活動・地域行事の機会も活用する)	○筋力・瞬発力の向上が見られた。
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。 ○今年度はサンプル数が非常に少ないが、男子が8種目中7種目、総合評価で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30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。

■ 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。また、網走市PTA連合会と連携し、講演会、研修会を開催します。
- (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設定し、スポーツ合宿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) スポーツ少年団等への加入促進、部活動への加入促進をはかります。
- (5) 徒歩通学を奨励するとともに、1校1実践の取組の充実を図り、1週間の総運動時間を増やします。
- (6) 体育・保健体育の授業の充実を図るため、学ぶ意欲を高めるタブレット型端末や子どもにより分かりやすく伝える実物投影機など、ICT機器活用をより一層促進します。
- (7) 新体力テスト実施に向け、新体力テスト指導研修会を開催します。
- (8) 日本体育大学と連携し、体育・保健体育授業支援を行います。