

令和5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5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 113名 女子 119名 合計 232名 中学校第2学年 男子 135名 女子 108名 合計 243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。

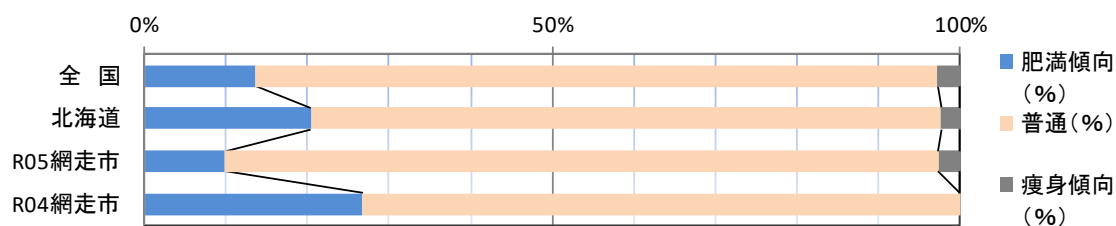
2. 結果の概要

(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 | 139.61 | 35.35 | 13.7% | 83.5% | 2.8% |
| 北海道 | 140.03 | 37.03 | 20.4% | 77.2% | 2.3% |
| R05網走市 | 139.22 | 34.73 | 9.9% | 87.4% | 2.7% |
| R04網走市 | 140.64 | 38.58 | 26.8% | 73.2% | 0.0% |

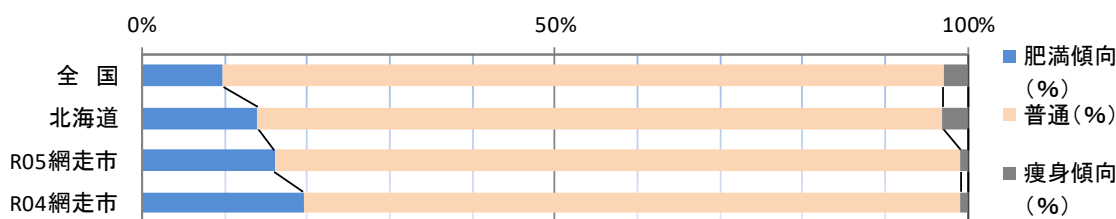
小学校5年生男子 肥満傾向児・痩身傾向児



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 | 141.26 | 35.24 | 9.8% | 87.4% | 2.9% |
| 北海道 | 141.92 | 36.57 | 14.0% | 83.1% | 3.0% |
| R05網走市 | 141.90 | 36.14 | 16.1% | 83.1% | 0.8% |
| R04網走市 | 140.58 | 37.00 | 19.6% | 79.6% | 0.8% |

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0.39cm下回っている。
- 体重 全国平均を0.62kg下回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を3.8P下回っている。

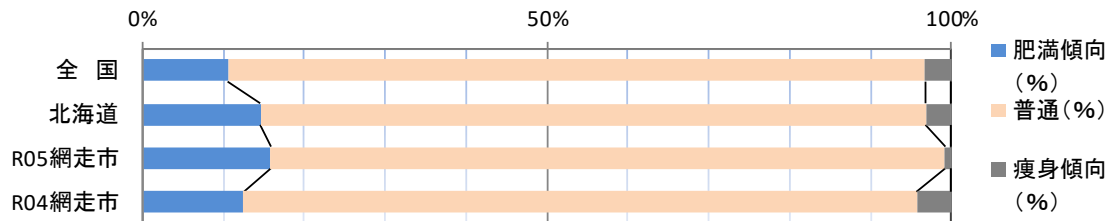
【小学校5年生女子】

- 身長 全国平均を0.64cm上回っている。
- 体重 全国平均を0.9kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を6.3P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 | 161.17 | 50.22 | 10.6% | 86.2% | 3.2% |
| 北海道 | 162.22 | 52.29 | 14.6% | 82.3% | 3.1% |
| R05網走市 | 162.32 | 52.48 | 15.8% | 83.5% | 0.8% |
| R04網走市 | 162.62 | 53.05 | 12.5% | 83.3% | 4.2% |

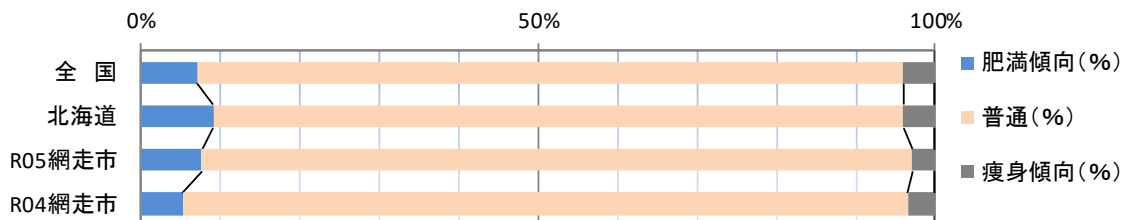
中学校2年生男子 肥満傾向児・痩身傾向児



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 | 154.94 | 46.87 | 7.0% | 88.9% | 4.0% |
| 北海道 | 155.13 | 47.44 | 9.1% | 87.0% | 4.0% |
| R05網走市 | 156.07 | 47.41 | 7.6% | 89.5% | 2.9% |
| R04網走市 | 155.30 | 46.61 | 5.2% | 91.3% | 3.5% |

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 1.15cm 上回っている。
- 体重 全国平均を 2.26 kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を 5.2P 上回っている。

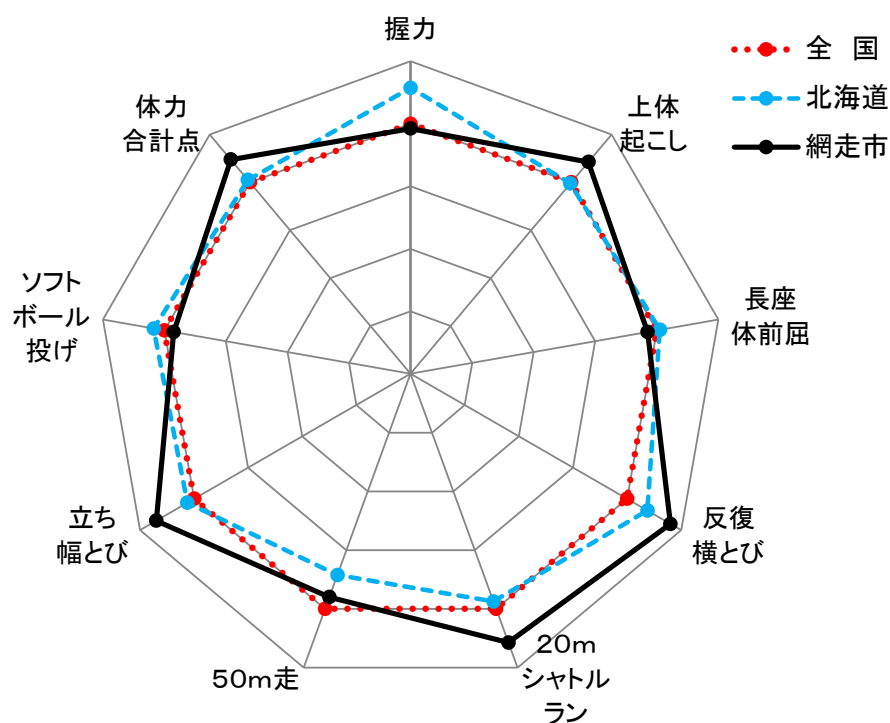
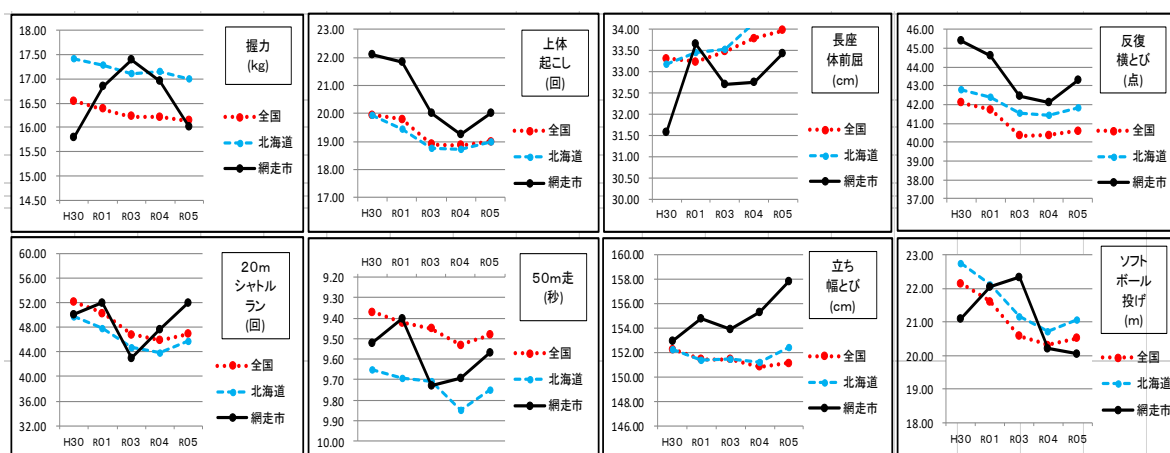
【中学校2年生女子】

- 身長 全国平均を 1.13cm 上回っている。
- 体重 全国平均を 0.54 kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を 0.6P 上回っている。

(2) 実技に関する調査

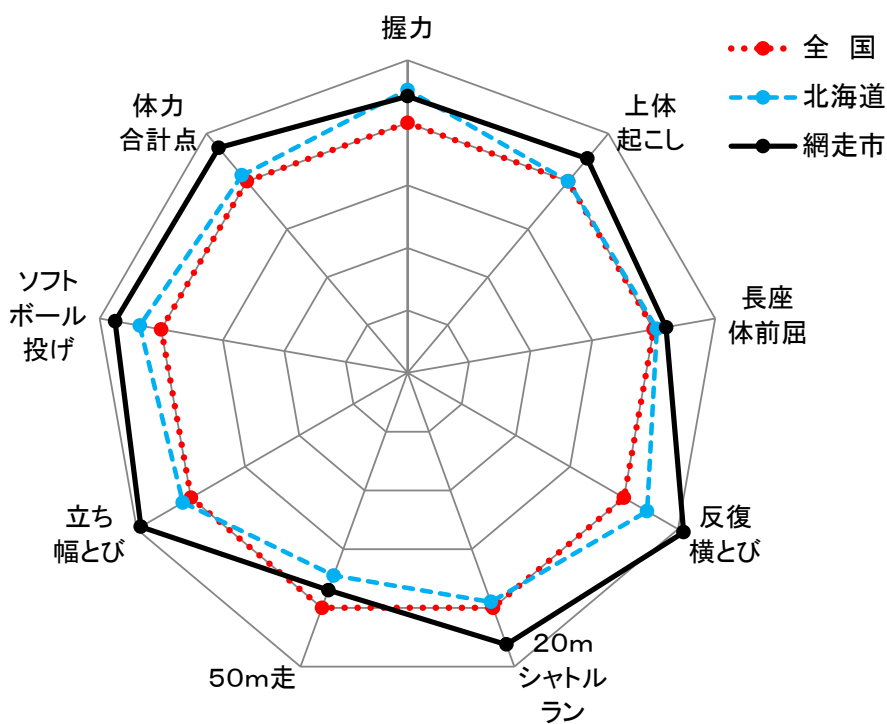
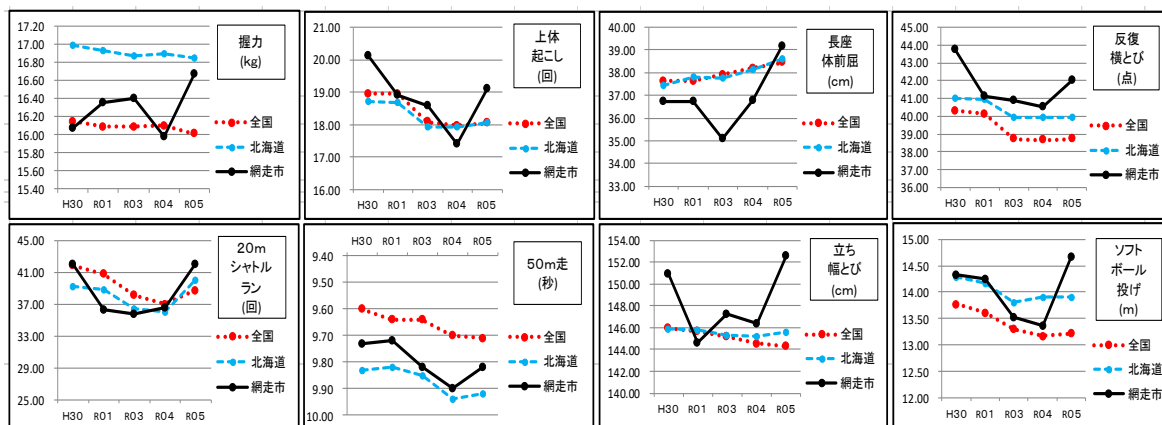
① 小学校5年生男子

| | 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) | 体力合計点 (点) |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------------|---------------|--------------|--------------|
| 全国 | 16.13 | 19.00 | 33.98 | 40.60 | 46.92 | 9.48 | 151.13 | 20.52 | 52.59 |
| 北海道 | 17.00 | 18.97 | 34.17 | 41.83 | 45.76 | 9.75 | 152.37 | 21.06 | 52.81 |
| R05網走市 | 16.01 | 20.02 | 33.44 | 43.28 | 51.92 | 9.57 | 157.82 | 20.04 | 54.43 |
| R04網走市 | 16.96 | 19.25 | 32.76 | 42.12 | 47.73 | 9.69 | 155.30 | 20.21 | 52.56 |
| 全国比 | -0.12 | 1.02 | -0.54 | 2.68 | 5.00 | -0.09 | 6.69 | -0.48 | 1.84 |
| 北海道比 | -0.99 | 1.05 | -0.73 | 1.45 | 6.16 | 0.18 | 5.45 | -1.02 | 1.62 |
| R04網走市比 | -0.95 | 0.77 | 0.68 | 1.16 | 4.19 | 0.12 | 2.52 | -0.17 | 1.87 |



② 小学校5年生女子

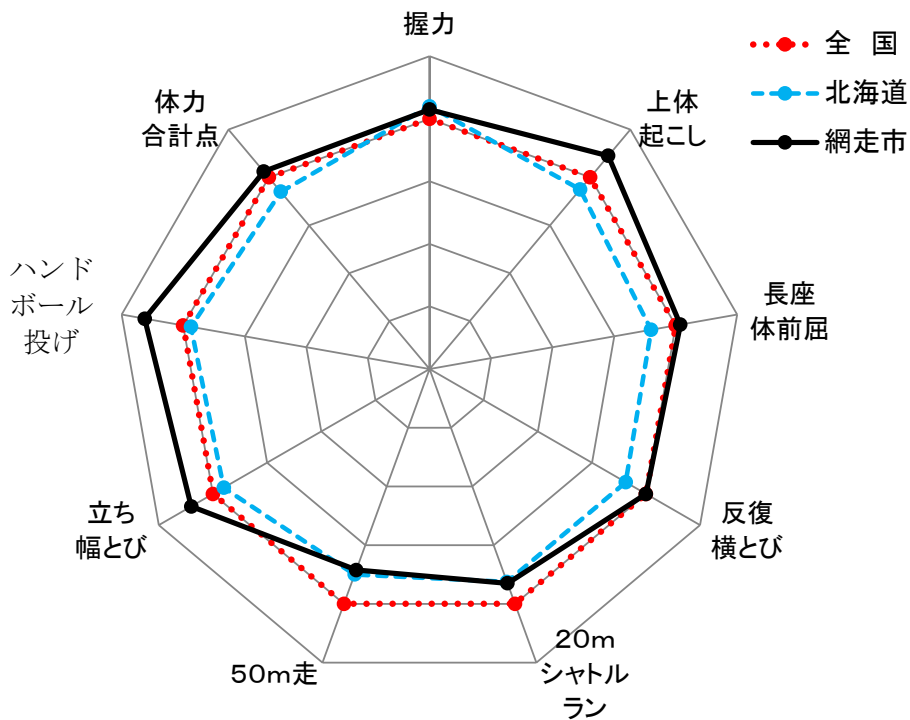
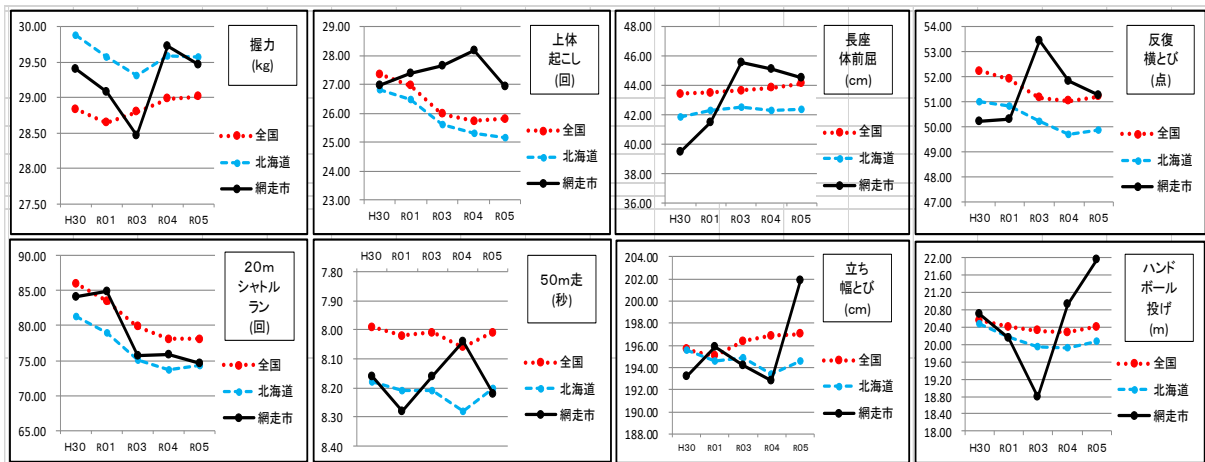
| | 握力 (kg) | 上体起こし (回) | 長座体前屈 (cm) | 反復横とび (点) | 20m シャトルラン (回) | 50m走 (秒) | 立ち幅とび (cm) | ソフトボール投げ (m) | 体力合計点 (点) |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------------|---------------|--------------|--------------|
| 全国 | 16.01 | 18.05 | 38.45 | 38.73 | 36.80 | 9.71 | 144.29 | 13.22 | 54.28 |
| 北海道 | 16.85 | 18.05 | 38.60 | 39.96 | 36.12 | 9.92 | 145.56 | 13.91 | 54.71 |
| RO5網走市 | 16.68 | 19.11 | 39.16 | 42.04 | 40.86 | 9.82 | 152.63 | 14.68 | 56.83 |
| R04網走市 | 15.98 | 17.41 | 36.79 | 40.54 | 36.55 | 9.90 | 146.39 | 13.37 | 54.01 |
| 全国比 | 0.67 | 1.06 | 0.71 | 3.31 | 4.06 | -0.11 | 8.34 | 1.46 | 2.55 |
| 北海道比 | -0.17 | 1.06 | 0.56 | 2.08 | 4.74 | 0.10 | 7.07 | 0.77 | 2.12 |
| R04網走市比 | 0.70 | 1.70 | 2.37 | 1.50 | 4.31 | 0.08 | 6.24 | 1.31 | 2.82 |



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 | 29.02 | 25.82 | 44.16 | 51.22 | 409.02 | 78.07 | 8.01 | 197.02 | 20.40 | 41.32 |
| 北海道 | 29.57 | 25.17 | 42.38 | 49.87 | 426.84 | 74.26 | 8.20 | 194.57 | 20.08 | 40.00 |
| R05網走市 | 29.46 | 26.94 | 44.54 | 51.26 | | 74.60 | 8.22 | 201.86 | 21.95 | 41.88 |
| R04網走市 | 29.73 | 28.19 | 45.10 | 51.83 | | 75.93 | 8.04 | 192.80 | 20.92 | 42.57 |
| 全国比 | 0.44 | 1.12 | 0.38 | 0.04 | | -3.47 | -0.21 | 4.84 | 1.55 | 0.56 |
| 北海道比 | -0.11 | 1.77 | 2.16 | 1.39 | | 0.34 | -0.02 | 7.29 | 1.87 | 1.88 |
| R04網走市比 | -0.27 | -1.25 | -0.56 | -0.57 | | -1.33 | -0.18 | 9.06 | 1.03 | -0.69 |

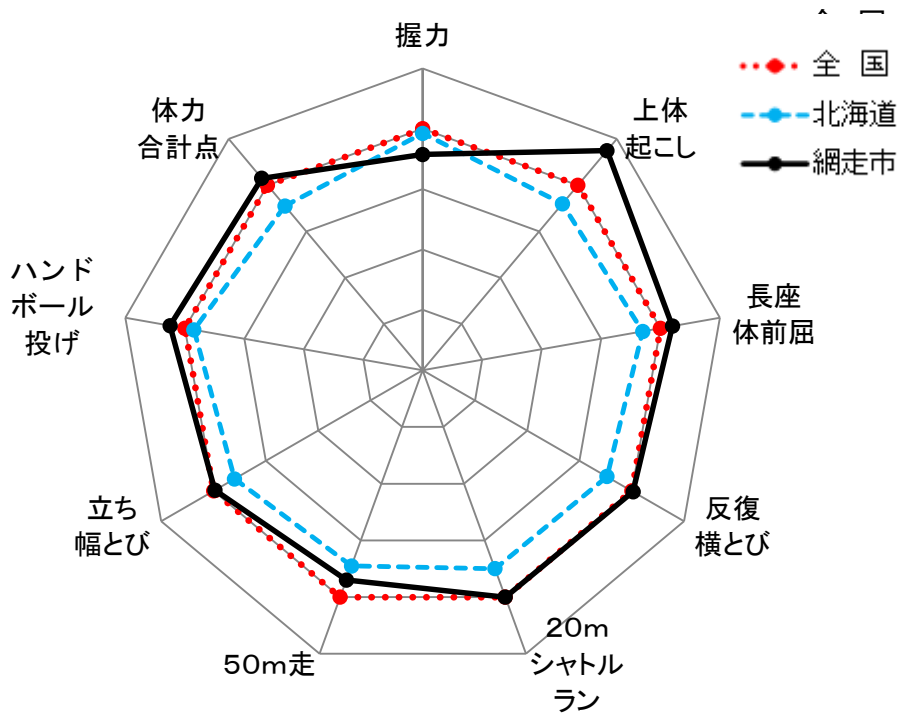
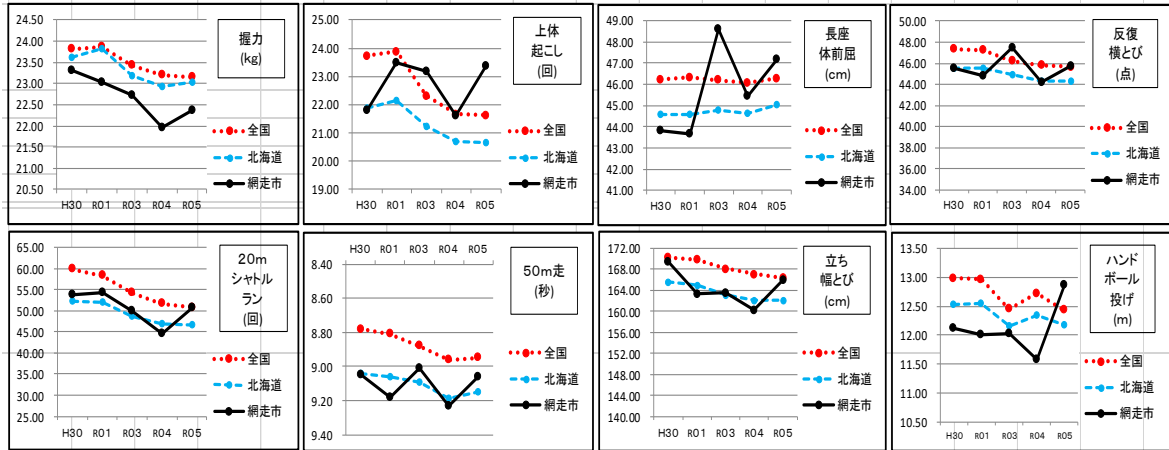
※持久走については対象が少ないことから記載しない。



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 | 23.15 | 21.62 | 46.27 | 45.65 | 306.26 | 50.70 | 8.95 | 166.34 | 12.43 | 47.22 |
| 北海道 | 23.03 | 20.67 | 45.02 | 44.28 | 328.86 | 46.73 | 9.15 | 162.04 | 12.17 | 45.06 |
| R05網走市 | 22.36 | 23.39 | 47.16 | 45.71 | | 50.61 | 9.06 | 166.08 | 12.87 | 47.97 |
| R04網走市 | 21.95 | 21.60 | 45.42 | 44.23 | | 44.57 | 9.23 | 160.19 | 12.02 | 44.32 |
| 全国比 | -0.79 | 1.77 | 0.89 | 0.06 | | -0.09 | -0.11 | -0.26 | 0.44 | 0.75 |
| 北海道比 | -0.67 | 2.72 | 2.14 | 1.43 | | 3.88 | 0.09 | 4.04 | 0.70 | 2.91 |
| R04網走市比 | 0.41 | 1.79 | 1.74 | 1.48 | | 6.04 | 0.17 | 5.89 | 0.85 | 3.65 |

※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 | 「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 | 「握力」「長座体前屈」「50m走」「ソフトボール投げ」 |
| 令和4年度 の綱走平均 との比較 | ○上回った種目 | 「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」 「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」 |
| | ▲下回った種目 | 「握力」「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 | 「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」 「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」 |
| | ▲下回った種目 | 「50m走」 |
| 令和4年度 の綱走平均 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」「50m走」 「20mシャトルラン」「立幅跳び」「ソフトボール投げ」 |
| | ▲下回った種目 | なし |

| 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」 「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」 |
| | ▲下回った種目 | 「20mシャトルラン」「50m走」 |
| 令和4年度 の綱走平均 との比較 | ○上回った種目 | 「立ち幅跳び」「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」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」 |

| 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 | 「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」 「ハンドボール投げ」 |
| | ▲下回った種目 | 「握力」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」 |
| 令和4年度 の綱走平均 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 | なし |

【小学校5年生男子】8種目中4種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和4年度に比べ、6種目が上回り2種目が下回った。

【小学校5年生女子】8種目中7種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和4年度に比べ、8種目中全種目で全国平均を上回った。

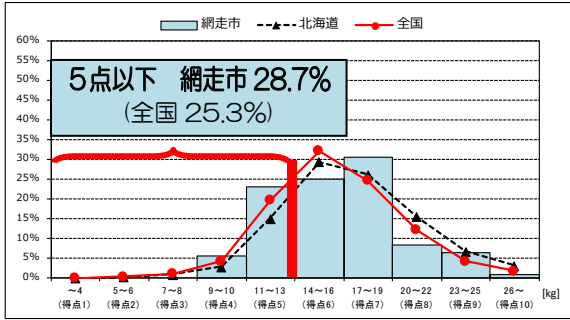
【中学校2年生男子】8種目中6種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和4年度に比べ、2種目が上回り6種目が下回った。

【中学校2年生女子】8種目中4種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、令和4年度に比べ、8種目中全種目で全国平均を上回った。

⑤ 度数分布 (小学校)

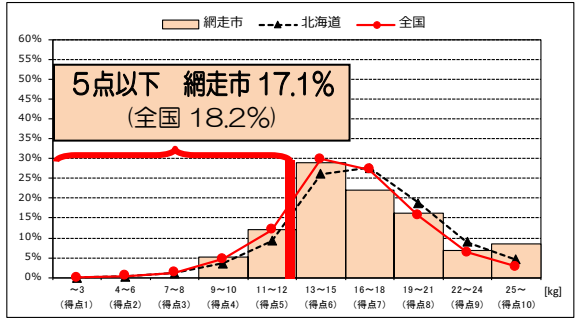
【握力】 男子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 16.01 | 17.00 | 16.13 |



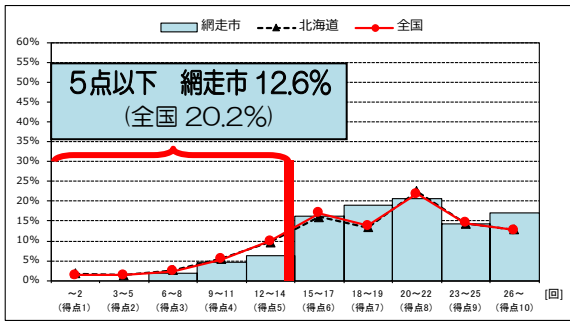
【握力】 女子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 16.68 | 16.95 | 16.01 |



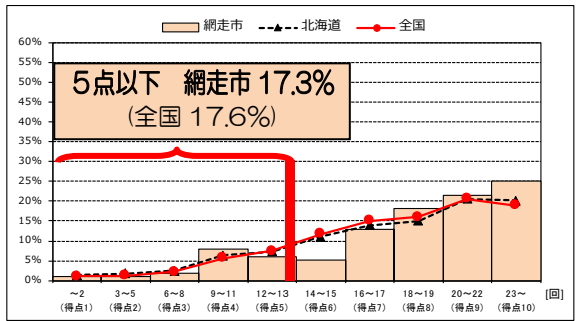
【上体起こし】 男子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 20.02 | 18.97 | 19.00 |



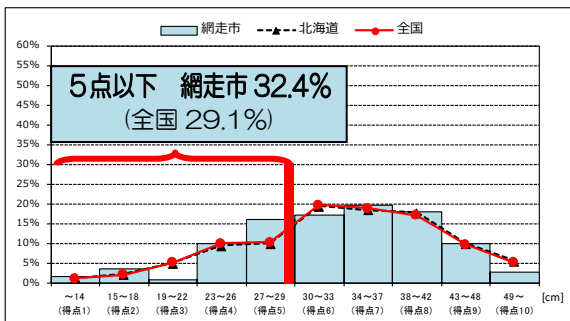
【上体起こし】 女子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 19.11 | 18.05 | 18.05 |



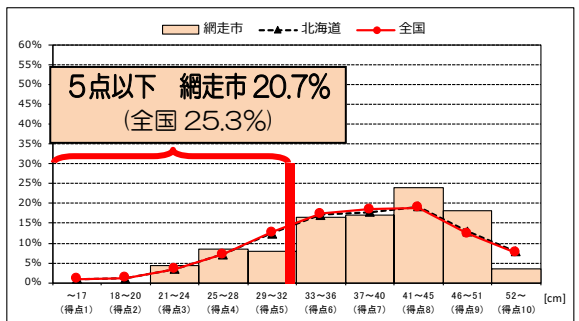
【長座体前屈】 男子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 33.44 | 34.17 | 33.98 |



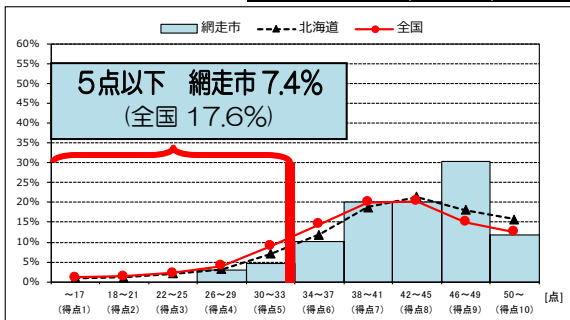
【長座体前屈】 女子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 39.16 | 38.60 | 38.45 |



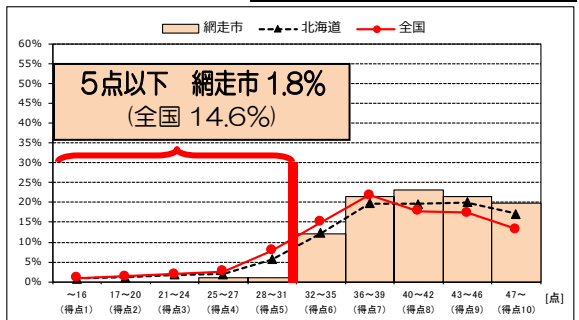
【反復横とび】 男子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 43.28 | 41.83 | 40.60 |



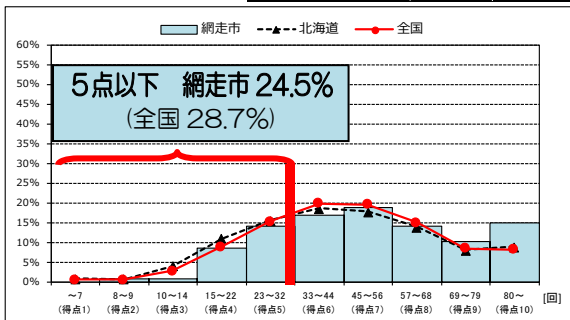
【反復横とび】 女子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 42.04 | 39.96 | 38.73 |



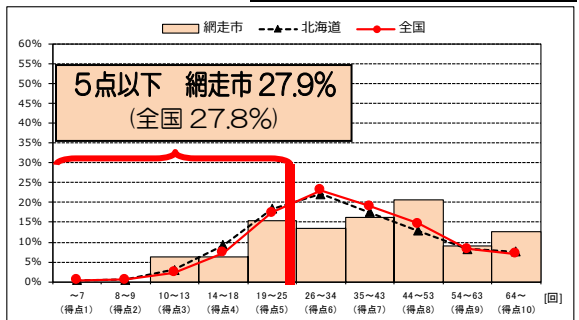
【20mシャトルラン】 男子

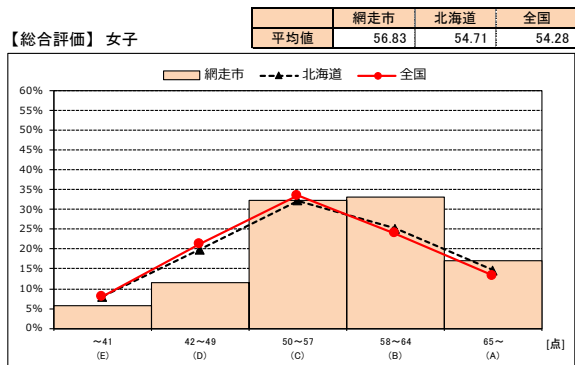
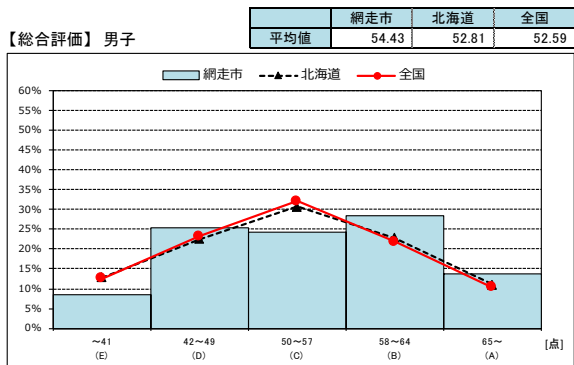
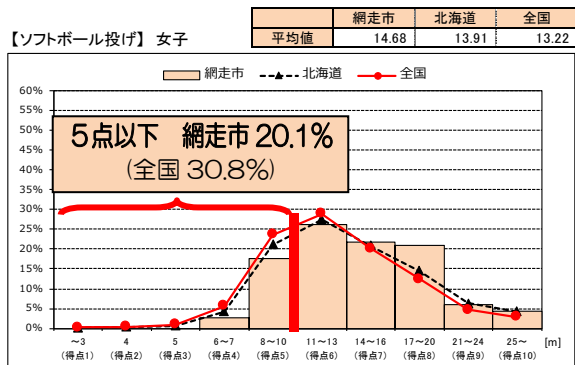
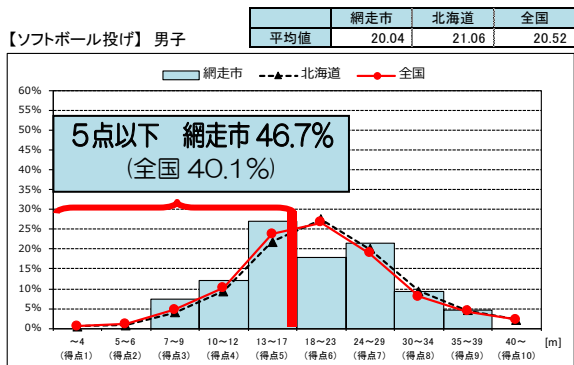
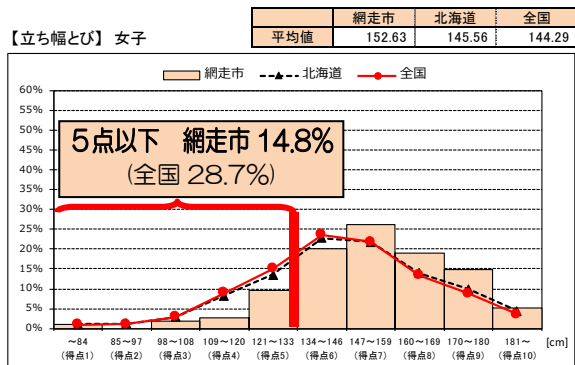
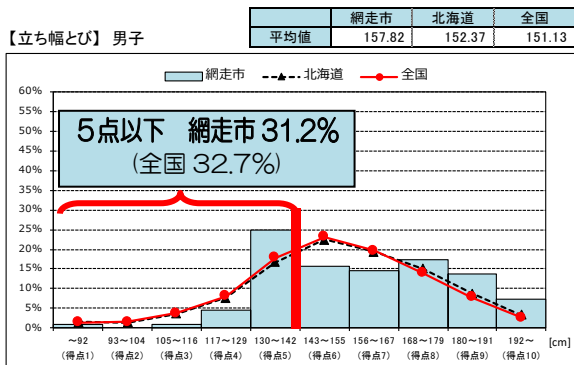
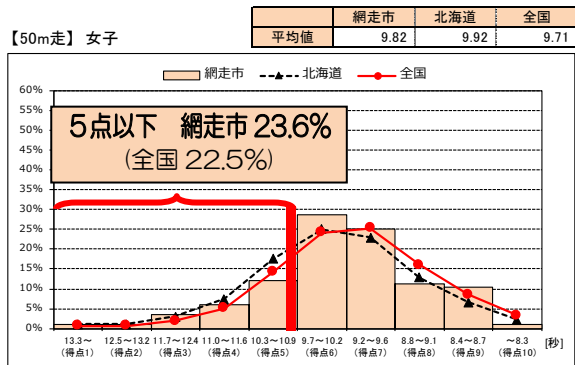
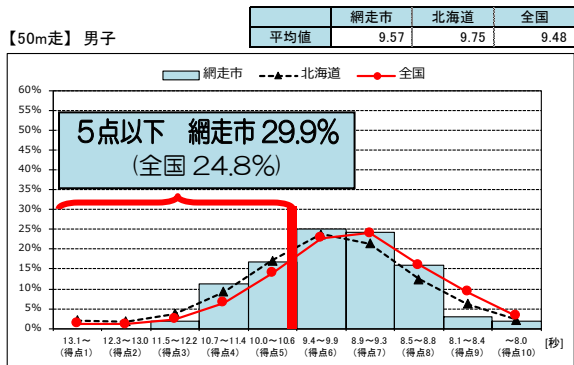
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 51.92 | 45.76 | 46.92 |



【20mシャトルラン】 女子

| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----|-------|-------|-------|
| 平均値 | 40.86 | 36.12 | 36.80 |





◆全国に比べ5点以下の児童が多い種目

男子 ~ 「握力」「長座体前屈」「50m走」「ソフトボール投げ」

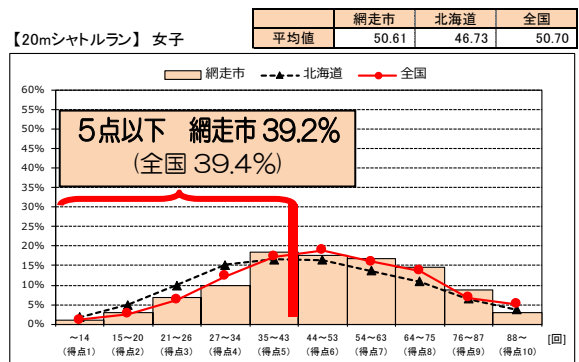
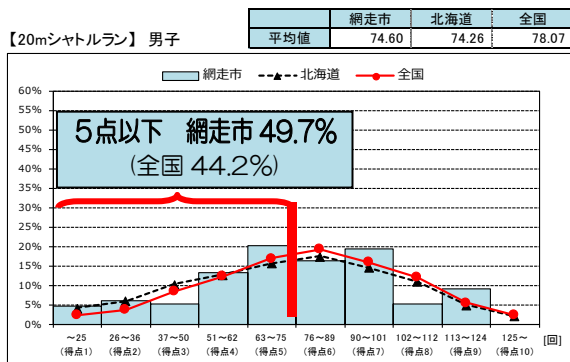
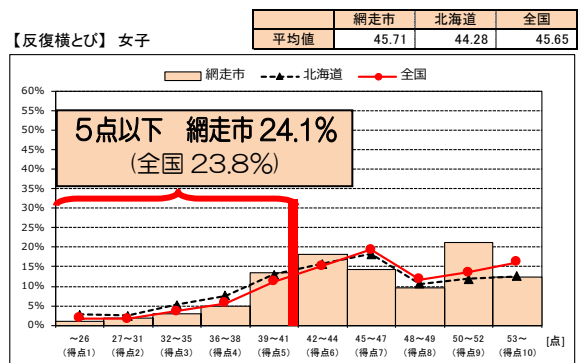
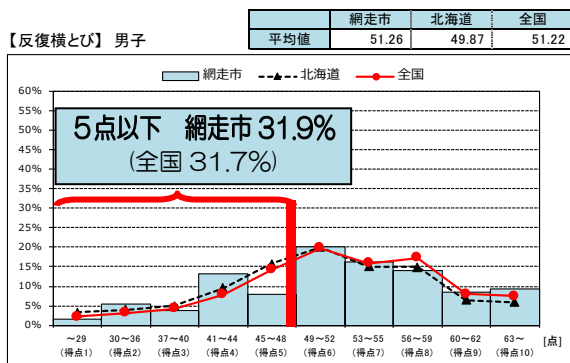
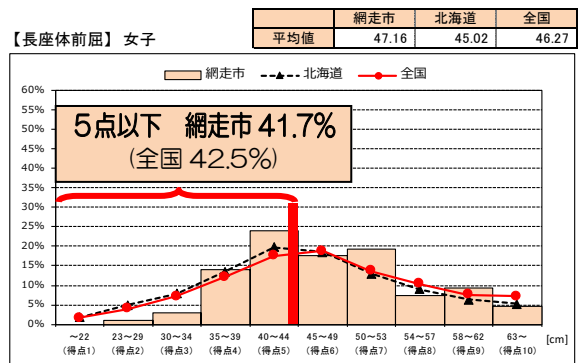
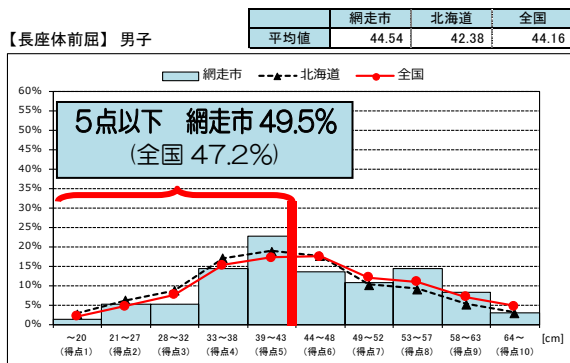
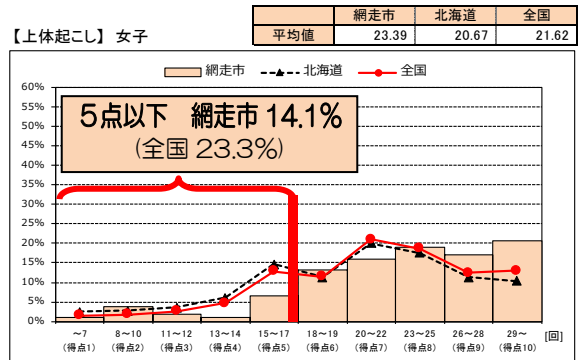
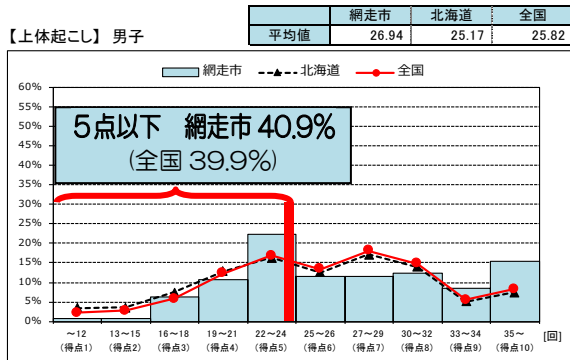
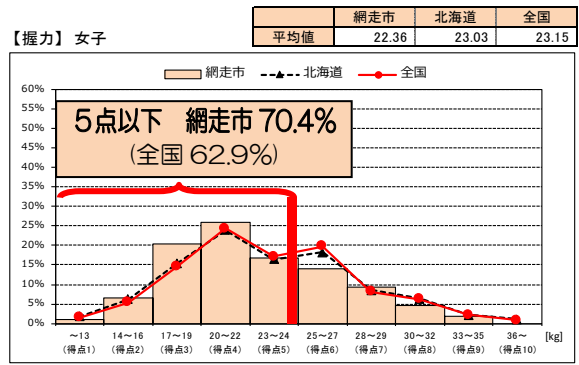
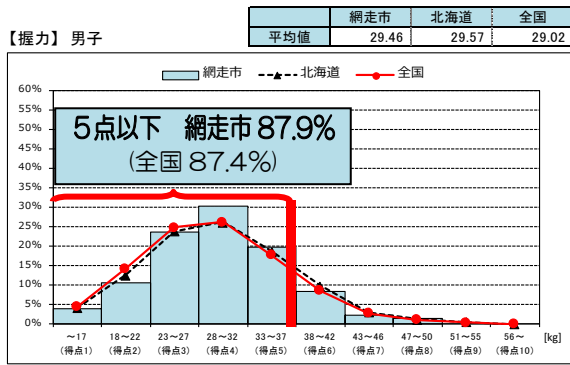
女子 ~ 「20mシャトルラン」「50m走」

◆総合評価の状況

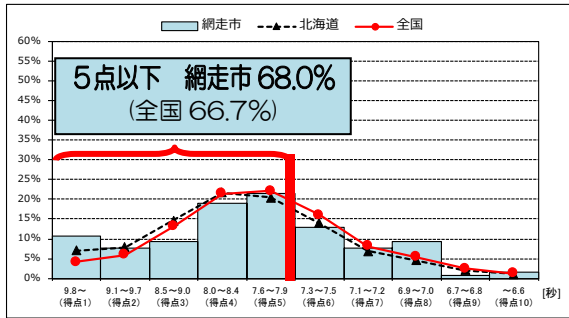
男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「D」評価が全国とほぼ同様に、「E」評価は全国より少ない

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

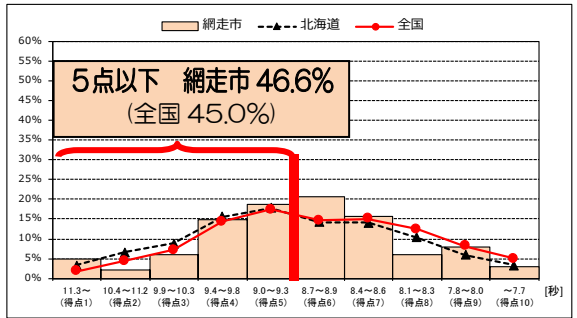
⑥ 度数分布（中学校）



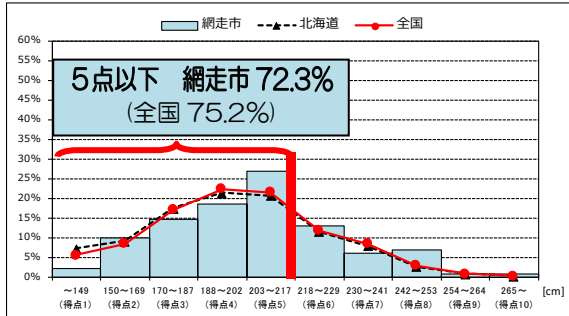
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----------|------|------|------|
| 【50m走】 男子 | 8.22 | 8.20 | 8.01 |



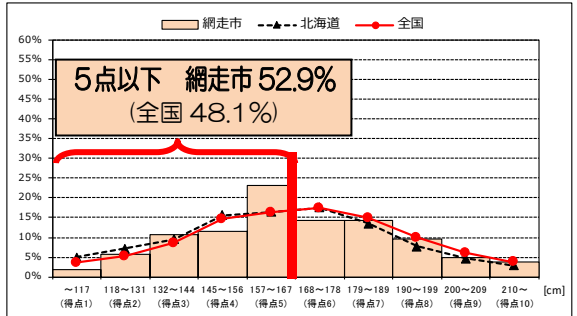
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----------|------|------|------|
| 【50m走】 女子 | 9.06 | 9.15 | 8.95 |



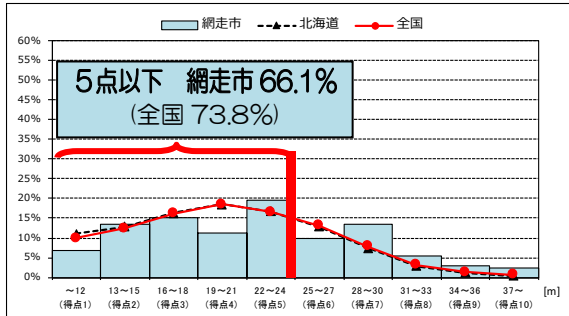
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|------------|--------|--------|--------|
| 【立ち幅とび】 男子 | 201.86 | 194.57 | 197.02 |



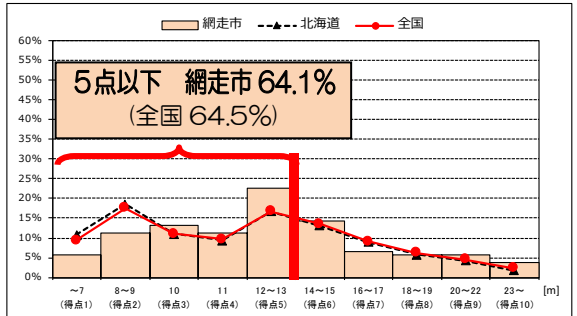
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|------------|--------|--------|--------|
| 【立ち幅とび】 女子 | 166.08 | 162.04 | 166.34 |



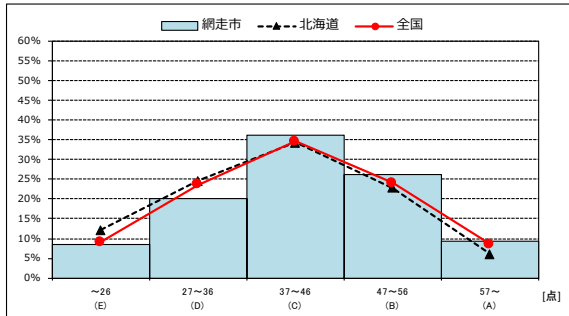
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|---------------|-------|-------|-------|
| 【ハンドボール投げ】 男子 | 21.95 | 20.08 | 20.40 |



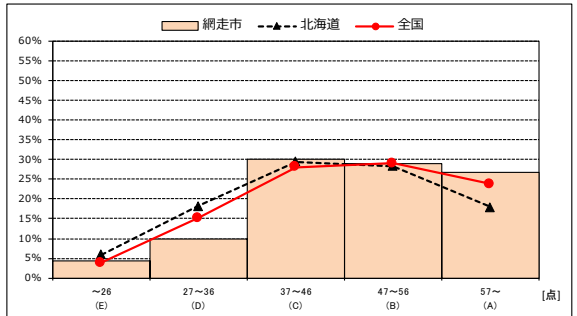
| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|---------------|-------|-------|-------|
| 【ハンドボール投げ】 女子 | 12.87 | 12.17 | 12.43 |



| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----------|-------|-------|-------|
| 【総合評価】 男子 | 41.88 | 40.00 | 41.32 |



| | 網走市 | 北海道 | 全国 |
|-----------|-------|-------|-------|
| 【総合評価】 女子 | 47.97 | 45.06 | 47.22 |



- ◆全国に比べ5点以下の生徒が多い種目
男子 ~ 「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」
女子 ~ 「握力」「反復横跳び」「50m走」「立ち幅とび」
- ◆総合評価の状況
男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「D」評価は全国より少なく、「E」評価が全国とほぼ同率となっている。
女子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「D」評価は全国より少なく、「E」評価が全国とほぼ同率となっている。

(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 | 92.9% | 71.2% | 65.6% | 88.8% | 59.34 | 127.25 |
| | 北海道 | 94.0% | 75.9% | 60.7% | 90.0% | 76.30 | 104.95 |
| | R05網走市 | 91.9% | 75.7% | 67.6% | 86.5% | 73.36 | 93.25 |
| | R04網走市 | 94.6% | 74.6% | 71.0% | 87.5% | 71.84 | 104.00 |
| 小5 女子 | 全国 | 85.7% | 59.3% | 49.2% | 83.6% | 38.64 | 65.30 |
| | 北海道 | 87.0% | 66.1% | 45.3% | 84.6% | 53.10 | 61.00 |
| | R05網走市 | 88.9% | 63.2% | 46.2% | 85.5% | 44.62 | 57.45 |
| | R04網走市 | 83.6% | 62.7% | 48.5% | 85.0% | 46.72 | 54.50 |
| | | 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 | 89.4% | 66.6% | 95.1% | 86.4% | 88.34 | 111.80 |
| | 北海道 | 90.0% | 69.2% | 82.3% | 86.5% | 100.56 | 115.80 |
| | R05網走市 | 93.3% | 70.4% | 83.6% | 81.4% | 95.64 | 104.50 |
| | R04網走市 | 86.9% | 59.5% | 91.7% | 78.7% | 103.84 | 128.75 |
| 中2 女子 | 全国 | 76.5% | 49.0% | 70.2% | 76.5% | 87.44 | 110.45 |
| | 北海道 | 76.9% | 50.7% | 60.7% | 75.2% | 99.22 | 110.25 |
| | R05網走市 | 76.0% | 51.4% | 73.8% | 74.0% | 97.66 | 91.15 |
| | R04網走市 | 68.7% | 39.5% | 85.9% | 72.2% | 100.88 | 107.55 |

■運動が好き

小学校女子と中学校男子で全国平均を上回っていて、小学校男子と中学校女子についても、全国とほぼ同率となっている。

■運動は大切

小・中学校ともに全国平均を上回っている。

■運動部・スポーツクラブに入っている

小学校男子と中学校女子が全国平均を上回っている。

■卒業後、自主的に運動したい

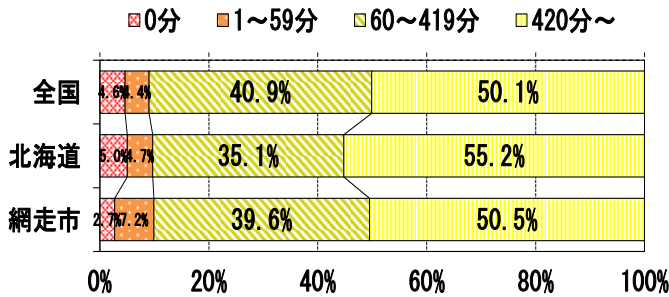
小学校の女子は、全国平均を上回っている。

■土日の運動時間

小・中学校ともに全国平均を下回っているが、小学校女子は令和4年度を上回った。

② 1週間の総運動時間

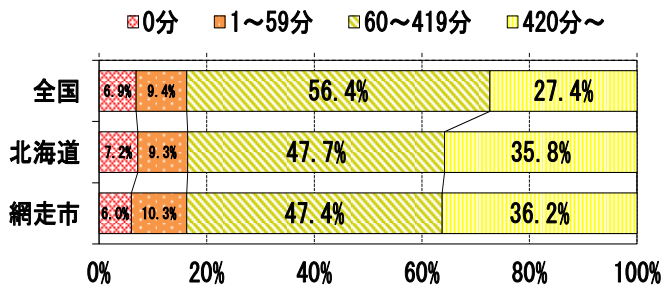
小学校5年生男子



| 男子 | 0分 | 1~59分 | 60~419分 | 420分~ |
|-----|------|-------|---------|-------|
| 全国 | 4.6% | 4.4% | 40.9% | 50.1% |
| 北海道 | 5.0% | 4.7% | 35.1% | 55.2% |
| 網走市 | 2.7% | 7.2% | 39.6% | 50.5% |

1週間の総運動時間が1時間未満の割合
 網走市9.9% (全国9.0%)
 全国より0.9ポイント高い

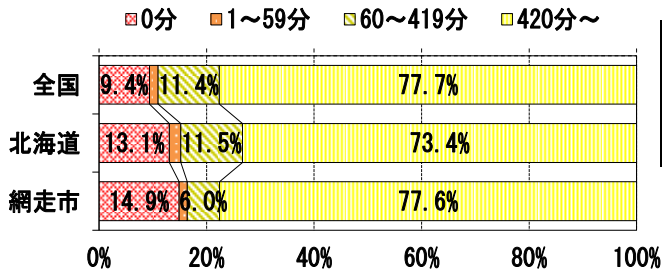
小学校5年生女子



| 女子 | 0分 | 1~59分 | 60~419分 | 420分~ |
|-----|------|-------|---------|-------|
| 全国 | 6.9% | 9.4% | 56.4% | 27.4% |
| 北海道 | 7.2% | 9.3% | 47.7% | 35.8% |
| 網走市 | 6.0% | 10.3% | 47.4% | 36.2% |

1週間の総運動時間が1時間未満の割合
 網走市16.3% (全国16.3%)
 全国平均と同率

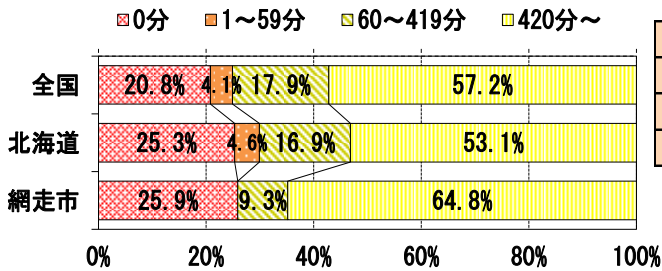
中学校2年生男子



| 男子 | 0分 | 1~59分 | 60~419分 | 420分~ |
|-----|-------|-------|---------|-------|
| 全国 | 9.4% | 11.4% | 77.7% | |
| 北海道 | 13.1% | 11.5% | 73.4% | |
| 網走市 | 14.9% | 15.5% | 60.0% | 77.6% |

1週間の総運動時間が1時間未満の割合
 網走市16.4% (全国11.0%)
 全国より5.4ポイント高い

中学校2年生女子



| 女子 | 0分 | 1~59分 | 60~419分 | 420分~ |
|-----|-------|-------|---------|-------|
| 全国 | 20.8% | 4.1% | 17.9% | 57.2% |
| 北海道 | 25.3% | 4.6% | 16.9% | 53.1% |
| 網走市 | 25.9% | 0.0% | 9.3% | 64.8% |

1週間の総運動時間が1時間未満の割合
 網走市25.9% (全国24.9%)
 全国より1.0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、小学校女子が全国平均よりも低く、小学校男子と、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 | 80.8% | 67.8% | 3.6% | 42.3% | 11.9% |
| | 北海道 | 74.3% | 69.7% | 3.6% | 49.2% | 9.0% |
| | 網走市 | 75.7% | 54.9% | 6.3% | 52.4% | 6.5% |
| 小 5 女 子 | 全 国 | 79.4% | 70.3% | 2.6% | 37.0% | 16.7% |
| | 北海道 | 71.6% | 71.9% | 3.1% | 45.5% | 12.4% |
| | 網走市 | 69.8% | 72.7% | 1.7% | 51.8% | 11.2% |
| 中 2 男 子 | 全 国 | 79.9% | 29.8% | 7.9% | 48.1% | 5.0% |
| | 北海道 | 74.2% | 34.1% | 7.7% | 55.9% | 4.1% |
| | 網走市 | 68.1% | 34.0% | 7.4% | 60.0% | 3.7% |
| 中 2 女 子 | 全 国 | 72.7% | 22.2% | 11.8% | 46.9% | 6.4% |
| | 北海道 | 64.2% | 26.8% | 9.9% | 54.6% | 4.8% |
| | 網走市 | 71.0% | 24.0% | 9.3% | 46.3% | 2.8% |

■ 朝食を毎日食べる

小学校では、「毎日朝ごはんを食べない」児童が約1割未満であるが、中学校では2割から7割の生徒が同様の回答をしている。また、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、小学校の女子、中学校の男女が全国平均より高い。6時間未満の割合は、小学校の女子と中学校の男女が全国より低いが、小学校の男子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・中学校ともに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、小学校と中学校男子は3時間以上見ている割合が高く、中学校女子は全国とほぼ同率である。

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」することがある | 体育の授業で、友達 と助け合ったり、教え 合ったりする学習で 「できたり、わかっ たり」することがある | 体育の授業の最後 に、振り返りをする ことで「できたり、わ かたり」することが ある | 体力・運動能力向上 の目標を立てている |
|----------|--------|------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------|
| 小5 男子 | 全国 | 94.7% | 65.5% | 35.8% | 36.3% | 33.2% | 76.9% |
| | 北海道 | 94.7% | 65.0% | 35.8% | 35.3% | 31.8% | 78.3% |
| | R05網走市 | 93.6% | 65.5% | 35.1% | 39.1% | 34.2% | 78.4% |
| | R04網走市 | 92.8% | 72.0% | 36.4% | | | |
| 小5 女子 | 全国 | 89.9% | 56.0% | 28.4% | 35.1% | 30.5% | 73.9% |
| | 北海道 | 90.6% | 53.5% | 27.0% | 34.9% | 30.3% | 75.9% |
| | R05網走市 | 92.2% | 57.8% | 23.3% | 36.0% | 36.5% | 84.5% |
| | R04網走市 | 90.0% | 53.7% | 22.7% | | | |
| | | 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」することがある | 体育の授業で、友達 と助け合ったり、教え 合ったりする学習で 「できたり、わかっ たり」することがある | 体育の授業の最後 に、振り返りをする ことで「できたり、わ かたり」することが ある | 体力・運動能力向上 の目標を立てている |
| 中2 男子 | 全国 | 89.7% | 46.9% | 30.1% | 35.6% | 30.8% | 71.4% |
| | 北海道 | 90.5% | 45.3% | 28.8% | 35.6% | 30.4% | 72.4% |
| | R05網走市 | 92.6% | 40.7% | 30.4% | 41.5% | 33.6% | 71.9% |
| | R04網走市 | 86.7% | 47.1% | 21.8% | | | |
| 中2 女子 | 全国 | 82.7% | 38.4% | 24.2% | 33.7% | 27.6% | 66.8% |
| | 北海道 | 83.5% | 35.4% | 22.7% | 33.0% | 26.9% | 65.8% |
| | R05網走市 | 88.0% | 31.5% | 25.9% | 35.2% | 28.7% | 75.0% |
| | R04網走市 | 69.3% | 13.2% | 9.6% | | | |

イ 学校質問紙

| | 前年度、学 校全体の体 力・運動能 力向上の目 標を設定した | 体育授業以 外での、 体力・運動 能力の向上 に係る取組 をした | 取り組み内容 | | | | | | 運動・スポ ーツが苦 手な生徒 向けの取 組、能力 差に応じ た取組 | 保健体育 授業で学 習したこ とを振り 返る活動 を行った。 | 保健体育 授業で生 徒同士が 助け合 い、役割 を果たす 活動を行 った。 | 保健体育 授業での 生徒同 士で話し 合う活動 を行った。 | 保健体育 授業での ICT活 用頻度 週に複数 回以上 |
|-----|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| | | | 縦割り(異 学年)での 交流を行 った | 生徒によ る自主的 な準備・ 計画を取 り入れた | 学級対抗 などの対 戦形式を 取り入れ た | 数値目標 を設定し た | 記録カ ードなど を活用し 自己の成 果を記録 した | 生徒が行 える運 動遊びの 種類を多 く設定し た | | | | | |
| 小学校 | | | | | | | | | | | | | |
| 全国 | 79.3% | 79.6% | 40.7% | 41.1% | 19.1% | 33.5% | 58.5% | 22.9% | 50.7% | 33.8% | 39.2% | 60.3% | 34.9% |
| 北海道 | 93.8% | 91.1% | 46.3% | 53.0% | 14.2% | 35.6% | 62.6% | 34.6% | 73.3% | 52.2% | 47.2% | 77.8% | 52.3% |
| 網走市 | 100.0% | 100.0% | 55.6% | 77.8% | 33.3% | 33.3% | 66.7% | 33.3% | 55.6% | 77.8% | 66.7% | 88.9% | 77.8% |
| 中学校 | | | | | | | | | | | | | |
| 全国 | 71.5% | 43.6% | 34.4% | 50.4% | 19.0% | 21.7% | 17.0% | 22.0% | 66.5% | 53.4% | 47.8% | 88.9% | 49.6% |
| 北海道 | 88.8% | 73.9% | 48.1% | 56.6% | 26.7% | 19.5% | 16.7% | 31.2% | 74.3% | 59.7% | 52.5% | 91.0% | 72.1% |
| 網走市 | 100.0% | 83.3% | 60.0% | 40.0% | 20.0% | 40.0% | 40.0% | 20.0% | 100.0% | 50.0% | 50.0% | 83.3% | 83.3% |

■体育の授業が楽しい

小学校の女子と中学校の男子が全国平均を上回っていて、9割以上が楽しいまたはやや楽しいと回答している。

■保健体育授業の工夫・改善

- ・授業において「振り返りの活動」、「助け合い活動」、「話し合いの活動」を取り入れた指導がされている。
- ・小・中学校で約8割が授業におけるICT機器を活用している。

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、8種目中男子が4種目、女子が7種目で全国平均を上回り、体力合計点でも、ともに全国平均を上回った。
- ◎中学校は、8種目中男子が6種目、女子が4種目で全国平均を上回り、体力合計点でも、ともに全国平均を上回った。
- ◎小・中学校ともに総合評価「A」「B」の割合が全国より多い。
- ◎小・中学校の女子が全種目において、令和4年度よりも、全国平均よりも上回った。
- ▲小・中学校の男女とも「50m走」は全国平均を下回っている。

【児童生徒質問紙調査から】

- ◎小学校で約9割、中学校で約8割以上が、「運動が好き・やや好き」と回答している。
- ◎小・中学校ともに「運動は大切」と回答する割合が全国平均より高い。
- ◎小・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・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体力向上の取組を踏まえた授業等の工夫・改善を行っている。
- ◎小・中学校ともに、体力・運動能力の向上の取り組みとして、縦割り(異学年)での交流や、記録カードなどを活用し、自己の成果を記録するなどの取組を導入している。
- ◎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。

■■■ 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。
 - ・や友達同士で教え合ったり、話し合ったりする活動を取り入れることで、技術の向上や運動に対する充実感を得る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。
- ・正確な計測に向け、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。

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・保健体育の授業において、ICT機器の効果的な活用を図ります。
- (6) 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。