

平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について(お知らせ)

平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果については、**調査により測定できるのは体力等の特定の一部分であること、学校における教育活動の一側面であること**などに留意して分析を進め、このたび、**名寄市小・中学校の児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の傾向をまとめることができました。**

つきましては、明らかになった課題を克服し、さらに児童生徒の体力・運動能力の向上を図るため、**体力・運動能力や運動習慣等の傾向及び改善策などについてお知らせいたします。**体力は活動の源であり、健康の維持のほか、意欲や気力の充実に大きくかかわっている、人間の発達・成長を支える基本的な要素です。名寄市教育委員会では、本調査の結果を踏まえ、家庭、地域の協力をいただきながら、児童生徒の体力の向上を図る効果的な取組や運動習慣等の改善を図る取組を推進してまいります。

平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の概要

1. 調査の目的

- (1) 教育委員会と各学校は、自らの児童生徒の体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、そのような取組をとおして、児童生徒の体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (2) 各学校は、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。

2. 調査対象

小学校第5学年、中学校第2学年の原則として全児童生徒

3. 調査事項

(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。）

(ア) 小学校調査では、以下の種目を実施する。

[8種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20 mシャトルラン

50 m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

(イ) 中学校調査では、以下の種目を実施する。

[8種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20 mシャトルラン

持久走、50 m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※持久走か20 mシャトルランのどちらかを選択して実施

(ウ) 実技調査における各種目で測定する体力の要素

調査の種目	測定する体力の要素
握力	筋力：筋肉が力を出す能力
上体起こし	筋力・筋持久力：筋肉が力を出したり、筋肉が力を出し続けたりする能力
長座体前屈	柔軟性：体を曲げたり伸ばしたりする能力
反復横とび	敏捷性：体をすばやく、正確に動かす能力
20メートルシャトルラン・持久走	全身持久力：全身で運動を続ける能力
50メートル走	走力：走る能力
立ち幅とび	跳躍力：跳ぶ能力
ソフトボール投げ・ハンドボール投げ	投力：投げる能力

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣に関する質問紙調査（以下、「児童生徒質問紙調査」という。）

(2) 学校に対する調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下、「学校質問紙調査」という。）

1 実技に関する調査結果の概要について

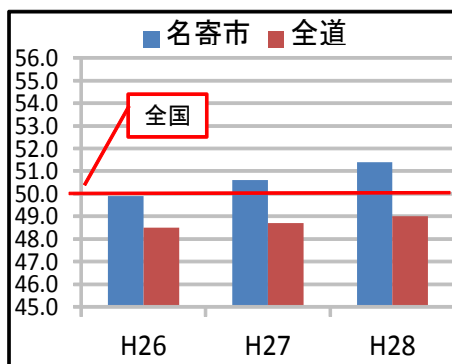
- ※ 「全国」とは、実技調査における、全国の児童生徒の平均値を示しています。
- ※ 「北海道」とは、実技調査における、北海道の児童生徒の平均値を示しています。
- ※ 「体力合計点」とは、実技に関する8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点のことです。
- ※ 全国を50とした時の偏差値（T得点）をレーダーチャートで表示しています。

(1) 小学校の実技に関する調査結果の概要

[男子の実技に関する調査結果]

(1) 体力合計点

全国と比べて成果が見られた



(2) 実技に関する種目

〈全国と比べて成果が見られた種目〉

- 握力
- 長座体前屈
- 反復横とび
- 立ち幅とび

〈全国と比べてほぼ同様の結果が見られた種目〉

- 20メートルシャトルラン
- ソフトボール投げ

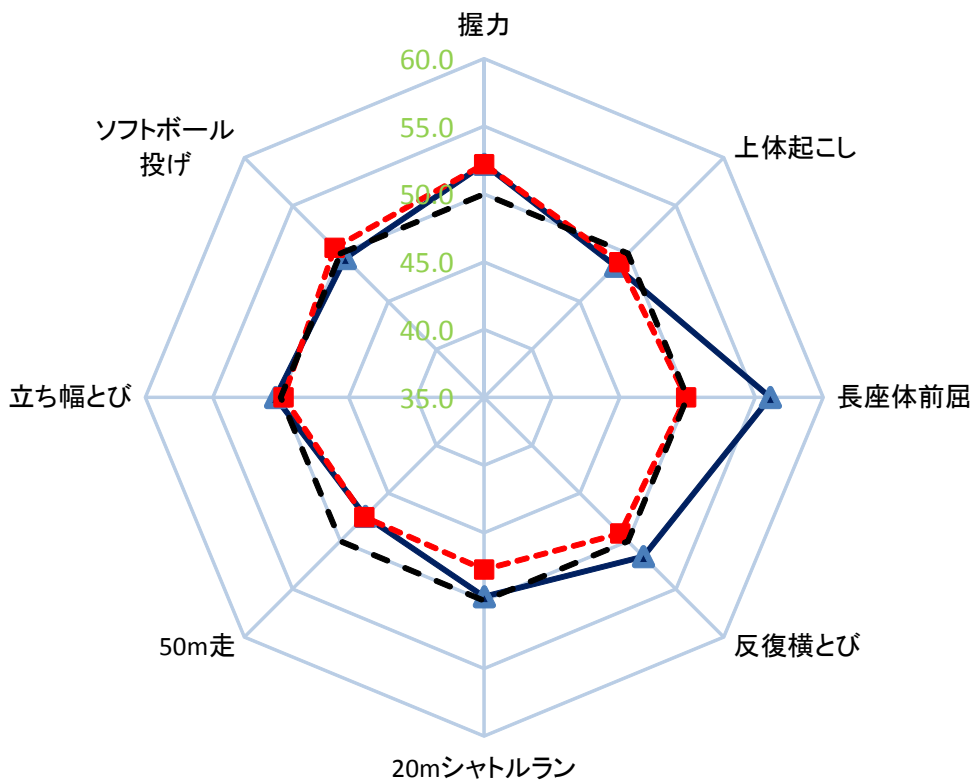
〈全国と比べて課題が見られた種目〉

- 上体起こし
- 50m走

〈全国と比べて課題が見られた体力の要素〉

- 走力
- 筋力・筋持久力

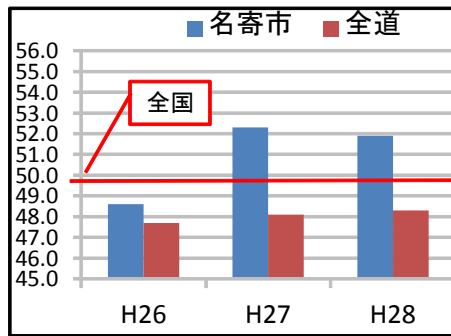
—▲— H28名寄市小学校 - - - ■ - - - H28北海道 - - - H28全国



[女子の実技に関する調査結果]

(1)体力合計点

全国と比べて成果が見られた



(2)実技に関する種目

〈全国と比べて成果が見られた種目〉

- 握力
- 長座体前屈
- 反復横とび
- 20メートルシャトルラン
- 立ち幅とび
- ソフトボール投げ

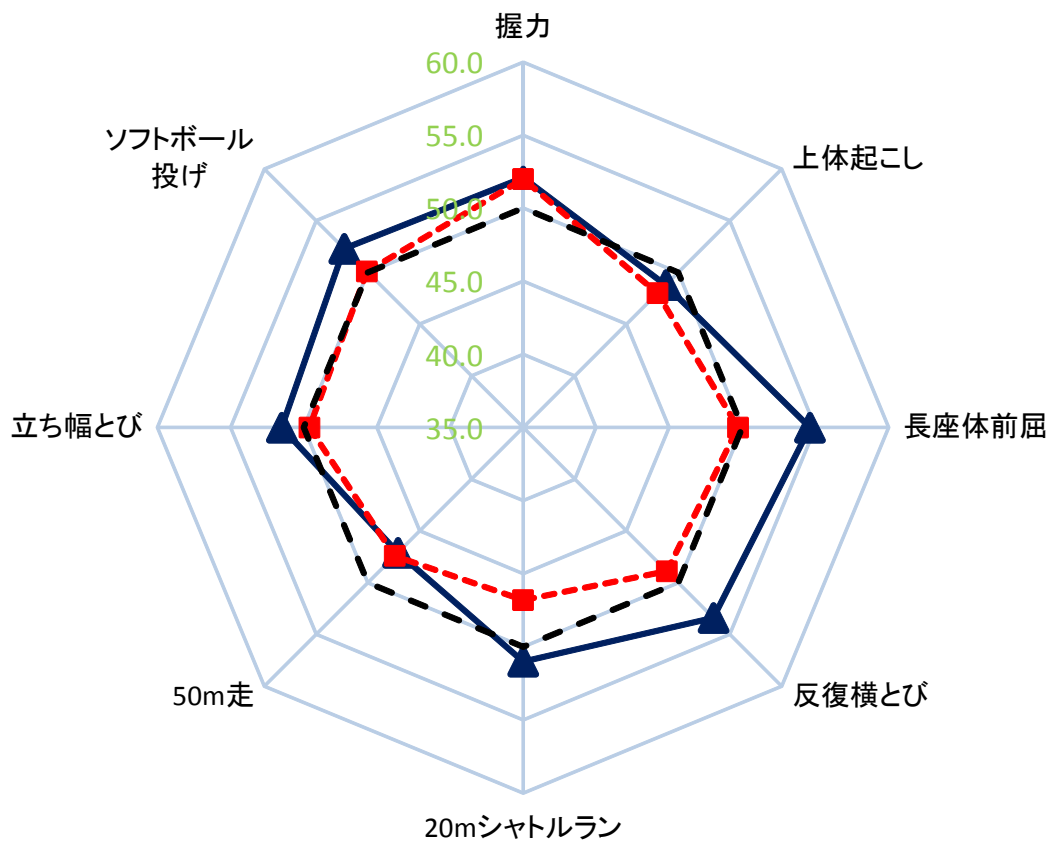
〈全国と比べて課題が見られた種目〉

- 上体起こし
- 50 m走

〈全国と比べて課題が見られた体力の要素〉

- 走力
- 筋力・筋持久力

▲ H28名寄市小学校 ■ H28北海道 - - - H28全国

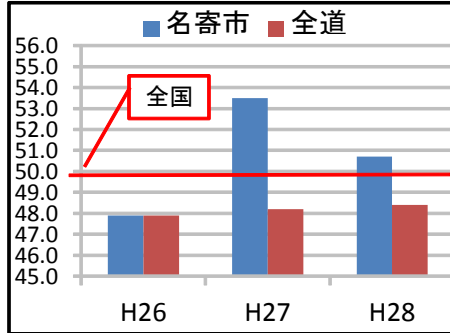


(2) 中学校の実技に関する調査結果の概要

[男子の実技に関する調査結果]

(1) 体力合計点

全国と比べて成果が見られた



(2) 実技に関する種目

〈全国と比べて成果が見られた種目〉

- 握力
- 上体起こし
- 長座体前屈
- 立ち幅とび
- ハンドボール投げ

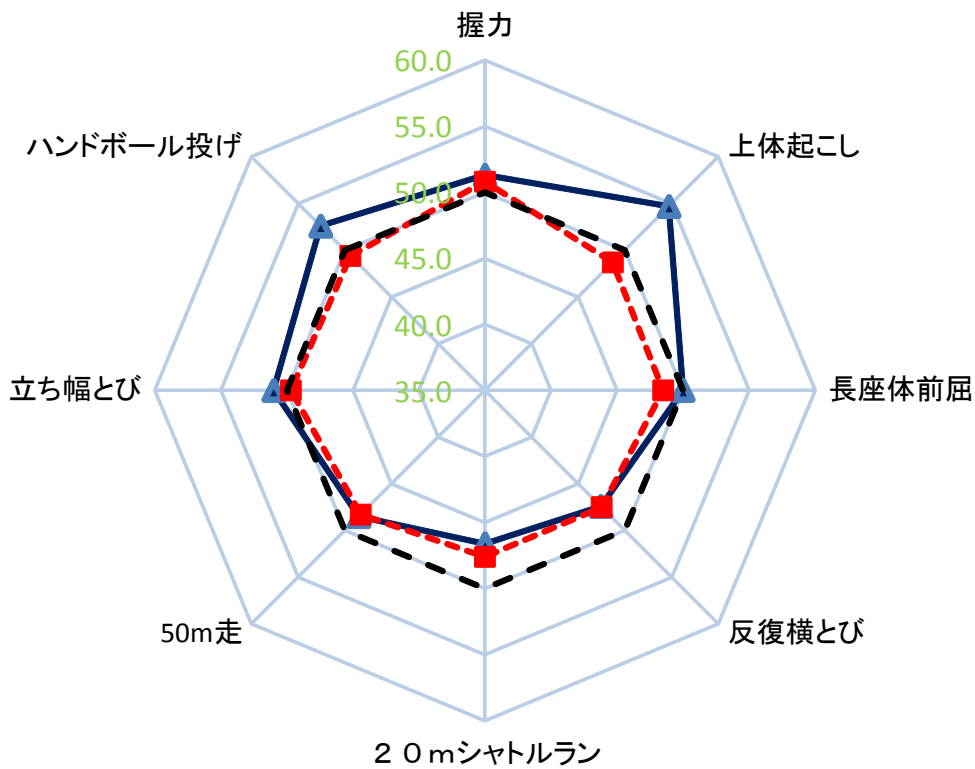
〈全国と比べて課題が見られた種目〉

- 反復横とび
- 20メートルシャトルラン
- 50m走

〈全国と比べて課題が見られた体力の要素〉

- 敏捷性
- 全身持久力
- 走力

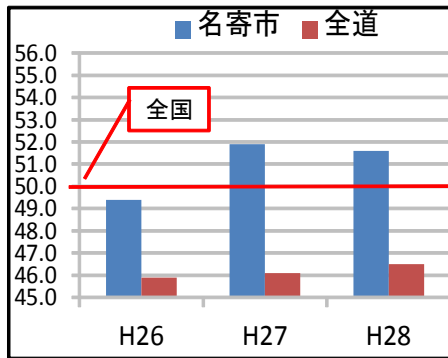
—▲— H28名寄市中学校 -■- H28北海道 - - - H28全国



[女子の実技に関する調査結果]

(1)体力合計点

全国と比べて成果が見られた



(2)実技に関する種目

〈全国と比べて成果が見られた種目〉

- 握力
- 上体起こし
- 長座体前屈
- 反復横とび
- ハンドボール投げ

〈全国と比べてほぼ同様の結果が見られた種目〉

- 立ち幅とび

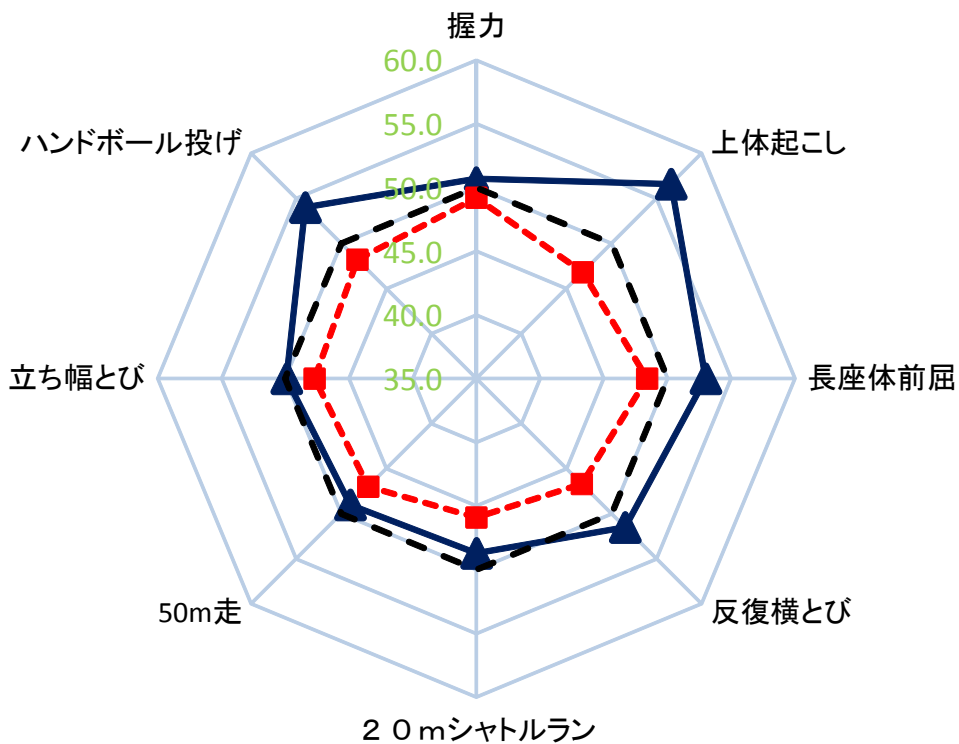
〈全国と比べて課題が見られた種目〉

- 20メートルシャトルラン
- 50m走

〈全国と比べて課題が見られた体力の要素〉

- 全身持久力
- 走力

▲ H28名寄市中学校
 ■ H28北海道
 - - - H28全国



(3) 小学校・中学校において課題が見られた共通の体力の要素

実技に関する調査結果から、本市の小学生においては「筋力・筋持久力」「走力」、中学生においては「全身持久力」「走力」に課題が見られました。

課題が見られた体力の要素を高めるためには、体育の授業や日常生活において、下記の体力の要素を高めるためのポイントを参考にして、児童生徒の体力の状況や発達の段階に応じた運動を選んだり、組み合わせることが大切です。

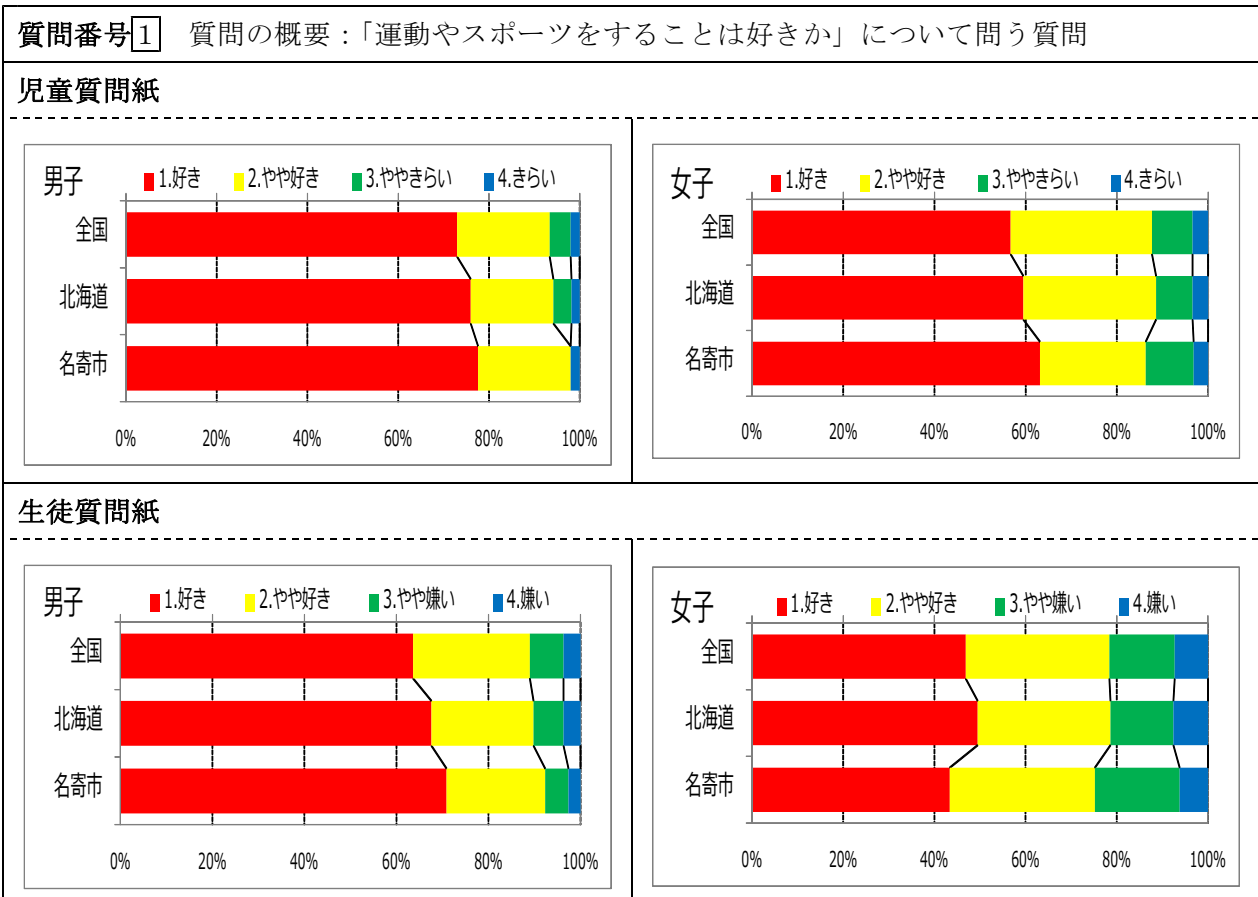
※ 「体力の要素を高めるための運動例」については、北海道教育委員会のホームページで見ることができます。運動を行う時は、周囲の安全や体調に十分配慮して行ってください。

- ◆ 「走力」を高めるためのポイント
 - 比較的短い距離（30 m～50 m）を全力で走るなどの運動を通じて、速く走る力を高めることができます。
- ◆ 「筋力・筋持久力」を高めるためのポイント
 - 自分の体重や人、物などの抵抗を負荷として、それらを動かしたり移動したりする動きを通じて、筋力・筋持久力を高めることができます。
- ◆ 「全身持久力」を高めるためのポイント
 - 一定の時間に歩いたり走ったりする運動を通じて、心肺機能を向上させ、持久力を高めることができます。

2 質問紙調査の結果の概要について

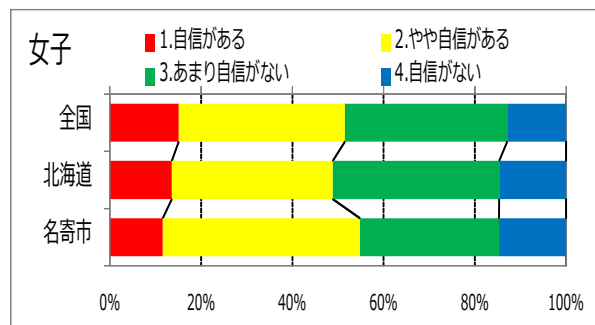
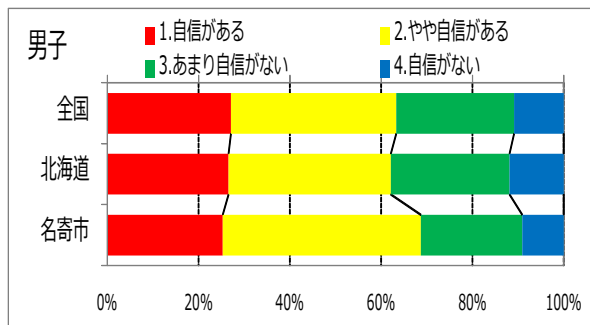
※ 児童生徒質問紙調査の「全国」とは、全国の児童生徒が回答した割合のことで、「北海道」とは、北海道の児童生徒が回答した割合のことです。また、学校質問紙調査の「全国」とは、全国の学校が回答した割合のことで、「北海道」とは、北海道の学校が回答した割合のことです。なお、□は質問番号を示しており、(小)は児童質問紙調査、(中)は生徒質問紙調査の質問番号を示しています。質問内容は文部科学省のホームページで見ることができます。

(1) 児童生徒の運動やスポーツに対する意識について[児童生徒質問紙調査より]

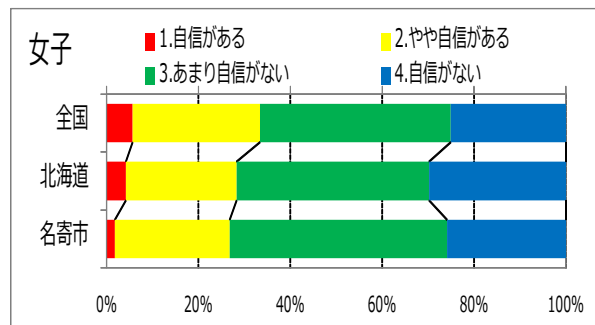
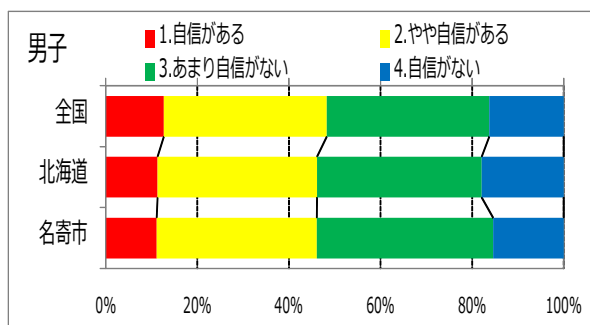


質問番号 **3 (小)** **2 (中)** 質問の概要：「自分の体力に自信があるか」について問う質問

児童質問紙

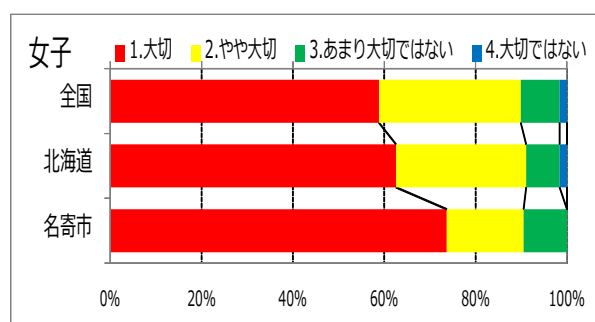
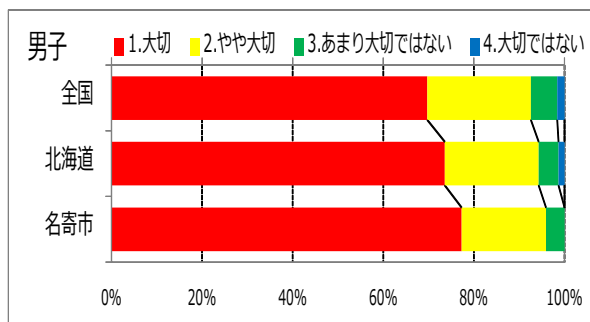


生徒質問紙

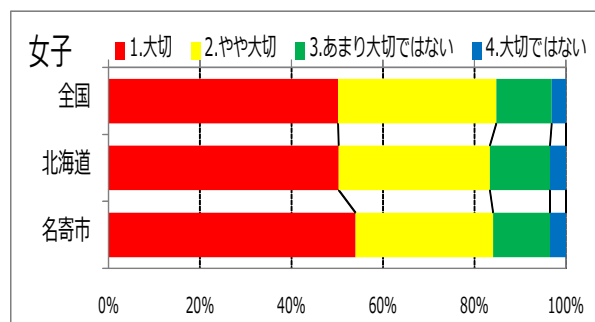
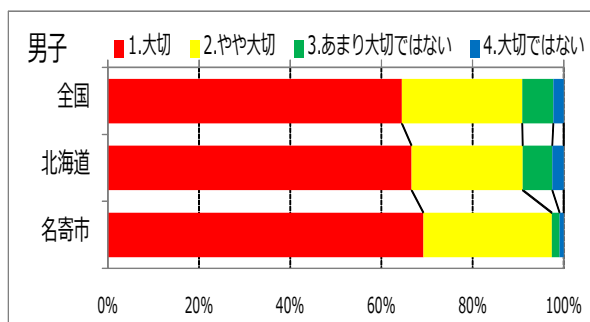


質問番号 **4 (小)** **3 (中)** 質問の概要：「運動やスポーツは大切か」について問う質問

児童質問紙

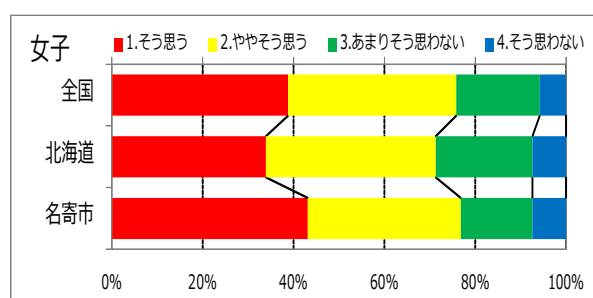
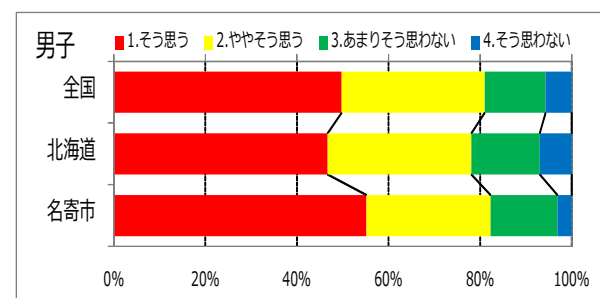


生徒質問紙

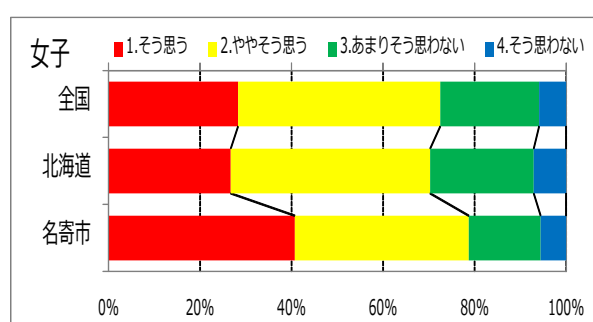
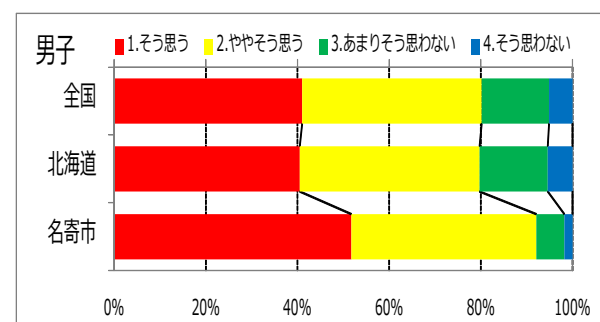


質問番号 **24(小)** **23(中)** 質問の概要：「今、体育の授業で学習している内容が、将来役に立つか」について問う質問

児童質問紙



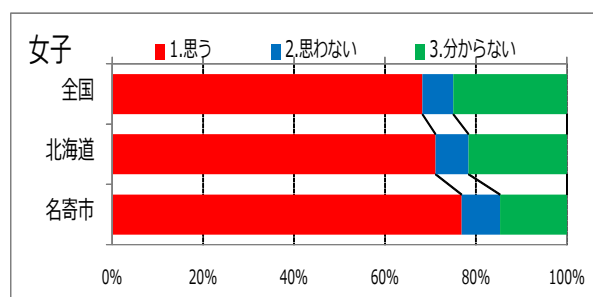
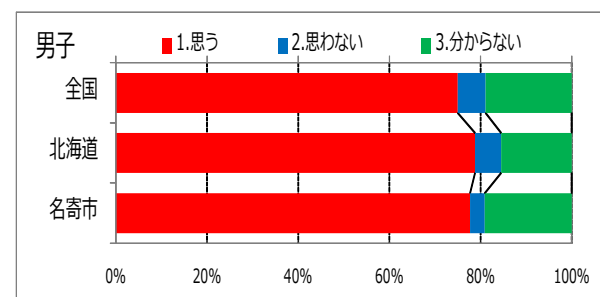
生徒質問紙



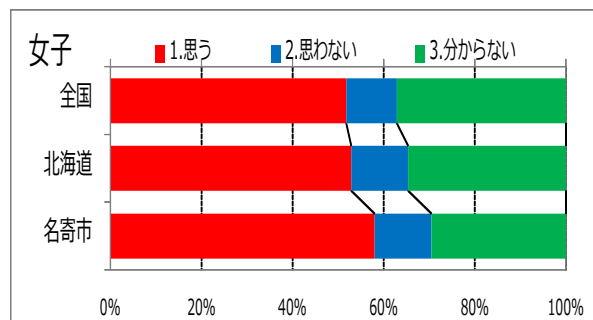
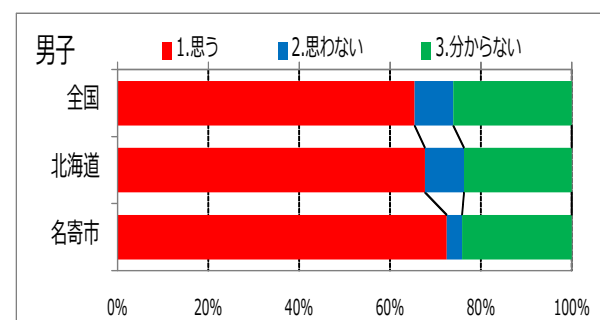
質問番号 **5(小)** **4(中)**

質問の概要：小学校「中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思うか」について問う質問
 中学校「中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思うか」について問う質問

児童質問紙



生徒質問紙



[児童質問紙1、3、4、24・生徒質問紙1、2、3、23のグラフから]

- 全国と比べて、「運動やスポーツをすることが好き・やや好き」と回答した小学校の男子と中学校の男子の割合は高いですが、小学校の女子と中学校の女子の割合は低いです。
- 全国と比べて、「自分の体力に自信がある・やや自信がある」と回答した小学校の男女の割合は高いですが、中学校の男女の割合は低くなる傾向が見られます。
- 全国と比べて、小・中学校の男女ともに「運動は大切・やや大切」「体育の授業で学習している内容が、将来役に立つと思う・やや思う」と回答した割合は高いです。

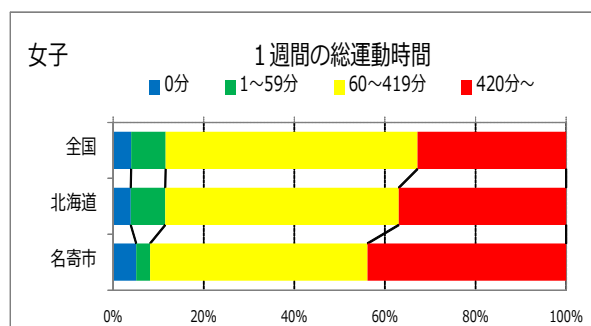
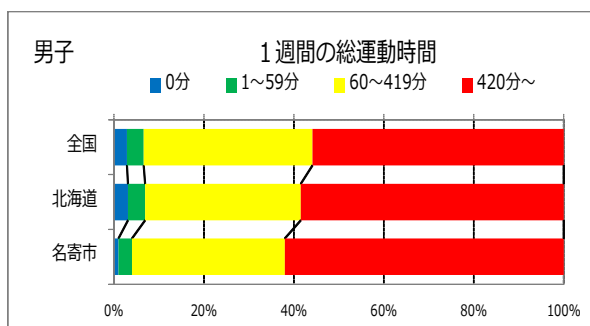
[児童質問紙5・生徒質問紙4のグラフから]

- 全国と比べて、「学校を卒業後、自主的に運動やスポーツをする 時間をもちたい」と回答した小・中学校の男女の割合は高いですが、小学校と比べ、中学校では回答の割合が低くなる傾向が見られます。

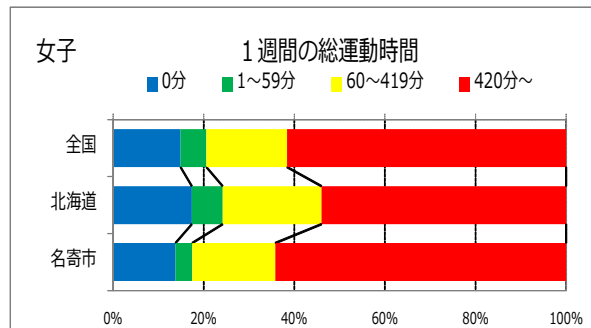
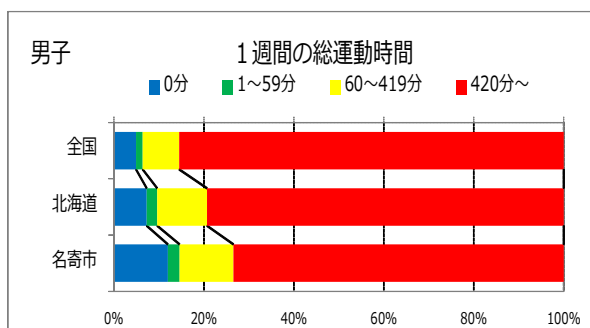
(2) 児童生徒の運動習慣について[児童生徒質問紙調査より]

質問番号6(小) 5(中) 質問の概要：「学校や体育の時間以外で運動やスポーツを行う1週間の総運動時間」について問う質問

児童質問紙



生徒質問紙



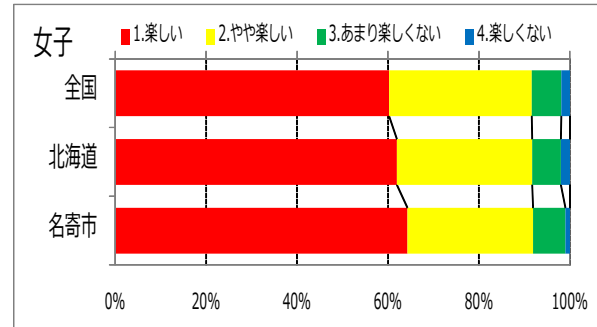
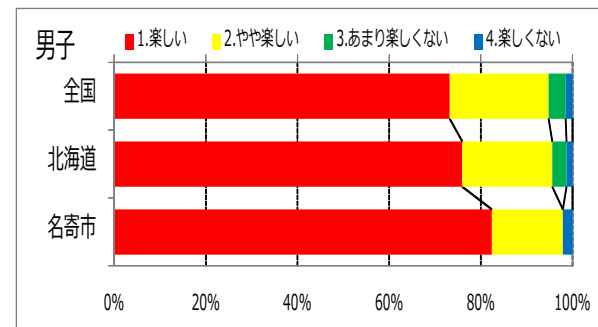
[児童質問紙6・生徒質問紙5のグラフから]

- 全国と比べて、小学校の男女と中学校の女子の1週間の総運動時間は多いですが、中学校の男子の運動時間は少ない傾向が見られます。

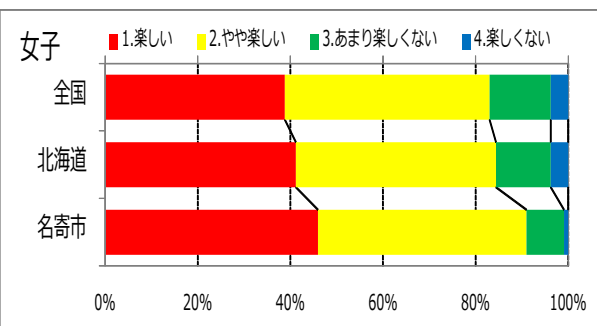
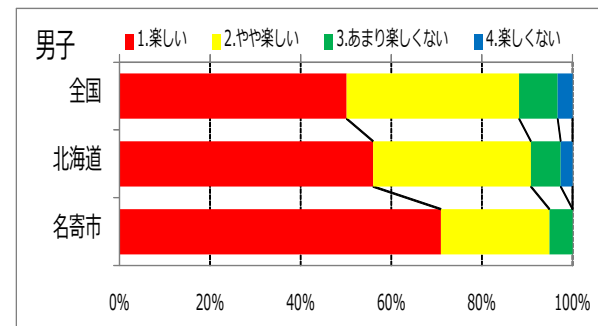
(3) 小・中学校の体育の授業について[児童生徒質問紙調査及び学校質問紙調査より]

質問番号 **17(小)** **16(中)** 質問の概要:「体育の授業が楽しいか」について問う質問

児童質問紙

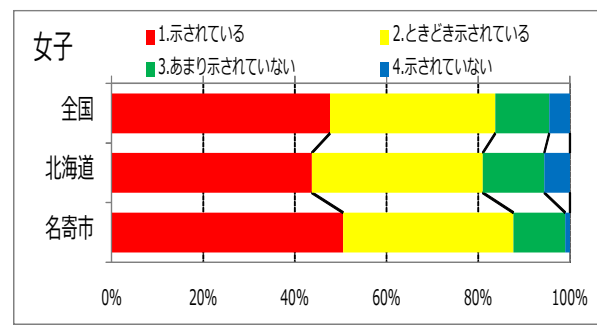
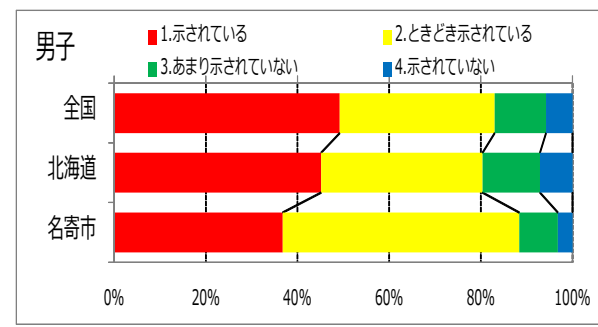


生徒質問紙

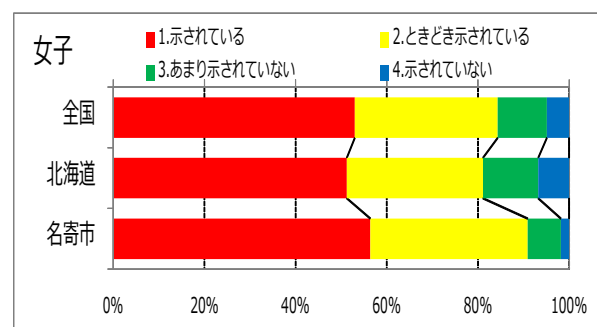
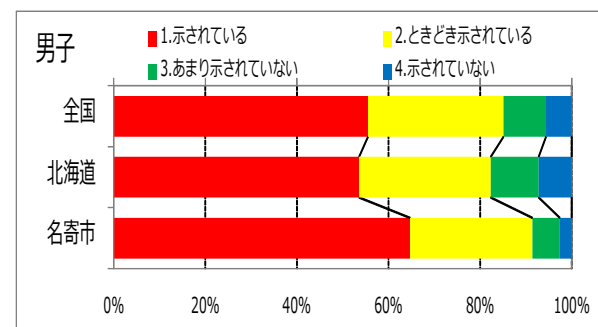


質問番号 **18(小)** **17(中)** 質問の概要:「体育の授業のはじめに、授業の目標が示されていると思うか」について問う質問

児童質問紙

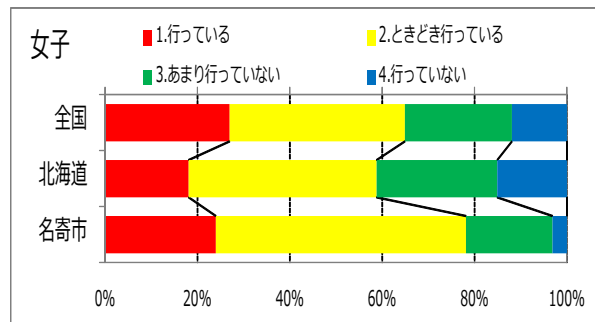
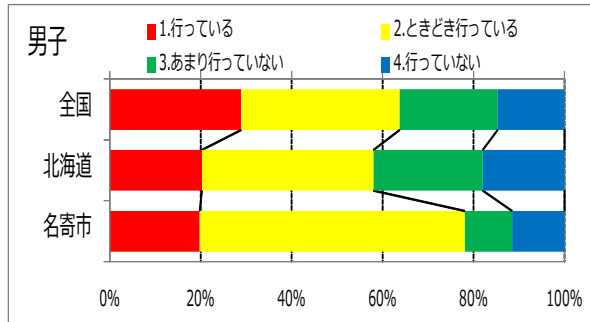


生徒質問紙

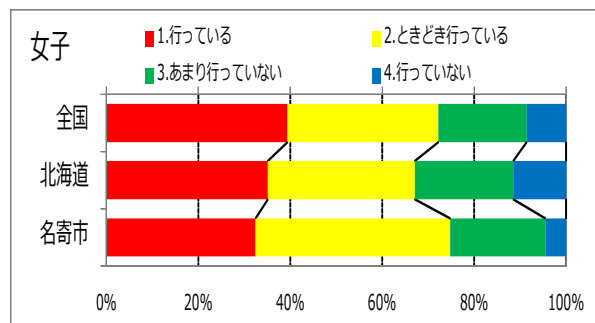
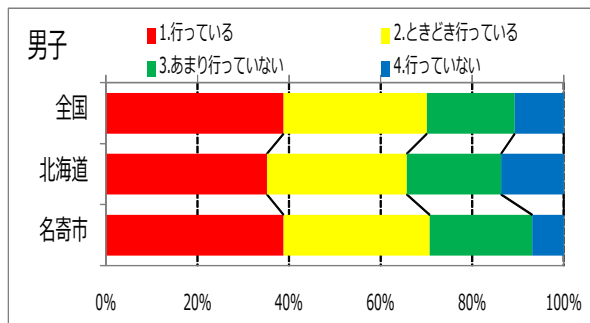


質問番号 **19(小)** **18(中)** 質問の概要：「体育の授業の最後に、今日学んだ内容をふり返る活動を行っていると思うか」について問う質問

児童質問紙

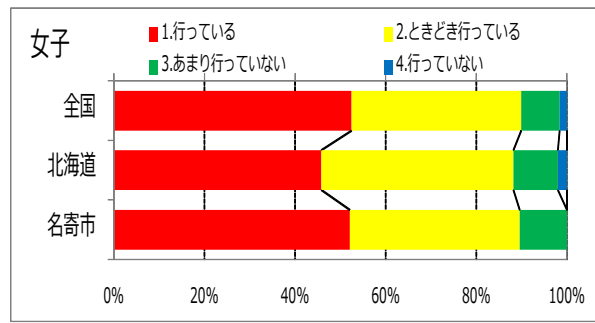
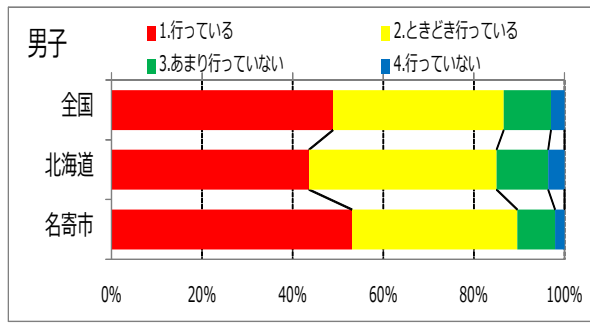


生徒質問紙

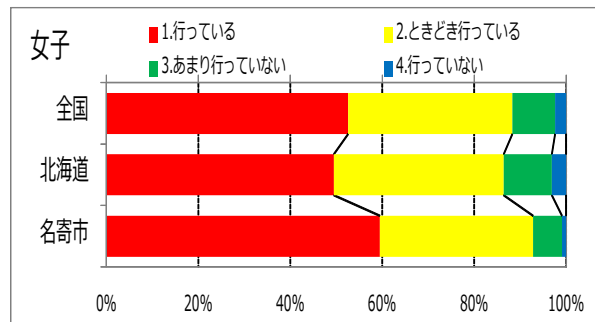
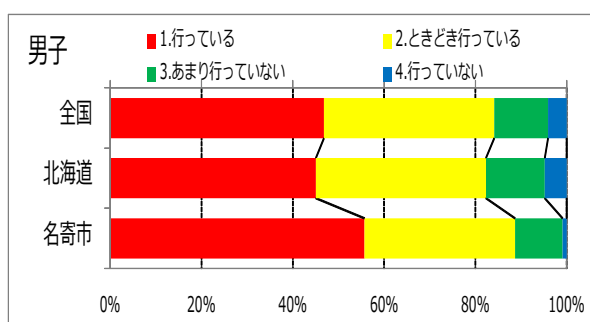


質問番号 **20(小)** **19(中)** 質問の概要：「体育の授業で、友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていると思うか」について問う質問

児童質問紙

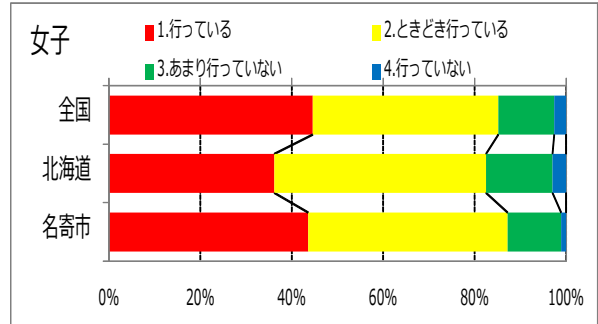
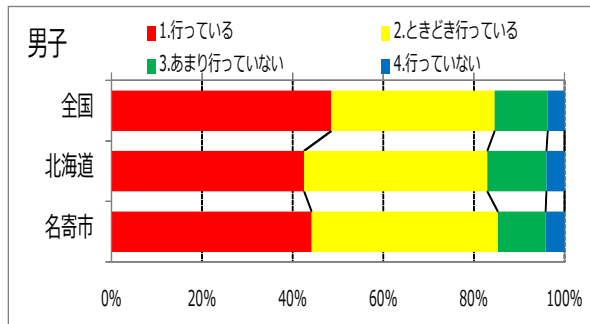


生徒質問紙

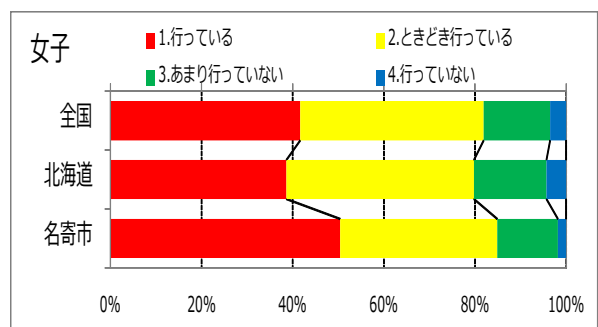
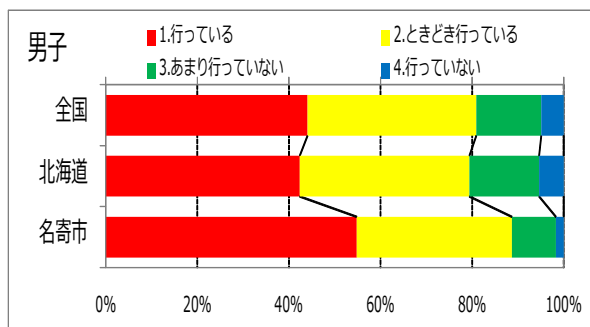


質問番号 **21(小)** **20(中)** 質問の概要：「体育の授業で、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていると思うか」について問う質問

児童質問紙

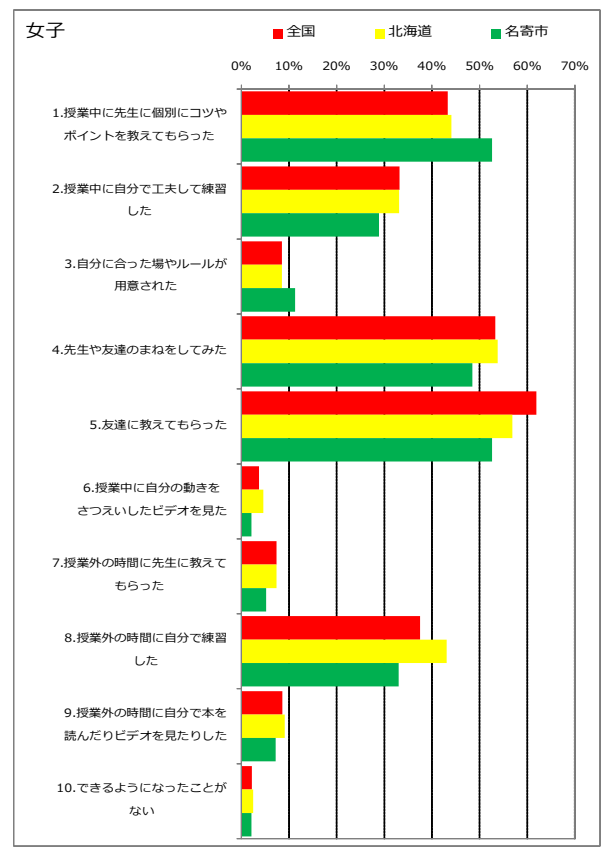
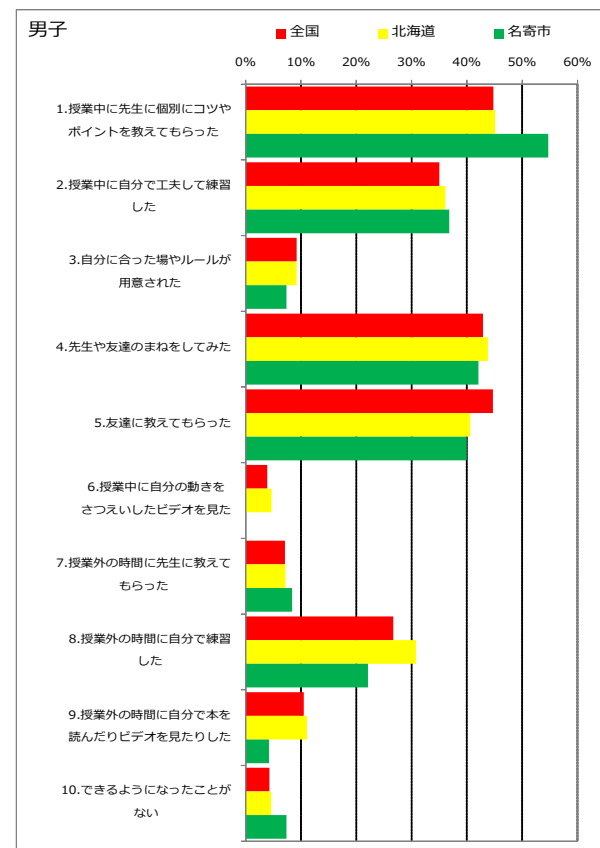


生徒質問紙

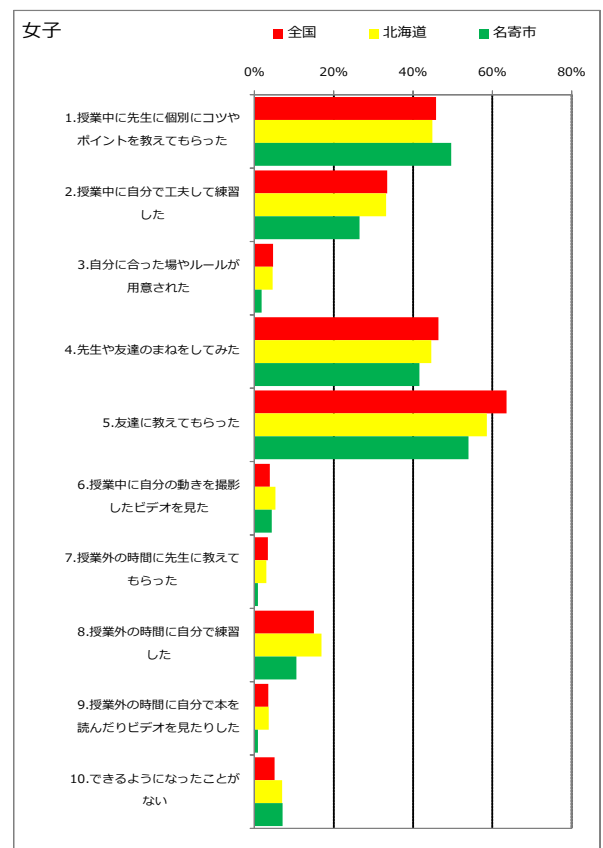
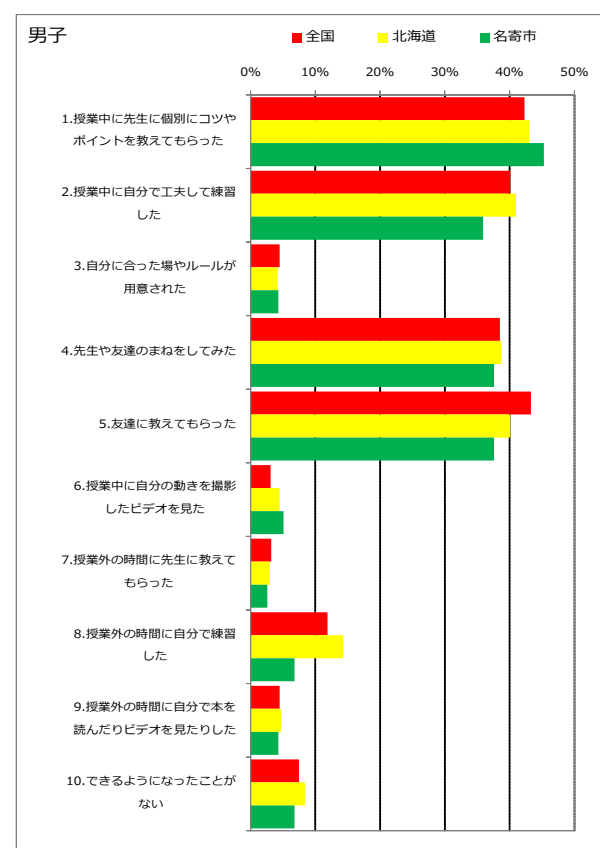


質問番号 **22(小)** **21(中)** 質問の概要：「これまでの体育の授業で、できなかったことができるようになったきっかけ」について問う質問（複数回答）

児童質問紙

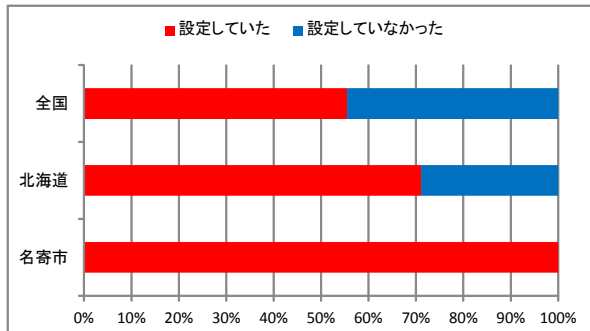


生徒質問紙

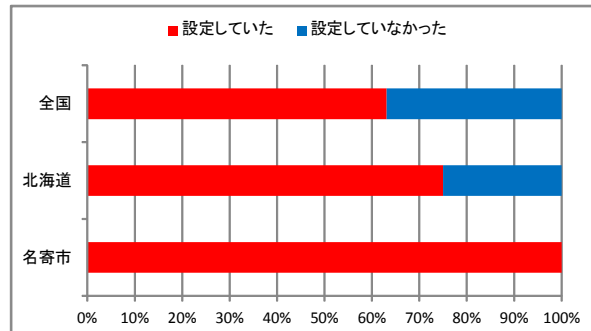


質問番号① 質問の概要：「前年度、児童生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していたか」について問う質問

小学校質問紙調査

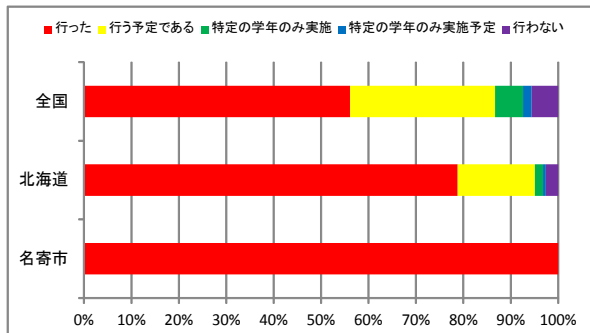


中学校質問紙調査

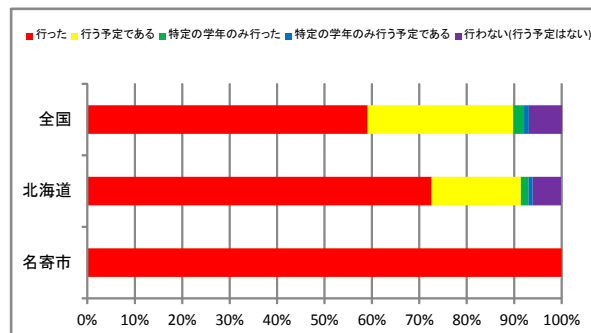


質問番号④ 質問の概要：「調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善を行ったか」について問う質問

小学校質問紙調査

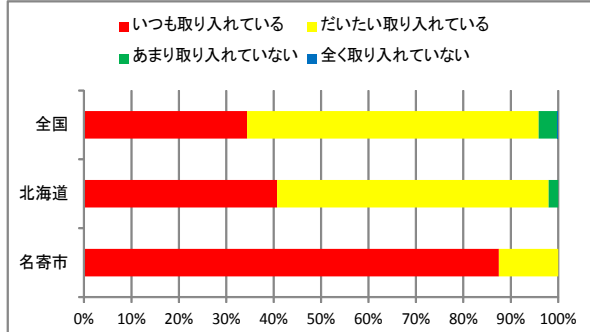


中学校質問紙調査

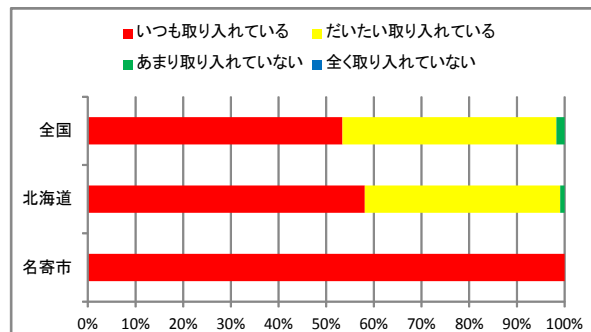


質問番号⑤ 質問の概要：「体育の授業の冒頭で、授業の目標を児童生徒に示す活動を計画的に取り入れているか」について問う質問

小学校質問紙調査

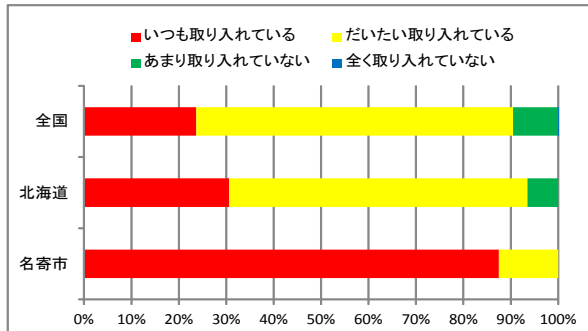


中学校質問紙調査

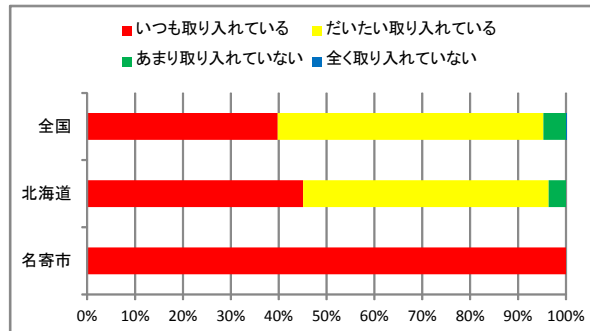


質問番号⑥ 質問の概要：「体育の授業の最後に、授業で学習したことを振り返る活動を計画的に取り入れているか」について問う質問

小学校質問紙調査

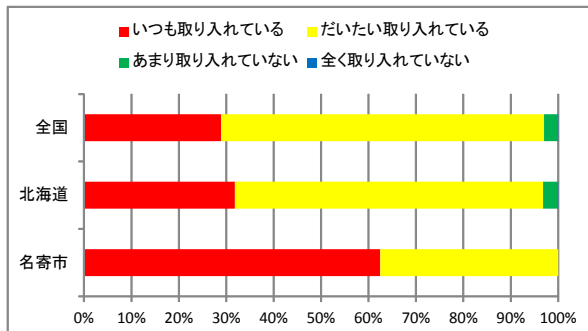


中学校質問紙調査

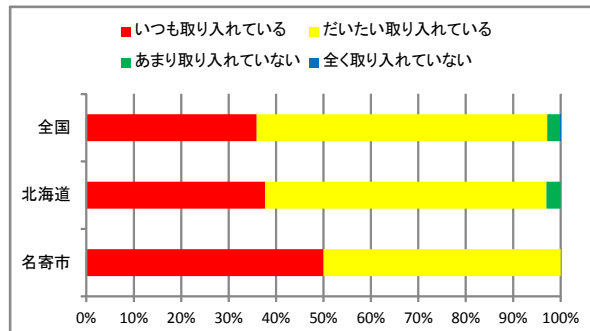


質問番号⑦ 質問の概要：「体育の授業で、児童生徒同士が助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れているか」について問う質問

小学校質問紙調査

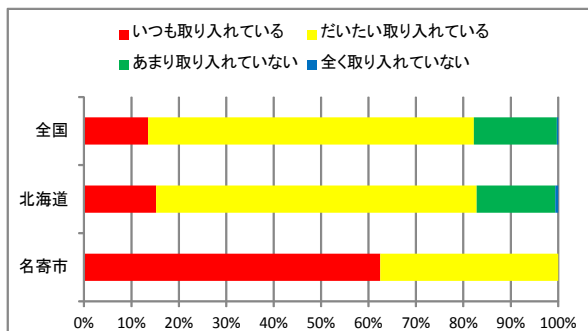


中学校質問紙調査

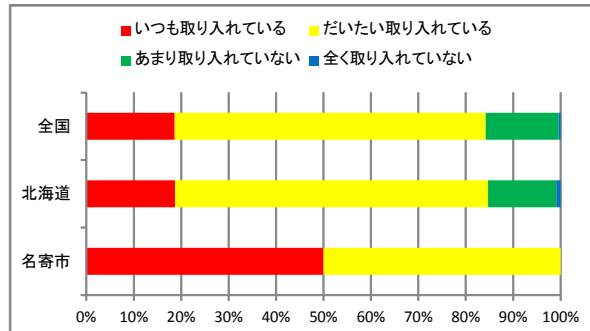


質問番号⑧ 質問の概要：「体育の授業で、児童生徒同士が話し合う活動を取り入れているか」について問う質問

小学校質問紙調査

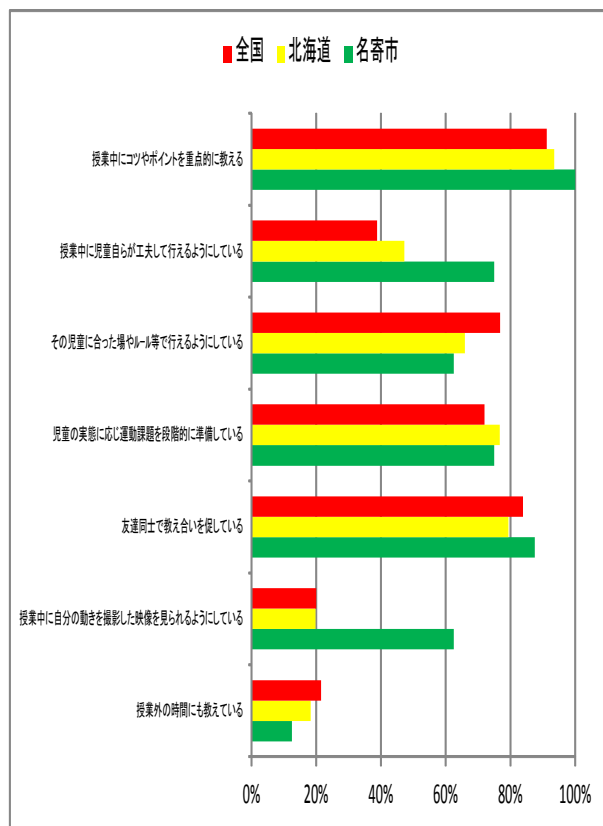


中学校質問紙調査

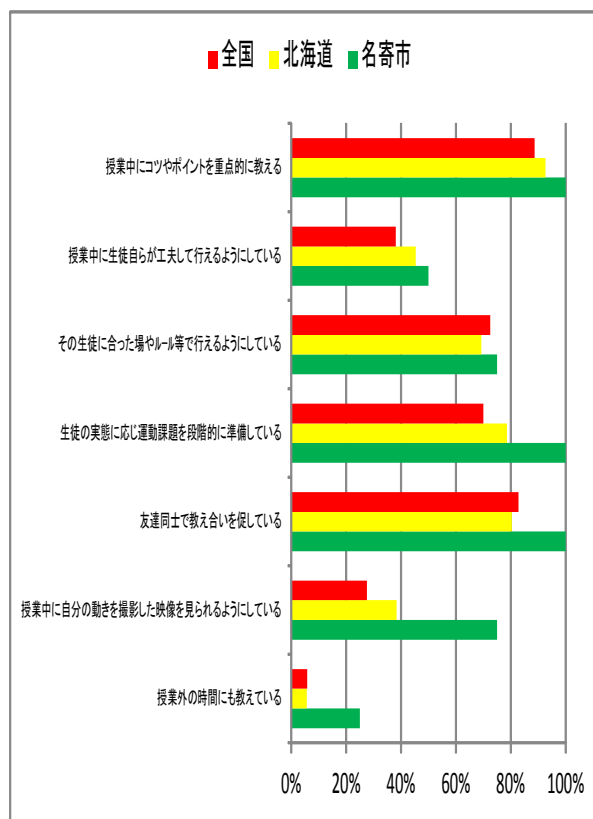


質問番号 10 質問の概要：「体育の授業で、努力を要する児童生徒に対する取組」について問う質問（複数回答）

小学校質問紙



中学校質問紙



[児童質問紙17、18、19、20、21、22・生徒質問紙16、17、18、19、20、21

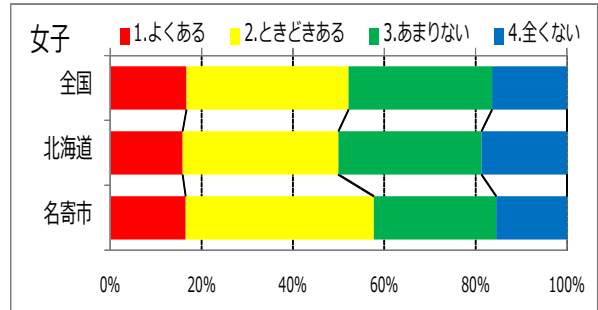
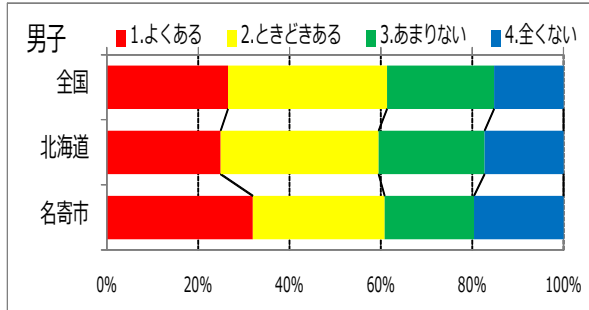
学校質問紙1、4、5、6、7、8のグラフから]

- 全国と比べて、小・中学校の男女ともに「体育の授業が楽しい・やや楽しい」「体育の授業の冒頭で、授業の目標が示されている・ときどき示されている」「体育の授業の最後に、授業で学習したことを振り返る活動を行っている・ときどき行っている」「体育の授業で、友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っている・ときどき行っている」「体育の授業で、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている・ときどき行っている」と回答した割合は高いです。
- 全国と比べて、小・中学校の男女ともに「体育の授業で、できなかったことができるようになったきっかけ」について、「先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」と回答した割合は高いですが、「友達に教えてもらった」と回答した割合は低いです。
- 市内の全ての小・中学校では、体育の授業の冒頭で授業の目標を示す活動や、授業の最後に学んだ内容を振り返る活動、児童生徒同士が助け合ったり話し合ったりする活動、チーム内で役割を果たしたりする活動を取り入れた指導を行っていますが、児童生徒質問紙調査の結果からは、そのように受け止めていない小中学生もいます。
- 市内の全ての小・中学校では、個別にコツやポイントを重点的に教えたり、自ら工夫して練習等を行うことなどを促していますが、児童生徒質問紙調査の結果からは、そのように受け止めていない小中学生もいます。

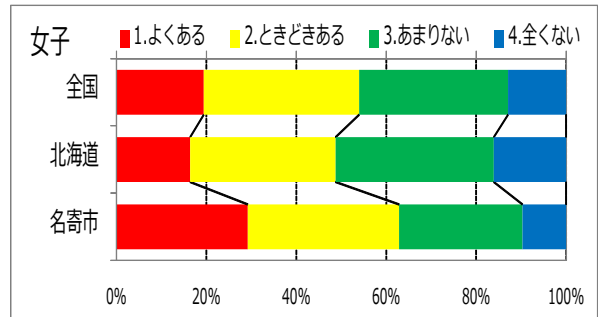
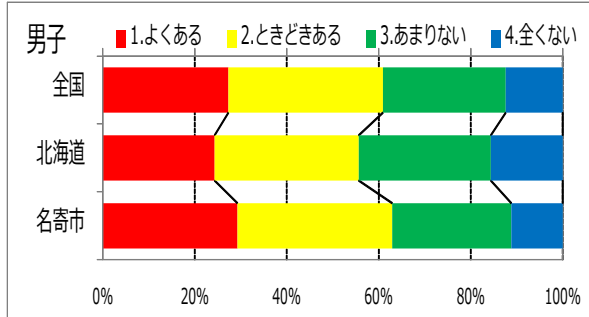
(4) 家の人からの運動・スポーツの勧奨について [児童生徒質問紙調査及び学校質問紙調査より]

質問番号 **13(小)** **12(中)** 質問の概要：「家の人から運動やスポーツを積極的に行うことをすすめられたことがあるか」について問う質問

児童質問紙

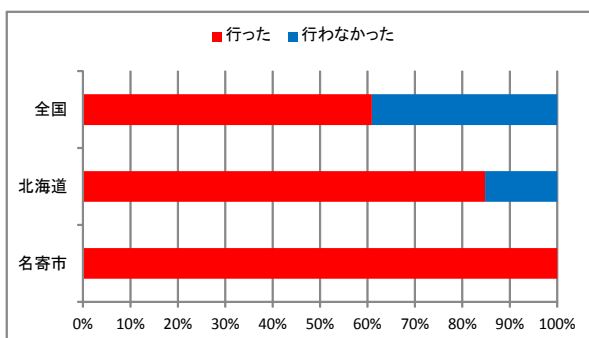


生徒質問紙

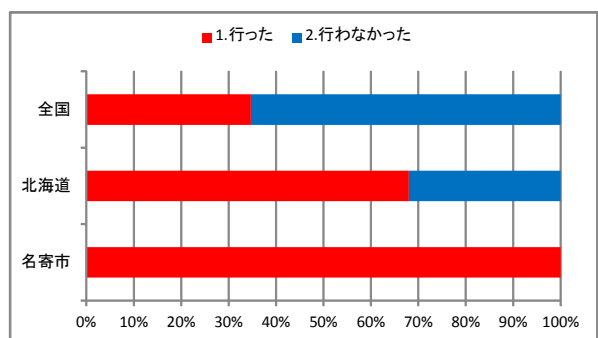


質問番号 **22(小)** **27(中)** 質問の概要：「前年度、小学校第4学年・中学校第1学年の児童生徒の家庭に対して、子どもの体力向上に係る説明や呼びかけ等を行ったか」について問う質問

小学校質問紙調査



中学校質問紙調査



[児童質問紙**13**、生徒質問紙**12**・小学校質問紙**22**・中学校質問紙**27**のグラフから]

- 全国と比べて、小・中学校の男女ともに「家の人から運動やスポーツを積極的に行うことをすすめられることがよくある・ときどきある」と回答した割合は高いです。
- 市内の全ての小・中学校において、家庭に対して児童生徒の体力向上に係る説明や呼びかけを行う取組を推進しています。

3 体力向上の取組について

本市の小・中学生においては、今年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、体力・運動能力の面では、柔軟性や跳躍力、投力に優れている反面、走力や筋力・筋持久力、全身持久力に課題が見られます。

運動習慣等の面では、小・中学校の男女ともに「運動は大切」「体育の授業で学習している内容が、将来役に立つと思う」と思っている割合が高い反面、「運動やスポーツが好き・やや好き」と思っている小学校の女子と中学校の女子の割合は低いです。また、中学校では、卒業後、自主的に運動やスポーツをしたいと思っている生徒が小学校と比較して少なくなる傾向も見られます。

体育の授業については、小・中学校の男女ともに「授業の冒頭で目標が示されている」「授業の最後に学習したことを振り返る活動を行っている」「友達と助け合ったり話し合ったりする活動やチーム内で役割を果たす活動を行っている」と思っている割合が高いなど、体育の授業改善の取組が推進されています。

このような実態を踏まえ、名寄市教育委員会では、児童生徒の体力・運動能力をバランスよく育むとともに、望ましい運動習慣等の定着を図るため、名寄市教育研究所内に設置した名寄市教育改善プロジェクト委員会を中心に、家庭・地域と連携して体力の向上を図る効果的な取組や運動習慣等の改善を図る取組をさらに推進してまいります。

【主な重点】

- (1) 学校が一体となった体力向上を図る取組の推進
 - ① 体力向上に向けた具体的な目標を設定するとともに、体力向上に向けた検証改善サイクルを確立するなど、学校全体で体力向上の取組の充実を図ります。
 - ② 市内の全小・中学校の全学年で「新体力テスト」を実施し、児童生徒の体力・運動能力の課題を踏まえて、個人や学級・学年ごとの具体的な目標を設定するなど、学校全体で体力向上の取組を推進します。
- (2) 調査結果を踏まえた体育授業の改善・充実
各学校における体力向上や運動習慣の定着等を図るため、授業において「体力向上や技能の習得に係る達成感」や「できなかったことができるようになる楽しさ」を体感できる指導方法を工夫するなど、次の視点から体育授業の改善・充実を図ります。
 - ① 体育の授業において学習の見通しを立てる活動や学習したことを振り返る活動を効果的に取り入れたり、一人一人の運動経験や技能の程度などに応じた指導の工夫を図ります。
 - ② 児童生徒同士で教え合う活動や、自分で工夫して練習する活動等を効果的に取り入れるなど、仲間との協力による連帯感や授業へ自主的に取り組む意欲を高める指導の工夫を図ります。
 - ③ 体育授業の冒頭において、運動によるけがの防止や運動を行う上で本来の運動能力が円滑に発揮できる状態をつくるとともに、各学校における児童生徒の体力の課題を踏まえた運動を系統的・継続的に取り入れるなど、効果的な準備運動の工夫を図ります。
- (3) 地域の教育資源の活用
スキーやカーリング等の地域の教育資源を生かした活動及びマラソンや縄跳び等の学校の特色を生かした体力づくりの「1校1実践」の取組の充実を図るとともに、チャレンジデーやチームチャレンジ、マラソン大会など、地域の体育的な行事への児童生徒の積極的な参加を促す取組等を一層推進します。
- (4) 体力向上に向けた特色ある取組等の共有化
名寄市教育改善プロジェクト委員会が中心となり、体育の指導に関する研修会を実施し、教員の指導力を高めたり、各学校における体力の向上を図る効果的な取組等の共有化を図ります。
- (5) 家庭・地域との連携
家の人や、児童生徒と一緒に運動やスポーツをすることなどを呼びかけたり、各学校の児童生徒の体力等の状況や体力向上の取組等を説明するなど、家庭や地域と連携して運動習慣等の改善を図る取組を推進します。