

## 令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果

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

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

### 1. 調査の概要

#### (1) 調査の目的

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

#### (2) 調査の実施時期 平成31年（令和元年）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142名 女子133名 合計275名 中学校第2学年 男子139名 女子159名 合計298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。網走市は持久走の実施校なし。

##### 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。

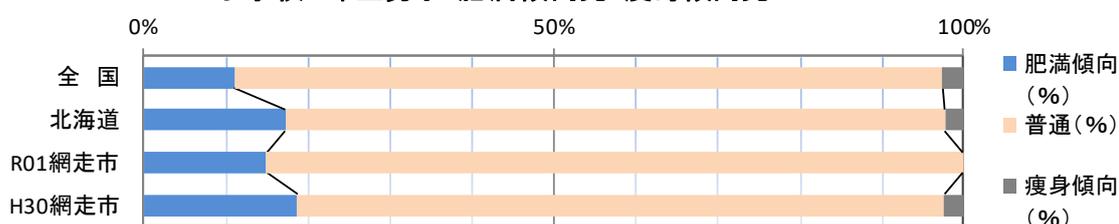
## 2. 結果の概要

### (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	138.92	34.37	11.1%	86.3%	2.6%
北海道	139.44	35.99	17.3%	80.4%	2.2%
R01網走市	139.29	35.87	15.0%	85.0%	0.0%
H30網走市	138.48	35.23	18.8%	78.9%	2.3%

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	140.12	34.11	8.2%	89.3%	2.6%
北海道	140.72	35.28	11.8%	85.4%	2.8%
R01網走市	140.88	36.16	14.4%	84.1%	1.5%
H30網走市	141.01	35.66	11.4%	87.0%	1.7%

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】

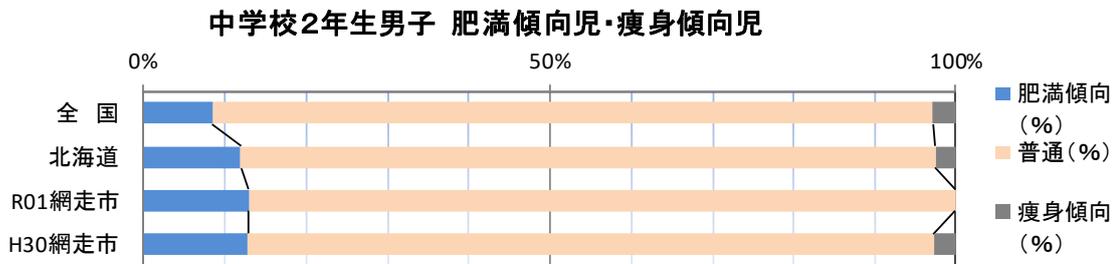
- 身長 全国平均を0.37cm上回っている。
- 体重 全国平均を1.50kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を3.9P上回っている。

#### 【小学校5年生女子】

- 身長 全国平均を0.76cm上回っている。
- 体重 全国平均を2.05kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を6.2P上回っている。

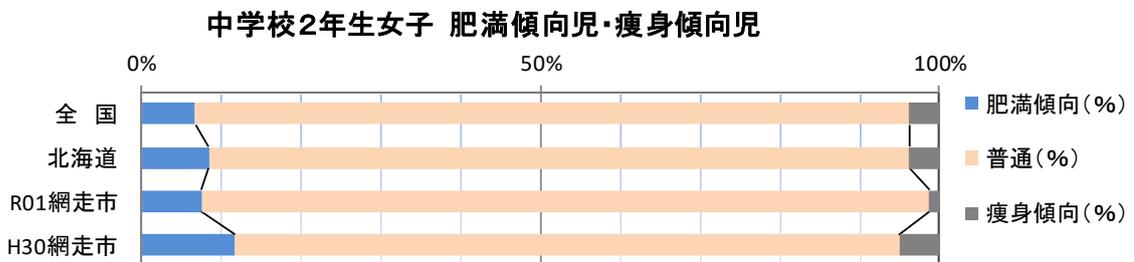
### ③ 中学校2年生男子

	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	160.00	48.84	8.6%	88.6%	2.8%
北海道	161.12	50.83	12.0%	85.5%	2.5%
<b>R01網走市</b>	<b>159.73</b>	<b>50.11</b>	<b>13.0%</b>	<b>87.1%</b>	<b>0.0%</b>
H30網走市	162.09	52.23	12.9%	84.4%	2.7%



### 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	154.86	46.82	6.7%	89.5%	3.7%
北海道	155.15	47.41	8.5%	87.9%	3.7%
<b>R01網走市</b>	<b>154.37</b>	<b>47.72</b>	<b>7.6%</b>	<b>91.1%</b>	<b>1.3%</b>
H30網走市	154.78	47.84	11.8%	83.2%	5.0%



#### 【中学校2年生男子】

- 身長 全国平均を0.27cm下回っている。
- 体重 全国平均を1.27kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を4.4P上回っている。

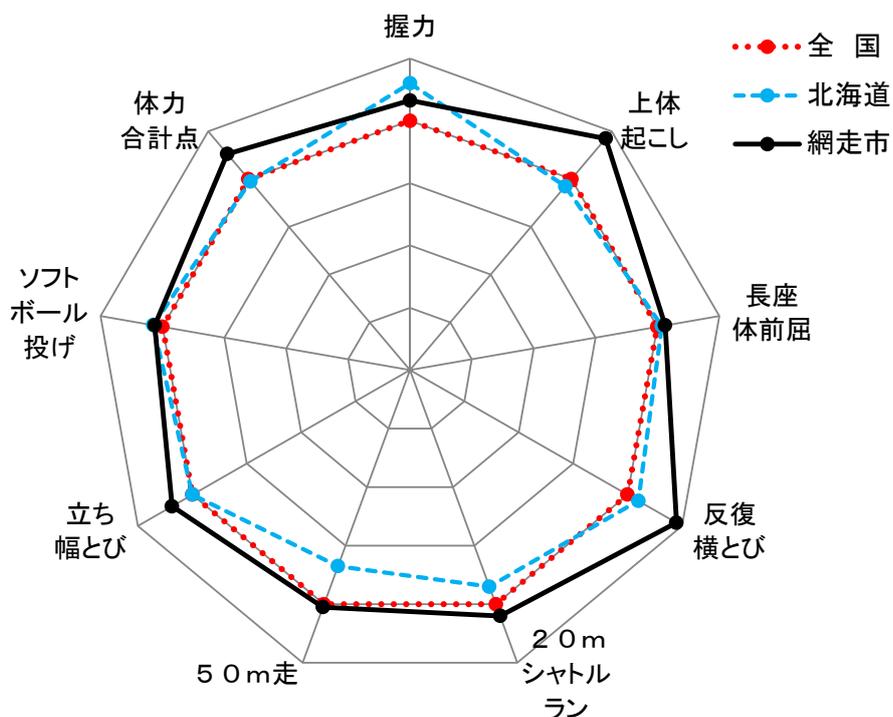
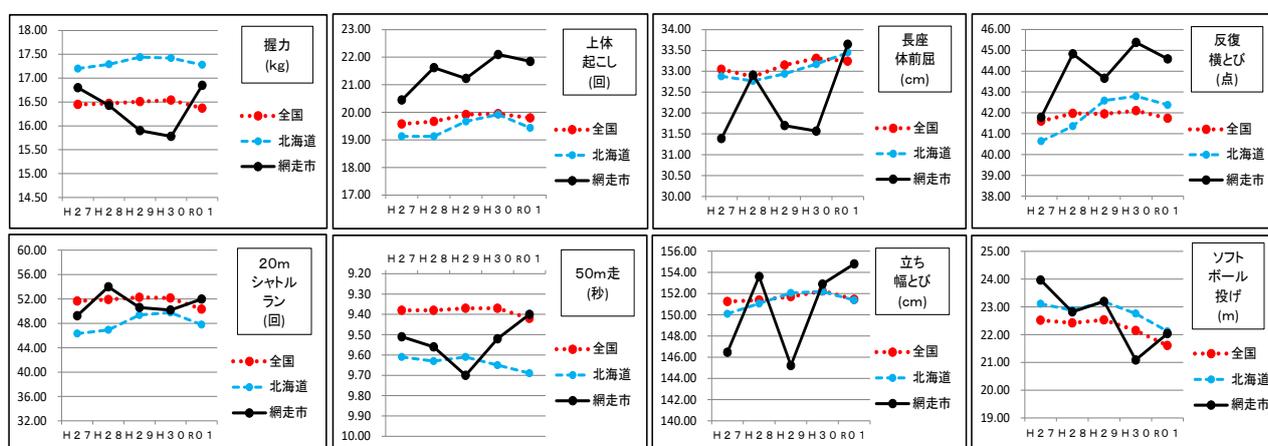
#### 【中学校2年生女子】

- 身長 全国平均を0.49cm下回っている。
- 体重 全国平均を0.90kg上回っている。
- 肥満傾向児の割合 全国を0.9P上回っている。

## (2) 実技に関する調査

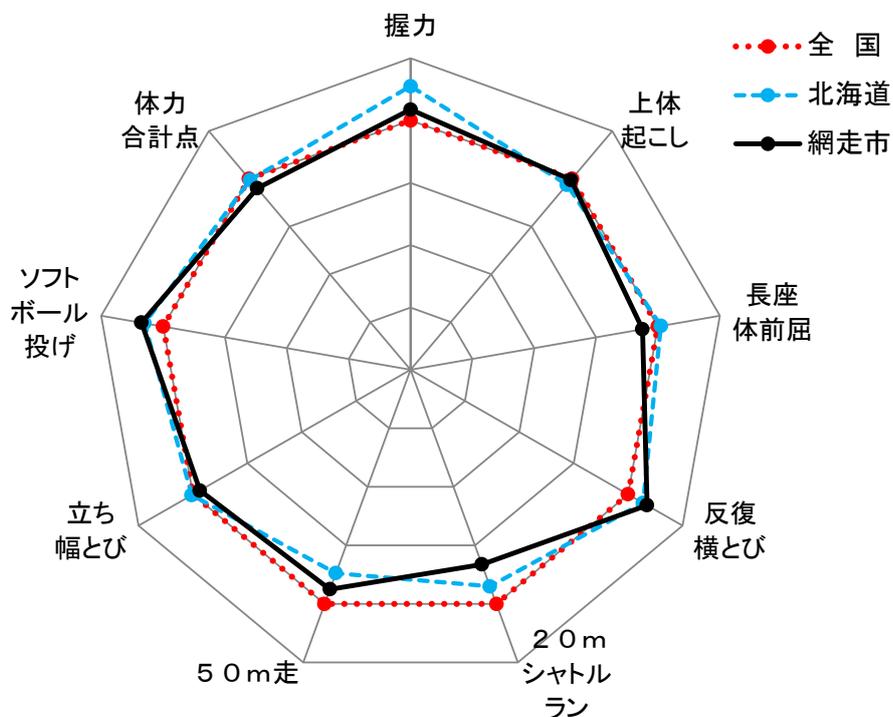
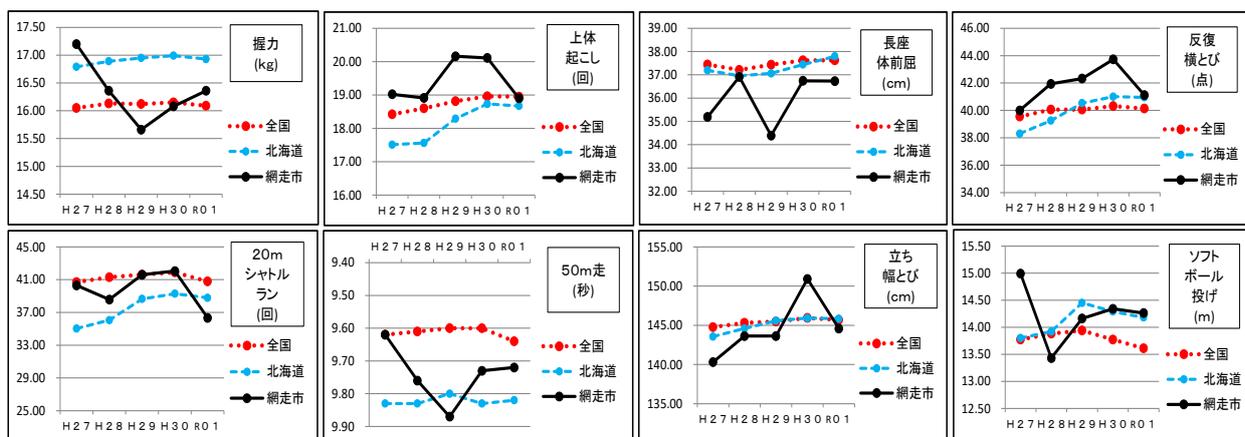
### ① 小学校5年生男子

	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	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.45	21.61	53.61
北海道	17.28	19.44	33.45	42.38	47.77	9.69	151.38	22.12	53.40
<b>R01網走市</b>	<b>16.85</b>	<b>21.85</b>	<b>33.65</b>	<b>44.59</b>	<b>51.96</b>	<b>9.40</b>	<b>154.80</b>	<b>22.04</b>	<b>55.56</b>
H30網走市	15.78	22.10	31.57	45.38	50.17	9.52	152.90	21.09	54.44
全国比	0.48	2.05	0.41	2.85	1.64	0.02	3.35	0.43	1.95
北海道比	-0.43	2.41	0.20	2.21	4.19	0.29	3.42	-0.08	2.16
H30網走市比	1.07	-0.25	2.08	-0.79	1.79	0.12	1.90	0.95	1.12



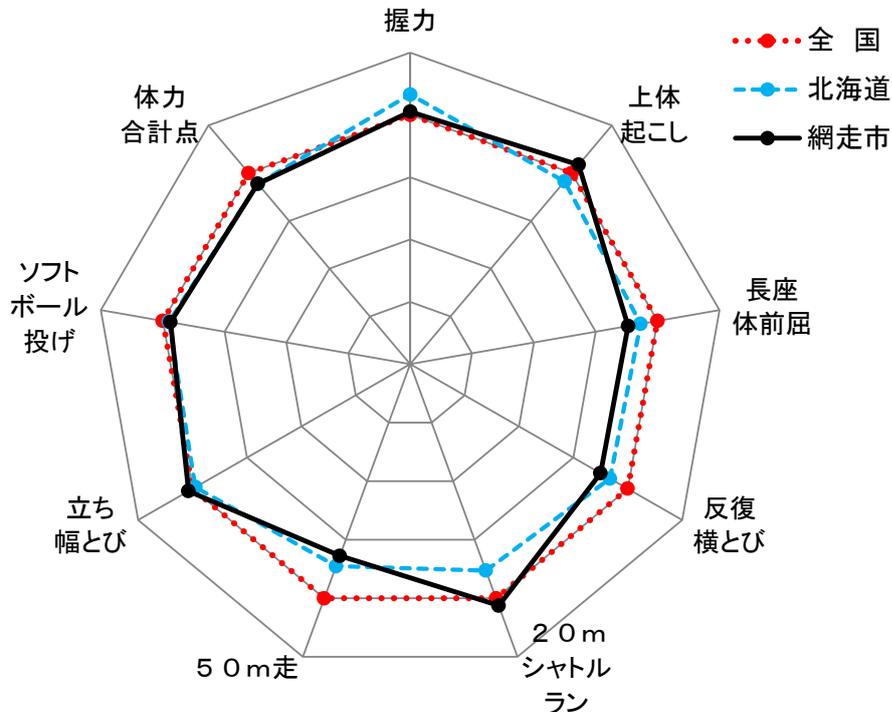
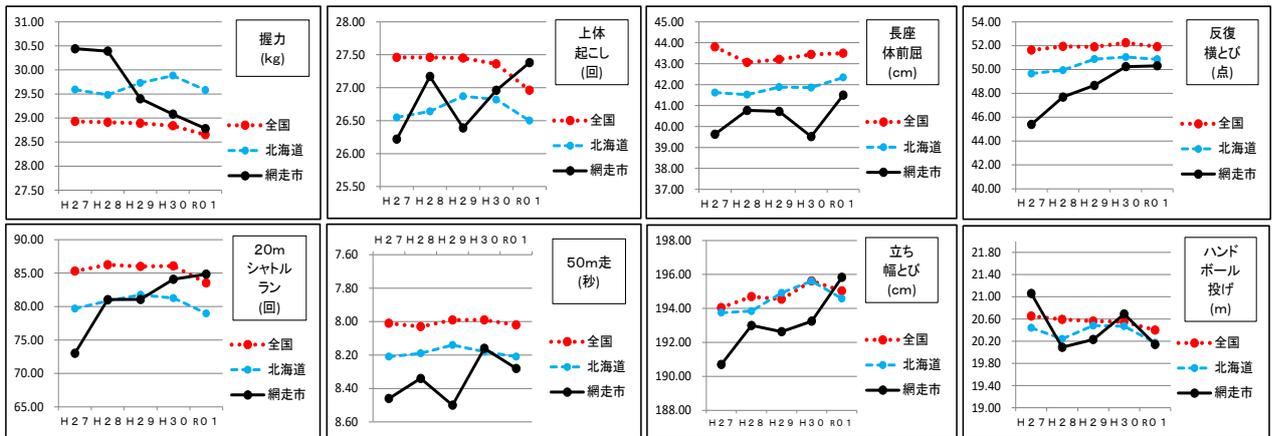
## ② 小学校5年生女子

	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	16.09	18.95	37.62	40.14	40.79	9.64	145.68	13.61	55.59
北海道	16.93	18.67	37.79	40.95	38.78	9.82	145.84	14.18	55.51
<b>R01網走市</b>	<b>16.36</b>	<b>18.90</b>	<b>36.73</b>	<b>41.12</b>	<b>36.33</b>	<b>9.72</b>	<b>144.59</b>	<b>14.26</b>	<b>54.87</b>
H30網走市	16.08	20.11	36.74	43.73	42.04	9.73	150.91	14.34	57.24
全国比	0.27	-0.05	-0.89	0.98	-4.46	-0.08	-1.09	0.65	-0.72
北海道比	-0.57	0.23	-1.06	0.17	-2.45	0.10	-1.25	0.08	-0.64
H30網走市比	0.28	-1.21	-0.01	-2.61	-5.71	0.01	-6.32	-0.08	-2.37



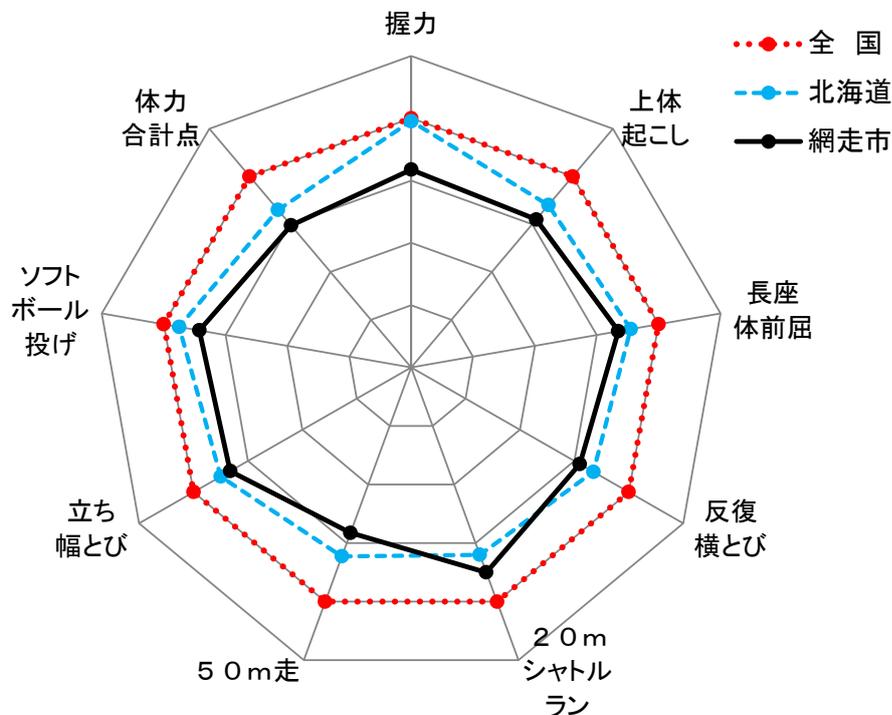
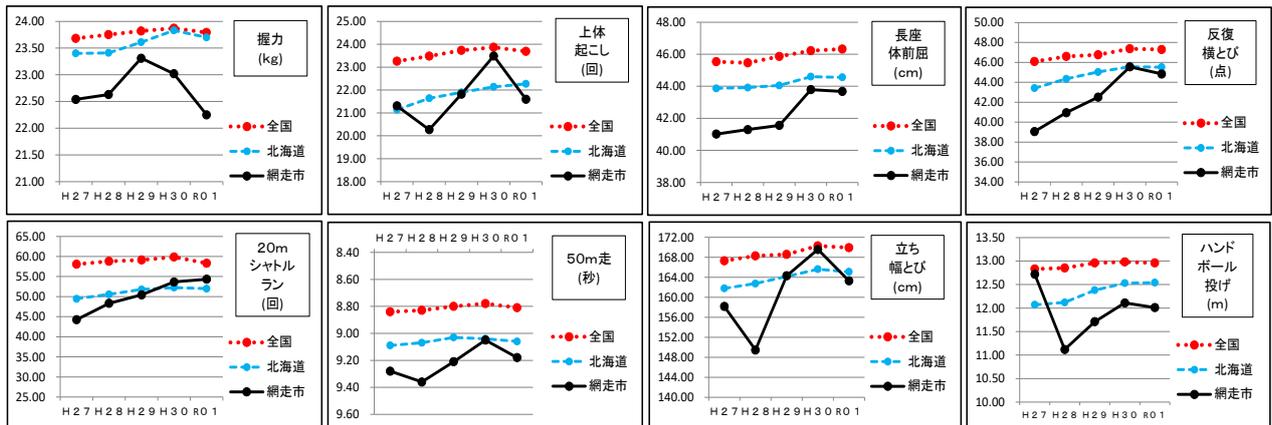
### ③ 中学校2年生男子

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトル ラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンド ボール 投げ (m)	体力 合計点 (点)
全国	28.65	26.96	43.50	51.91		83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
北海道	29.58	26.50	42.34	50.85		78.97	8.21	194.58	20.17	40.72
<b>R01網走市</b>	<b>28.78</b>	<b>27.38</b>	<b>41.50</b>	<b>50.31</b>		<b>84.84</b>	<b>8.28</b>	<b>195.83</b>	<b>20.14</b>	<b>40.77</b>
H30網走市	29.08	26.96	39.52	50.24		84.08	8.16	193.25	20.69	41.49
全国比	0.13	0.42	-2.00	-1.60		1.31	-0.26	0.80	-0.26	-0.92
北海道比	-0.80	0.88	-0.84	-0.54		5.87	-0.07	1.25	-0.03	0.05
H30網走市比	-0.30	0.42	1.98	0.07		0.76	-0.12	2.58	-0.55	-0.72



#### 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	23.79	23.69	46.32	47.28		58.31	8.81	169.90	12.96	50.22
北海道	23.70	22.27	44.56	45.52		51.98	9.06	165.08	12.54	47.14
<b>R01網走市</b>	<b>22.25</b>	<b>21.60</b>	<b>43.68</b>	<b>44.84</b>		<b>54.34</b>	<b>9.18</b>	<b>163.28</b>	<b>12.01</b>	<b>45.65</b>
H30網走市	23.02	23.49	43.79	45.55		53.67	9.05	169.55	12.11	47.56
全国比	-1.54	-2.09	-2.64	-2.44		-3.97	-0.37	-6.62	-0.95	-4.57
北海道比	-1.45	-0.67	-0.88	-0.68		2.36	-0.12	-1.80	-0.53	-1.49
H30網走市比	-0.77	-1.89	-0.11	-0.71		0.67	-0.13	-6.27	-0.10	-1.91



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

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」「反復横とび」「ソフトボール投げ」
	▲下回った種目	「上体起こし」「長座体前屈」「立ち幅とび」「50m走」 「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	「握力」「50m走」
	▲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」 「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」

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

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

【小学校5年生男子】全8種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、「握力」「長座体前屈」「ソフトボール投げ」の平均値が下降の傾向にある。

【小学校5年生女子】8種目中3種目で全国平均を上回った。経年比較で見ると、全国平均に近づく（上回る）種目が増えている。

【中学校2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、年度によって平均値の上下はあるが、全国平均を上回る種目が出てきている。

【中学校2年生女子】8種目全て全国平均を下回った。経年比較で見ると、全国平均に近づく種目が増えている。

## ⑤ 度数分布 (小学校)

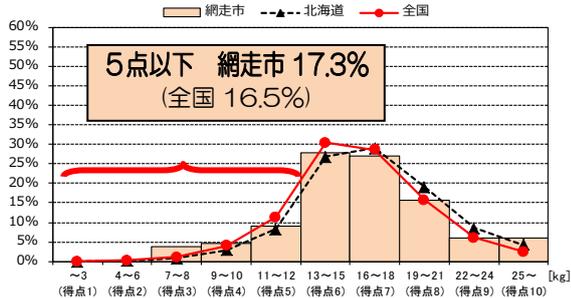
【握力】 男子

	網走市	北海道	全国
【握力】 男子	16.85	17.28	16.37



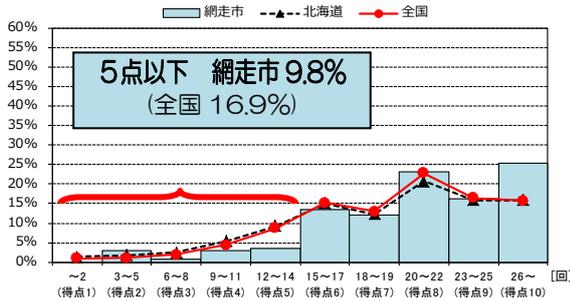
【握力】 女子

	網走市	北海道	全国
【握力】 女子	16.36	16.93	16.09



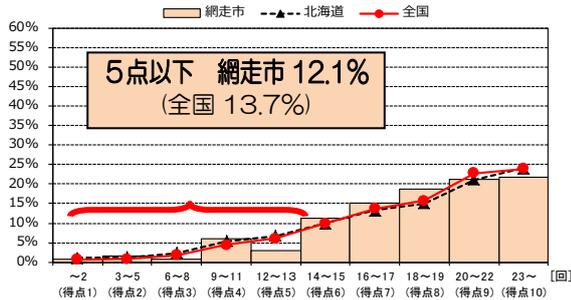
【上体起こし】 男子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】 男子	21.85	19.44	19.80



【上体起こし】 女子

	網走市	北海道	全国
【上体起こし】 女子	18.90	18.67	18.95



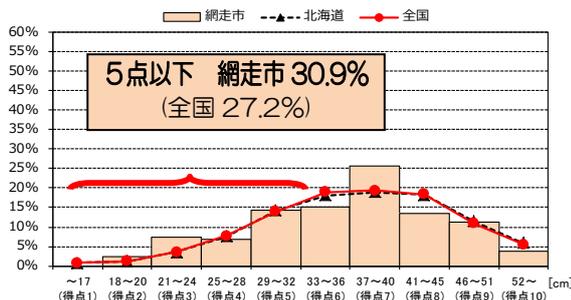
【長座体前屈】 男子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】 男子	33.65	33.45	33.24



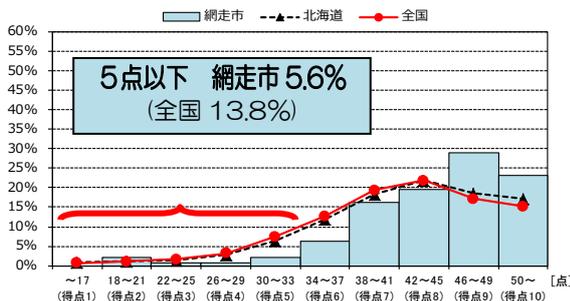
【長座体前屈】 女子

	網走市	北海道	全国
【長座体前屈】 女子	36.73	37.79	37.62



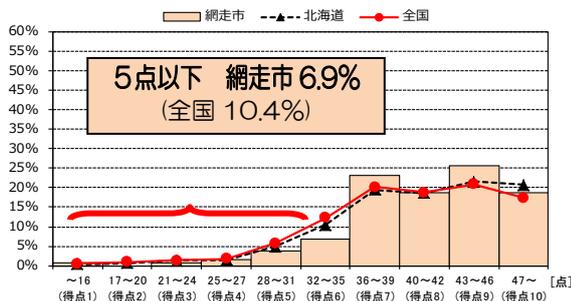
【反復横とび】 男子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】 男子	44.59	42.38	41.74



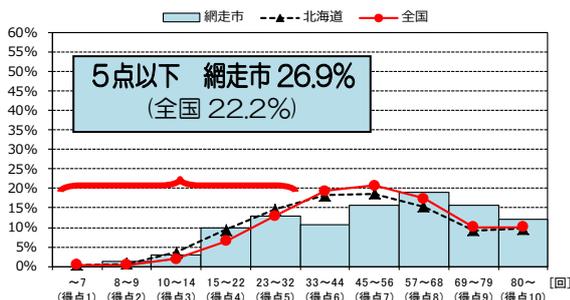
【反復横とび】 女子

	網走市	北海道	全国
【反復横とび】 女子	41.12	40.95	40.14



【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	51.96	47.77	50.32



【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	36.33	38.78	40.79



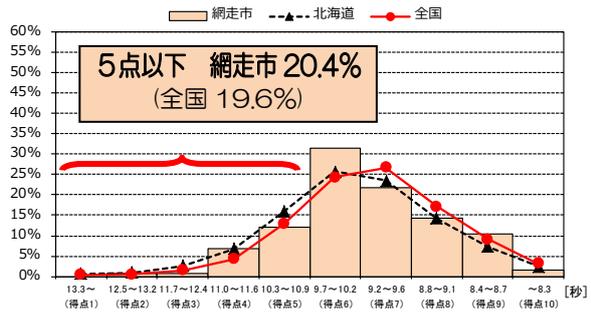
【50m走】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	9.40	9.69	9.42



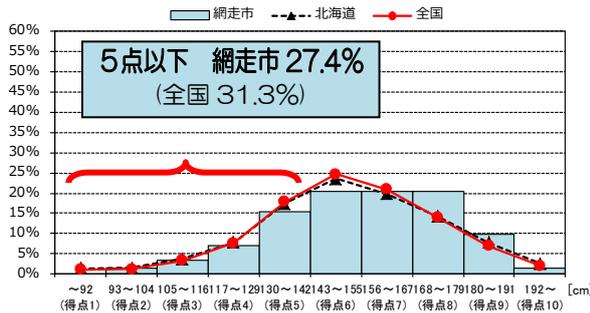
【50m走】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	9.72	9.82	9.64



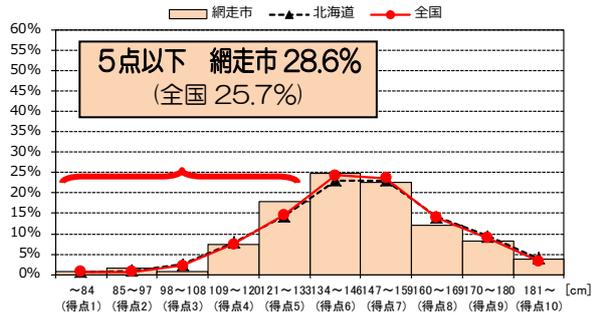
【立ち幅とび】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	154.80	151.38	151.45



【立ち幅とび】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	144.59	145.84	145.68



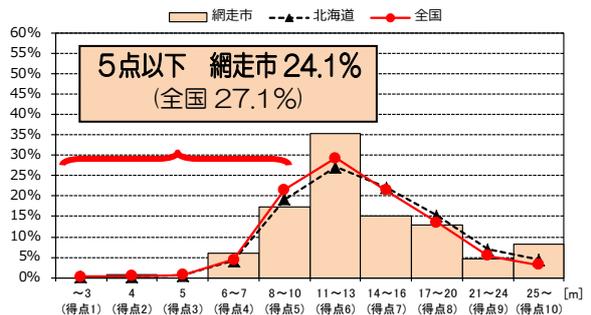
【ソフトボール投げ】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	22.04	22.12	21.61



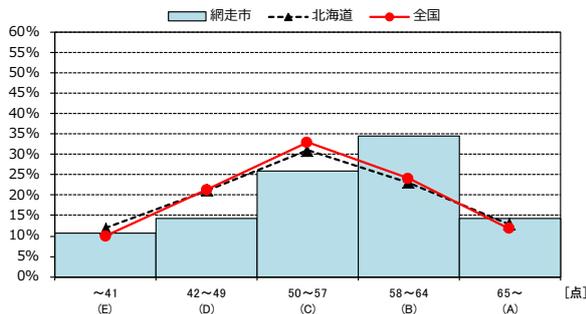
【ソフトボール投げ】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	14.26	14.18	13.61



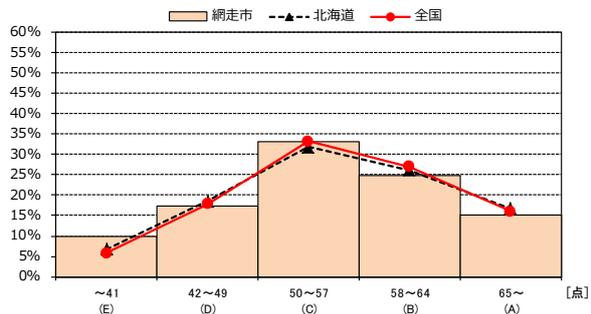
【総合評価】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	55.56	53.40	53.61



【総合評価】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	54.87	55.51	55.59



◆全国に比べ5点以下の児童が多い種目

男子 ~ 「握力」「20mシャトルラン」「50m走」

女子 ~ 「握力」「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」

◆総合評価の状況

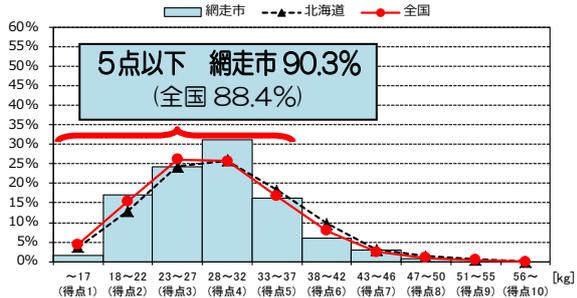
男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より多い。「E」「D」評価が全国より少ない。

女子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国よりやや少ない。「E」「D」評価が全国よりやや多い。

## ⑥ 度数分布 (中学校)

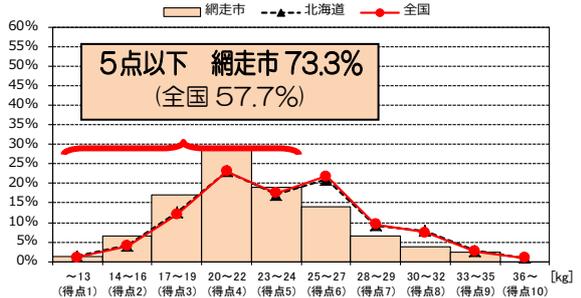
【握力】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	28.78	29.58	28.65



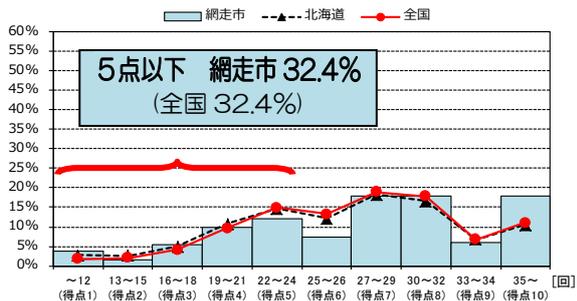
【握力】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	22.25	23.70	23.79



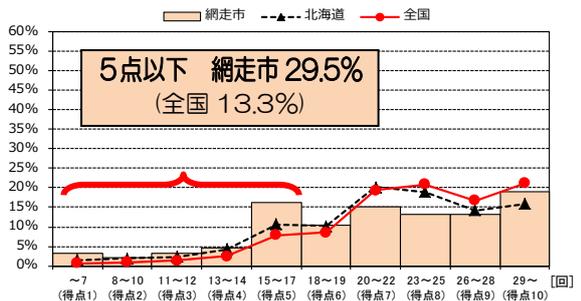
【上体起こし】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	27.38	26.50	26.96



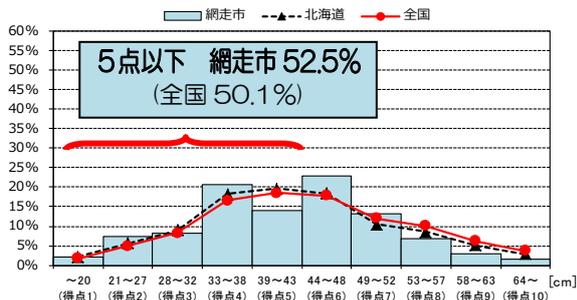
【上体起こし】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	21.60	22.27	23.69



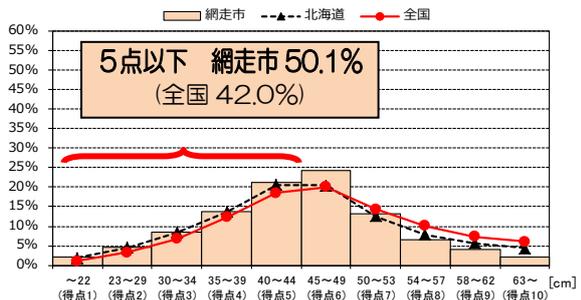
【長座体前屈】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	41.50	42.34	43.50



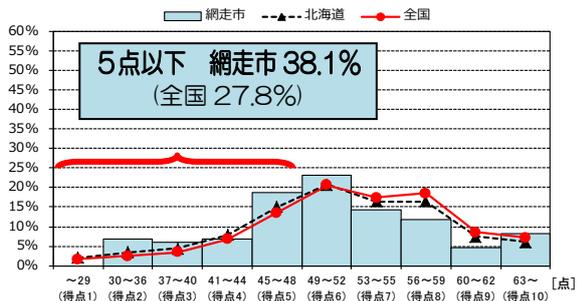
【長座体前屈】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	43.68	44.56	46.32



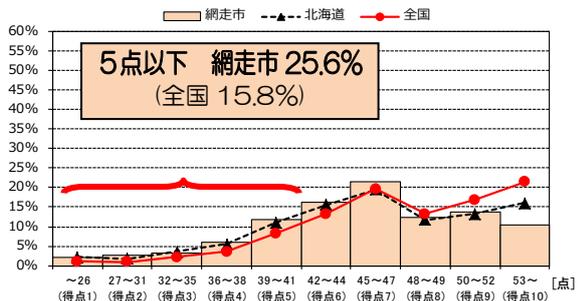
【反復横とび】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	50.31	50.85	51.91



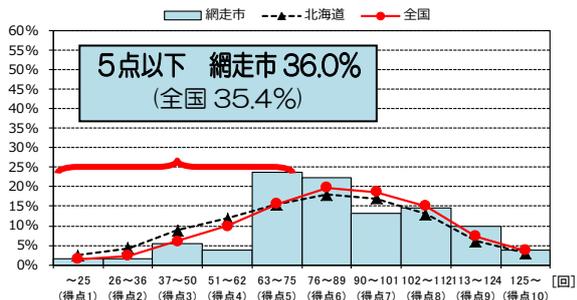
【反復横とび】 女子

	網走市	北海道	全国
平均値	44.84	45.52	47.28



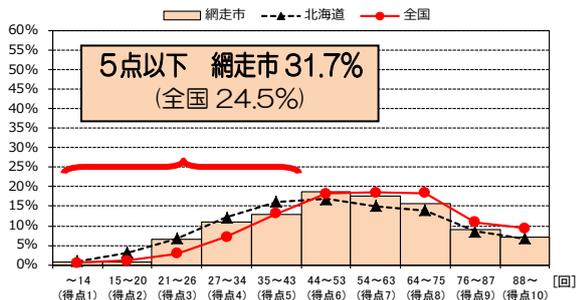
【20mシャトルラン】 男子

	網走市	北海道	全国
平均値	84.84	78.97	83.53

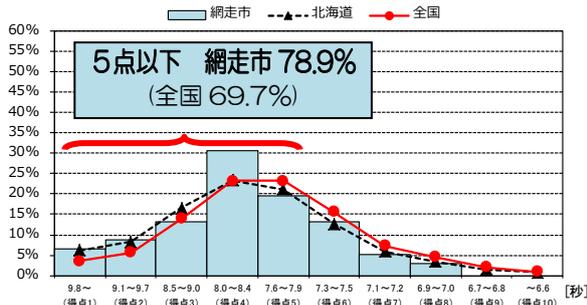


【20mシャトルラン】 女子

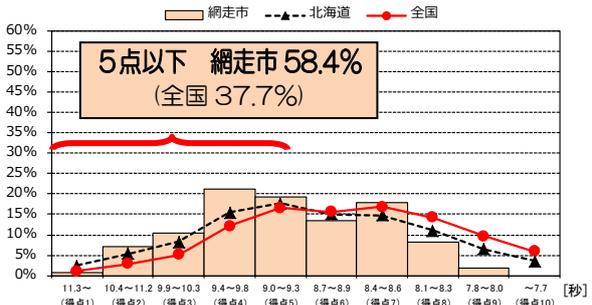
	網走市	北海道	全国
平均値	54.34	51.98	58.31



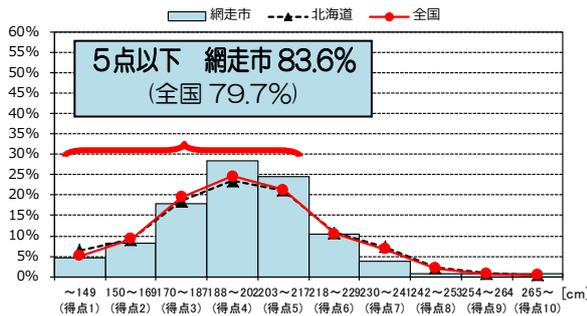
	網走市	北海道	全国
【50m走】 男子	8.28	8.21	8.02



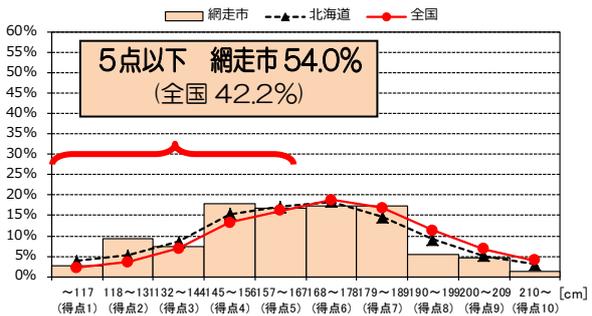
	網走市	北海道	全国
【50m走】 女子	9.18	9.06	8.81



	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 男子	195.83	194.58	195.03



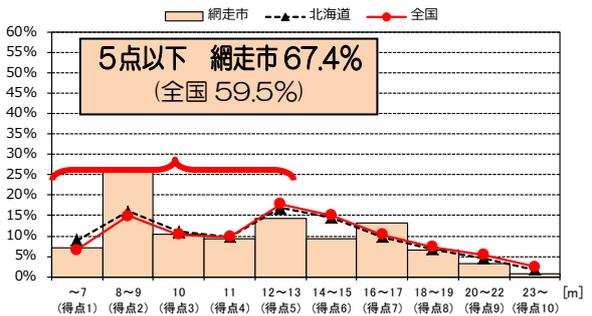
	網走市	北海道	全国
【立ち幅とび】 女子	163.28	165.08	169.90



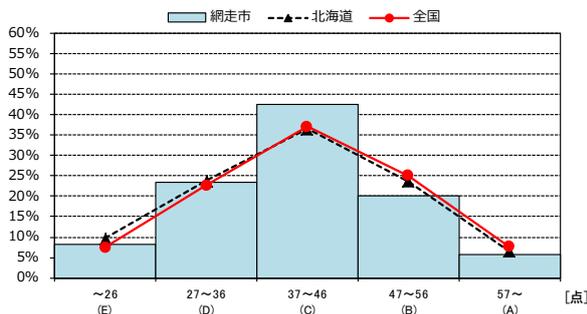
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 男子	20.14	20.17	20.40



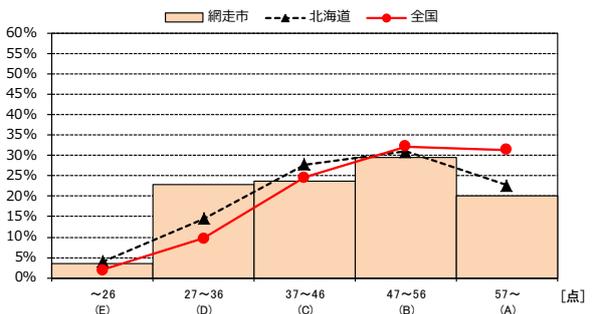
	網走市	北海道	全国
【ハンドボール投げ】 女子	12.01	12.54	12.96



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 男子	40.77	40.72	41.69



	網走市	北海道	全国
【総合評価】 女子	45.65	47.14	50.22



◆全国に比べ5点以下の生徒が多い種目  
 男子 ~ 「握力」「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」  
 女子 ~ 「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」

◆総合評価の状況  
 男子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より少ない。「E」「D」評価が全国よりやや多い。  
 女子 ~ 「B」評価以上(高得点)が全国より少ない。「E」「D」評価が全国より多い。

### (3) 児童生徒質問紙調査、学校質問紙調査

#### ① 運動に対する意識、運動習慣等の状況

		運動が 好き やや好き	運動は 大切	運動部や スポーツクラブ に入っている	中学校で 授業以外に 自主的に 運動したい	オリンピック パラリンピックへの関心		平日の 運動時間 (分) ※1日平均	土日の 運動時間 (分) ※1日平均
						内容・歴史を 知りたい	試合を見に 行ってみたい		
小5 男子	全国	93.3%	71.4%	77.8%	82.9%	31.8%	62.7%	59.76	132.40
	北海道	94.3%	75.8%	66.8%	87.0%	33.6%	61.2%	77.04	109.40
	R01網走市	93.6%	63.4%	69.0%	83.7%	34.5%	60.6%	75.48	100.15
	H30網走市	94.8%	73.3%	77.8%	84.0%	37.0%	56.3%	87.24	113.60
小5 女子	全国	87.6%	62.7%	51.2%	77.8%	31.7%	60.5%	41.96	70.95
	北海道	88.4%	69.7%	45.0%	83.7%	32.6%	57.8%	55.82	64.45
	R01網走市	79.7%	62.4%	45.5%	79.8%	37.6%	58.6%	41.10	59.40
	H30網走市	92.2%	74.1%	57.7%	76.5%	28.4%	57.8%	53.32	70.95
中2 男子	全国	89.4%	69.0%	76.0%	70.8%	14.4%	55.2%	102.92	149.20
	北海道	91.2%	72.7%	68.8%	74.1%	13.0%	53.8%	114.96	163.05
	R01網走市	92.0%	75.5%	69.6%	81.2%	10.2%	52.6%	108.74	164.55
	H30網走市	91.7%	70.4%	80.6%	68.3%	14.7%	53.1%	111.08	189.55
中2 女子	全国	79.2%	57.4%	57.9%	59.7%	14.7%	57.0%	104.10	150.35
	北海道	78.7%	59.4%	48.9%	60.8%	14.2%	53.3%	112.94	162.85
	R01網走市	83.0%	58.9%	56.0%	60.9%	11.4%	47.5%	103.02	153.40
	H30網走市	79.8%	47.1%	62.7%	51.7%	10.9%	51.3%	108.94	170.45

#### ■運動が好き

小学校の男子、中学校の男女で全国平均を上回っている。男子は小学校、中学校ともに9割を超えている。

#### ■運動は大切

中学校の男女は全国平均を上回ったが、小学校の男女は全国平均を下回っている。中学校は男女ともに、前年度を上回っている。

#### ■運動部に入っている

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。前年度との比較でも、所属している割合が下がっている。

#### ■卒業後、自主的に運動したい

小学校の男女、中学校の男女ともに全国平均をやや上回っている。中学校は、男女ともに前年度を大きく上回っている。

#### ■オリンピック・パラリンピックへの関心

「歴史、内容を知りたい」は、小学校の断行は全国平均を上回っているが、中学校は男女ともに全国平均を下回っている。

#### ■平日の運動時間

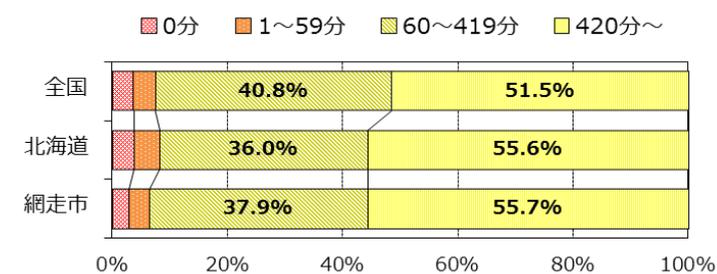
小学校の男子、中学校の男子が全国平均を上回っている。

#### ■土日の運動時間

中学校の男女が全国平均を上回っている。小学校は男女ともに、全国平均、前年度を下回っている。

## ② 1週間の総運動時間

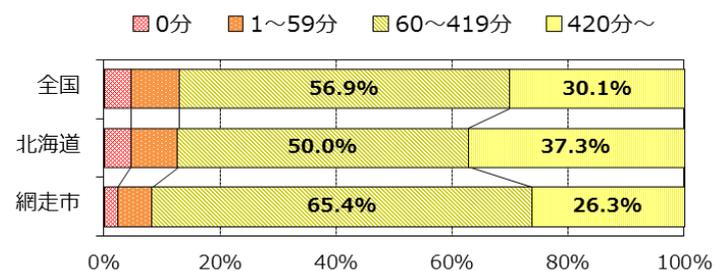
### 小学校5年男子



男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	3.6%	4.0%	40.8%	51.5%
北海道	3.8%	4.5%	36.0%	55.6%
網走市	2.9%	3.6%	37.9%	55.7%

1週間の総運動時間が1時間未満の割合  
網走市 6.5% (全国 7.6%)  
全国より 1.1 ポイント低い

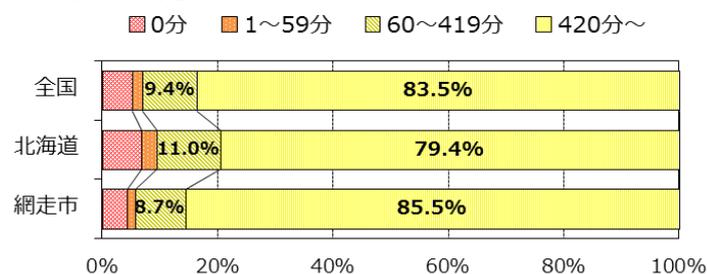
### 小学校5年女子



女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	4.7%	8.3%	56.9%	30.1%
北海道	4.6%	8.1%	50.0%	37.3%
網走市	2.3%	6.0%	65.4%	26.3%

1週間の総運動時間が1時間未満の割合  
網走市 8.3% (全国 13.0%)  
全国より 4.7 ポイント低い

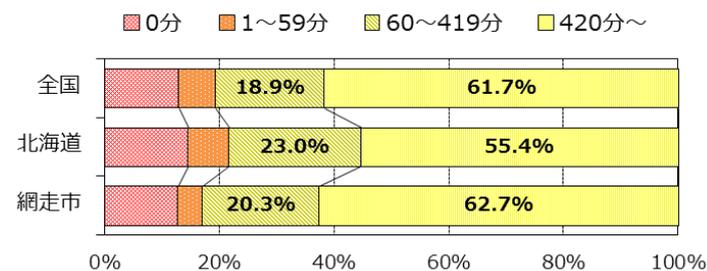
### 中学校2年男子



男子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	5.2%	1.9%	9.4%	83.5%
北海道	6.9%	2.7%	11.0%	79.4%
網走市	4.3%	1.4%	8.7%	85.5%

1週間の総運動時間が1時間未満の割合  
網走市 5.7% (全国 7.1%)  
全国より 1.4 ポイント低い

### 中学校2年女子



女子	0分	1~59分	60~419分	420分~
全国	13.0%	6.4%	18.9%	61.7%
北海道	14.6%	7.1%	23.0%	55.4%
網走市	12.7%	4.4%	20.3%	62.7%

1週間の総運動時間が1時間未満の割合  
網走市 17.1% (全国 19.4%)  
全国より 2.3 ポイント低い

#### ■ 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、中学校ともに全国平均より低くなっている。経年で見ると、小学校、中学校ともに、全国平均よりも「1週間の総運動時間」が短い傾向があったが、改善が見られてきている。

### ③ 生活習慣

		朝食を 毎日食べる	一日の睡眠時間		平日にテレビ、DVD、スマートフォン、 パソコンなどの画面を見ている時間	
			8時間以上	6時間未満	3時間以上	1時間未満
小 5 男 子	全 国	82.2%	68.1%	3.5%	39.1%	16.4%
	北海道	76.7%	71.3%	3.2%	45.7%	12.4%
	網走市	78.2%	63.4%	4.2%	43.9%	13.4%
小 5 女 子	全 国	82.3%	72.9%	1.9%	28.9%	26.7%
	北海道	76.4%	77.6%	1.5%	35.8%	20.5%
	網走市	72.9%	79.6%	2.3%	33.1%	18.0%
中 2 男 子	全 国	81.6%	29.2%	7.9%	37.7%	9.1%
	北海道	78.1%	36.5%	6.9%	43.2%	6.9%
	網走市	74.8%	37.4%	10.1%	40.9%	5.0%
中 2 女 子	全 国	78.2%	23.1%	9.6%	35.4%	12.0%
	北海道	73.2%	30.9%	7.7%	41.0%	9.6%
	網走市	69.2%	34.0%	9.4%	48.5%	9.4%

#### ■ 朝食を毎日食べる

「毎日朝ごはんを食べていない」児童生徒が約2割～3割おり、小学校の男女、中学校の男女ともに「毎日食べる」割合が全国平均を下回っている。

#### ■ 1日の睡眠時間

1日に8時間以上睡眠をとっている児童生徒の割合は、小学校の男子、中学校の男女で全国平均より高い。6時間未満の割合は、小学校の男女、中学校の男女ともに全国平均より高い。

#### ■ 平日にテレビ、DVD、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている時間

小学校の男女、中学校の男女ともに、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、3時間以上見ている割合が高い。

#### ④ 体育・保健体育の授業の状況

##### ア 児童生徒質問紙

		体育の授業は 楽しい やや楽しい	授業の目標が 示されている	授業で 振り返る活動 を行っている	授業で 助け合う活動 を行っている	授業で 話し合う活動 を行っている	授業で 学んだ内容は 将来役に立つ
小5 男子	全国	94.7%	83.9%	66.5%	86.6%	86.7%	81.9%
	北海道	95.1%	83.7%	59.8%	86.3%	86.2%	82.2%
	R01網走市	91.5%	83.1%	60.6%	82.1%	87.1%	75.0%
	H30網走市	97.0%	88.9%	79.8%	85.0%	88.0%	78.4%
小5 女子	全国	91.3%	83.9%	67.9%	90.1%	87.2%	77.0%
	北海道	91.4%	84.7%	62.0%	89.9%	88.2%	77.2%
	R01網走市	88.7%	86.4%	60.6%	85.7%	91.0%	71.8%
	H30網走市	93.9%	91.4%	83.6%	93.9%	88.0%	70.2%
		保健体育の 授業は楽しい やや楽しい	授業の目標が 示されている	授業で 振り返る活動 を行っている	授業で 助け合う活動 を行っている	授業で 話し合う活動 を行っている	授業で 学んだ内容は 将来役に立つ
中2 男子	全国	89.4%	89.7%	75.3%	89.5%	86.0%	80.5%
	北海道	92.1%	90.2%	74.2%	90.3%	86.2%	81.6%
	R01網走市	97.1%	90.5%	80.6%	89.2%	86.2%	79.6%
	H30網走市	89.5%	89.5%	77.7%	85.3%	85.7%	73.6%
中2 女子	全国	83.6%	89.1%	77.6%	92.9%	87.0%	74.1%
	北海道	84.9%	89.7%	74.2%	92.9%	86.0%	71.2%
	R01網走市	88.0%	91.2%	86.1%	93.8%	83.7%	70.2%
	H30網走市	80.6%	94.9%	73.1%	92.4%	86.3%	65.0%

##### イ 学校質問紙

		体育授業の目標を児童に示す活動を取り入れている	体育授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている	体育授業で児童同士が助け合い、役割を果たす活動を取り入れている	体育授業で児童同士で話し合う活動を取り入れている	体育指導で授業中にICT機器を活用している				
小学校	全国	58.0%	52.6%	60.9%	50.5%	8.5%				
	北海道	92.6%	89.9%	90.2%	83.5%	34.3%				
	網走市	100.0%	100.0%	88.9%	77.8%	33.3%				
		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				
中学校		いつも取り入れている	たいたい取り入れている	いつも取り入れている	たいたい取り入れている	いつも取り入れている	たいたい取り入れている			
	全国	60.2%	38.5%	45.3%	50.7%	38.6%	58.7%	74.4%	25.6%	77.3%
	北海道	72.6%	26.5%	55.9%	40.9%	44.9%	52.4%	85.2%	14.8%	88.7%
	網走市	50.0%	50.0%	66.7%	33.3%	66.7%	33.3%	83.3%	16.7%	100.0%

- 目標を示す活動 ～ 小学校、中学校ともに、「目標が示されている」と回答する児童生徒の割合が高くなっており、学校回答との差が縮小している。
- 振り返る活動 ～ 中学校と比較し、小学校は「行っている」と回答する児童と「取り入れている」と回答する学校の差が開いている。
- 助け合う活動 ～ 小学校、中学校ともに8割以上が「助け合う活動が行われている」と回答している。児童生徒と学校回答との差も小さい。
- 話し合う活動 ～ 小学校、中学校ともに8割以上が「話し合う活動が行われている」と回答している。児童生徒と学校回答との差も小さい。
- 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た	友達に教えてもらった	授業中に自分の動きを動画で見た	授業外に先生に教えてもらった	授業外に自分で練習した	授業外に本や動画を見た	できるようになったことがない
小5男子	全国	49.1%	42.3%	14.9%	51.0%	54.0%	8.0%	11.0%	30.8%	18.4%	3.9%
	北海道	50.8%	41.1%	14.3%	52.1%	50.1%	8.2%	10.8%	32.2%	18.2%	3.7%
	R01網走市	54.6%	41.8%	14.2%	49.6%	45.4%	10.6%	9.9%	24.8%	14.9%	3.5%
	H30網走市	62.7%	36.6%	10.4%	50.0%	47.8%	7.5%	8.2%	23.1%	11.2%	1.5%
小5女子	全国	46.1%	39.1%	11.8%	60.1%	68.3%	6.5%	9.3%	38.4%	16.1%	2.0%
	北海道	47.4%	37.2%	12.0%	60.1%	65.5%	7.4%	9.9%	41.8%	16.8%	1.6%
	R01網走市	42.1%	44.4%	15.0%	61.7%	66.2%	8.3%	13.5%	36.8%	17.3%	1.5%
	H30網走市	56.0%	33.6%	5.2%	59.5%	61.2%	5.2%	9.5%	35.3%	9.5%	1.7%
中2男子	全国	46.6%	42.6%	6.2%	45.5%	52.1%	5.8%	4.9%	12.2%	7.5%	5.3%
	北海道	48.4%	44.0%	5.9%	44.2%	48.5%	8.3%	4.1%	12.9%	7.5%	5.3%
	R01網走市	47.8%	48.6%	4.3%	41.3%	41.3%	9.4%	3.6%	15.2%	8.0%	5.1%
	H30網走市	46.5%	38.7%	1.4%	38.0%	46.5%	9.2%	4.9%	8.5%	7.7%	8.5%
中2女子	全国	49.2%	36.7%	5.7%	53.1%	69.4%	6.5%	4.2%	15.1%	6.8%	3.3%
	北海道	49.0%	34.0%	6.0%	50.0%	64.3%	9.3%	3.6%	14.5%	6.3%	4.5%
	R01網走市	46.5%	32.7%	3.1%	40.9%	61.0%	8.2%	5.0%	9.4%	4.4%	3.8%
	H30網走市	49.1%	34.2%	7.9%	45.6%	70.2%	7.0%	0.0%	8.8%	2.6%	0.9%

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

### ■できないことができるようになったきっかけ

児童生徒質問紙では、小学校、中学校ともに、「授業中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。また、「自分の動きを動画で見た（ICT機器の活用）」と回答する割合が全国より高い。

### ■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」「児童生徒自ら工夫させる」「児童生徒に合った場やルールの提示」「教員や友達のまねを促す」「自分の動きを映像で見る」と回答する学校の割合が、全国平均と比較して高く、児童生徒が「できるようになったきっかけ」の回答と同様の傾向を示している。

### ⑤ 授業以外の取組、地域や関係機関・家庭との連携（学校質問紙調査）

小学校	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、性別に応じた取組を行っている	授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組を行っている	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	体力向上に係る家庭への説明・呼びかけを行っている	学校外の人材を活用している	前年度、オリンピック・パラリンピック教育に係る取組を行った
全国	82.1%	61.1%	84.7%	85.4%	59.9%	35.3%	50.0%
北海道	95.7%	79.0%	94.4%	97.6%	93.8%	52.2%	71.6%
網走市	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	88.8%	100.0%

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、性別に応じた取組を行っている	授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組を行っている	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	体力向上に係る家庭への説明・呼びかけを行っている	学校外の人材を活用している	前年度、オリンピック・パラリンピック教育に係る取組を行った
全国	75.2%	63.2%	56.1%	85.5%	34.7%	26.2%	58.6%
北海道	88.7%	78.3%	82.5%	91.4%	79.8%	53.3%	72.4%
網走市	100.0%	83.3%	83.3%	100.0%	100.0%	66.7%	83.3%

#### ■ 学校における体力・運動能力の向上に係る取組

小学校、中学校ともに、体力・運動能力の向上に係る取組を全国平均より高い割合で推進している。運動が苦手な児童生徒向けの取組や、体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組（1校1実践の取組等）が、全国平均を大きく上回っている。

#### ■ 地域や関係機関・家庭との連携

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

### 3. 調査結果の特徴と改善に向けた取組（学校の取組）

#### 【実技調査の結果から】

- ◎小学校は、男子が全種目で全国平均を上回った。年度によって差異はあるが、男女ともに課題が見られた種目の平均値に改善の傾向が見られる。
- ◎中学校は、男子が4種目で全国平均を上回り、体力合計点で北海道平均を上回った。
- ◎中学校の総合評価「E」「D」の割合が減少の傾向にある。
- ▲小学校は、男子に比べて女子の体力・運動能力が全国平均を下回る傾向にある。
- ▲中学校の女子は、改善の傾向が見られるが、全種目で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、中学校ともに「運動が好き・やや好き」と回答する割合が高い。
- ◎小学校、中学校ともに「体育の授業は楽しい・やや楽しい」と回答する割合が高い。
- ▲小学校は男女ともに、「土日の運動時間」が全国平均及び前年度平均を下回っている。
- ▲小学校、中学校ともに「運動部等に入っている」割合が全国平均及び前年度平均を下回った。
- ▲小学校、中学校ともに、「テレビやスマートフォンの画面を3時間以上見ている」割合が全国平均より高い傾向にある。

#### 【学校質問紙調査から】

- ◎小・中学校ともに、全国平均より高い割合で調査項目にある体力向上の取組を推進している。
- ◎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。
- ◎「目標が示されている」「振り返る活動を行っている」と回答している児童生徒の割合と、「目標を示している」「振り返る活動を取り入れている」と回答している学校の割合の差が縮小している。

#### ■■■ 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。
  - ・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。

### ○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、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。
- ・正確な計測のため、実施方法について全教職員でマニュアルを確認するとともに、全教職員が計測に携わるなど、全校体制で調査を実施する。

## ◆運動機会の創出

- 体育的行事や児童会・生徒会行事において、運動が苦手な子も楽しんで参加できる種目を設定し、休み時間や放課後に目標に向かって協力しながら取り組める環境をつくる。
- 学校生活において、児童生徒が気軽に体を動かすことができる場所や物を用意するなど、運動環境を整える。
- 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る。
- 土曜日に無料で利用できる体育施設（総合体育館、網走市民健康プール、スキー場など）の積極的な利用を呼び掛ける。
- 廊下や体育館の掲示板にスポーツ少年団等の活動や募集案内等を掲示する。

## ◆1校1実践の取組の充実

### 《 小学校 》

学校名	取組内容（1校1実践の取組等）
網走小学校	○網走市が推奨するタグラグビーへの取組 ○体育専科による授業改善の取組
中央小学校	○マラソンによる体力向上と精神力の強化 ○なわとびによる持久力の維持強化・体力の底上げ
西小学校	○日常の取り組み ・徒歩での登下校 ・休み時間における外遊びの奨励 ・業間体育において、全校体育（持久走、なわとび、ストレッチ）の実施 ○教科体育での取り組み ・外部講師の要請 ・体育備品の交流
呼人小学校	○徒歩通学 ○授業改善の取組 ○タグラグビー、マラソンの取組 ○部活動への体験入部 ○上手に身体を使いこなすための基礎的な運動を指導過程に位置づける。
南小学校	○継続した「なわとび運動」の推進 ・なわとび …体育の時間のはじめ5分間 ・なわとびデー …週1回業間 ・なわとび認定月間の設定（9月と2月） ○授業改善（柔軟性や走力を高める運動を指導課程に位置付ける）
潮見小学校	○児童会による体力向上運動 ○タグラグビーへの取組 ○登下校を利用した体力向上
東小学校	○東っ子タイム～毎週水曜日の中休みを利用して、持久走（グラウンド10分間走）やなわとびに取り組んでいる。なわとびの記録は、「どさん子元気アップチャレンジ」に登録する。 ○MSD（モーニングスポーツデー）～毎週金曜日の朝の時間を利用して、柔軟性や持久力、走力を高める運動、なわとびに取り組んでいる。
白鳥台小学校	○オホーツク運動プログラムを活用した柔軟性を育成する体育科の授業改善 ○外部人材の積極的活用による運動技能の向上の取組（水泳、スキーなど） ○児童会体育専門委員会による柔軟性、走力向上の取組 ○全校マラソン、全校スケートによる筋力、全身持久力向上の取組
西が丘小学校	○スポーツDAY ・月に1回～2回程度、通年の取組として、全校参加型の運動の機会をつくる ○マラソン記録カード ○タグラグビーへの取組

### 《 中学校 》

学校名	取組内容（1校1実践の取組等）
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 ○徒歩通学の奨励 ○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。 ○体力テストの結果を掲示し、意欲向上につなげる。 ○部活動加入の奨励

第二中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>○徒歩通学、自転車登校の励行 <ul style="list-style-type: none"> <li>・4月の学校便りやPTA 総会で呼びかけ</li> <li>・生徒会の取組で毎月9のつく日に「歩9(あるく)運動」を実施</li> </ul> </li> <li>○部活動への加入促進 <ul style="list-style-type: none"> <li>・入学時に1年生が部活動へ加入するよう呼びかけ</li> </ul> </li> </ul>
第三中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全学年の体育授業において、始業10分程度準備体操と共に「走る・腕立て・腹筋・背筋・バービー」を行う。</li> <li>○体づくり運動では、バランス・リズム・スピード・タイミングを意識した運動の工夫・改善を行う。</li> <li>○長距離走記録会の実施。</li> </ul>
第四中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>○授業での取組(種目にあったアップ【ドリル練習】の工夫・活動時間の確保)</li> <li>○持久走(マラソン記録会・部活動)</li> <li>○歩くスキーの実施</li> <li>○体幹トレーニング・筋力トレーニングの実施(部活動)</li> <li>○常任委員会の健康企画</li> </ul>
第五中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体育の授業時に、ランニングと補強運動を実施</li> <li>○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</li> <li>○生徒会の企画による球技大会の実施</li> </ul>
呼人中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>○徒歩通学</li> <li>○授業改善の取組</li> <li>○空手道の授業</li> <li>○上手に身体を使いこなすための基礎的な運動を指導過程に位置づける。</li> </ul>

#### 4. 網走市における児童生徒の体力向上に向けた取組

- (1) 心身ともに健康な子どもを育成するために、保護者、地域とともに、「早寝・早起き・朝ごはん」など望ましい生活習慣の定着、運動に慣れ親しむ機会を作るなど、体力向上の取組を推進します。
- (2) 運動が苦手な児童でも取り組むことができるタグラグビーを小学校の教育課程に位置付けるとともに、スポーツ合宿の団体によるタグラグビー教室や教育長杯タグラグビー大会を開催します。
- (3) オホーツク網走マラソンなど、各種スポーツ大会への参加促進を図ります。また、スキーやスケート、歩くスキーなど冬季スポーツへの取組を推奨します。
- (4) 1週間の総運動時間を増やすために、徒歩通学の奨励、1校1実践の取組の充実、スポーツ少年団や部活動等への加入促進を図ります。
- (5) 体育・保健体育の授業の充実を図るため、教員を対象とした「体育授業改善研修会」を開催します。
- (6) 体育・保健体育の授業において、子ども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。