

平成30年度 「全国体力・運動能力、運動習慣調査」  
富良野市の分析結果について

体育授業の成果徐々に～運動習慣の定着が課題～

平成31年2月 富良野市教育委員会

スポーツ庁から提供された全国体力・運動能力、運動習慣調査について富良野市の平成30年度の分析結果がまとまりました。

本調査は、小学校第5学年及び中学校第2学年を対象とした実技に関する調査と質問紙調査で実施されました。富良野市及び各小中学校では、この分析結果を今後の指導に生かすとともに、課題改善に向けた取組を進めることが重要となります。

今後は、教育委員会及び各小中学校において、体力・運動能力向上と運動習慣の定着に向け教育委員会・学校・家庭と連携協力して、さまざまな取組や支援を行ってまいります。

また、子どもたちの健やかな成長のためには、家庭・地域の協力が欠かせません。この結果を家庭での生活習慣及び運動習慣の改善等に役立ててください。

## 調査の概要

### 〈調査の目的〉

- (1) 子どもの体力低下の状況を鑑み、国が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向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会、各学校が、全国的な状況との関係において当該児童生徒の体力向上に係る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、当該児童生徒の体力向上に関する検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が、当該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。

### 〈対象学年〉

小学校第5学年、中学校第2学年

### 〈調査事項〉

- (1) 実技に関する調査

「小学校」8種目

握力、上体おこし、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」8種目

握力、上体おこし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン（持久走）、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※ 中学生は、20mシャトルランか持久走のどちらかを選択

〈調査内容種目〉

○「握力」

物を握るときの手の力で、運動を発現する多数の筋群の力（筋力）の代表として取り上げられている種目です。

○「上体おこし」

仰向けに寝た状態から両肘と両大腿部がつくまで上体を起こし、再び仰向けに寝る動作を繰り返すことで、体幹を支持する腹部の筋力・筋持久力の指標となる種目です。

○「長座体前屈」

膝を伸ばして床に座り、指先を前に押し出すようにして柔軟性を測定する種目です。

○「反復横とび」

1メートル間隔の3本の線を引いた上で行き、身体の位置移動や運動方向の変換を素早く行う能力（敏捷性）の指標となる種目です。

○「持久走」

中学校2年生の男女を対象に、男子1500m、女子1000mの距離を走るのに要した時間を測定する種目です。

○「20メートルシャトルラン」

20メートル間隔で平行に引かれた2本の線の一方に立ち、合図に合わせて他方の線へ向けて走り出し、足で線をタッチすることを繰り返すことで、走る能力と全身の移動スピードを測定する種目です。

○「50m走」

50mをいかに短い時間で走るかを競うことで、走る能力と全身の移動スピードを測定する種目です。

○「立ち幅とび」

直立姿勢から助走をせずに、身体の屈伸運動のみで反動をつけて遠くへとぶことで、とぶ力と瞬間的にどれだけ大きな力が発揮できるかを表す筋パワー（瞬発力）を測定する種目です。

○「ボール投げ」（小学生：ソフトボール 中学生：ハンドボールで実施）

全身の巧緻性にかかわる投の運動能力と筋パワーを測定する種目です。

（2）運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

〈調査実施日〉

平成30年4月～7月

◆調査結果の取扱いについて

- ・本調査は、対象となる学年や実施内容が限られています。また、体力は個人の発育・発達の状況が大きく関わっていることから、結果はあくまでも体力・運動能力の特定の一部分をあらわすものであり、全てをあらわすものではありませんので留意してください。
- ・本調査は、子どもたちの体力・運動能力や運動習慣等を把握し、体力や生活習慣、食習慣、運動習慣改善のための指導に役立てることを目的として実施しているものなので、過度な競争を目的とした調査結果の取扱いとならないよう留意願います。

## 実技に関する調査結果の概要

### 小学校

【5年生男子】▲：全国平均値を下回った数値

種目	平均値・差	全 国	北 海 道	富 良 野 市	全国平均との差
握力 (kg)		16.54	17.42	17.20	0.66
上体起こし (回)		19.95	19.92	20.33	0.38
長座体前屈 (cm)		33.31	33.17	32.47	▲ 0.84
反復横跳び (点)		42.10	42.80	44.34	2.24
20m シャトルラン (回)		52.15	49.76	54.57	2.42
50m 走 (秒)		9.37	9.65	9.72	▲ 0.35
立ち幅跳び (cm)		152.24	152.20	154.37	2.13
ソフトボール投げ (m)		22.15	22.76	25.65	3.50
体力合計点 (点)		54.21	53.98	55.07	0.86

【5年生女子】▲：全国平均値を下回った数値

種目	平均値・差	全 国	北 海 道	富 良 野 市	全国平均との差
握力 (kg)		16.15	16.99	16.55	0.4
上体起こし (回)		18.96	18.73	17.14	▲ 1.82
長座体前屈 (cm)		37.62	37.44	35.18	▲ 2.44
反復横跳び (点)		40.32	41.01	40.53	0.21
20m シャトルラン (回)		41.88	39.28	37.85	▲ 4.03
50m 走 (秒)		9.60	9.83	10.05	▲ 0.45
立ち幅跳び (cm)		145.94	145.92	145.69	▲ 0.25
ソフトボール投げ (m)		13.77	14.29	15.65	1.88
体力合計点 (点)		55.90	55.58	54.58	▲ 1.32

### 《小学校の概要》

#### 【男 子】

8種目の内、「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「20m シャトルラン」「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」の6種目で全国平均を上回りました。このことから、各学校の全校的な体育授業改善や補充運動の実施、体力づくりの取組が成果を上げていると考えられます。

また、体力合計点も全国平均を上回り、バランスのよい体力向上の取組が成果を上げていると考えられます。「長座体前屈」「50m 走」の2種目が全国平均を下回ったことから、柔軟性を高める運動や走る力を高めるための指導内容等の工夫改善が課題であると考えられます。

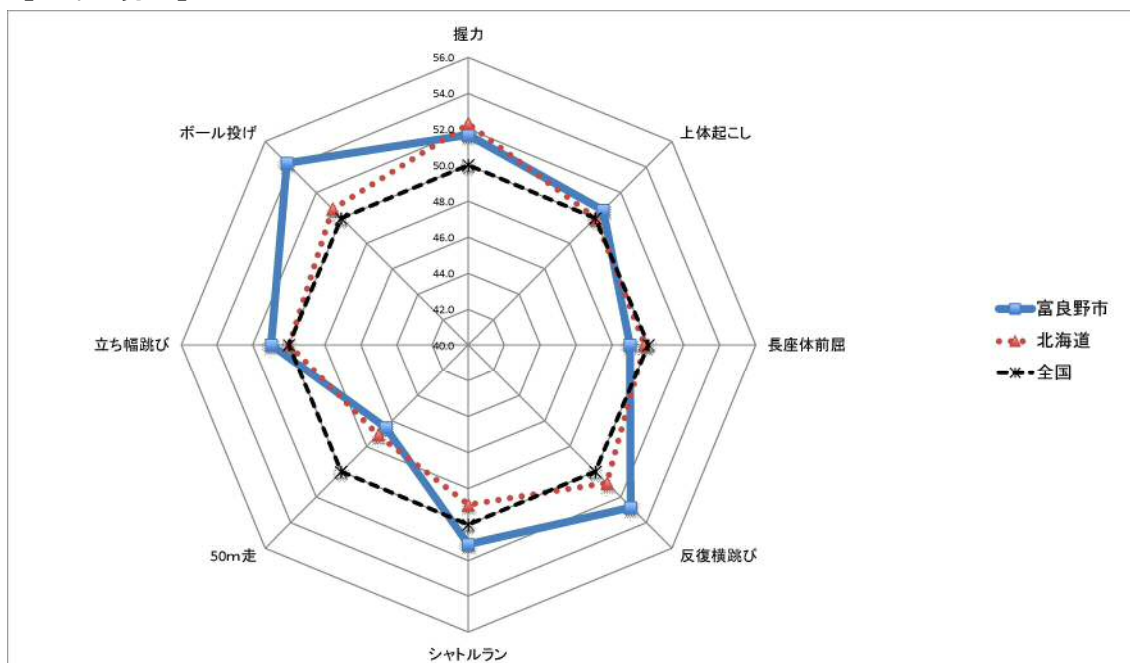
#### 【女 子】

8種目の内、全国平均を上回った種目は「握力」「反復横跳び」「ソフトボール投げ」の3種目でしたが、男子同様、各学校の全校的な体育授業改善や補充運動の実施、体力づくりの取組の成果と考えられます。「上体起こし」「長座体前屈」「20m シャトルラン」「50m 走」「立ち幅跳び」の5種目と体力合計点が全国平均を下回ったことから、筋持久力、柔軟性、走る能力、瞬発力を高めるためのきめ細かな指導内容等の工夫改善が課題であると考えられます。

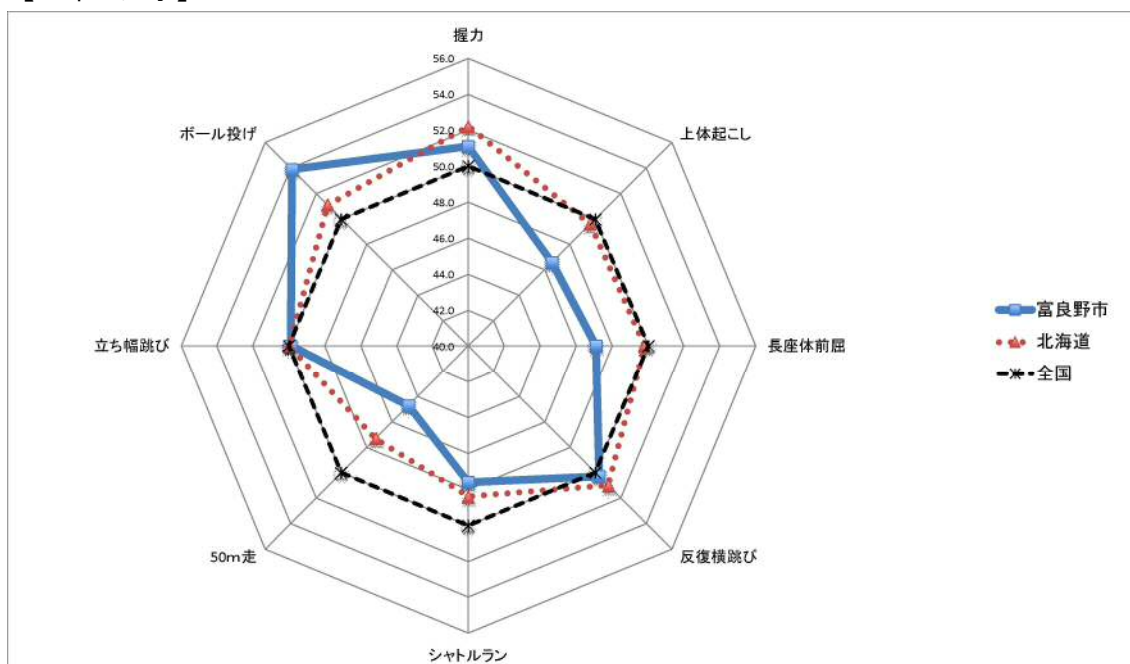
【偏差値から見た各種目の状況】

※ 全国平均値を50とした時の偏差値（T得点）をチャートで表しています。

【5年生男子】



【5年生女子】



## 【中学校 2 年生の調査結果】

### 中学校

#### 【2 年生男子】 ▲：全国平均値を下回った数値

種 目	平均値・差	全 国	北 海 道	富 良 野 市	全国平均との差
握力 (kg)		28.84	29.88	26.79	▲ 2.05
上体おこし (回)		27.36	26.82	27.58	0.22
長座体前屈 (cm)		43.44	41.86	44.08	0.64
反復横跳び (点)		52.24	51.04	53.34	1.1
20m シャトルラン (回)		86.06	81.26	81.12	▲ 4.94
50m 走 (秒)		7.99	8.18	8.27	▲ 0.28
立ち幅跳び (cm)		195.62	195.61	198.45	2.83
ハンドボール投げ (m)		20.55	20.47	21.84	1.29
体力合計点 (点)		42.32	41.32	42.83	0.51

#### 【2 年生女子】 ▲：全国平均値を下回った数値

種 目	平均値・差	全 国	北 海 道	富 良 野 市	全国平均との差
握力 (kg)		23.87	23.83	23.21	▲ 0.66
上体おこし (回)		23.87	22.14	22.02	▲ 1.85
長座体前屈 (cm)		46.22	44.60	43.12	▲ 3.1
反復横跳び (点)		47.37	45.57	47.00	▲ 0.37
20m シャトルラン (回)		59.87	52.25	57.12	▲ 2.75
50m 走 (秒)		8.78	9.04	9.24	▲ 0.46
立ち幅跳び (cm)		170.26	165.60	165.42	▲ 4.84
ハンドボール投げ (m)		12.98	12.53	14.03	1.05
体力合計点 (点)		50.61	47.22	47.60	▲ 3.01

### 《中学校の概要》

#### 【男 子】

8 種目の内、「上体おこし」「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」の 5 種目で全国平均を上回りました。このことから、各学校の全校的な体育授業改善や補充運動の実施、体力づくりの取組が成果を上げていると考えられます。また、体力合計点も全国平均を上回り、バランスのよい体力向上の取組が成果を上げていると考えられます。「握力」「20m シャトルラン」「50m 走」の 3 種目が全国平均を下回ったことから、筋力と走る力を高めるための指導内容等の工夫改善が課題であると考えられます。

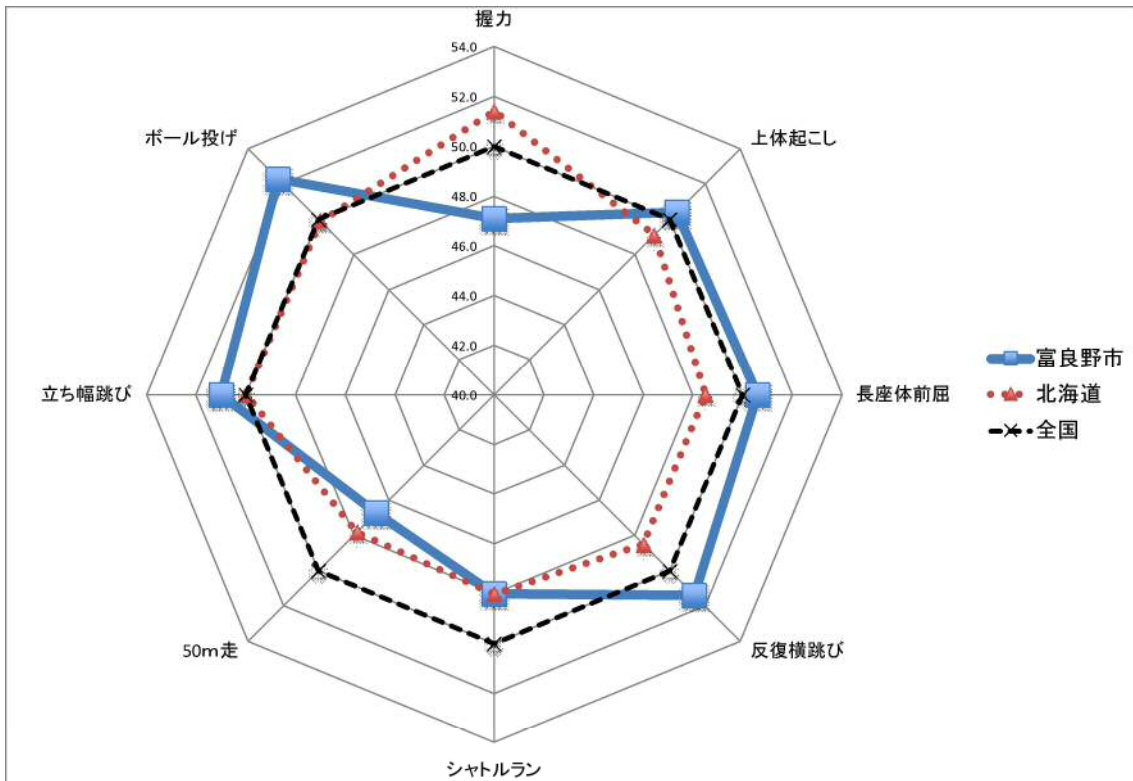
#### 【女 子】

8 種目の内、全国平均を上回った種目は「ソフトボール投げ」の 1 種目でしたが、「反復横跳び」「20m シャトルラン」は全道平均を上回っており、男子同様、各学校の全校的な体育授業改善や補充運動の実施、体力づくりの取組の成果と考えられます。「握力」「上体おこし」「長座体前屈」「反復横跳び」「20m シャトルラン」「50m 走」「立ち幅跳び」の 7 種目と体力合計点が全国平均を下回ったことから、筋力、筋持久力、柔軟性、敏捷性、走る能力、瞬発力を高めるためのきめ細かな指導内容等の工夫改善が課題であると考えられます。

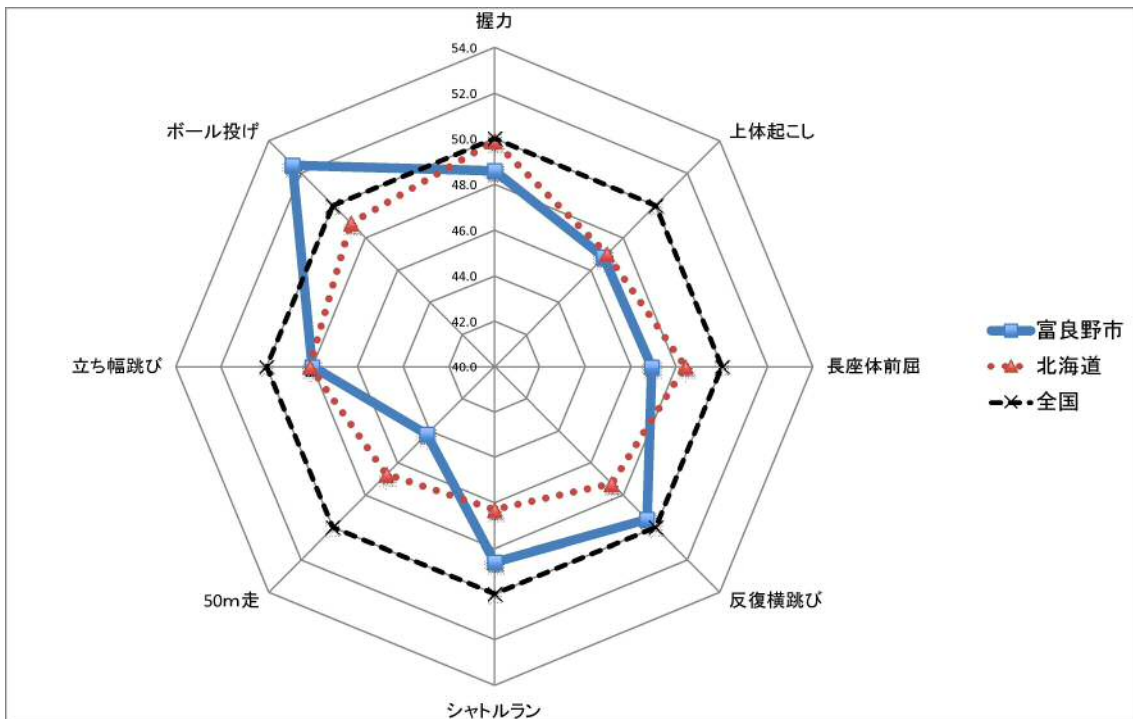
【偏差値から見た各種目の状況】

※ 全国平均値を50とした時の偏差値（T 得点）をチャートで表しています。

【2年生男子】



【2年生女子】



## 【昨年度との比較による実技に関する調査結果の傾向】

(小学校)

【5年生男子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	29年度 富良野市	30年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	16.98	17.20	▲ 0.22	0.66
②上体起こし (回)	19.73	20.33	0.41	0.38
③長座体前屈 (cm)	29.91	32.47	▲ 0.7	▲ 0.84
④反復横跳び (点)	41.45	44.34	1.54	2.24
⑤ 20m シャトルラン (回)	48.40	54.57	4.81	2.42
⑥ 50m 走 (秒)	9.89	9.72	▲ 0.07	▲ 0.35
⑦立ち幅跳び (cm)	153.31	154.37	2.17	2.13
⑧ソフトボール投げ (m)	23.07	25.65	2.89	3.5
⑨体力合計点 (点)	51.99	55.07	1.09	0.86

【5年生女子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	29年度 富良野市	30年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	16.24	16.55	▲ 0.44	0.4
②上体起こし (回)	17.15	17.14	▲ 1.59	▲ 1.82
③長座体前屈 (cm)	33.45	35.18	▲ 2.26	▲ 2.44
④反復横跳び (点)	40.02	40.53	▲ 0.48	0.21
⑤ 20m シャトルラン (回)	39.15	37.85	▲ 1.43	▲ 4.03
⑥ 50m 走 (秒)	9.98	10.05	▲ 0.22	▲ 0.45
⑦立ち幅跳び (cm)	147.26	145.69	▲ 0.23	▲ 0.25
⑧ソフトボール投げ (m)	14.89	15.65	1.36	1.88
⑨体力合計点 (点)	53.73	54.58	▲ 1.0	▲ 1.32

①「握力」は男女ともに全国平均を上回りました。また、昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、筋力は向上していると考えられます。今後も、これまでの指導を継続することと、使用器具に慣れる指導をすると更に効果的であると考えられます。

②「上体起こし」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子が全国及び全道平均を下回りました。しかし、昨年度の数値とほぼ同様の数値です。このことから、筋持久力は向上していると考えられます。今後は、これまでの指導を継続することと、男女の特性に応じた筋持久力のための運動を工夫することが課題であると考えられます。

③「長座体前屈」は男女ともに全国及び全道平均を下回りました。しかし、男女ともに昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、柔軟性は向上していると考えられます。今後は、これまでの指導を継続することと、男女の特性に応じた柔軟性を高める運動を工夫することが課題であると考えられます。

④「反復横跳び」は男女ともに全国平均を上回りました。また、昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、俊敏性は向上していると考えられます。今後も、これまでの指導を継続することが重要であると考えられます。

⑤「20m シャトルラン」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子が全国及び全道平均を下回りました。このことから、女子では特性に応じた走る力を高める指導が課題であると考えられます。今後は、走る力を高める指導の工夫が重要であると考えられます。

⑥「50m 走」は男女ともに全国平均を下回りました。このことから、男女ともに走る力を高める指導の工夫が重要な課題であると考えられます。今後は、「20m シャトルラン」の指導と併せた総合的な観点での走る力を高める指導の工夫が重要な課題であると考えられます。

⑦「立ち幅跳び」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子が全国及び全道平均を下回りました。このことから、これまでの指導を生かすとともに女子では特性に応じた瞬発力を高める指導が課題であると考えられます。

⑧「ソフトボール投げ」は男女ともに全国及び全道平均を上回りました。また、昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、投げる力は向上していると考えられます。今後も、これまでの指導を継続することと、使用するボールに慣れる指導をすると更に効果的であると考えられます。

⑨「体力合計点」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子が全国及び全道平均を下回りました。しかし、男女ともに昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、体力は向上していると考えられます。今後は、これまでの指導を生かすとともに女子では特性に応じた体力を高める指導の工夫が課題であると考えられます。



(中学校)

【2年生男子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	29年度 富良野市	30年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	29.15	26.79	▲ 3.09	▲ 2.05
②上体起こし (回)	30.06	27.58	0.76	0.22
③長座体前屈 (cm)	45.76	44.08	2.22	0.64
④反復横跳び (点)	53.67	53.34	2.3	1.1
⑤20m シャトルラン (回)	87.72	81.12	▲ 0.14	▲ 4.94
⑥50m 走 (秒)	8.10	8.27	▲ 0.09	▲ 0.28
⑦立ち幅跳び (cm)	202.36	198.45	2.84	2.83
⑧ハンドボール投げ (m)	22.09	21.84	1.37	1.29
⑨体力合計点 (点)	44.84	42.83	1.51	0.51

【2年生女子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	29年度 富良野市	30年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	23.54	23.21	▲ 0.62	▲ 0.66
②上体起こし (回)	21.43	22.02	▲ 0.12	▲ 1.85
③長座体前屈 (cm)	45.99	43.12	▲ 1.48	▲ 3.1
④反復横跳び (点)	48.69	47.00	1.43	▲ 0.37
⑤20m シャトルラン (回)	55.07	57.12	4.87	▲ 2.75
⑥50m 走 (秒)	9.09	9.24	▲ 0.2	▲ 0.46
⑦立ち幅跳び (cm)	167.89	165.42	▲ 0.18	▲ 4.84
⑧ハンドボール投げ (m)	14.42	14.03	1.5	1.05
⑨体力合計点 (点)	49.58	47.60	0.38	▲ 3.01

①「握力」は男女ともに全国及び全道平均を下回りました。このことから、筋力を高める指導の工夫が重要な課題であると考えられます。今後は、これまでの指導を改善することと、使用器具に慣れる指導をすると更に効果的であると考えられます。

②「上体起こし」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子は全国及び全道平均を下回りました。しかし、昨年度の数値より数値に伸びが見られます。このことから、これまでの指導を生かすことと、特性に応じた筋持久力を高めるための運動を工夫することが課題であると考えられます。

③「長座体前屈」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子は全国及び全道平均を下回りました。このことから、これまでの指導を生かすことと、特性に応じた柔軟性を高めるための運動を工夫することが課題であると考えられます。

④「反復横跳び」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子は全国及び全道平均を下回りました。このことから、これまでの指導を生かすことと、特性に応じた俊敏性を高めるための運動を工夫することが課題であると考えられます。

⑤「20m シャトルラン」は男子が全国及び全道平均を下回り、女子は全国平均を下回りました。しかし、女子では昨年度の数値より数値に伸びが見られます。このことから、男子では特性に応じた走る力を高める指導が課題であると考えられます。今後は、走る力を高める指導の工夫が重要であると考えられます。

⑥「50m 走」は男女ともに全国及び全道平均を下回りました。このことから、男女ともに走る力を高める指導の工夫が重要な課題であると考えられます。今後は、「20m シャトルラン」の指導と併せた総合的な観点での走る力を高める指導の工夫が重要な課題であると考えられます。

⑦「立ち幅跳び」は男子が全国及び全道平均を上回りましたが、女子は全国及び全道平均を下回りました。このことから、これまでの指導を生かすことと、特性に応じた瞬発力を高めるための運動を工夫することが課題であると考えられます。

⑧「ハンドボール投げ」は男女ともに全国及び全道平均を上回りました。このことから、投げる力は向上していると考えられます。今後も、これまでの指導を継続することと、使用するボールに慣れる指導をすると更に効果的であると考えられます。

⑨「体力合計点」は男子が全国及び全道平均を下回り、女子は全国平均を下回りました。今後は、これまでの指導を生かすとともに、女子では特性に応じた体力を高める指導の工夫が課題であると考えられます。

## 【小5の時との比較による実技に関する調査結果の傾向】

【2年生男子】▲：全国平均値を下回った数値

種目	27年度 小学5年時	30年度 中学2年時	現段階での全国 平均との差	小学校での全国 平均との差
握力 (kg)	16.65	26.79	▲ 2.05	▲ 0.92
上体起こし (回)	19.58	27.58	0.22	0.24
長座体前屈 (cm)	33.05	44.08	0.64	▲ 1.81
反復横跳び (点)	41.60	53.34	1.1	▲ 0.37
20m シャトルラン (回)	51.64	81.12	▲ 4.94	▲ 0.8
50m 走 (秒)	9.38	8.27	▲ 0.28	0.22
立ち幅跳び (cm)	151.24	198.45	2.83	▲ 0.73
ハンドボール投げ (m)	22.52	21.84	1.29	1.12
体力合計点 (点)	53.80	42.83	0.51	▲ 1.0

【2年生女子】▲：全国平均値を下回った数値

種目	27年度 小学5年時	30年度 中学2年時	現段階での全国 平均との差	小学校での全国 平均との差
握力 (kg)	16.05	23.21	▲ 0.66	0.74
上体起こし (回)	18.42	22.02	▲ 1.85	▲ 0.91
長座体前屈 (cm)	37.44	43.12	▲ 3.1	▲ 0.25
反復横跳び (点)	39.55	47.00	▲ 0.37	▲ 1.24
20m シャトルラン (回)	40.69	57.12	▲ 2.75	▲ 5.66
50m 走 (秒)	9.62	9.24	▲ 0.46	0.21
立ち幅跳び (cm)	144.77	165.42	▲ 4.84	▲ 1.20
ハンドボール投げ (m)	13.77	14.03	1.05	0.03
体力合計点 (点)	55.18	47.60	▲ 3.01	▲ 1.62

### 【男子】

小学校5年生の時に比べ、全国平均を上回ったのは「上体起こし」「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」の5種目であり、「体力合計点」も全国平均を上回りました。全国平均を下回った種目は「握力」「20m シャトルラン」「50m 走」の3種目です。このことから、男子の体力は総体的に向上したといえると考えます。

今後は、成果のあった種目に関する指導を生かして指導を継続することと、課題のあった種目に関する筋力、走る力の向上に向けた取組を改善していくことが重要な課題であると考えられます。

### 【女子】

小学校5年生の時に比べ、全国平均を上回ったのは「ハンドボール投げ」の1種目であり、全国平均を下回った種目は「ハンドボール投げ」以外の7種目と「体力合計点」です。しかし、「反復横跳び」「20m シャトルラン」は全国平均値に近づいています。このことから、女子の体力は男子ほどではありませんが向上が図られていると考えられます。

今後は、特性に合った指導の改善による総体的な体力向上の取組を進めていくことが重要な課題であると考えられます。

## 【運動習慣に関する調査結果の概要（男女別）】

### 【小学校5年の調査結果】

#### 【5年生男子】

質問項目	割合(%)・時間(分)	全 国	北 海 道	富 良 野 市
運動が好きですか。		72.9	75.7	79.1
体力に自信がありますか。		29.7	30.2	23.3
運動は大切だと思いますか。		69.6	75.3	69.8
1週間の運動時間はどのくらいですか。		589.7	648.8	684.4
運動部に所属していますか。		78.0	68.5	77.9
徒歩で登校していますか。		92.8	86.5	77.9
家の人から運動を勧められますか。		28.6	28.2	25.6
体育の授業は楽しいですか。		73.6	75.8	77.9
体育の授業は将来役立つと思いますか。		49.9	50.0	42.9

運動が好きな児童、運動が大切だと考えている児童、1週間の運動時間は全国平均を上回りました。自分の体力に自信のある児童、徒歩で登校する児童、家の人から運動を勧められている児童、体育の授業が楽しいと考えている児童、体育の授業が将来役に立つと考えている児童が全国平均を下回りました。運動部へ所属している児童は全国平均と同等でした。このことから、今回の調査では、運動が好き大切なことだと感じ、運動時間が多い反面、体育授業への興味を高め、将来とのつながりへの関連を考慮することや徒歩での登校、家庭に働きかけが課題であると考えられます。今後は、課題解決に向け、学校と家庭の連携した運動の習慣化を定着させることが重要です。

#### 【5年生女子】

質問項目	割合(%)・時間(分)	全 国	北 海 道	富 良 野 市
運動が好きですか。		55.5	58.9	45.2
体力に自信がありますか。		15.8	14.7	6.0
運動は大切だと思いますか。		57.9	65.6	52.4
1週間の運動時間はどのくらいですか。		354.4	417.6	386.7
運動部に所属していますか。		51.4	46.1	53.6
徒歩で登校していますか。		94.0	88.0	86.7
家の人から運動を勧められますか。		17.8	17.5	7.2
体育の授業は楽しいですか。		59.6	61.6	53.7
体育の授業は将来役立つと思いますか。		40.1	37.6	19.5

運動が好きな児童、1週間の運動時間は全国平均を上回りました。自分の体力に自信のある児童、運動が大切だと考えている児童、徒歩で登校する児童、家の人から運動を勧められている児童、体育の授業が楽しいと考えている児童、体育の授業が将来役に立つと考えている児童が全国平均を下回りました。運動部へ所属している児童は全国平均と同等でした。このことから、今回の調査では、運動時間が多い反面、体育授業や運動内容の工夫、運動への関心を高め将来とのつながりへの関連を考慮することや徒歩での登校、家庭に働きかけが課題であると考えられます。今後は、課題解決に向け、学校と家庭の連携した運動の習慣化を定着させることが重要です。

## 【中学校 2 年の調査結果】

### 【2 年生男子】

質問項目	割合 (%)・時間 (分)	全 国	北 海 道	富 良 野 市
運動が好きですか。		63.5	69.3	58.3
体力に自信がありますか。		14.5	14.8	17.9
運動は大切だと思いますか。		64.9	69.9	69.0
1週間の運動時間はどのくらいですか。		903.5	965.2	1084.4
運動部に所属していますか。		77.4	70.7	77.4
徒歩で登校していますか。		70.7	72.4	53.7
家の人から運動を勧められますか。		21.6	19.6	18.3
保健体育の授業は楽しいですか。		51.9	58.4	63.9
保健体育の授業は将来役立つと思いますか。		29.7	27.2	34.3

自分の体力に自信のある生徒、運動が大切だと考える生徒、1週間の運動時間、保健体育の授業が楽しいと考える生徒、保健体育の授業が将来役に立つと考えている生徒が全国平均を上回りました。運動が好きな生徒、徒歩で登校している生徒、家の人に運動を勧められている生徒が全国平均を下回りました。運動部への所属は全国平均と同等でした。このことから、今回の調査では、体力に自信があり、運動が今も将来も大切に感じ、運動時間が多い反面、徒歩での登校、家庭に働きかけが課題であると考えられます。今後は、課題解決に向け、学校と家庭の連携した運動の習慣化を定着させることが重要です。

### 【2 年生女子】

質問項目	割合 (%)・時間 (分)	全 国	北 海 道	富 良 野 市
運動が好きですか。		47.5	49.2	45.5
体力に自信がありますか。		6.7	5.1	5.1
運動は大切だと思いますか。		52.2	52.7	62.6
1週間の運動時間はどのくらいですか。		917.6	949.7	995.3
運動部に所属していますか。		58.5	50.5	60.6
徒歩で登校していますか。		72.5	76.7	66.7
家の人から運動を勧められますか。		15.8	13.2	11.1
保健体育の授業は楽しいですか。		40.8	42.2	42.4
保健体育の授業は将来役立つと思いますか。		42.0	40.7	41.4

運動が大切だと考える生徒、1週間の運動時間、運動部への所属、保健体育の授業を楽しいと考えている生徒が全国平均を上回りました。徒歩で登校する生徒、家の人から運動を勧められている生徒が全国平均を下回りました。自分の体力に自信のある生徒、保健体育の授業が楽しいと考える生徒、保健体育の授業が将来役に立つと考えている生徒は全国平均と同等でした。このことから、今回の調査では、保健体育の授業を楽しく考えたり、運動部への所属や運動時間が多い反面、徒歩での登校、家庭に働きかけが課題であると考えられます。今後は、課題解決に向け、学校と家庭の連携した運動の習慣化を定着させることが重要です。

## 学校・家庭・地域が連携して体力向上をめざすために

### ◆家庭における取組例（『家族の約束7か条』を基本にした取組例）

- (1) 「早寝、早起き、朝ごはん、みんなそろって晩ごはん」運動の推進
  - ・朝ごはん前にラジオ体操やストレッチ運動をして体を目覚めさせるよう心がける。
  - ・朝ごはんをしっかりとり、一日のよいスタートに心がける。
  - ・登下校は自分で歩く習慣付けをして、歩くことで基礎体力を付けるよう心がける。
  - ・家にいる時間を活用して、軽いストレッチ運動や家事の手伝いに心がける。
  - ・テレビ視聴やゲームの時間を短くして、その時間を運動や学習に活用する。
  - ・スマホ使用や運動と学習の家庭でのルールを決め、規則正しい生活習慣を心がける。

### ◆本市における各学校の取組例

- (1) 市内各校における休み時間や放課後を活用した運動時間の確保と運動意欲を高めるための全校的な取組（縄跳び、持久走、水泳、スキー、運動結果の個人票作成等）
- (2) 少年団活動や部活動を通じた体力向上の取組（継続的な練習、練習の工夫等）
- (3) 小規模校合同の取組（合同チームでの活動、合同授業の工夫等）
- (4) 「アスリート育成派遣費補助金」制度を活用した取組（全国規模の大会への出場等）
- (5) NPO 法人「ふらの体育協会」を中心とした指導者の要請

### ◆今後期待される体力向上の取組例

- (1) 調査結果を適切に活用した児童生徒一人一人の体力や運動習慣改善に向けた取組
  - ・児童生徒一人一人の体育ノートやリズムチェック、運動の個人票を活用した運動機会の定着に向けた取組（児童生徒一人一人に応じた運動時間の設定と実践及び評価、家庭との連携による励まし等）
- (2) 新体力テストにおける事前・事後を含めたモチベーションを高める取組
  - ・体力向上の資料や新体力テスト実施予定を廊下・教室に掲示する工夫
  - ・測定場所や用具及び実施方法等の工夫
  - ・新体力テストの全校実施体制の確立
  - ・体力向上に向けた具体的数値目標の設定と運動の個人票による記録化
- (3) 休み時間等を活用した運動への取組
  - ・日課表の見直しによる運動時間の保証（休み時間・放課後等）
  - ・課題のある種目の体育授業等における運動機会の計画的な設定
  - ・成果を上げている学校の取組等の活用
- (4) 運動量を増やすためのイベント等の工夫
  - ・体育授業等を活用した体力向上に必要な運動の計画的な設定
  - ・運動会等の行事を活用した苦手種目内容を意図的、計画的に取り入れた活動
  - ・駅伝大会やスポーツフェスティバルなどの運動イベントの計画的な設定
  - ・1校1実践の取組による各校の創意工夫による体力づくり
  - ・冬期間における体力づくり活動の工夫
  - ・チャレンジデー等、全市的、全道的イベントへの参加奨励
  - ・スポーツ教室等の社会教育プログラムへの積極的な参加促進

本市教育委員会では今後も、子どもたちの「知・徳・体」の調和のとれた成長を育む教育を継続して推進してまいります。また、本市の子どもたち一人一人に生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、本調査で明確となった課題を踏まえ、学校・家庭・地域・行政が連携して子どもたちの体力向上に向けた取組を一層推進してまいります。

そのため、「すべては子どもたちのために」の合言葉のもと、富良野市の子どもたちが、主体的に健康意識を高め、体力づくりに取り組めるよう学校・家庭・地域の連携を密にしてまいりますので、皆様のご理解とご支援をよろしくお願い申し上げます。