

令和元年度 「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

組織的な取組の成果徐々に～運動習慣の定着が課題～

令和2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令和元年度の分析結果がまとまりました。

本調査は、本年度も小学校第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31年4月～令和元年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)		16.37	17.28	16.58	0.21
上体起こし (回)		19.80	19.44	17.92	▲ 1.88
長座体前屈 (cm)		33.24	33.45	39.49	6.25
反復横跳び (点)		41.74	42.38	42.67	0.93
20m シャトルラン (回)		50.32	47.77	46.16	▲ 4.16
50m 走 (秒)		9.42	9.69	9.71	▲ 0.29
立ち幅跳び (cm)		151.45	151.38	151.01	▲ 0.44
ソフトボール投げ (m)		21.61	22.12	23.95	2.34
体力合計点 (点)		53.61	53.40	53.48	▲ 0.13

【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)		16.09	16.93	15.43	▲ 0.66
上体起こし (回)		18.95	18.67	17.32	▲ 1.63
長座体前屈 (cm)		37.62	37.79	40.43	2.81
反復横跳び (点)		40.14	40.95	39.07	▲ 1.07
20m シャトルラン (回)		40.79	38.78	37.78	▲ 3.01
50m 走 (秒)		9.64	9.82	9.81	▲ 0.17
立ち幅跳び (cm)		145.68	145.84	145.37	▲ 0.31
ソフトボール投げ (m)		13.61	14.18	15.34	1.73
体力合計点 (点)		55.59	55.51	54.87	▲ 0.72

### 《小学校の概要》

#### 【男 子】

8種目の内、「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「ソフトボール投げ」の4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。特に「長座体前屈」の伸びが大きいです。また、「50m 走」で全国平均との差が縮まったものの、「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m 走」「立ち幅跳び」の4種目と体力合計点が全国平均を下回ったことから、瞬発力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。

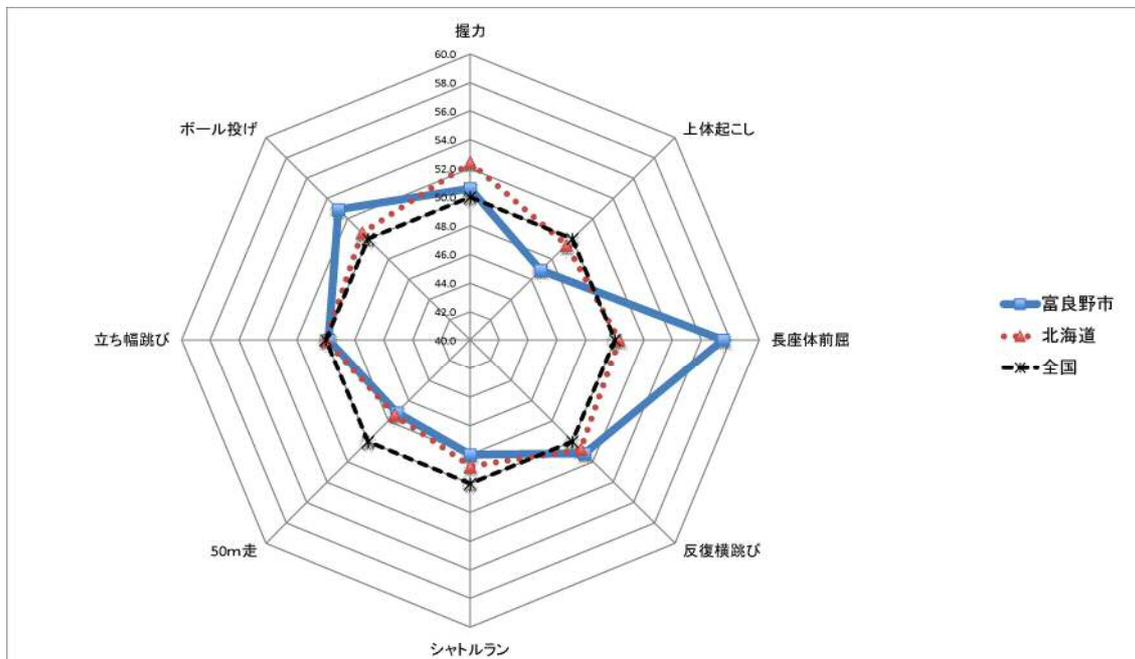
#### 【女 子】

8種目の内、全国平均を上回った種目は「長座体前屈」と「ソフトボール投げ」の2種目でした。男子同様、「長座体前屈」の伸びが大きいです。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。「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m 走」の3種目と体力合計点で全国平均との差が縮まったものの、「握力」「反復横跳び」「立ち幅跳び」で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。

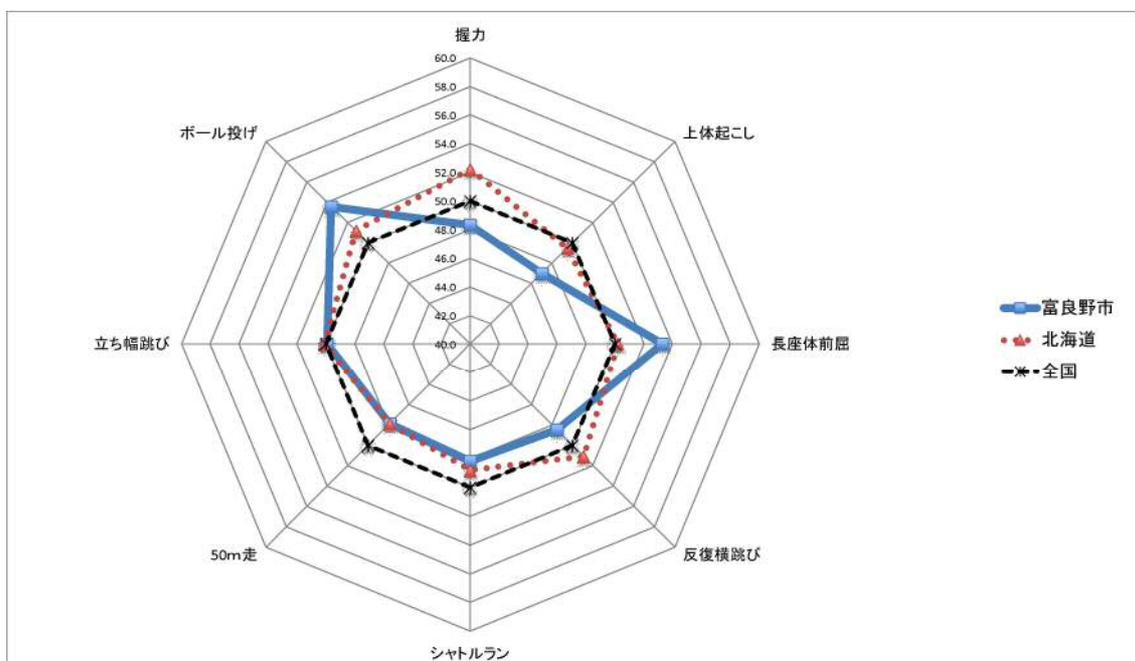
【偏差値から見た各種目の状況】

※ 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)		28.65	29.58	28.28	▲ 0.37
上体起こし (回)		26.96	26.50	26.88	▲ 0.08
長座体前屈 (cm)		43.50	42.34	45.25	1.75
反復横跳び (点)		51.91	50.85	54.87	2.96
20m シャトルラン (回)		83.53	78.97	79.74	▲ 3.79
50m 走 (秒)		8.02	8.21	8.15	▲ 0.13
立ち幅跳び (cm)		195.03	194.58	195.11	0.08
ハンドボール投げ (m)		20.40	20.17	21.62	1.22
体力合計点 (点)		41.69	40.72	42.62	0.93

#### 【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)		23.79	23.70	23.58	▲ 0.21
上体起こし (回)		23.69	22.27	22.88	▲ 0.81
長座体前屈 (cm)		46.32	44.56	48.44	2.12
反復横跳び (点)		47.28	45.52	49.57	2.29
20m シャトルラン (回)		58.31	51.98	56.27	▲ 2.04
50m 走 (秒)		8.81	9.06	8.85	▲ 0.04
立ち幅跳び (cm)		169.90	165.08	170.54	0.64
ハンドボール投げ (m)		12.96	12.54	14.26	1.30
体力合計点 (点)		50.22	47.14	50.39	0.17

### 《中学校の概要》

#### 【男 子】

8 種目の内、「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」の 4 種目と体力合計点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。特に「長座体前屈」と「反復横跳び」の伸びが大きいことがわかります。「握力」「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m 走」の 4 種目で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。

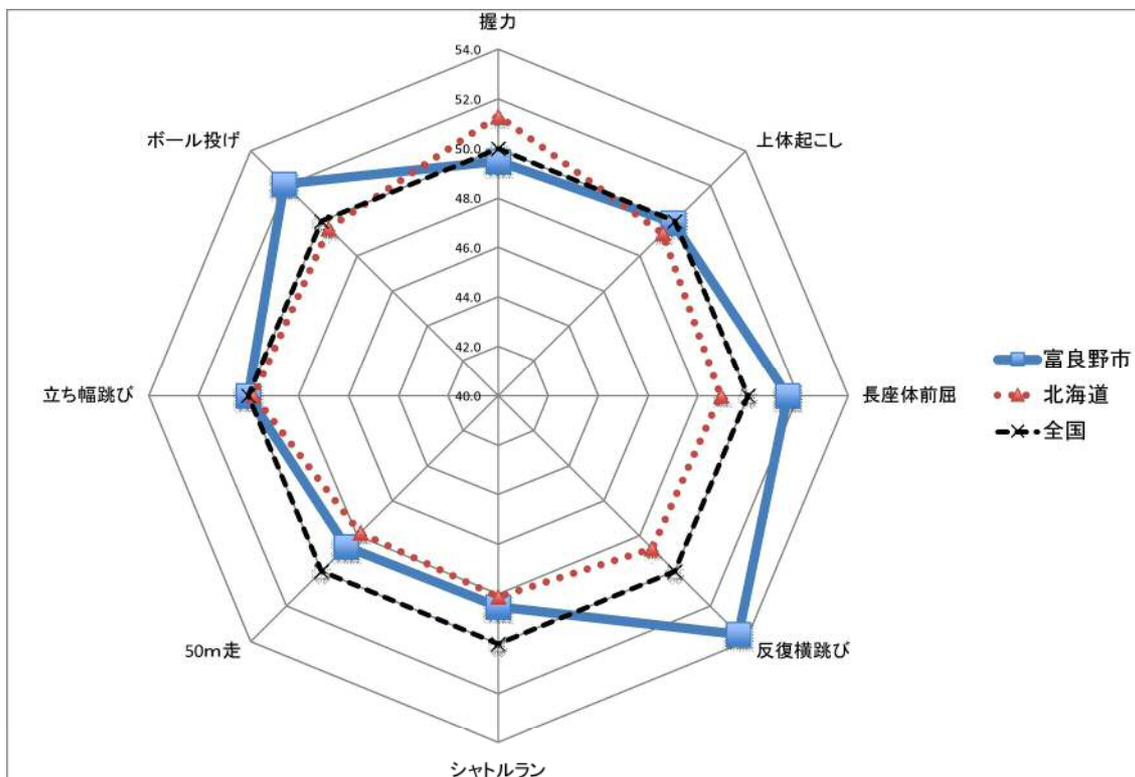
#### 【女 子】

8 種目の内、「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」の 4 種目と体力合計点で全国平均を上回りました。特に全国平均を上回った種目での伸びが大きいことがわかります。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。「握力」「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m 走」の 4 種目で全国平均を下回っていますが、3 種目とも全国平均との差が着実に縮まっていることから、これまでの指導の成果を生かし、筋力、筋持久力、走る能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。

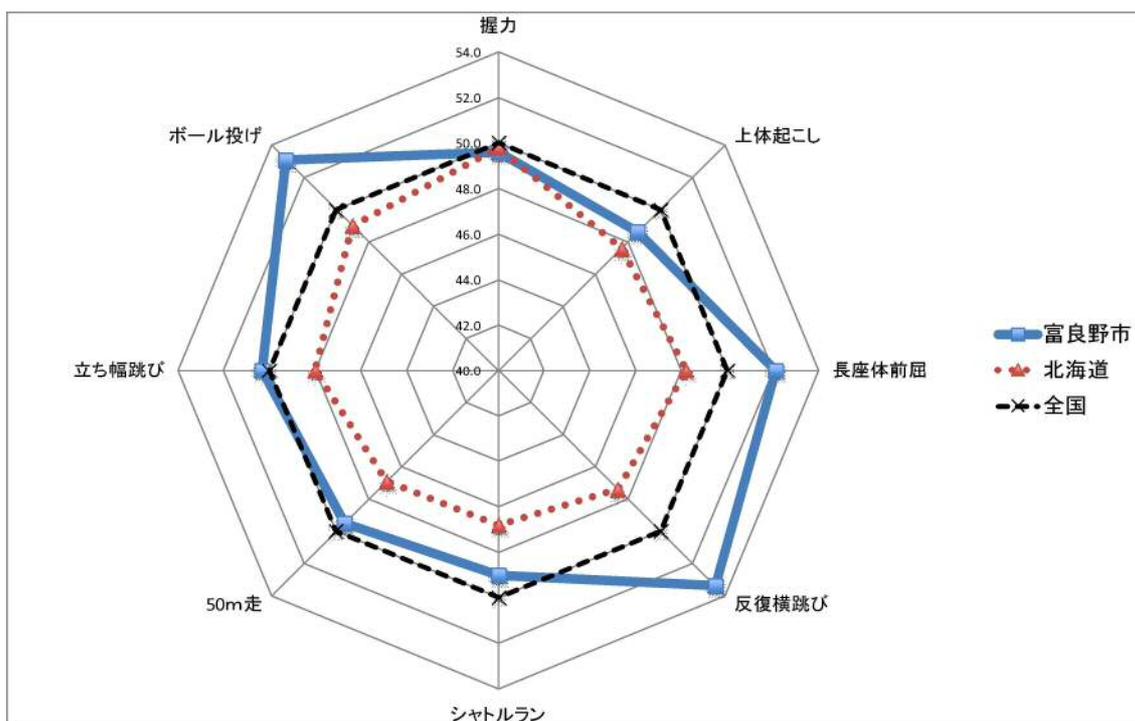
【偏差値から見た各種目の状況】

※ 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	30年度 富良野市	元年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	17.20	16.58	▲ 0.7	▲ 0.62
②上体起こし (回)	20.33	17.92	▲ 1.52	▲ 1.88
③長座体前屈 (cm)	32.47	39.49	6.04	6.25
④反復横跳び (点)	44.34	42.67	0.29	0.93
⑤20m シャトルラン (回)	54.57	46.16	▲ 1.61	▲ 4.16
⑥50m 走 (秒)	9.72	9.71	0.02	▲ 0.29
⑦立ち幅跳び (cm)	154.37	151.01	▲ 0.37	▲ 0.44
⑧ソフトボール投げ (m)	25.65	23.95	1.83	2.34
⑨体力合計点 (点)	55.07	53.48	0.08	▲ 0.13

【5年生女子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	30年度 富良野市	元年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	16.55	15.43	▲ 1.5	▲ 0.66
②上体起こし (回)	17.14	17.32	▲ 1.35	▲ 1.63
③長座体前屈 (cm)	35.18	40.43	2.64	2.81
④反復横跳び (点)	40.53	39.07	▲ 1.28	▲ 1.07
⑤20m シャトルラン (回)	37.85	37.78	▲ 1.0	▲ 3.01
⑥50m 走 (秒)	10.05	9.81	▲ 0.01	▲ 0.17
⑦立ち幅跳び (cm)	145.69	145.37	▲ 0.47	▲ 0.31
⑧ソフトボール投げ (m)	15.65	15.34	▲ 1.16	1.73
⑨体力合計点 (点)	54.58	54.87	▲ 0.64	▲ 0.72

- ①「握力」は男女ともに全国平均及び全道平均を下回りました。このことから、筋力を向上させるための早急な取組が必要であると考えられます。今後は、指導内容を工夫改善することと使用器具に慣れる指導（複数回の指導実施等）をする必要があると考えられます。
- ②「上体起こし」は男女ともに全国及び全道平均を下回りましたが、女子の平均値が昨年を上回りました。このことから、女子の筋持久力は向上していると考えられます。今後は、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上回りました。また、男女ともに昨年度の数値を大きく上回りました。このことから、柔軟性は男女ともに向上していると考えられます。今後は、これまでの成果を生かした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」は男子は全国平均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、男子の俊敏性は向上していると考えられます。今後も、これまでの指導を工夫することと男女の特性に応じた俊敏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。
- ⑤「20m シャトルラン」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、男女ともに個に応じたきめ細かな走る力や持久力を高める指導内容の工夫改善が課題であると考えられます。今後は、「50m 走」の指導と関連付け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。

⑥「50m 走」は男子は全国平均及び全道平均を上回りました。女子は全国平均及び全道平均を下回りましたが、昨年より数値は伸びています。このことから、女子の特性に合わせた走る力を高める指導の工夫が課題であると考えられます。今後は、「20m シャトルラン」の指導と関連付け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、これまでの指導内容を工夫改善するとともに、男女の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」は男子は全国及び全道平均を上回り、女子は全国平均を上回りましたが数値は昨年より落ち込んでいます。このことから、これまでの指導を工夫改善して継続することと、使用するボールに慣れる指導（複数回実施等）をすると更に効果が上がると考えられます。

⑨「体力合計点」は男子が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、女子では昨年度より数値に伸びが見られます。このことから、女子では総合的な体力が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した指導内容の工夫改善を図るとともに、女子では特性に応じた総合的に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	平均値・差 30年度 富良野市	元年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	26.79	28.28	▲ 1.3	▲ 0.37
②上体起こし (回)	27.58	26.88	0.38	▲ 0.08
③長座体前屈 (cm)	44.08	45.25	2.91	1.75
④反復横跳び (点)	53.34	54.87	4.02	2.96
⑤20m シャトルラン (回)	81.12	79.74	1.07	▲ 3.79
⑥50m 走 (秒)	8.27	8.15	▲ 0.06	▲ 0.13
⑦立ち幅跳び (cm)	198.45	195.11	0.53	0.08
⑧ハンドボール投げ (m)	21.84	21.62	1.55	1.22
⑨体力合計点 (点)	42.83	42.62	1.9	0.93

【2年生女子】▲：全国及び全道平均値を下回った数値

種目	平均値・差 30年度 富良野市	元年度 富良野市	全道平均との差	全国平均との差
①握力 (kg)	23.21	23.58	▲ 0.12	▲ 0.21
②上体起こし (回)	22.02	22.88	0.61	▲ 0.81
③長座体前屈 (cm)	43.12	48.44	3.88	2.12
④反復横跳び (点)	47.00	49.57	4.05	2.29
⑤20m シャトルラン (回)	57.12	56.27	4.29	▲ 2.04
⑥50m 走 (秒)	9.24	8.85	0.21	0.04
⑦立ち幅跳び (cm)	165.42	170.54	5.46	0.64
⑧ハンドボール投げ (m)	14.03	14.26	1.72	1.3
⑨体力合計点 (点)	47.60	50.39	3.25	0.17

①「握力」は男女ともに全国及び全道平均を下回りましたが、男女ともに昨年度より数値が伸びています。このことから、更なる筋力を高める指導内容の工夫改善が重要な課題であり、使用器具に慣れる指導（複数回実施等）が必要であると考えられます。

- ②「上体起こし」は男女ともに全道平均を上回りましたが、全国平均を下回りました。しかし、女子では昨年度の数值より数值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」は男女ともに全国及び全道平均を上回り、数值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」は男女ともに全国及び全道平均を上回り、数值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」は男女ともに全道平均を上回りましたが、全国平均を下回りました。このことから、男女ともに特性に応じた走る力を高める指導内容の工夫改善が課題であると考えられます。今後は、「50m 走」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。
- ⑥「50m 走」は男子は全国及び全道平均を下回りましたが女子は全国及び全道平均を上回りました。しかし、男子では昨年より数值が伸びています。このことから、男女ともに、これまでの指導の成果を生かし、走る力を高める指導内容の工夫改善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」は男女ともに全国及び全道平均を上回りました。特に女子の数值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、特性に応じた瞬発力を高めるための運動を更に工夫改善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。特に女子の数值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（複数回指導の実施等）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」は男女ともに全国及び全道平均を上回りました。特に女子の数值に伸びが見られます。今後は、これまでの指導を生かすとともに、特性に応じた体力を高める指導の工夫改善の継続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	28年度 小学5年時	元年度 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)	16.47	28.28	▲ 0.37	0.82
上体起こし (回)	19.67	26.88	▲ 0.08	▲ 0.54
長座体前屈 (cm)	32.87	45.25	1.75	▲ 0.10
反復横跳び (点)	41.97	54.87	2.96	▲ 0.61
20m シャトルラン (回)	51.89	79.74	▲ 3.79	▲ 4.97
50m 走 (秒)	9.38	8.15	▲ 0.13	0.25
立ち幅跳び (cm)	151.39	195.11	0.08	▲ 0.33
ハンドボール投げ (m)	22.42	21.62	1.22	0.46
体力合計点 (点)	55.23	42.62	0.93	▲ 0.91

【2年生女子】▲：全国平均値を下回った数値

種目	28年度 小学5年時	元年度 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)	16.13	23.58	▲ 0.21	▲ 0.76
上体起こし (回)	18.60	22.88	▲ 0.81	1.04
長座体前屈 (cm)	37.21	48.44	2.12	0.25
反復横跳び (点)	40.06	49.57	2.29	0.80
20m シャトルラン (回)	41.29	56.27	▲ 2.04	5.23
50m 走 (秒)	9.61	8.85	0.04	▲ 0.22
立ち幅跳び (cm)	145.31	170.54	0.64	0.72
ハンドボール投げ (m)	13.88	14.26	1.3	▲ 0.04
体力合計点 (点)	55.54	50.39	0.17	1.50

### 【男子】

小学校5年生の時に比べ、全国平均を上回ったのは「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」の4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」「上体起こし」「20m シャトルラン」「50m 走」の4種目ですが、「上体起こし」「20m シャトルラン」では小学生の時より全国平均との差が縮まっています。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「握力」「上体起こし」に関する筋力、柔軟性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「長座体前屈」「反復横跳び」「50m 走」「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」「上体起こし」「20m シャトルラン」の3種目ですが、3種目とも小学生の時より全国平均との差が縮まっています。このことから、女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、全国平均を下回った3種目での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重点的に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】（全26項目から抜粋）

#### 【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。		71.2	71.4	77.4
運動は大切だと思いますか。		71.4	75.8	76.5
中学校で運動する時間をもちたいですか。		77.3	81.8	83.5
1週間の運動時間はどのくらいですか。		556.8	601.0	566.5
運動部に所属していますか。		77.8	66.8	77.7
休みの日に運動をしますか。		43.3	45.5	43.5
体育の授業は楽しいですか。		73.8	75.3	77.6
体育の授業は将来役立つと思いますか。		51.3	52.1	65.5
自分の運動能力向上の目標を立てていますか。		74.5	74.1	82.4

小学校5年生男子では、「運動が好き」「運動は大切」「中学校で運動の時間をもちたい」「体育の授業が楽しい」「体育で学習したことは将来役立つ」「目標を立てている」と答えた児童の割合が全国平均及び全道平均を上回りました。また、「1週間の運動時間」「運動部（スポーツ少年団を含む）に所属している」「休みの日に運動している」と答えた児童の割合が全国平均を上回りました。「運動部に所属」と答えた児童の割合は全国平均と同等で全道平均を上回りました。「1週間の運動時間」「休みの日に運動している」児童の割合が全道平均を下回った主な背景として、土日の運動時間が少ないことが考えられます。このことから、学校での体育授業等の運動への取組が着実な成果を上げていることが分かります。今後は、学校での取組の継続と男女の特性に応じた運動内容の充実、放課後及び土日の運動時間の確保、運動環境整備等に向けた学校・家庭・関係団体の連携した取組で運動習慣を定着させることが課題と考えられます。

#### 【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	58.6	61.0
運動は大切だと思いますか。		62.7	69.7	80.5
中学校で運動する時間をもちたいですか。		71.5	77.5	86.6
1週間の運動時間はどのくらいですか。		348.9	394.9	404.8
運動部に所属していますか。		51.2	45.0	58.6
休みの日に運動をしますか。		32.7	37.9	37.8
体育の授業は楽しいですか。		60.2	61.2	67.1
体育の授業は将来役立つと思いますか。		42.0	41.5	51.2
自分の運動能力向上の目標を立てていますか。		74.2	73.6	81.7

小学校5年生女子では、抜粋した全ての項目で全国平均及び全道平均を上回りました。このことから、学校での体育授業等の運動への取組が、男子同様に着実な成果を上げていることが分かります。今後は、学校での取組の継続と男女の特性に応じた運動内容の充実、放課後及び土日の運動時間の確保、運動環境整備等に向けた学校・家庭・関係団体の連携した取組で運動習慣を定着させることが課題と考えられます。

## 【中学校 2 年の調査結果】（全 26 項目から抜粋）

### 【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。		62.9	68.2	68.8
運動は大切だと思いますか。		69.0	72.7	67.5
卒業後も運動の時間をもちたいですか。		70.8	74.1	74.7
運動部に所属していますか。		76.0	68.8	86.4
1 週間の運動時間はどのくらいですか。		817.5	813.5	1010.8
休みの日に運動をしますか。		33.1	35.9	44.3
保健体育の授業は楽しいですか。		52.8	59.1	66.3
保健体育の授業は将来役立つと思いますか。		41.3	42.7	53.1
自分の運動能力向上の目標を立てていますか。		67.8	66.6	76.5

中学校 2 年生男子では、「運動が好き」「卒業後も運動に時間をもちたい」「運動部への所属」「1 週間の運動時間」「休みの日の運動」「保健体育の授業が楽しい」「保健体育の授業が将来役に立つ」「目標を立てている」と答えた生徒の割合が全国平均及び全道平均を上回りました。「運動が大切」と答えた生徒の割合が全国平均と同等で全道平均を下回りました。

このことから、学校での体育授業等の運動への取組が着実な成果を上げていることが分かります。今後は、学校での取組の継続と男女の特性に応じた運動内容の充実、放課後及び土日の運動時間の確保や部活動を含めた運動環境整備等に向けた学校・家庭・関係団体の連携した取組で運動習慣を定着させることが課題と考えられます。

### 【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。		46.9	48.4	56.5
運動は大切だと思いますか。		57.4	59.4	63.8
卒業後も運動の時間をもちたいですか。		59.7	60.8	67.6
運動部に所属していますか。		57.9	48.9	58.0
1 週間の運動時間はどのくらいですか。		596.0	562.9	693.2
休みの日に運動をしますか。		18.0	19.4	26.9
保健体育の授業は楽しいですか。		40.7	42.1	53.6
保健体育の授業は将来役立つと思いますか。		31.2	29.9	38.2
自分の運動能力向上の目標を立てていますか。		66.3	62.9	64.2

中学校 2 年生女子では、「運動が好き」「運動が大切」「卒業後も運動に時間をもちたい」「運動部への所属」「1 週間の運動時間」「休みの日の運動」「保健体育の授業が楽しい」「保健体育の授業が将来役に立つ」と答えた生徒の割合が全国平均及び全道平均を上回りました。「目標を立てている」と答えた生徒の割合が全国平均を下回り全道平均を上回りました。

このことから、学校での体育授業等の運動への取組が、男子と同様に着実な成果を上げていることが分かります。今後は、学校での取組の継続と男女の特性に応じた運動内容の充実、放課後及び土日の運動時間の確保や部活動を含めた運動環境整備等に向けた学校・家庭・関係団体の連携した取組で運動習慣を定着させることが課題と考えられます。

## 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

富良野市教育委員会では、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。