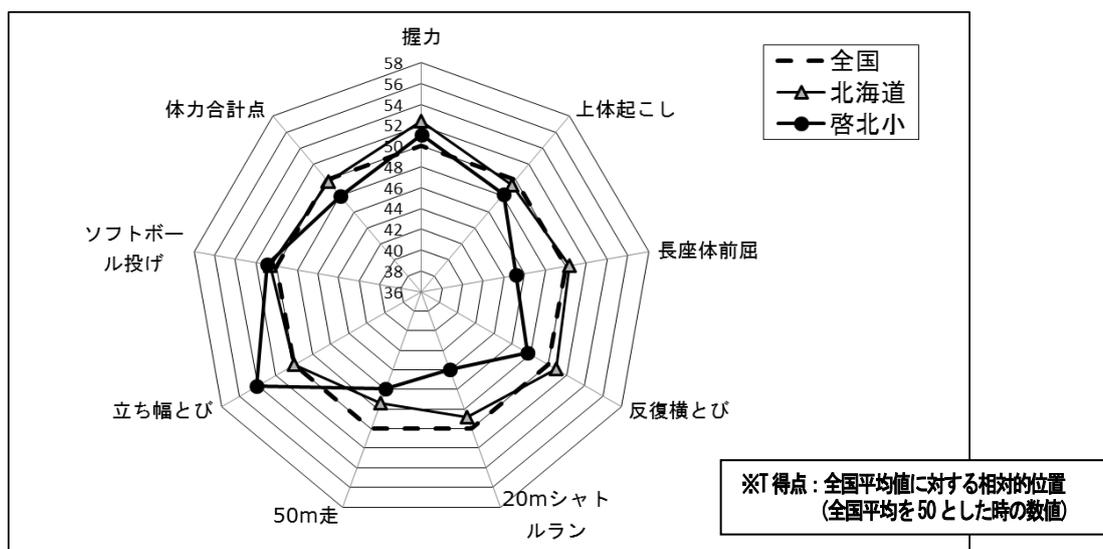


「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」結果より

全国体力・運動能力・運動習慣等調査は、「各学校が児童の体力や運動習慣，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」ことを目的に，平成20年度より小学5年生を対象に行われています。

調査内容は，①実技に関する調査（「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」と②運動や生活習慣に関する質問紙調査です。結果の概要をお知らせいたします。

■ 実技に関する調査結果【男子】 ■

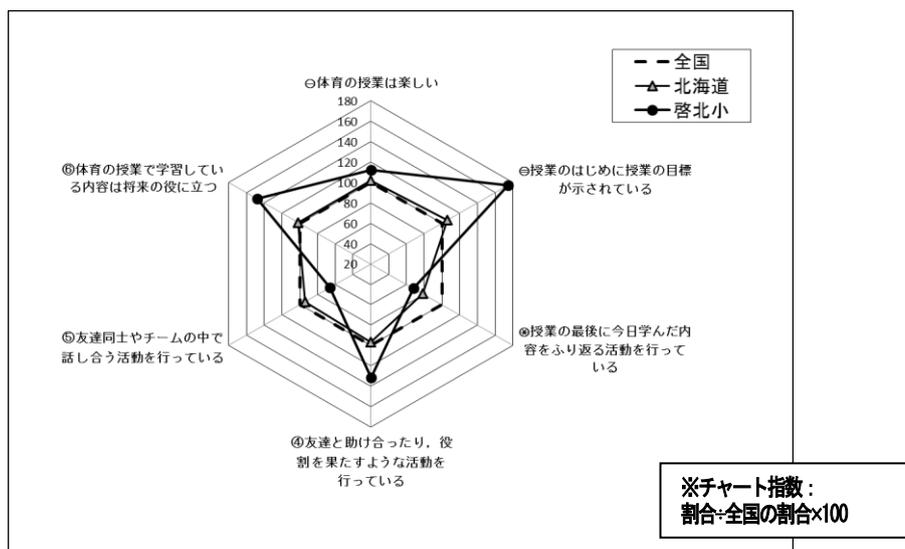


○「立ち幅とび」は，全国，全道の平均を大きく上回っている。

○体力合計点はほぼ全国・全道の平均と同程度である。

▲「長座体前屈」などの柔軟性，「20mシャトルラン」や「50m走」などの持久力や走力に課題がある。

■ 質問紙調査結果（体育の授業）【男子】 ■

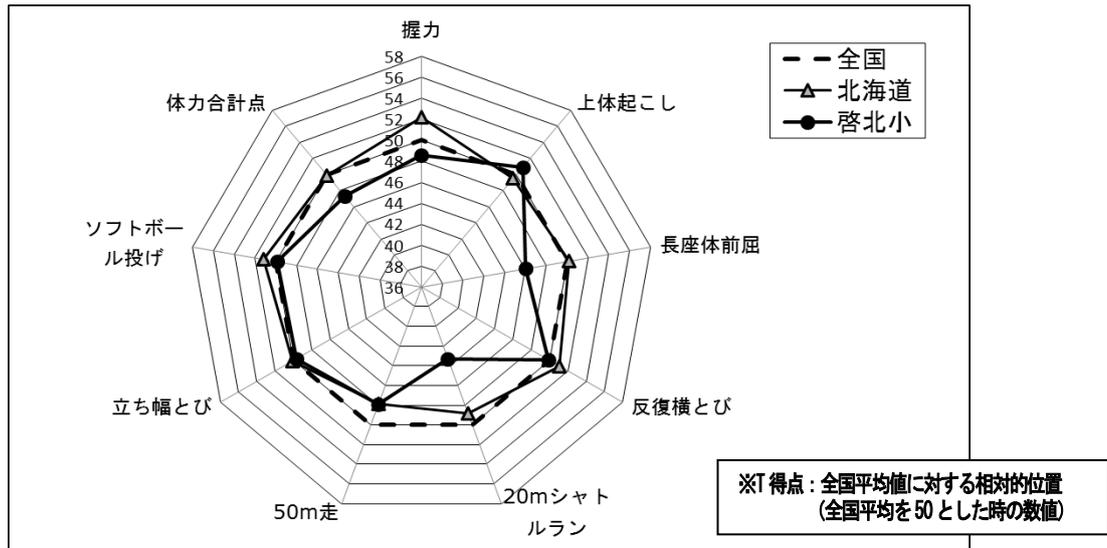


○「目標提示」「助け合う活動」「将来の役に立つ」と質問項目は全国・全道を大きく上回っている。

○体育の授業を楽しんでいる児童が多い。

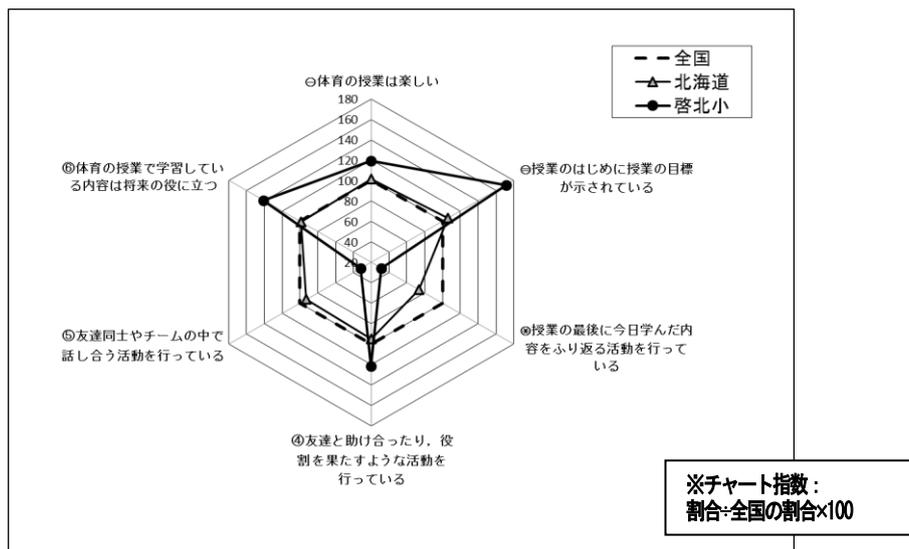
▲「ふり返る活動」や「話し合う活動」をしていると感じている児童が少ない。

■ 実技に関する調査結果【女子】 ■



- 「ソフトボール投げ」「立ち幅とび」「反復横とび」は、全国・全道の平均と同程度である。
- ▲ 「長座体前屈」などの柔軟性、「20mシャトルラン」や「50m走」などの持久走や走力に課題がある。

■ 質問紙調査結果（体育の授業）【女子】 ■

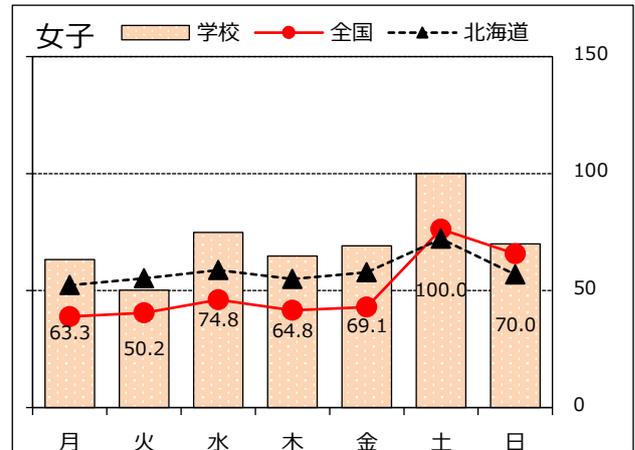
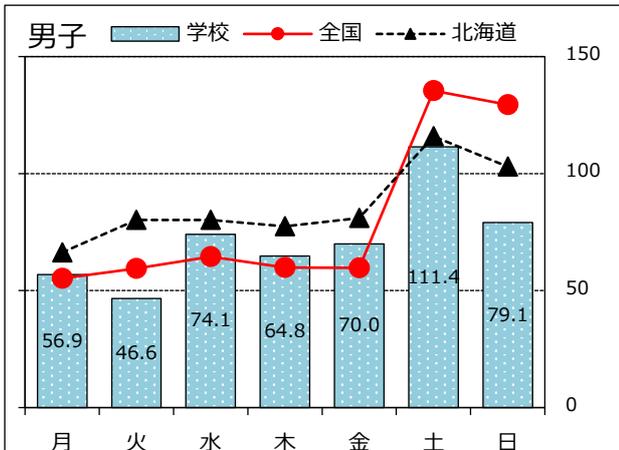


- 「目標提示」「助け合う活動」「将来の役に立つ」と質問項目は全国・全道を大きく上回っている。
- 体育が好きで (71.9%)、体育の授業を楽しみしている児童が多い。
- ▲ 「ふり返る活動」や「話し合う活動」をしていると感じている児童が少ない。



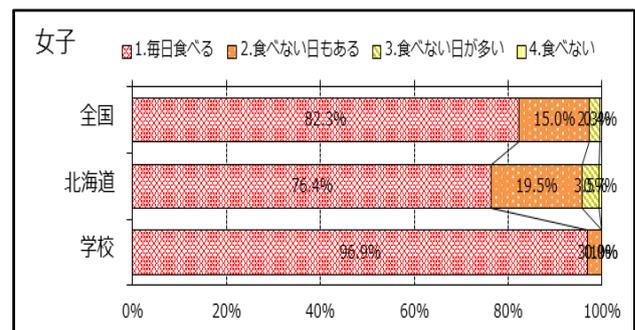
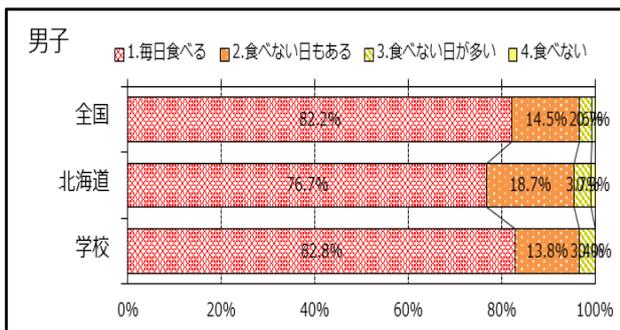
■ 質問紙調査（運動習慣・生活習慣にかかわって） ■

Q5 ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間、していますか。



○曜日によってばらつきはありますが、全道・全国平均と比較すると、男子は全体的に運動する時間が短く、女子は全体的に、運動する時間が長い結果となっている。

Q6 朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日もふくめます。）



○男子は、全国・全道と比べ、朝食を毎日食べる児童が同程度である。

○女子は、ほぼ全員が、朝食を毎日食べている。

■ 今後に向けて ■

（学校では）運動への意欲の喚起と環境整備、日常の体育や取組の充実

「体育が好き」、「授業が楽しみ」という児童が多いことから、運動への意欲が活動に繋がるような環境整備や取組を進めていきます。特に、数年間の課題である持久力や走力については、体育の授業における準備体操の工夫（5分間走等）や運動量の確保を通して、基礎体力の向上を目指していきます。

また、体を動かす機会やきっかけとして、「もくもくデー」等を通して、更に多くの児童が運動の楽しさを実感し、運動やスポーツを生涯にわたり、楽しむことができるように指導し、学校教育目標の一つである「心身共に健康な子ども」の育成を目指します。

（家庭では）バランスのとれた食生活や睡眠、積極的な運動・外遊び

学校全体を見ると、運動する児童とあまり運動を好まない児童の二極化が気になります。学齢期はバランスのとれた食生活と適度な運動により、体をつくり、体力をつける重要な時期です。児童も忙しく、外で遊ぶ時間がとれない、ゲームやスマホに時間を使っているなど、様々な状況があると思いますが、今後も、運動や外での遊び等を促していただき、子供達の気力、体力、学力を高めるのに必要な望ましい生活リズムづくりに努めていきましょう。