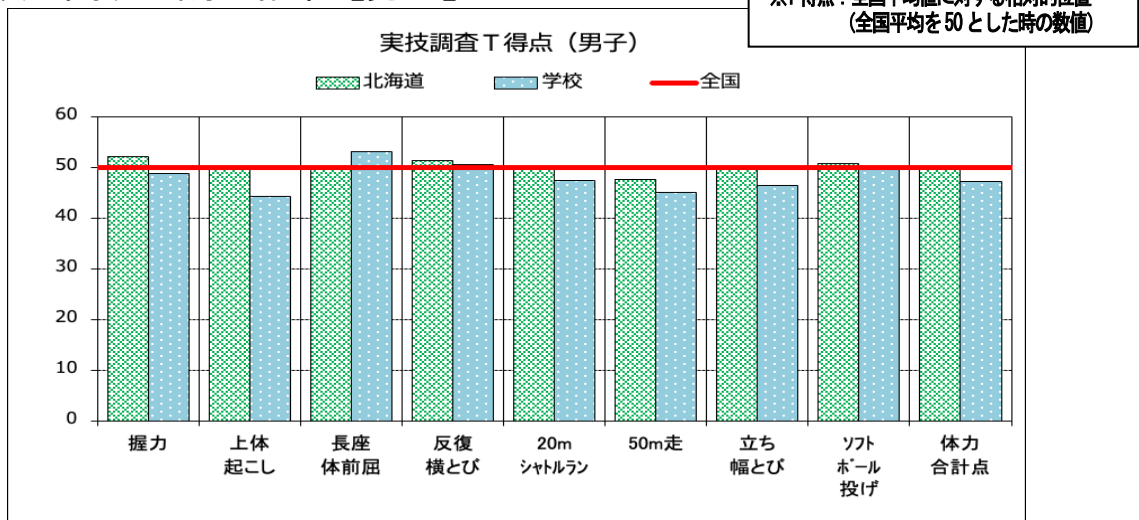


「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」結果より

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】 ■

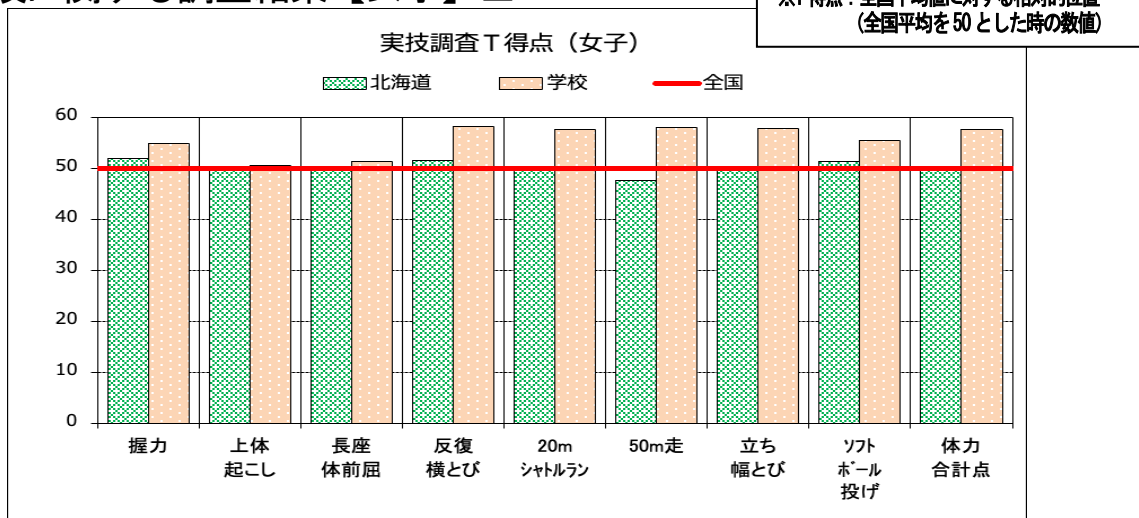


○「長座体前屈」において全道・全国の平均を、「反復横とび」において全国の平均を上回った。

▲ 体力合計点は全国・全道を下回った。

▲「20mシャトルラン」「上体起こし」等の全身持久力や筋持久力、「立ち幅とび」等の跳躍力、「50m走」等の走能力に課題が見られた。

■ 実技に関する調査結果【女子】 ■



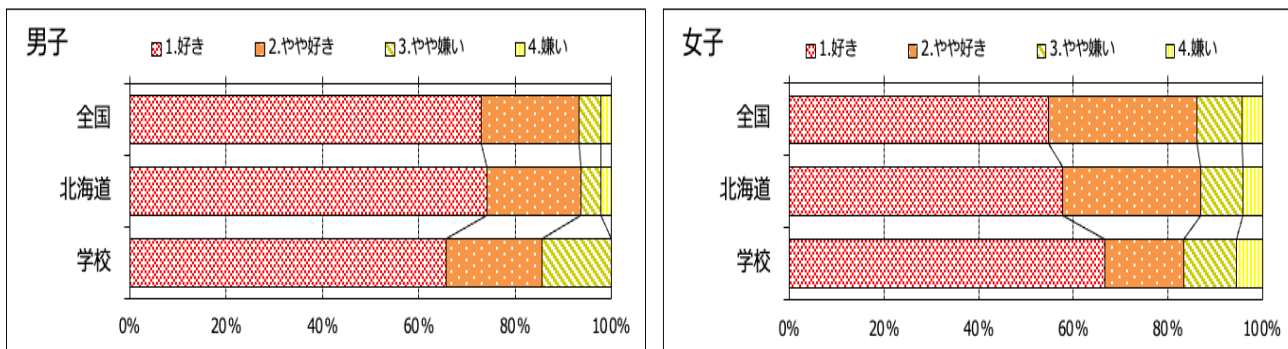
○全ての調査項目において、全道・全国の平均を上回った。特に「反復横とび」「20m シャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」においては、北海道・全国の平均を大きく上回った。

○体力合計点は全国・全道平均を大きく上回る結果となった。

○今回の調査においては、課題といえる部分は概ねないと言える。

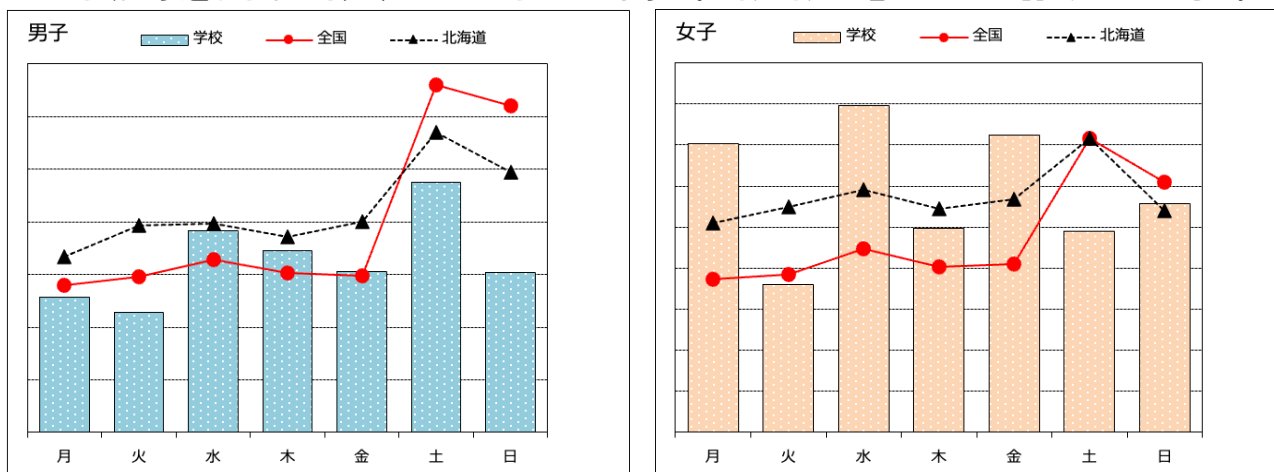
■ 質問紙調査（運動習慣・生活習慣にかかわって） ■

Q1 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。



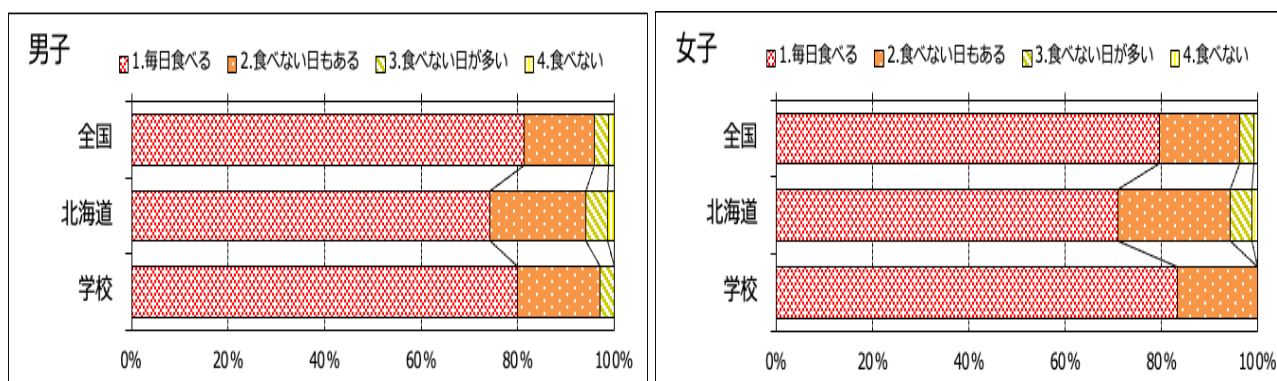
○ 女子は「好き」と回答した割合が北海道・全国の平均よりも多かったが、男子は「好き」と回答した割合は北海道・全国の平均より少なく、「やや嫌い」と答えた割合が全道・全国より多い。

Q5 らだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、1日にどのくらいの時間、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをしていますか。それぞれの曜日のらんに記入してください。



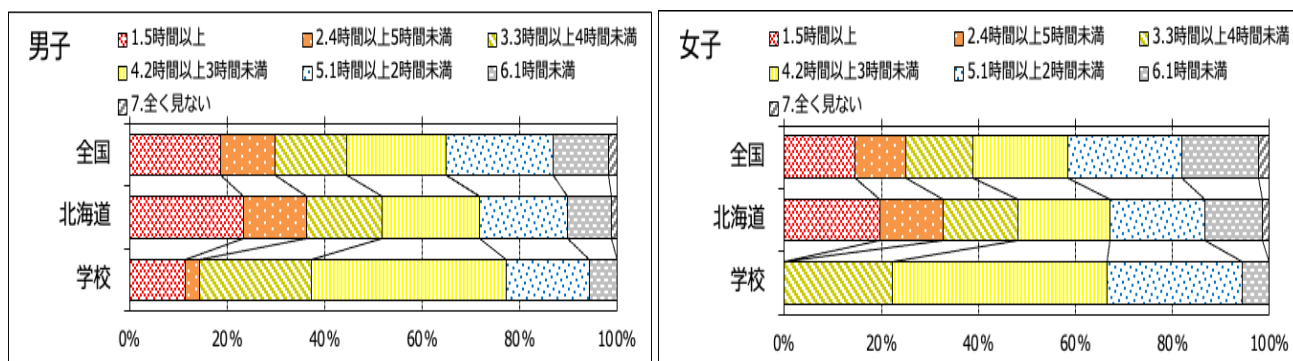
○ 曜日によってばらつきはあるが、全国平均と比較すると女子は平日の運動時間は長く、男子は短いという結果になっている。土・日曜日は男女共に、全国平均よりやや短い結果となっている。北海道との比較では、男子は運動時間が全体的に短く、女子は平日の運動時間が概ね長い結果となっている。

Q6 朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日もふくめます。）



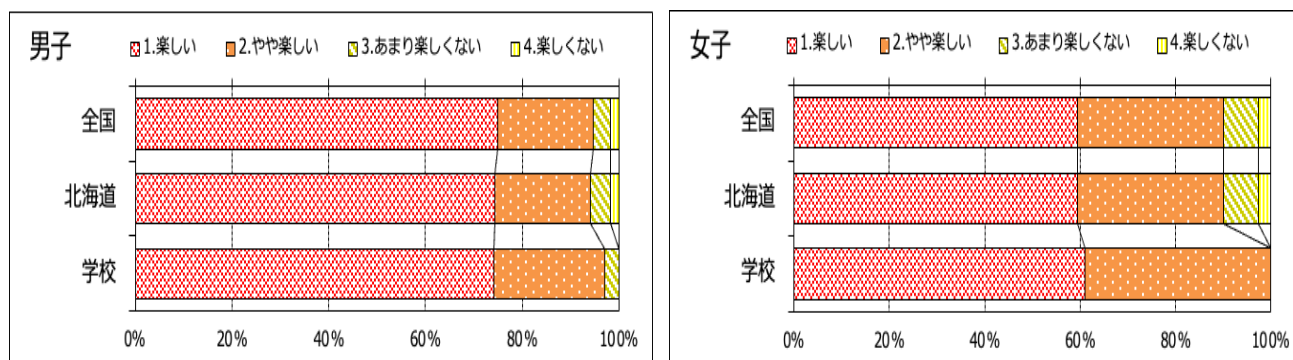
○ 男子は、「毎日食べる」割合が全国平均と同等に、女子は北海道・全国より高い結果であった。一方、男子では「食べない日が多い」と回答する児童が一定の割合でいる結果となった。男女ともに、「食べない」児童はいないが、健康な体づくりのため、毎日朝食を食べる習慣は大切にしていきたい。

Q8 平日（月～金曜日）について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

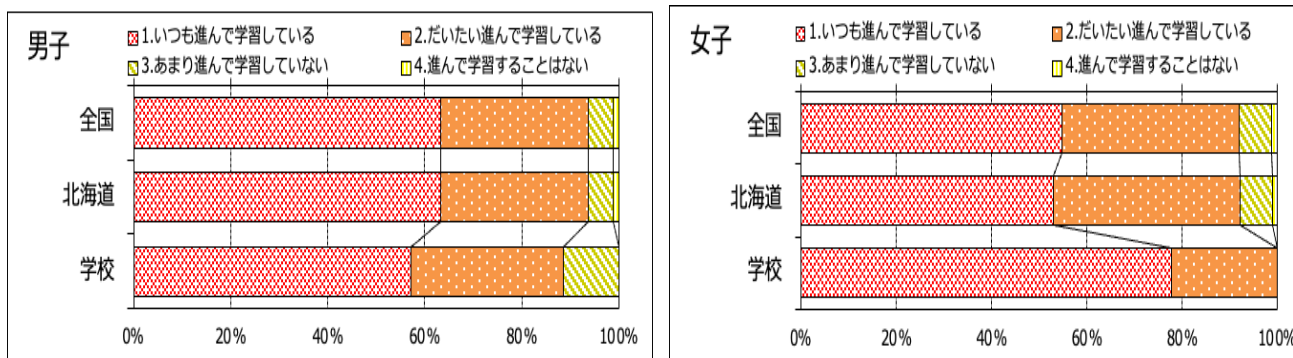


○ 男子は、「5時間以上」と回答した割合が北海道・全国よりも少なく、「2時間以上3時間未満」と回答した割合が多かった。女子も男子同様、「2時間以上3時間未満」と回答した割合が北海道・全国よりも多く、「4時間以上」と回答した児童はいなかった。

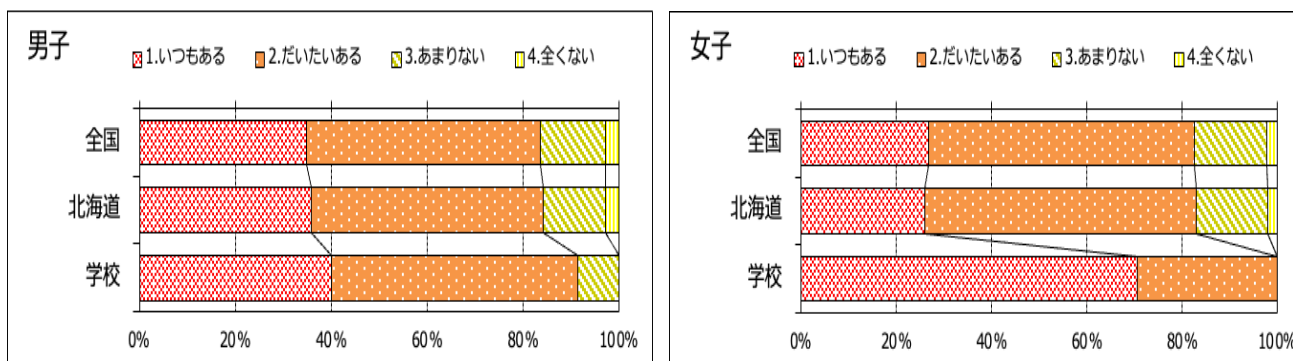
Q9 体育の授業は楽しいですか。



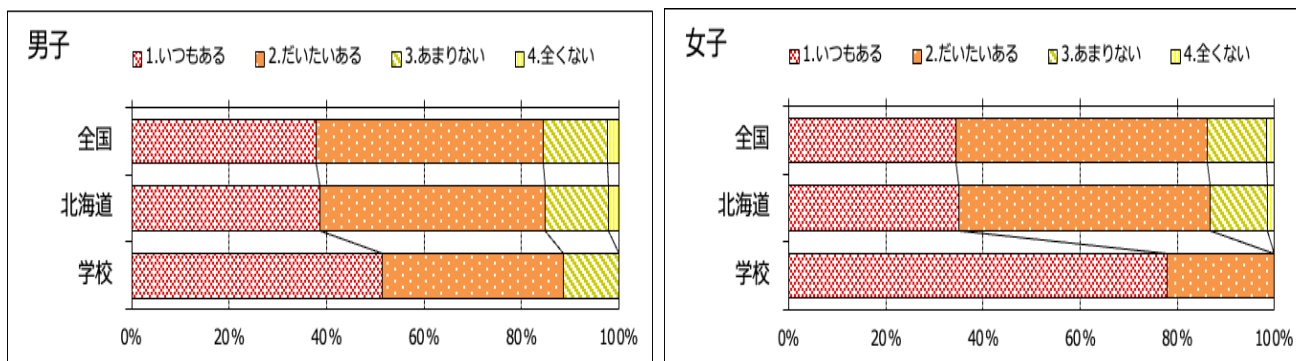
Q11 体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



Q13 体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

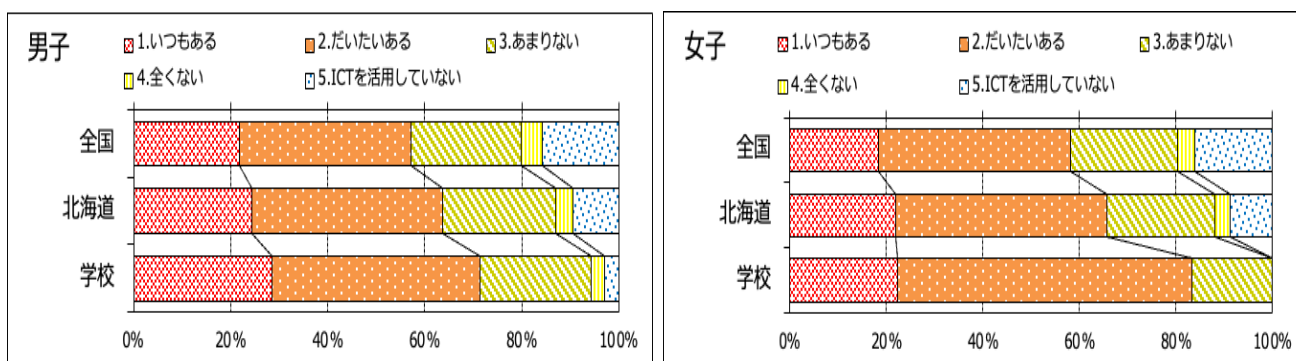


Q14 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



○ Q10で、男女ともに「体育の授業は楽しい」「やや楽しい」と回答した児童の割合は、北海道・全国よりも高くなっている。また、Q11で男子は「進んで参加している」と回答した児童の割合が北海道・全国より低くなっているのに対して、女子は北海道・全国よりも割合が高くなっている。Q12「体育の授業で、目標を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。」Q13「体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか」の設問では、男女ともに北海道・全国よりも高い結果となり、子ども達が体育の授業でも目標に向けて友達と学び合うことで、変化や成長を実感できていることが伺える。

Q14 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



○ 授業の中でタブレットなどのICTを使うことのよさを実感している割合が全国・全道よりも高い。今年度は「自分達で考え、互いに学び合う体育」の授業を目指し、単元の特性に応じながら積極的にタブレットを活用し、目標設定をしたり、動画を撮影したりしてきた成果が伺える。

■ 今後に向けて ■

（学校では）日常の体育の授業の充実、体を使って遊び自然と体力が向上する取組

体育の授業においては、運動時間をしっかりと確保した「汗をかく体育」と「自分達で考え、互いに学び合う体育」を両立させ、自分に合った練習方法を選択したり、友達との学び合いやICTの活用等を通じ、自分の成長をしっかりと実感できるようにしたりすることなど、達成感を感じさせる授業づくりを目指します。

また、子どもは体を使った遊びの中で体力を高めます。「もくもくデー」で休み時間に体をたくさん動かした遊びを行うきっかけを作ったり、全校で自由に体を動かして遊べる休み時間のイベントを企画したりして、日常生活で体力を高める取組の充実を図っていきます。

（家庭では）メディアとの関わり方の見直し、規則正しい生活・運動習慣

今年度は全校児童にも同様のアンケートを実施した結果、テレビやスマホ、ゲーム等のメディアに触れる時間が長めであるという傾向が見られ、どの学年においてもメディアに触れる時間が「1日4時間以上」と回答した児童が一定数います。改めてご家庭でのルールを作成・見直しなど、多様になってきたメディアとの関わり方を話題にいただけると助かります。また、バランスのとれた食生活や適度な運動は、体をつくり、体力をつける上で重要な生活習慣です。成長期に当たる学齢期だからこそ、運動や外での遊び等をご家庭でも促していただき、児童の気力、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ただければと思います。