

# 子どもたちの体力向上について

## 子どもたちの体力向上について

### I 平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要

文部科学省が平成20年度から実施している小学5年生と中学2年生を対象（悉皆調査）にした「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（以下「体力調査」という。）において、体力合計点で、中学校男子が最高値を示すとともに初めて全国平均値を上回りました。小学校男女・中学校女子は、全国平均値を上回ることができませんでしたが、調査開始以来、最高値を示すとともに全国平均値との差は最も縮まっています。

種目別では、小学校・中学校男女合わせて34種目中14種目が全国平均値を上回っています。（平成26年度は8種目が全国平均値を上回る）また、34種目中28種目が昨年度の数値を上回っています。

参考資料1：平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果概要

参考資料3：全国体力・運動能力、運動習慣等調査における実技種目の経年結果

※ 実技調査結果の状況

【◎：全国平均値を上回っている】

【↑：平成26年度の本県数値を上回った】

【○：平成26年度の本県数値を上回り、かつ全国平均値との差が改善された】

【▲：平成26年度の本県数値を下回り、かつ全国平均値との差が悪化した】

	小学校						中学校					
	男子			女子			男子			女子		
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		↑	○		↑	○	◎	↑	○		↑	○
ボール投げ	◎			◎		▲	◎	↑	○	◎		
体力合計点		↑	○		↑	○	◎	↑	○		↑	○

# I 平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要

## 参考資料1 P 2、P 3

### 1 実技に関する調査の結果

小学校5年生	男子		女子		
	H27	H26	H27	H26	
握力 (kg)	三重県	↑ 16.62 ↓ 16.51	↑ 16.13 ↓ 16.01	16.01	
	全国	16.45	16.55	16.05	16.09
上体起こし (回)	三重県	↑ 18.78 ↓ 18.22	↑ 17.48 ↓ 16.96	16.96	
	全国	19.58	19.56	18.42	18.26
長座体前屈 (cm)	三重県	↑ 33.31 ↓ 33.21	↑ 37.62 ↓ 37.66	37.66	
	全国	33.05	32.87	37.44	37.21
反復横とび (回)	三重県	↑ 42.32 ↓ 41.75	↑ 40.03 ↓ 39.39	39.39	
	全国	41.60	41.61	39.55	39.36
20mシャトルラン (点)	三重県	↑ 51.06 ↓ 50.02	↑ 39.44 ↓ 37.63	37.63	
	全国	51.64	51.67	40.69	40.29
50m走 (秒)	三重県	↑ 9.42 ↓ 9.43	↑ 9.71 ↓ 9.73	9.73	
	全国	9.38	9.38	9.62	9.64
立ち幅とび (cm)	三重県	↑ 150.23 ↓ 149.68	↑ 143.96 ↓ 142.50	142.50	
	全国	151.24	151.70	144.77	144.76
ソフトボール投げ (m)	三重県	↑ 22.66 ↓ 22.69	↑ 14.07 ↓ 14.18	14.18	
	全国	22.52	22.90	13.77	13.90
体力合計点 ※ (点)	三重県	↑ 53.56 ↓ 53.09	↑ 54.65 ↓ 53.96	53.96	
	全国	53.80	53.91	55.18	55.01
差		-0.24	-0.82	-0.53	-1.05

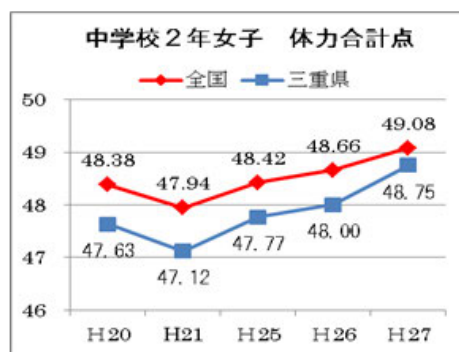
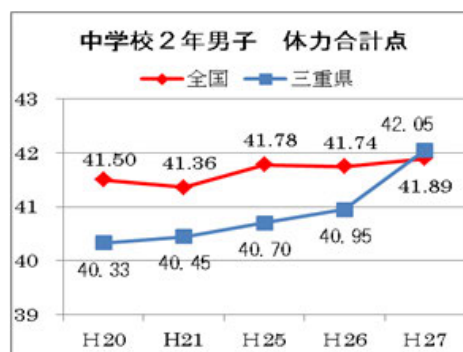
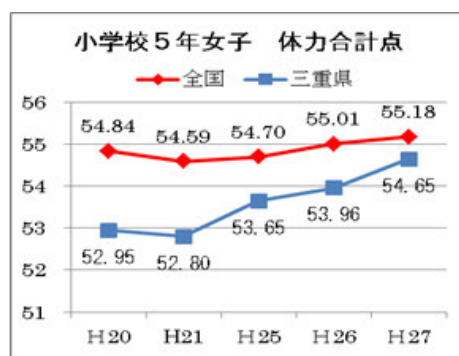
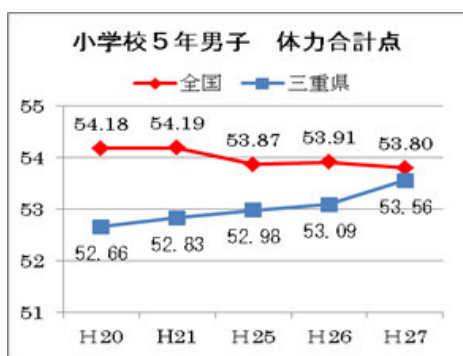
     : 全国平均を上回る      : 本県の体力合計点と全国平均値との差  
↑ : 前年度の三重県平均を上回る ↓ : 前年度の三重県平均を下回る  
 ※体力合計点: 各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

中学校2年生	男子		女子		
	H27	H26	H27	H26	
握力 (kg)	三重県	↑ 28.90 ↓ 28.60	↓ 23.39 ↓ 23.56	23.56	
	全国	28.93	29.00	23.68	23.70
上体起こし (回)	三重県	↑ 27.23 ↓ 26.66	↑ 22.67 ↓ 22.17	22.17	
	全国	27.43	27.45	23.26	23.07
長座体前屈 (cm)	三重県	↑ 43.24 ↓ 42.70	↑ 45.06 ↓ 44.71	44.71	
	全国	43.08	42.92	45.53	45.23
反復横とび (回)	三重県	↑ 52.11 ↓ 51.53	↑ 46.62 ↓ 45.72	45.72	
	全国	51.62	51.31	46.09	45.63
持久走 (秒)	三重県	↑ 394.45 ↓ 398.06	↓ 293.24 ↓ 292.44	292.44	
	全国	392.63	392.89	290.03	290.64
20mシャトルラン (点)	三重県	↑ 84.97 ↓ 84.33	↑ 57.95 ↓ 56.40	56.40	
	全国	85.56	85.29	58.06	57.77
50m走 (秒)	三重県	↑ 8.02 ↓ 8.06	↑ 8.92 ↓ 8.93	8.93	
	全国	8.01	8.03	8.84	8.87
立ち幅とび (cm)	三重県	↑ 194.28 ↓ 190.18	↑ 166.96 ↓ 164.23	164.23	
	全国	194.05	193.43	167.28	166.53
ハンドボール投げ (m)	三重県	↑ 20.79 ↓ 20.73	↓ 13.11 ↓ 13.19	13.19	
	全国	20.65	20.86	12.83	12.88
体力合計点 ※ (点)	三重県	↑ 42.05 ↓ 40.95	↑ 48.75 ↓ 48.00	48.00	
	全国	41.89	41.74	49.08	48.66
差		0.16	-0.79	-0.33	-0.66

     : 全国平均を上回る      : 本県の体力合計点と全国平均値との差  
↑ : 前年度の三重県平均を上回る ↓ : 前年度の三重県平均を下回る  
 ※体力合計点: 各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

## 参考資料1 P 4

### 2 本調査開始（平成20年度）以降の全員を対象とした調査の体力合計点経年変化



## II 平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果等からの考察

本調査結果の児童生徒質問紙調査及び学校質問紙調査から、(1) 学校全体での取組、(2) 授業の工夫改善等の取組、(3) 家庭・生活習慣の取組、(4) その他の取組の4つに分類し、それぞれの成果と課題について考察を行った。

また、各取組を本年度調査結果と全国平均値および昨年度結果ならびに体力合計点の高い県を比較し、以下の項目に分けてまとめた。

- ①全国との比較
- ②昨年度との比較
- ③関連や上位県、伸び率の高い県との比較
- ④まとめ

### 1 学校全体での取組の成果と課題

#### (1) 学校全体での目標の設定について（学校質問紙調査）

- ①平成26年度の本県小中学校の目標設定率は、小学校47.2%、中学校30.9%であり、全国の小学校62.8%、中学校54.3%と比較して下回っている。
- ②平成26年度を取組を問う設問であるため、本県での経年比較はできない。本県では平成27年1月から県内すべての小中学校で、各学校の体力向上の目標や取組を記載した「みえ子どもの元気アップシート」の作成に取り組んでいる。
- ③全国上位県（福井県、茨城県。以下同様）では、目標の設定率が高く、また体力合計点との相関も見られる。
- ④平成27年度は、教員を対象とした研修会や指導主事・体力向上推進アドバイザーによる学校訪問において、目標達成に向けた取組の指導・助言を行った。その結果、小中学校とも体力合計点が上がっていることから、今後もすべての小中学校で目標設定を行い、体力向上に向けて取り組む必要がある。

改善された点	改善を要する点
・全小中学校が「みえ子どもの元気アップシート」を活用し、体力向上の目標設定を行った。	・各学校が体力調査の結果を分析し、課題に応じた目標設定と取組を行う必要がある。

#### ※取組方向

1月下旬から2月上旬にかけて全小中学校対象に研究協議会を開催し、各学校で結果を分析し、学年ごとの目標設定を行う「H28 みえ子どもの元気アップシート」の作成を指導するとともに、県内の好事例を紹介し、取組の参考とする。

Ⅱ 平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果等からの考察

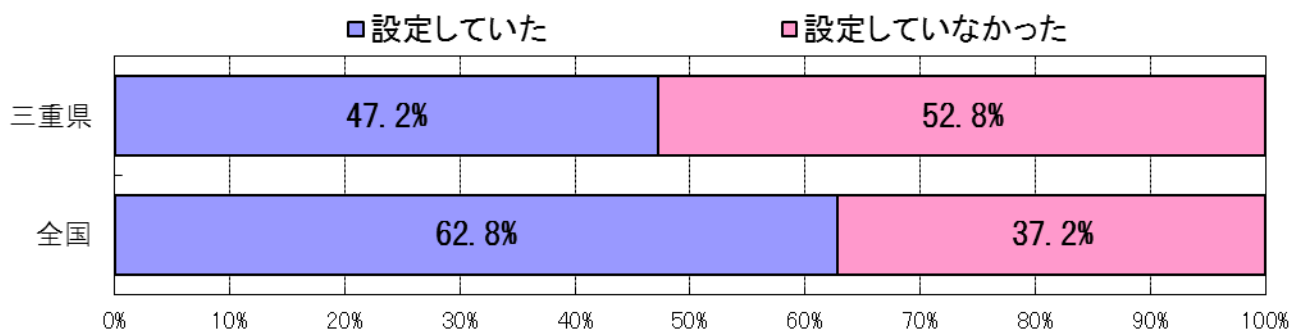
1 学校全体での取組の成果と課題

(1) 学校全体での目標の設定について

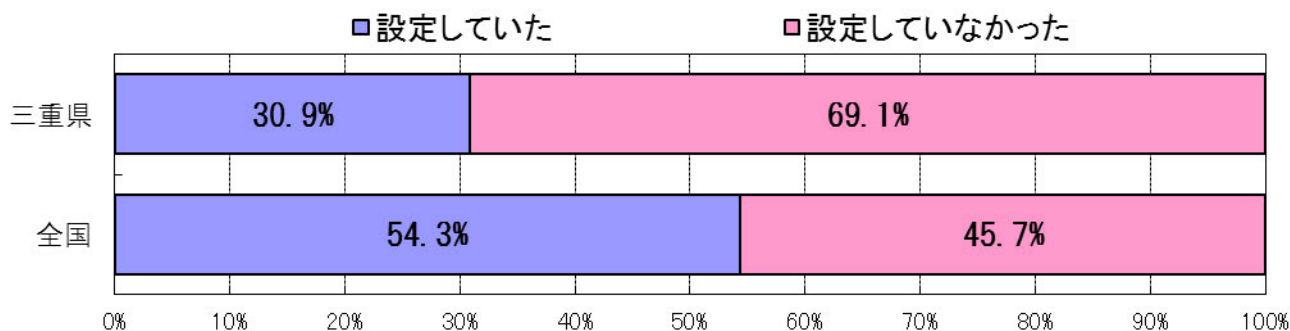
参考資料2 P 58

(6) 平成26年度に児童生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を、学年としての目標と別に設定しましたか。

【小学校】



【中学校】



参考資料4 P 4 <小学校>

⑤ 平成26年度に、児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を、学年としての目標と別に設定していましたか。

<選択肢 1. 行った 2. 行わなかった>

回答：1. 行った

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	62.8%	47.2%	80.6%	84.3%	83.0%	64.6%	70.4%
全国差	...	-15.6%	17.8%	21.5%	20.2%	1.8%	7.6%

(2) 体育・保健体育の授業以外に運動時間を確保する取組（1学校1運動取組）について（学校質問紙調査）

- ①平成26年度の本県の取組率は、小学校78.4%、中学校66.3%であり、小学校は全国平均値87.4%を下回っており、中学校は全国平均値64.0%をやや上回っている。
- ②平成26年度の取組を問う設問であるため、本県での経年比較はできないが、平成27年1月から県内すべての小中学校で取り組んでいる「みえ子どもの元気アップシート」の作成により、各学校において1学校1運動取組を進めている。1週間の総運動時間が60分未満の本県の小学校男女・中学校女子の割合は減少（小男7.5%→6.4%、小女14.7%→12.3%、中女18.9%→17.9%）し、全く運動しない児童生徒の割合も昨年度より減少（小男47.0%→45.4%、小女40.3%→33.2%、中男73.6%→69.5%、中女68.9%→67.4%）していることから1学校1運動の取組成果が徐々に浸透してきていると考えられる。
- ③全国上位県では取組率が高く、また体力合計点との相関も見られる。
- ④教員を対象とした研修会や指導主事及び体力向上推進アドバイザーの学校訪問を通じて、1学校1運動の指導・助言を行い、「みえ子どもの元気アップシート」に基づく1学校1運動実施率の向上に取り組んだ。その結果、小中学校とも体力合計点が上がっていることから、より一層1学校1運動を推進する必要がある。

改善された点	改善を要する点
<p>・各学校が「みえ子どもの元気アップシート」を活用し、1学校1運動取組を行ったことにより、全く運動しない児童生徒の人数の割合が減少するなど体力向上につながった。</p>	<p>・各学校が体力向上の目標達成に向けて、1学校1運動取組が効果的に行われるよう支援していく必要がある。</p>

※取組例

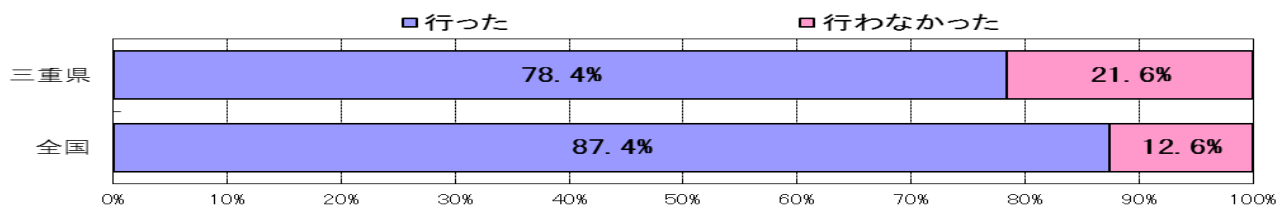
「朝トレ（朝の運動）」、「業間（2限終了後の休み時間）遊び」、「全校遊び」、「学年遊び」等を継続、計画的に行う。

(2) 体育・保健体育の授業以外に運動時間を確保する取組(1学校1運動取組)について

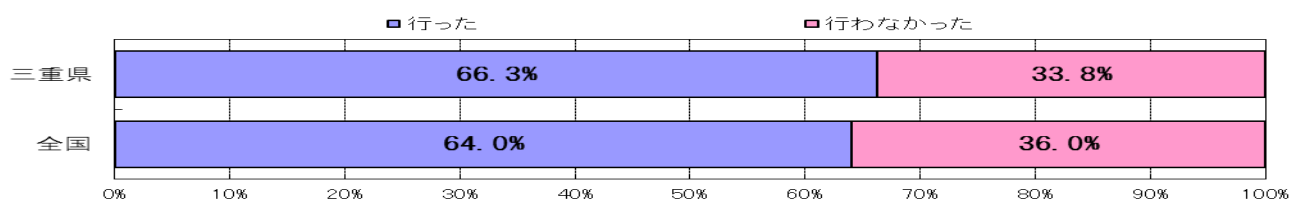
参考資料2 P60

(9) 平成26年度に小学校第4学年及び中学校第1学年に対して、体育・保健体育の授業以外に運動時間を確保する取組を行いましたか。

【小学校】



【中学校】



参考資料4 P4 <小学校>

⑧ 平成26年度に、第4学年に対して、体育の授業以外に運動時間を確保する取組を行いましたか。

<選択肢 1. 行った 2. 行わなかった>

回答：1. 行った

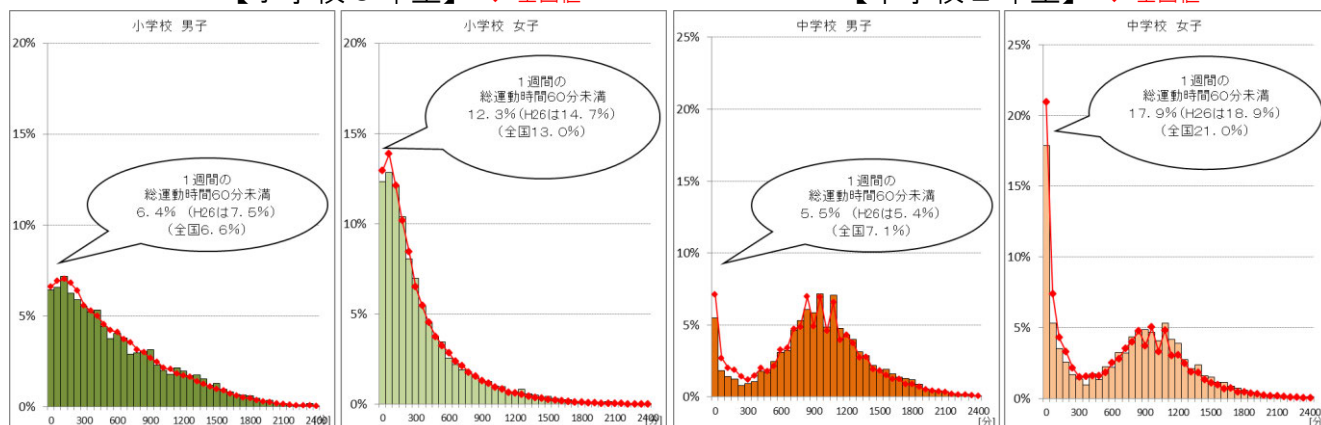
	全国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	87.4%	78.4%	95.3%	94.8%	90.3%	85.1%	83.4%
全国差	...	<b>-9.0%</b>	7.9%	7.4%	2.9%	-2.3%	-4.0%

参考資料1 P16、P17 参考資料2 P82、P83

①1週間の総運動時間の分布

【小学校5年生】 -◆-全国値

【中学校2年生】 -◆-全国値



### (3) 体力テストの継続実施について（学校質問紙調査）

- ①本県の6年以上体力テストを継続している割合は、小学校63.6%、中学校93.8%であり、小学校は全国平均値89.9%を下回っているが、中学校は全国平均93.7%とほぼ同程度である。
- ②平成27年度に6年以上体力テストを継続している割合は、平成26年度より小学校が16.3ポイント、中学校が2.1ポイント増加した。
- ③全国上位県では継続実施率が高く、小中学校とも体力テストを連続して6年以上継続実施をしている場合は、体力合計点との相関が見られる。
- ④教員を対象とした研修会や指導主事及び体力向上推進アドバイザーの学校訪問による継続実施の指導・助言等により、継続実施校の増加に取り組んだ。今後もすべての小中学校の全学年において体力テストの継続実施に取り組む必要がある。

改善された点	改善を要する点
・体力テストの継続実施率が向上してきている。	・全ての小中学校において、体力テストが全学年で継続実施されるよう取り組んでいく必要がある。

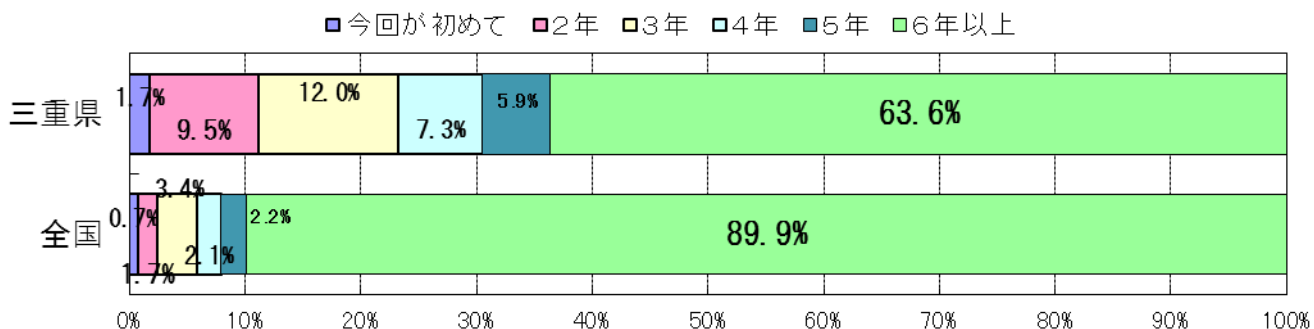


(3) 体カテストの継続実施について

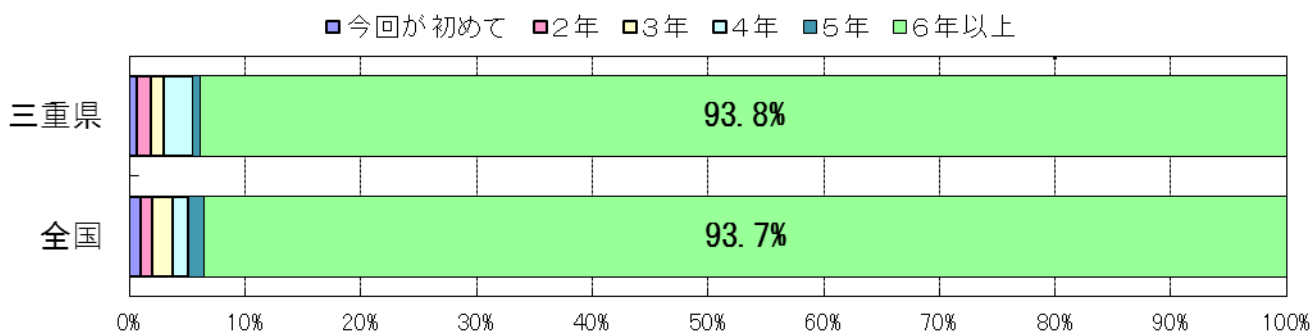
参考資料1 P 15 参考資料2 P 80

(50) これまで新体カテストは何年間していますか。

【小学校】



【中学校】



参考資料4

P 6 <小学校>

⑩ これまで新体カテストは何年間実施していますか。

<選択肢 1. 今回が初めて 2. 2年 3. 3年 4. 4年 5. 5年 6. 6年以上>

回答： 6. 6年以上

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	89.9%	63.6%	98.4%	96.4%	92.6%	97.1%	93.8%
全国差	...	<b>-26.3%</b>	8.5%	6.5%	2.7%	7.2%	3.9%

P 9 <中学校>

⑫ これまで新体カテストは何年間実施していますか。

<選択肢 1. 今回が初めて 2. 2年 3. 3年 4. 4年 5. 5年 6. 6年以上>

回答： 6. 6年以上

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	93.7%	93.8%	98.6%	96.1%	89.4%	95.4%	98.0%
全国差	...	0.1%	4.9%	2.4%	-4.3%	1.7%	4.3%

## 2 授業の工夫改善等の取組の成果と課題

### (1) 「体育の授業は楽しいか」について（児童生徒質問紙調査）

- ① 「楽しい」と答えた割合は、小学校男子 74.2%、女子 61.2%、中学校男子 55.8%、女子 43.2%で、全国平均値と比較して小学校男女・中学校男女とも高い。また、「楽しくない」割合も全国平均より低いことから本県の児童生徒は体育の授業を肯定的に捉えていることが伺える。
- ② 昨年度との比較では、小学校では男女とも同程度だが、中学校においては、男子 3.5 ポイント、女子 2.0 ポイント減少した。  
「やや楽しい」割合も含めると小学校男女・中学校男女とも同程度である。
- ③ 「楽しい」と答えた児童生徒は、明らかに体力合計点が高いことから、授業でより多くの児童生徒が「楽しい」と感じられるよう、授業の工夫改善を行うことが、体力向上につながると思う。
- ④ 体育の授業が楽しいと思えるような工夫改善が必要である。特に、女子児童・生徒に対しては重要な視点である。

改善された点	改善を要する点
・授業の工夫改善が進み、児童生徒が楽しく授業に取り組めるようになった。	・より一層の、授業の工夫改善に取り組むとともに、体育の授業を好意的に捉えていない児童生徒への働きかけを進めていく必要がある。

#### ※取組例

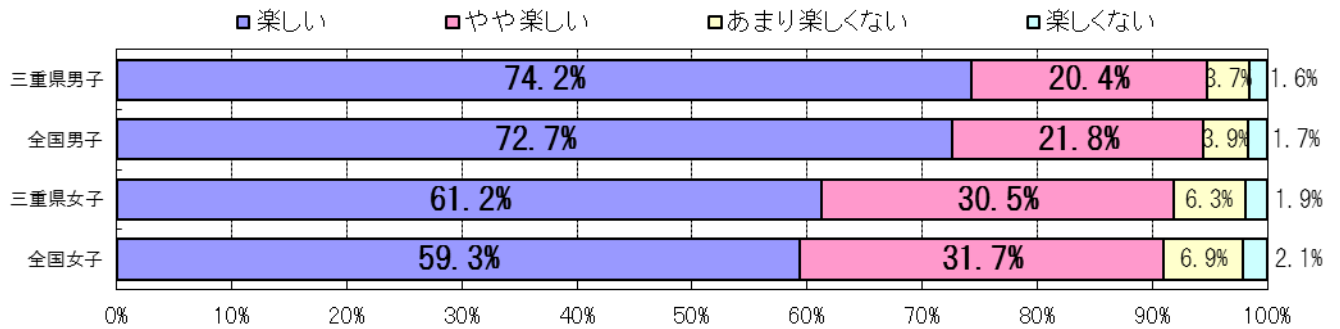
「できる」「できない」がはっきりする器械運動の指導において外部指導者を派遣するなど、サポート体制を充実することにより「できる」児童生徒を増やしていく。

2 授業の工夫改善の取組の成果と課題  
 (1)「体育の授業は楽しいか」について

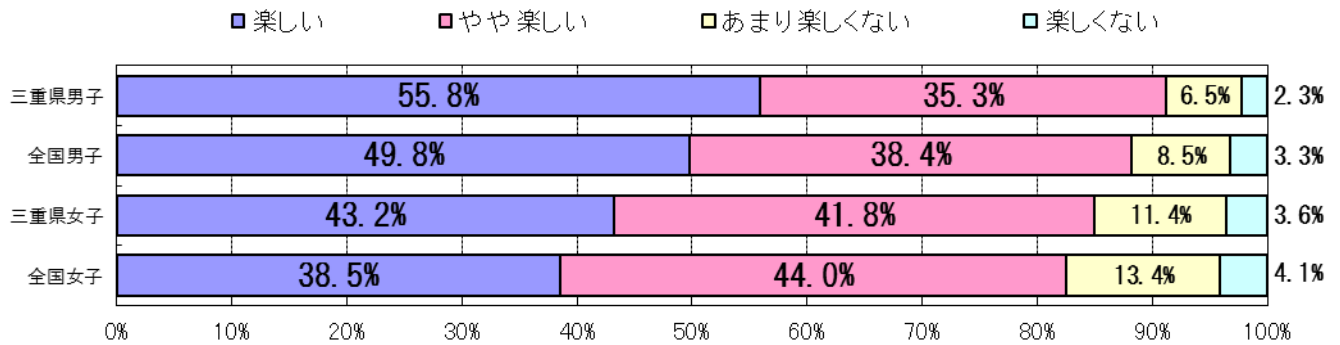
参考資料1 P 1 2    参考資料2 P 4 2

(22) 体育・保健体育の授業は楽しいですか。

【小学校5年生】

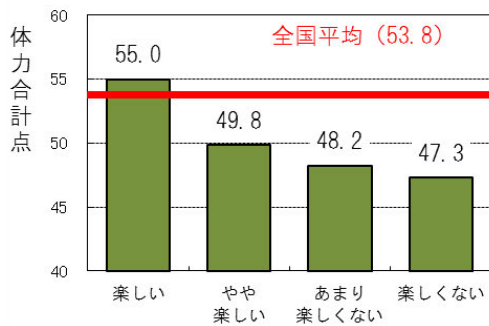


【中学校2年生】

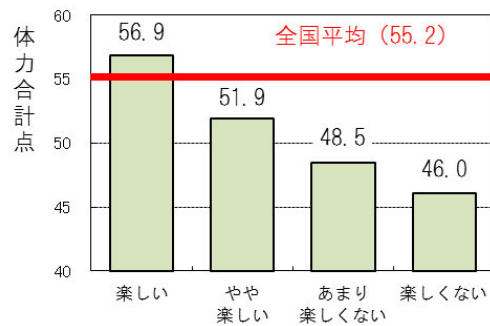


体力合計点との関連

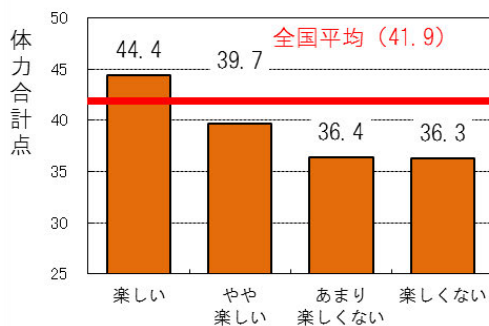
(小5男子)



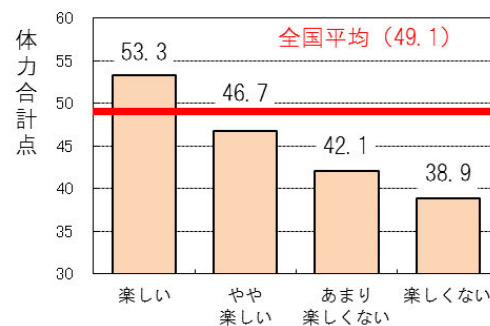
(小5女子)



(中2男子)



(中2女子)



(2) 体育の授業の目標の提示、振り返りの実施状況について(学校質問紙調査)

- ①本県の小学校 93.4%、中学校 97.6%が目標の提示を行っているが、全国平均の小学校 95.7%、中学校 98.3%より下回っている。  
また、本県の小学校 77.9%、中学校 90.2%が学習の振り返りを行っているが、全国平均の小学校 87.4%、中学校 94.4%に比べると、低い。
- ②昨年度と比較すると、目標の提示は、小学校 3.8 ポイント、中学校 3.4 ポイント、学習の振り返りは、小学校 3.9 ポイント、中学校 2.4 ポイント増加し、本県での目標の提示および学習の振り返りの取組は徐々に改善傾向が見られる。
- ③体力合計点と授業における目標の提示や学習の振り返りには顕著な相関は見られないが、上位県では高い。児童生徒が目標を持ち学習を振り返ることは、学習効果を高めるために大切であり、より一層取り組んでいく必要がある。
- ④本県の目標の提示・学習の振り返りの割合は増加傾向にあるが、より一層積極的に取り組む必要がある。

改善された点	改善を要する点
・本県の体育授業における目標の提示・学習振り返りは徐々に増加している。	・授業における目標提示・学習振り返りを一層進めていく必要がある。

※取組例

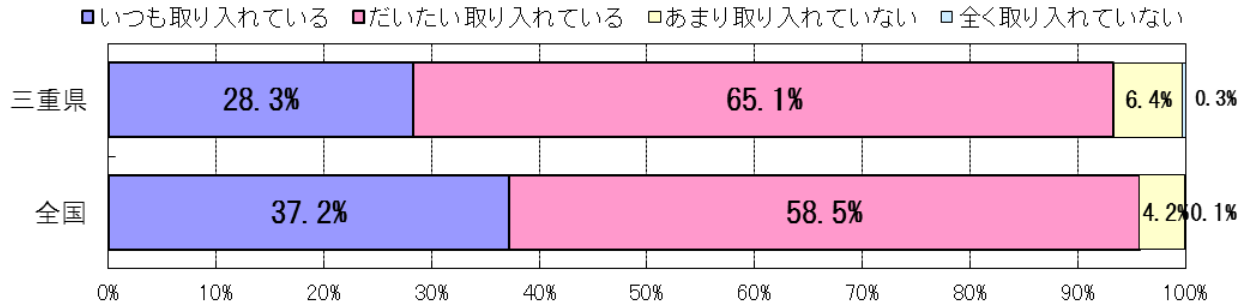
研修会、授業検討会等をはじめ、市町教育担当主事等連絡会を通じて、市町等教育委員会にも働きかける。

(2) 体育の授業の目標の提示、振り返りの実施状況について

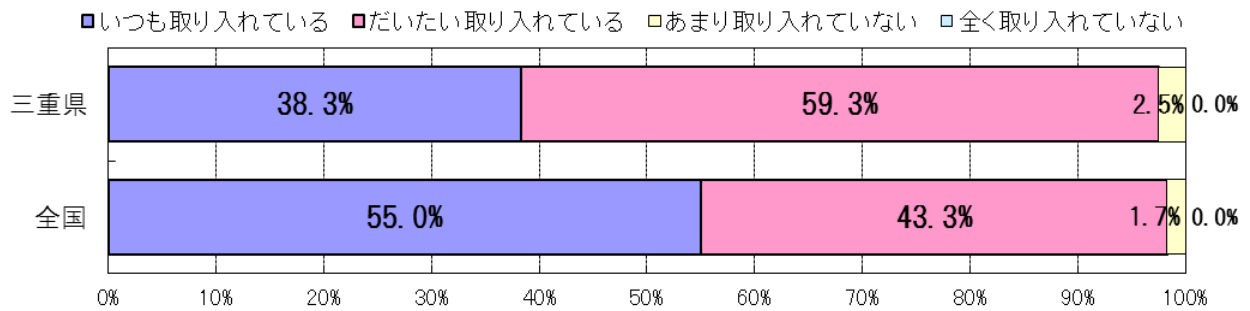
参考資料1 P 14 参考資料2 P 64

(16) 体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を児童生徒に示す活動を計画的に取り入れていますか。

【小学校】

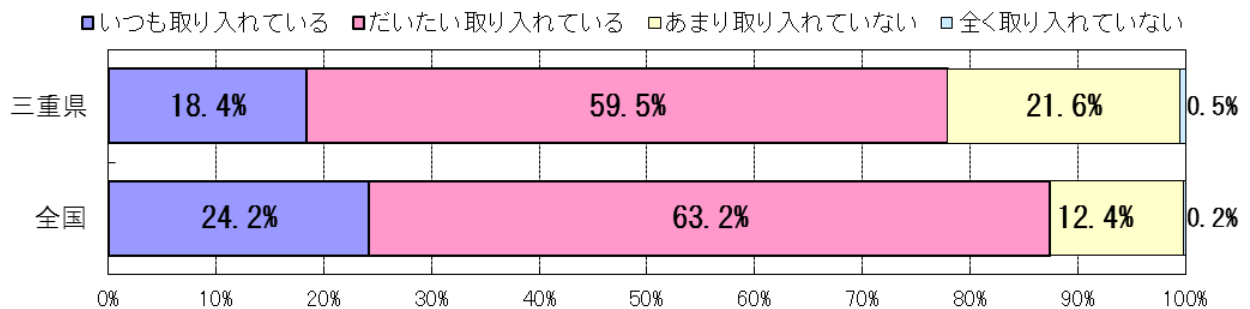


【中学校】

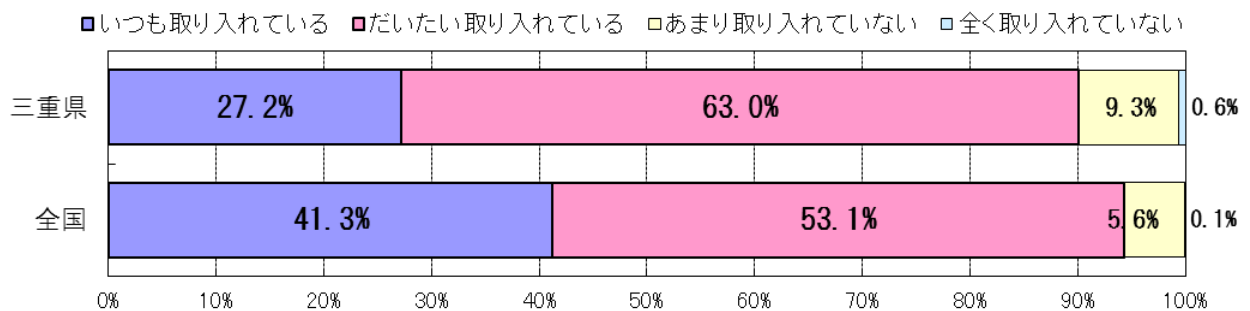


(17) 体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を計画的に取り入れていますか。

【小学校】



【中学校】



(3) 「平成 26 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を踏まえた授業等の工夫・改善について（学校質問紙調査）

※この質問項目は、平成 26 年度なし

① 本県の小学校 88.4%、中学校 86.9%が授業等の工夫・改善に取り組んでいるが、全国平均の小学校 90.5%、中学校 88.2%に比較すると、取組は遅れている。

しかし、平成 26 年度調査結果の CD の活用や学校内における結果の全職員への情報共有については、全国より積極的に取り組んでいる。

② 昨年度調査においてこの質問項目はない。

③ 全国上位県においても工夫・改善の取組率は高く、体力合計点と本質問には相関が見られる。

④ 各学校が本調査の結果を積極的に活用し、授業等の工夫改善を行うなど、今後の取組を進めるために重要である。

改善された点	改善を要する点
・本調査で提供される、CDや活用シートおよび情報の提供に取り組んでいる。	・体力調査の結果を分析し、授業等の工夫改善を進める必要がある。

※取組例

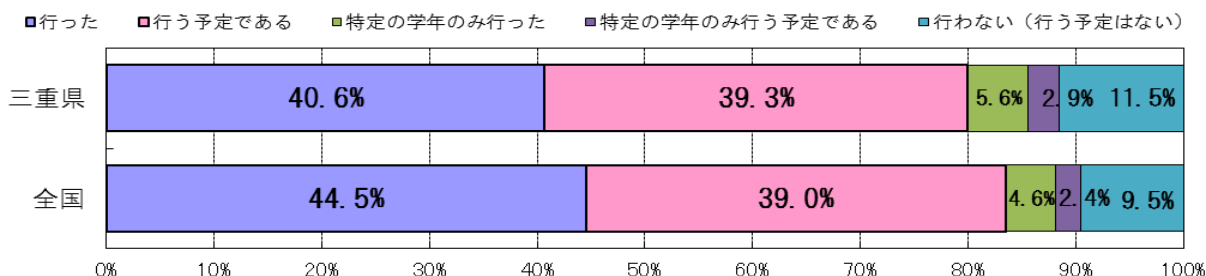
スポーツ庁配付「記録シート」や「H28 みえ子どもの元気アップシート」の活用により、本調査の分析を進め、体育の授業改善や目標設定につなげていく。

(3) 「平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を踏まえ授業等の工夫・改善について

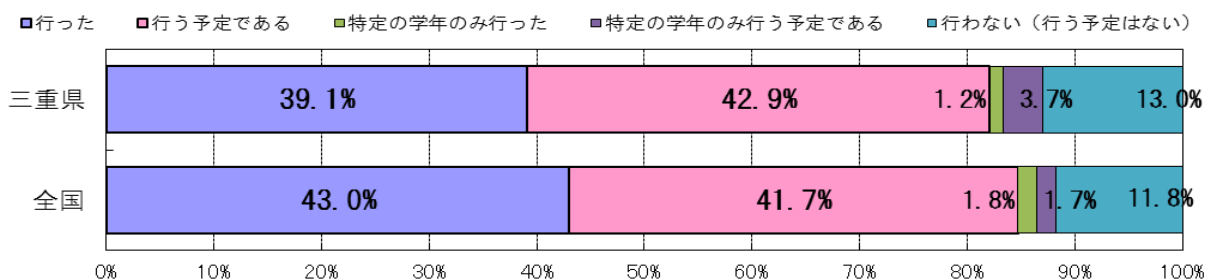
参考資料2 P 75

(39) 平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて授業等の工夫改善を行いましたか。

【小学校】



【中学校】



参考資料4 P 6 <小学校>

⑮ 平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて授業等の工夫・改善を行いましたか(行う予定ですか)。

<選択肢 1. 行った 2. 行う予定である 3. 特定の学年のみ行った 4. 特定の学年のみ行う予定である 5. 行わない(行う予定はない)>

回答：1. 行った

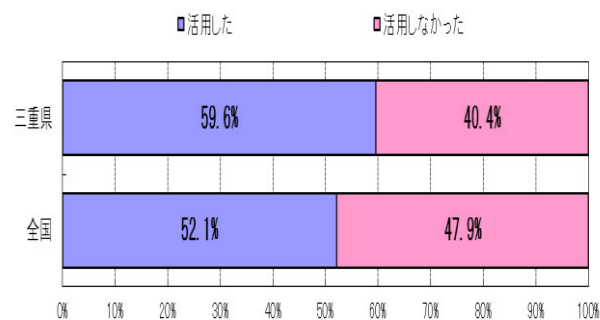
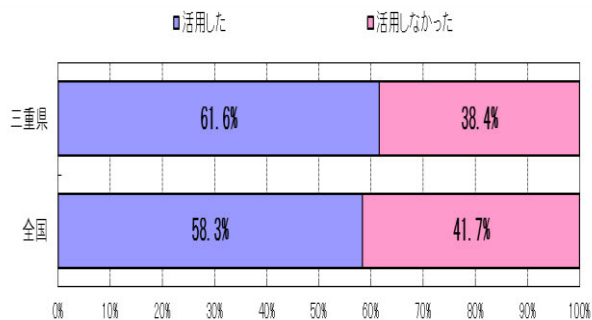
	全国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	44.5%	40.6%	67.5%	52.6%	66.8%	49.6%	43.2%
全国差	...	<b>-3.9%</b>	23.0%	8.1%	22.3%	5.1%	-1.3%

参考資料2 P 75

(40) 平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果資料CDを活用しましたか。

【小学校】

【中学校】



(4) 体育の授業や体育的活動及び保健体育の授業への外部指導者の活用状況について (学校質問紙調査)

- ①外部指導者を1人以上活用している割合は、本県では、小学校 31.5%は全国平均 38.5%を下回り、中学校 40.6%は全国平均 24.6%を上回っている。
- ②昨年度調査においてこの質問項目はない。
- ③体力合計点との顕著な相関は見られないが、本県の外部指導者の活用状況をみると、小学校では水泳、中学校は武道・ダンスの授業に活用されている割合が高い。
- ④外部指導者を活用した武道やダンスの授業における生徒の満足度が高いことから、今後も引き続き、外部指導者を活用するための支援を行う必要がある。

改善された点	改善を要する点
	・外部指導者を効果的に活用していく必要がある。

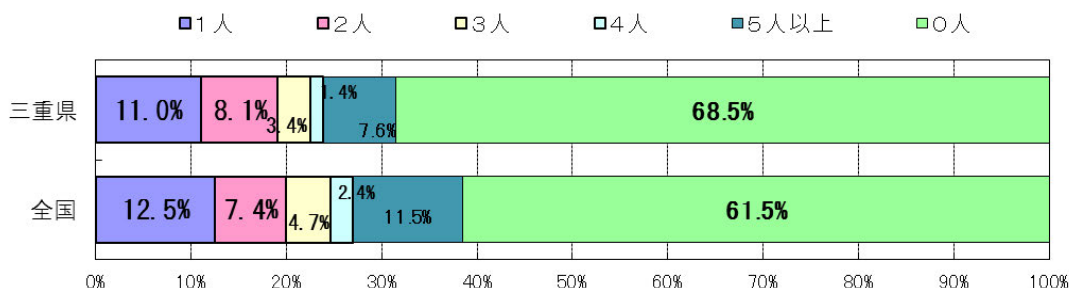


(4) 体育の授業や体育的活動及び保健体育の授業への外部指導者の活用状況について

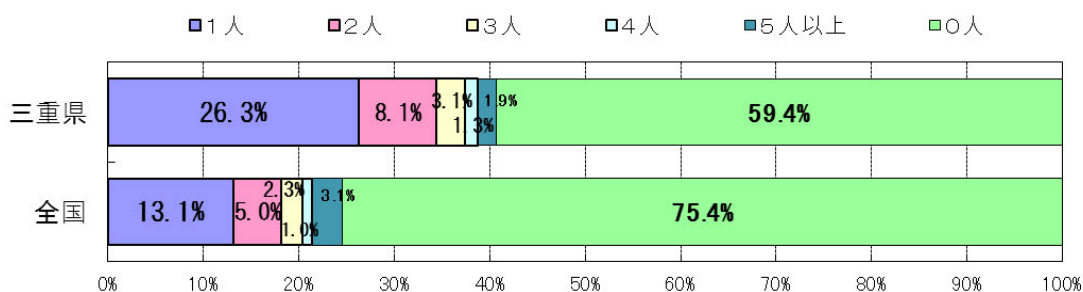
参考資料2 P70、P71

(27) 平成27年度の体育の授業や体育的活動及び保健体育の授業に外部人材を何人活用していますか。

【小学校】

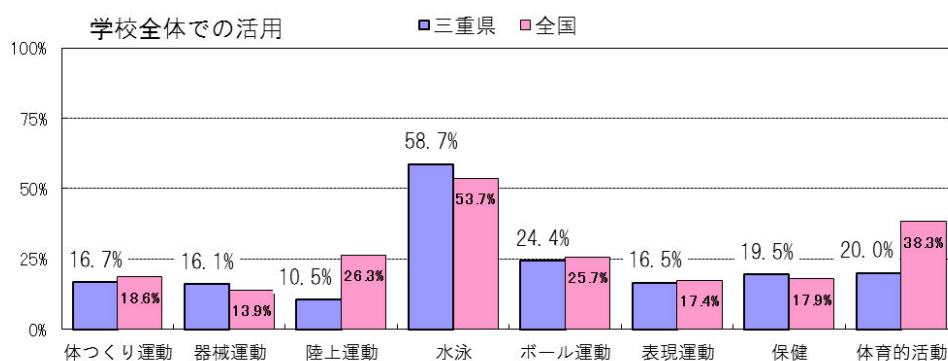


【中学校】

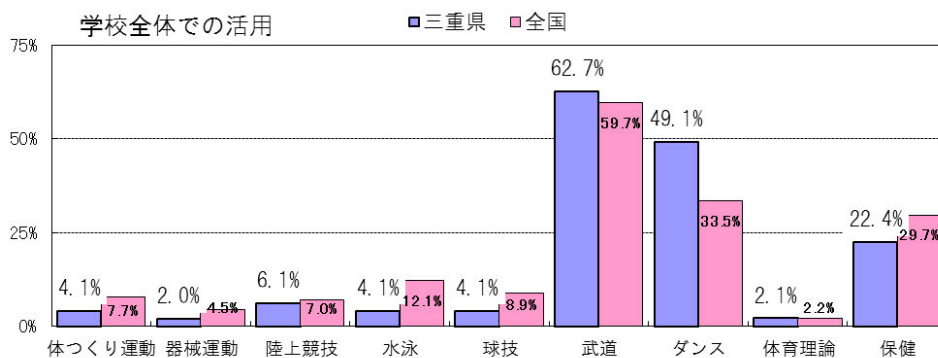


(28) 平成27年度の体育・保健体育の授業や体育的活動に外部人材を活用している場合、どの領域等について活用していますか。

【小学校】



【中学校】



(5) 中学校運動部活動への外部指導者の活用状況について（学校質問紙調査）

- ①外部指導者を1人以上活用している割合は、本県中学校 61.2%で、全国平均 72.8%を下回っている。
- ②本県中学校の割合は昨年度 64.8%より、やや低くなっている。
- ③体力合計点との顕著な相関は見られないが、全国上位県においては活用率が高く、中学校現場からの外部指導者の配置を求める声は強い。
- ④高い専門性を有する外部指導者の活用により、より活発な運動部活動の展開が期待できることから、より一層外部指導者の活用を進める必要がある。

改善された点	改善を要する点
	・高い専門性を有する外部指導者を活用していく必要がある。

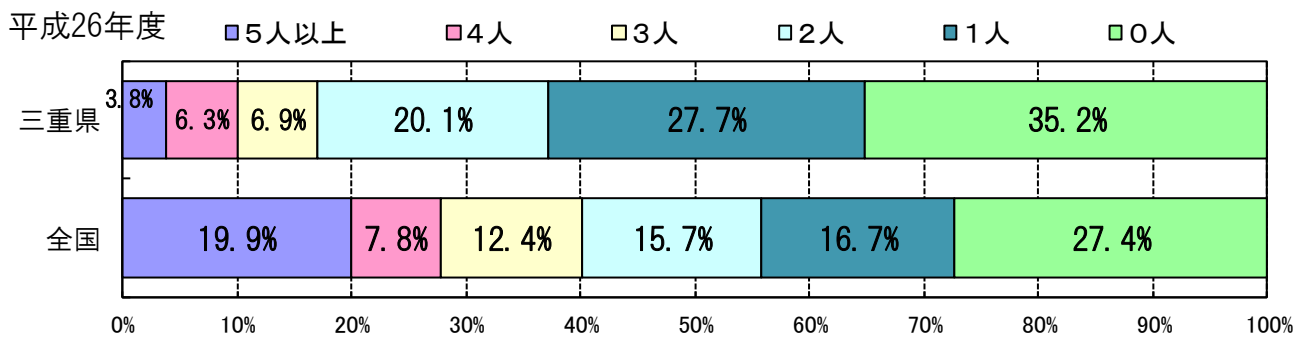
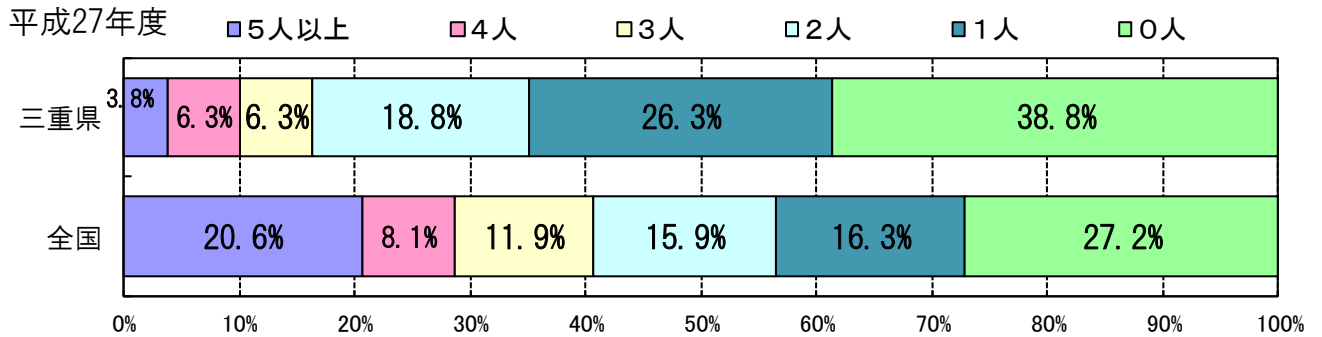
※取組例

運動部活動へ専門性を有する地域のスポーツ指導者を運動部活動サポーターとして派遣する。

(5) 中学校運動部活動への外部指導者材の活用状況について

参考資料2 P 7 4

(38) 運動部活動に外部人材を何人活用していますか。(中学校)



(6) スポーツクラブ、運動部活動の所属について（児童生徒質問紙調査）

- ①本県では、小学校男子 68.8%、女子 48.2%が所属していると答えており、全国平均値と比較すると男女とも3ポイント程度下回っている。  
中学校では、部活動に所属している割合が男子 83.8%、女子 64.1%であり、いずれも全国平均値を上回っている。地域のスポーツクラブに所属する割合は、男子 15.0%、女子 9.0%の生徒が所属しており、全国平均値と比較すると同程度であった。本県では中学校における部活動の取組が、全国と比較し進んでいる。
- ②昨年度と比較すると、小中学校ともに大きな変化はない。
- ③スポーツクラブ、運動部活動に取り組む児童生徒は体力合計点が高い。全国上位県では、運動部やスポーツクラブへの所属率が高く、中学校においては、男女とも体力合計点との相関が見られる。
- ④日常的に運動やスポーツに親しむ児童生徒の体力が高いことから、引き続き活発な運動部活動を支援していく必要がある。

改善された点	改善を要する点
・本県の運動部活動の加入率は高く、中学校における体力向上の取組に大きな成果が見られる。	・運動やスポーツに親しむ貴重な機会として、運動部活動を活性化させていく必要がある。

(6) スポーツクラブ、運動部活動の所属について

参考資料1 P 7 参考資料2 P 2 4

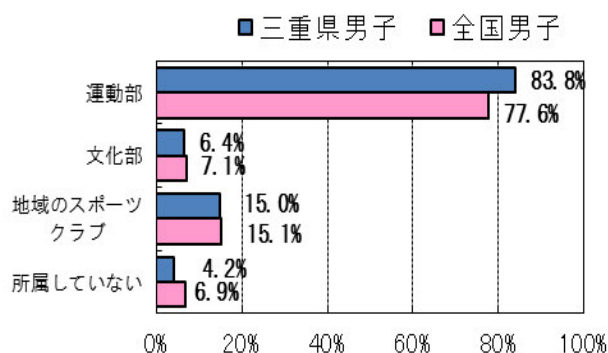
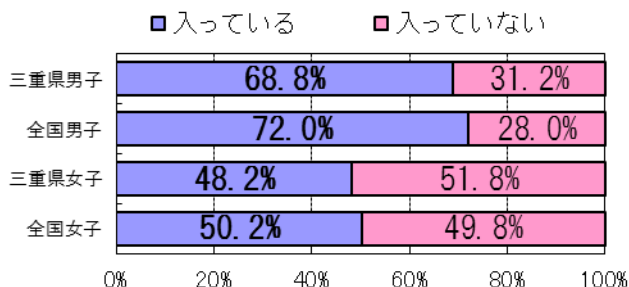
(5) 小：学校の運動部や学校外のスポーツクラブに所属していますか。

(スポーツ少年団を含みます)

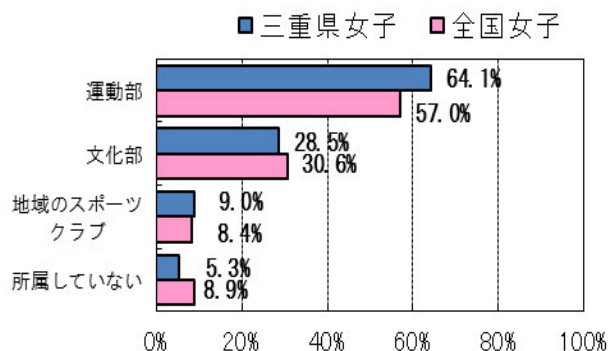
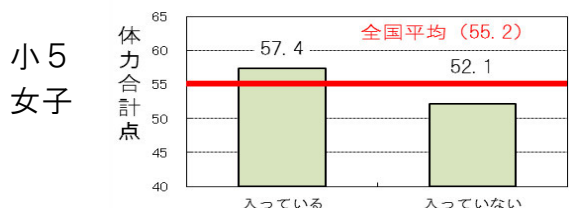
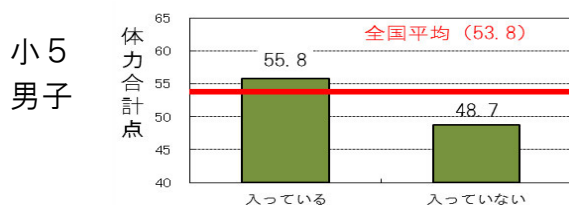
中：学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。(複数回答)

【小学校5年生】

【中学校2年生】

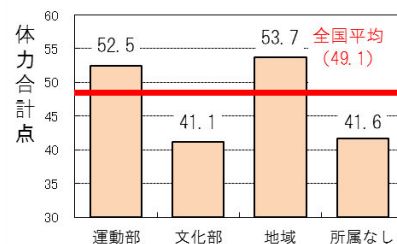
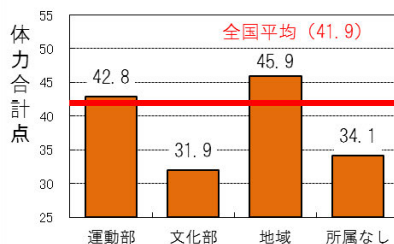


体力合計点との関連



(中2男子)

(中2女子)



参考資料4 P 7 <中学校>

③ 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。当てはまるものを全て選んでください。

<選択肢 1. 運動部 2. 文化部 3. 地域のスポーツクラブ 4. 所属していない>

回答：1. 運動部

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
中2男子	77.6%	83.8%	82.2%	83.1%	77.7%	78.8%	73.7%
全国差	...	6.1%	4.6%	5.4%	0.0%	1.2%	-3.9%
中2女子	57.0%	64.1%	57.8%	60.3%	58.4%	63.1%	51.1%
全国差	...	7.1%	0.8%	3.3%	1.4%	6.0%	-5.9%

### 3 家庭・生活習慣の取組の成果と課題

#### (1) 生活習慣改善の働きかけについて（学校質問紙調査）

- ①「学校が平成26年度の小学校4年生及び中学校1年生に対して、生活習慣を改善する取組を行ったか」という質問に対し、小学校88.3%は、全国平均値81.1%を上回っているが、中学校65.2%は、全国平均値66.6%をやや下回っている。児童生徒の自主・自立を育む指導の観点から、学年が上がるごとに生活習慣改善に向けた働きかけが弱くなっているとも考えられる。
- ②平成27年度の取組に対する質問項目ではないため、本県での経年比較はできない。〈過去、同様の質問項目はない〉
- ③全国上位県では取組率が高く、小学校には、体力合計点との相関も見られる。生活習慣の改善は、体力向上のみならず、生活習慣病の予防等、健康面においても必要なことであり、さらに取り組む必要がある。
- ④今後は、本県が作成する「生活習慣チェックシート」や啓発資料の効果的な活用等により、児童生徒の生活習慣の改善に取り組む必要がある。

改善された点	改善を要する点
	・「生活習慣チェックシート」や啓発資料の効果的な活用等により、児童生徒の生活習慣の改善に継続的に取り組む必要がある。

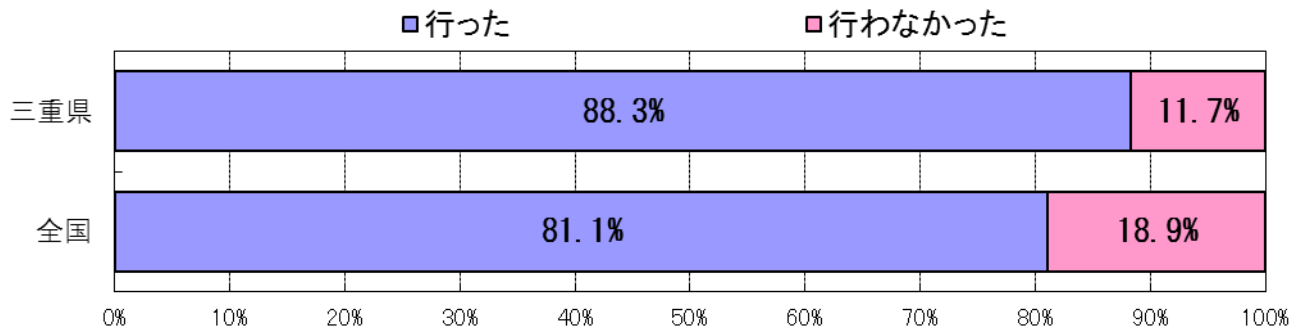
### 3 家庭・生活習慣の取組の成果と課題

#### (1) 生活習慣改善の働きかけについて

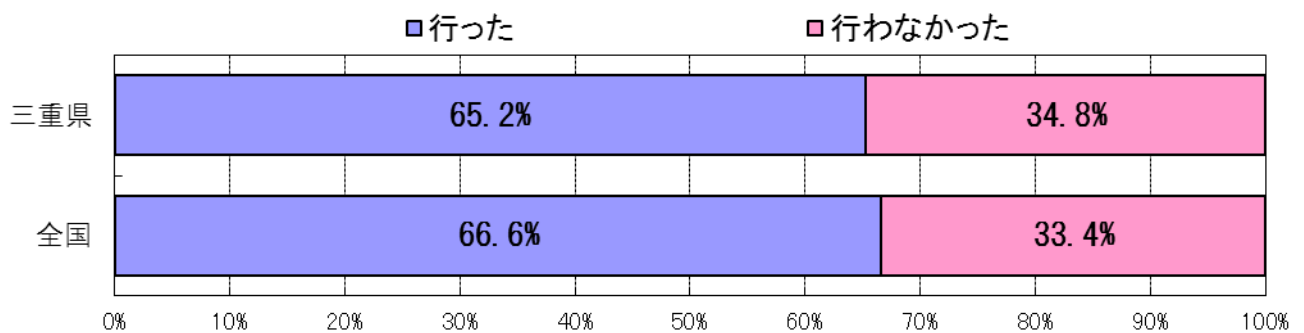
参考資料2 P 6 1

(11) 平成26年度に小学校第4学年及び中学校第1学年に対して、生活習慣を改善する取組を行いましたか。

##### 【小学校】



##### 【中学校】



参考資料4 P 5 <小学校>

⑩ 平成26年度に、第4学年に対して、生活習慣を改善する取組を行いましたか。

<選択肢 1. 行った 2. 行わなかった>

回答：1. 行った

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	81.1%	88.3%	90.6%	84.1%	85.3%	80.6%	69.9%
全国差	...	7.2%	9.5%	3.0%	4.2%	-0.5%	-11.2%

(2) 家庭に対しての子どもの体力向上の働きかけについて (学校質問紙調査)

- ① 「学校が平成 26 年度の小学校 4 年生及び中学校 1 年生の家庭に対して、子どもの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行ったか」という質問に対し、小中学校の家庭への働きかけの取組は、小学校 56.7%、中学校 22.8%ともに、全国平均値 (小学校 67.8%、中学校 44.1%) より下回っている。全国と比べ、本県では体力向上に係る家庭への働きかけが弱いため、今後、体力向上に向けた啓発を積極的に進める必要がある。
- ② 平成 27 年度の取組に対する質問項目ではないため、本県での経年比較はできない。〈過去、同様の質問項目はない〉
- ③ 全国上位県では取組率が高く、小学校においては、体力合計点との相関も見られる。
- ④ 体力向上は、学校だけで可能となるものではないため、家庭、地域とも連携した取組が必要である。本県では、各学校が児童生徒の体力テストの結果を経年でみることができる「わたしの成長記録」を活用することにより、家庭との連携に取り組んでいるが、より一層働きかけを行っていく必要がある。

改善された点	改善を要する点
・「生活習慣チェックシート」に「運動をする」という項目を加えた。	・家庭での生活習慣を整えるための働きかけをはじめ運動啓発等の取組を継続的に進める必要がある。

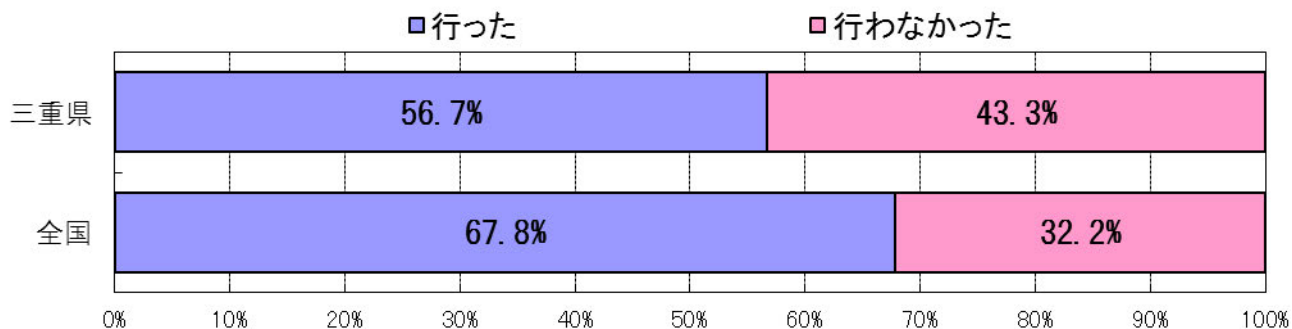


(2) 家庭に対しての子どもの体力向上の働きかけについて

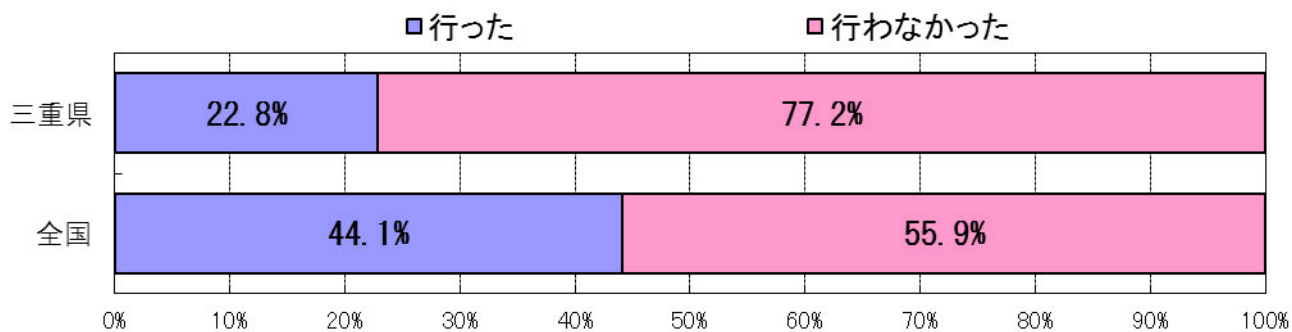
参考資料2 P 6 2

(13) 平成26年度に小学校第4学年及び中学校第1学年の児童生徒の家庭に対して、子供の体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。

【小学校】



【中学校】



参考資料4 P 5 <小学校>

⑪ 平成26年度に、第4学年の児童の家庭に対して、子供の体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。

<選択肢 1. 行った 2. 行わなかった>

回答：1. 行った

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
学校回答	67.8%	56.7%	71.7%	79.1%	80.4%	61.8%	54.0%
全国差	...	-11.1%	3.9%	11.3%	12.6%	-6.0%	-13.8%

### (3) 朝食の摂取について（児童生徒質問紙調査）

※この質問項目は平成26年度調査にはなく、平成25年度調査と比較した。

- ①「毎日食べる」と「食べない日もある」の割合は、全国平均値と比較すると小学校男子97.7%、小学校女子97.9%、中学校男子95.6%、中学校女子96.3%で、いずれも大きな差はない。しかし、「毎日食べる」割合では小学校男女で全国平均値と比較すると1~1.5ポイント程度低い。  
一方「食べない」割合は、小学校男女で0.4%程度、中学校男女で1.1%程度であり、全国平均値と同様の傾向がある。児童生徒の生活習慣改善に課題があると考えられるため、改善に向け学校における食育の推進や家庭への啓発を働きかける必要がある。
- ②平成25年度調査と比較すると、「毎日食べる」と「食べない日もある」割合は、小学校男女で1.4ポイント程度、中学校男女で2ポイント程度が下がっている。さらに「毎日食べる」割合は、小・中学校ともに減少傾向にある。一方で、「食べない」割合は、小学校男女で0.3ポイント、中学校男子で1.1ポイント、中学校女子で0.8ポイント改善している。
- ③「毎日食べる」と「食べない」と回答した者の体力合計点を比較すると、小学校男子4.1ポイント、小学校女子5.6ポイント、中学校男子2.3ポイント、中学校女子5.8ポイント「毎日食べる」者が優位である。朝食を毎日摂取し、生活習慣を整え、体力向上に取り組むことは重要な要素と考える。また全国上位県では朝食摂取率が高く、小中学校とも体力合計点との相関が見られる。
- ④朝食を摂取するなどの生活習慣改善は、体力向上には重要な要素であり、学校における食育の推進と、家庭への啓発・連携が必要である。

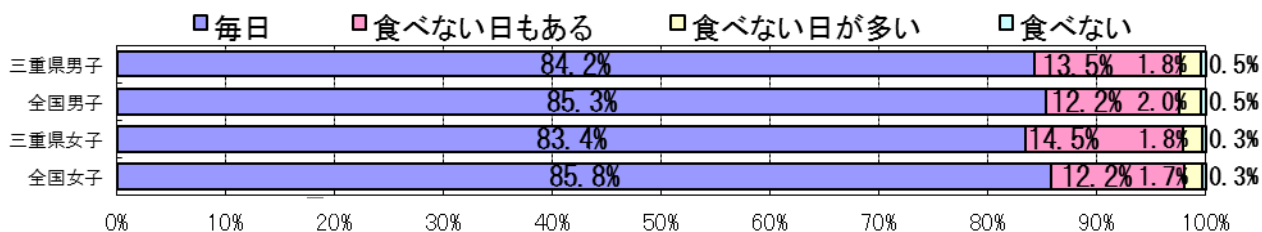
改善された点	改善を要する点
・「食べない」割合が減少した。	・全国と同様に朝食を食べる子どもの割合は減少傾向にあり、さらなる食育の推進と「生活習慣チェックシート」を活用した家庭への積極的な働きかけが必要である。

(3) 朝食の摂取について

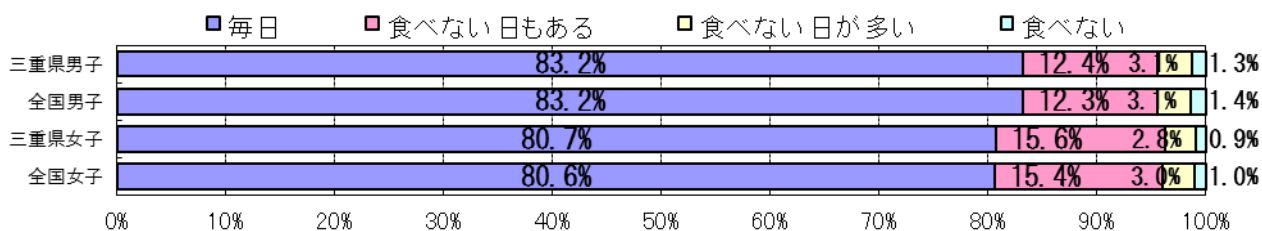
参考資料1 P 8 参考資料2 P 2 8

(8) 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)

【小学校5年生】

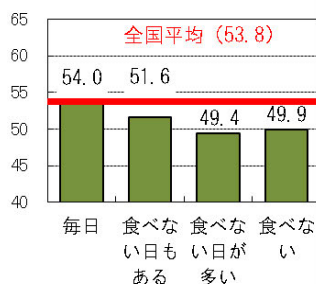


【中学校2年生】

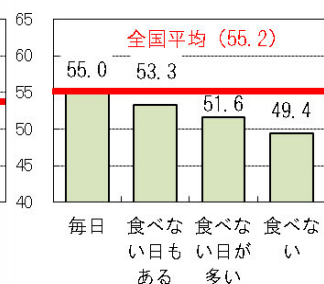


体力合計点との関連

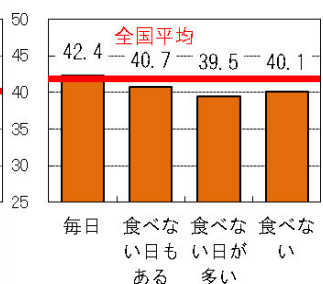
(小5男子)



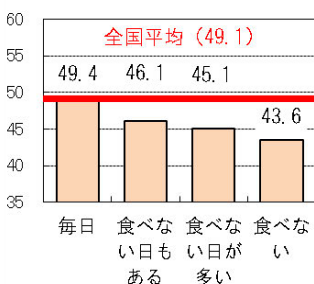
(小5女子)



(中2女子)



(中2男子)



参考資料4 P 1 <小学校>

③ 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

<選択肢 1. 毎日食べる 2. 食べない日もある 3. 食べない日が多い 4. 食べない>

回答：1. 毎日食べる

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
小5男子	85.3%	84.2%	87.5%	86.1%	83.5%	83.6%	83.7%
全国差	...	-1.1%	2.2%	0.8%	-1.8%	-1.7%	-1.6%
小5女子	85.8%	83.4%	87.8%	86.6%	82.7%	85.5%	85.7%
全国差	...	-2.4%	2.0%	0.8%	-3.1%	-0.3%	-0.1%

参考資料4 P 7 <中学校>

④ 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)

<選択肢 1. 毎日食べる 2. 食べない日もある 3. 食べない日が多い 4. 食べない>

回答：1. 毎日食べる

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
中2男子	83.2%	83.2%	85.6%	82.3%	82.2%	79.8%	81.7%
全国差	...	0.0%	2.5%	-0.9%	-1.0%	-3.4%	-1.5%
中2女子	80.6%	80.7%	81.9%	79.8%	79.7%	78.6%	79.0%
全国差	...	0.1%	1.4%	-0.8%	-0.9%	-2.0%	-1.6%

#### (4) 就寝時間について（児童生徒質問紙調査）

※この質問項目は、平成 26 年度調査以前にはない。

- ①「毎日決まった時刻」「ほぼ決まった時刻」の割合は小学校男子 58.7%、女子 64.7%であるが、全国平均値と比較すると小学校男女とも 2 ポイント低い。中学校男子 62.5%、女子 59.6%は、全国平均値も同程度である。一方、「日によって変わる」割合は、小・中学校とも 40%程度である。
- ③体力合計点との関連を見ると、「日によって変わる」者は、体力合計点が低い傾向にある。小学校においては、男女とも体力合計点と相関が見られ、全国上位県では割合が高いことから、規則正しい就寝を継続していくように働きかけていく必要がある。
- ④朝食摂取と同様、規則正しい生活を送る子どもは、体力向上に好影響を及ぼすと考えられるため、生活習慣改善の一つとして、家庭へ働きかけていく。小学校男子 4.9%、女子 2.4%、中学校男子 9.0%、女子 11.3%が、「一日の睡眠時間 6 時間未満」と回答している。「毎日決まった時刻」に寝るとともに、「睡眠時間」についても十分確保するよう家庭と連携をすすめる必要がある。

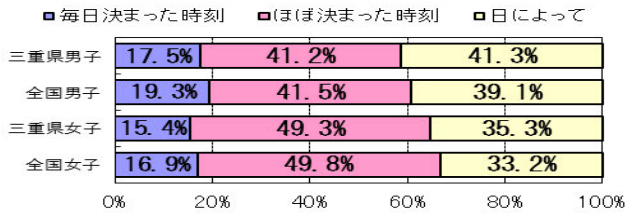
改善された点	改善を要する点
	・児童生徒が規則正しい生活を送れるよう、「生活習慣チェックシート」を活用し家庭へ積極的に働きかけていく。

(4) 就寝時間について

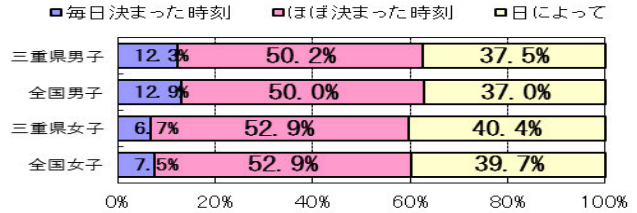
参考資料2 P 31

(11) 寝る時間は決まっていますか。

【小学校5年生】

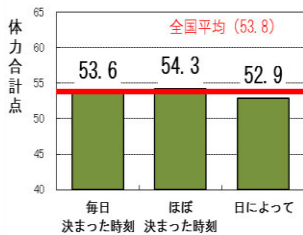


【中学校2年生】

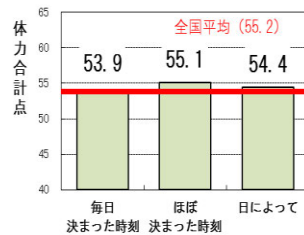


体力合計点との関連

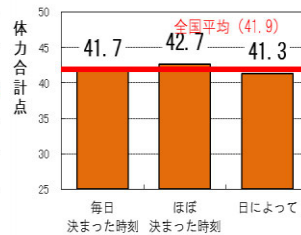
(小5男子)



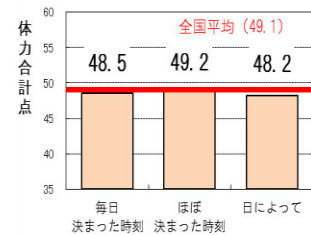
(小5女子)



(中2男子)



(中2女子)



参考資料4 P 1 <小学校>

⑤ ねる時間は決まっていますか。

<選択肢 1. 毎日決まった時間にねる 2. ほぼ決まった時間にねる 3. 日によってねる時間が異なる>

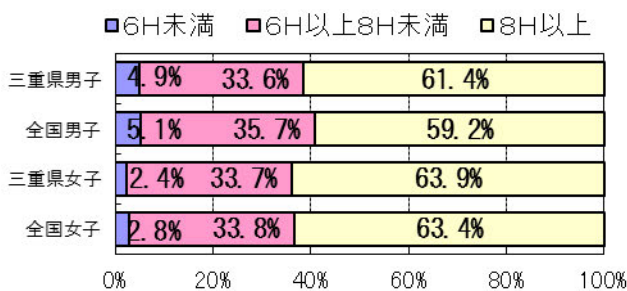
回答：1. 毎日決まった時間にねる

	全 国	三重県	福井県	茨城県	大分県	和歌山県	奈良県
小5男子	19.3%	17.5%	20.0%	23.1%	22.9%	17.8%	18.6%
全国差	...	-1.9%	0.6%	3.8%	3.5%	-1.5%	-0.7%
小5女子	16.9%	15.4%	18.7%	20.1%	20.3%	16.2%	15.4%
全国差	...	-1.5%	1.8%	3.2%	3.3%	-0.8%	-1.6%

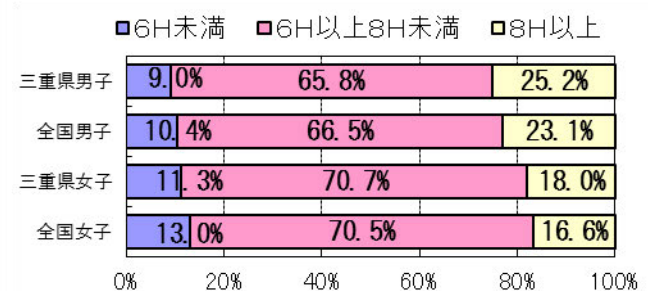
参考資料1 P 9 参考資料2 P 30

(10) 毎日どのくらい寝ていますか。

【小学校5年生】

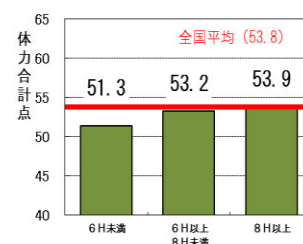


【中学校2年生】

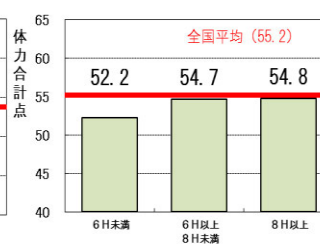


体力合計点との関連

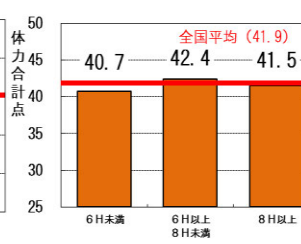
(小5男子)



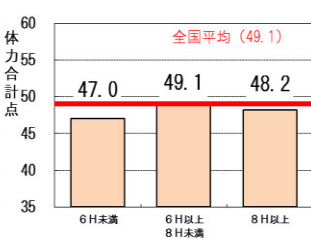
(小5女子)



(中2男子)



(中2女子)



#### (5) 家族からの運動やスポーツの勧めについて（児童生徒質問紙調査）

- ①「よくある」「ときどきある」割合は、小学校男子 57%、女子 48.8%で、全国平均値と比較すると約 5 ポイント低い。また、「全くない」割合は男女とも 18.7%で、全国平均と比較すると 3.4 ポイント程度高い。  
一方、中学校男子 50.6%、女子 44.8%で、全国平均値と同程度である。また、「全くない」割合は、本県・全国とも 17%程度である。  
小学校では全国平均値との差があるが、中学校ではほぼ同様の傾向がある。
- ②昨年度と比較すると、小中学校ともに「よくある」「ときどきある」割合は小学校男子 4.2 ポイント、女子 4.1 ポイント、中学校男子 6.2 ポイント、女子 8.1 ポイント低くなっている。特に中学校女子は、家族から運動やスポーツの勧めが減少していることが、「1 週間の総運動時間」に影響を及ぼしていると考えられる。
- ③「よくある」者は、体力合計点が高い傾向にあり、家族ぐるみで運動やスポーツに取り組むことが、体力向上に好影響を与えていると考えられる。
- ④小中学校とも、家族からの勧めがある割合が高いほど、体力合計点が高い傾向にある。中学校では運動部活動等での子どもの取組を契機に家族との連携が図られると考える。

改善された点	改善を要する点
	・運動・スポーツをすることの大切さについて、「わたしの成長の記録」や「生活習慣チェックシート」等を活用し、家庭へ積極的に働きかけていく。

#### ※取組例

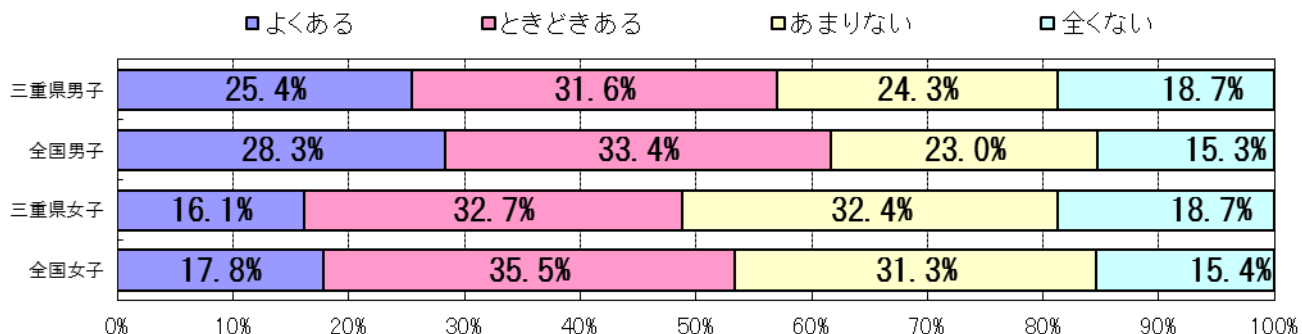
「元気予報」や「運動だいすき」等の体力向上に関する学校だよりを作成している好事例を研究協議会等で広める。

(5) 家族からの運動やスポーツの勧めについて

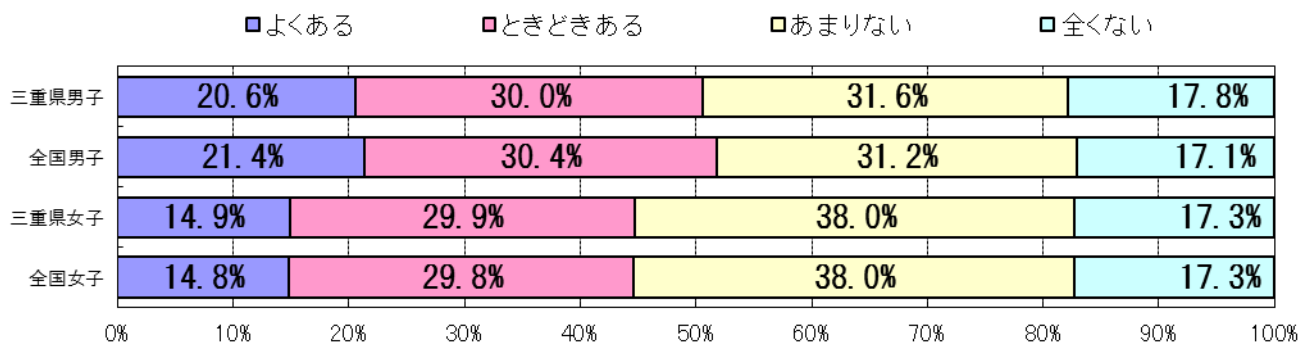
参考資料2 P 35

(15) 家の人から、運動やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか。

【小学校5年生】

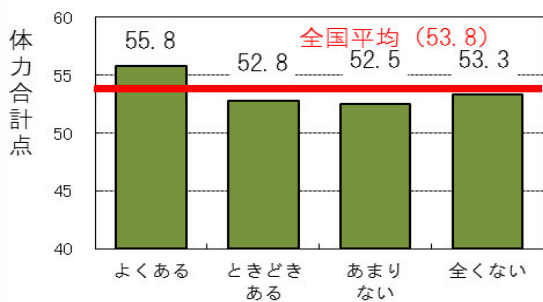


【中学校2年生】

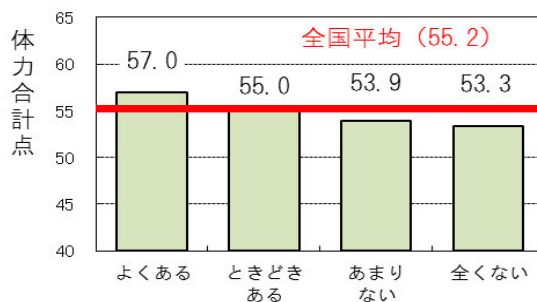


体力合計点との関連

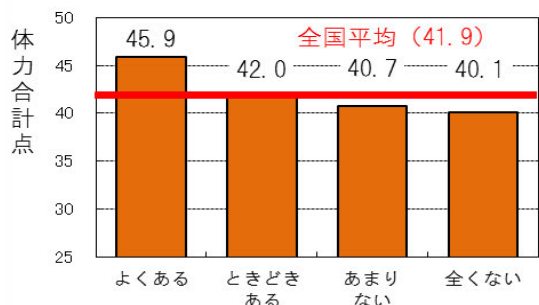
(小5男子)



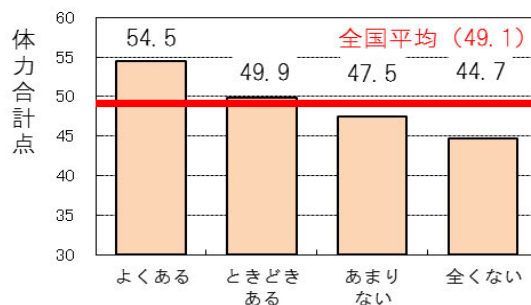
(小5女子)



(中2男子)



(中2女子)



## (6) 家族との運動やスポーツの機会について（児童生徒質問紙調査）

※この質問項目は、平成 26 年度以前にない

- ①「週に 1 回以上」の割合は、小学校男子 37.5%、女子 30.5%、中学校男子 10.5%、女子 8.3%で全国平均値と比較すると、小・中学校の男女ともに高い。「全くしない」割合は、小中学校男女とも全国平均値と同程度である。特に中学校では、思春期の影響から、保護者と心的距離をおく生徒もいることが原因であると考えられる。
- ③家庭との運動スポーツの機会が頻繁なほど体力合計点との関連が高い。児童生徒が家族と一緒に運動やスポーツをすることで、運動等に興味・関心を持ち、体を動かすことの楽しさを体感でき、それが好影響につながっていると考えられる。
- ④小中学校とも家族との運動やスポーツの機会が高いほど、体力合計点が高いことから、幼少期からの取組が大切であり、家庭との連携に取り組む必要がある。約 16%の児童生徒が、家の人と運動やスポーツの話を「全くしない」と回答しており、学校から家庭へ、運動等に関する話題を提供することで、家族で運動をするきっかけづくりになると考える。

改善された点	改善を要する点
	・就学前からの親子で運動に触れ合う機会を確保することが必要である。



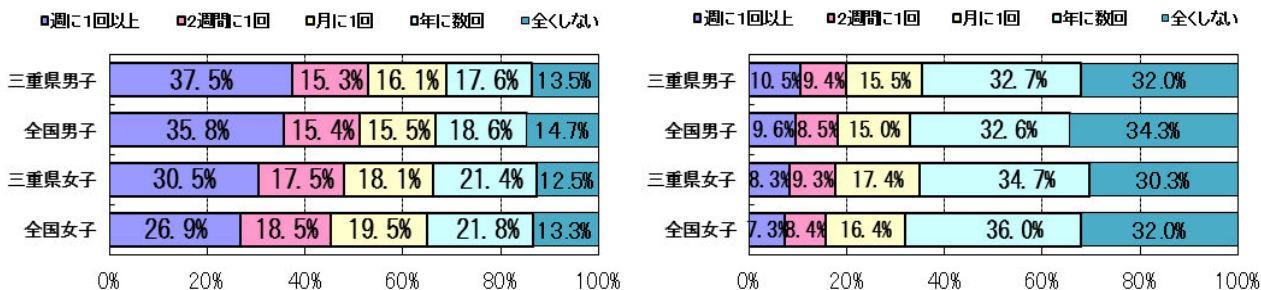
(6) 家族との運動やスポーツの機会について

参考資料2 P 36

(16) 家の人といっしょに、運動やスポーツをどのくらいしますか。

【小学校5年生】

【中学校2年生】



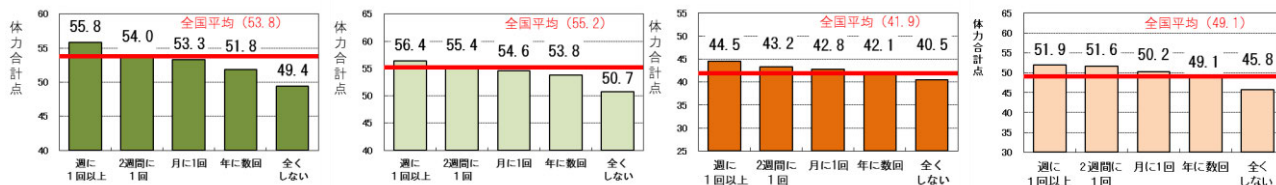
体力合計点との比較

(小5男子)

(小5女子)

(中2男子)

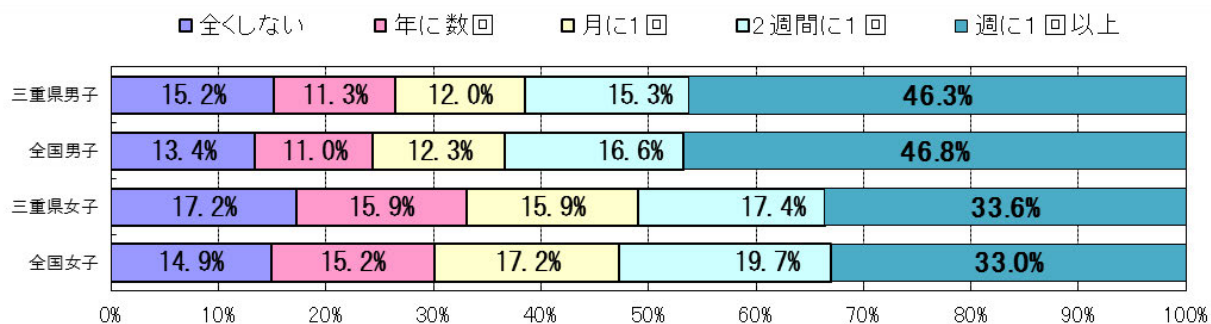
(中2女子)



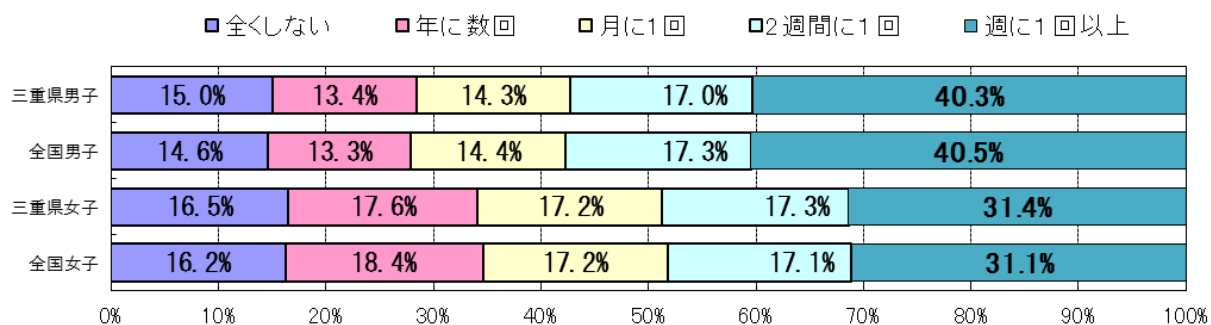
参考資料2 P 38

(18) 家の人といっしょに、運動やスポーツについてどのくらい話をすることがありますか。

【小学校5年生】



【中学校2年生】



#### 4 その他の取組の成果と課題

##### (1) 地域の保育所や幼稚園等との連携について（学校質問紙調査）

- ①平成27年度に小学校が幼稚園等と連携した取組を「行っている」「行う予定である」本県の割合は46.4%で、全国平均値51.2%を下回っている。このうち、体力向上に係る取組を行った本県の割合は50%であり、全国平均35.7%を上回っている。取組内容は、「幼児を小学校に招き、児童と一緒に運動する」と回答した割合が本県、全国とも高い。
- ②体力合計点との顕著な相関は見られないが、全国上位県では取組率が高いことから、さらなる取組が必要である。
- ③幼児期は運動機能が急速に発達し、多様な動きを身に付けやすい時期であることから、今後は、就学前からの楽しく体を動かす遊びを中心とした体力づくりへの取組を進めていく必要がある。

改善された点	改善を要する点
	・就学前からの楽しく体を動かす遊びを中心とした体力づくりへの取組を進めていく。

##### ※取組例

健康福祉部と連携し、指導者向けの研修会や外部指導者を活用した幼児を対象とする「あそび広場」等の開催をする。また、小学校と幼保、中・高等学校と幼保などで、運動を通じた交流を進める。

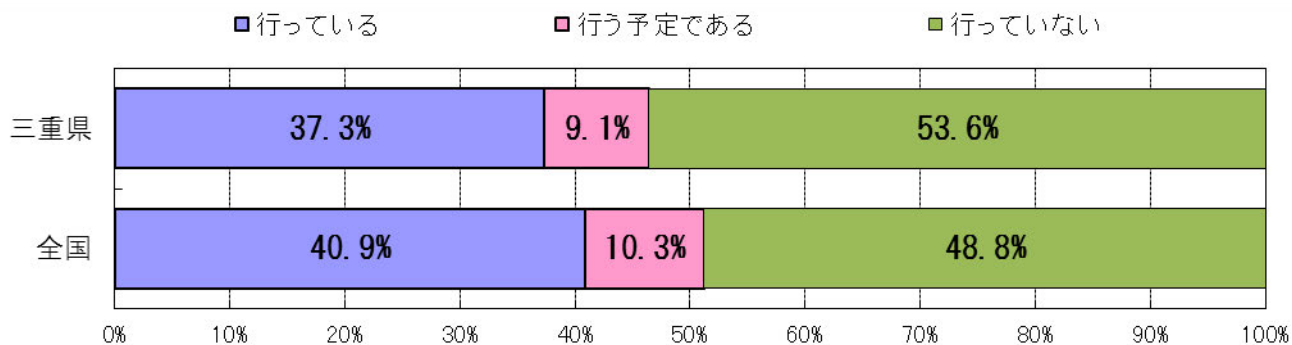
#### 4 その他の取組の成果と課題

##### (1) 地域の保育所や幼稚園等との連携について

参考資料2 P 7 8

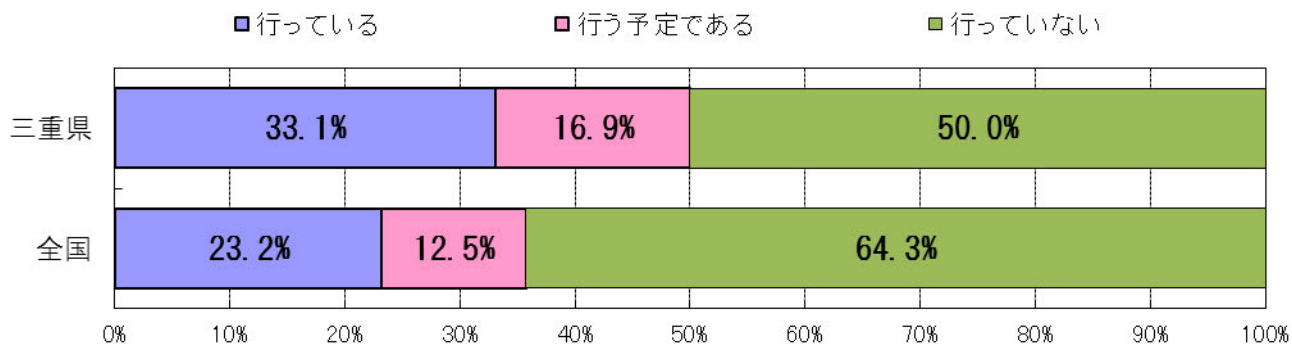
(45) 平成27年度に地域の保育所や幼稚園等と連携した取組を行っていますか（行う予定ですか）。（小学校）

【小学校】



(46) (45) で「行っている」「行う予定である」と回答した場合、体力向上に係る取組を行っていますか（行う予定ですか）。

【小学校】



### Ⅲ 総括

平成25年度から「子どもの体力向上総合推進事業」の重点取組として、「体力テストの継続実施」「生活習慣改善に向けた家庭への働きかけ」、さらに平成26年度末より「体力向上の目標設定」「1学校1運動」に取り組んできました。

これらの取組によって、市町教育委員会や各小中学校の体力向上への取組が進み、三重の子どもたちの力が徐々に現れはじめてきたと考えます。

しかしながら上位県との比較分析では、3つの重点取組をはじめ、授業の工夫改善や生活習慣の改善等、更なる取組が必要であることが明らかになりました。引き続き児童生徒の体力向上や就学前の体力づくりに向けて、学校・家庭・地域が連携し、一層取組を進めていきます。

### Ⅳ 今後の取組方針

各学校が、「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を分析し、成果や課題をしっかりと把握したうえで、子どもたちの体力向上に向けた新たな計画を設定し、実行できるよう、市町教育委員会と連携して取り組んでいきます。

- ①平成28年1月下旬から2月初旬に、市町教育委員会の担当者、各小中学校の体育担当教員を集め、県内市町における効果的な取組を紹介するとともに、各学校の本調査結果分析や体力向上に向けての新たな目標設定を行い、体力向上の取組につなげていけるよう支援していきます。
- ②各学校が体力テストを毎年継続して実施するとともに、その結果を子どもたち一人ひとりの「成長記録」として、児童生徒や家庭が共有できるよう、市町教育委員会と連携して取り組みます。
- ③子どもたちが運動の楽しさや達成感を味わうことができるよう、授業改善に向けて教員の研修を充実させます。
- ④運動や生活習慣に対する意識を高めていただくため、児童・生徒や家庭に対して、「生活習慣チェックシート」や「わたしの成長記録」の活用を積極的に働きかけます。
- ⑤保育士や幼稚園教諭等を対象とした研修会を開催するなど、幼稚園・保育所等において、子どもたちの体を動かす遊びが充実するよう、市町や関係機関と連携し、取組を進めます。

平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果等からの分析

		改善された点	改善を要する点
学校全体での取組	学校全体での目標の設定	・全小中学校が「みえ子どもの元気アップシート」を活用し、体力向上の目標設定を行った。	・各学校が体力調査の結果を分析し、課題に応じた目標設定と取組を行う必要がある。
	体育・保健体育の授業以外に運動時間を確保する取組(1学校1運動取組)	・各学校が「みえ子どもの元気アップシート」を活用し、1学校1運動取組を行ったことにより、全く運動しない児童生徒の人数の割合が減少するなど体力向上につながった。	・各学校が体力向上の目標達成に向けて、1学校1運動取組が効果的に行われるよう支援していく必要がある。
	体力テストの継続実施	・体力テストの継続実施率が向上してきている。	・全ての小中学校において、体力テストが全学年で継続実施されるよう取り組んでいく必要がある。
授業関連	体育の授業は楽しいか	・授業の工夫改善が進み、児童生徒が楽しく授業に取り組めるようになった。	・より一層の、授業の工夫改善に取り組むとともに、体育の授業を好意的に捉えていない児童生徒への働きかけを進めていく必要がある。
	体育の授業の目標の提示、振り返りの実施状況	・本県の体育授業における目標の提示・学習振り返りは徐々に増加している。	・授業における目標提示・学習振り返りを一層進めていく必要がある。
	「平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を踏まえた授業等の工夫・改善	・本調査で提供される、CDや活用シートおよび情報の提供に取り組んでいる。	・体力調査の結果を分析し、授業等の工夫改善を進める必要がある。
	体育の授業や体育的活動及び保健体育の授業への外部人材の活用状況		・外部指導者を効果的に活用していく必要がある。
	中学校運動部活動への外部人材の活用状況		・高い専門性を有する外部指導者を活用していく必要がある。
	スポーツクラブ、運動部活動の所属	・本県の運動部活動の加入率は高く、中学校における体力向上の取組に大きな成果が見られる。	・運動やスポーツに親しむ貴重な機会として、運動部活動を活性化させていく必要がある。
家庭・生活習慣	生活習慣改善の働きかけ		・「生活習慣チェックシート」や啓発資料の効果的な活用等により、児童生徒の生活習慣の改善に継続的に取り組む必要がある。
	家庭に対する子どもの体力向上の働きかけ	・「生活習慣チェックシート」に「運動をする」という項目を加えた。	・家庭での生活習慣を整えるための働きかけをはじめ、運動啓発等の取組を継続的に進める必要がある。
	朝食の摂取	・「食べない」割合が減少した。	・全国と同様に朝食を食べる子どもの割合は減少傾向にあり、さらなる食育の推進と「生活習慣チェックシート」を活用した家庭への積極的な働きかけが必要である。
	就寝時間		・児童生徒が規則正しい生活を送れるよう、「生活習慣チェックシート」を活用し家庭へ積極的に働きかけていく。
	家族からの運動やスポーツの勧め		・運動・スポーツをすることの大切さについて、「わたしの成長の記録」や「生活習慣チェックシート」等を活用し、家庭へ積極的に働きかけていく。
	家族との運動やスポーツの機会		・就学前からの親子で運動に触れ合う機会を確保することが必要である。
その他	地域の保育所や幼稚園等との連携について		・就学前からの楽しく体を動かす遊びを中心とした体力づくりへの取組を進めていく。