平成２８年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査
三重県結果報告書（概要）

Ⅰ　調査の概要について（報告書 P.1）

１　調査実施期間　　平成２８年４月から７月末までの期間

２　調査対象

・小学校第５学年、特別支援学校小学部第５学年

・中学校第２学年、特別支援学校中学部第２学年

の全児童生徒を対象（特別支援学校及び小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障がいの状態等を考慮して、参加の是非を判断）

３　調査事項

（１）児童生徒に対する調査

・実技に関する調査（小学校、中学校とも８種目）

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、

※持久走（男子 1500m／女子 1000m）、20m シャトルラン、

50m 走、立ち幅とび、ボール投げ（小学生ソフトボール／中学生ハンドボール）

※小学生は 20m シャトルランのみの実施

中学生は持久走か 20m シャトルランのどちらかを選択して実施

・質問紙調査（運動習慣等）

（２）学校に対する質問紙調査

・質問紙調査（子どもの体力向上に係る学校の取組等）

（３）教育委員会に対する調査

・質問紙調査（子どもの体力向上に係る施策等）

４　調査学校数、児童生徒数（三重県）

全国の小学校５年生と中学校２年生の全員を対象（悉皆調査）として実施し、本県の実施状況は以下のとおりであった。

校種（学校数）	参加学校数	児童生徒数
小学校（３７１校）	３６８校	１５，４３７人
中学校（１６１校）	１５９校	１５，７２５人

※学校数：中・特別支援学校４校含む（小・特別支援学校０校）

※参加学校数：該当学年児童生徒数が０人等で実施できない学校を除いた学校数

Ⅱ　調査結果（全国と三重県）について（報告書 P. 4～P. 54）

1　実技に関する調査の結果（報告書 P. 4～P. 11）

【小学校第5学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H28年度 三重県	H28年度 全　国	H27年度 三重県	H28年度 三重県	H28年度 全　国	H27年度 三重県
握力　(kg)	⇩ **16. 48**	16. 47	**16. 52**	⇩ 16. 08	16. 13	**16. 13**
上体起こし　(回)	↑ 19. 03	19. 67	18. 78	↑ 17. 77	18. 60	17. 48
長座体前屈　(cm)	⇩ **32. 89**	32. 87	**33. 31**	⇩ 37. 10	37. 21	**37. 52**
反復横とび　(点)	↑ **42. 84**	41. 97	**42. 32**	↑ **40. 74**	40. 06	**40. 03**
20mシャトルラン(回)	↑ 51. 17	51. 89	51. 06	⇩ 39. 42	41. 29	39. 44
50m走　(秒)	⇩ 9. 47	9. 38	9. 42	⇩ 9. 72	9. 61	9. 71
立ち幅とび　(cm)	⇩ 149. 84	151. 39	150. 23	⇩ 143. 68	145. 31	143. 96
ソフトボール投げ(m)	⇩ 22. 29	22. 42	**22. 66**	↑ **14. 11**	13. 88	**14. 07**
体力合計点※　(点)	⇩ 53. 52	53. 92	53. 56	↑ 54. 87	55. 54	54. 65

（黄色網掛け）：全国平均を上回る　↑：平成27年度三重県平均を上回る　⇩：平成27年度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

(1) 小学校５年生の状況

①体力合計点における全国との比較

全国平均値と比較して、男子が 0. 40 ポイント、女子が 0. 67 ポイント下回っています。

②種目別における全国との比較

男子は、握力、長座体前屈、反復横とびの３種目、女子は、反復横とび、ソフトボール投げの２種目が全国平均値を上回っています。(合計１６種目中５種目が上回る）

③昨年度（平成 27 年度）との比較

体力合計点は、男子が 0. 04 ポイント下回りましたが、女子は 0. 22 ポイント上回っています。種目別に見ると、男子は、上体起こし、反復横とび、20mシャトルランの３種目、女子は、上体起こし、反復横とび、ソフトボール投げの３種目が上回っています。（合計　１６種目中６種目が上回る）

【中学校第2学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H28年度 三重県	H28年度 全　国	H27年度 三重県	H28年度 三重県	H28年度 全　国	H27年度 三重県
握力 (kg)	⇩ 28.64	28.91	28.90	↑ 23.69	23.75	23.39
上体起こし (回)	⇩ 26.91	27.46	27.23	↑ 23.03	23.48	22.67
長座体前屈 (cm)	↑ **43.31**	43.06	**43.24**	↑ **45.63**	45.46	45.06
反復横とび (点)	↑ **52.42**	51.93	**52.11**	↑ **47.40**	46.60	**46.62**
持久走 (秒)	⇩ 397.39	391.72	394.45	↑ 289.19	288.51	293.24
20mシャトルラン(回)	↑ 85.75	86.24	84.97	↑ **59.12**	58.80	57.95
50m走 (秒)	⇩ 8.07	8.03	8.02	↑ 8.88	8.83	8.92
立ち幅とび (cm)	↑ 194.60	194.69	**194.28**	↑ **169.35**	168.28	166.96
ハンドボール投げ(m)	↑ **20.81**	20.59	**20.79**	↑ **13.34**	12.85	**13.11**
体力合計点※ (点)	↑ 42.11	42.13	**42.05**	↑ **50.02**	49.56	48.75

（黄色）：全国平均を上回る　↑：平成27年度三重県平均を上回る　⇩：平成27年度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

(2) 中学校２年生の状況

①体力合計点における全国との比較

男子は、0.02 ポイント下回り、女子は、0.46 ポイント上回りました。

②種目別における全国との比較

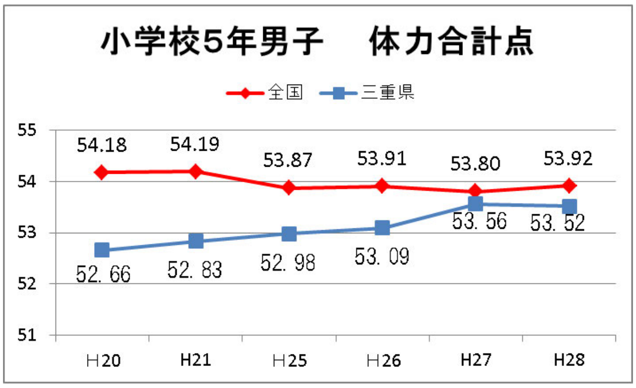
男子は、長座体前屈、反復横とび、ハンドボール投げの３種目が全国平均値を上回っています。女子は、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ハンドボール投げの５種目が全国平均値を上回っています。(合計１８種目中８種目が上回る)

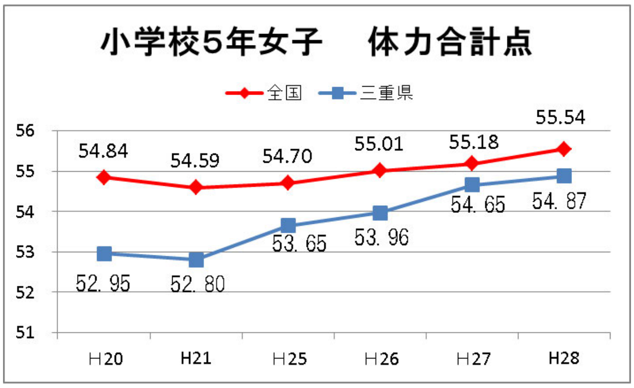
③昨年度（平成 27 年度）との比較

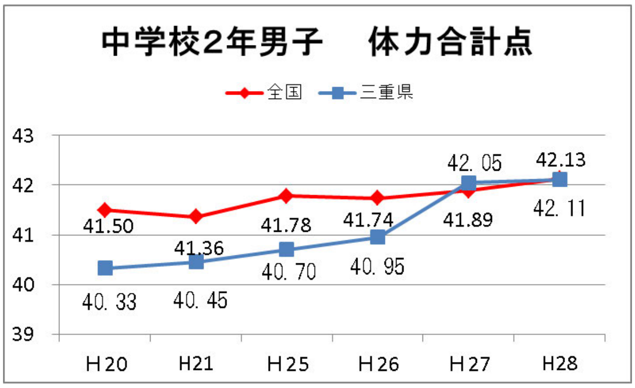
体力合計点は、男子は 0.06 ポイント、女子は 1.27 ポイントそれぞれ昨年度を上回っています。種目別に見ると、男子は、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび、ハンドボール投げの５種目、女子は、９種目の全てが上回っています。(合計１８種目中１４種目が上回る)

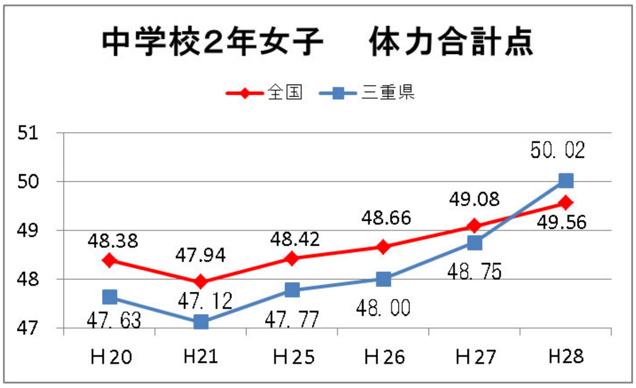
２　本調査開始（平成 20 年度）以降の全員を対象とした調査の体力合計点経年変化

※ 平成 22・24 年度は抽出調査、平成 23 年度は東日本大震災の影響で中止のため、除外しています。









平成 20 年度と平成 28 年度の体力合計点比較

	Ｈ２０→Ｈ２８		Ｈ２０→Ｈ２８
小学校男子	＋０．８６	小学校女子	＋１．９２
中学校男子	＋１．７８	中学校女子	＋２．３９

小学校男女・中学校男女とも上昇しており、本年度の体力合計点は、小学校女子及び中学校男子・女子で調査開始以来、最高値を示しています。

平成 28 年度における本県の体力合計点と全国平均値比較

	本県値－全国値		本県値－全国値
小学校男子	－０．４０	小学校女子	－０．６７
中学校男子	－０．０２	中学校女子	＋０．４６

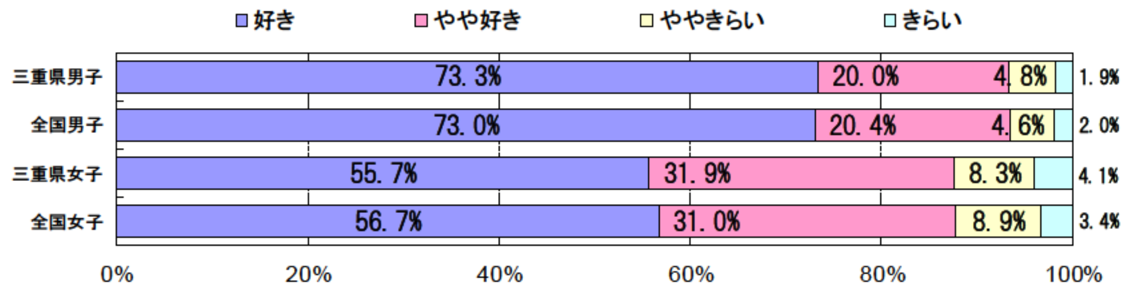
中学校女子が全国平均値を上回りましたが、昨年度全国平均値を上回った中学校男子は、本年度 0.02 ポイント下回り、小学校男子・女子も、全国平均値を上回ることはできませんでした。

3　児童生徒質問紙調査の結果（報告書 P. 15～P. 54）

＜運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか＞
（報告書 P. 15）

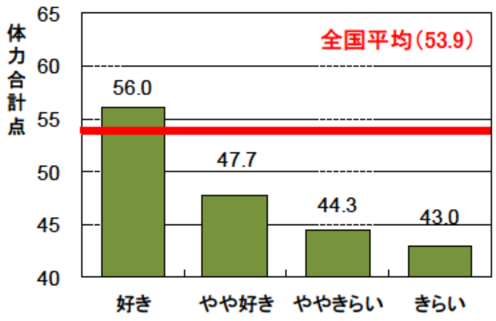
【好き・やや好きの割合　H27→H28　小男 94. 3%→93. 3%　小女 88. 2%→87. 6%】
【好き・やや好きの割合　H27→H28　中男 90. 7%→89. 4%　中女 80. 1%→79. 4%】

【小学校５年生】

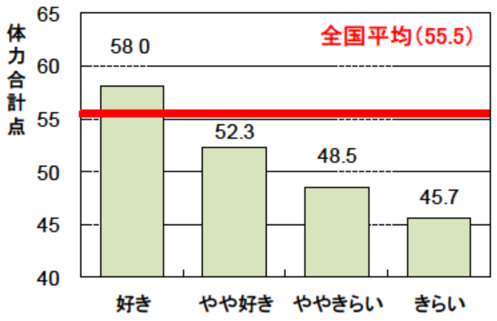


体力合計点との関連

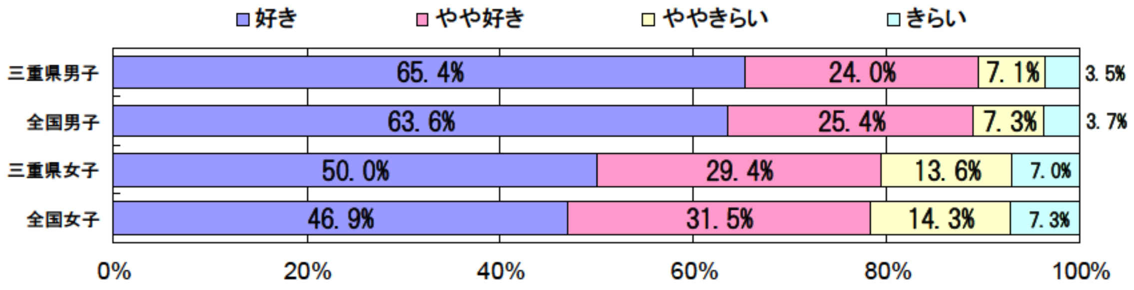
（男子）



（女子）

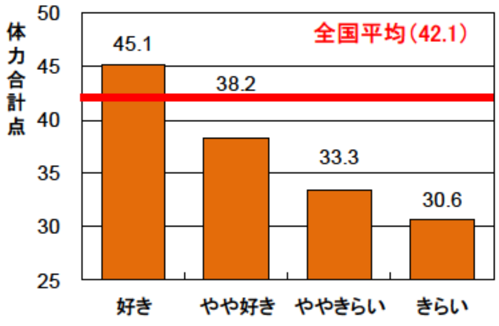


【中学校２年生】

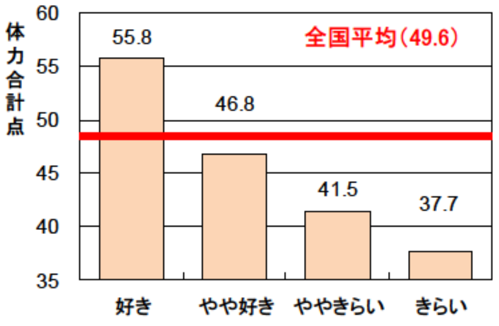


体力合計点との関連

（男子）



（女子）



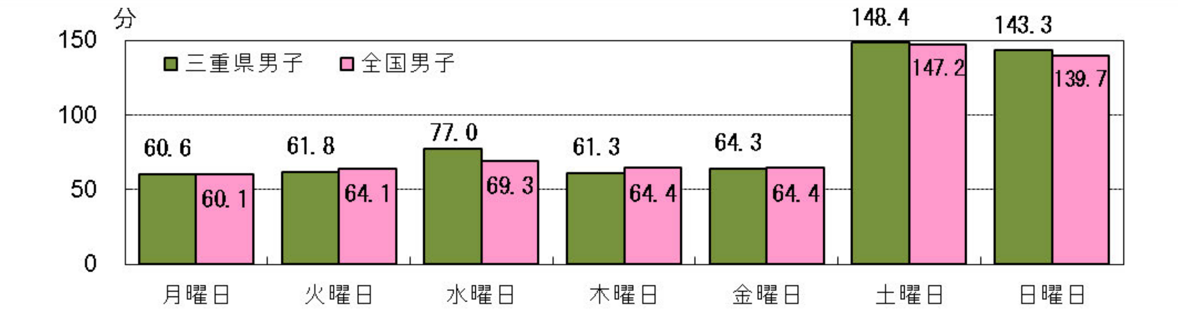
　校種や男女の別にかかわりなく、運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

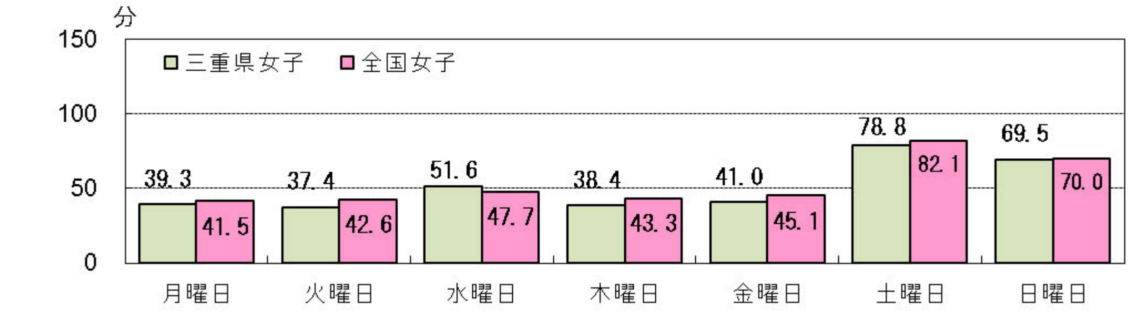
＜学校の体育・保健体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを合計で１日およそどのくらいしていますか。（曜日ごとに記入）＞（報告書 P. 20・21）

【１週間の総運動時間　H27→H28　小男 626. 87 分→608. 30 分　小女 375. 42 分→353. 70 分】

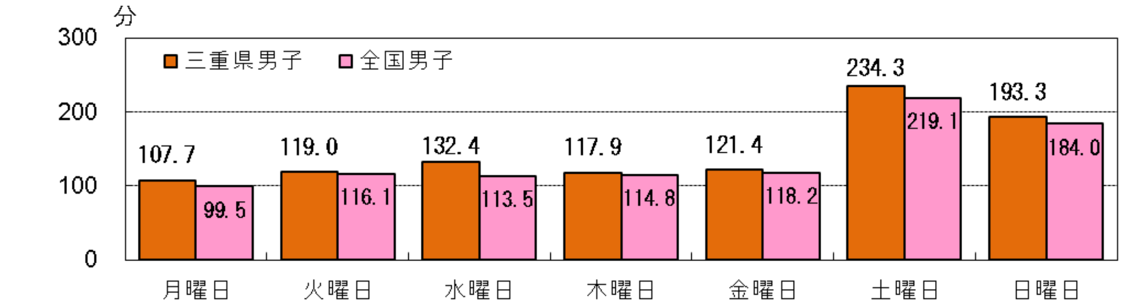
①　曜日ごとの１日の平均運動時間（報告書 P. 20）

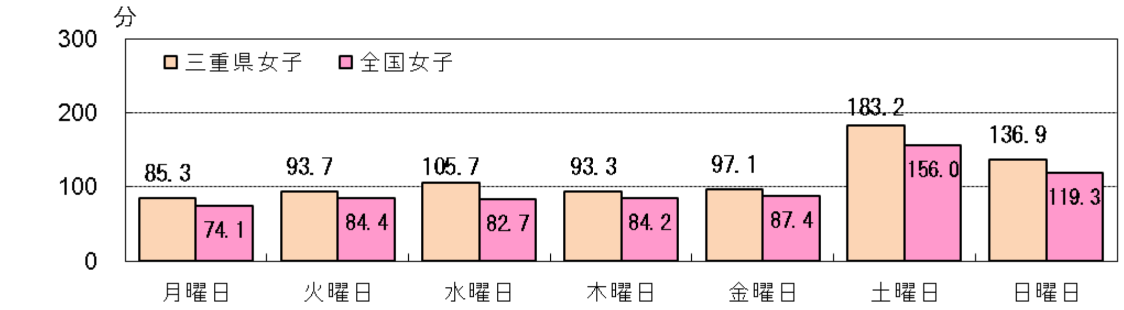
【小学校５年生】





【中学校２年生】





１週間の総運動時間（標本数が異なるため、各曜日の総和と一致しません）

【小学校5年生】

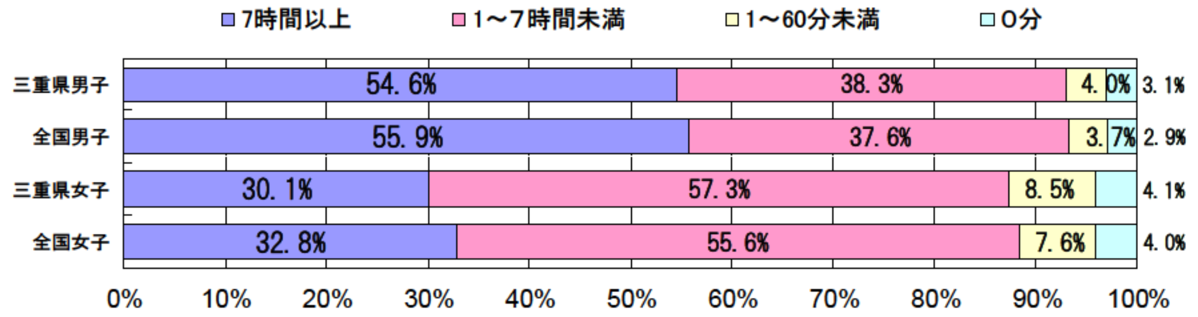
三重県男子	608.3分
全国男子	602.9分
三重県女子	353.7分
全国女子	370.3分

【中学校2年生】

三重県男子	1025.9分
全国男子	964.3分
三重県女子	794.1分
全国女子	685.2分

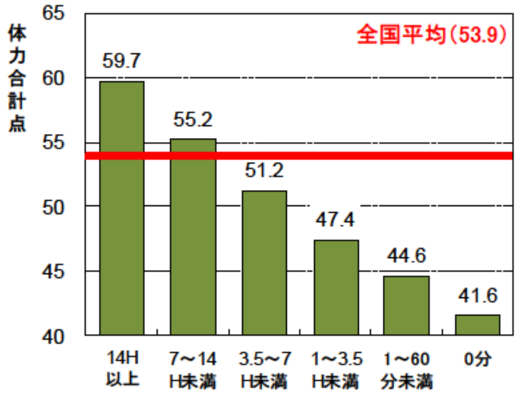
② １週間の総運動時間（報告書 P.21）

【小学校５年生】

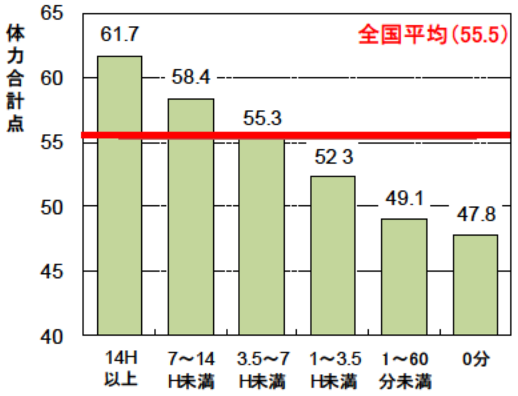


体力合計点の関連

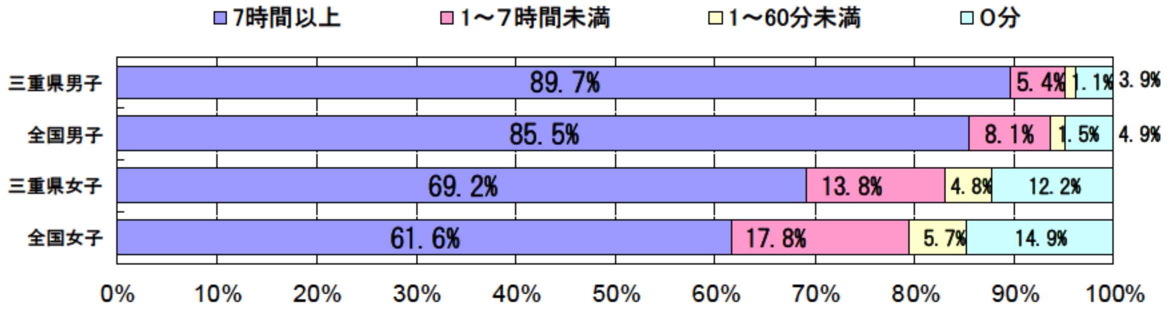
（男子）



（女子）

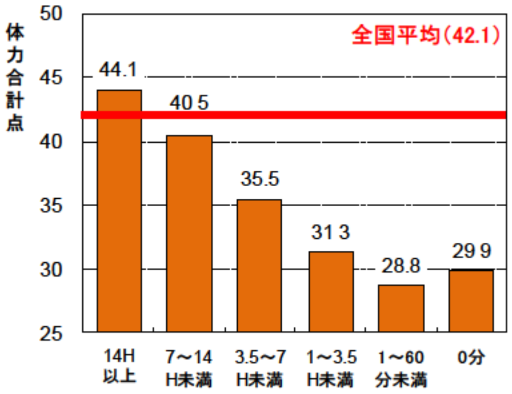


【中学校２年生】

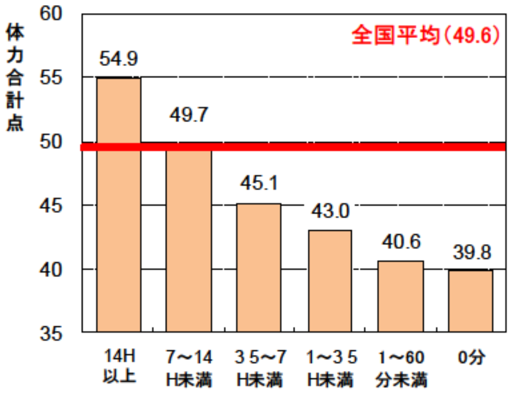


体力合計点の関連

（男子）



（女子）



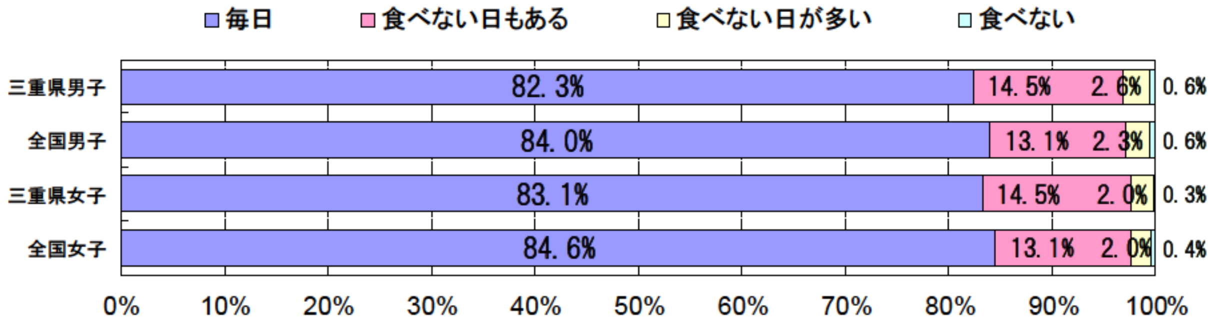
男女の別にかかわりなく、１週間の総運動時間が多いほど、体力合計点が高い傾向がみられた。

<朝食は毎日食べますか（学校が休みの日も含める）>（報告書 P.23）

【毎日食べる日の割合　H27→H28　小男 84.2%→82.3%　小女 83.4%→83.1%】

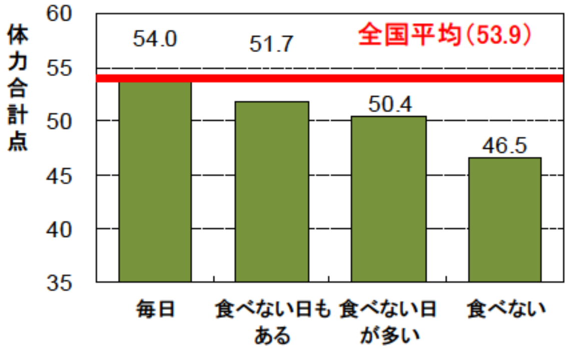
【毎日食べる日の割合　H27→H28　中男 83.2%→82.9%　中女 80.7%→79.7%】

【小学校５年生】

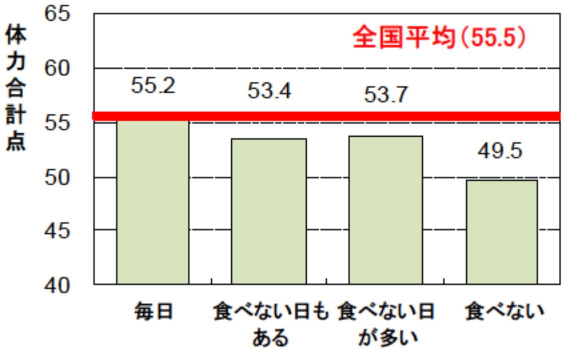


体力合計点との関連

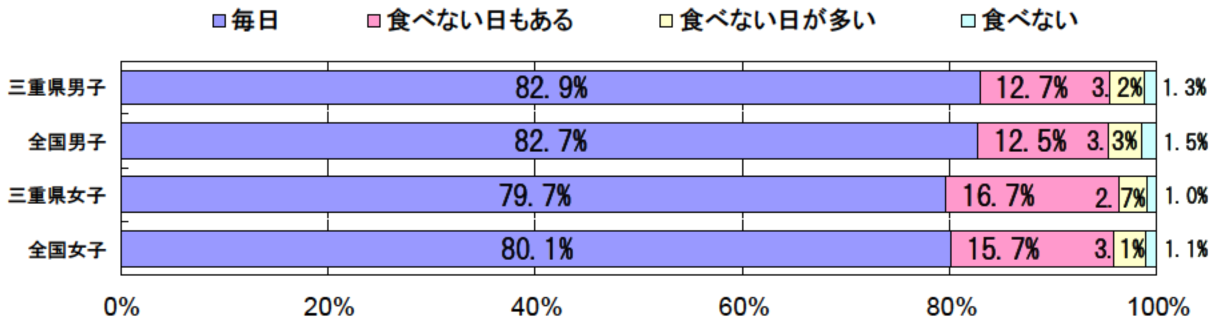
（男子）



（女子）

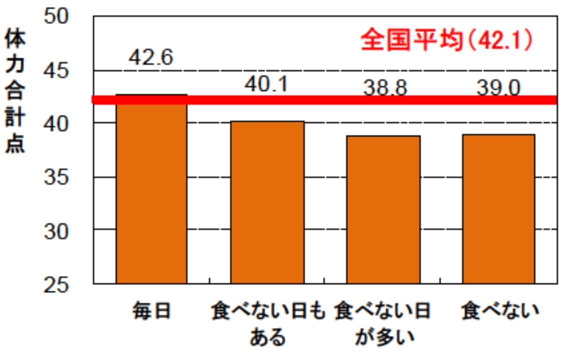


【中学校２年生】

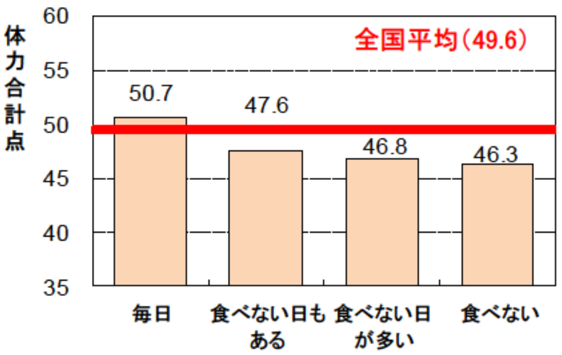


体力合計点との関連

（男子）



（女子）



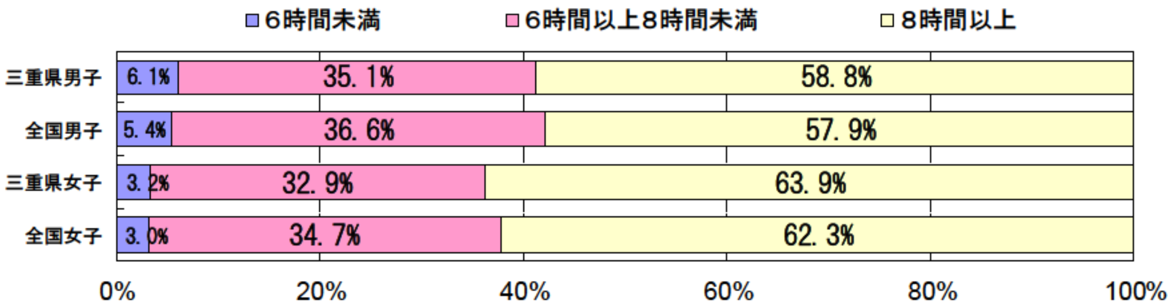
校種や男女の別にかかわりなく、毎日朝食を食べる児童生徒は、体力合計点が高い傾向がみられた。

＜毎日どのくらい寝ていますか＞（報告書 P.25）

【6 時間以上寝る割合　H27→H28　小男 95.0%→93.9%　小女 97.6%→96.8%】

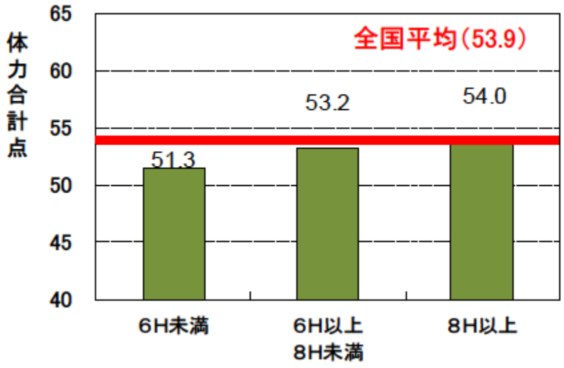
【6 時間以上寝る割合　H27→H28　中男 91.0%→90.6%　中女 88.7%→88.9%】

【小学校５年生】

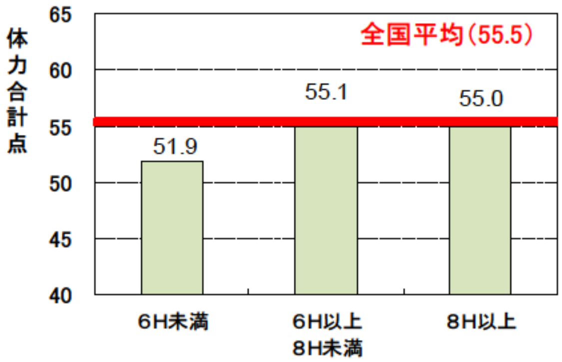


体力合計点との関連

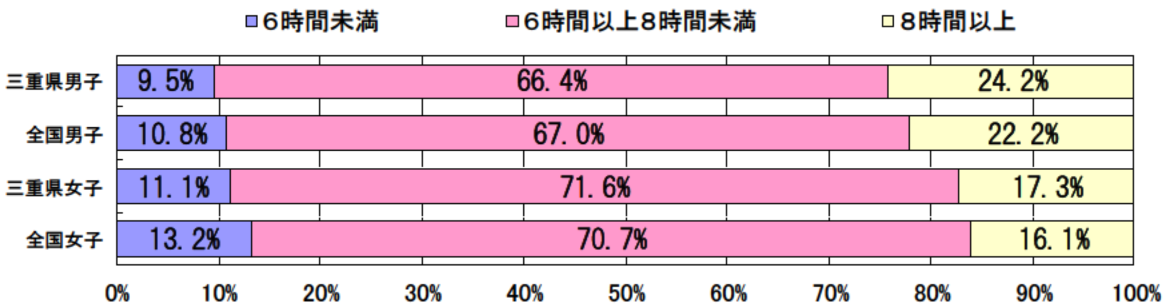
（男子）



（女子）

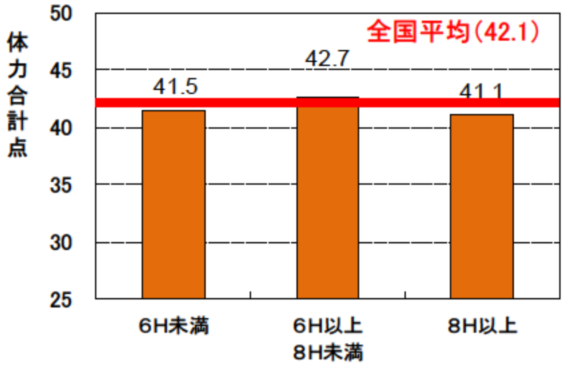


【中学校２年生】

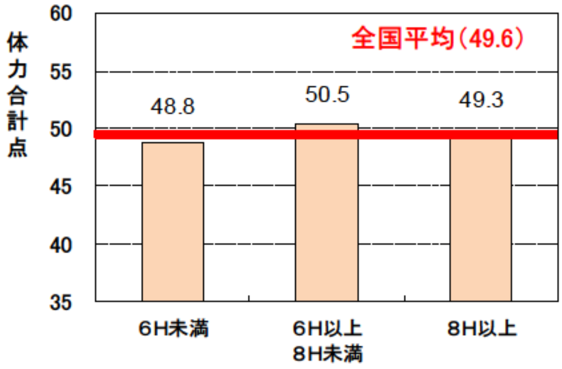


体力合計点との関連

（男子）



（女子）



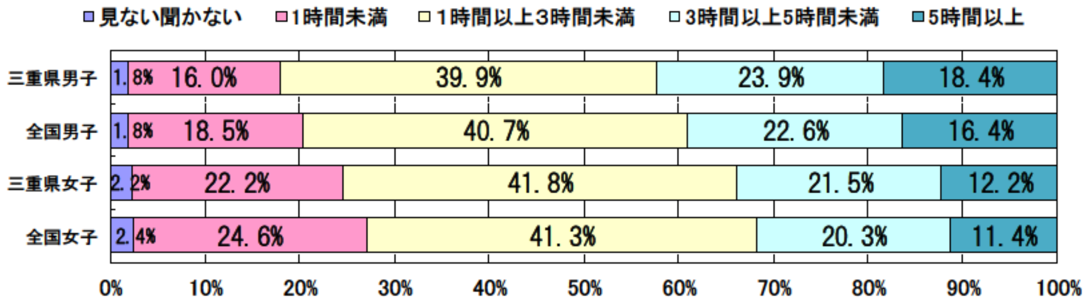
校種や男女の別にかかわりなく、毎日寝る時間が６時間未満の児童生徒は、体力合計点が低い傾向がみられた。

<ふだんの平日（月～金曜日）に、１日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVD を見たり、聞いたりしますか。（テレビゲームも含む）>（報告書 P.26）

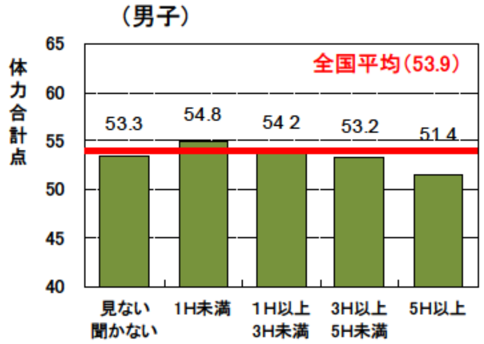
【3 時間以上の割合　H27→H28　小男 35.5%→42.3%　小女 31.6%→33.7%】

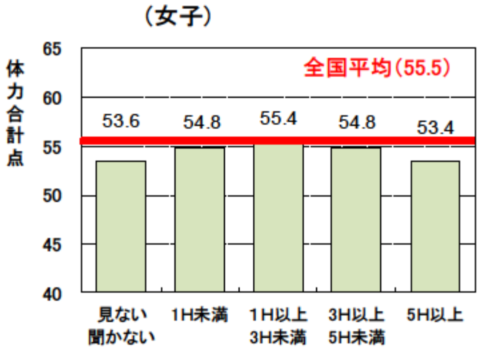
【3 時間以上の割合　H27→H28　中男 27.8%→40.0%　中女 28.9%→36.2%】

【小学校５年生】

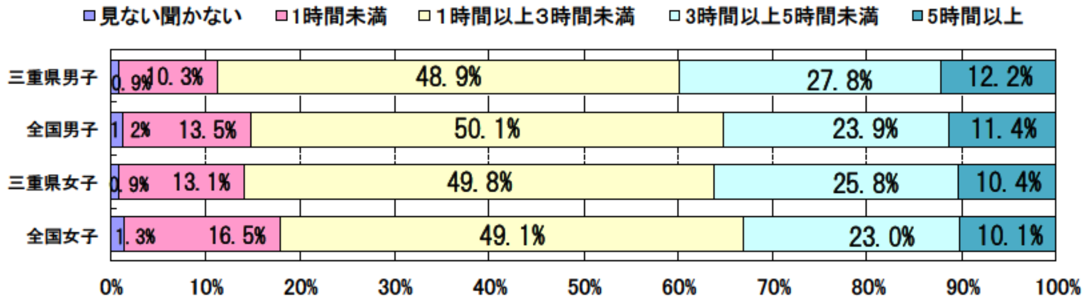


体力合計点との関連

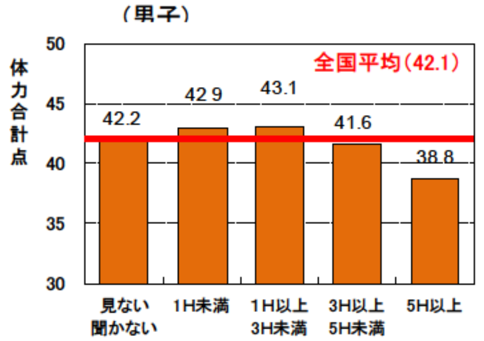


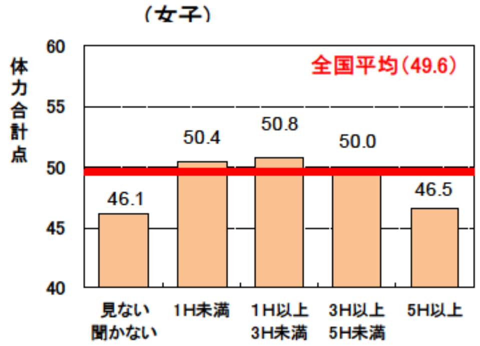


【中学校２年生】



体力合計点との関連





小学校の男女で、毎日３時間以上ビデオや DVD を視聴する児童は、体力合計点が低い傾向がみられた。

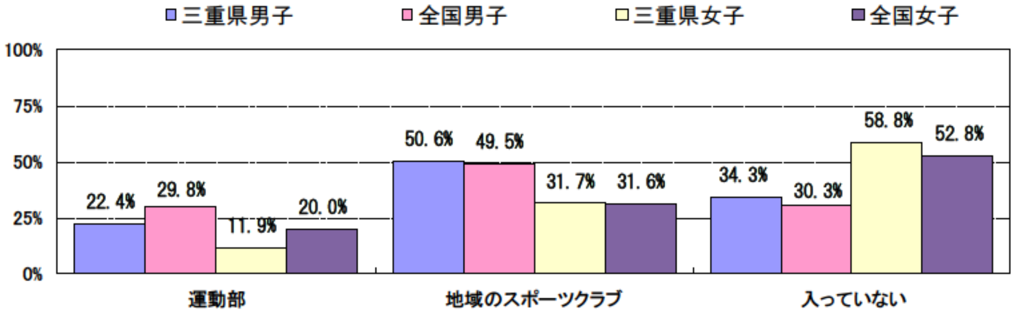
中学校では、５時間以上視聴する生徒において、体力合計点が低い傾向がみられた。

＜小学校:学校の運動部や地域のスポーツクラブに所属していますか＞（報告書 P.27）

※複数回答可　小：平成 27 年度は「入っている」「入っていない」の二者択一

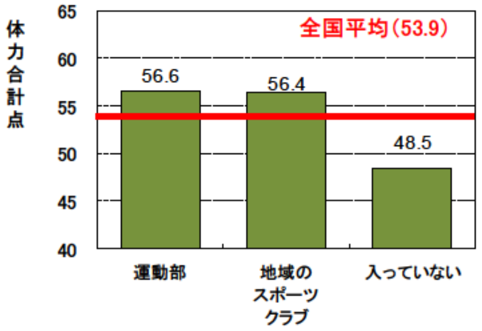
運動部等に所属している割合　H27→H28　中男 83.3%→83.4%　中女 64.1%→65.5%】

【小学校５年生】

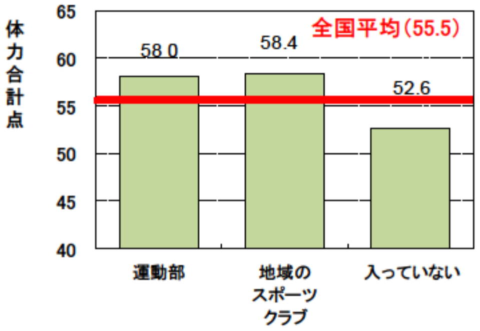


体力合計点との関連

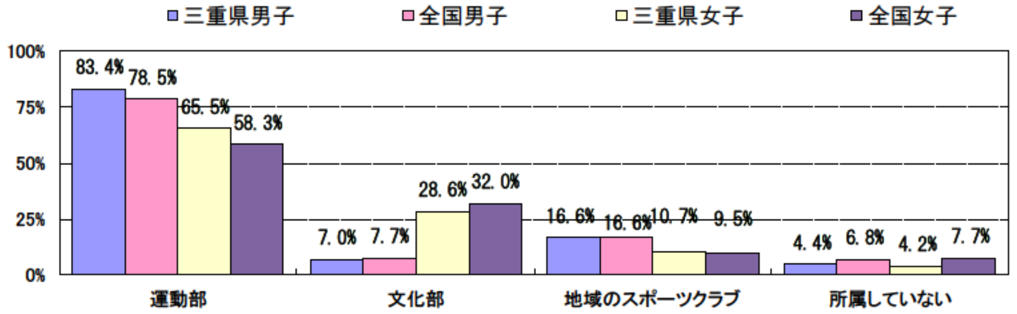
（男子）



（女子）

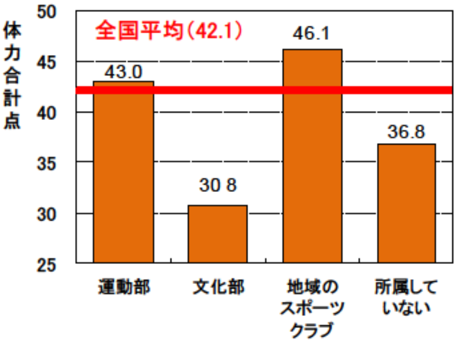


【中学校２年生】

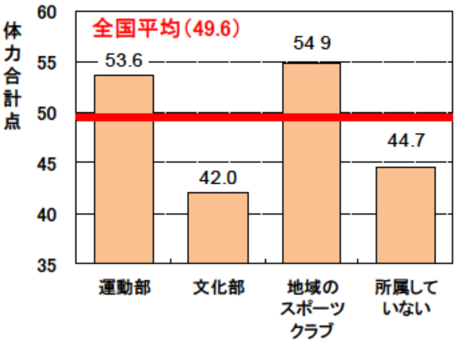


体力合計点との関連

（男子）



（女子）



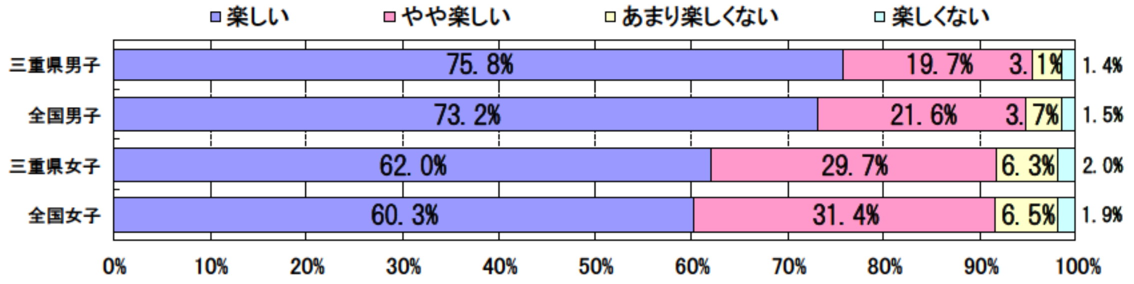
校種や男女を問わず、運動部や地域のスポーツクラブに所属していると回答した集団の児童生徒は、入っていないと回答した集団に比べ、体力合計点が高い傾向がみられた。

＜体育・保健体育の授業は楽しいですか＞（報告書 P. 37）

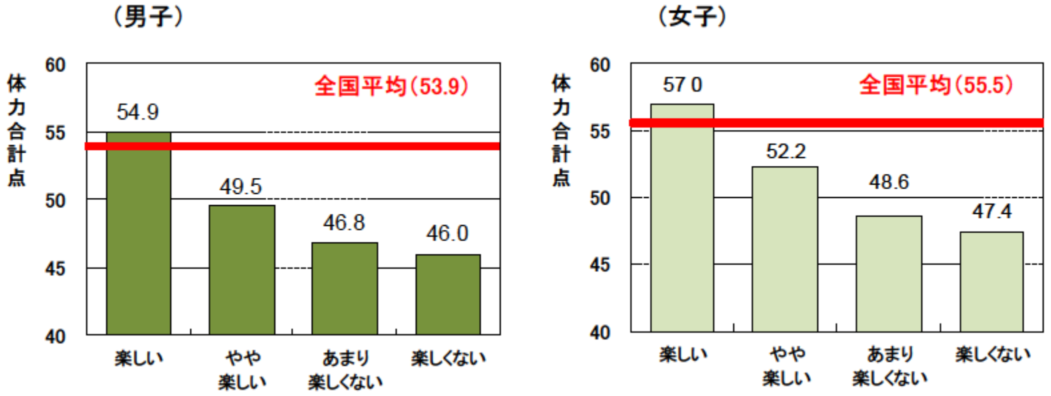
【楽しい・やや楽しいと思う割合　H27→H28　小男 94.6%→95.5%　小女 91.7%→91.7%】

【楽しい・やや楽しいと思う割合　H27→H28　中男 91.1%→90.7%　中女 85.0%→86.5%】

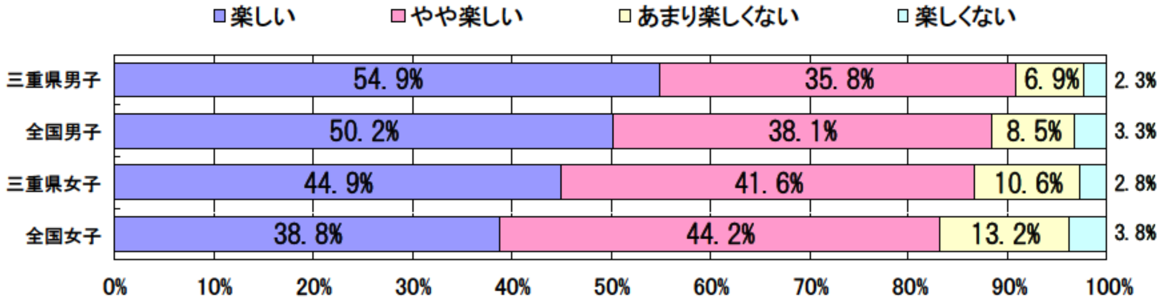
【小学校５年生】



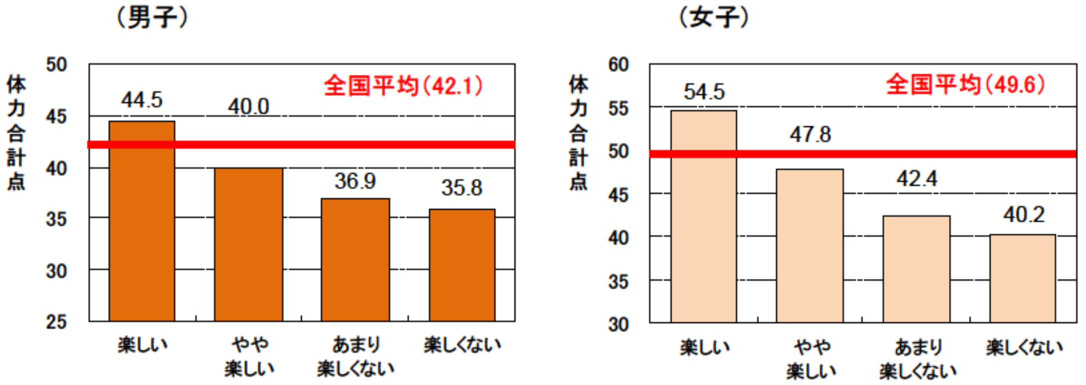
体力合計点との関連



【中学校２年生】



体力合計点との関連



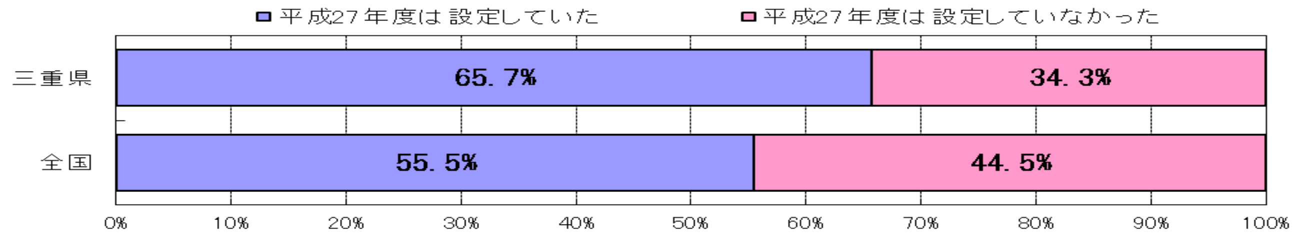
校種や男女の別にかかわりなく、体育・保健体育の授業が「楽しい」と答えた集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

４　学校質問紙調査の結果（報告書 P.54～P.80）

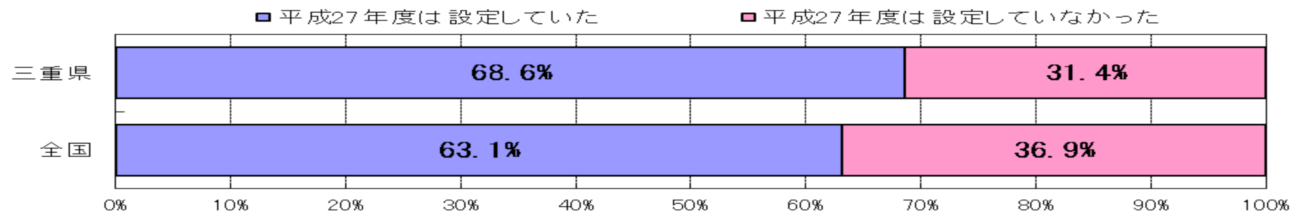
＜平成 27 年度に小学校第 4 学年及び中学校第 1 学年に対して、体力・運動能力の向上のための学年としての目標を設定しましたか＞（報告書 P.54）

【目標を設定していた割合　H27→H28　小 45.8%→65.7%　中 42.2%→68.6%】

【小学校】



【中学校】

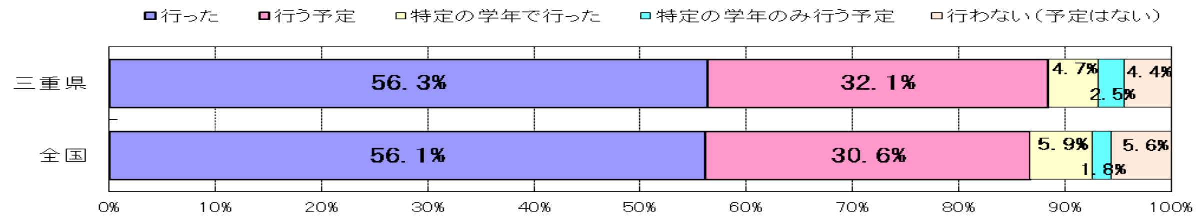


平成 27 年度に小学校第 4 学年及び中学校第 1 学年に対して、体力・運動能力の向上のための学年の目標を「設定していた」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに高かった。

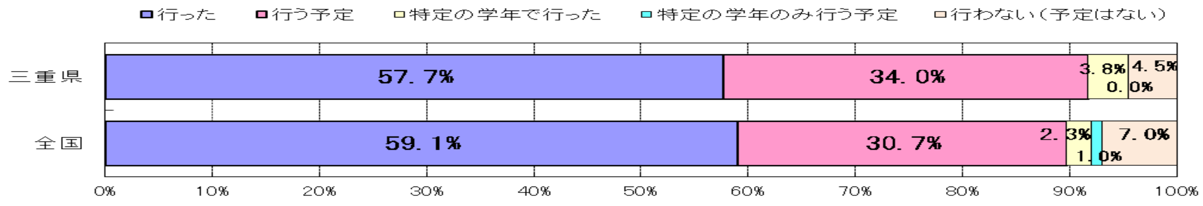
＜平成 27 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて授業等の工夫・改善を行いましたか（行う予定ですか）。＞（報告書 P.55）

【行った、行う予定の割合　H27→H28　小 88.4%　中 91.7%】

【小学校】



【中学校】

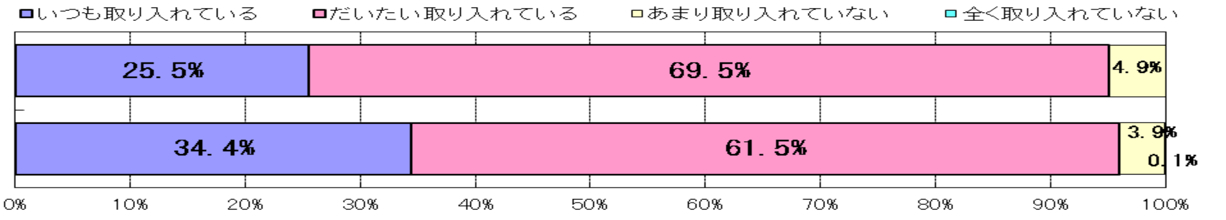


平成 27 年度の調査の結果を踏まえて授業等の工夫・改善を行う、または行う予定と答えた学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに高かった。

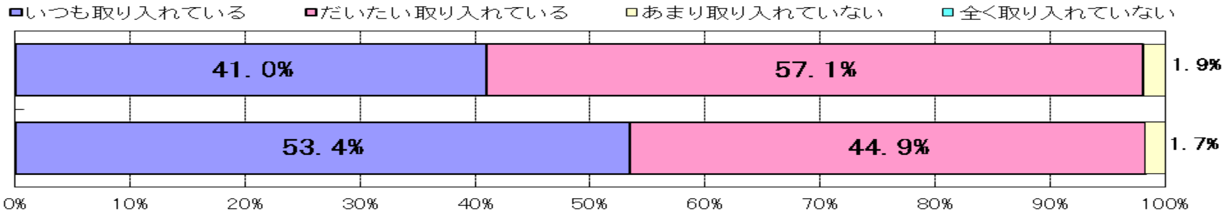
＜体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を児童生徒に示す活動を計画的に取り入れていますか＞（報告書 P.56）

【いつも・だいたい取り入れている割合　H27→H28　小 93.4%→95.0%　中 97.6%→98.1%】

【小学校】



【中学校】

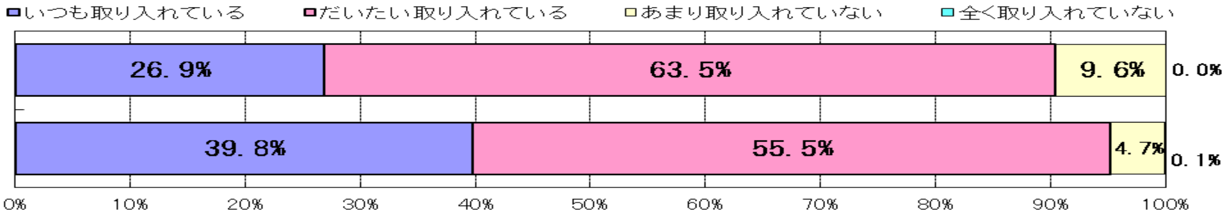


体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童生徒に計画的に示す活動を「いつも取り入れている」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

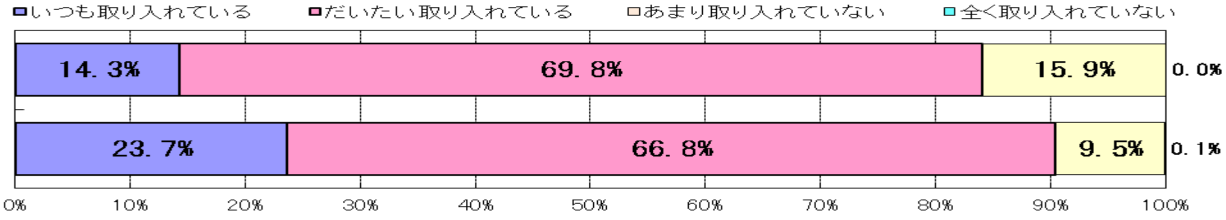
＜体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を計画的に取り入れていますか＞（報告書 P.56）

【いつも・だいたい取り入れている割合　H27→H28　小 77.9%→84.1%　中 90.2%→90.4%】

【小学校】



【中学校】

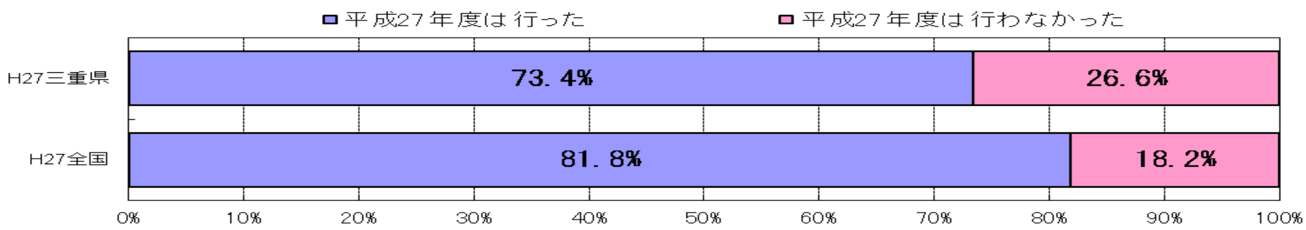


体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を計画的に「いつも取り入れている」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

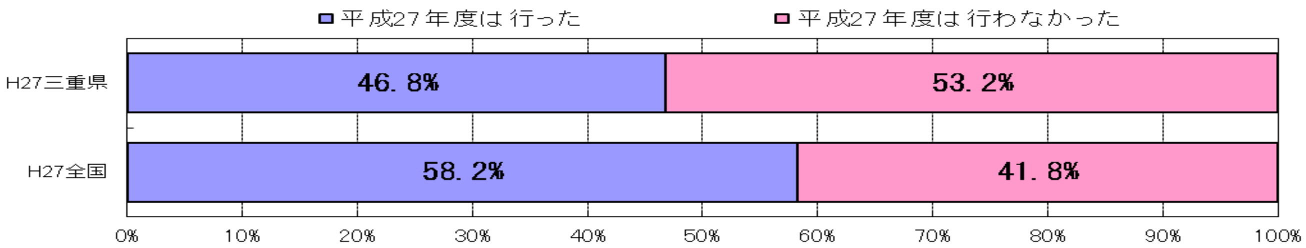
＜平成 27 年度に小学校第 4 学年及び中学校第 1 学年に対して、体育・保健体育の授業以外で体力向上に係る取組を行いましたか。＞（報告書 P.62）

【取り組んだ割合　H27→H28　小 76.0%→73.4%　中 55.6%→46.8%】

【小学校】



【中学校】

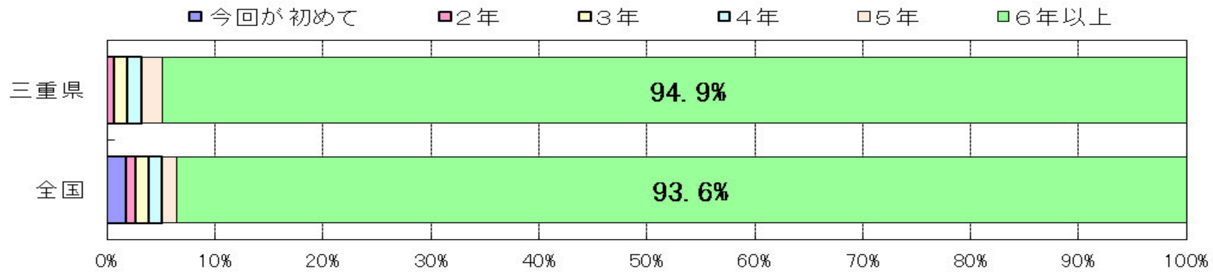


平成 27 年度に小学校第 4 学年及び中学校第 1 学年に対して、体育・保健体育の授業以外に運動時間を確保する取組を「行った」学校の割合は、全国と比較して、小学校・中学校ともに低かった。

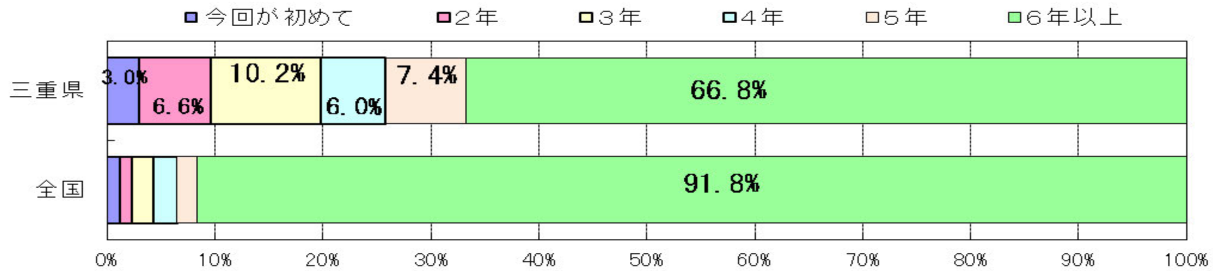
＜これまで新体力テストは何年間実施していますか。＞（報告書 P.80）

【6 年以上継続している割合　H27→H28　小 63.6%→66.8%　中 93.8%→93.94.9%】

【小学校】



【中学校】



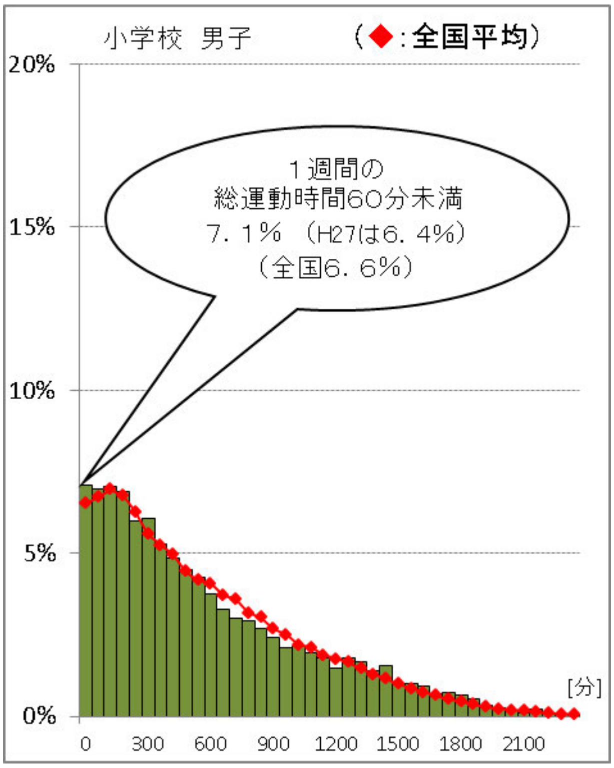
新体力テストを「6 年以上」実施している学校の割合は、全国と比較して、小学校は低く、中学校はほとんど差がみられなかった。

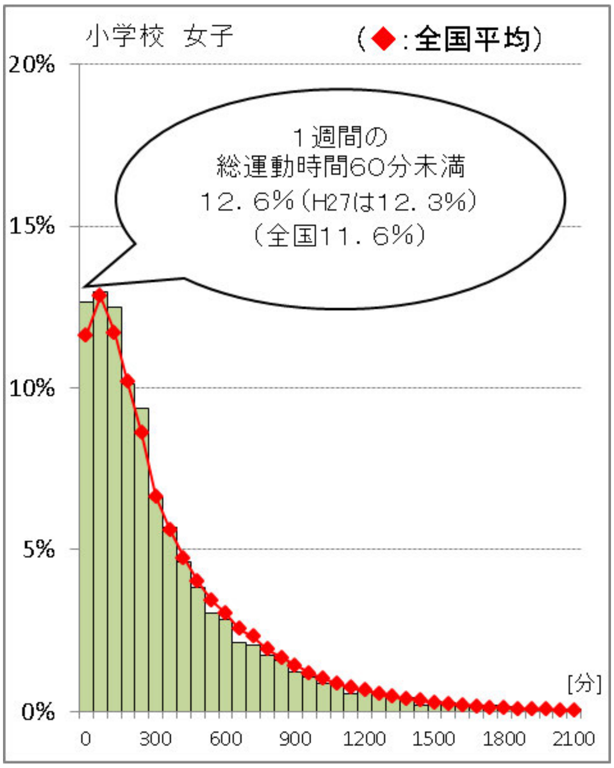
Ⅲ　調査結果の特徴について（報告書 P.81～P.95）

1　児童生徒の運動習慣と体力（報告書 P.81・82）

【小学校５年生】

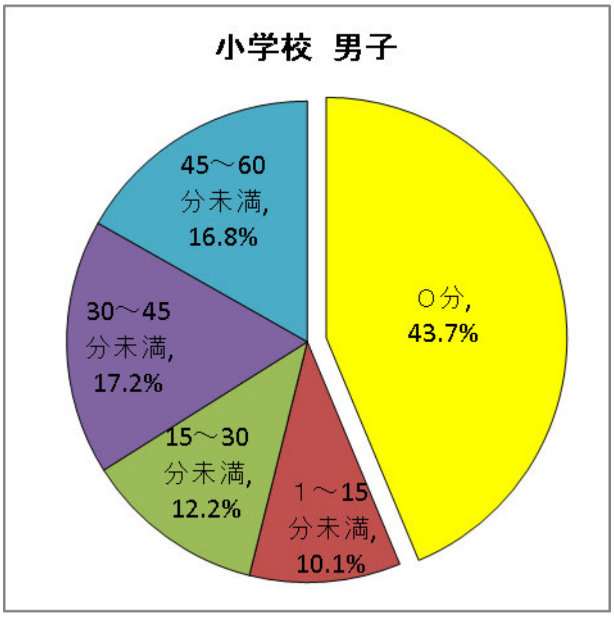
1 週間の総運動時間が 60 分未満の児童は、男子が 7.1%、女子が 12.6%であった。昨年度は全国平均を下回っていたが、本年度は、全国平均を上回る結果となった。

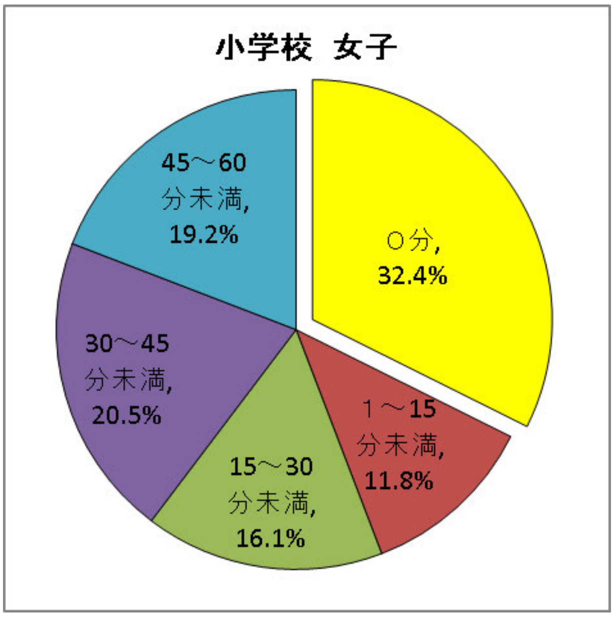




1 週間の総運動時間が 60 分未満の児童の内訳では、総運動時間「0 分」の割合が、男子では 43.7%、女子では 32.4%であった。昨年度と比べ、男子は　わずかに下がり、女子はほとんど変わらなかった。

【平成 27 年度　0 分の割合　小学校男子 45.4%　小学校女子 33.2%】

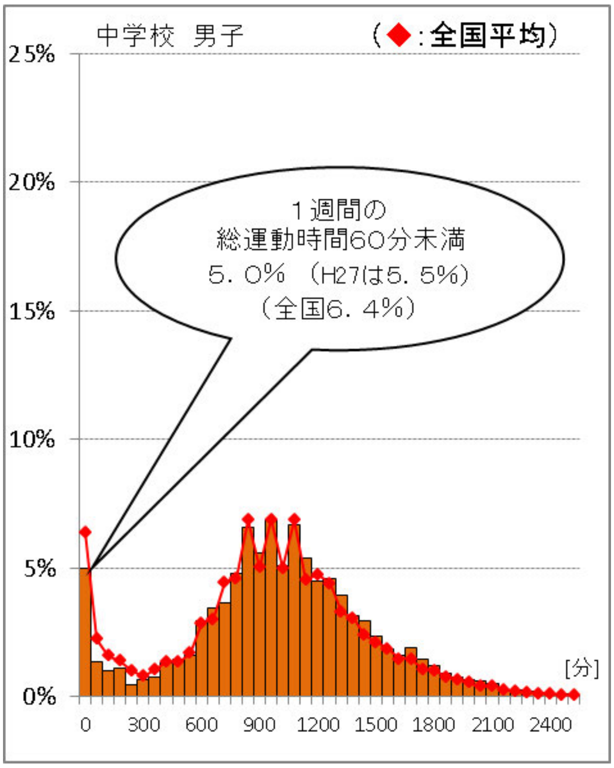


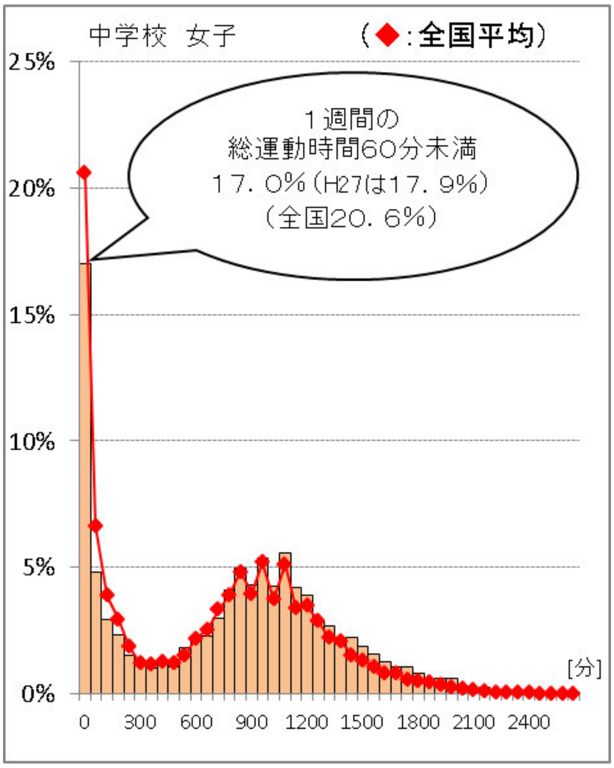


【中学校２年生】

1 週間の総運動時間が 60 分未満の生徒は、男子が 5.0%、女子が 17.0%であった。

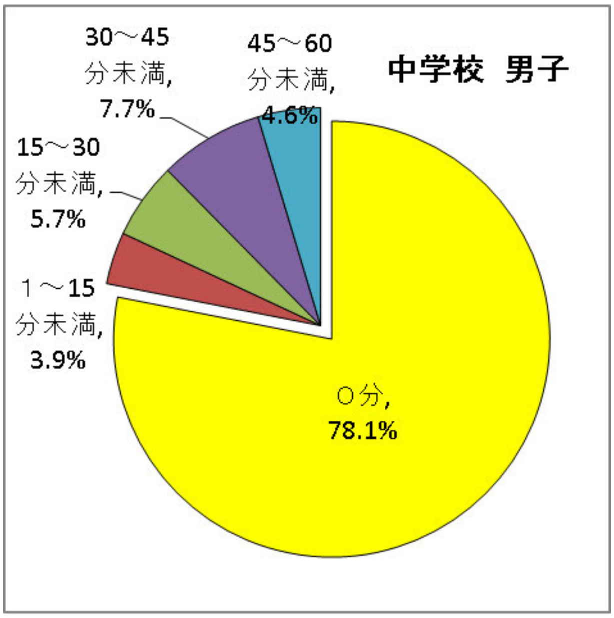
全国平均を男子は 1.4%、女子は 3.6%下回る結果となった。引き続き、運動する生徒としない生徒の二極化傾向がみられる。

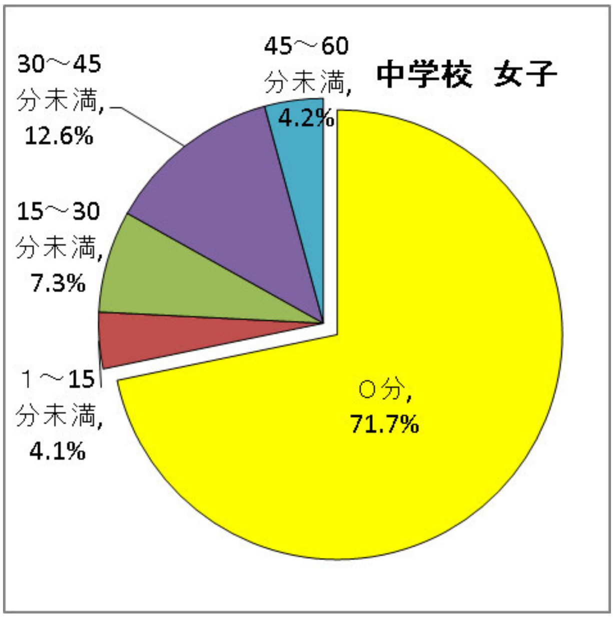




1 週間の総運動時間が 60 分未満の生徒の内訳では、総運動時間「0 分」の割合が、男子では 78.1%、女子では 71.7%であった。昨年度と比べ、男女とも高くなった。

【平成 27 年度　0 分の割合　中学校男子 69.5%　中学校女子 67.4%】





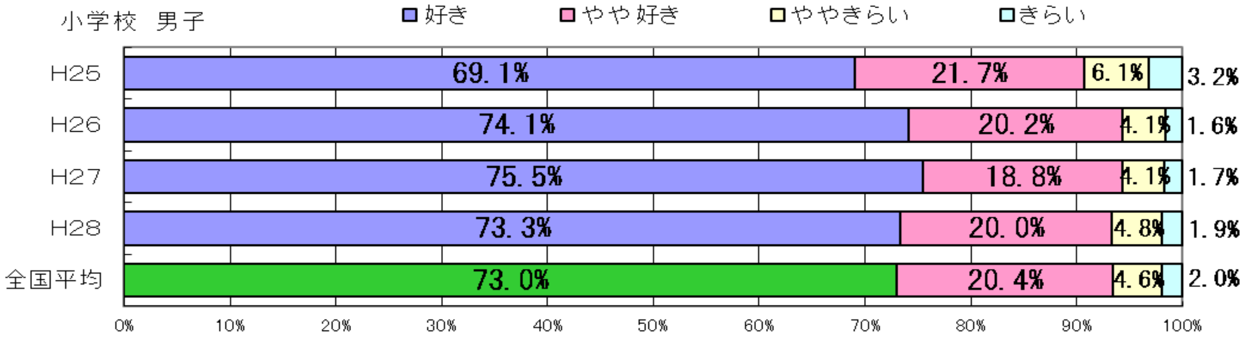
2　「運動やスポーツをすることが好き」「体育・保健体育の授業は楽しい」の推移
　（報告書 P.83・84）

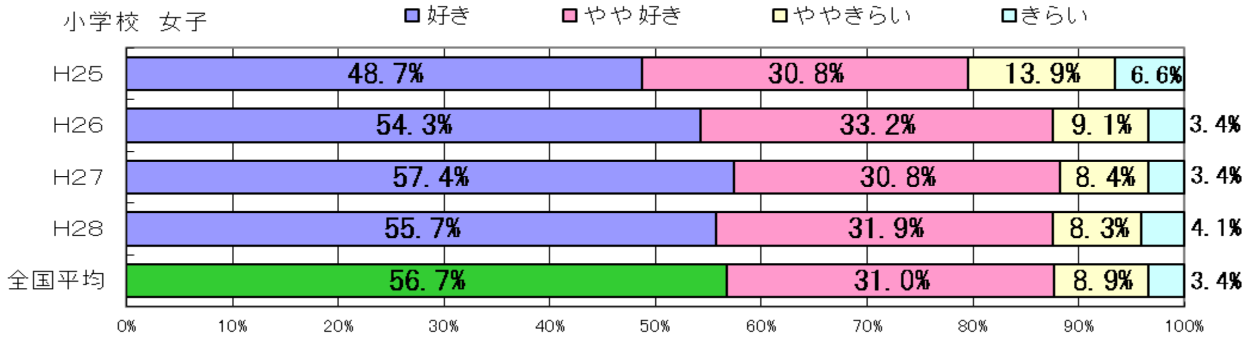
＜運動やスポーツをすることが好き＞の推移（報告書 P.83）

［全国平均は平成 28 年度数値］

【小学校５年生】

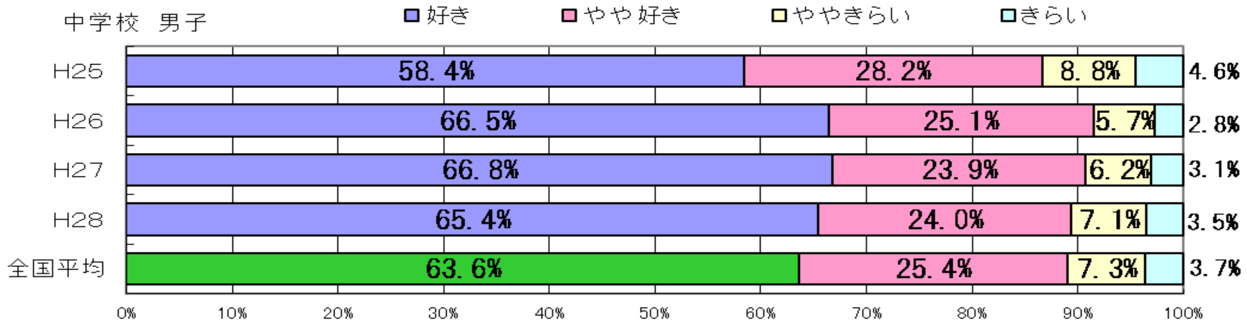
「好き」の割合は、男子で 73.3%、女子で 55.7%で、男女とも平成 27 年度まで割合は高まる傾向にあったが、本年度、男子は下がり、女子もわずかに下がった。

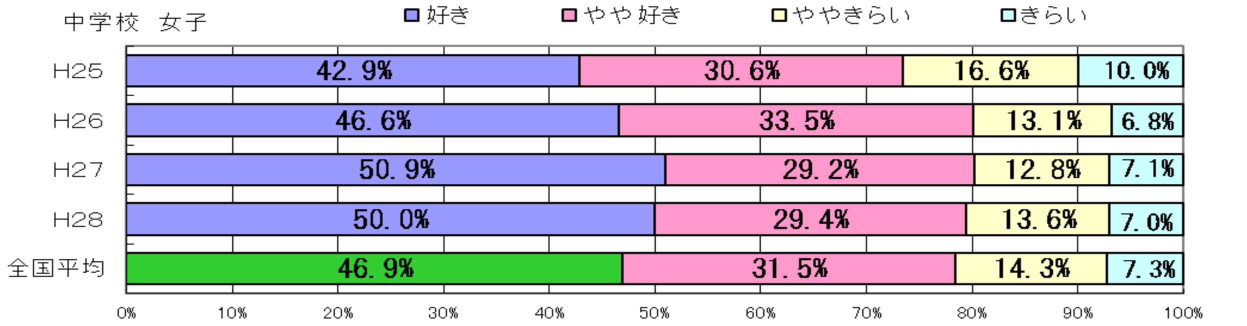




【中学校２年生】

「好き」の割合は、男子で 65.4%、女子で 50.0%で、男女とも平成 27 年度まで割合は高まる傾向にあったが、本年度、男女ともわずかに下がった。



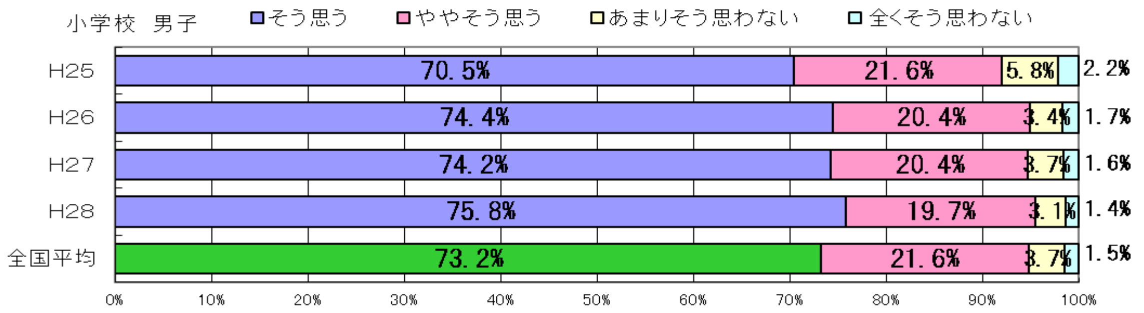


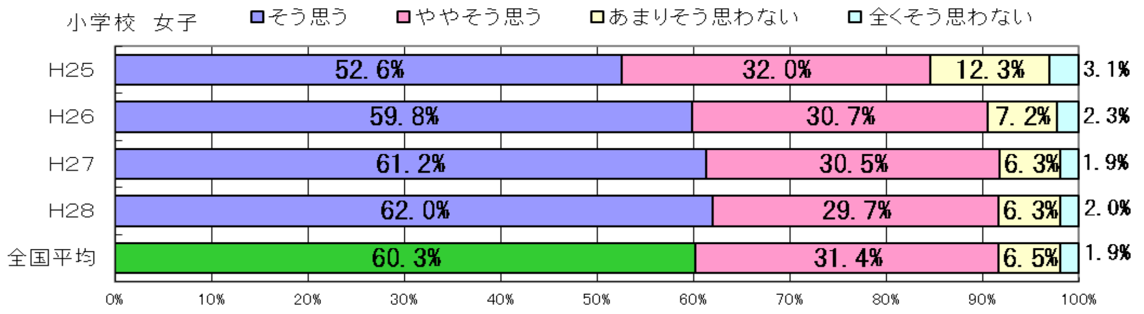
＜「体育・保健体育の授業は楽しい」の推移＞（報告書 P.84）

［全国平均は平成 28 年度数値］

【小学校５年生】

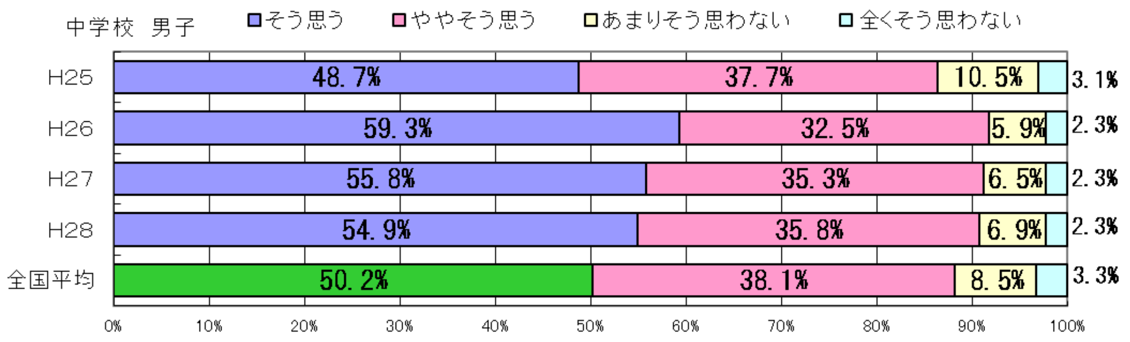
「楽しい」の割合は、男子で 75.8%、女子で 62.0%であった。昨年度と比べ、男子は上がり、女子もわずかに上がった。男女とも平成 25 年度調査以降、最高値を示した。

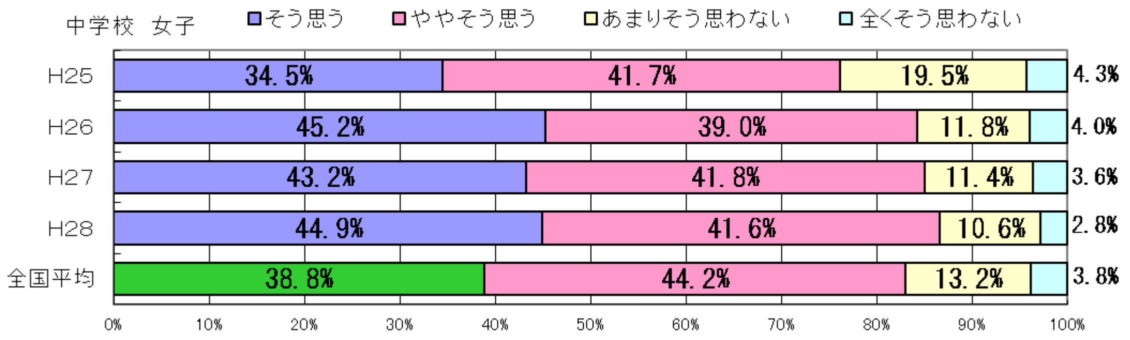




【中学校２年生】

「楽しい」の割合は、男子で 54.9%、女子で 44.9%であった。昨年度と比べ、男子はわずかに下がり、女子はわずかに上がった。全国平均と比べると、男女とも高かった。

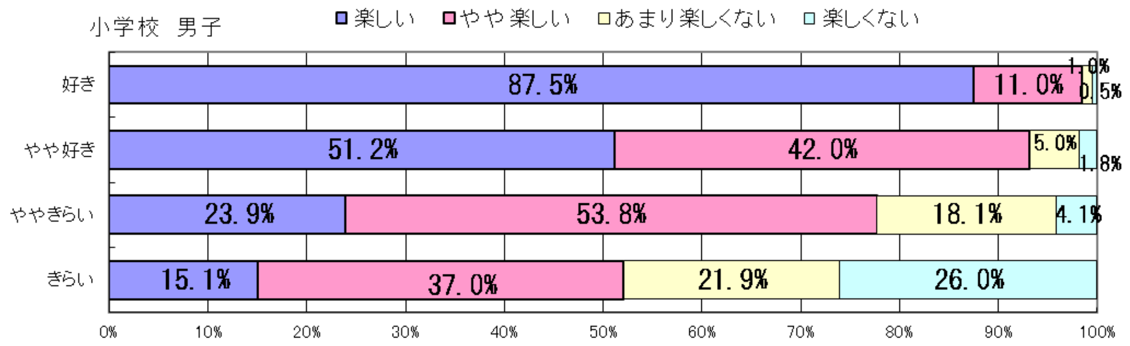


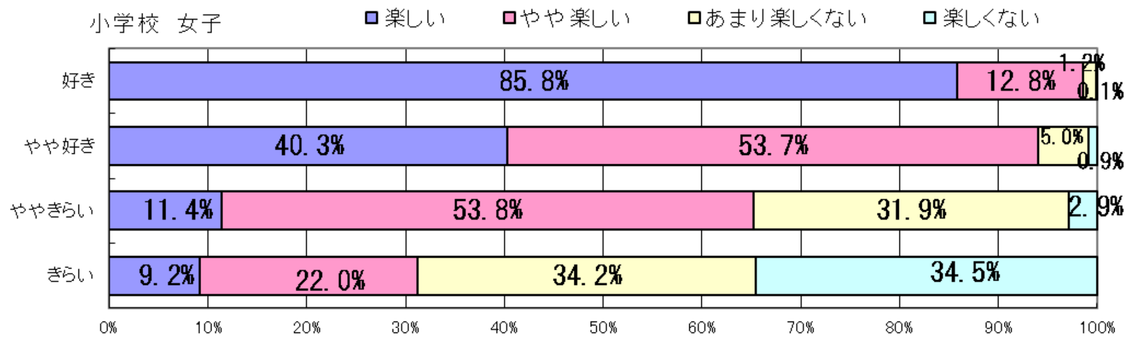


３　体育・健康に関する指導に向けて参考となる調査結果（報告書 P.85～95）
＜「運動・スポーツをすることが好き」と「体育・保健体育の授業は楽しい」との関係＞（報告書 P.85）

【小学校５年生】

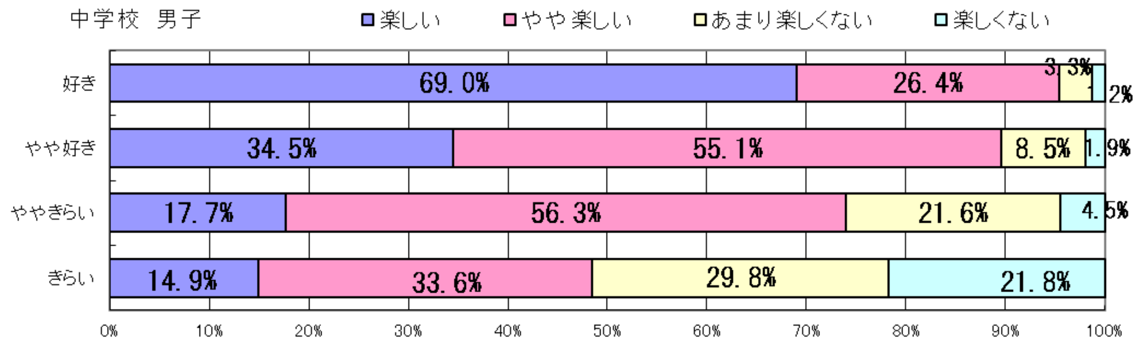
「きらい」と回答した児童のうち、「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した割合は、男子が 47.9%、女子が 68.7%であった。

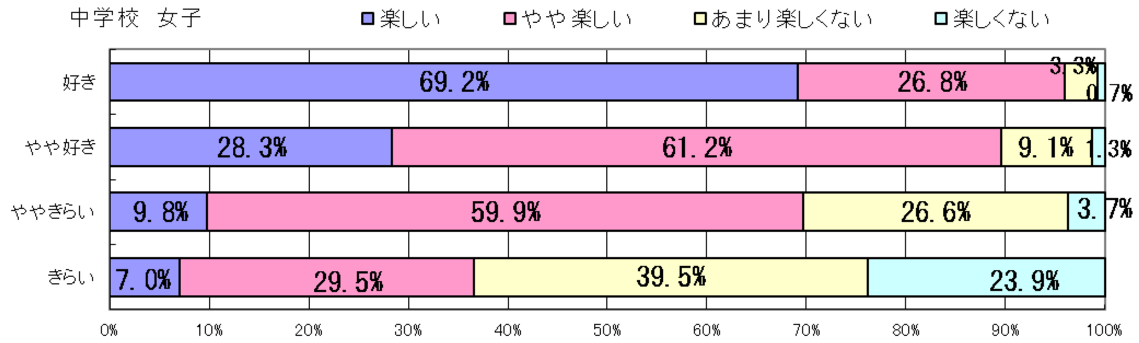




【中学校２年生】

「きらい」と回答した生徒のうち、「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した割合は、男子が 51.6%、女子が 63.4%であった。



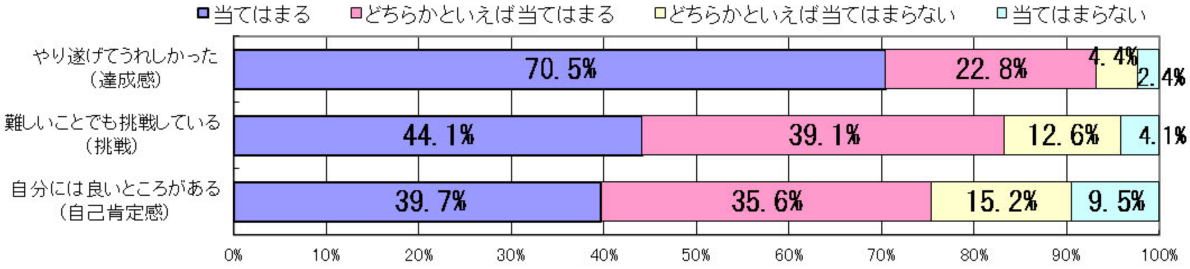


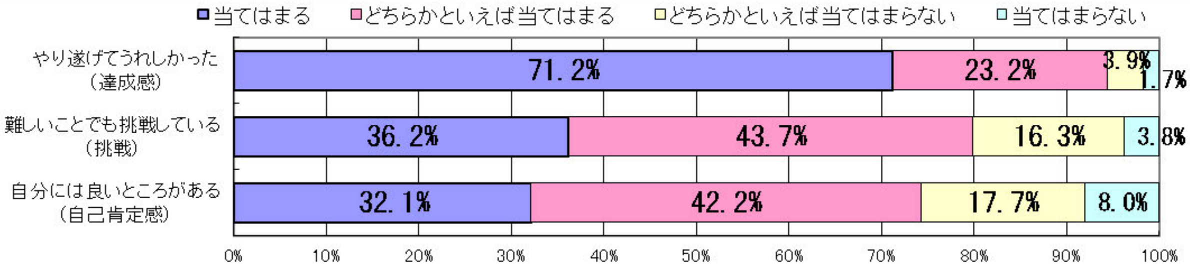
＜児童生徒の「達成感」「挑戦」「自己肯定感」について＞（報告書 P.86）

【小学校５年生】

男女とも「達成感」「挑戦」「自己肯定感」の「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」という肯定的な割合は 70％を超えている。

「達成感」「挑戦」「自己肯定感」の順に割合が低下している。

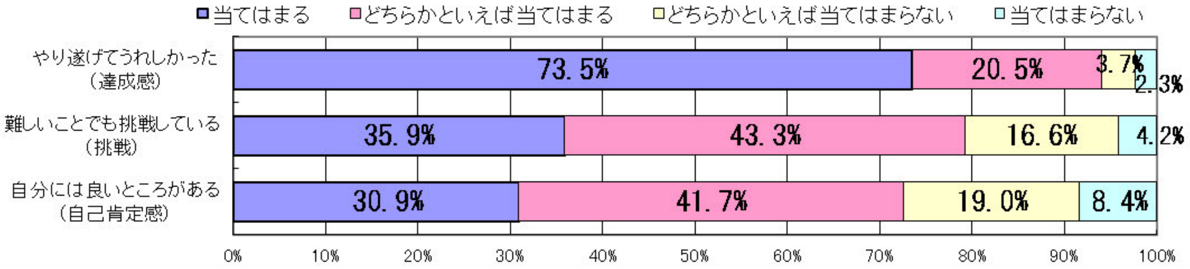


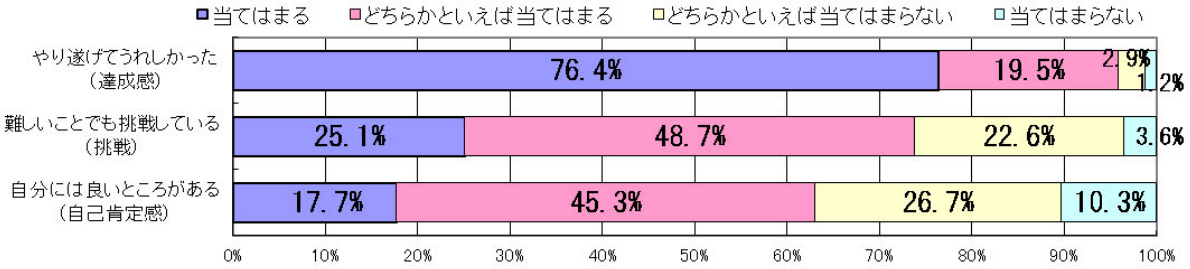


【中学校２年生】

男子は「達成感」「挑戦」「自己肯定感」の「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」という肯定的な割合は 70％を超えていたが、女子の「自己肯定感」の肯定的な割合は 63.0％であった。

「達成感」「挑戦」「自己肯定感」の順に割合が低下している。



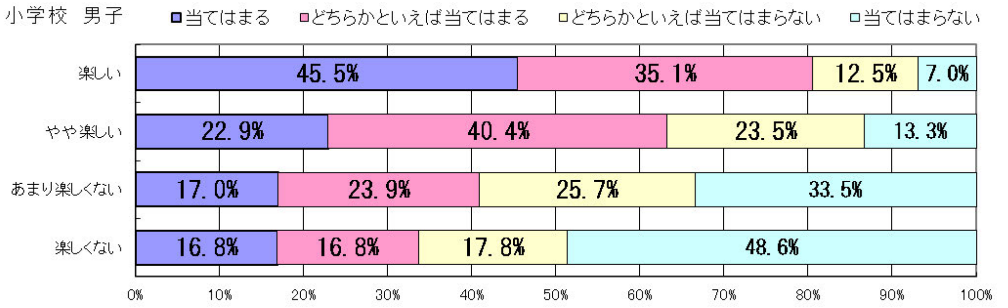


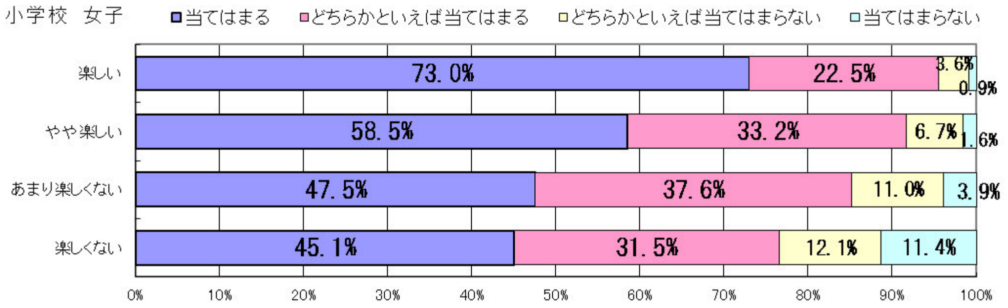
＜「自分には、よいところがあると思う（自己肯定感)」と「体育・保健体育の授業は楽しい」との関係＞（報告書 P.87）

【小学校５年生】

「楽しい」と回答した児童のうち、「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」と回答した割合は、男子が 80.6%、女子が 95.5%であった。

「楽しくない」が「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」と回答した児童より、男子で 47.0%、女子で 18.9%高かった。

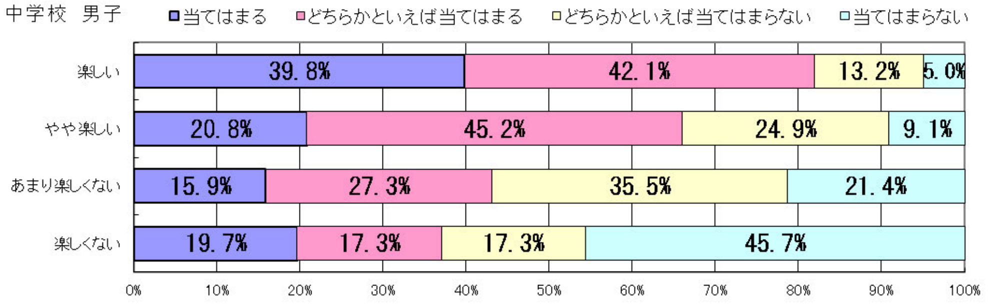


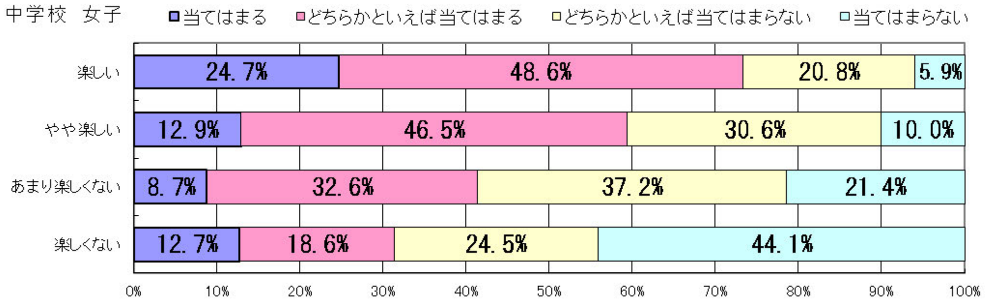


【中学校２年生】

「楽しい」と回答した生徒のうち、「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」と回答した割合は、男子が 81.9%、女子が 73.3%であった。

「楽しくない」が「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」と回答した生徒より、男子で 44.9%、女子で 42.0%高かった。

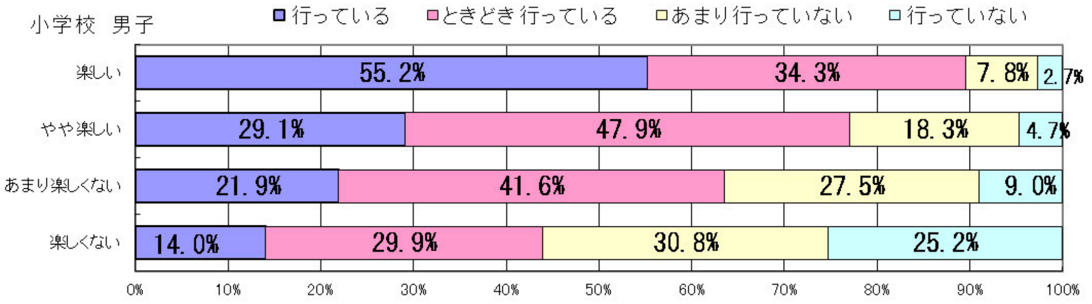


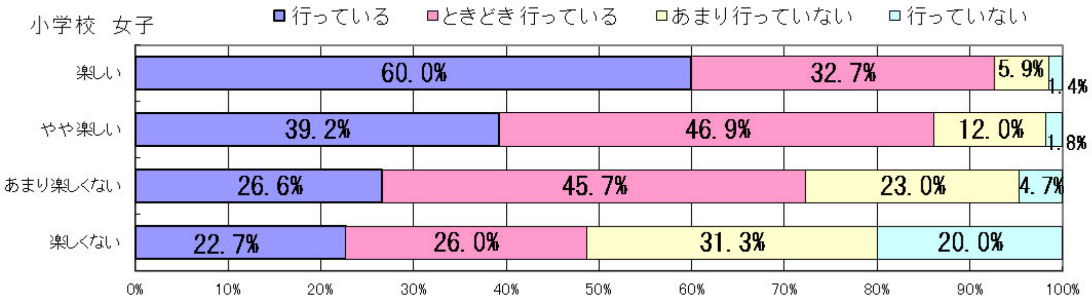


<「体育・保健体育の授業は楽しい」と「体育・保健体育の授業で友達と助け合ったり役割を果たす活動」との関係>（報告書 P.88）

【小学校５年生】

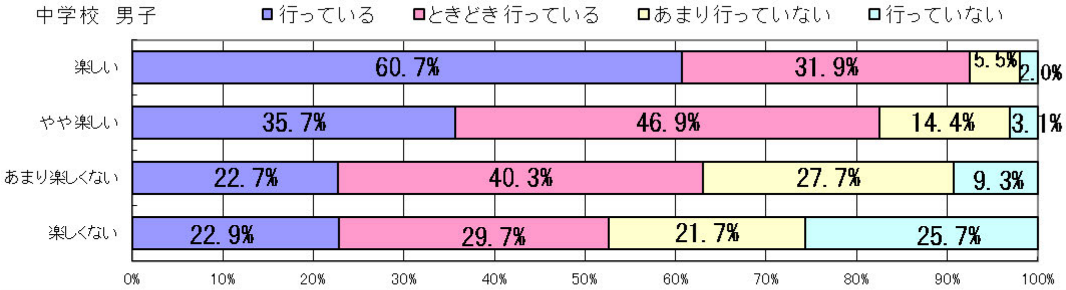
「楽しい」と回答した児童のうち、「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合は、男子が 89.5%、女子が 92.7%であった。「楽しくない」が「行っている」「ときどき行っている」と回答した児童の割合より、男子で 45.6%、女子で 44.0%高かった。

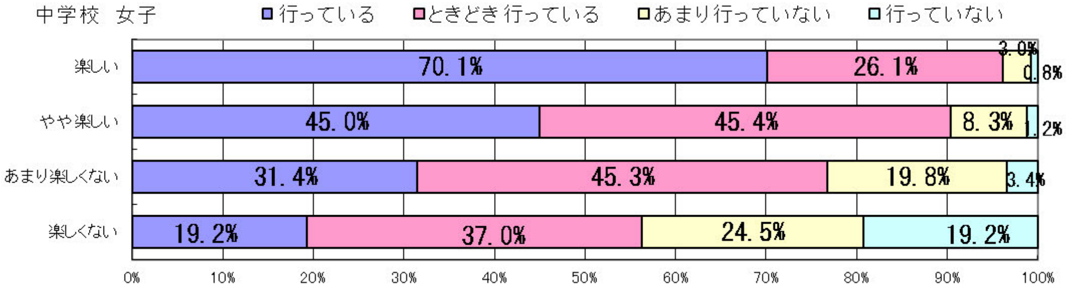




【中学校２年生】

「楽しい」と回答した生徒のうち、「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合は、男子が 92.6%、女子が 96.2%であった。「楽しくない」が「行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合より、男子で 40.0%、女子で 40.0%高かった。

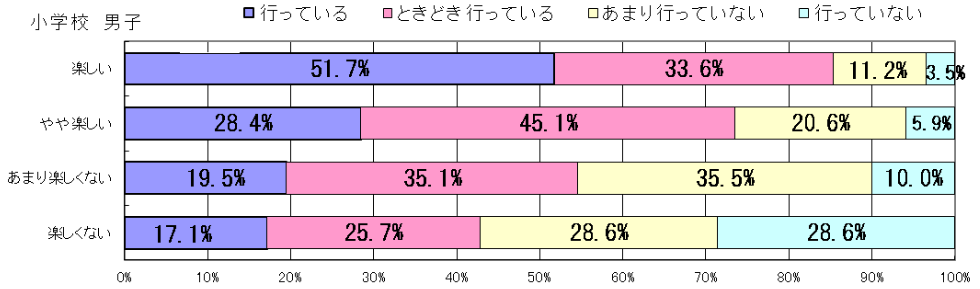


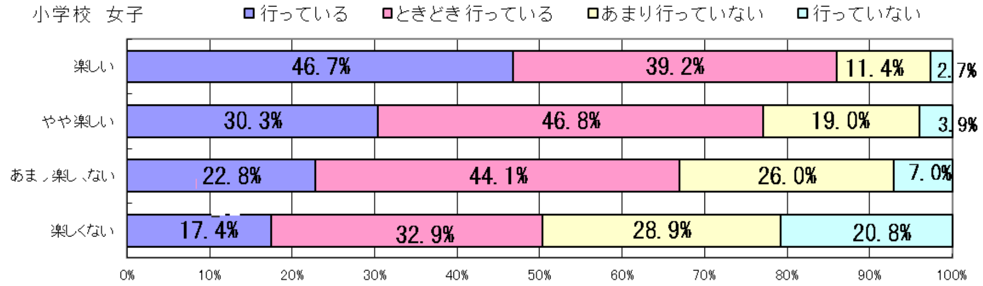


＜「体育・保健体育の授業は楽しい」と体育の授業で「友達同士やチームの中で話し合う活動」との関係＞（報告書 P.89）

【小学校５年生】

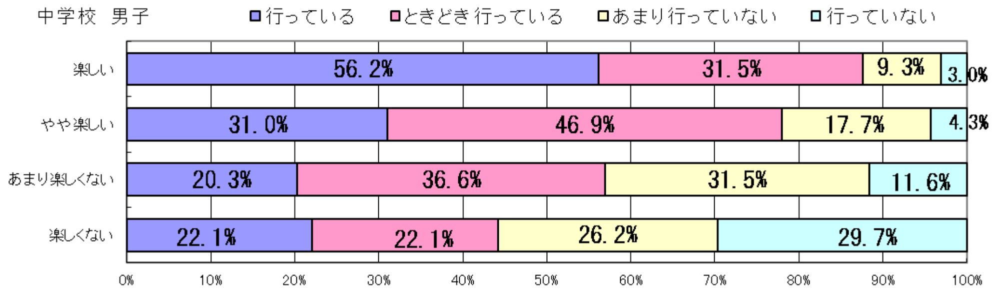
「楽しい」と回答した児童のうち、「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合は、男子が 85.3%、女子が 85.9%であった。「楽しくない」が「行っている」「ときどき行っている」と回答した児童の割合より、男子で 42.5%、女子で 35.6%高かった。

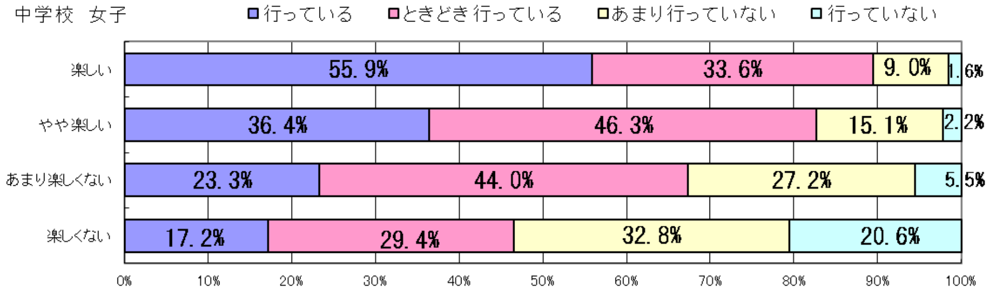




【中学校２年生】

「楽しい」と回答した生徒のうち、「行っている」「ときどき行っている」と回答した割合は、男子が 87.7%、女子が 89.5%であった。「楽しくない」が「行っている」「ときどき行っている」と回答した生徒の割合より、男子で 43.5%、女子で 42.9%高かった。





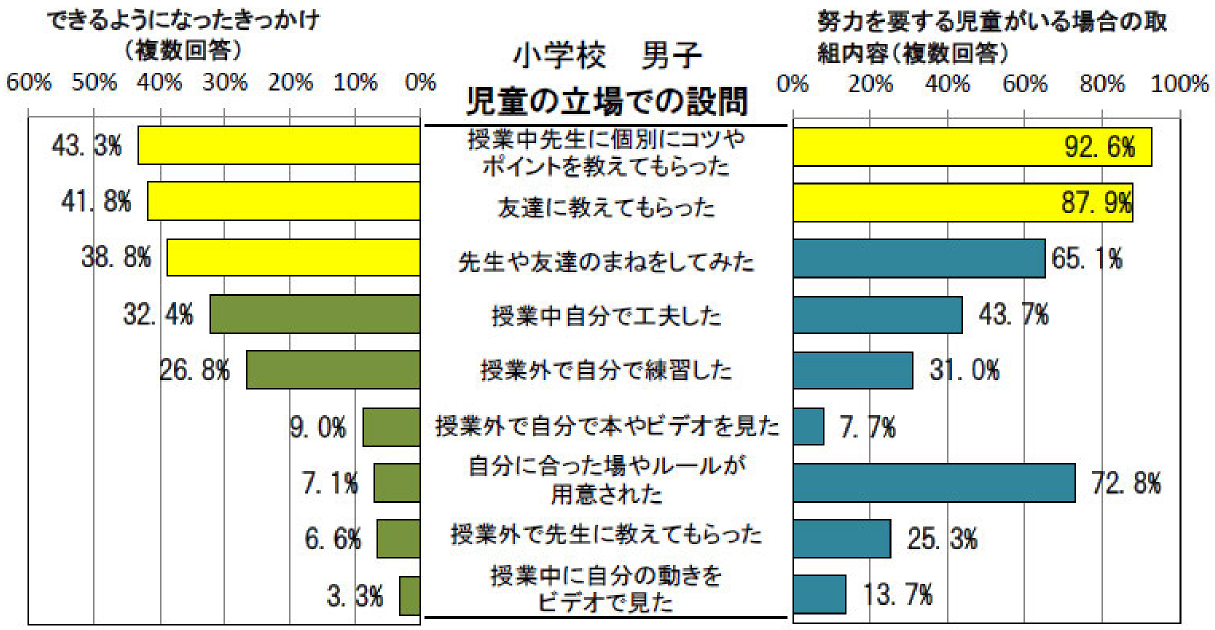
＜体育・保健体育の授業で、できなかったことができるようになったきっかけと学校の取組について＞（報告書 P.90・91）

【小学校５年生】（報告書 P.90）

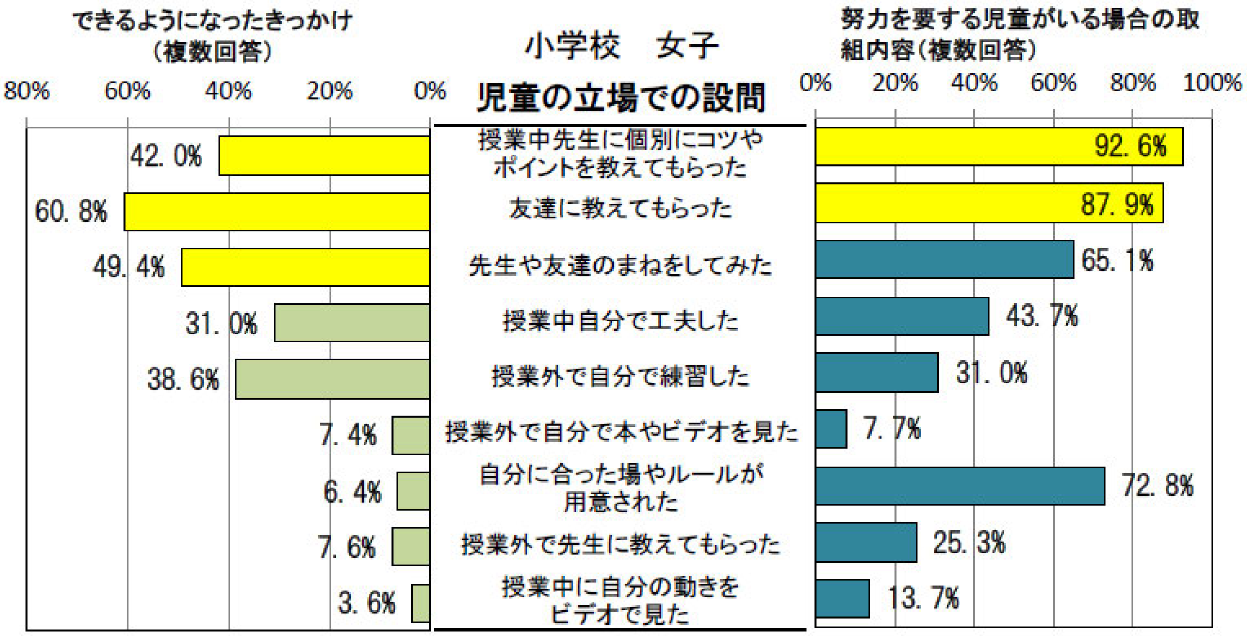
男女とも、できるようになったきっかけは「授業中、先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「友達に教えてもらった」「先生や友達のまねをしてみた」の割合が高かった。回答が多くあった。

教員の「努力を要する児童がいる場合の取組内容」の回答においても同様の傾向が見られた。加えて、「自分に合った場やルール等で行えるようにしている」という割合も高かった。

＜児童＞　＜学校・教員＞



＜児童＞　＜学校・教員＞

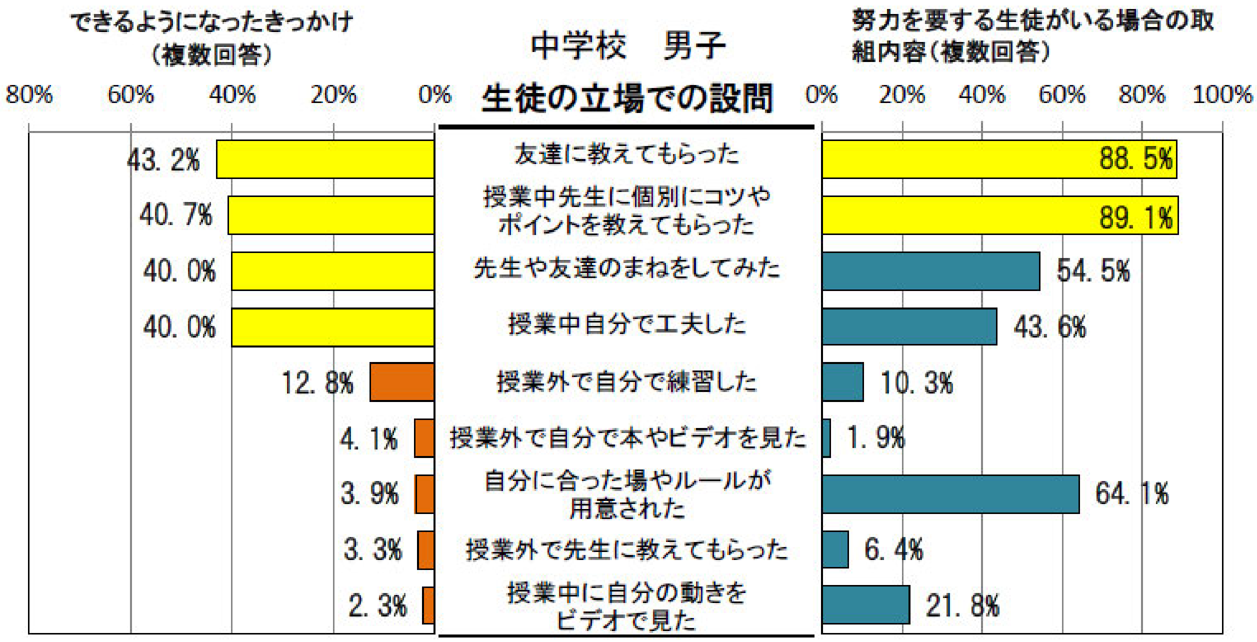


【中学校２年生】（資料 P.91）

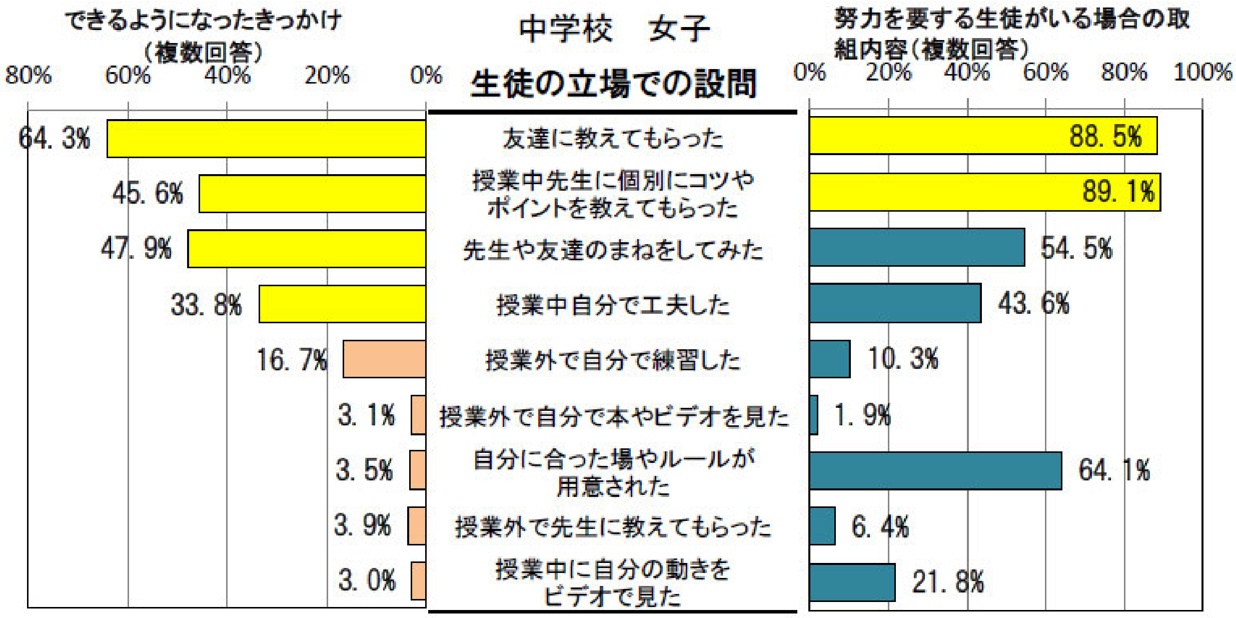
男女とも、できるようになったきっかけは「友達に教えてもらった」「授業中、先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「先生や友達のまねをしてみた」「授業中自分で工夫した」の割合が高かった。

教員の「努力を要する生徒がいる場合の取組内容」の回答においても、「友達に教えてもらった」「授業中、先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」の割合が高かった。加えて、「自分に合った場やルール等で行えるようにしている」という割合も高かった。

＜生徒＞　＜学校・教員＞



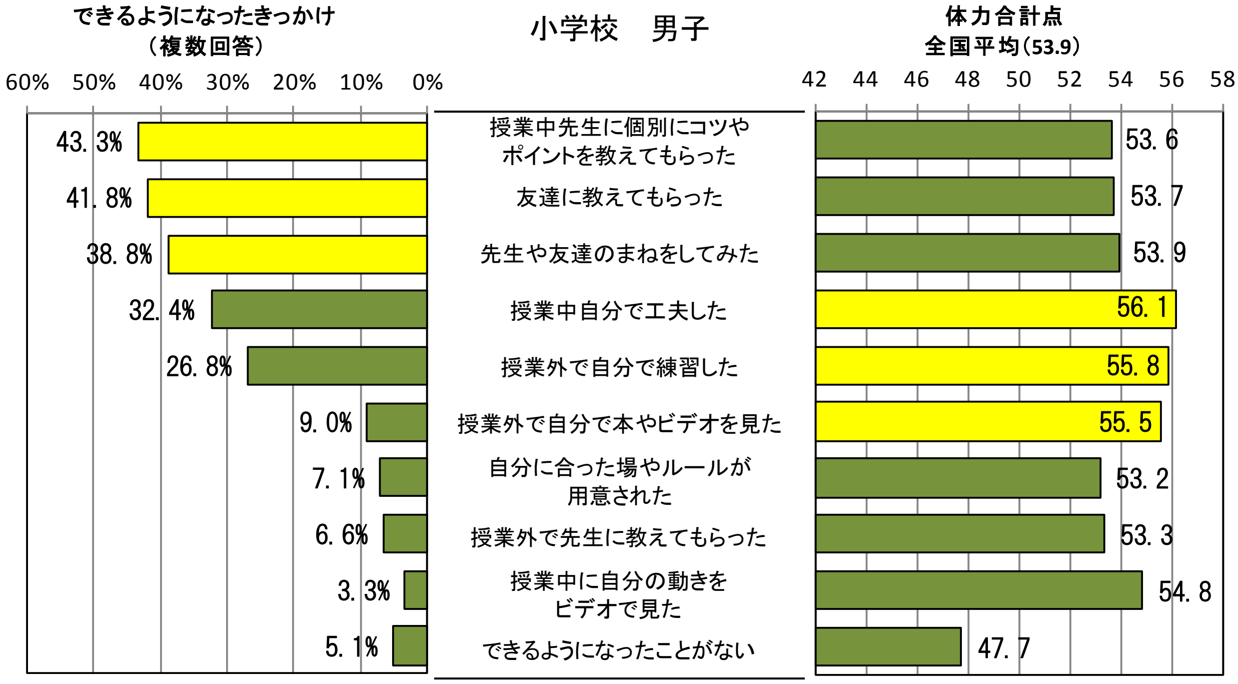
＜生徒＞　＜学校・教員＞

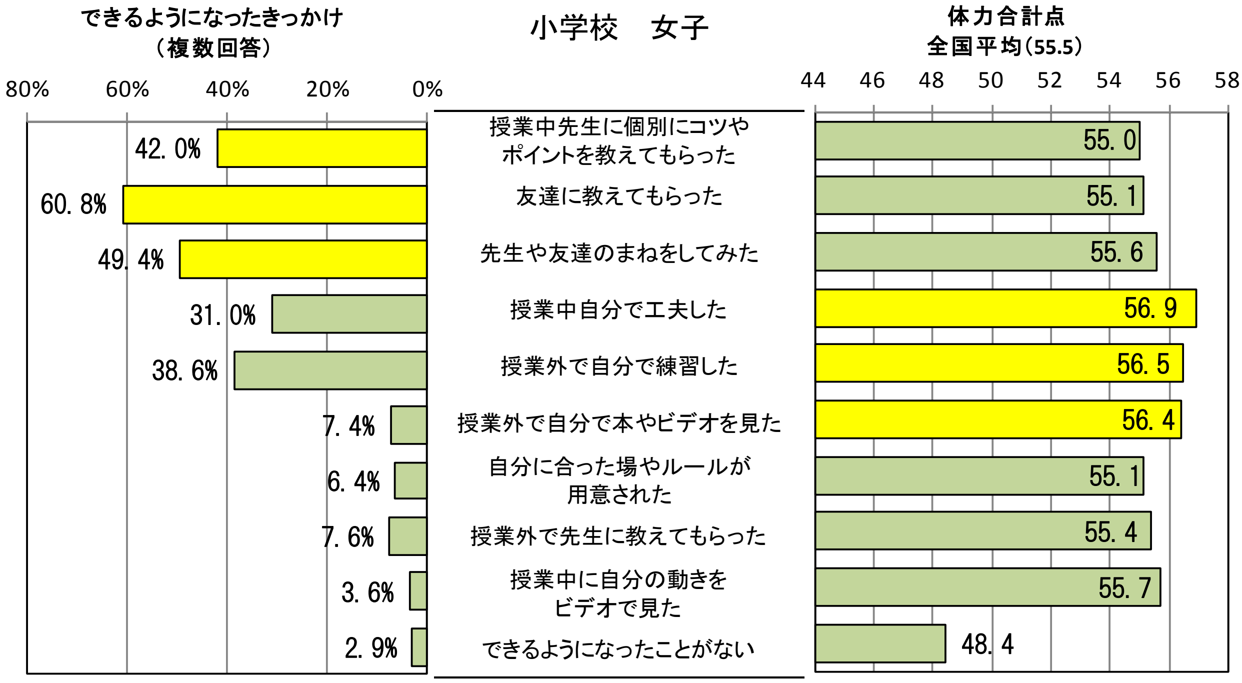


＜体育・保健体育の授業で、できなかったことができるようになったきっかけと
体力合計点についての関連＞（資料 P. 92・93）

【小学校５年生】（資料 P. 92）

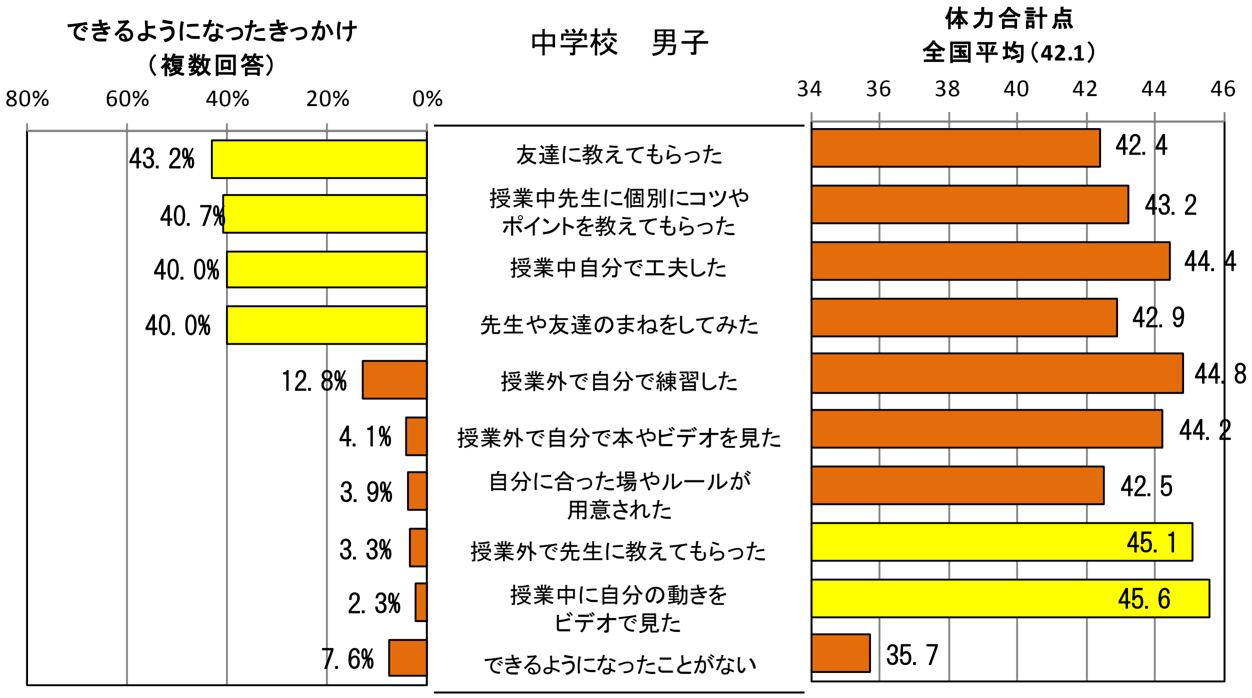
男女ともに、「授業中に自分で工夫して練習した」「授業外の時間に自分で練習した」「授業外の時間に自分で本を読んだりビデオを見たりした」「授業中に自分の動きをビデオで見た」と「自分で」取り組むと回答した児童の体力水準は高かった。

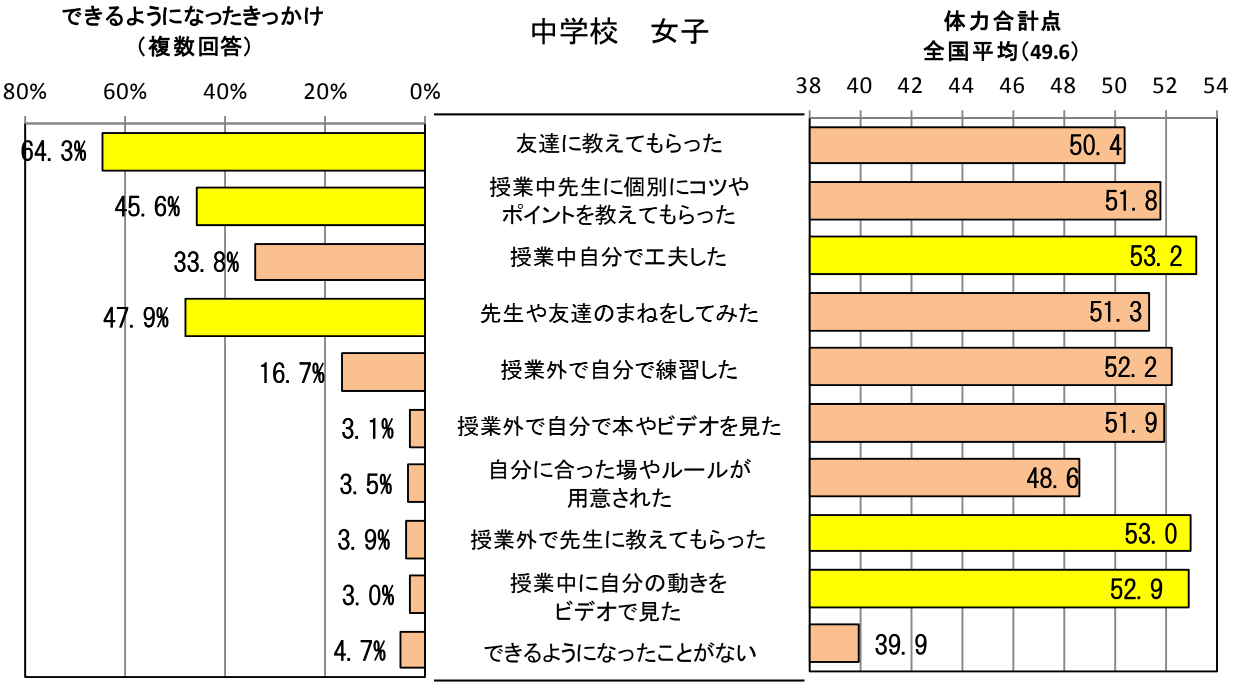




【中学校２年生】（資料 P.93）

男女ともに、「授業中自分で工夫した」「授業外で自分で練習した」「授業外の時間に先生に教えてもらった」「授業中に自分の動きを撮影したビデオを見た」と回答した生徒、加えて「授業外で自分で本やビデオを見た」と回答した男子生徒の体力水準は高く、小学校と同じように「自分で」取り組む生徒の体力水準が高かった。

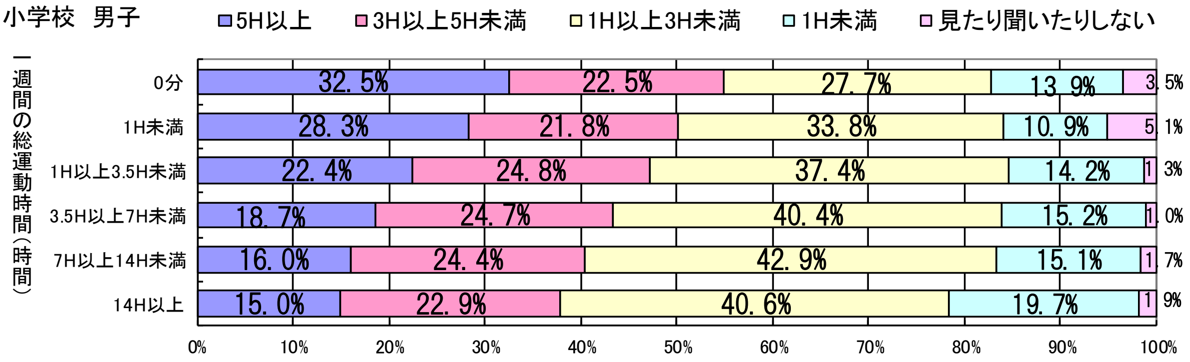


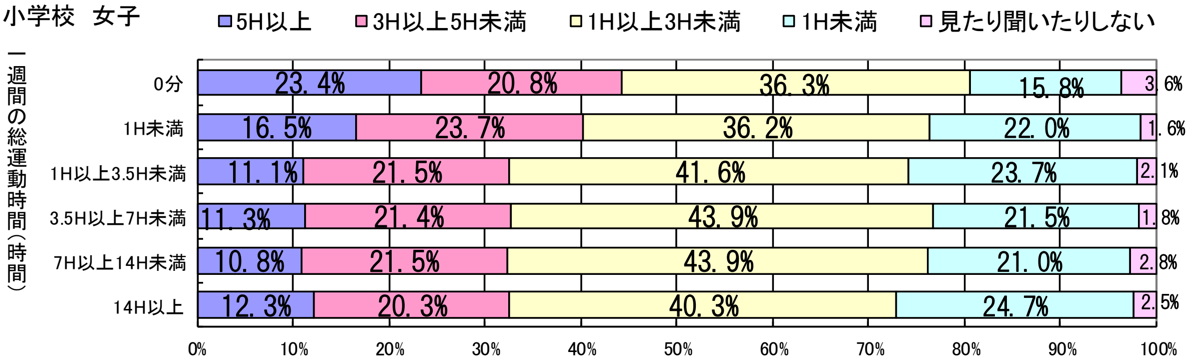


＜「１週間の総運動時間」と「ふだんの平日（月～金曜日）の１日にテレビやビデオ、ＤＶＤを視聴する時間」との関係＞（資料 P.94）

【小学校５年生】

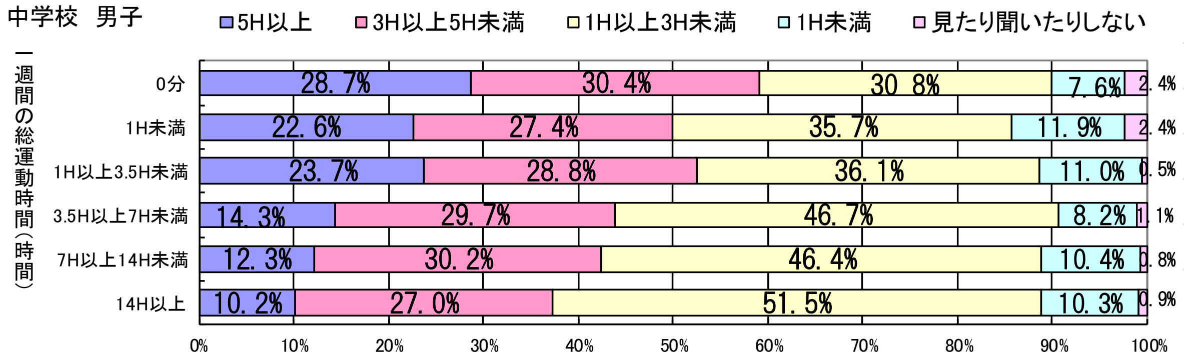
１週間の総運動時間「0 分」と回答した児童の「テレビ等の視聴時間 3 時間以上」の割合は、男子が 55.0%、女子が 44.2%であった。

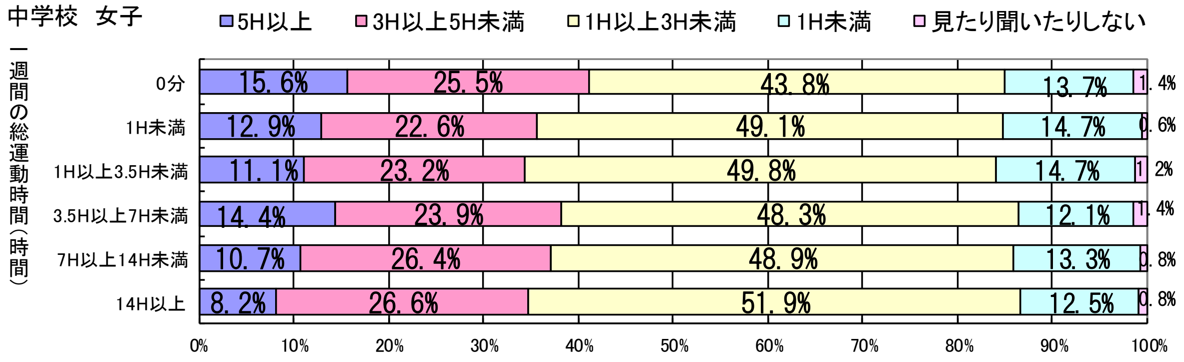




【中学校２年生】

１週間の総運動時間「0 分」と回答した生徒の「テレビ等の視聴時間 3 時間以上」の割合は、男子が 59.1%、女子が 41.1%であった。

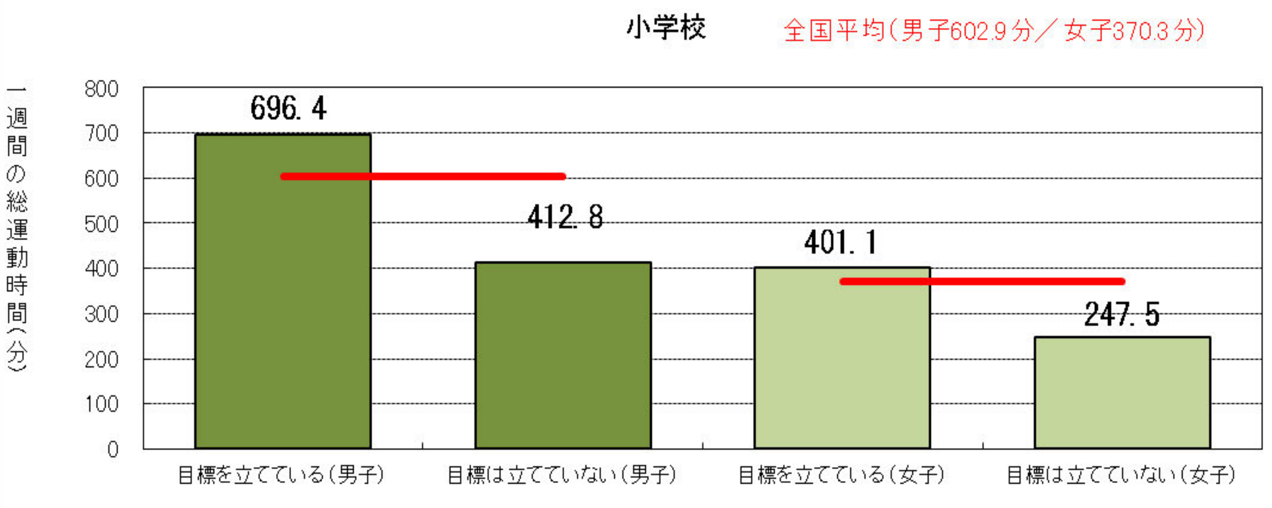


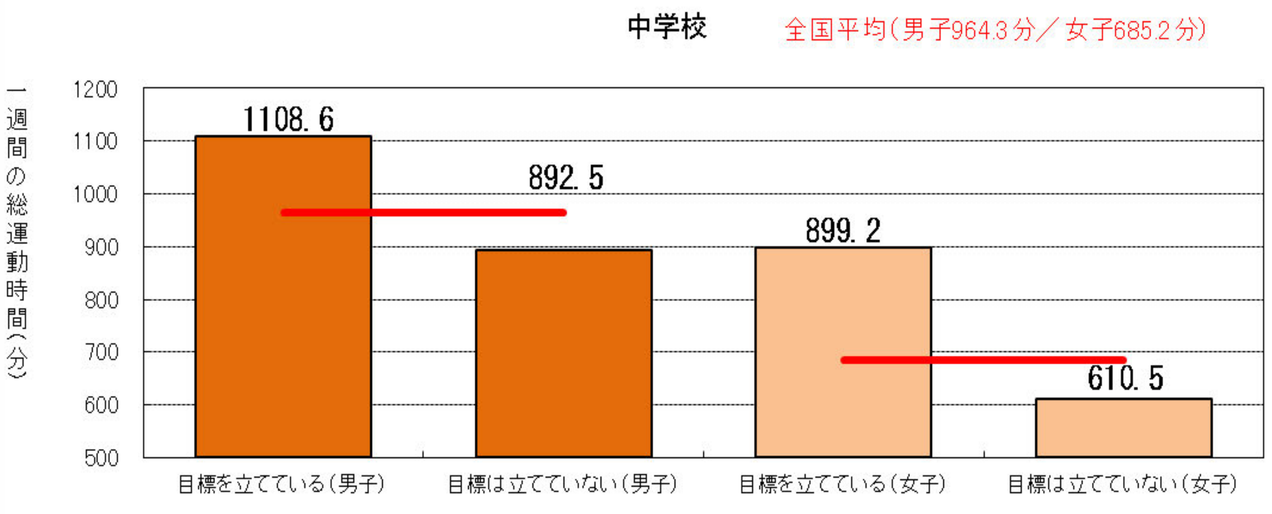


＜体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てている児童生徒と「１週間の総運動時間」の関係＞（資料 P. 95）

【小学校５年生】

「目標を立てている」児童と「目標は立てていない」児童の１週間の総運動時間（平均）の差は、男子が 283. 6 分、女子が 153. 6 分であった。



【中学校２年生】

「目標を立てている」生徒と「目標は立てていない」生徒の１週間の総運動時間（平均）の差は、男子が 216. 1 分、女子が 288. 7 分であった。