

令和7年度全国体力・運動能力、
運動習慣等調査の結果と分析について

令和8年2月 登別市教育委員会

I 調査の概要

1 調査の目的

- 子どもの体力・運動能力、運動習慣や生活習慣等を把握し、分析することにより、子どもの体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る施策の成果と課題を検証し、改善を図るとともに、取組を通じて、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 各学校が児童生徒の体力や、運動習慣や生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導等の改善に役立てる。

2 調査対象学年

小学校第5学年、中学校第2学年

3 調査の内容

(1) 児童・生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（測定方法等は新体力テストの方法による。）

〔小学校8種目〕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

〔中学校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）又は20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

イ 質問調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問調査

(2) 学校に対する質問調査

ア 子どもの体力・運動能力等の向上に関する取組等の調査

イ 実施状況に関する調査

4 調査期間

令和7年4月から7月までの期間で実施

5 調査の実施状況（公立学校）

	小学校		中学校	
	学校数（校）	児童数（人）	学校数（校）	生徒数（人）
全国	18,438	913,144	9,430	816,548
北海道	935	34,809	576	32,922
登別市	7	240	5	206

6 用語解説と説明

体力テスト種目		単位	体力要素	測定
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値
②	上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④	反復横跳び	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右速報に反復跳躍した回数
⑤ 1	持久走（中学校選択）	秒	全身持久力・長距離走能力	男子 1500m、女子 1000mの走行時間
⑤ 2	20mシャトルラン（中学校選択）	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥	50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦	立ち幅跳び	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧ 1	ソフトボール投げ（小学校）	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離
⑧ 2	ハンドボール投げ（中学校）	m	巧緻性・投球能力	ハンドボールを遠投した距離
体力合計点		点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	
総合評価		5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方から、ABCDEの5段階で評定した体力の総合評価	

用語	解説
標本数	平均値、標準偏差、T得点を算出した人数
平均値	調査結果（テスト成績）の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 「平均値＝調査結果の総和/標本数」
標準偏差	調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。
	平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る。（いずれも正規分布の場合）
	「標準偏差＝分散の平方根、分散＝偏差平方和/（標本数-1）」
T得点	全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する。
	平均値50点、標準偏差10点の標準得点。「T得点＝50＋10×（調査結果－平均値）/標準偏差」

※全国の平均値（T得点）との比較表現（平均値〔50点〕と本市の差を次の通り表記）

- ① 2ポイント以上……上回っている
- ② 1ポイント以上～2ポイント未満……やや上回っている
- ③ ±1ポイント未満……ほぼ同程度
- ④ -1ポイント以下～-2ポイント未満……やや下回っている
- ⑤ -2ポイント以下……下回っている

＜標準体重と肥満度判定＞「児童・生徒の健康診断マニュアル（平成 27 年度改訂）」より
 平成 27 年 8 月 25 日発行 公益財団法人日本保健会

- ・標準体重＝ $a \times \text{身長 (cm)} - b$
- ・肥満度 (%) = $[\text{自分の体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}] \div \text{標準体重 (kg)} \times 100$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
9 (小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10 (小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11 (小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12 (中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13 (中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14 (中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30～49.9%	中等度肥満
20～29.9%	軽度肥満
-19.9～19.9%	普通
-29.9～-20%	やせ
-30%以下	高度やせ

Ⅱ 体格と肥満度に関する調査の結果と考察

※は全国とのポイント差

小学校男子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全 国	北海道
身長 (cm)		139.51	49.8	140.07	50.9	139.36 ※-0.17	49.7	139.53	140.10
体重 (kg)		35.67	50.4	35.66	50.6	36.64 ※+1.63	52.1	35.01	36.36
肥満傾向 児・痩身傾 向児の出 現率 (%)	肥満	17.5		11.8		21.1 ※+8.3		12.8	17.4
	正常	79.1		84.5		77.3 ※-6.7		84.0	79.1
	痩身	3.3		3.7		1.6 ※-1.7		3.3	3.5

小学校女子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全 国	北海道
身長 (cm)		141.98	51.0	141.91	51.4	141.07 ※+0.26	50.4	140.81	141.48
体重 (kg)		36.59	51.8	36.75	52.5	35.59 ※+0.89	51.2	34.70	35.53
肥満傾向 児・痩身傾 向児の出 現率 (%)	肥満	15.9		15.2		14.4 ※+5.0		9.4	11.8
	正常	82.7		78.6		83.9 ※-3.2		87.1	84.3
	痩身	1.4		6.3		1.7 ※-1.8		3.5	4.3

<小学校：体格と肥満度について>

- 「身長」について、男女とも全国平均とほぼ同程度である。(T得点比較)
- 「体重」について、男子は全国平均を上回り、女子はやや上回っている。(T得点比較)
- 「肥満傾向」の出現率について、男子は8.3ポイント、女子は5.0ポイント全国平均を上回っている。
- 「痩身傾向」の出現率について、男子は1.7ポイント、女子は1.8ポイント全国平均を下回っている。

中学校男子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全 国	北海道
身長 (cm)		161.74	50.8	162.0	50.9	161.86 ※+0.55	50.7	161.31	162.42
体重 (kg)		50.33	50.1	52.89	52.7	51.14 ※+1.03	51.0	50.11	51.69
肥満傾向 児・痩身 傾向児の 出現率 (%)	肥満	11.0		13.1		13.1 ※+3.3		9.8	12.1
	正常	85.6		84.4		84.4 ※-2.3		86.7	84.3
	痩身	3.4		2.5		2.4 ※-1.0		3.4	3.6

中学校女子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全 国	北海道
身長 (cm)		155.14	50.4	155.39	50.7	156.03 ※+0.97	51.8	155.06	155.06
体重 (kg)		47.33	50.6	48.35	52.1	48.15 ※+1.27	51.7	46.88	47.28
肥満傾向 児・痩身 傾向児の 出現率 (%)	肥満	8.8		10.6		9.1 ※+2.0		7.1	7.8
	正常	88.0		87.6		85.0 ※-3.5		88.5	87.7
	痩身	3.2		1.8		5.8 ※+1.4		4.4	4.5

<中学校：体格と肥満度について>

- 「身長」について、男子は全国平均とほぼ同程度であり、女子は全国平均をやや上回っている。(T得点比較)
- 「体重」について、男女とも全国平均をやや上回っている。(T得点比較)
- 「肥満傾向」の出現率について、男子は3.3ポイント、女子は2.0ポイント全国平均を上回っている。
- 「痩身傾向」の出現率について、男子は1.0ポイント全国平均を下回り、女子は1.4ポイント全国平均を上回っている。

<考察と今後に向けて>

肥満又は痩身の傾向は、全体的に正常の範囲にある児童生徒が全国平均を下回っており、児童及び男子生徒は肥満が上回り、女子生徒は肥満又は痩身の両極化が見られる。

そのため、保健の授業で、運動や睡眠、食生活等の正しい知識の定着を図るほか、休み時間や行事等

でも運動する機会を確保すること等、教育活動全般を通じた取組を推進していくことが大切である。

また、学校で指導した内容や啓発資料等を家庭と共有し、家庭と連携して取り組んでいくことが大切である。

教育委員会では、教育委員会が発行している「のぼりべつ食育タイムス」等で、食生活の改善や健康な体作り等の話題を提供し、家庭の取組の参考になる情報を発信していく。

家庭では、肥満傾向や痩身傾向の改善に向けて、「早寝・早起き・朝ご飯」の定着、おやつの内容の見直し（例：スナック菓子や清涼飲料水を減らす等）、映像や画像を見る時間を減らし体を動かす時間を設ける等、家庭での生活習慣を見直すことが大切である。

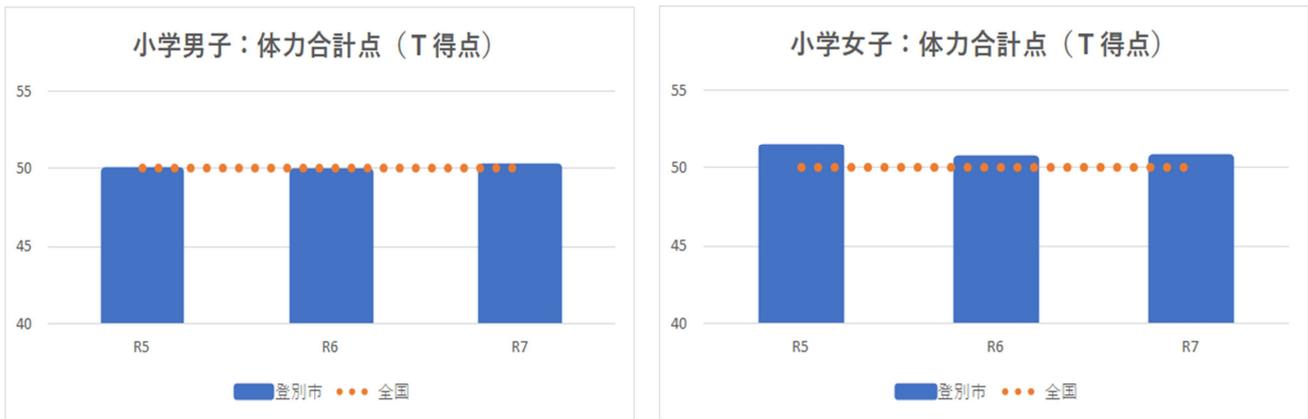
Ⅲ 実技調査検査に関する調査の結果と考察

< 小学校実技調査結果（令和5年度～令和7年度） >

小学校男子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全国	北海道
握力 (kg)		15.40	48.1	16.21	50.5	15.91	49.9	15.96	16.76
上体起こし (回)		18.15	48.6	18.14	48.3	18.68	48.8	19.46	19.33
長座体前屈 (cm)		35.87	52.2	35.90	52.4	37.61	54.2	33.88	34.37
反復横とび (点)		42.02	51.7	41.52	51.0	42.40	51.0	40.89	42.49
20 m シャトルラン (回)		49.99	51.4	45.29	49.2	47.59	49.8	47.94	47.16
50m走 (秒)		9.84	46.8	9.73	48.0	10.02	44.9	9.46	9.67
立ち幅とび (cm)		149.86	49.5	151.31	50.4	151.18	50.1	150.93	152.02
ソフトボール投げ (m)		19.74	49.0	19.76	48.8	21.46	50.5	21.06	21.85
体力合計点 (点)		52.40	49.8	52.28	49.7	52.99	50.0	53.02	53.60
総合評価 (%)	A	10.8		13.3		11.2		11.6	13.4
	B	25.0		19.6		25.6		22.6	24.3
	C	25.6		26.6		29.6		31.6	29.6
	D	22.2		24.7		20.0		22.2	20.5
	E	16.5		15.8		13.6		12.0	12.2

小学校女子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全国	北海道
握力 (kg)		16.30	50.7	16.48	51.8	15.70	50.2	15.61	16.29
上体起こし (回)		17.17	48.4	17.50	48.8	17.73	48.9	18.36	18.12
長座体前屈 (cm)		42.74	54.7	40.04	52.0	40.05	52.1	38.15	38.71
反復横とび (点)		40.11	51.8	40.23	52.1	39.84	51.5	38.70	40.25
20 m シャトルラン (回)		39.01	51.4	35.95	49.6	37.69	50.5	36.85	36.13
50m走 (秒)		9.92	47.8	9.99	47.7	10.17	46.0	9.77	9.95
立ち幅とび (cm)		145.12	50.4	144.64	50.7	145.44	51.3	142.34	144.25
ソフトボール投げ (m)		14.01	51.6	13.46	50.7	12.4	51.2	13.11	14.04
体力合計点 (点)		55.41	51.3	54.34	50.5	54.50	50.6	53.97	54.61
総合評価 (%)	A	17.6		14.4		16.5		12.8	15.1
	B	25.2		28.8		20.0		23.5	24.8
	C	26.7		24.6		32.2		33.2	31.4
	D	25.2		22.9		23.5		21.8	19.8
	E	5.3		9.3		7.8		8.8	8.9

<小学校体力合計点（T得点）に係る全国との差の推移（令和5年度～令和7年度）>



<小学校：実技調査結果について>

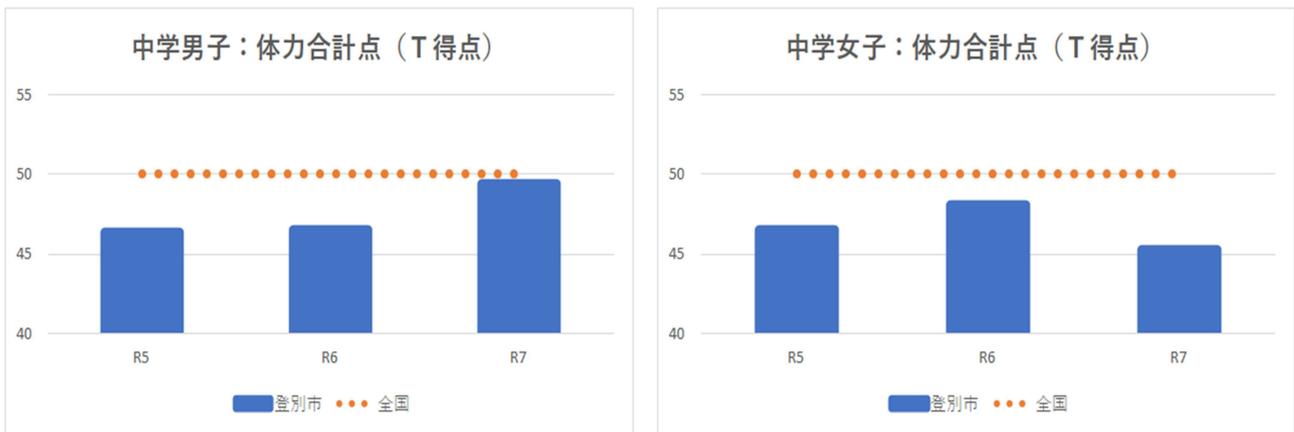
- 男子について、「長座体前屈」は全国平均を上回り、「反復横とび」は全国平均をやや上回り、「握力」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」は全国平均とほぼ同程度であり、「上体起こし」はやや下回り、「50m走」は全国平均を下回っている。（T得点比較）
- 女子について、「長座体前屈」は全国平均を上回り、「反復横とび」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」は全国平均をやや上回り、「握力」「20mシャトルラン」は全国平均とほぼ同程度であり、「上体起こし」は全国平均をやや下回り、「50m走」は全国平均を下回っている。（T得点比較）
- 男女とも体力合計点は、全国平均とほぼ同程度である。（T得点比較）

< 中学校実技調査結果（令和5年度～令和7年度） >

中学校男子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全国	北海道
握力 (kg)		28.03	48.6	27.35	47.8	28.46	49.3	28.95	29.63
上体起こし (回)		23.02	45.5	24.11	47.1	26.01	49.9	26.09	25.61
長座体前屈 (cm)		42.33	48.4	42.86	48.6	46.18	50.9	45.12	43.58
反復横とび (点)		46.65	44.8	49.16	47.5	49.76	48.0	51.64	50.36
持久走 (秒)		452.03	43.7	416.17	49.2	395.57	51.9	409.25	431.14
20 m シャトルラン (回)		74.14	48.5	78.36	49.8	82.66	51.5	78.82	75.24
50m走 (秒)		8.36	46.3	8.14	48.4	7.91	50.9	8.00	8.17
立ち幅とび (cm)		191.24	48.1	190.19	47.8	195.06	49.3	197.51	195.81
ハンドボール投げ (m)		18.87	47.6	17.93	45.8	20.01	48.8	20.74	20.57
体力合計点 (点)		37.39	46.4	38.10	46.5	41.55	49.4	42.20	41.05
総合評価 (%)	A	3.0		3.8		6.8		10.2	7.9
	B	18.0		23.8		29.1		25.8	25.2
	C	32.0		30.5		34.0		34.1	32.9
	D	31.0		28.6		21.4		21.9	24.3
	E	16.0		13.3		8.7		8.1	9.7

中学校女子		R 5		R 6		R 7			
		登別	T得点	登別	T得点	登別	T得点	全国	北海道
握力 (kg)		22.60	48.8	22.47	48.5	22.32	48.3	23.15	23.17
上体起こし (回)		18.13	44.2	20.28	47.9	18.63	45.0	21.70	20.85
長座体前屈 (cm)		44.40	48.2	45.93	49.5	45.98	49.1	46.99	45.62
反復横とび (点)		43.36	46.9	43.79	47.7	41.79	45.0	45.74	44.40
持久走 (秒)		353.32	40.4	277.17	56.1	307.27	50.5	309.66	327.24
20 m シャトルラン (回)		48.15	48.7	49.22	49.3	42.84	46.0	50.60	46.84
50m走 (秒)		9.16	47.7	9.02	49.3	9.08	48.8	8.97	9.16
立ち幅とび (cm)		161.38	48.1	161.58	48.3	156.25	46.4	166.44	162.75
ハンドボール投げ (m)		11.59	48.0	11.86	48.7	11.76	48.4	12.43	12.34
体力合計点 (点)		43.11	46.5	45.11	48.1	41.95	45.3	47.58	48.3
総合評価 (%)	A	12.7		20.6		12.6		25.3	19.6
	B	30.4		24.3		25.2		28.5	28.4
	C	24.5		33.6		30.1		27.5	28.7
	D	23.5		19.6		20.4		15.0	17.8
	E	8.8		1.9		11.7		3.8	5.5

<中学校体力合計点（T得点）に係る全国との差の推移（令和5年度～令和7年度）>



<中学校：実技調査結果について>

- 男子について、「持久走」「20mシャトルラン」は全国平均をやや上回り、「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」「立ち幅とび」は全国平均とほぼ同程度であり、「ハンドボール投げ」は全国平均をやや下回り、「反復横とび」は全国平均を下回っている。（T得点比較）
- 女子について、「長座体前屈」「持久走」は全国平均とほぼ同程度であり、「握力」「50m走」「ハンドボール投げ」は全国平均をやや下回り、「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「立ち幅とび」は全国平均を下回っている。（T得点比較）
- 男子の体力合計点は、全国平均とほぼ同程度であり、女子の体力合計点は、全国平均を下回っている。（T得点比較）

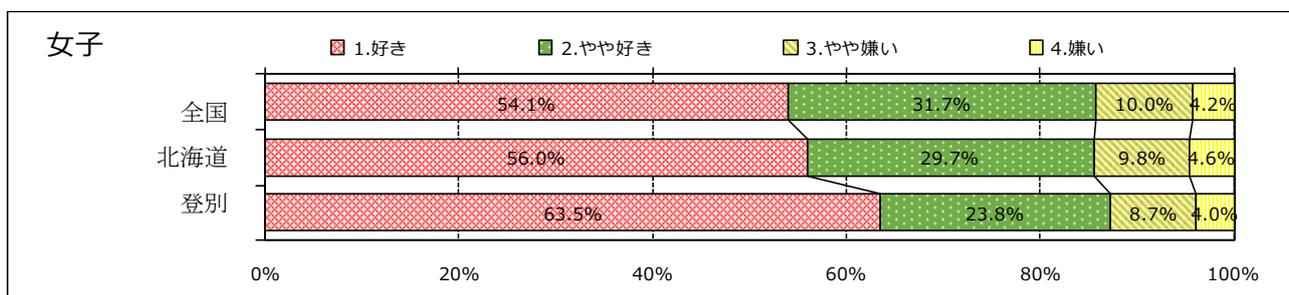
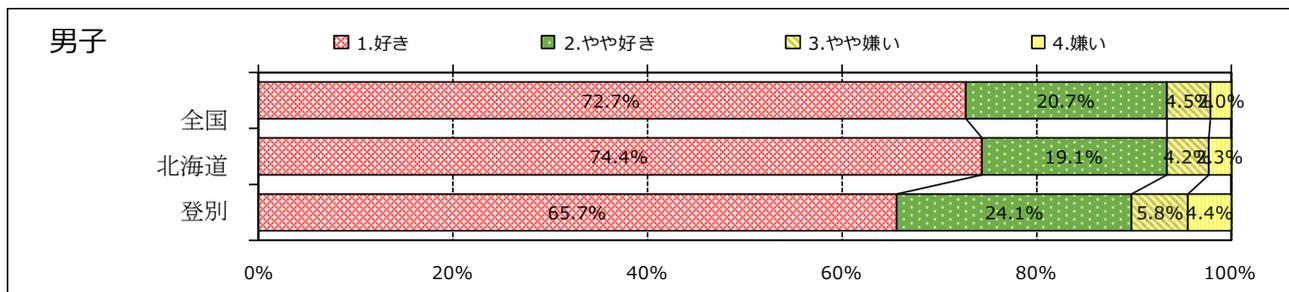
<考察と今後に向けて>

- 児童の筋パワーや筋持久力が低いことから、学校は、器械運動の学習で、登り棒や雲梯、短なわを使う全身運動を重点的に行う必要がある。
- 児童の疾走能力が低いことから、学校は、短距離走やリレーの授業で、素早く走り始めたり、上体をリラックスさせて全力で走ったりする運動を重点的に行う必要がある。その際、お手本となる走り方と自分の走り方の違いを映像で比較する等、タブレット端末を有効活用するほか、スモールステップで目標を設定し達成感を味わえるようにする取組が効果的である。
- 生徒の敏捷性が低いことから、学校は、ゆっくりした動きから素早い動き、弱い動きから強い動き、優しい動きから複雑な動きへと動き方を発展させる授業を計画的に行う必要がある。また、高めたい筋力を意図的に使う等、効果的に体力を高める必要がある。
- 生徒が得意を伸ばし不得意を改善するために、学校は、生徒自身が自分や仲間の課題を見つけ、どうすれば課題を克服できるのかについて、これまで学んできた知識や技能を活用し、動き方、動きの組み合わせ、運動への取り組み方等を工夫・改善する活動を授業に位置づける必要がある。
- 児童生徒一人ひとりの課題を改善するため、学校が個別の調査結果を保護者や本人と共有し、体力向上に向けた助言をすることが大切である。

IV-1 児童生徒質問調査の結果

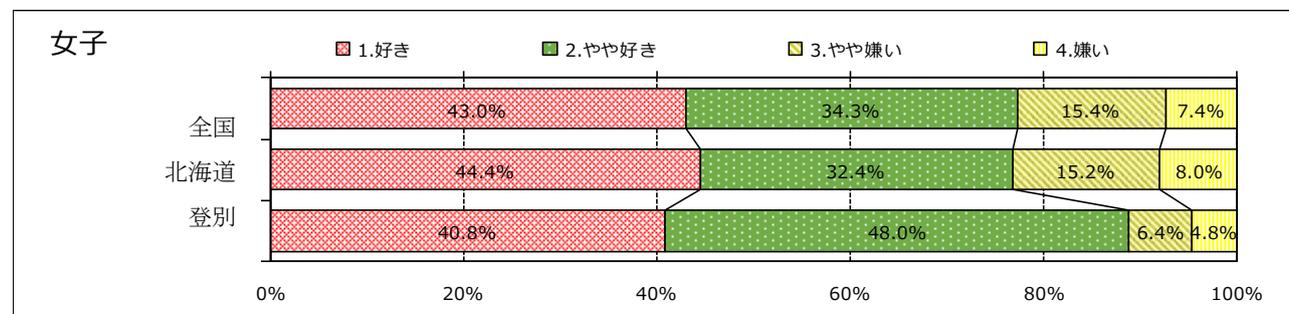
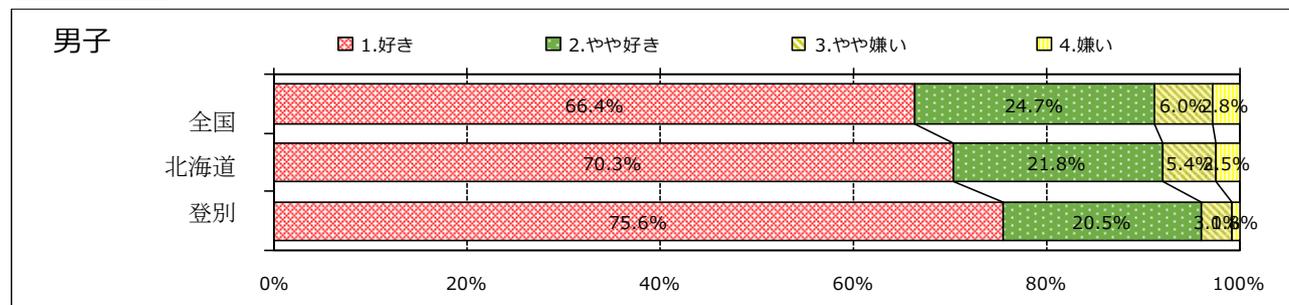
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。

小学校



○ 「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ある」と肯定的に回答した児童の割合は、男子は3.6ポイント全国平均を下回っているが、女子は1.5ポイント全国平均を上回っている。

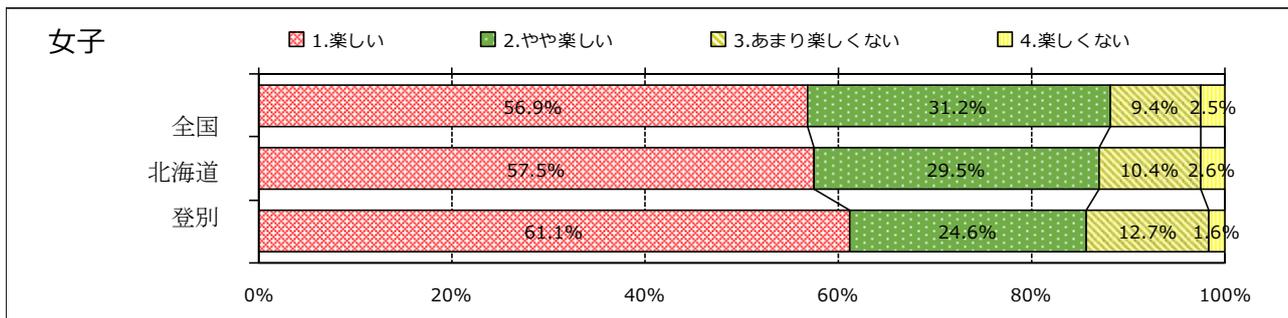
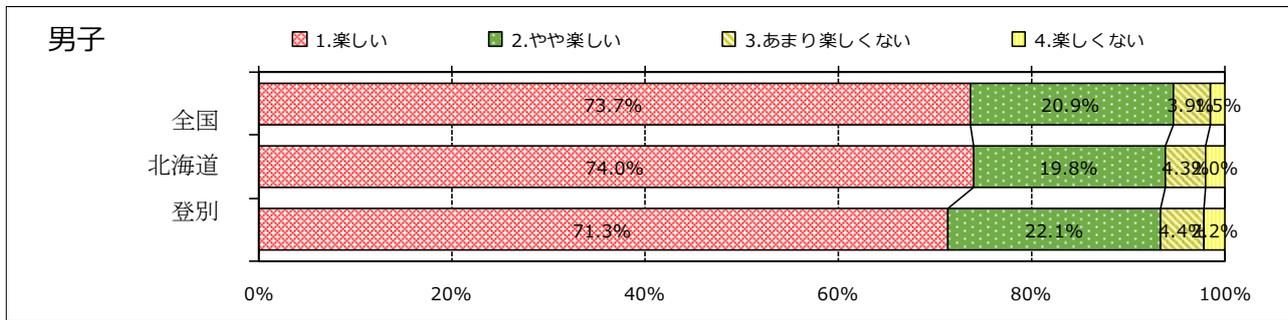
中学校



○ 「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ある」と肯定的に回答した生徒の割合は、男子は5ポイント、女子は11.5ポイント全国平均を上回っている。

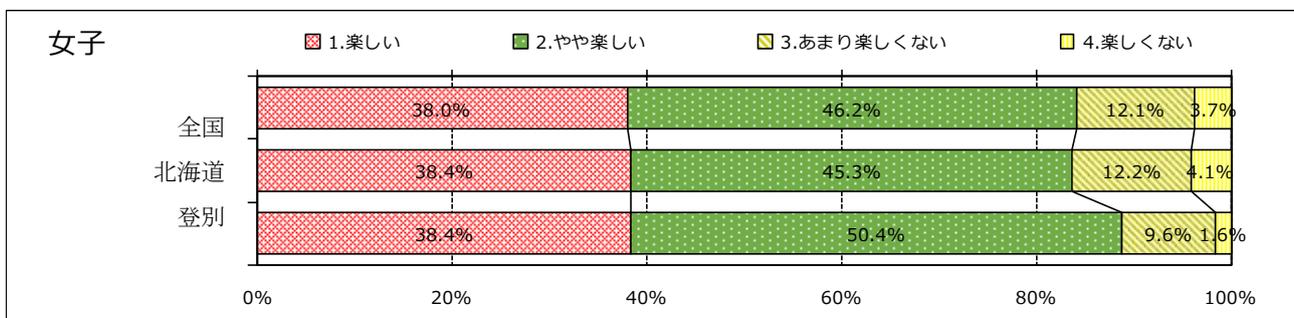
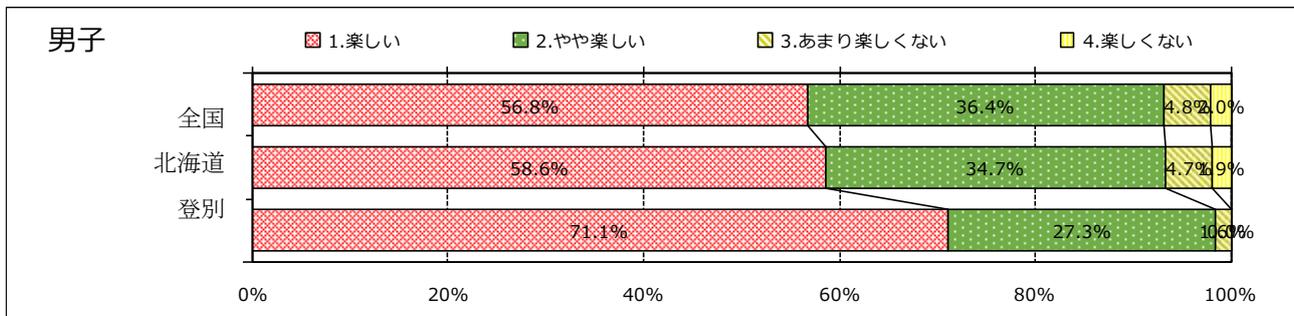
体育の授業は楽しいですか。

小学校



○ 「体育の授業が楽しい」と肯定的に回答した児童の割合は、男は1.2ポイント、女は2.4ポイント全国平均を下回っている。

中学校

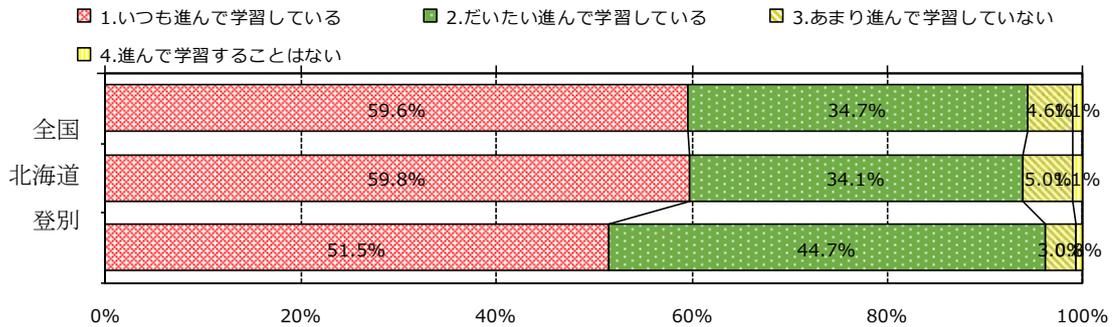


○ 「体育の授業が楽しい」と肯定的に回答した生徒の割合は、男子が5.2ポイント、女子が4.6ポイント全国平均を上回っている。

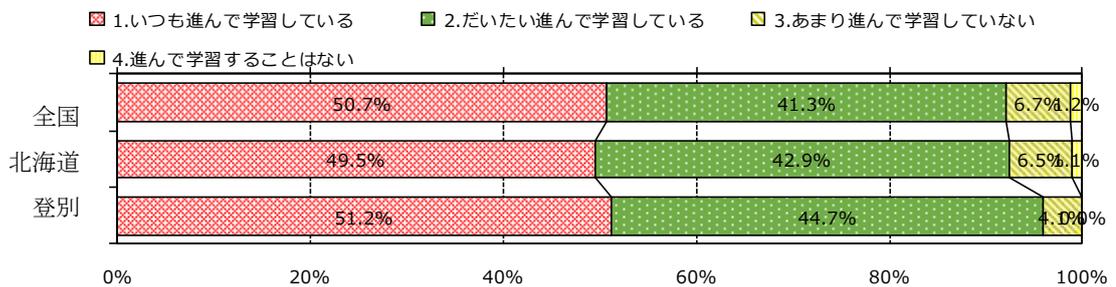
体育の授業では、進んで学習に参加していますか。

小学校

男子



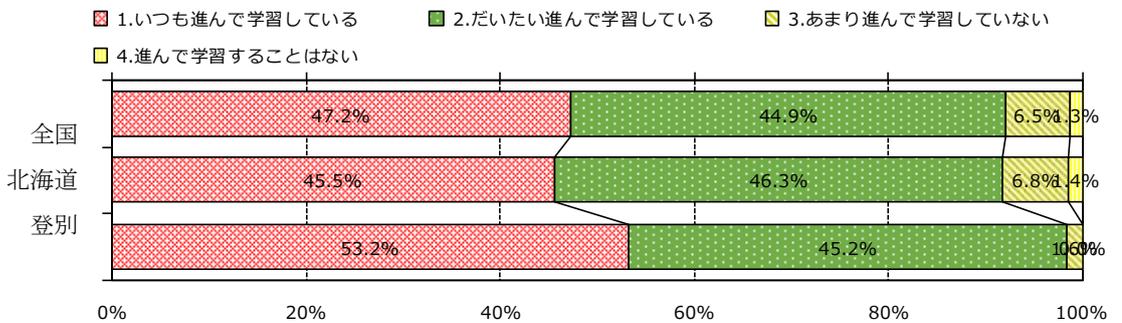
女子



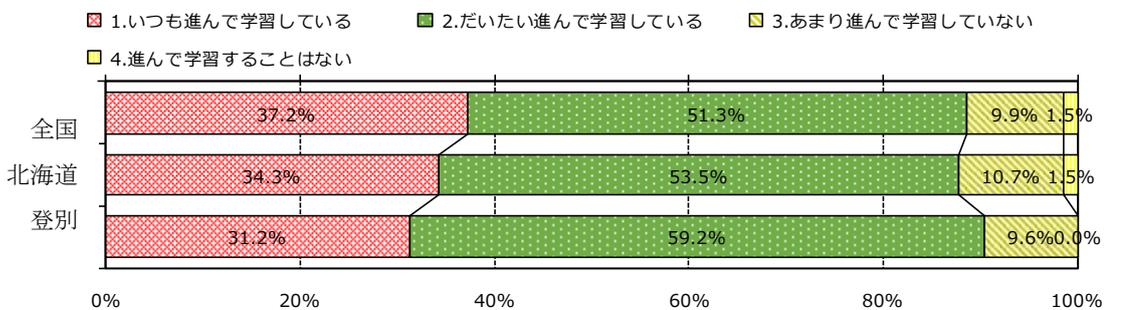
○ 「体育の授業では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答した児童の割合は、男子が 1.9 ポイント、女子が 3.9 ポイント全国平均を上回っている。

中学校

男子



女子

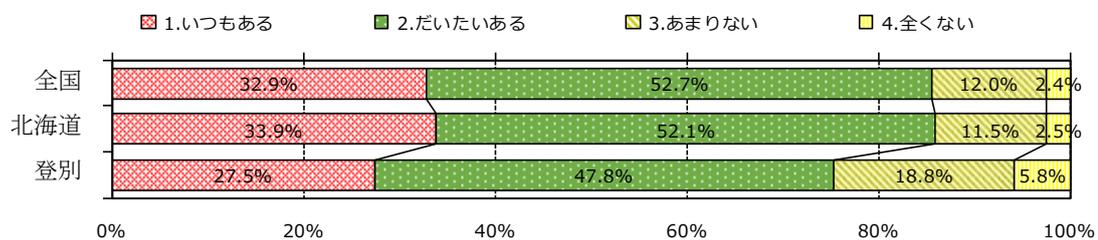


○ 「体育の授業では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答した生徒の割合は、男子が 6.3 ポイント、女子が 1.9 ポイント全国平均を上回っている。

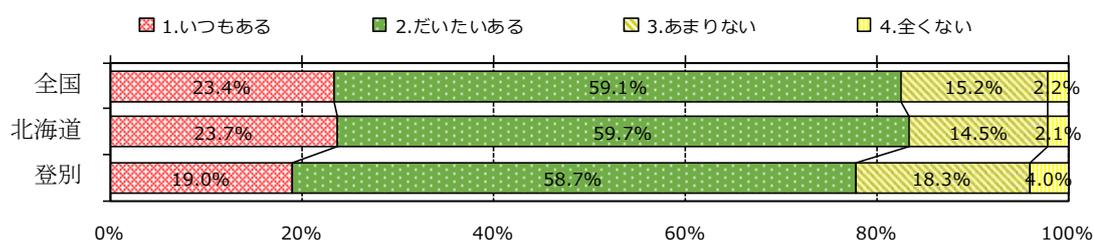
体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

小学校

男子



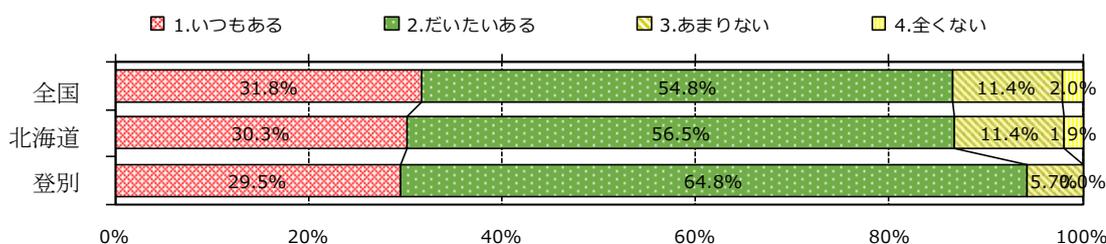
女子



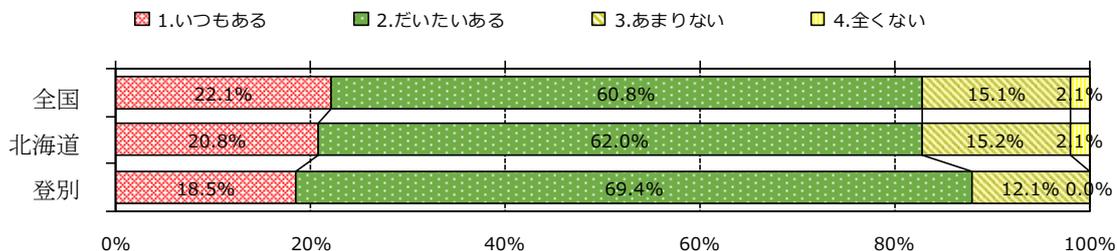
○ 「体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と肯定的に回答した児童の割合は、男子が10.3ポイント、女子が4.8ポイント全国平均を下回っている。

中学校

男子



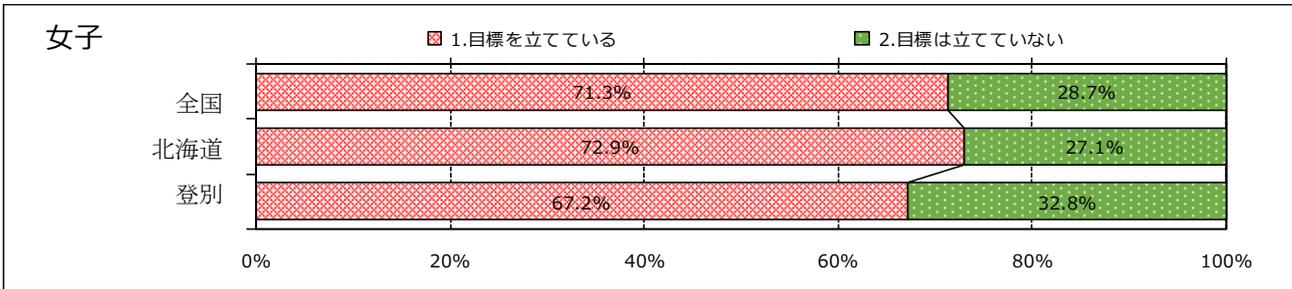
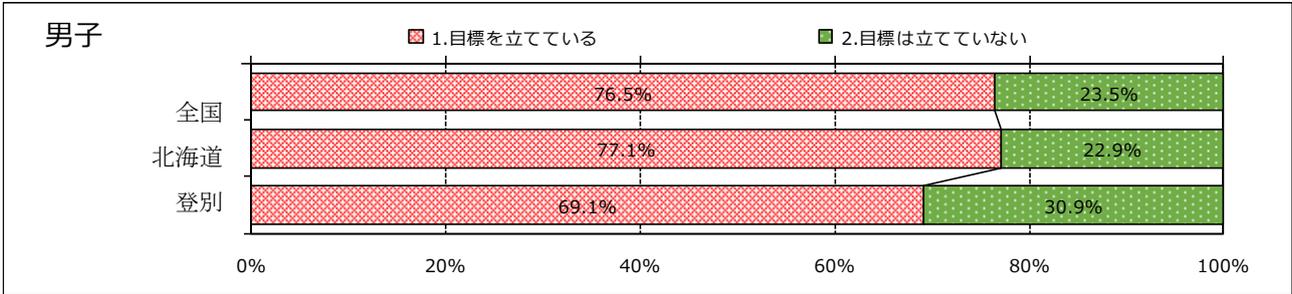
女子



○ 「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』することがある」と肯定的に回答した生徒の割合は、男子が7.7ポイント、女子が5ポイント全国平均を上回っている。

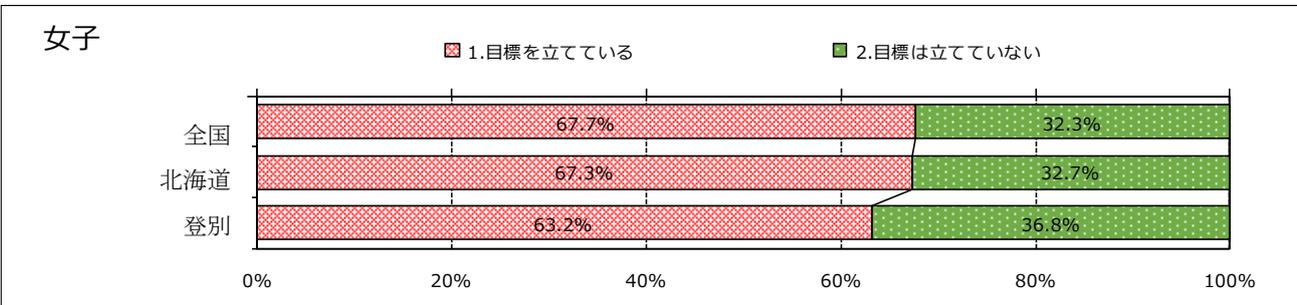
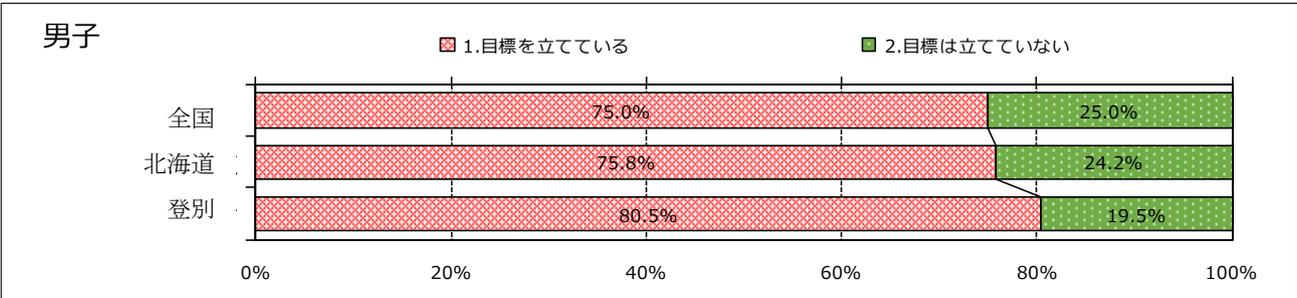
体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

小学校



○ 「体力テストの結果や体力・運動能力の向上」について、自分なりの目標を立てている」と肯定的に回答した児童の割合は、男子が7.4ポイント、女子が4.1ポイント全国平均を下回っている。

中学校

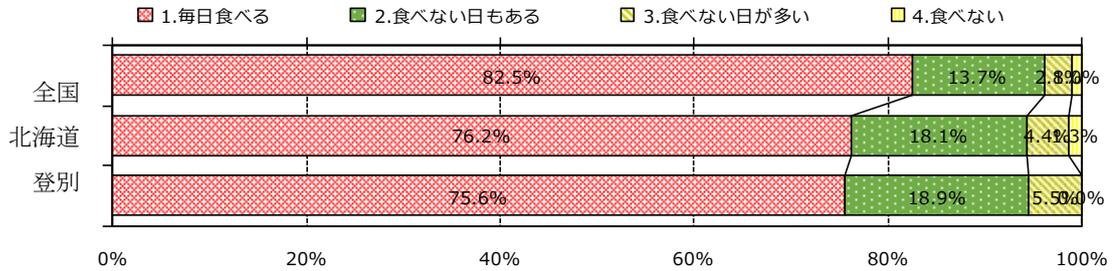


○ 「体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている」と肯定的に回答した生徒の割合は、男子が5.5ポイント全国平均を上回り、女子が4.5ポイント全国平均を下回っている。

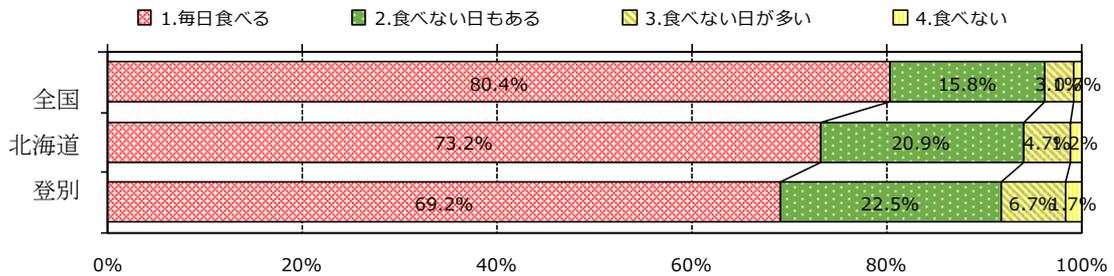
朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含む)

小学校

男子



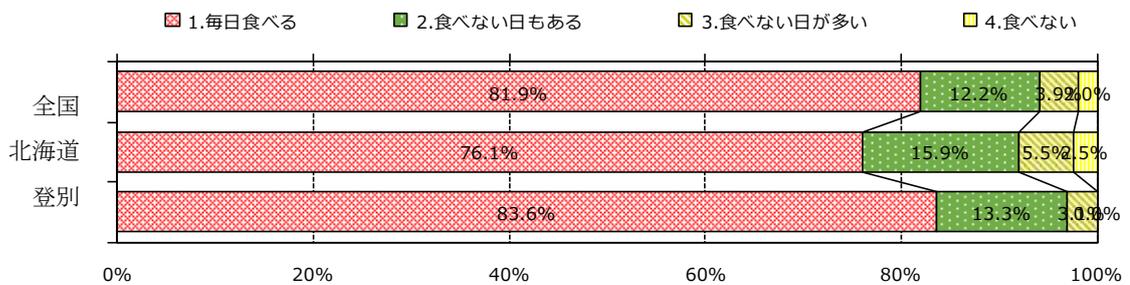
女子



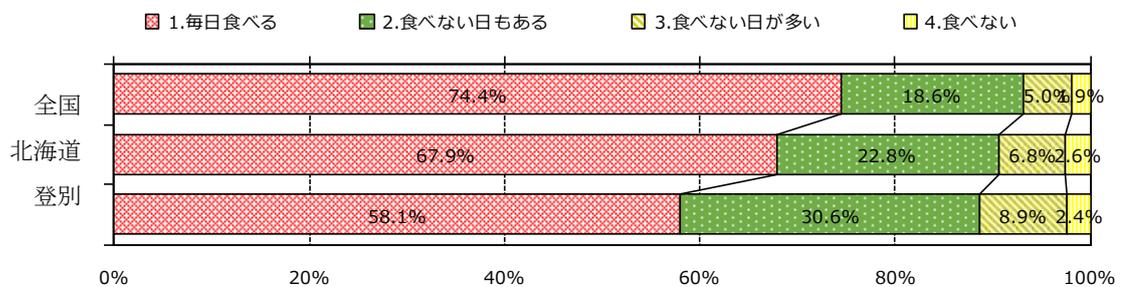
○ 「朝食を毎日食べる」と回答した児童の割合は、男子が6.9ポイント、女子が11.2ポイント全国平均を下回っている。

中学校

男子



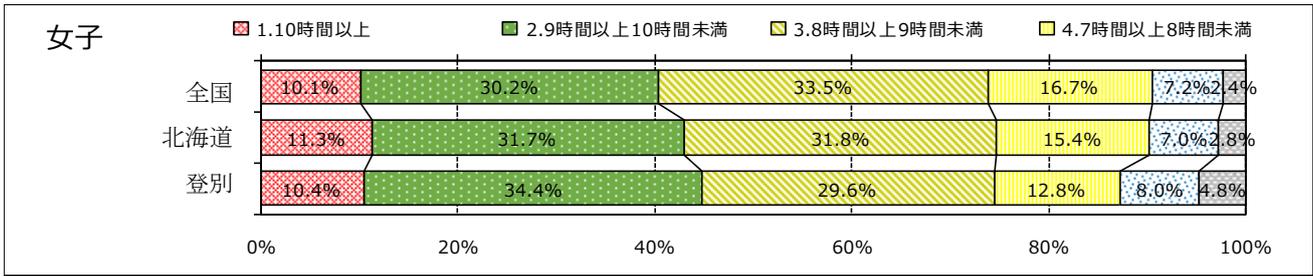
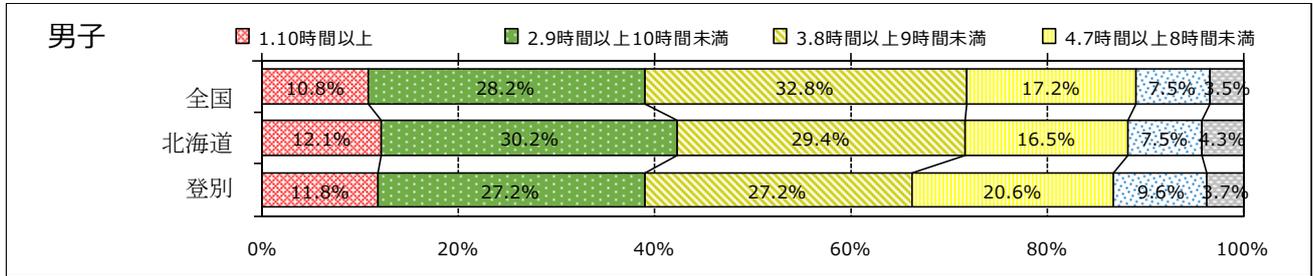
女子



○ 「朝食を毎日食べる」と回答した生徒の割合は、男子が1.7ポイント全国平均を上回り、女子が16.3ポイント全国平均を下回っている。

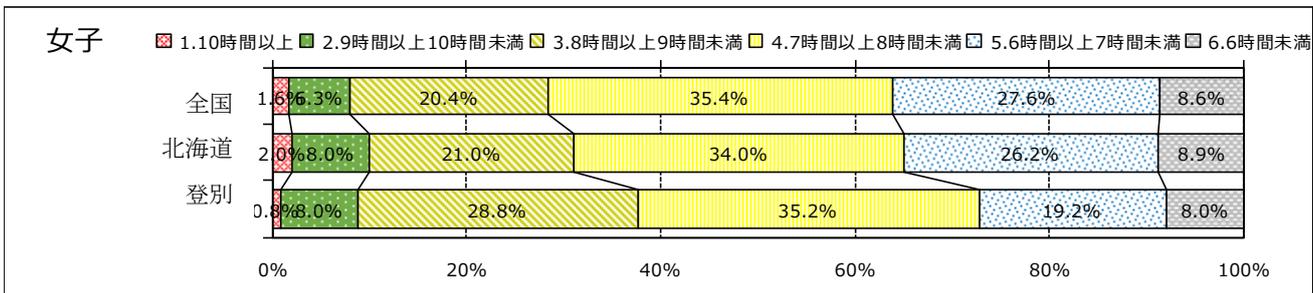
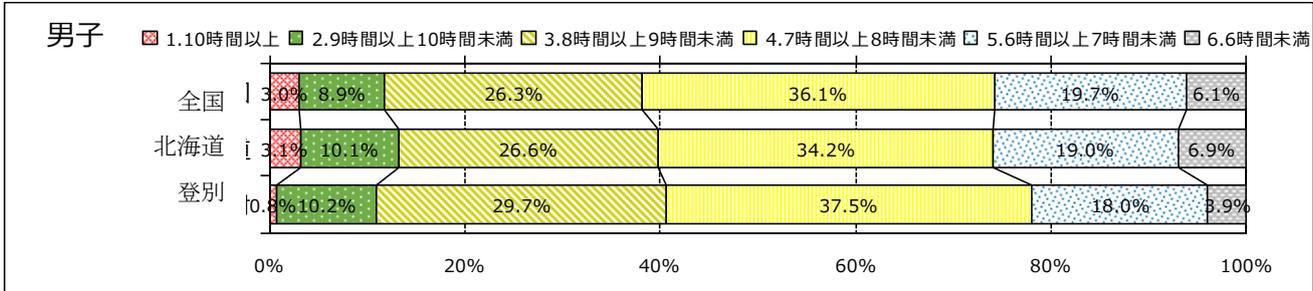
毎日どのくらい寝ていますか。

小学校



○ 「毎日9時間以上寝ている」と回答した児童の割合は、男子が全国平均とほぼ同程度であり、女子が4.5ポイント全国平均を上回っている。

中学校



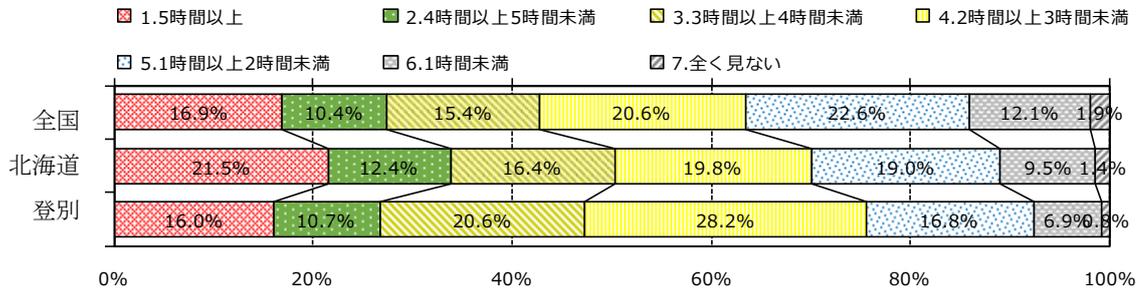
○ 「毎日8時間以上寝ている」と回答した生徒の割合は、男子が2.5ポイント、女子が9.3ポイント全国平均を上回っている。

※推奨睡眠時間：小学生9～12時間・中学生8～10時間（厚生労働省HP「健康づくりのための睡眠ガイド2023」参照）

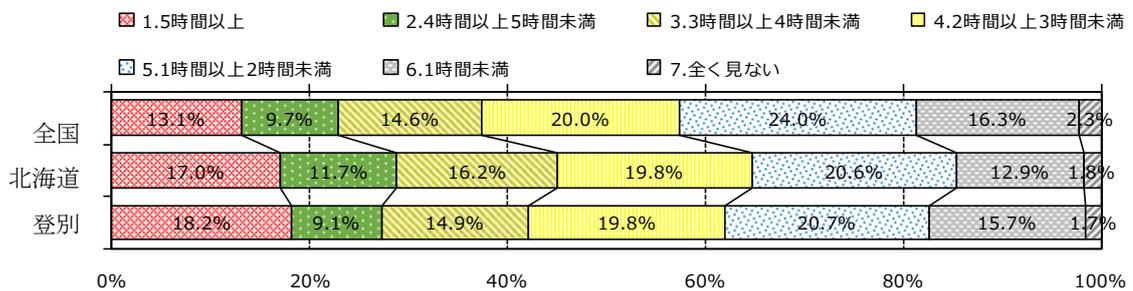
平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を見ていますか。

小学校

男子



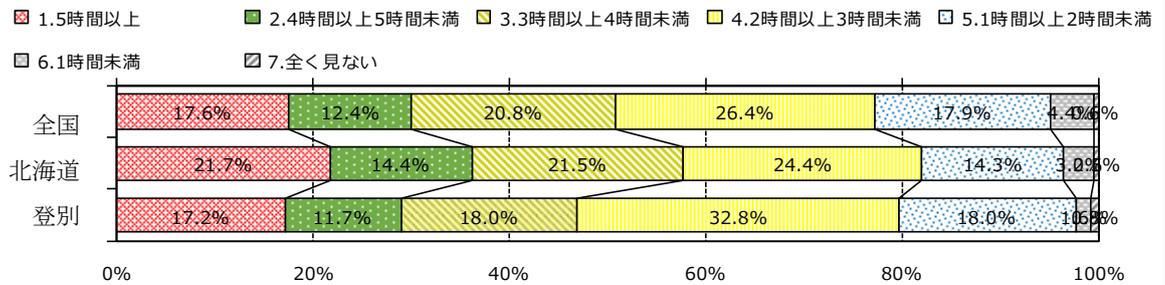
女子



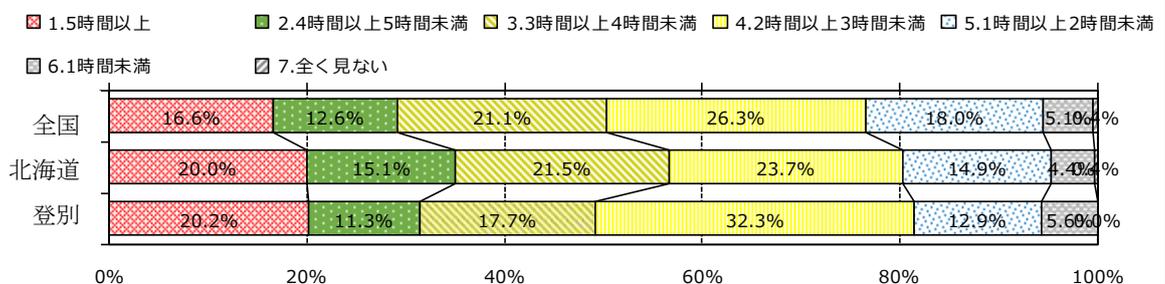
○ 「平日、学習以外で、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を1日2時間以上見ている」と回答した児童の割合は、男子が12.2ポイント、女子が4.6ポイント全国平均を上回っている。

中学校

男子



女子



○ 「平日、学習以外で、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を1日2時間以上見ている」と回答した生徒の割合は、男子が2.5ポイント、女子が4.9ポイント全国平均を上回っている。

<考察と今後に向けて>

- 「体育の授業が楽しい」と肯定的に回答した割合について、児童は全国平均を下回り、生徒は全国平均を上回っていることから、小学校の教員が中学校の体育の授業を参観し参考にする等、中学校区で連携して指導方法を研究することが有効である。
- 「体育の授業では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答した割合について、児童生徒とも全国平均を上回っていることから、意欲的に学習していることがうかがえる。この学習意欲が継続するよう、スモールステップの目標設定や成功体験を積み重ねる取組を通して、学習意欲が継続する指導を続けることが大切である。
- 「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』することがある」と肯定的に回答した割合について、児童は全国平均を下回っていることから、小学校の授業では、明確な目標設定とその達成を目指す活動を行い、児童が達成感を味わうことができるようにする必要がある。
- 「朝食を毎日食べる」と回答した割合について、男子生徒以外が全国平均を下回っており、特に女子児童生徒の割合が低いことから、規則正しい食習慣が身に付いていないことがうかがえる。このことから、学校は、朝食を食べた日と食べない日の体や心の状態の違いや、朝食で食べたもの（栄養）が体にどのようなメリットがあるのかについて指導する等、児童生徒自身が朝食の大切さについて自分事として捉え、栄養に関する知識の定着や改善意識を高める取組を継続する必要がある。また、生活習慣の改善は家庭の協力が不可欠であることから、家庭への働きかけを継続していく必要がある。
- 厚生労働省が推奨する小学生9時間以上、中学生8時間以上睡眠をとっている児童生徒の割合が全国平均を上回っているものの、その割合が全体的に低いことから、学校は、引き続き睡眠の大切さを指導していくことが大切である。
- 「平日、学習以外で、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を1日2時間以上見ている」と回答した児童生徒の割合が全国平均を上回っていることから、運動や学習時間が短くなっていることが懸念される。学校は、児童生徒や保護者に対し、長時間の画面視聴による体力、健康、学力への影響等についての情報発信や改善に向けた啓発を継続していく必要がある。

V 学校質問紙調査の結果

児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組（複数回答可）

小学校	1.授業改善に取り組んでいる	2.授業以外で、取組を行っている	3.家庭・保護者に対して働きかけを行っている	4.地域と連携して取組を行っている	5.運動時間が少ない児童に対して取組を行っている	6.特にしていない	7.その他
全国	91%	79%	35%	21%	19%	1%	1%
北海道	95%	82%	62%	39%	18%	0%	1%
登別	86%	86%	100%	57%	14%	0%	0%

中学校	1.授業改善に取り組んでいる	2.授業以外で、取組を行っている	3.家庭・保護者に対して働きかけを行っている	4.地域と連携して取組を行っている	5.運動時間が少ない児童に対して取組を行っている	6.特にしていない	7.その他
全国	97%	51%	18%	15%	16%	1%	1%
北海道	98%	64%	47%	31%	18%	0%	2%
登別	100%	60%	60%	0%	20%	0%	0%

○ 児童生徒が主体的に体力向上に取り組むために「授業改善に取り組んでいる」と回答した学校の割合について、小学校は5ポイント全国平均を下回り、中学校は3ポイント全国平均を上回っている。

教師が児童生徒の体力向上や体育授業の充実を図る取組（複数回答可）

小学校	1.研究授業、授業研究	2.校内研修	3.教育委員会開催の研修会	4.書籍やインターネットから情報取得	5.地域の運動・スポーツ指導者と連携	6.家庭と連携	7.特にしていない	8.その他
全国	45%	44%	57%	58%	28%	24%	2%	3%
北海道	51%	57%	40%	70%	44%	39%	0%	4%
登別	14%	43%	29%	71%	100%	71%	0%	0%

中学校	1.研究授業、授業研究	2.校内研修	3.教育委員会開催の研修会	4.書籍やインターネットから情報取得	5.地域の運動・スポーツ指導者と連携	6.家庭と連携	7.特にしていない	8.その他
全国	78%	39%	49%	61%	27%	13%	1%	1%
北海道	84%	58%	45%	76%	47%	29%	1%	2%
登別	80%	80%	60%	40%	20%	20%	0%	0%

○ 教師が児童生徒の体力向上や体育授業の充実を図るために、研究授業、授業研究に取り組んでいる割合について、小学校は31ポイント全国平均を下回っている一方、中学校は2ポイント上回っている。

体育の授業の目標を児童生徒に示す活動

小学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入っていない	4.全く取り入っていない
全国	52%	46%	1%	0%
北海道	69%	30%	0%	0%
登別	86%	14%	0%	0%

中学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入っていない	4.全く取り入っていない
全国	71%	28%	0%	0%
北海道	83%	17%	0%	0%
登別	80%	20%	0%	0%

- 体育の授業の目標を児童生徒に示す活動を「いつも取り入れている」と回答した学校の割合について、小学校は34ポイント、中学校は9ポイント全国平均を上回っている。

体育の授業を振り返る活動

小学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入っていない	4.全く取り入っていない
全国	39%	58%	3%	0%
北海道	56%	43%	1%	0%
登別	57%	43%	0%	0%

中学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入っていない	4.全く取り入っていない
全国	58%	41%	2%	0%
北海道	68%	31%	1%	0%
登別	60%	40%	0%	0%

- 体育の授業を振り返る活動を「いつも取り入れている」と回答した学校の割合について、小学校は18ポイント、中学校は2ポイント全国平均を上回っている。

児童生徒同士が助け合い、役割を果たす活動

小学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入れている	4.全く取り入っていない
全国	47%	52%	1%	0%
北海道	55%	44%	1%	0%
登別	71%	29%	0%	0%

中学校	1.いつも取り入れている	2.だいたい取り入れている	3.あまり取り入れている	4.全く取り入っていない
全国	54%	44%	1%	0%
北海道	64%	34%	2%	0%
登別	80%	20%	0%	0%

○ 児童生徒が助け合い役割を果たす活動を「いつも取り入れている」と回答した学校の割合について、小学校は24ポイント、中学校が26ポイント全国平均を上回っている。

児童生徒同士で話し合う活動

小学校	1.全ての学年で取り入れている	2.一部の学年で取り入れている	3.取り入っていない
全国	61%	38%	1%
北海道	80%	18%	2%
登別	100%	0%	0%

中学校	1.全ての学年で取り入れている	2.一部の学年で取り入れている	3.取り入っていない
全国	90%	8%	2%
北海道	93%	5%	2%
登別	100%	0%	0%

○ 児童生徒同士で話し合う活動を「いつも取り入れている」と回答した学校の割合について、小学校は39ポイント、中学校が10ポイント全国平均を上回っている。

体育の授業でのICT活用頻度

小学校	1.毎時間活用している	2.週に1時間程度活用している	3.月に1時間程度活用している	4.年に数時間程度活用している	5.ICTを活用していない
全国	5%	41%	34%	17%	2%
北海道	14%	54%	22%	9%	1%
登別	14%	57%	0%	29%	0%

中学校	1.毎時間活用している	2.週に1時間程度活用している	3.月に1時間程度活用している	4.年に数時間程度活用している	5.ICTを活用していない
全国	58%	41%	2%	0%	2%
北海道	68%	31%	1%	0%	1%
登別	60%	40%	0%	0%	0%

- 体育の授業でのICTを「毎時間活用している」と回答した学校の割合について、小学校は9ポイント、中学校は2ポイント全国平均を上回っている。一方、「年に数時間程度利用している」と回答した小学校は12ポイント全国平均を上回っている。

<考察と今後に向けて>

- 「教師が児童生徒の体力向上や体育の授業の充実を図る取組」について、小学校の「研究授業、研究授業に取り組んでいる」と回答した割合が全国平均を下回っていることから、小学校では、今回の調査結果を分析し、組織的な体力向上や体育授業の充実を図ることが大切である。
- 「児童生徒にいつも授業の目標を示している」と回答した割合が全国平均を上回っているが、児童質問調査の項目「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」と肯定的に回答した児童の割合が全国平均を下回っていることから、小学校では、わかりやすく具体的に達成可能な目標を提示し、児童が動きや技のポイントを理解したり、できるようになったことを実感したりする授業を推進する必要がある。
- 「体育の授業で振り返りを位置付けている」と回答した学校の割合が、全国平均を上回っている。このことから、児童生徒が自身の学習状況を客観的に把握し、今後の成長に繋がる学習が行われていることがうかがえる。よい学習活動なので、継続することが大切である。
- 「児童生徒が助け合い役割を果たす活動」や「児童生徒同士で話し合う活動」を位置づけていると回答した学校の割合が全国平均を上回っている。このことから、体育で仲間と協力し高め合う授業が行われていることがうかがえる。よい活動なので、継続することが大切である。
- 「体育の授業でのICTの活用頻度」について、学校間で差が見られる。どの場面でどのように活用することが効果的なのかについて、組織的な授業研究を行い、授業改善を図ることが大切である。