

# 平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

## 調査の概要

### 1 調査の目的

- 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 各教育委員会が自らの子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供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。
- 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、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などの改善に役立てる。

### 2 調査の対象及び内容

#### (1) 児童

##### ① 調査対象者

小学校、義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部の5年生全員

##### ② 調査内容

###### ア 実技に関する調査

〈テスト項目〉

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

〈項目別得点表及び総合評価基準表〉

別紙1

###### イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）

別紙2

#### (2) 生徒

##### ① 調査対象者

中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程及び特別支援学校中学部の2年生全員

##### ② 調査内容

###### ア 実技に関する調査

〈テスト項目〉

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

〈項目別得点表及び総合評価基準表〉

別紙3

イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等） 別紙4

(3) 学校

① 調査対象校

小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校及び小学部もしくは中学部を置く特別支援学校の全校

② 調査内容

質問紙調査（子供の体力の向上に係る学校の取組等） 別紙5-1、5-2

(4) 教育委員会

① 調査対象

全教育委員会

② 調査内容

質問紙調査（子供の体力の向上に係る施策等） 別紙6

3 調査の実施時期

平成29年4月～7月

4 調査の実施状況

(1) 児童生徒及び学校

	調査対象児童生徒数 (A) ※1	実施児童生徒数 (B)	実施率 (B/A)	調査対象校数 (C) ※2	実施校数 (D)	実施率 (D/C)
小学校	1,089,839	1,063,693	97.6%	20,417	20,137	98.6%
国立	6,610	6,435	97.4%	108	100	92.6%
公立	1,070,280	1,050,062	98.1%	20,122	19,889	98.8%
私立	12,949	7,196	55.6%	187	148	79.1%
中学校	1,122,613	1,022,561	91.1%	10,986	10,589	96.4%
国立	10,823	9,766	90.2%	114	102	89.5%
公立	1,031,519	961,769	93.2%	10,200	9,941	97.5%
私立	80,271	51,026	63.6%	672	546	81.3%

※1 国立及び公立は、本調査の実施に際し、国立大学法人及び地方公共団体から回答を得た児童生徒数、私立は、平成29年度学校基本調査に基づく児童生徒数による。

※2 本調査の実施に際し、国立大学法人及び地方公共団体から回答を得た学校数による。

(2) 教育委員会

	調査対象教育委員会 (E)	実施教育委員会 (F)	実施率 (F/E)
教育委員会	1,800	1,799	99.9%
都道府県	47	47	100.0%
指定都市	20	20	100.0%
市区町村・組合	1,733	1,732	99.9%

# 調査結果の概要

## 1 児童生徒の体力・運動能力の状況

### (1) 体力合計点の推移

- 平成29年度の小学校5年生及び中学校2年生（以下「児童生徒」）における体力合計点（各テスト項目に係る得点を合計した点数の平均値。以下同じ。）について、平成20年度の調査開始以降におけるの推移で比較してみると、小学校5年生、中学校2年生ともに男子は横ばい傾向、女子は向上傾向。なお、女子は平成20年度の本調査開始以降で最高値（図1）。【報告書P10、14】

〔図1〕体力合計点の推移

図1-1 小学校

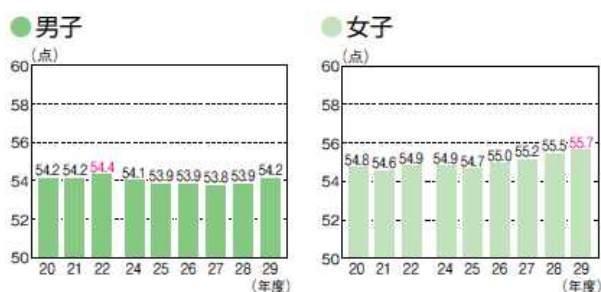
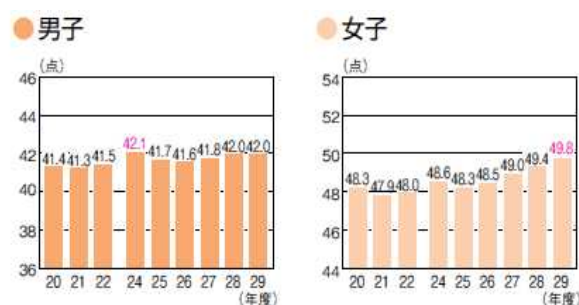


図1-2 中学校



### (2) 昭和60年度平均値との比較

- 昭和60年度の調査結果<sup>※1</sup>と比較できる各テスト項目<sup>※2</sup>について、昭和60年度の平均値以上の児童生徒の割合を調査したところ、小学校5年生の反復横とび及び中学校2年生男子の50m走を除き、児童生徒の半数以上が昭和60年度の平均値を下回っている（表1）。
- 特に、ボール投げについては、特に小学5年生の割合が低く、また、平成22年度以降においても、小学校5年生、中学校2年生のいずれも低下傾向（表1）。

※1 昭和39年度から実施している「体力・運動能力調査」では、児童生徒の各テスト項目の平均値は、昭和60年度頃の水準がピークとなっている。

（スポーツ基本計画においては、施策目標の一つとして「子供の体力水準を昭和60年頃の水準まで引き上げることを目指す」ことを掲げている。）

※2 握力

反復横とび（小学生のみ（中学生は、測定方法の変更により比較不可）

持久走（中学生のみ）

50m走

ボール投げ（小学生はソフトボール投げ、中学生はハンドボール投げ）、

[表1] 体力テスト項目別平均値と昭和60年度平均値以上の児童生徒の割合

表1-1 小学校5年生男子

小学校 男子	握力		反復横とび		50m走		ボール投げ	
	kg	%	回	%	秒	%	m	%
S60	18.35	-	39.46	-	9.05	-	29.94	-
H22	16.91	37.4	41.47	66.1	9.38	42.0	25.23	30.6
H24	16.71	35.2	41.59	66.5	9.36	42.8	23.77	24.3
H25	16.64	34.7	41.42	65.7	9.38	42.5	23.18	21.8
H26	16.55	33.9	41.61	66.7	9.38	42.8	22.89	20.5
H27	16.45	32.9	41.60	66.6	9.37	43.1	22.51	19.2
H28	16.47	33.0	41.97	68.6	9.38	43.2	22.41	19.1
H29	16.51	33.4	41.95	68.3	9.37	43.8	22.52	19.9

表1-2 小学校5年生女子

小学校 女子	握力		反復横とび		50m走		ボール投げ	
	kg	%	回	%	秒	%	m	%
S60年度	16.93	-	37.94	-	9.34	-	17.60	-
H22	16.37	46.2	39.18	62.8	9.65	40.3	14.55	25.9
H24	16.23	44.3	39.24	63.5	9.63	41.3	14.21	23.5
H25	16.14	43.7	39.07	62.1	9.64	41.3	13.92	21.5
H26	16.09	43.0	39.37	63.9	9.63	41.4	13.89	21.2
H27	16.05	42.6	39.56	65.0	9.62	42.5	13.76	20.5
H28	16.13	43.4	40.06	67.9	9.61	43.1	13.87	21.1
H29	16.12	43.3	40.06	67.8	9.60	43.4	13.93	21.5

表1-3 中学校2年生男子

中学校 男子	握力		持久走		50m走		ボール投げ	
	kg	%	秒	%	秒	%	m	%
S60年度	31.16	-	366.40	-	7.90	-	22.10	-
H22	29.70	40.0	397.36	35.2	8.05	51.1	21.18	46.9
H24	29.57	39.5	392.58	39.1	8.02	52.5	21.15	46.7
H25	29.21	37.4	394.63	37.8	8.04	51.7	20.96	45.3
H26	29.00	38.6	393.74	38.8	8.03	52.3	20.81	44.3
H27	28.91	38.2	393.42	39.2	8.01	53.7	20.61	42.8
H28	28.90	38.1	392.59	39.8	8.03	54.1	20.54	42.3
H29	28.88	38.0	392.30	40.2	8.00	54.7	20.51	42.1

表1-4 中学校2年生女子

中学校 女子	握力		持久走		50m走		ボール投げ	
	kg	%	秒	%	秒	%	m	%
S60年度	25.56	-	267.11	-	8.57	-	15.36	-
H22	23.86	38.0	295.67	27.8	8.90	38.9	13.20	31.8
H24	23.95	38.8	292.88	30.4	8.87	40.9	13.04	30.5
H25	23.74	37.2	293.23	30.1	8.88	40.6	12.90	29.2
H26	23.68	36.7	291.18	31.7	8.87	41.4	12.81	28.4
H27	23.65	36.6	290.60	32.3	8.84	43.0	12.77	28.2
H28	23.72	37.1	289.34	33.5	8.83	43.5	12.78	28.3
H29	23.78	37.6	288.06	34.5	8.81	45.0	12.88	29.1

## 2 児童生徒の運動時間と体力・運動能力

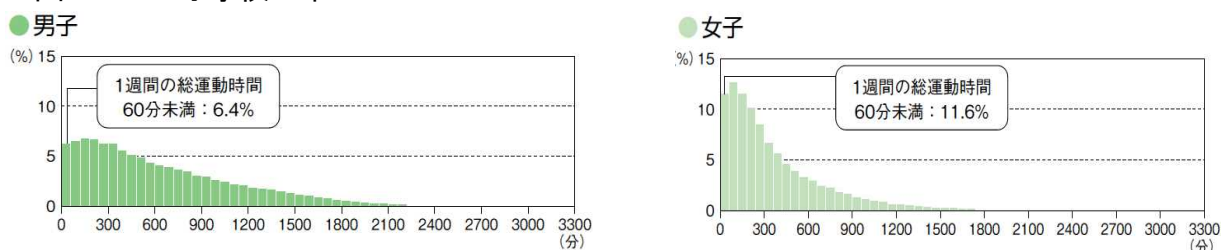
- 児童生徒の運動時間（体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間。以下同じ。）について、420分以上※<sup>3</sup>あるいは60分未満である児童生徒の割合は、小学校5年生よりも中学校2年生の方が高く、60分未満である児童生徒の割合は、男子よりも女子の方が高い（表2、図2）。【報告書P16～17】

[表2] 運動時間別児童生徒割合

運動時間 (分)	小学校5年生		中学校2年生	
	男子	女子	男子	女子
420分以上	56.4%	32.9%	84.8%	61.6%
60分以上420分未満	37.3%	55.5%	8.7%	19.0%
60分未満	6.4%	11.6%	6.5%	19.4%

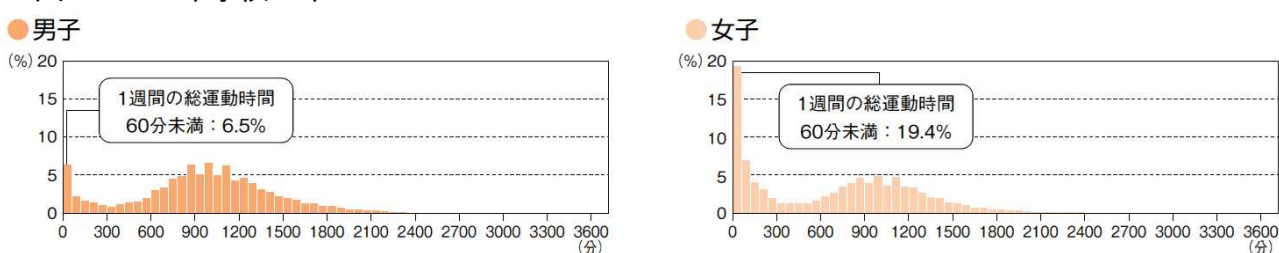
[図2] 運動時間別児童生徒割合

図2-1 小学校5年生



区分	分 0	300	600	900	1200	1500	1800	2100	2400	2700	3000
	-299	-599	-899	-1199	-1499	-1799	-2099	-2399	-2699	-2999	-3299
小5 男子	32.8207%	24.2702%	17.3822%	11.4040%	7.4762%	4.1405%	1.7231%	0.5829%	0.1599%	0.0353%	0.0049%
小5 女子	54.6572%	24.4938%	11.4040%	5.3426%	2.5130%	1.0828%	0.3682%	0.1060%	0.0285%	0.0039%	0.0002%

図2-2 中学校2年生



区分	分 0	300	600	900	1200	1500	1800	2100	2400	2700	3000	3300	3600
	-299	-599	-899	-1199	-1499	-1799	-2099	-2399	-2699	-2999	-3299	-3599	-3900
中2 男子	13.0940%	7.1862%	22.3872%	27.6196%	17.0352%	7.6947%	3.3947%	1.1756%	0.3043%	0.0863%	0.00182%	0.0035%	0.0004%
中2 女子	35.7058%	7.1781%	17.3187%	20.9773%	11.7819%	4.5247%	1.8047%	0.5415%	0.1261%	0.0313%	0.0080%	0.0019%	0.0002%

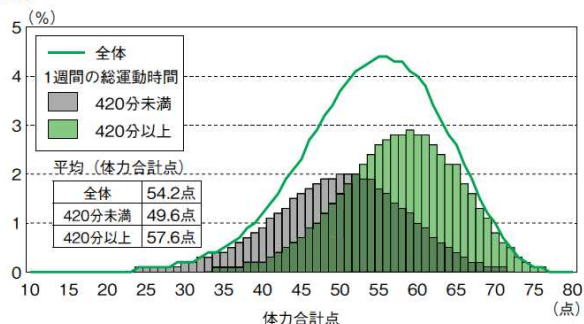
※3 世界保健機関(WHO)が2010年に刊行したGlobal Recommendations on Physical Activity for Healthにおいて、健康づくりのための身体活動の推奨レベルに掲げられた項目の一つに「5-17歳に分類される子供・未成年者は、1日当たり60分の中～高強度の身体活動を毎日行うこと」とされている。

- また、児童生徒の運動時間別に、体力合計点を比較してみると、運動時間が420分以上の児童生徒の体力合計点は、420分未満の児童生徒の体力合計点に比べて高い（図2）。【報告書 P16～17】

[図3] 児童生徒の運動時間別・体力合計点別分布

図3-1 小学校5年生

● 男子



● 女子

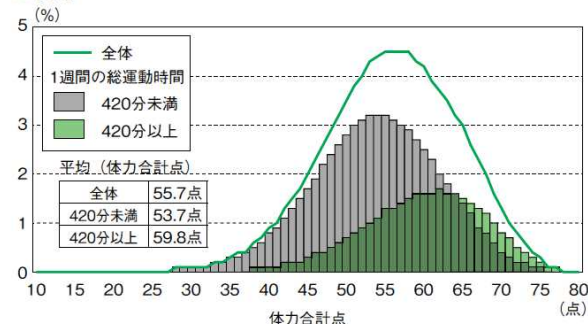
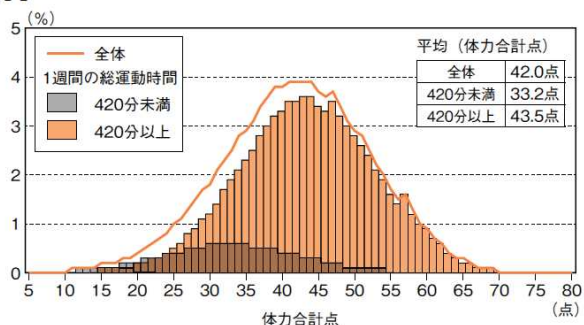
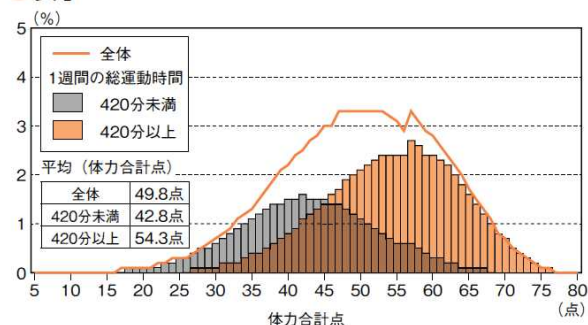


図3-2 中学校2年生

● 男子



● 女子



### 3 児童生徒の生活習慣と体力・運動能力

#### (1) 朝食の摂取状況

- 児童生徒の朝食摂取状況別に体力合計点を比較してみると、「毎日食べる」と回答した児童生徒の体力合計点は、「毎日食べない（食べない日もある＋食べない日が多い＋食べない）」と回答した児童生徒に比べて高い（図4）。【報告書 P29～30】

[図4] 児童生徒の朝食摂取状況別体力合計点

図4-1 小学校5年生

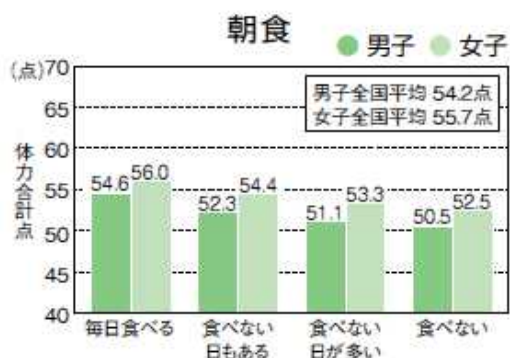


図4-2 中学校2年生



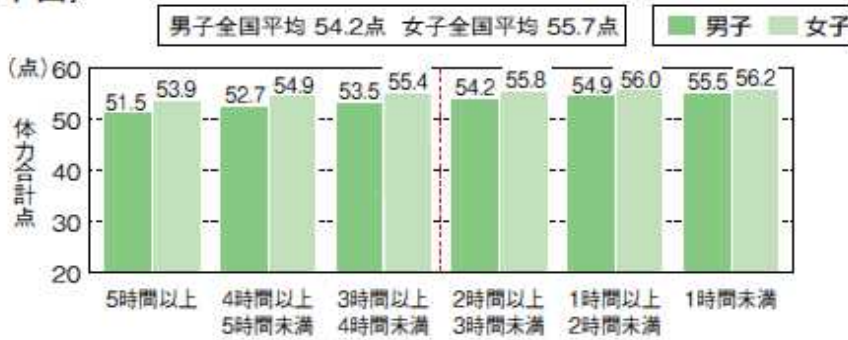
(2) テレビ等の視聴時間

- 児童生徒のテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等による映像の視聴時間別に体力合計点を比較してみると、平日1日当たりの映像視聴時間が3時間以上の児童生徒の体力合計点は、全国平均値よりも低い (図5)。【報告書 P31】

[図5] 映像視聴時間別体力合計点

図5-1 小学校5年生

<平日>



<土日>

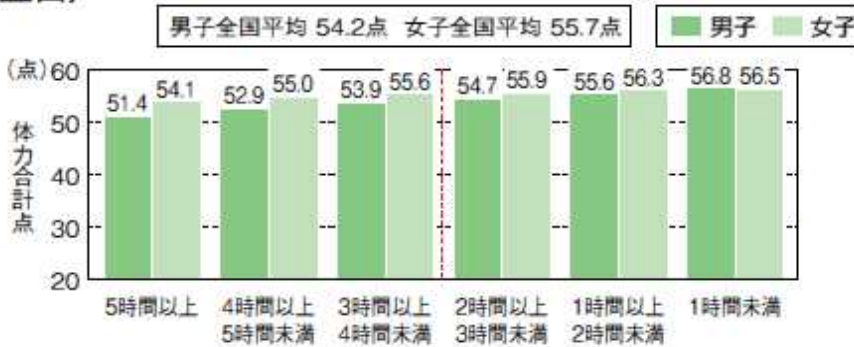
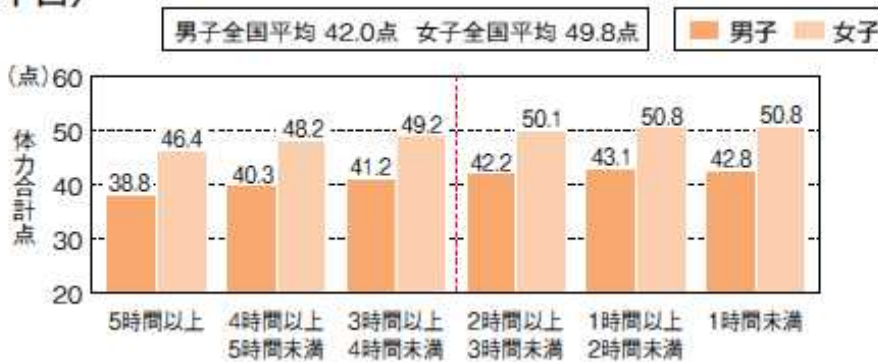


図5-2 中学校2年生

<平日>



<土日>

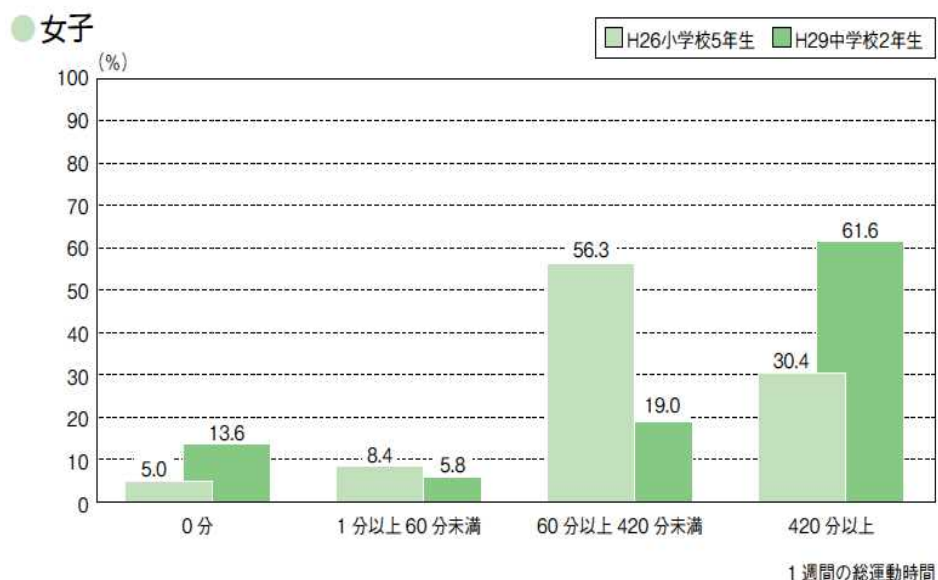
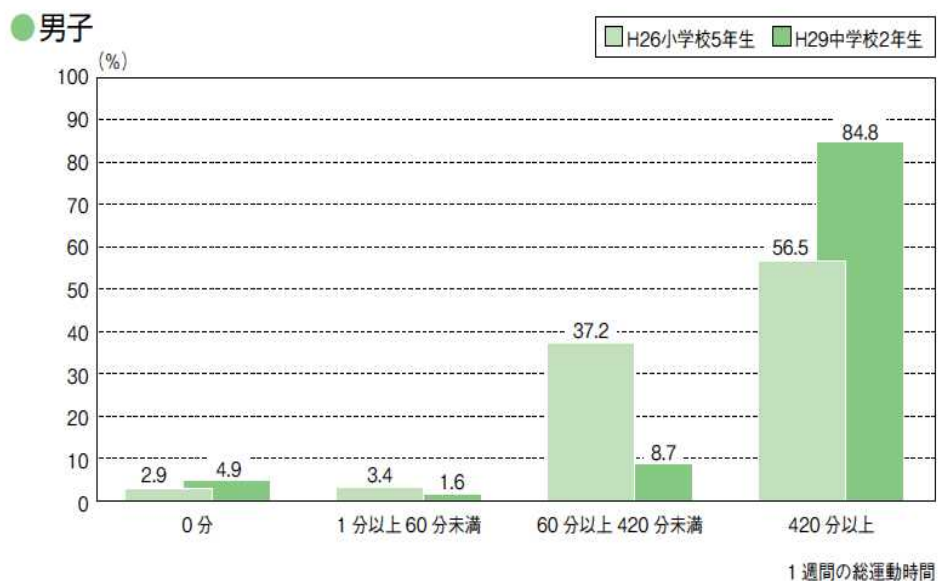


## 4 テーマ分析

### (1) 児童生徒の運動時間の変化

- 平成26年度調査及び本年度調査の結果を用いて、中学校2年生の小学校5年生当時と現在における運動時間の変化を比較したところ、小学校から中学校への進学に伴って、運動時間が増加する生徒と減少する生徒に二極化しており、女子は男子に比べて運動時間が減少する生徒の割合が高い（図6）。【報告書 P35】

[図6] 中学校2年生（平成26年度の小学校5年生）の運動時間の変化





(2) あまり運動をしない児童生徒の割合が減少している学校

- 平成26年度調査及び本年度調査について、学校ごとの運動時間が60分未満の児童生徒（以下「あまり運動しない児童生徒」）の割合によって、学校を3分類（割合の小さい順に30%を「上位グループ」、40%を「中位グループ」、30%を「下位グループ」とする。以下同じ。）し、児童生徒の運動・スポーツに対する意識、意欲、達成感などと比較したところ、平成26年度調査では下位グループに属し、本年度調査では上位グループに属する学校の児童生徒は、両調査年度とも下位グループに属する学校の児童生徒と比べて、本年度調査での運動・スポーツに対する意識、意欲、達成感などに関する質問に関し、最も肯定的な選択肢を選んだ割合が高い（表3）。【報告書P40】

[表3] あまり運動をしない児童生徒の割合別学校分類の変化（平成26年度・平成29年度）と当該児童生徒の運動・スポーツに対する意識等との比較

質問項目 丸数字は中学校質問番号 (回答選択肢)	運動をしない児童生徒の割合別学校分類の変化				
		小学校		中学校	
	H26 調査	下位グループ	下位グループ	下位グループ	下位グループ
	H29 調査	下位グループ	上位グループ	下位グループ	上位グループ
最も肯定的な選択肢（最左の選択肢）を回答した児童生徒の割合					
質問1 運動やスポーツが好き (好き・やや好き・やや嫌い・嫌い)	男子	69.8%	75.8%	59.0%	65.9%
	女子	51.8%	59.7%	43.6%	49.7%
質問3② 体力・運動能力に自信がある (ある・ややある・あまりない・ない)	男子	28.1%	30.2%	13.1%	14.1%
	女子	14.2%	17.0%	5.9%	7.0%
質問4③ 運動やスポーツが大切 (大切・やや大切・あまり大切でない・大切でない)	男子	66.4%	72.0%	57.7%	66.4%
	女子	53.3%	61.2%	44.9%	52.7%
質問31⑩ 物事を最後までやり遂げてうれしかった (あてはまる、ややあてはまる、どちらかといえばあてはまらない、あてはまらない)	男子	71.7%	74.7%	72.6%	75.2%
	女子	72.5%	77.0%	75.1%	77.5%
質問32⑪ 失敗を恐れなくて挑戦している (あてはまる、ややあてはまる、どちらかといえばあてはまらない、あてはまらない)	男子	43.8%	47.0%	36.5%	39.9%
	女子	35.2%	39.0%	26.7%	29.2%
質問33⑫ 自分には良いところがあると思う (あてはまる、ややあてはまる、どちらかといえばあてはまらない、あてはまらない)	男子	41.0%	43.9%	33.3%	35.5%
	女子	33.0%	37.5%	20.9%	22.6%

- 同様に、体育・保健体育の授業等の工夫・改善に関する取組状況と比較したところ、平成26年度調査では下位グループに属し、本年度調査では上位グループに属する学校の児童生徒は、両年度調査とも下位グループに属する学校に比べて、本年度調査での前年度調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善に関する取組を行っている割合が高い（表4）。

【報告書 P41】

[表4] あまり運動をしない児童生徒の割合別学校分類の変化（平成26年度・平成29年度）と体育・保健体育の授業等の工夫・改善に関する取組状況との比較

質問項目 (回答選択肢)	運動をしない児童生徒の割合別学校分類の変化				
	小学校		中学校		
	H26 調査	下位グループ	下位グループ	下位グループ	下位グループ
	H29 調査	下位グループ	上位グループ	下位グループ	上位グループ
	「行った」と回答した児童生徒の割合				
質問5 調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善 (行った・行う予定・特定の学年のみ行った・特定の学年のみ行う予定)	男子	49.3%	53.9%	57.9%	67.1%
	女子	49.7%	54.5%	57.3%	60.6%

(3) 走力、跳力及び投力が向上している学校

- 平成26年度調査及び本年度調査の結果を用いて、児童生徒の50m走、立ち幅及び及びソフトボール投げ(又はハンドボール投げ)の合計得点の平均値によって、学校を3分類(平均点の高い順に30%を「上位グループ」、40%を「中位グループ」、30%を「下位グループ」とする。以下同じ。)し、児童生徒の運動時間と比較したところ、平成26年度調査では下位グループに属し、本年度調査では上位グループに属する学校は、両調査年度とも下位グループに属する学校に比べて、運動時間が420分以上の児童生徒の割合が高く、60分未満の児童生徒の割合が低い（表5）。

【報告書 P61】

[表5] 走力、跳力及び投力の合計得点に係る平均点別学校分類の変化（平成26年度・平成29年度）と児童生徒の運動時間との比較

	児童生徒の走力、跳力及び投力の合計得点の平均点別学校分類の変化				
	小学校		中学校		
	H26 調査	下位グループ	下位グループ	下位グループ	下位グループ
	H29 調査	下位グループ	上位グループ	下位グループ	上位グループ
	児童生徒の運動時間別児童生徒の割合				
420分以上	男子	52.9%	60.5%	82.2%	86.4%
	女子	29.6%	36.3%	55.1%	64.5%
60分未満	男子	7.6%	5.3%	7.8%	5.5%
	女子	13.5%	9.5%	23.0%	16.8%

- 同様に、調査年度の前年度における体力・運動能力の向上のための目標（学年全体・学校全体）の設定状況と比較したところ、平成26年度調査では下位グループに属し、本年度調査では上位グループに属する学校は、両調査年度とも下位グループに属する学校に比べて体力・運動能力の向上のための目標を設定している割合が高い（表6）。

【報告書 P64】

[表6] 走力、跳力及び投力の合計得点の平均値別学校分類の変化（平成26年度・平成29年度）と調査年度の前年度における体力・運動能力の向上のための目標の設定状況との比較

調査年度の前年度における体力・運動能力の向上のための目標の設定状況	走力、跳力及び投力の合計得点の平均値別学校分類の変化				
		小 学 校		中 学 校	
	H26 調査	下位グループ	下位グループ	下位グループ	下位グループ
	H29 調査	下位グループ	上位グループ	下位グループ	上位グループ
	「設定していた」と回答した児童生徒の割合				
質問1 学年全体	男 子	54.2%	55.7%	58.7%	71.0%
	女 子	50.2%	61.8%	60.1%	69.1%
質問2 学校全体	男 子	63.1%	68.1%	51.7%	66.4%
	女 子	60.0%	69.7%	54.2%	61.2%

## 5 取組事例

### (1) 運動をしない児童生徒の割合が減少している学校

#### ア 小学校

チーム「学校」で運動を日常化する取組の充実

事例の  
ポイント

- 新体力テストの結果を生かした授業の工夫など
- 児童の計画による年間を通じた学級単位や異学年合同での外遊び
- 質の高い学習を目指した各運動領域のロードマップの作成
- 体育科授業の経験豊富な教師を中心とした組織的な体制の構築

#### 横浜市立神大寺小学校（神奈川県）

神大寺小学校では、新体力テストの分析結果を基に「体育・健康プラン」を策定し、体育の授業では、児童自らが体力の伸びを実感できる学習カードなどを活用する工夫を行っている。また、体育的活動として「大なわ集会」を企画し、休み時間などを利用して仲間とともに練習を行うことで運動の日常化を図っている。

教師の校内研修では、運動好きな児童を増やし、運動習慣の定着を図るための教材研究などを行っている。

#### 笛吹市立石和北小学校（山梨県）

石和北小学校では、休み時間などに外遊びを行い、児童がその楽しさを味わえるようにすることで運動の日常化につなげている。年間を通じて週1回行う「元気アップタイム」では、6年生を中心に計画を立て、学級単位や異学年合同で活動を行い、全児童が外遊びを楽しんでいる。また、学期ごとに「体力アップ週間」を設け、全学級で大なわ跳びを実施している。このほか、児童の生活習慣改善の取組と関連させた健康な体づくりも進めている。

#### 四日市市立三重北小学校（三重県）

三重北小学校では、体育の授業における質の高い学習を目指し、「運動のもつ本質的な面白さ」や「学習單元ごとに身に付ける力」を明確にするなど、学校全体で学習方法を共有して体系的な体育の授業が行えるよう、各運動領域のロードマップを作成している。また、児童が分からないことを率直に聞き合える関係を学びの基盤とし、児童が安心して活動できる学習環境づくりに努めている。

授業以外では、外遊び週間の設定や、委員会活動及び教師による運動遊び企画などを通じて、学校全体で運動の日常化を推進している。

#### 高知市立秦小学校（高知県）

秦小学校では、「運動好きな児童を増やすこと」を学校全体の目標に位置付け、目標を達成するため体育科の授業などについて、経験豊富な教師が将来中核となる教師を育てるとともに、全ての教師に体育科授業に関する情報提供を行い、理解を広げるなどの取組により学校全体が組織的に機能する体制を構築している。

学校の取組では、運動の日常化に向け、児童全員が無理なくいつでも参加できる「フィットネスタイム」を設定し、運動の楽しさや心地よさを味わうことができるようにしている。

## イ 中学校

「運動好き」な生徒を育てる取組で「二極化」の改善を図る

事例の  
ポイント

- 体力・運動能力に関する保護者の理解・協力と体育的行事への参加の奨励
- タブレット端末を活用したペア・グループでの学び合い
- 生徒の自主的な活動による運動意欲の向上
- 新体力テストの結果を活用したPDC Aサイクル

### 北斗市立上磯中学校（北海道）

上磯中学校では、校区が広いため保護者の車による送迎が非常に多かったが、本調査で明らかになった課題や体力の向上の取組を保護者に周知し、体力の向上を目指して徒歩での通学を奨励するなどの協力を呼び掛けている。

学校においては、授業や体育的行事の充実を図るほか、生徒が自分に合った運動に親しめるよう、市主催のラジオ体操やマラソン大会などの体育的行事への参加などを奨励している。

### 能代市立能代第二中学校（秋田県）

能代第二中学校では、授業の中で「運動嫌いな生徒」をつくらないため、「学習課題の確認」、「学びながら課題解決を図る場の設定」、「振り返りと次の授業における目標の設定」というサイクルを大切に授業を展開し、運動の特性に触れつつ、ペアやグループでの学び合いを多く取り入れながら楽しさを味わえる工夫をしている。学び合いでは、動きのポイントや課題を生徒が理解しやすいように図や写真を掲示したり、タブレット端末で互いを撮影して動きを確認させるなど、生徒の運動量を確保しつつ、生徒自らが課題解決のために教え合いながら学習している。

授業以外では、生徒の実態に合った「運動しやすい場」を設定し、運動が苦手な生徒も自主的に活動できるようにしている。

### 湯川村立湯川中学校（福島県）

湯川中学校では、授業や部活動において体力の重要性を伝えるとともに、希望者がランニングを中心とした朝の自主トレーニングを行い、支部の陸上大会などに参加するといった活動を行っている。

また、生徒会の主催により誰でも取組やすい種目でレクリエーション大会を計画し、休み時間に学級の仲間と協力しながら練習することで、達成感や運動への意欲を高める工夫を行っている。

### 豊前市立八屋中学校（福岡県）

八屋中学校では、様々な教育活動の基盤として、4月の授業で集団行動を通じた学習規律の定着を図ることで、何事にも真剣に取り組む生徒が育っている。

また、新体力テストの実施に当たっては、昨年度の様々な数値（自分、先輩、福岡県の平均値など）を目安に、一人一人が目標を持って臨むとともに、学級・学年としての目標を達成する雰囲気づくりに努めている。テストの実施後は、結果を分析して授業に生かすため、各学年の平均値と全国平均値の比較表を掲示するとともに、PDC Aサイクルを大切にすため、12月に再度テストを行って取組の成果を確認している。

## (2) 走力・跳力・投力が向上している学校

### ア 小学校

調査結果の活用と、家庭や地域との連携により学校全体で取組を推進する

事例の  
ポイント

- 体育振興会によるクラブ活動の指導
- 全身を使って運動する感覚を学び、走跳投につながる基本的動作を習得
- 学校、学年、児童の目標を設定し、年間を通じた運動時間を確保
- 児童と教師が先を見通し継続的に体力の向上の取組を行うように見直す

#### 仙台市立八幡小学校（宮城県）

八幡小学校では、児童が自ら運動し、健康で安全に過ごすための取組を学校・家庭・地域が連携して行っている。学校では、各学年の学習カードを蓄積する体育ファイルの活用のほか、休み時間や放課後に運動時間を確保し、施設・用具を充実させ、運動の日常化を図っている。また、教師が指導法などを学び合う校内研修の実施により、体育授業の充実を図っている。

家庭・地域との連携では、体育だよりなどで家庭・地域に情報を発信し、体育振興会によるクラブ活動における指導などの協力を得ている。

#### 燕市立吉田北小学校（新潟県）

吉田北小学校では、年間の体育の授業や縦割り班活動になわ跳びを取り入れ、仲間と協力して目標を達成する喜びを味わえるよう、児童の運動に対する達成感や肯定感を高め、運動習慣を改善する取組を行っている。また、市が取り組む運動遊びプログラムを実施し、全身を使って運動する感覚を学び、走跳投につながる基本的動作の習得に役立てている。

生活習慣の改善に向けて、家庭の協力を得て「早寝」などに努めている。

#### 豊橋市立津田小学校（愛知県）

津田小学校では、学校全体で体育での重点課題や、各学年の目標を設定し、確実な技能の定着を図るとともに、児童の運動への意欲を高めるため、学年の目標を基に児童一人一人の目標を設定し、年間を通じて運動時間を確保して基本的な運動を組み込んだ「津田っ子体操」や長なわ跳びなどで運動に親しむ場をつくり、休み時間の様々な外遊びの推進や部活動の充実により達成に向けた取組をしている。

#### 広島市立井口明神小学校（広島県）

井口明神小学校では、学校全体で年間を通じて定期的に「体力アップ週間」「ロング昼休憩」、「保健朝会」を実施し、児童と教師が先を見通して継続的に体力の向上の取組を行うように見直した。

また、児童が主体的に運動に取り組めるよう、「異学年交流」においては、新体力テストに向けて、上級生が下級生に手本を見せたり、コツを教えたりすることで、児童の意欲の向上を図っている。

## イ 中学校

他者との交流、地域との連携、自己との対話を通して運動の日常化を実現する

事例の  
ポイント

- 「保体ノート」に授業の振り返りを記録し、自己との関連を意識付け
- 発育・発達段階の成長を見通したカリキュラム構成
- ルーブリックを作成して到達目標を生徒と設定し、学習ノートに記録
- 地域住民との協働や運営面の活動を設けて、「スポーツを創り上げる」

### 奥州市立江刺南中学校（岩手県）

江刺南中学校では、地域の特徴から通学はスクールバスか自家用車の利用が多いが、地域と家庭の理解を得て降車場を坂道の下にしたことで、生徒は毎日250mの坂道を登って登校するなど、日常的な取組の中で体力の向上を実現している。

体育の授業では、大半の運動領域で男女共習により、親和的な雰囲気とともに学び合う形が展開されている。また、継続的に「保体ノート」に授業の振り返りを記録することで、学習内容を連続したものとして定着させ、自己との関連を意識付けを行っている。このほか、上級生は複数年度の新体力テストの結果を1枚の用紙に記録し、自身の成長を実感できる工夫をしている。

### 伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校（群馬県）

四ツ葉学園中等教育学校では、中等教育学校の特徴を生かし、6年間での発育・発達段階の成長を見通したカリキュラム構成で計画的な学習や行事が展開されている。

授業では、導入で補強運動を継続的に行い、スモールステップで学べる工夫をすることで、運動への意識を高めている。また、基礎・基本を身に付けるだけでなく、競争や遊びを取り入れ、学び合いの場面を設定しながら学習の充実を図っている。

### 紀の川市立荒川中学校（和歌山県）

荒川中学校では、学校生活を通じて運動習慣の定着を図る取組を実施している。体育の授業開始前にはランニングを含む準備運動を習慣化するとともに、授業においては、基礎体力の向上と運動経験の充実を図りながら、スポーツへの関わり方を学ぶことで運動への意欲を高めている。また、学習單元ごとにルーブリックを作成して、生徒と相談しながら到達目標を設定し、学習ノートに記録できるようにすることにより、生徒が主体的に運動に参加することを促している。

このほか、休み時間に運動できる機会の確保や、体育的行事での異学年交流、保護者の参加など、他者と関わり合いながら運動に親しむ土壌ができています。

### 倉敷市立庄中学校（岡山県）

庄中学校では、授業の技術習得学習においてスモールステップを設定し、習熟度別に課題を明確にし、毎時間の振り返りを学習カードに記録して、自身の達成度を実感できるようにする工夫を行っている。また、仲間とともに運動する中での教え合いを通して、生徒の意欲の向上を図っている。

体育的行事では、縦割りのチームをつくり、異学年交流を取り入れているほか、地域住民と協働する場面や、運動だけでなく運営面にも関わる活動を設けて、「スポーツを創り上げる」ことを通じて運動好きな生徒を育てている。

### (3) 継続的な取組で、運動時間や体力の向上において成果が見られる教育委員会

教育委員会が取り組む、地域の実情を踏まえた体力の向上の施策

事例の  
ポイント

- 県独自の体力調査の分析結果に基づき、課題解決に向けた取組を実施
- 体育の授業の充実などを目指し、希望する小学校に講師・指導者を派遣
- 1分間程度で行える運動の例示集を全家庭に配付し働きかけ
- 園児から小学校2年生までを対象とした運動と遊びのプログラムを普及
- 年度初めに体育主任会を開催し、各学校の取組などの情報交換を密に行う

#### 広島県教育委員会

運動が苦手な子供や運動時間の短い子供の運動習慣の確立と運動の技能の習得の課題解決に向けて、各学校においては、県が作成した集計ソフトを利用して必要なデータを算出し、「体力づくり改善計画」に基づき、課題解決に取り組む計画を立てている。

また、平成23年度から実施している県独自の体力・運動能力調査について、毎年11月に公表される速報値を利用し、年度後期における体力の向上の取組を充実させている。

広島県教育委員会では、「小中学校体力づくり推進リーダー研修会」、全児童対象の「走り方」教室、「体力の向上の表彰」といった事業を行い、各学校の取組を支えている。

#### 香川県教育委員会

平成26年度の本調査において、小・中学校男女ともに運動習慣が二極化傾向であったことから、各学校は、児童生徒の実態を正確に把握し、実態に即した「体力向上プラン」を立てて、全教師が児童生徒一人一人の体力の現状を知り、課題解決の方法を学びながら取り組んだ。

香川県教育委員会では、体育の授業の充実及び保護者・地域に対する啓発活動の活性化を目指し、希望する小学校に講師・指導者を派遣し、器械運動や公開授業での指導・助言、親子を対象とした講演などを行った。また、小学校を対象とした「讃岐っ子パワーみんなでチャレンジ」の取組では、子供たちが様々な運動遊びに取り組み、力を合わせて記録に挑戦する活動により、学校生活における運動量の増加を図っている。

#### 長野市教育委員会（長野県）

学年が上がるとともに児童生徒の「遊び」が「運動」に変わる中で「運動離れ」が進み、体力の低下につながっていることが課題であることから、年中の園児から小学校2年生までの児童を対象とした「しなのき わくわく運動遊び」を考案し、運動と遊びのプログラムを普及させている。遊びが自然と運動につながるような構成により、子供たちは楽しく自ら進んで取り組むようになってきている。また、教師の指導力の向上や、学校の中庭にバトンスローを整備したりするなど、運動場所や設備の設置・整備にも取り組み、子供たちが運動をしたくなる環境づくりを進めている。



### 品川区教育委員会（東京都）

小学校低学年から学年が上がるにつれて運動の好き嫌いがはっきりと分かれることや、1週間の総運動時間が30分未満の児童の割合が高いこと、また、中学校では運動が不得意だと感じている生徒の方が多いことが課題であったため、各学校では、学校の経営方針に体力の向上を明確に位置付け、運動の日常化を目指して学校全体で取り組む「スポーツトライアル」（手軽に行うことができる運動）や「テクニカルアドバイザー」（専門的知識・技能を有した指導員）を活用して体力の向上を推進している。

品川区教育委員会では、家庭への働きかけとして、「ワンミニッツエクササイズ」（1分間程度で行える運動例を集めたもの）を全児童生徒の家庭に配付している。

### 大泉町教育委員会（群馬県）

域内の学校は小学校と中学校を合わせて7校であるため、学校の状況を把握しやすく、学校と連携しやすい環境にあり、年度初めに小・中合同の体育主任会を開催して、各学校の取組を確認するなど、情報交換を密に行っている。

運動が得意な児童生徒と苦手な児童生徒の二極化が見られ、体力の向上を図る取組の効果が全児童生徒に及ばないことが課題であることから、各学校では、「体力向上プラン」に基づき、小・中学校共通の取組として、児童生徒が運動の楽しさを感じる点を重視しながら、現状と課題を明確にして授業の改善を図るとともに、児童生徒が先の見通しをもち、振り返りを必ず行う授業を展開している。これにより自ら課題の解決に取り組む児童生徒が増えている。