

令和6年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査

石狩市集計結果



市内小学校体育授業から

令和7年3月

石狩市教育委員会 学校教育部

はじめに

本調査は、全国的な子どもの体力の状況を把握し分析することにより、子どもの体力向上に係る方策の改善を図るために基本的に毎年実施されています。市内全小中学校で実技・質問紙等による調査を実施し、スポーツ庁が結果を集計、石狩市教育委員会が分析を行いました。
 以下は、今年度の本市の結果をまとめています。

■ 石狩市結果の概要 ■

＜児童生徒の体格＞ 全国平均との比較						△ は全国平均より高い
						▼ は全国平均より低い
		身長(cm)及び全国比		体重(kg)及び全国比		
小学校	男子	140.53	△1.00	36.70	△1.54	
	女子	141.15	△0.19	35.99	△1.07	
中学校	男子	163.08	△1.79	52.48	△2.38	
	女子	155.46	△0.43	47.44	△0.67	

＜肥満傾向・痩身傾向の出現率＞ 全国平均との比較						△ は全国平均より高い
						▼ は全国平均より低い
		肥満傾向(%)及び全国比		痩身傾向(%)及び全国比		
小学校	男子	18.6	△5.3	2.5	▼0.4	
	女子	15.5	△5.8	1.8	▼1.3	
中学校	男子	11.8	△1.7	4.1	△0.6	
	女子	10.8	△3.9	5.9	△1.5	

＜体力合計点及び種目別の結果＞							△は全国平均より高い ▼は全国平均より低い
		体力合計点	全国平均を上回った種目			計	
小学校	男子	市53.35	握力	上体起こし	長座体前屈	7種目	
		国52.53	反復横とび	20mシャトルラン	立ち幅とび		
		△0.82	ソフトボール投げ				
	女子	市53.30	握力	長座体前屈	反復横とび	4種目	
		国53.92	ソフトボール投げ				
		▼0.62					
中学校	男子	市41.88	握力	上体起こし	反復横とび	5種目	
		国41.86	20mシャトルラン	立ち幅とび			
		△0.02					
	女子	市45.79	握力	持久走		2種目	
		国47.37					
		▼1.58					

本調査では、児童生徒質問紙調査において「家庭での生活習慣の状況」等の項目について、また学校質問紙において「体力・運動能力向上に向けた取組」等の項目についての調査が実施されています。その結果、児童生徒の「運動やスポーツに対する関心・意欲は高い傾向にある」こと、一方「平日、学習以外でテレビやDVDなどの画面を3時間以上見る割合は、男女とも全国平均を上回っている」ことが分かりました。結果の詳細については、後段のページに記載されています。

石狩市教育委員会は、本調査で明らかになった実技種目や運動習慣等の課題解決のため、今後も各学校独自の「1校1プラン」の積極的な推進や望ましい生活習慣・運動習慣の形成、地域の教育力を活用した体育授業及び体育的活動の充実を図る等の施策を進めてまいります。

子ども達の体力向上を図るには、市民の皆様と成果と課題等を共有し、学校・家庭・地域が一体となって取り組むことが大切であると考えます。今後とも、市民の皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。

調査の概要

1 調査の目的

- 国が全国的な児童生徒の体力・運動能力や運動習慣・生活習慣等の状況を把握・分析することにより、児童生徒の体力・運動能力の向上に関わる施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 石狩市教育委員会は、全国的な状況との関係において、本市の児童生徒の体力・運動能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、そのような取組を通じて、児童生徒の体力・運動能力の向上に関する指導と継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 市内小学校及び中学校が、各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査の対象

小学校第5学年及び中学校第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(以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストの方法による)
 - 〔小学校〕 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〕 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 質問紙調査
運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査(以下「児童生徒質問紙調査」という)
- ② 学校に対する質問紙調査
児童生徒の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査(以下「学校質問紙調査」という)

4 調査の方法

市内全小中学校で実技・質問紙等による調査を実施し、スポーツ庁が結果を集計し、石狩市教育委員会が分析を行った。

5 調査の実施期間

令和6年(2024年)4月～7月までの期間で実施

6 調査の実施状況(指定都市を含まない公立学校)

	小学校(義務教育学校前期課程)		中学校(義務教育学校後期課程)	
	実施校数	実施児童数	実施校数	実施生徒数
全 国	17,958	961,386	9,287	808,227
北海道	783	22,237	502	20,889
石狩市	10	456	7	434

※数値は、実施児童数・生徒数、校数が最も多かった数を記載した。

○ 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	長座位前屈	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	反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方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	中学校は、どちらか1種目を選択、両 方実施した場合は高いほうの得点合計
⑤-2	20mシャトルラン(小学 校、中学校は選択)	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	立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離	
⑧	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	
	ハンドボール2号球を遠投した距離				
体 力 合 計		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		

※「T得点」とは、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＝偏差／標準偏差、偏差＝調査結果－平均値」

<標準体重と肥満度判定>「児童生徒等の健康診断マニュアル(平成27年度改訂版)」より
 平成27年8月25日発行 財団法人日本学校保健会

$$\text{標準体重} = a \times \text{身長(cm)} - b$$

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

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6(小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7(小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8(小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
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

標準判定

肥満度	判 定	区分
50%以上	高度肥満	肥満
30～49.9%	中等度肥満	
20～29.9%	軽度肥満	
－19.9～19.9%	普通	普通
－29.9～－20%	や せ	痩身
－30%以下	高度やせ	

体格と肥満度に関する調査の結果

【令和6年度 小学校】

- ・男女ともに身長・体重は全国平均を上回っている。
- ・全道平均との比較では、男子は身長・体重ともにほぼ同様であり、女子は身長・体重ともに僅かに下回っている。
- ・昨年度に比べ、男子は身長・体重ともに数値が増加している。一方、女子は身長・体重の数値が減少している。
- ・肥満傾向児の出現率は、男女とも全国平均より高い傾向にある。痩身傾向の出現率では、男子は全国平均とほぼ同様であるが、女子は全国平均を下回っている。

○ 小学校5年生男子

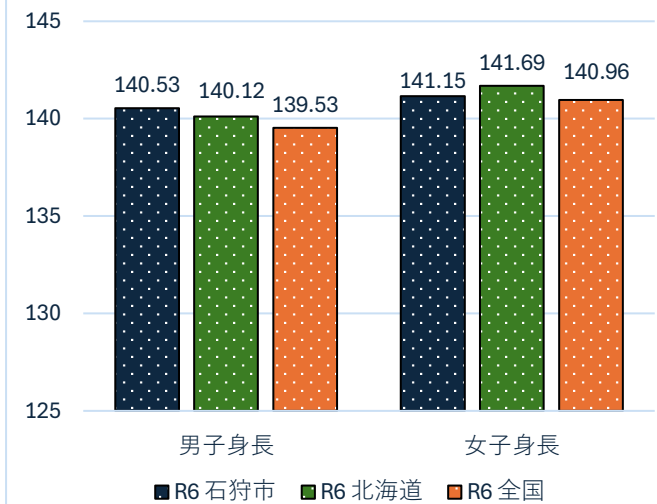
※網掛けは当該年度の全国平均を上回った数値

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	普通(%)	痩身(%)
石狩市	R 6	140.53	36.70	18.6	78.8	2.5
	R 5	139.28	36.49	21.3	77.0	1.8
	R 4	139.49	37.18	26.0	70.7	3.3
北海道	R 6	140.12	36.88	19.5	78.1	2.5
	R 5	140.03	37.03	20.4	77.2	2.3
	R 4	140.07	37.45	22.2	75.6	2.2
全 国	R 6	139.53	35.16	13.3	83.8	2.9
	R 5	139.61	35.35	13.7	83.5	2.8
	R 4	139.52	35.51	14.5	82.9	2.5

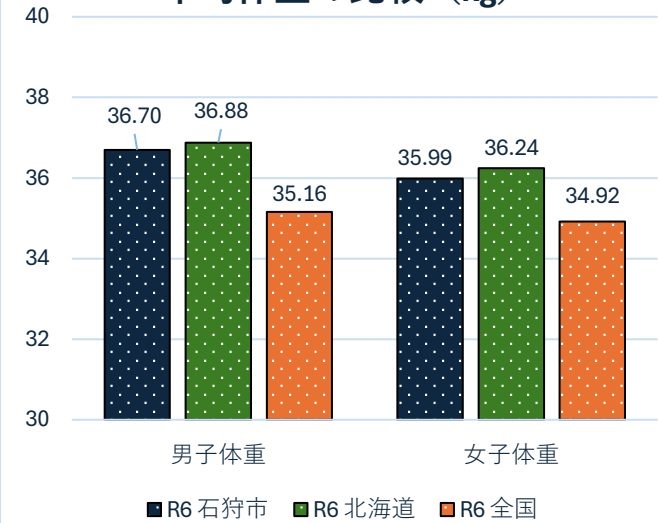
○ 小学校5年生女子

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	普通(%)	痩身(%)
石狩市	R 6	141.15	35.99	15.5	82.7	1.8
	R 5	142.31	37.25	14.8	82.5	2.8
	R 4	141.35	36.39	11.9	85.8	2.3
北海道	R 6	141.69	36.24	14.0	82.9	3.1
	R 5	141.92	36.57	14.0	83.1	3.0
	R 4	141.78	36.54	13.8	83.8	2.4
全 国	R 6	140.96	34.92	9.7	87.2	3.1
	R 5	141.26	35.24	9.8	87.4	2.9
	R 4	141.30	35.37	9.8	87.6	2.6

平均身長の比較 (cm)



平均体重の比較 (kg)



実技調査の結果

【令和6年度 小学校】

- ・男子は50m走以外の7種目で全国平均を上回った。また、全道との比較では握力、50m走以外の6種目で上回っている。
- ・女子は4種目(握力、長座体前屈、反復横とび、ソフトボール投げ)で全国平均以上であった。また、全道との比較では、長座体前屈、反復横とびの2種目で上回っている。
- ・体力合計点では、男子は全道・全国平均を上回ったが、女子は全道・全国平均ともに下回った。
- ・昨年度の記録と比較すると、男子は50m走・ソフトボール投げ以外の6種目で、女子は長座体前屈・反復横とび・20mシャトルランの3種目で記録が伸びた。

※網掛けは当該年度の全国平均を上回った数値

○ 小学校6年男子

※T得点は、全国平均を50とした数値

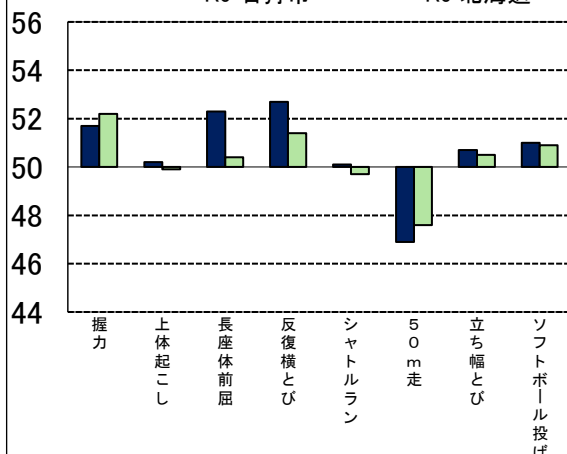
		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
石狩市	R 6	16.68	19.29	35.86	42.88	47.10	9.85	152.12	21.61	53.35
	R 5	16.48	18.70	35.40	41.78	42.90	9.51	150.53	22.10	52.87
	R 4	16.11	18.67	38.20	40.57	42.48	9.60	148.62	20.68	52.27
北海道	R 6	16.86	19.12	34.15	41.83	46.33	9.77	151.70	21.52	52.85
	R 5	17.00	18.97	34.17	41.83	45.76	9.75	152.37	21.06	52.81
	R 4	17.15	18.72	34.15	41.46	43.92	9.85	151.15	20.73	52.23
全 国	R 6	16.01	19.19	33.79	40.66	46.90	9.50	150.42	20.75	52.53
	R 5	16.13	19.00	33.98	40.60	46.92	9.48	151.13	20.52	52.59
	R 4	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
石狩市 T得点	R 6	51.7	50.2	52.3	52.7	50.1	46.9	50.7	51.0	50.8
	R 5	50.9	49.5	51.6	51.4	48.1	49.8	49.7	51.9	50.3
	R 4	49.7	49.7	54.9	50.2	48.4	49.5	49.1	50.5	50.0

○ 小学校6年女子

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
石狩市	R 6	15.89	17.13	40.07	40.46	33.86	10.17	139.44	13.73	53.30
	R 5	16.40	18.06	38.84	39.57	32.56	9.74	141.76	14.51	54.16
	R 4	16.00	17.94	41.39	39.56	35.90	9.83	143.92	13.81	54.64
北海道	R 6	16.55	18.05	38.46	39.90	36.34	9.98	144.28	13.86	54.32
	R 5	16.85	18.05	38.60	39.96	36.12	9.92	145.56	13.91	54.71
	R 4	16.90	17.93	38.14	39.95	36.00	9.94	145.16	13.90	54.48
全 国	R 6	15.77	18.16	38.19	38.70	36.59	9.77	143.13	13.15	53.92
	R 5	16.01	18.05	38.45	38.73	36.80	9.71	144.29	13.22	54.28
	R 4	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
石狩市 T得点	R 6	50.3	48.1	52.1	52.4	48.3	45.8	48.3	51.2	49.3
	R 5	51.0	50.0	50.4	51.1	47.4	49.6	48.9	52.7	49.9
	R 4	49.8	49.9	53.5	51.2	49.3	48.7	49.7	51.4	50.4

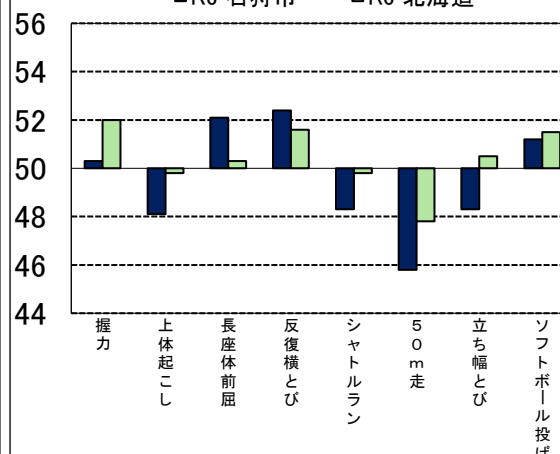
体力T得点(男子) 全国を50とする

■R6 石狩市 ■R6 北海道



体力T得点(女子) 全国を50とする

■R6 石狩市 ■R6 北海道



体格と肥満度に関する調査の結果

【令和6年度 中学校】

- ・男子、女子ともに身長・体重は、全国平均を上回った。
- ・北海道平均との比較では、男子は身長・体重ともにやや上回り、女子は身長がやや上回り、体重がやや下回った。
- ・昨年度に比べ、男子は身長・体重ともやや下回り、女子は身長・体重ともやや上回った。
- ・肥満傾向の出現率について、男子は軽度肥満の割合が多いことから全国平均をやや上回った。
女子も軽度肥満の割合が多いことから全国平均を上回った。

○ 中学校2年男子

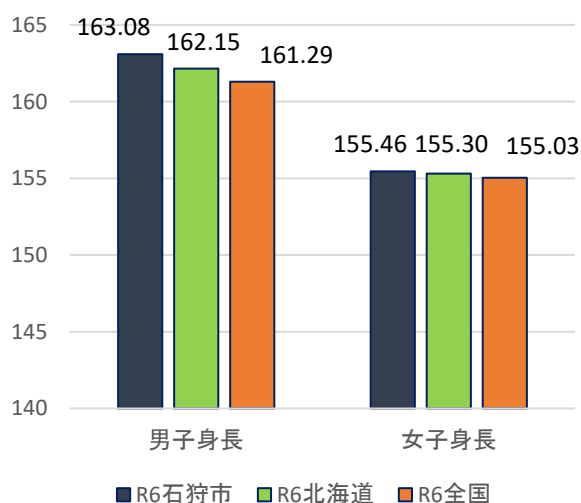
※網掛けは当該年度の全国平均を上回った数値

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	普通(%)	痩身(%)
石狩市	R6	163.08	52.48	11.8	84.0	4.1
	R5	163.29	52.98	15.6	78.0	6.4
	R4	161.10	50.69	13.6	82.4	3.9
北海道	R6	162.15	52.00	13.6	83.1	3.3
	R5	162.22	52.29	14.6	82.3	3.1
	R4	161.92	52.30	15.5	81.2	3.3
全 国	R6	161.29	50.10	10.1	86.4	3.5
	R5	161.17	50.22	10.6	86.2	3.2
	R4	161.05	50.45	11.5	85.4	3.2

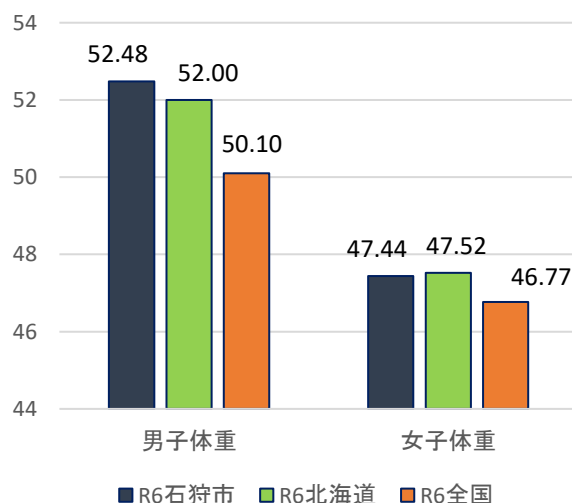
○ 中学校2年女子

		体 格 平 均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	普通(%)	痩身(%)
石狩市	R6	155.46	47.44	10.8	83.6	5.6
	R5	155.11	47.08	7.5	89.1	3.5
	R4	154.89	46.47	6.2	88.8	5.1
北海道	R6	155.30	47.52	9.2	86.5	4.4
	R5	155.13	47.44	9.1	87.0	4.0
	R4	155.20	47.61	9.4	86.8	3.9
全 国	R6	155.03	46.77	6.9	88.8	4.4
	R5	154.94	46.87	7.0	88.9	4.0
	R4	154.92	47.09	7.7	88.5	3.8

平均身長の比較(cm)



平均体重の比較(kg)



実技調査の結果

【令和6年度 中学校】

- ・男子種目別の結果は、握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とびの5種目が全国平均を上回った。北海道との比較では、ハンドボール投げ以外の種目で全道平均を上回った。また、体力合計点は全道を上回り、全国と同様であった。
- ・女子種目別の結果は、握力、持久走の2種目が全国平均を上回った。(ただし、持久走は標本数が少ない)北海道との比較では、ハンドボール投げ以外の8種目が全道平均を上回った。また、体力合計点は全道を上回ったが、全国を下回った。
- ・昨年度と比較すると、男子は長座体前屈以外の8種目で記録が伸びた。女子は、持久走、ハンドボール投げ(昨年度同等)以外の7種目で記録が伸びた。

※網掛けは当該年度の全国平均を上回った数値

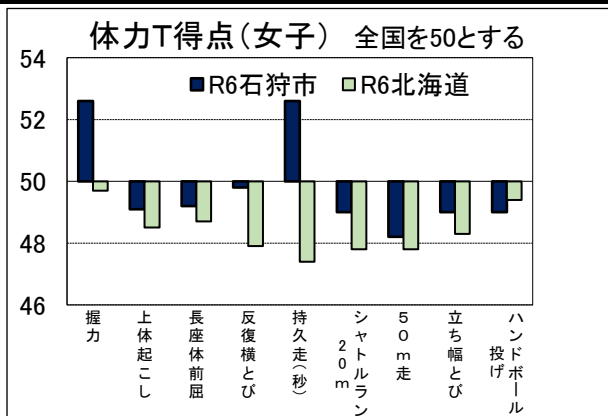
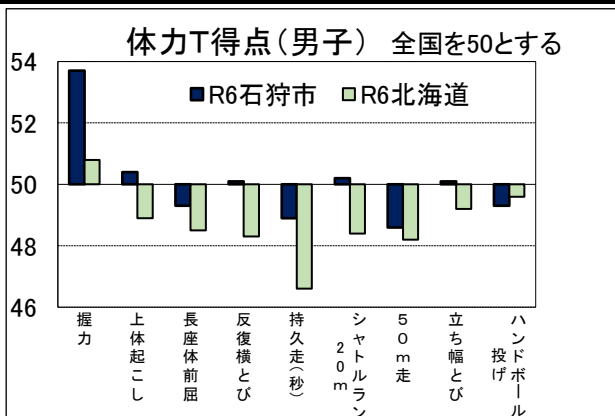
○ 中学校2年男子

※T得点は、全国平均を50とした数値

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール投げ (m)	体力 合計点
石狩市	R6	31.68	26.20	43.69	51.63	418.89	79.56	8.13	197.35	20.14	41.88
	R5	31.50	25.96	44.20	50.15	433.82	69.92	8.25	196.78	19.42	40.55
	R4	29.84	25.56	41.43	48.11	479.89	70.98	8.29	196.62	18.29	39.34
北海道	R6	29.57	25.24	42.77	49.95	435.12	74.78	8.16	194.73	20.31	40.49
	R5	29.57	25.17	42.38	49.87	426.84	74.26	8.20	194.57	20.08	40.00
	R4	29.59	25.31	42.33	49.70	431.39	73.63	8.28	193.37	19.92	39.63
全 国	R6	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57	41.86
	R5	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	24.40
	R4	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
石狩市 T得点	R6	53.7	50.4	49.3	50.1	48.9	50.2	48.6	50.1	49.3	50.0
	R5	53.4	50.2	50.0	48.8	46.4	46.8	47.4	49.9	48.4	49.3
	R4	51.2	49.7	47.8	46.7	40.3	47.2	47.9	49.9	46.7	48.4

○ 中学校2年女子

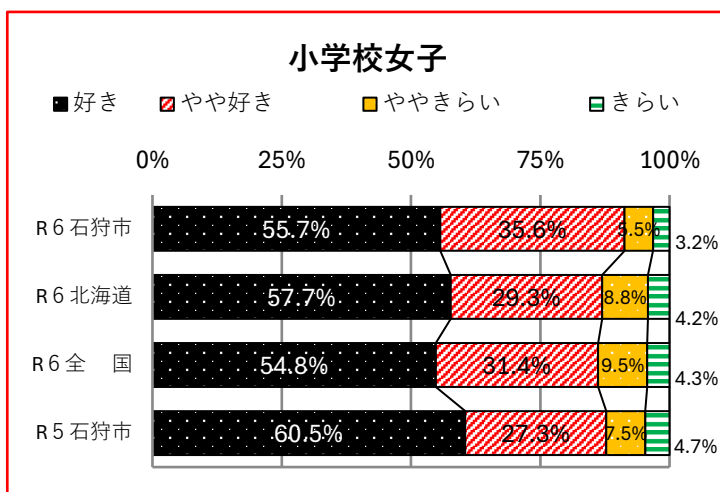
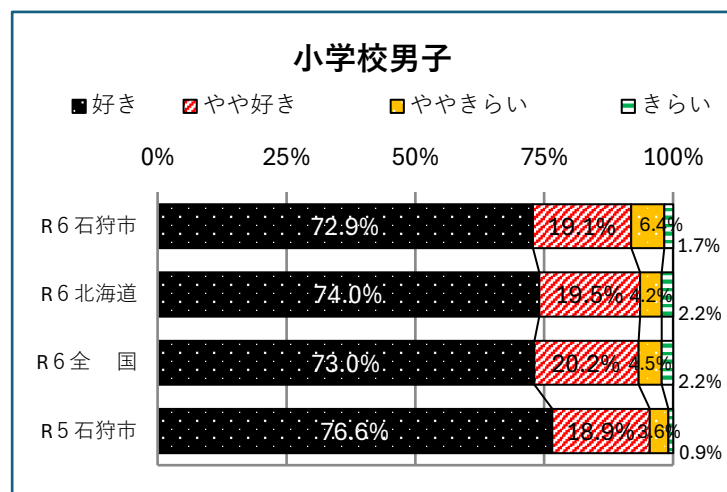
		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール投げ (m)	体力 合計点
石狩市	R6	24.40	20.99	45.55	45.53	295.67	48.68	9.12	163.49	11.97	45.79
	R5	23.43	20.35	44.18	42.72	295.00	42.98	9.37	156.83	11.97	42.66
	R4	23.17	20.44	45.64	43.45	272.33	41.45	9.49	162.56	11.21	43.02
北海道	R6	23.03	20.66	45.02	43.99	322.25	46.33	9.16	161.52	12.16	44.93
	R5	23.03	20.67	45.02	44.28	328.86	46.73	9.15	162.04	12.17	45.06
	R4	22.93	20.69	44.62	44.33	313.68	46.94	9.19	162.10	12.16	44.85
全 国	R6	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.40	47.37
	R5	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22
	R4	23.21	21.67	46.07	45.81	302.89	51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
石狩市 T得点	R6	52.6	49.1	49.2	49.8	52.6	49.0	48.2	49.0	49.0	48.7
	R5	50.6	47.9	48.0	46.0	52.3	46.0	45.4	46.4	48.9	46.1
	R4	49.9	47.9	49.6	46.8	56.2	44.8	44.5	48.3	47.0	46.2



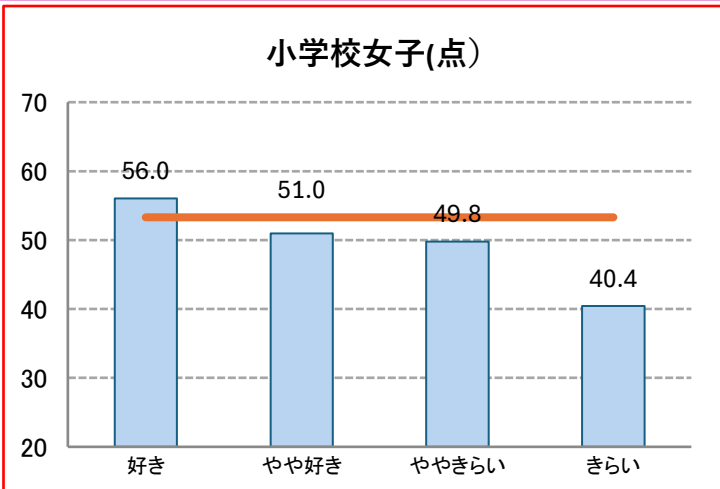
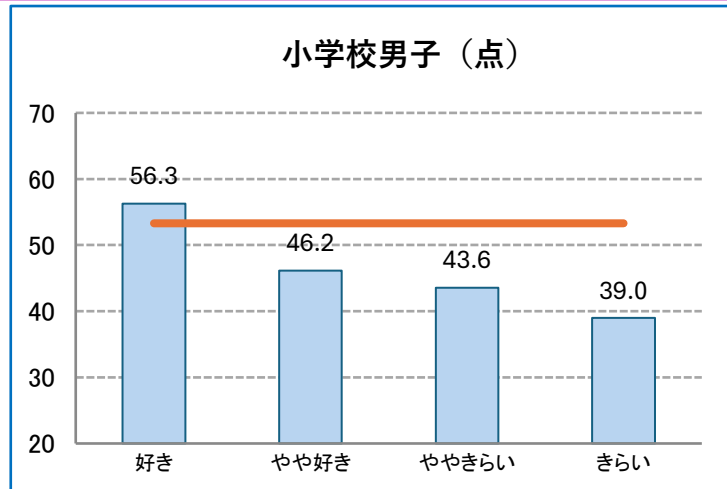
○ 運動やスポーツに関する意識

- ・運動やスポーツをすることが「好き」と回答した割合は、男子(73%)は全国平均(73%)と同様、女子(56%)は全国平均(55%)を僅かに上回っている。また、運動やスポーツを「好き」と回答した児童は、男女とも体力合計点が高い傾向にある。
- ・運動は「大切」と回答した割合は、男子(75%)女子(60%)であり、ともに全国平均(男子72%、女子59%)を上回っている。また、運動は「大切」と回答した児童は、男女ともに体力合計点が高い傾向にある。
- ・「中学校へ進んだら授業以外でも自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたい」と回答した児童は、男子(73%)女子(60%)であり、ともに全国平均(男子67%、女子55%)を上回っている。また、「中学校へ進んだら運動する時間を持ちたい」と回答した児童は男女ともに体力合計点が高い傾向にある。

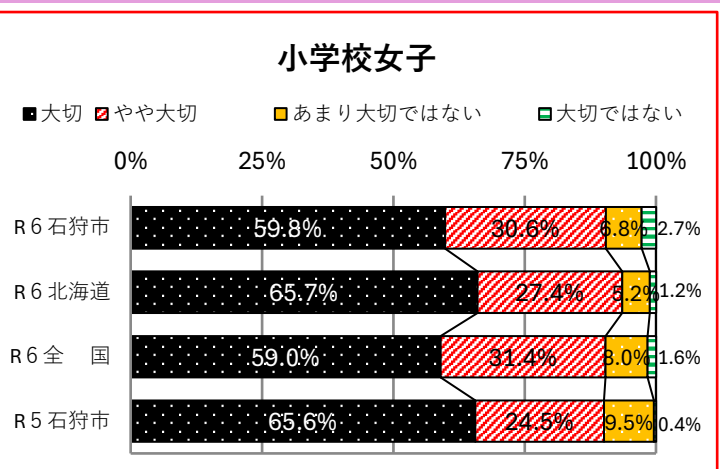
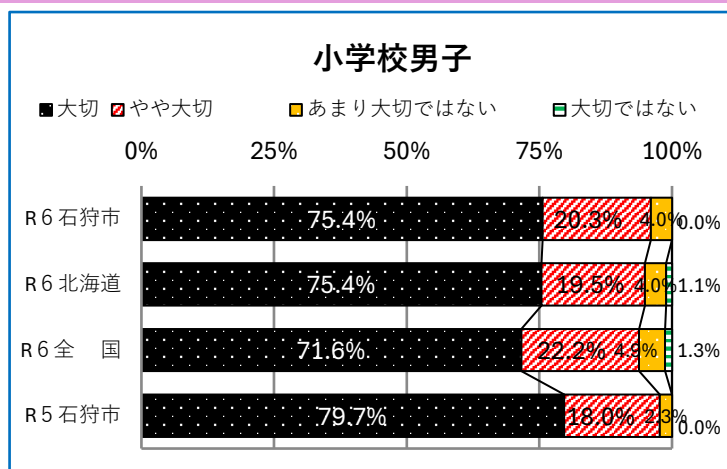
【運動やスポーツの好き・嫌い】 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



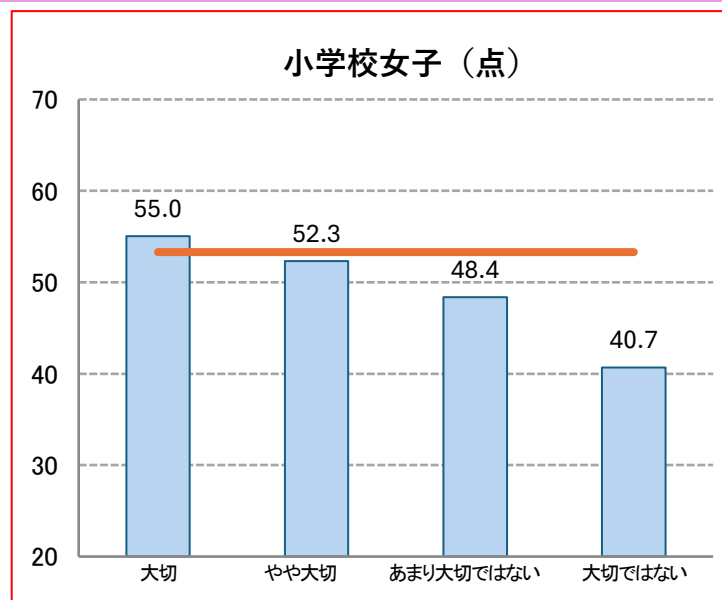
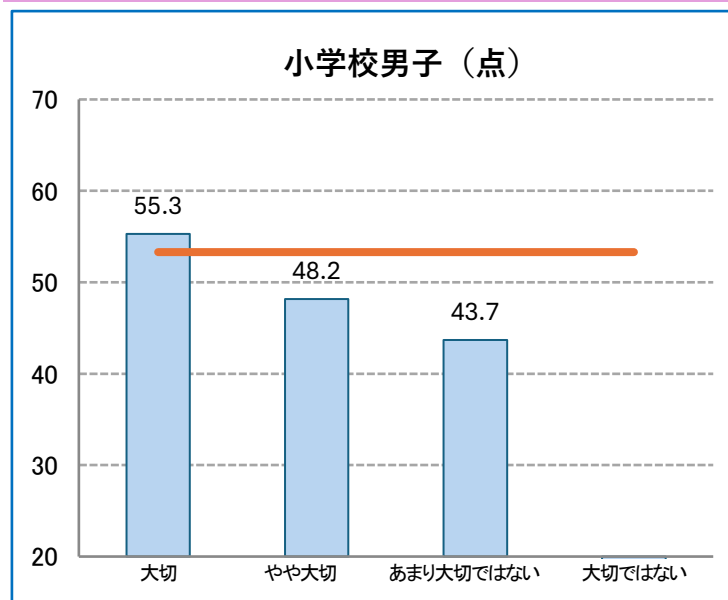
【運動やスポーツの好き・きらいと体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



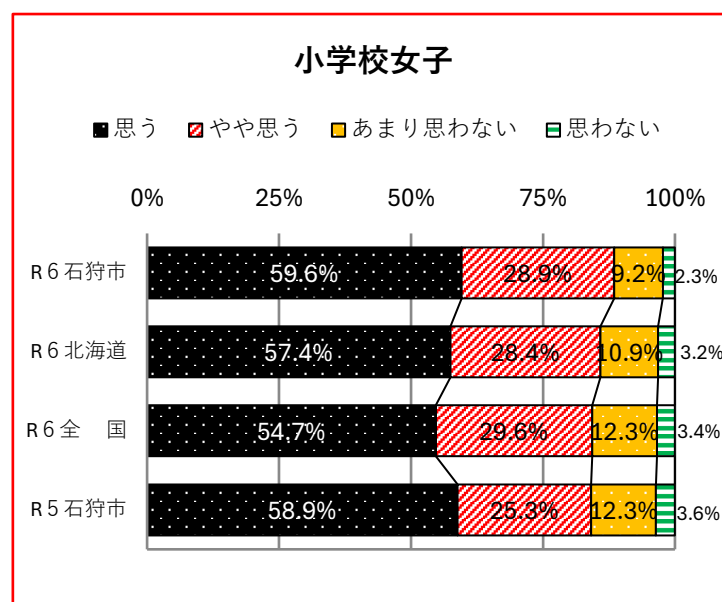
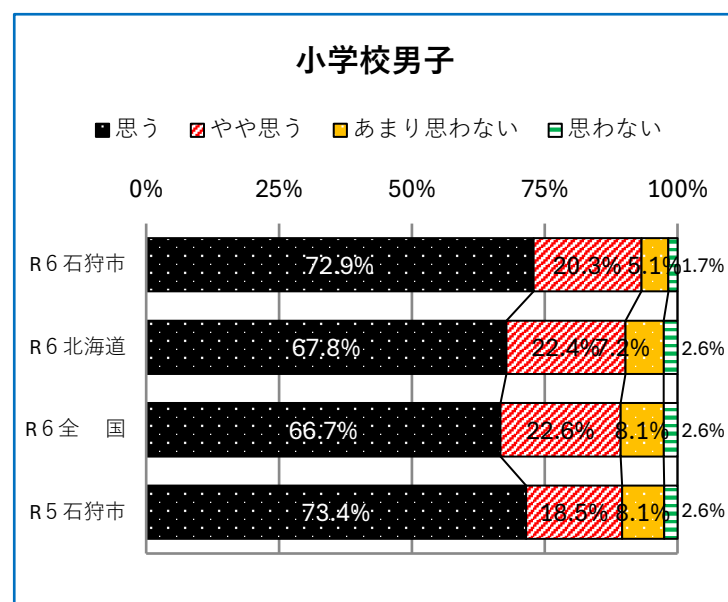
【運動は大切】 あなたにとって運動やスポーツは大切なものですか。



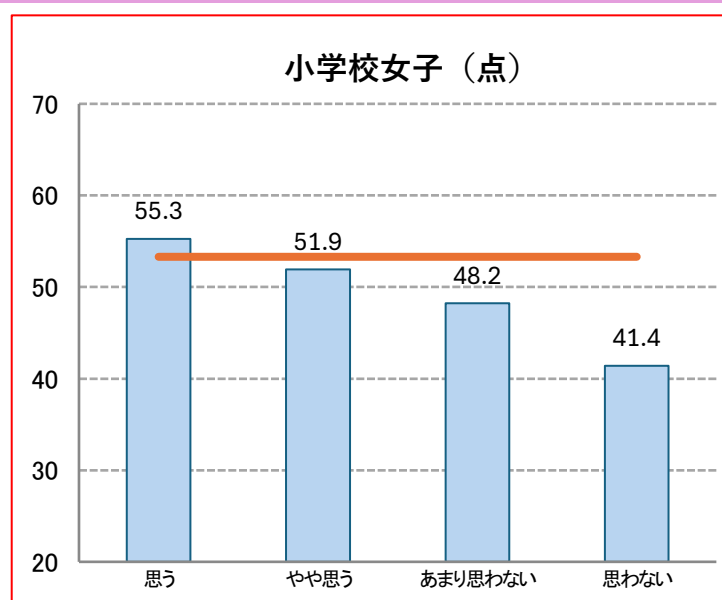
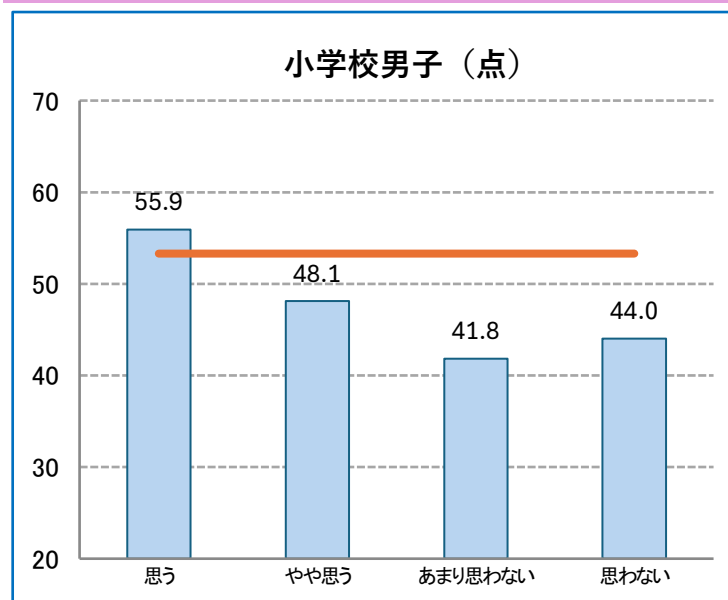
【運動は大切と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



【中学校に進学後の運動への関心・意欲】 中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいですか。



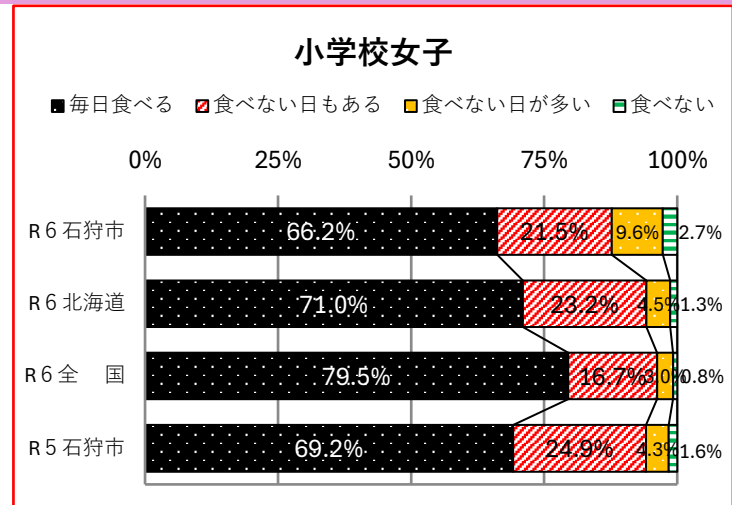
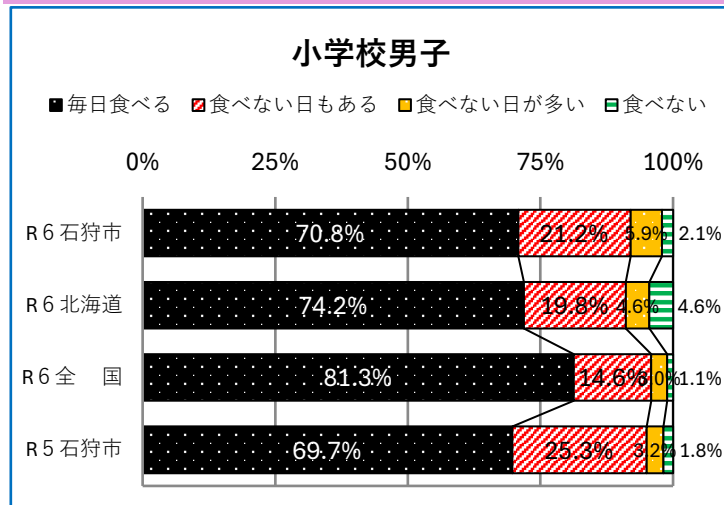
【中学校に進学後の運動への関心・意欲と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



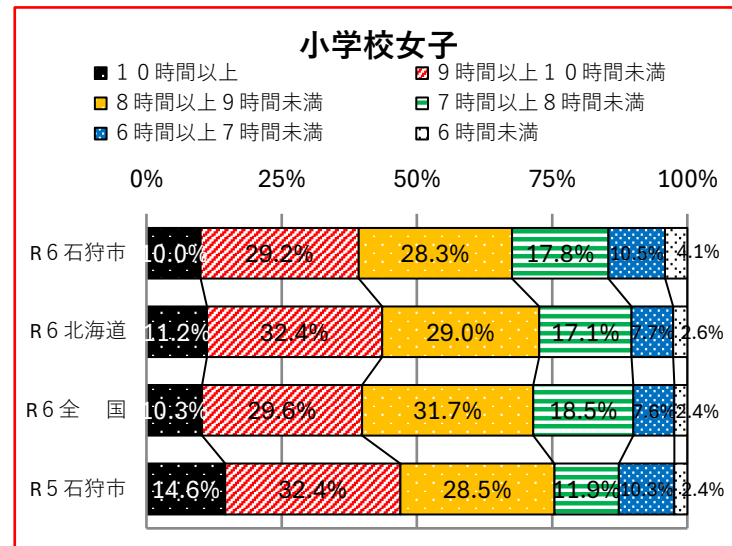
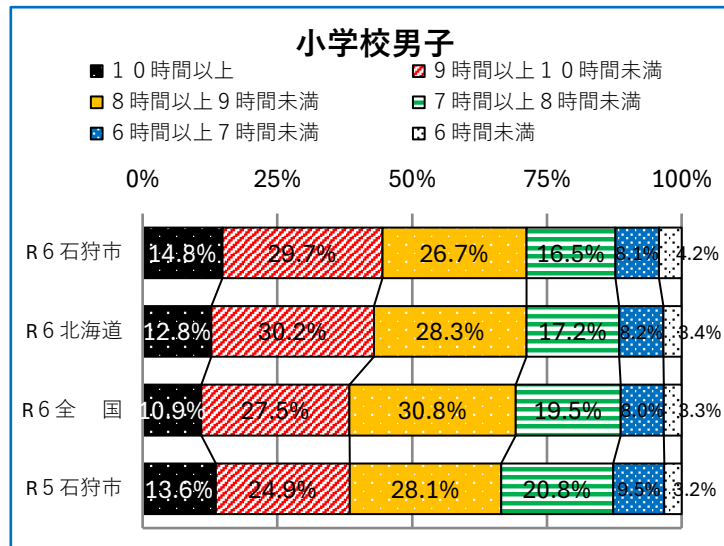
○ 家庭での生活習慣の状況

- ・「朝食を毎日食べる」と回答した児童の割合は、男子(71%)女子(66%)で、ともに全国平均(男子81%、女子80%)、全道平均(男子74%、女子71%)を大きく下回っている。
- ・睡眠時間については、「7時間以上9時間未満睡眠する」と回答した児童は、男子(43%)は全国平均(50%)、全道平均(46%)を下回っている。一方、女子(46%)は全道平均(46%)と同様であるが、全国平均(50%)を下回っている。
- ・テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴は、男女ともに3時間以上の長時間視聴の傾向が顕著であり、その割合は男子(52%)女子(55%)ともに全国平均(男子44%、女子39%)を上回り、全道平均(男子52%、女子48%)と同様または上回っている。特に、昨年度と比べると男子は改善傾向(昨年度56%から4%減)に対して、女子は(昨年度48%から7%増)であり、女子の視聴時間の長時間化が進んでいる。

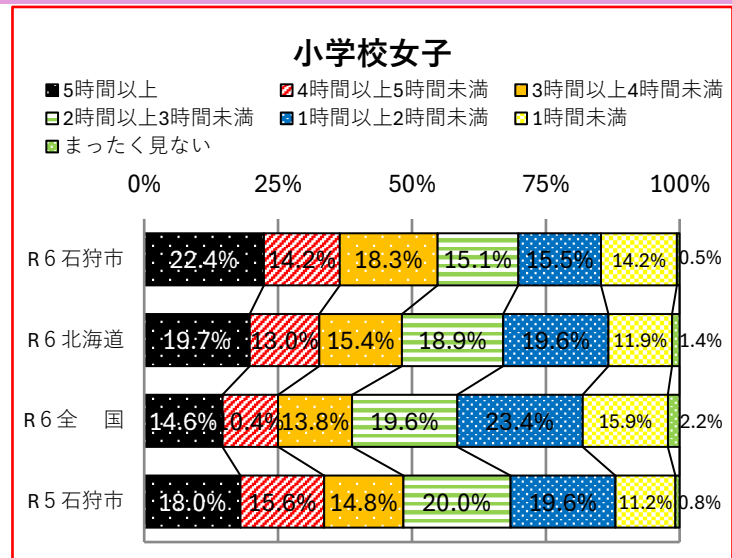
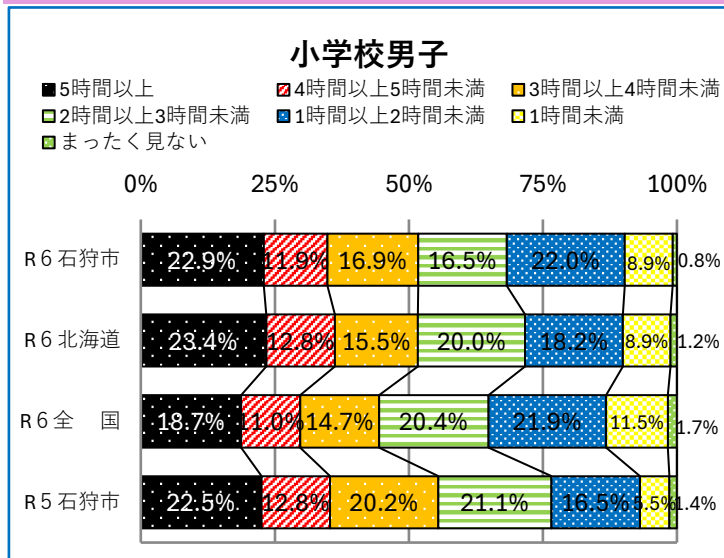
【朝食の摂取】 朝食は毎日食べますか。



【睡眠時間】 毎日どのくらいねていますか。



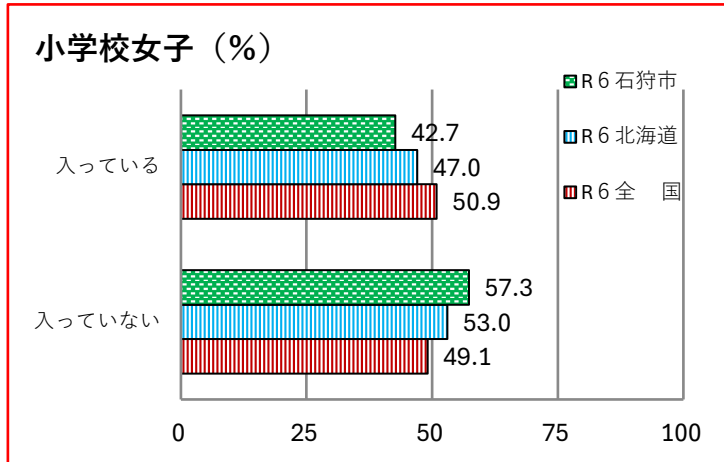
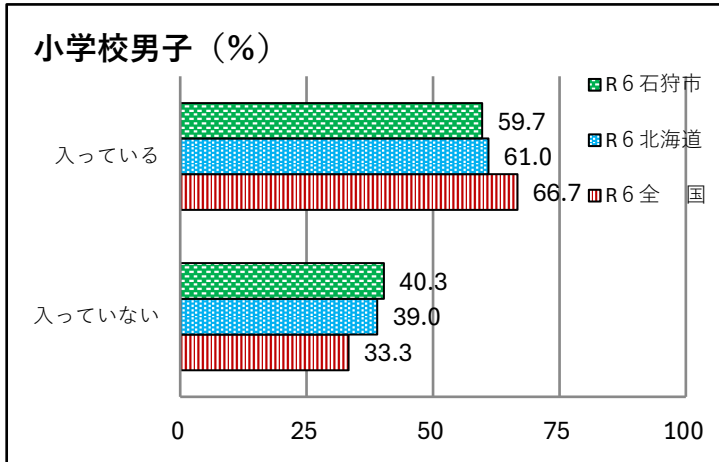
【視聴時間】 平日、学習以外でどのくらい、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



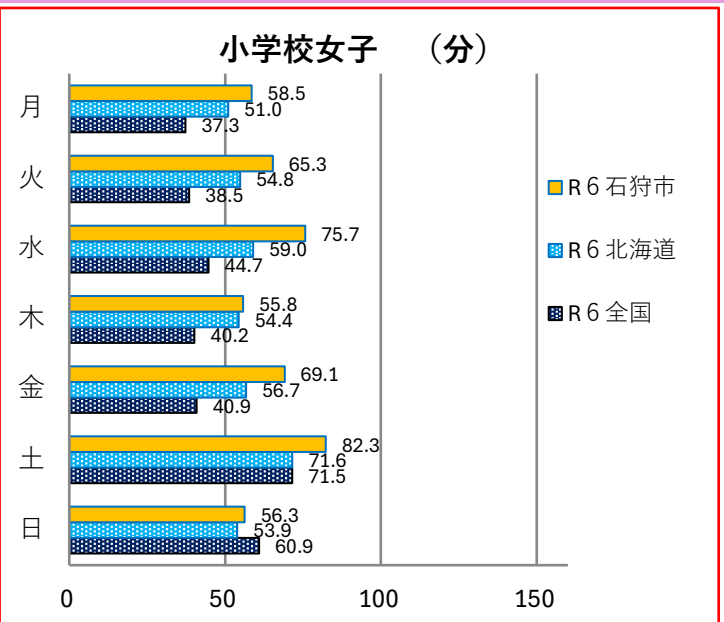
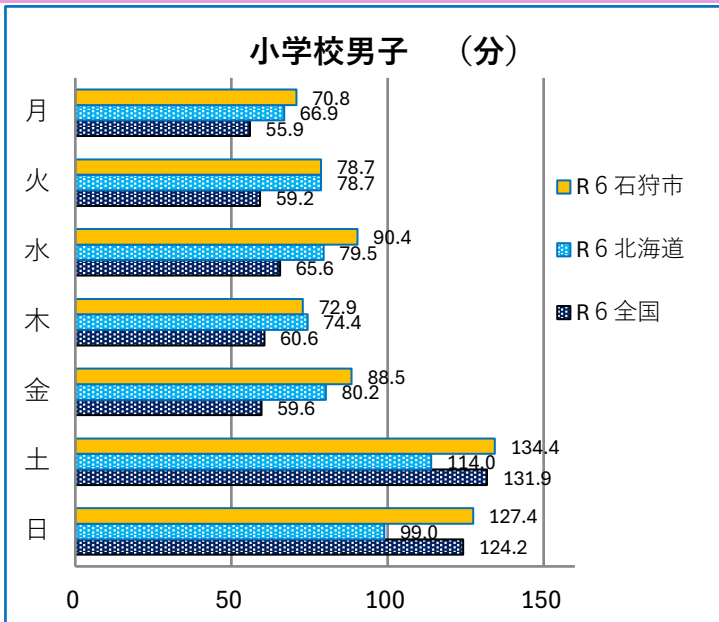
○ 運動習慣の状況

- ・地域のスポーツクラブへの所属の状況について、入っていると回答した男子(60%)は全国平均(67%)全道平均(61%)を下回り、女子(43%)も全国平均(51%)全道平均(47%)を下回っている。
- ・1週間を通して、体育の授業以外で、運動やスポーツをしている時間が多いのは、男女とも土曜日である。
- ・1週間の総運動時間について、男子(663分)女子(463分)で、ともに全国平均(男子557分、女子334分)、全道平均(男子593分、女子401分)を上回っている。
- ・1週間の総運動時間が420分以上(1日平均1時間以上)の児童は、男女とも体力合計点が高い傾向である。

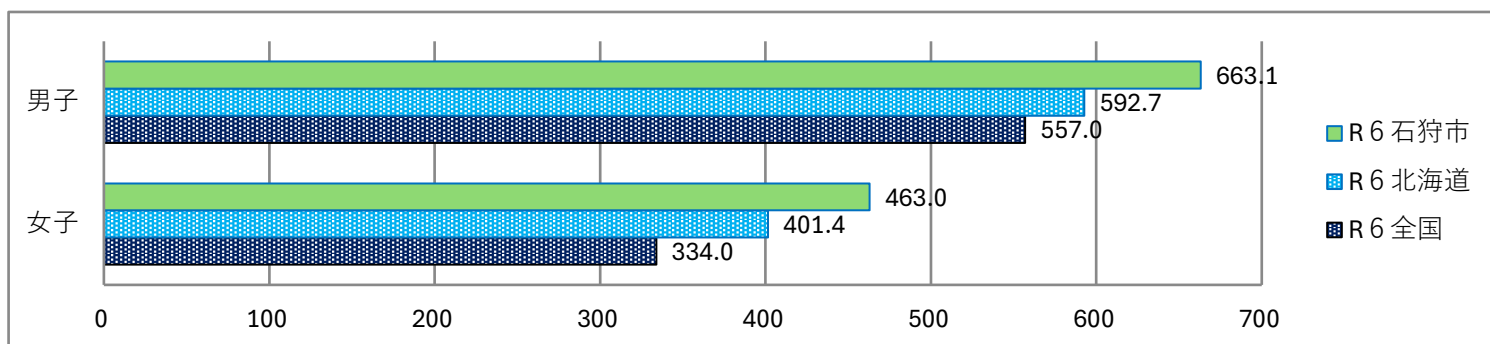
【地域のスポーツクラブへの所属状況】 地域のスポーツクラブに入っていますか。
(スポーツ少年団や習い事を含む)



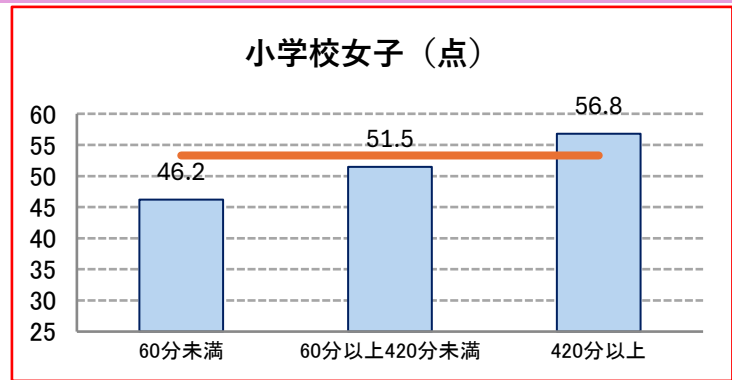
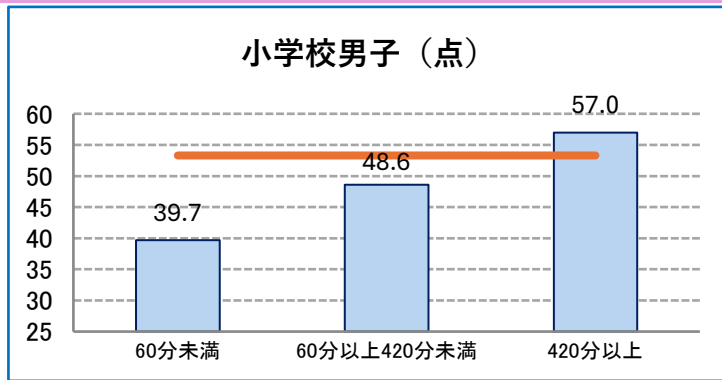
【体育の授業以外での運動時間】 普段の1週間で、学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを、合計で1日おおよそ何分くらいしていますか。



【1週間の総運動時間】 上記回答の合計数(分)



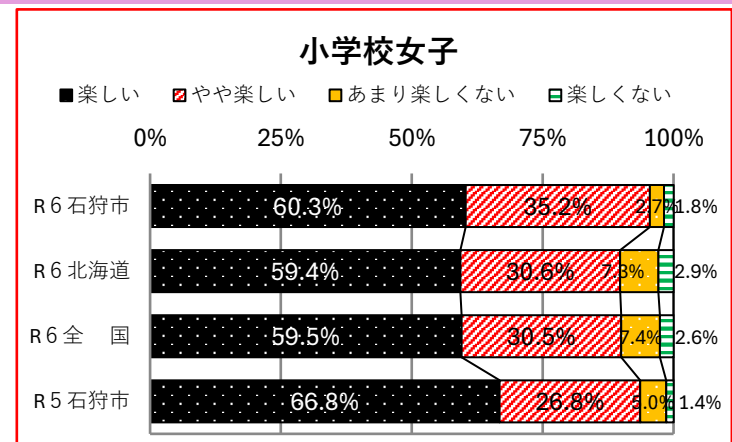
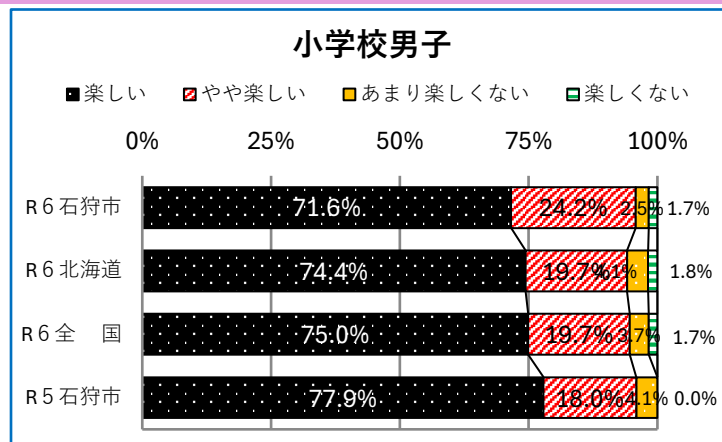
【運動やスポーツの実施頻度と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



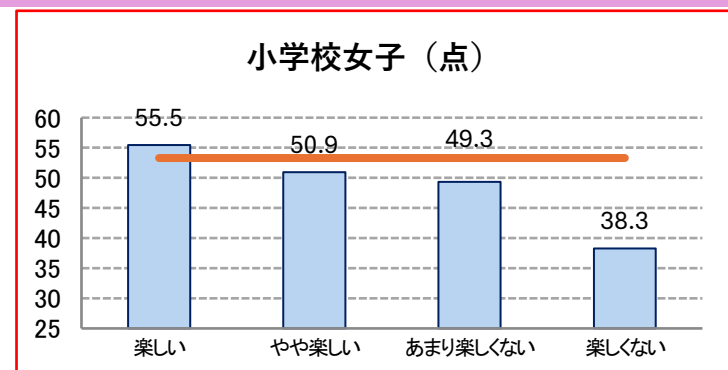
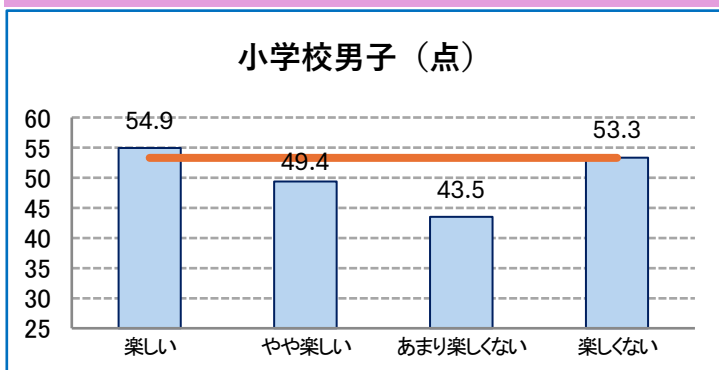
○ 体育の授業について

- ・「体育の授業は楽しい」と回答した児童の割合は、男子(72%)は全国平均(75%)、全道平均(74%)をやや下回り、女子(60%)は全国平均(60%)、全道平均(59%)と同様である。また、「体育の授業は楽しい」と回答した児童は、女子において体力合計点が高い傾向である。
- ・「体育の授業に進んで参加している」と回答した児童の割合は、男子(70%)は全国平均(男子63%)、全道平均(63%)を上回っている。女子(53%)は全国平均(55%)をやや下回っているが、全道平均(53%)と同様である。また、「体育の授業に進んで参加している」と回答した児童は、女子において体力合計点が高い傾向である。
- ・「体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりする」と回答した児童の割合は、男子(45%)女子(44%)であり、ともに全国平均(男子38%、女子35%)、全道平均(男子39%、女子35%)を上回っている。また、「いつもある」と回答した児童は、男女ともに体力合計点が高い傾向である。
- ・ICT機器の活用では、「いつもある」「だいたいある」と回答した割合は、男子(62%)は全国平均(57%)を上回るものの全道平均(64%)を下回った。一方、女子(71%)は全国平均(58%)、全道平均(66%)を上回っている。
- ・授業の最後に行う振り返りで、「できたり、わかったり」することが「いつもある」「だいたいある」と回答した児童の割合は、男子(86%)女子(88%)で、ともに全国平均(男子79%、女子80%)、全道平均(男子80%、女子81%)を上回っている。また、「いつもある」「だいたいある」と回答した児童は、男女ともに体力合計点が高い傾向である。
- ・「保健の学習を通して、もっと運動しようと思うようになった」と回答した児童の割合は、男子(56%)女子(53%)で、ともに全国平均(男子53%、女子47%)、全道平均(男子52%、女子48%)を上回っている。また、「思うようになった」と回答した児童は、男女ともに体力合計点が高い傾向にある。

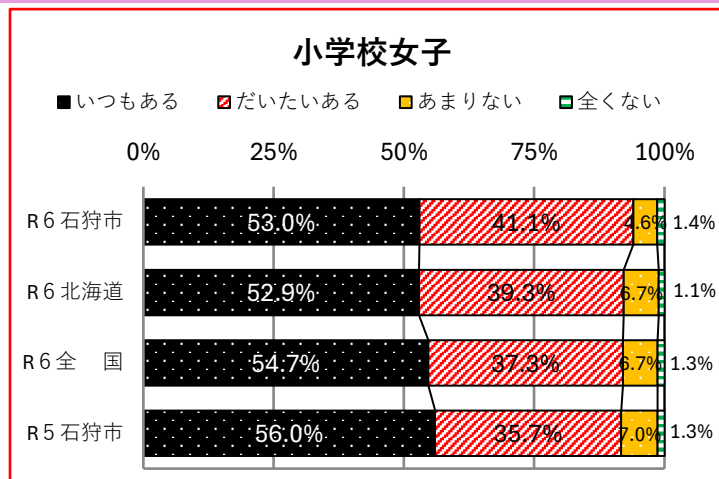
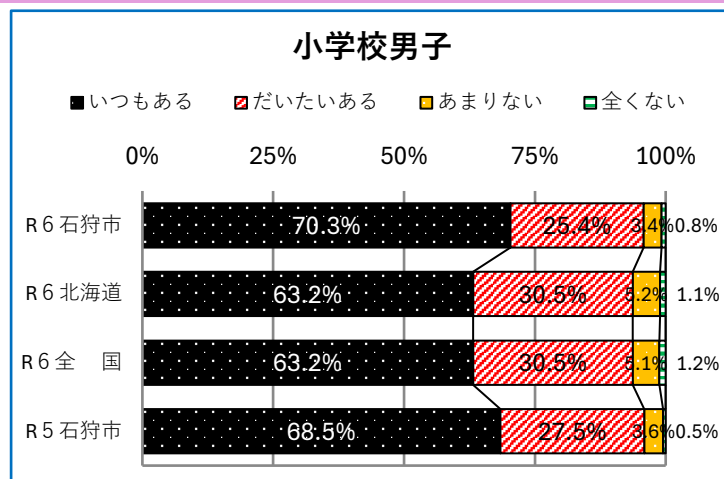
①【体育の授業への関心・意欲】 体育の授業は楽しいですか。



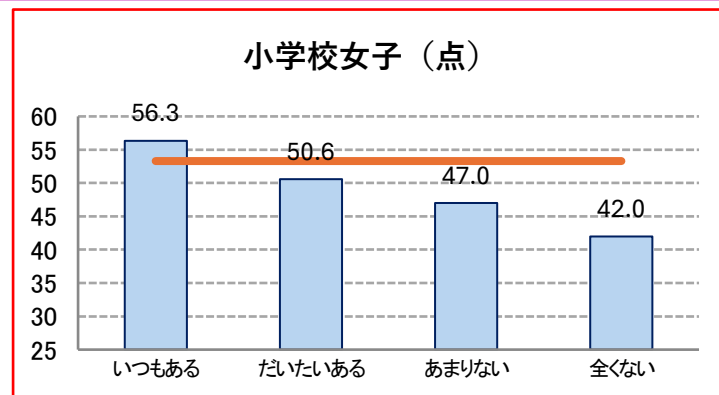
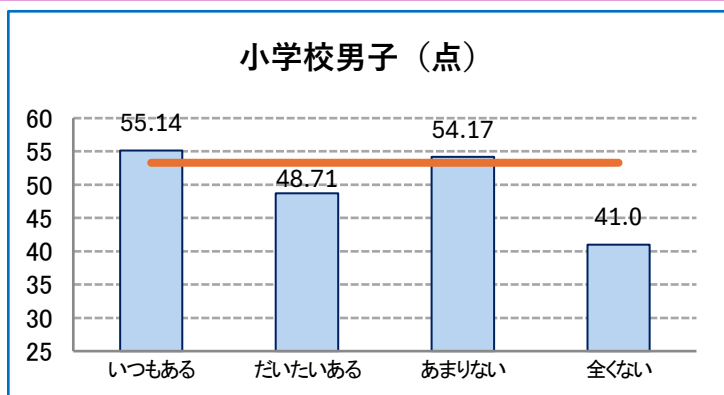
【「体育の授業は楽しい」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



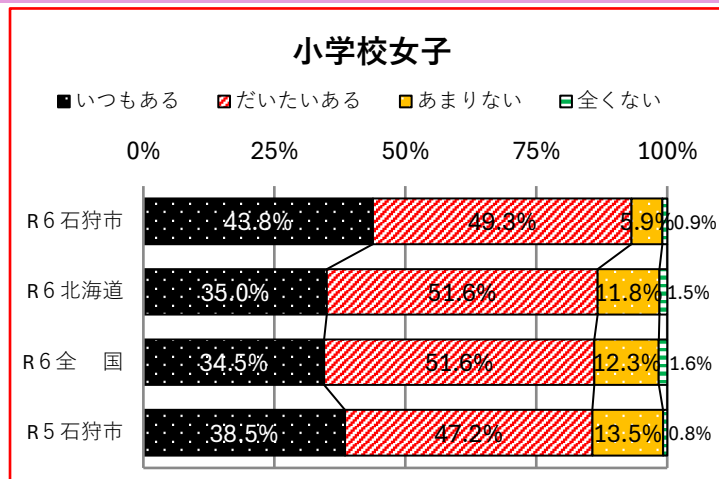
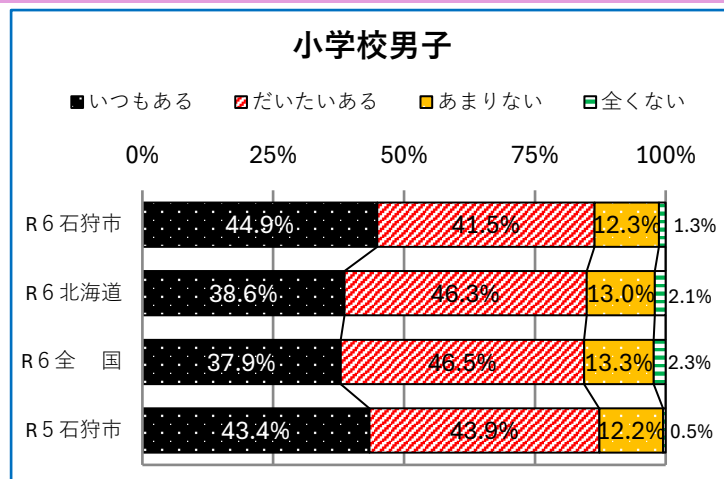
②【体育の授業への関心・意欲】 体育の授業に進んで参加していますか。



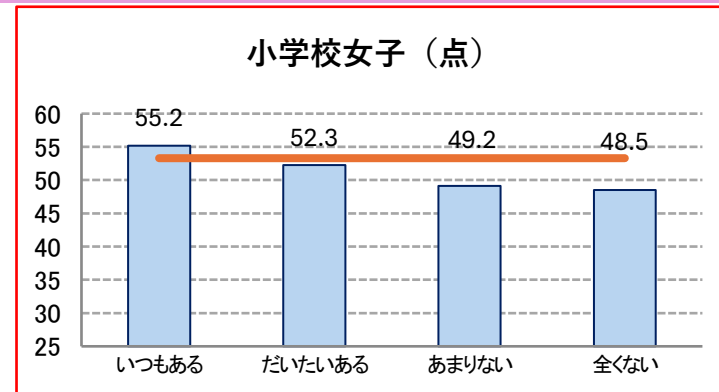
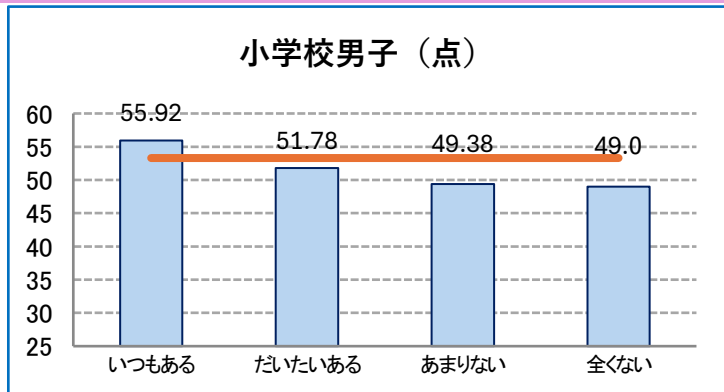
【「体育授業への意欲的な参加」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



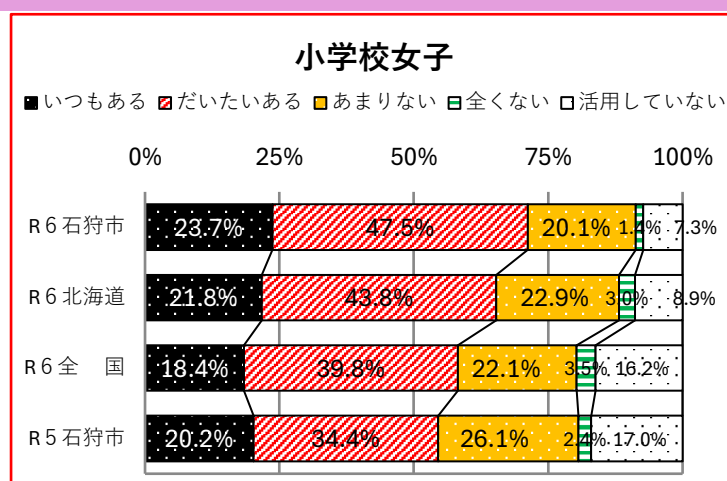
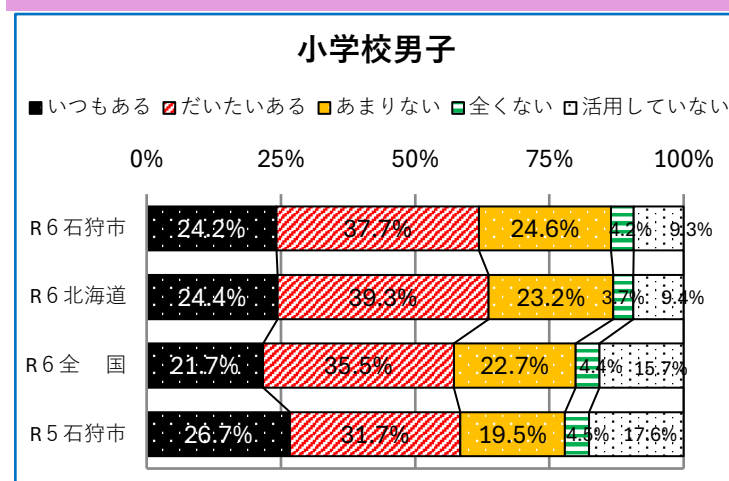
③【体育授業の内容について】 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがあります。



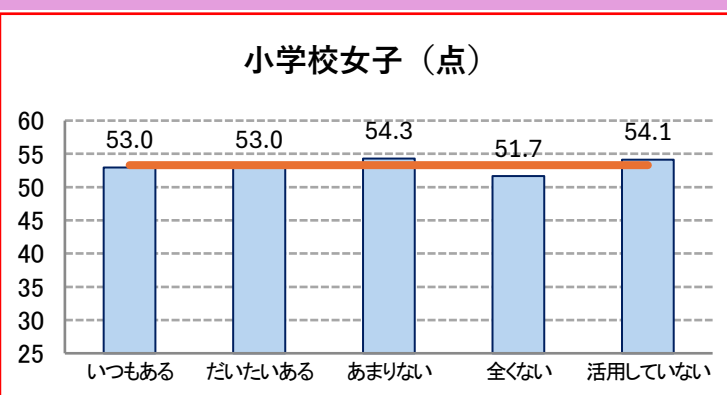
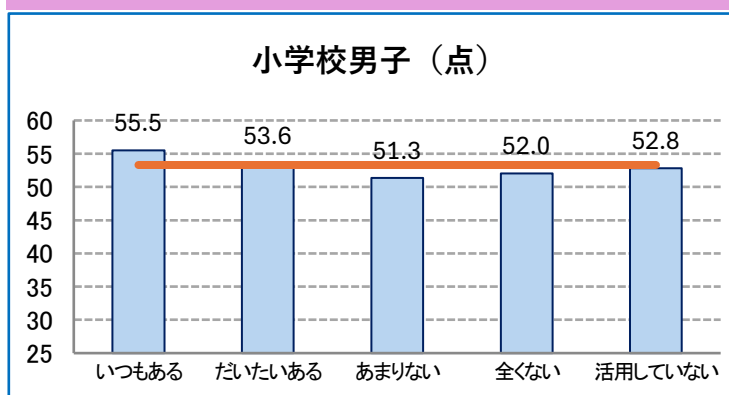
【「体育授業の助け合い」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



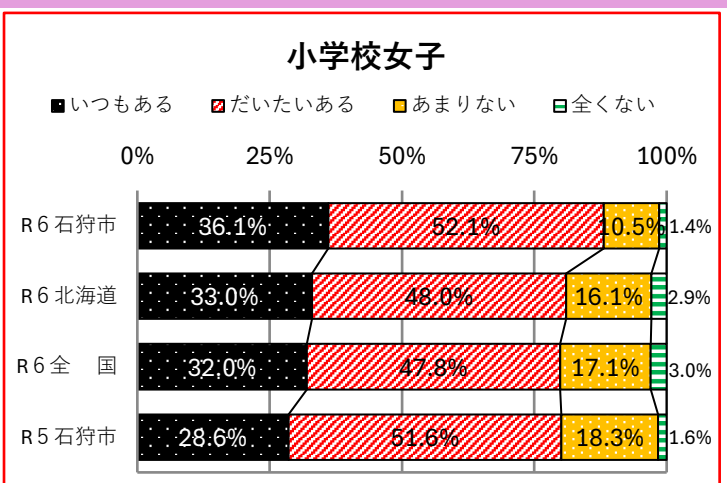
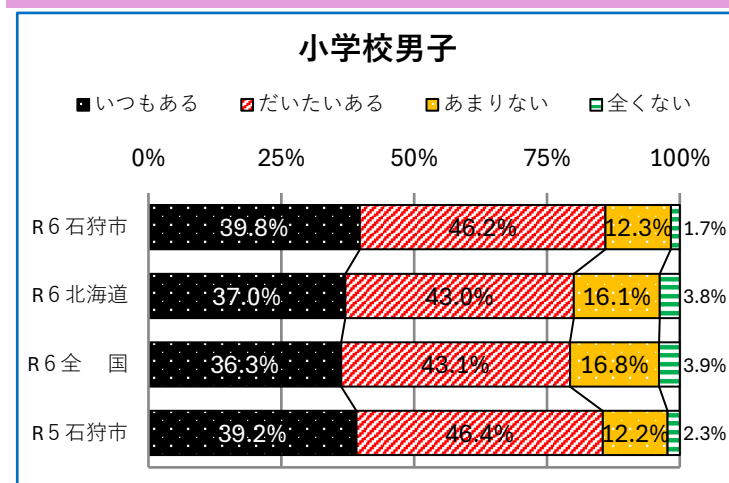
④【体育授業の内容について】 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあります。



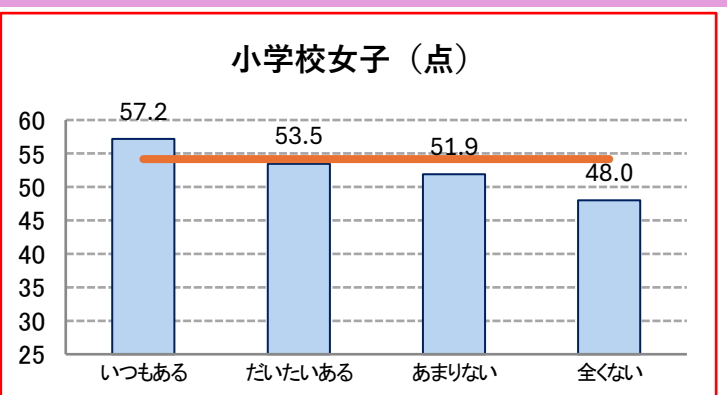
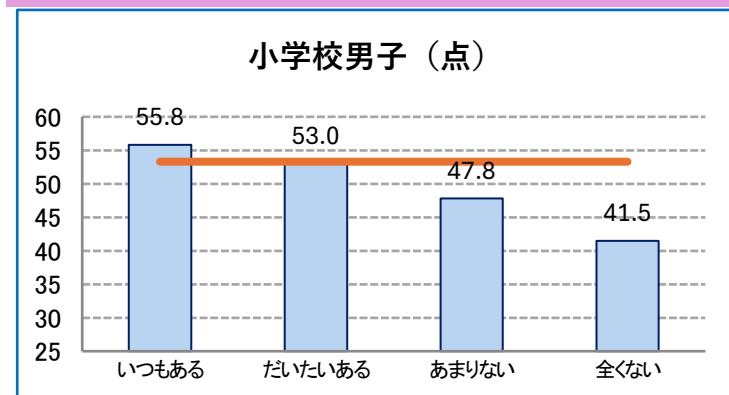
【「体育授業にICT機器の活用」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



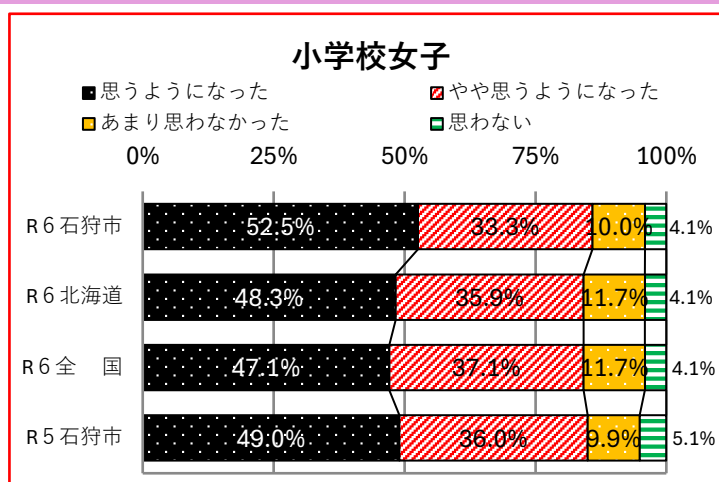
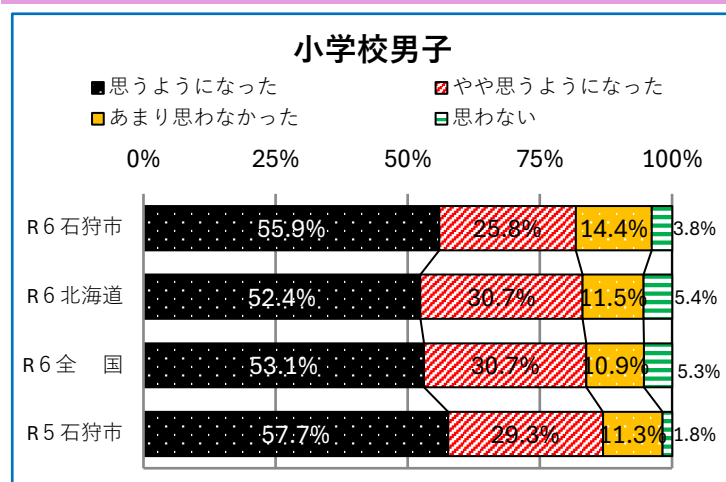
⑤【体育授業の内容について】 体育の授業の最後に、振り返りをする中で、「できたり、わかったり」することがあります。



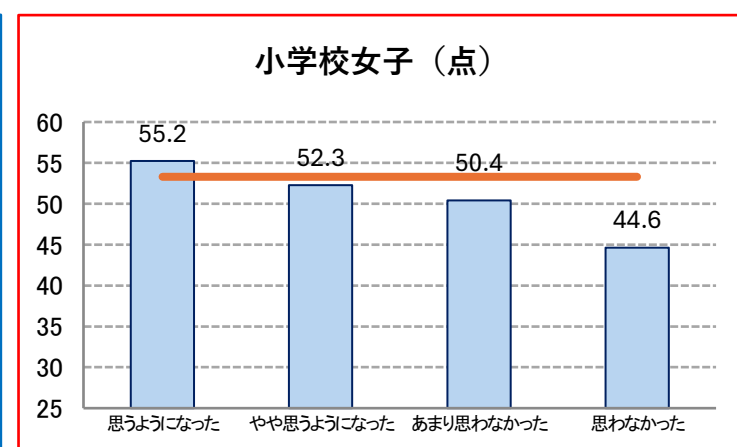
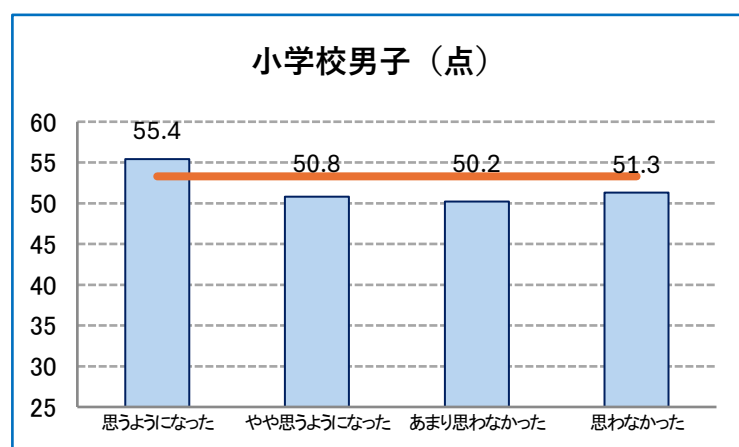
【「体育授業の振り返り」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



⑥【保健の学習の内容について】 保健の学習を通して、もっと運動をしようと思いましたか。



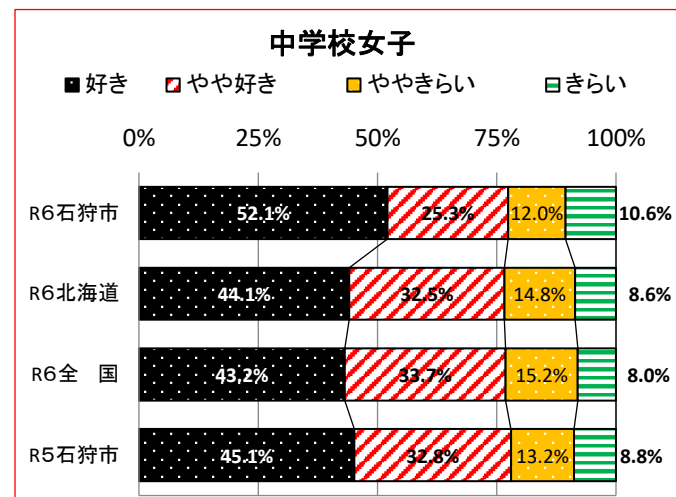
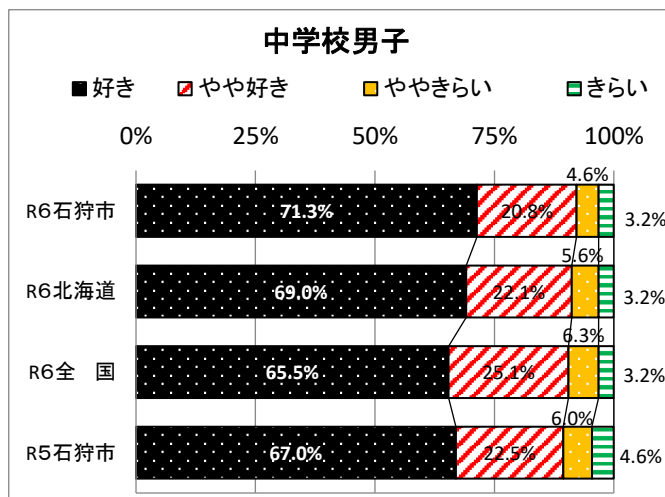
【「保健の学習における運動の意欲」と体力合計点との相関】 ※横線は、市内の体力平均点



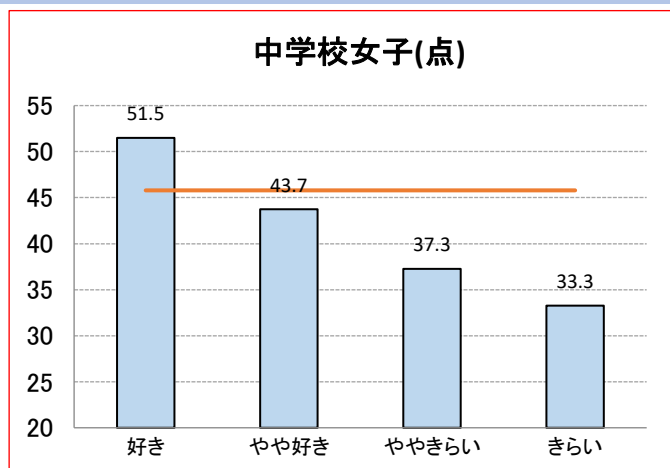
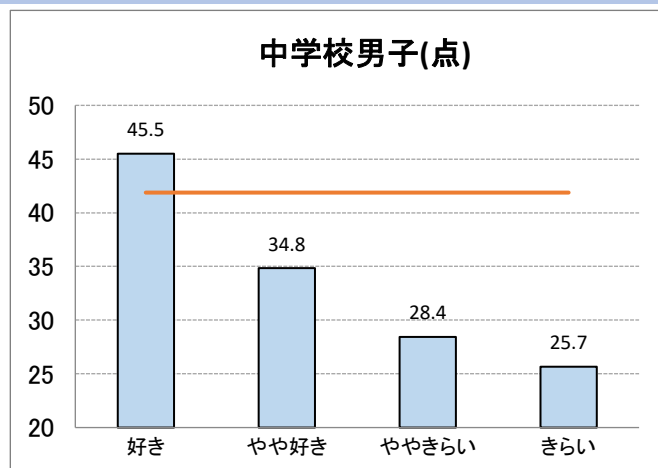
○ 運動やスポーツに関する意識

- ・運動やスポーツをすることが「好き」と回答した割合は、男子(71%)女子(52%)で、ともに全国平均(男子66%、女子43%)、全道平均(男子69%、女子44%)を上回った。また、男女とも運動やスポーツが好きなほど、体力合計点が高い傾向にある。
- ・運動は「大切」と回答した割合は、男子(76%)女子(58%)で、ともに全国平均(男子68%、女子49%)、全道平均(男子71%、女子51%)を上回った。また、運動は「大切」と思っているほど、男女とも体力合計点が高い傾向にある。
- ・「中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたい」と回答した割合は、男子(62%)女子(48%)で、ともに全国平均(男子60%、女子40%)、全道平均(男子61%、女子40%)を上回った。また、「持ちたいと思う」ほど男女とも体力合計点が高い傾向にある。

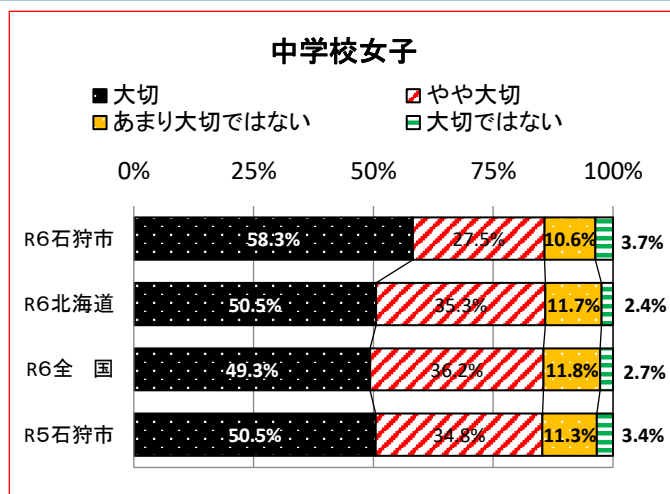
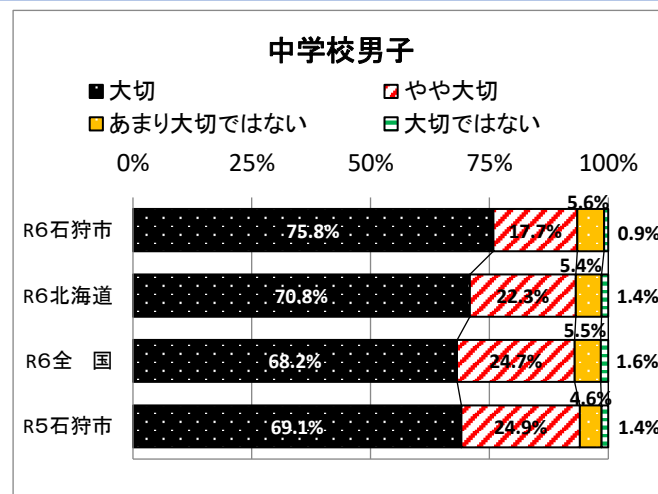
【運動やスポーツの好き・きらい】 運動やスポーツをすることは好きですか。



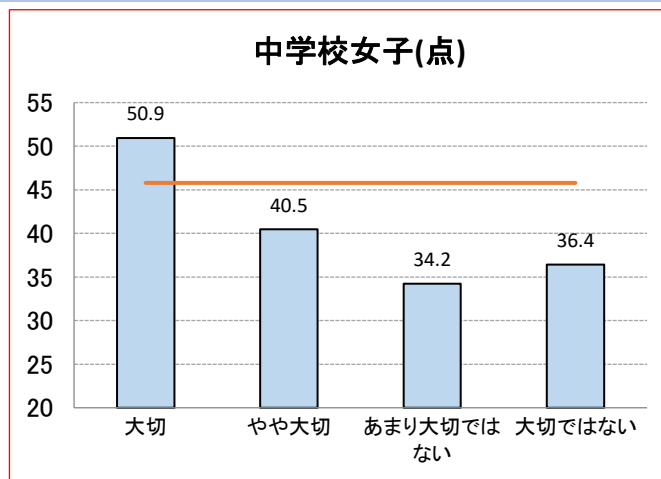
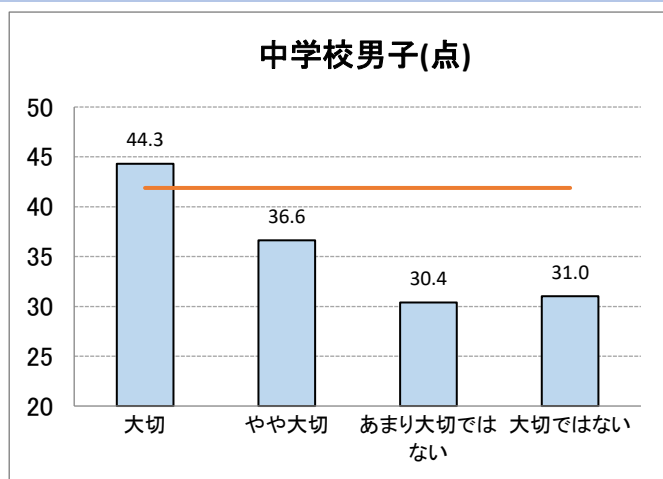
【運動やスポーツの好き・きらいと体力合計点との相関】 ※横線は市内の体力合計点の平均



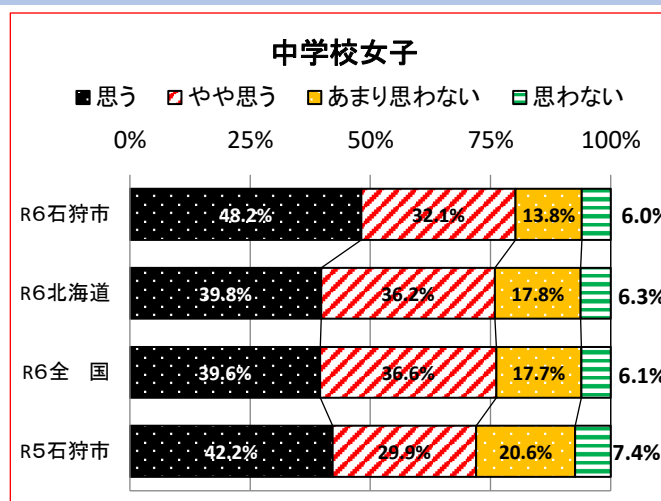
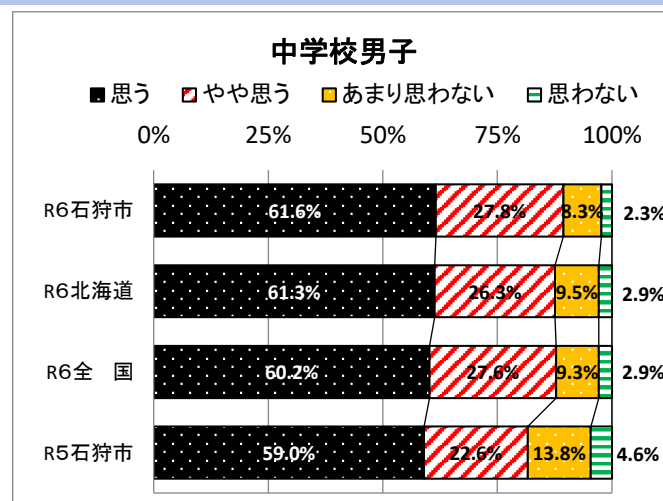
【運動は大切】 あなたにとって運動やスポーツは大切なものですか。



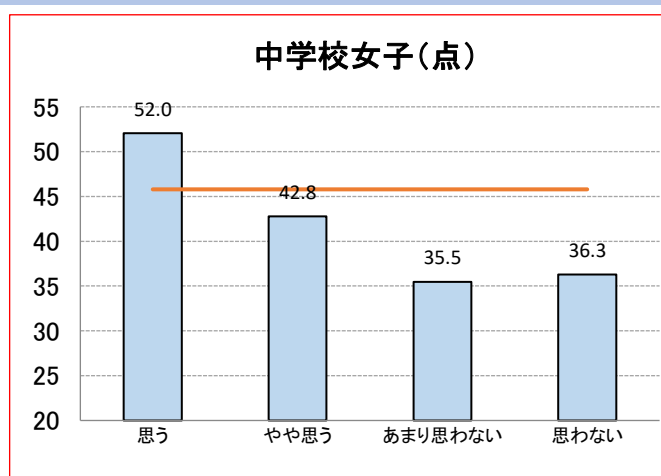
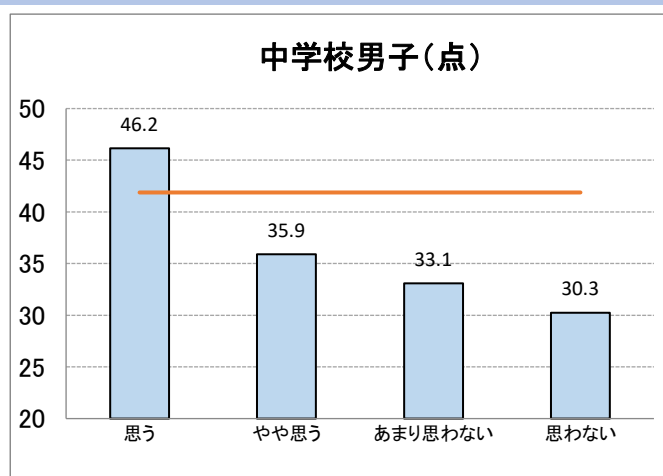
【運動は大切と体力合計点との相関】※横線は市内の体力合計点の平均



【卒業後の運動への関心・意欲】中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいですか。



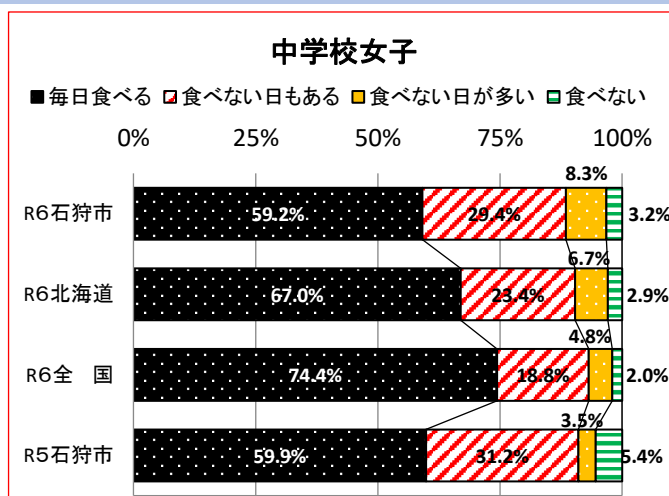
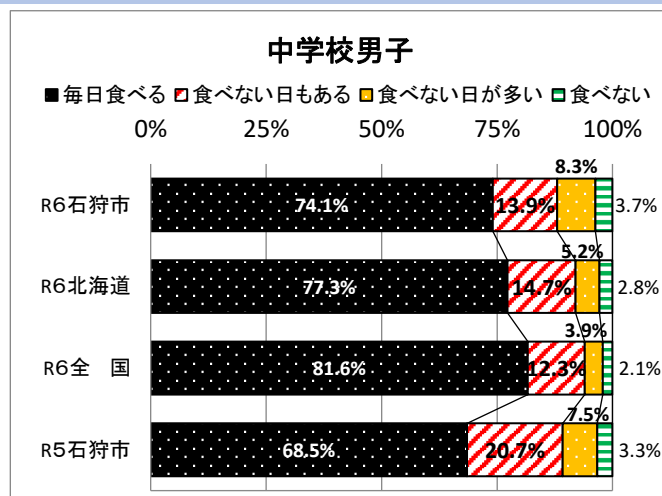
【卒業後の運動への関心意欲と体力合計点との相関】※横線は市内の体力合計点の平均



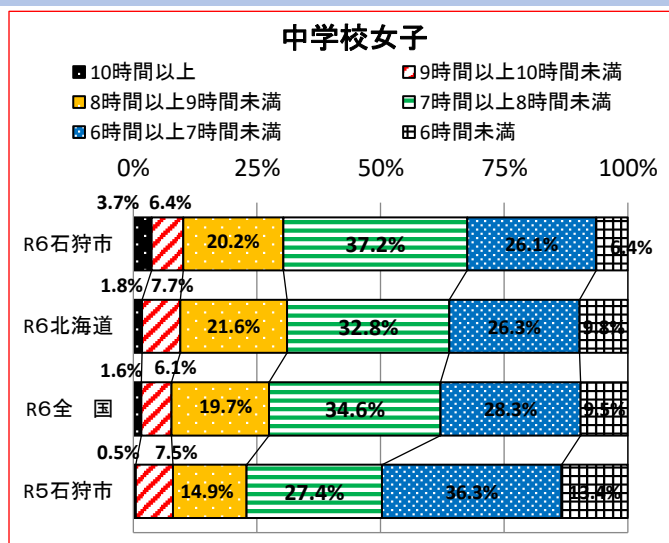
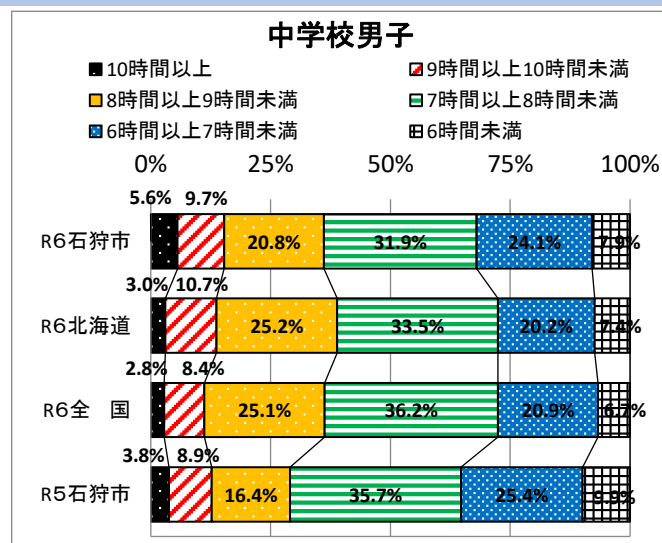
○ 家庭での生活習慣の状況

- ・朝食を毎日食べる生徒は、男子(74%)女子(59%)で、ともに全国平均(男子82%、女子74%)、全道平均(男子77%、女子67%)を下回った。
- ・睡眠時間については、7時間以上9時間未満睡眠する生徒が男子(53%)女子(57%)で、男子は全国平均(61%)、全道平均(59%)を下回り、女子は全国平均(54%)、全道平均(54%)を上回った。
- ・テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴は、男女ともに長時間視聴の傾向が見られ、3時間以上視聴する割合は、男子(66%)女子(61%)で、ともに全国平均(男子50%、女子49%)、全道平均(男子58%、女子57%)を上回った。特に、5時間以上の割合が男女ともに全国平均より多い。

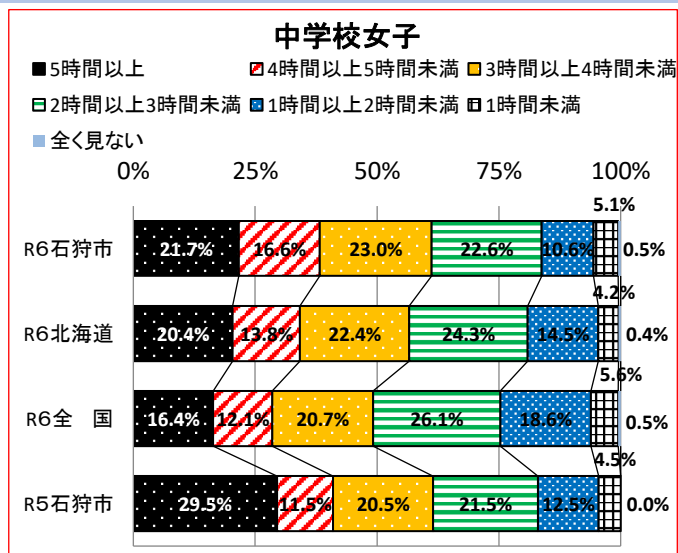
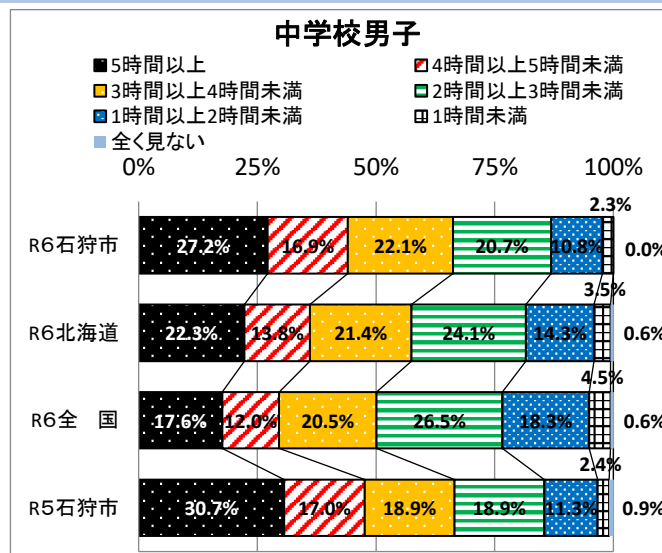
【朝食の摂取】 朝食は毎日食べますか。



【睡眠時間】 毎日どのくらい寝ていますか。



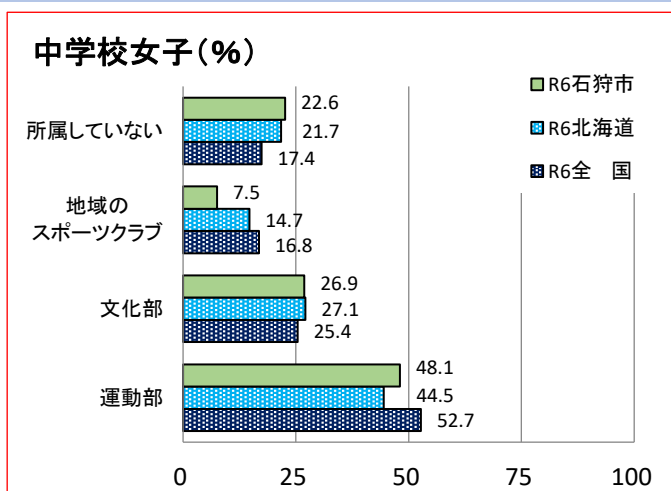
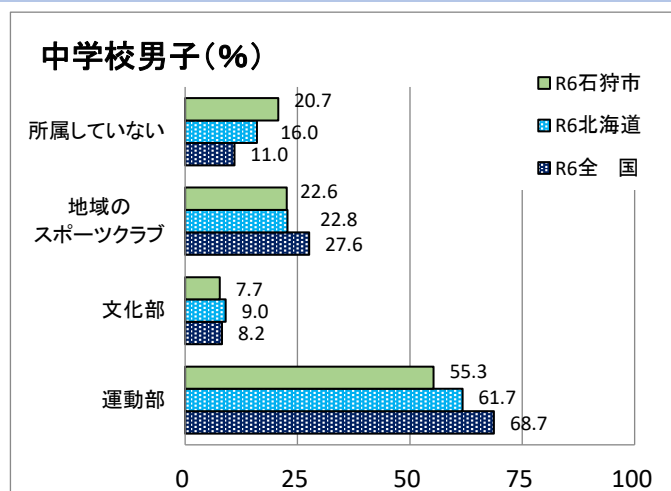
【視聴時間】 平日、学習以外でどのくらい、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



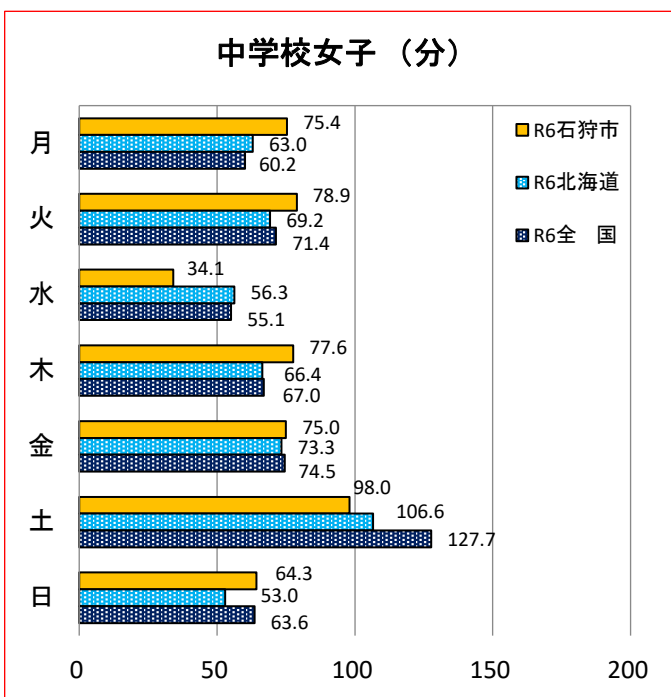
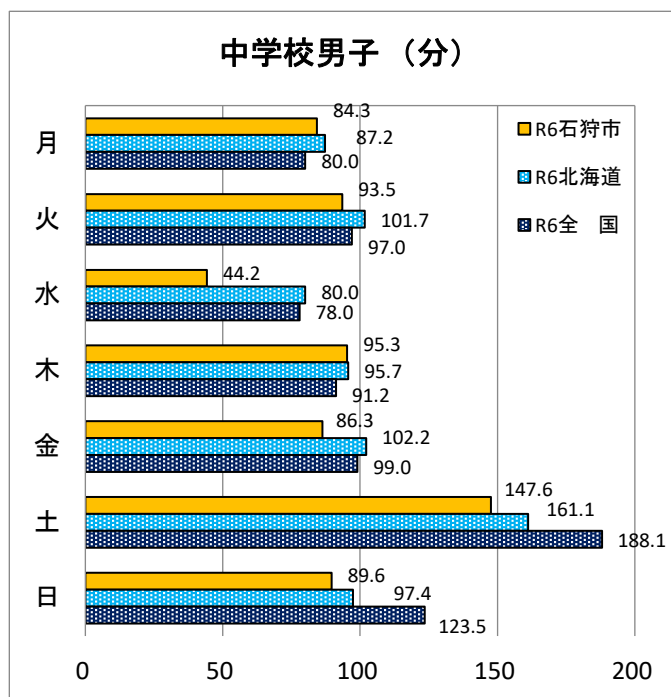
○ 運動習慣の状況

- ・学校の運動部・地域のスポーツクラブの所属状況は、男子(78%)女子(56%)で、ともに全国平均(男子96%、女子70%)、全道平均(男子85%、女子59%)を下回った。また、いずれにも所属していない割合は、男子(21%)女子(23%)で、全国平均(男子11%、女子17%)・全道平均(男子16%、女子22%)を上回った。
- ・体育の授業以外での運動時間は、男女ともに土曜日が一番多かった。
- ・1週間の総運動時間について、男子(633分)は全国平均(753分)、全道平均(721分)を下回った。一方、女子(503分)は、全道(487分)を上回ったが、全国平均(517分)を下回った。
- ・1週間の総運動量で、男子は7時間以上、女子は3.5時間以上運動している生徒が、体力合計点が高い傾向にある。

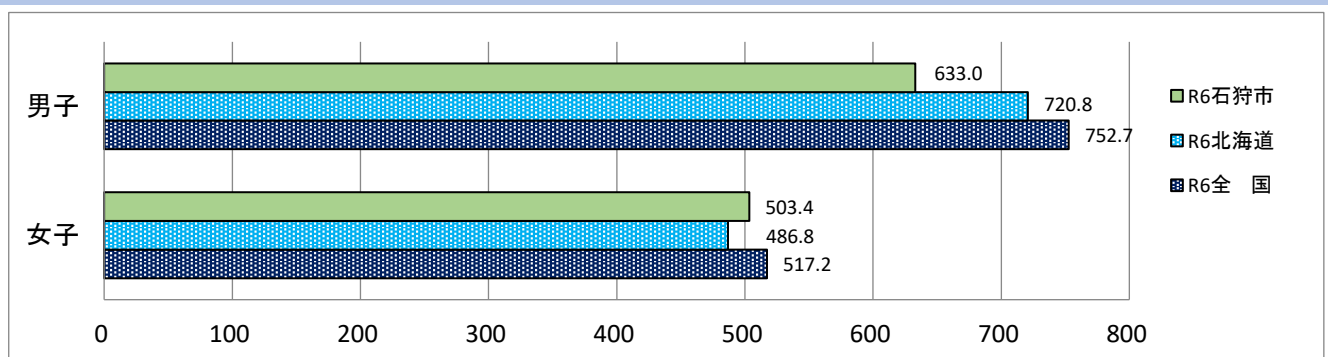
【部活動やスポーツクラブ等への所属状況】 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。あてはまるものをすべて選んでください。 ※複数回答可



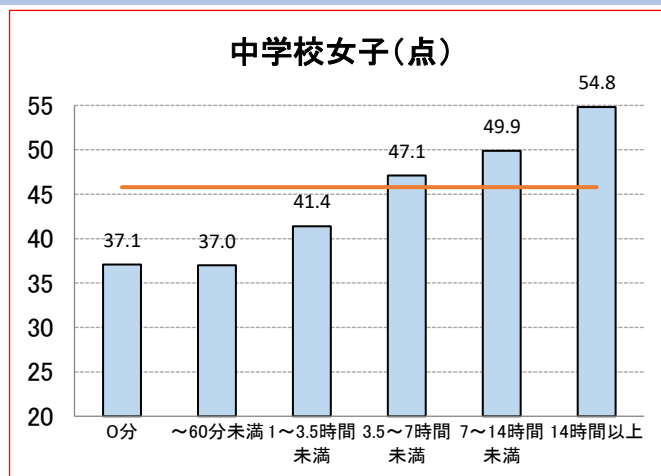
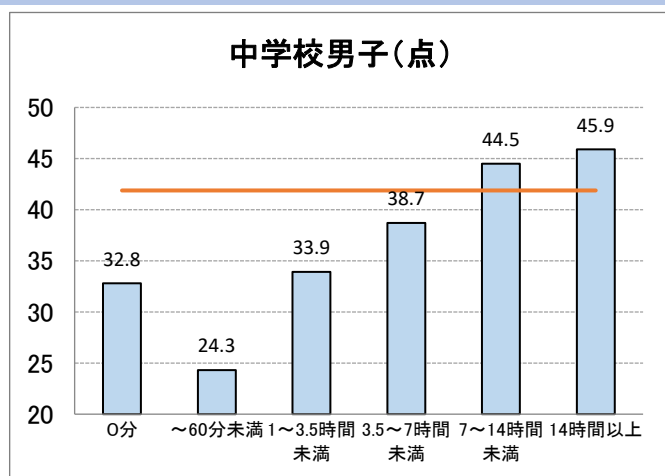
【保健体育の授業以外での運動時間】 普段の1週間で、学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを、合計で1日おおよそ何分くらいしていますか。



【1週間の総運動時間】(分)



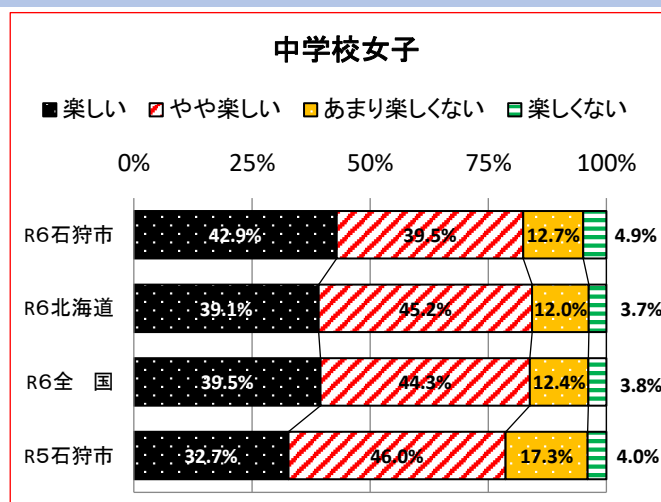
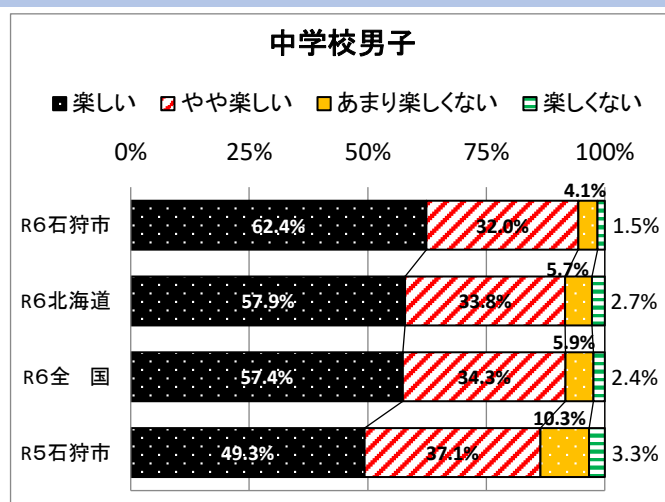
【運動やスポーツの実施頻度と体力合計点との相関】 ※横線は市内の体力合計点の平均



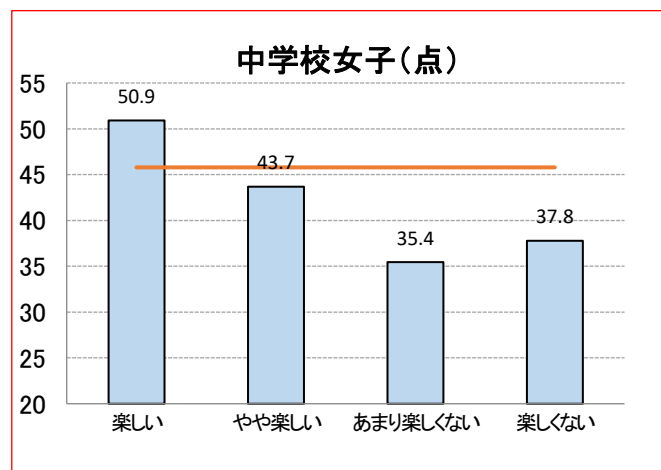
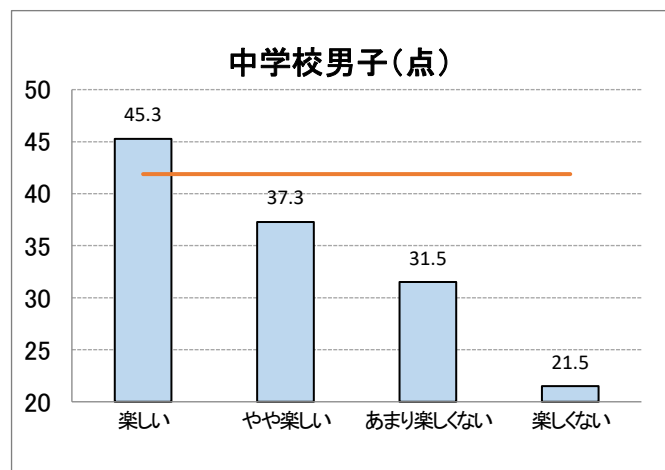
○ 保健体育の授業について

- ・「保健体育の授業は楽しい」と回答した生徒の割合は、男子(62%)女子(43%)で、ともに全国平均(男子57%、女子40%)、全道平均(男子58%、女子39%)を上回った。また、「保健体育の授業が楽しい」と回答した生徒は、男女とも体力合計点が高い傾向にある。
- ・保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で、「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答した生徒は、男子(48%)女子(45%)で、全国平均(男子41%、女子38%)、全道平均(男子41%、女子36%)を上回った。また、「いつもある」と回答した生徒は、男女ともに体力合計点が高い傾向にある。
- ・ICT機器の活用では、「いつもある」「だいたいある」割合は、男子(86%)女子(79%)で、ともに全国平均(男子67%、女子63%)、全道平均(男子74%、女子72%)を上回った。
- ・保健体育の授業の最後に行う振り返りで、「できたり、わかったり」することが「いつもある」「だいたいある」割合は、男子(88%)女子(88%)で、ともに全国平均(男子83%、女子82%)・全道平均(男子83%、女子82%)を上回った。
- ・「保健の学習を通して、もっと運動しようと思うようになった」と回答した生徒の割合は、男子(53%)女子(47%)で、ともに全国平均(男子48%、女子35%)、全道平均(男子46%、女子33%)を上回った。男女ともに「なった」と回答した生徒の体力合計点が高い傾向にある。

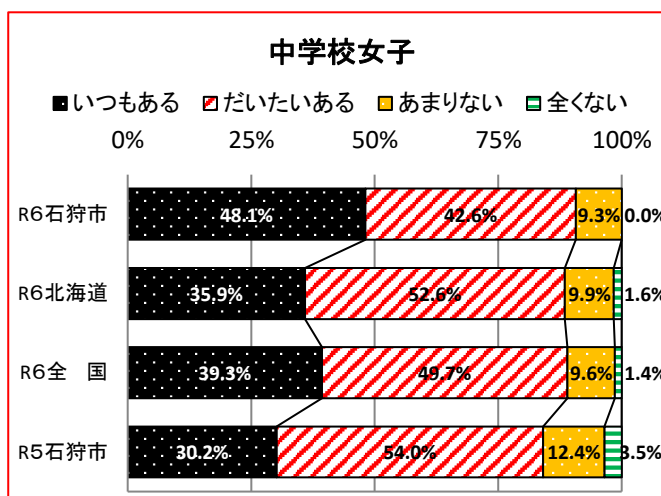
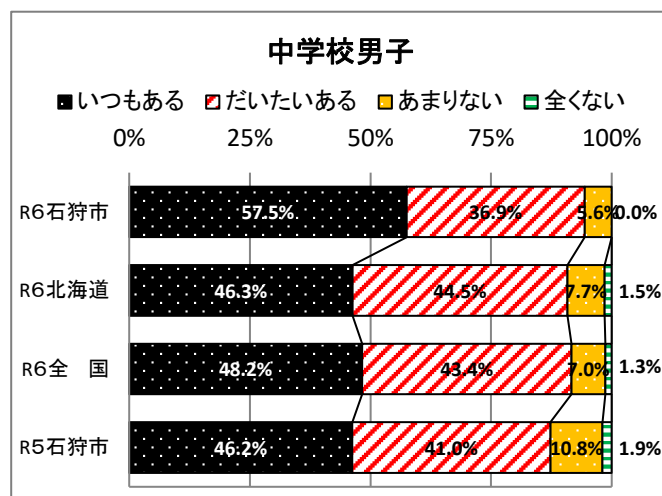
【保健体育の授業への関心・意欲】 保健体育の授業は楽しいですか。



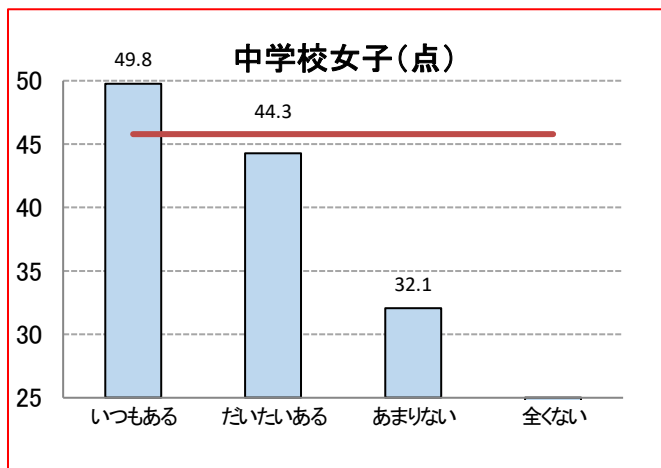
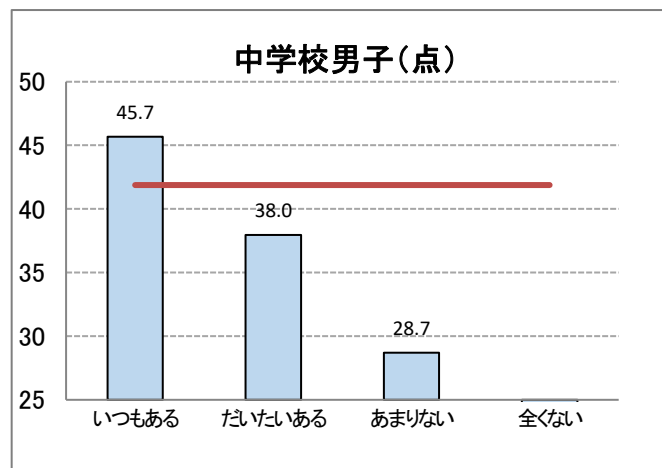
【「保健体育の授業は楽しい」と体力合計点との相関】 ※横線は市内の体力合計点の平均



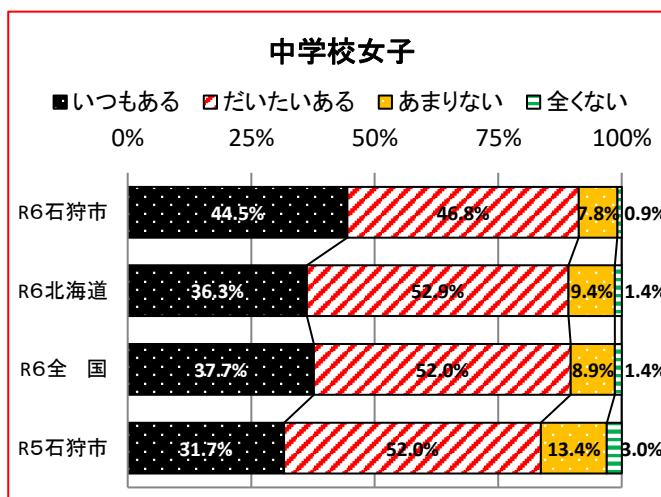
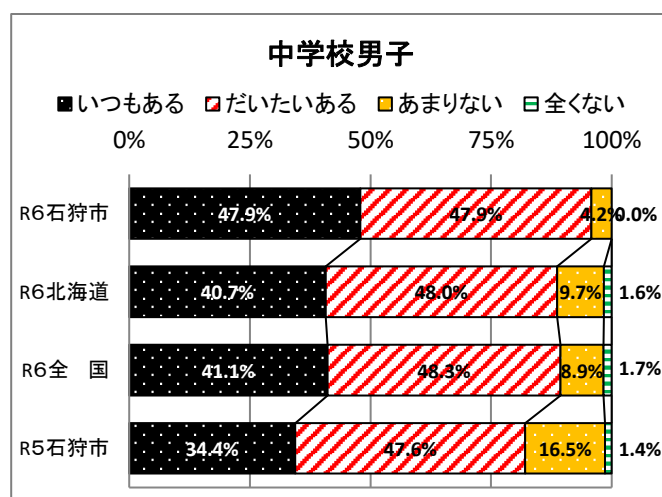
【保健体育の授業への関心・意欲】 保健体育の授業に進んで参加していますか。



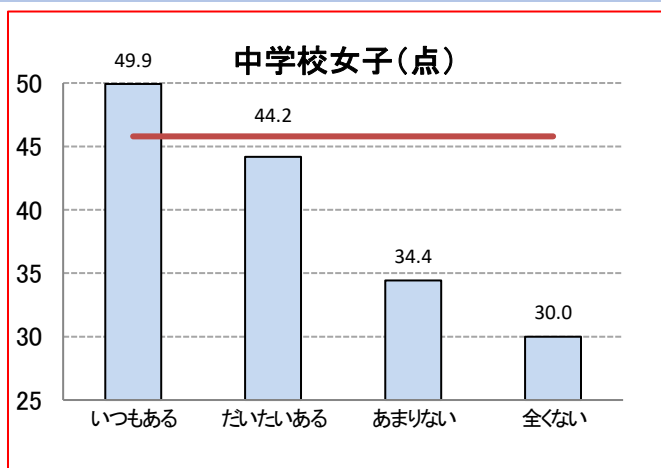
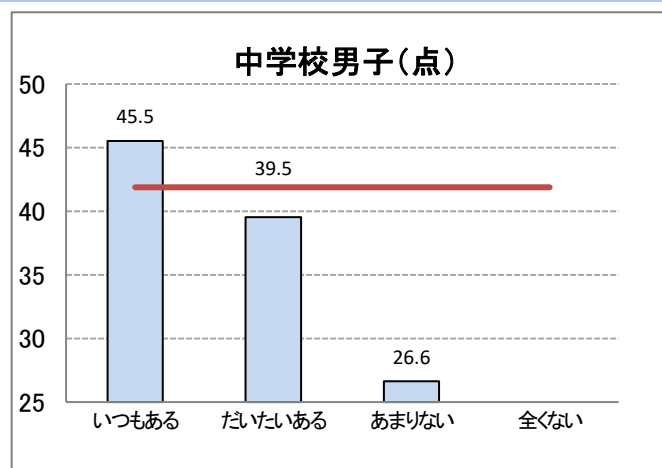
【「保健体育授業への意欲的な参加」と体力合計点との関連】 ※横線は、市内の体力平均点



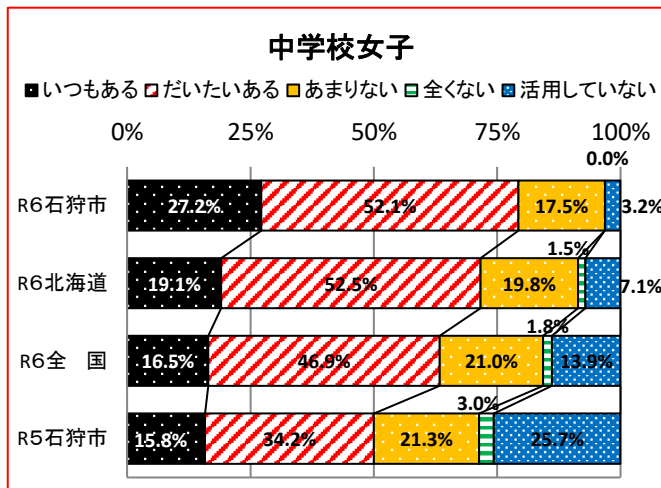
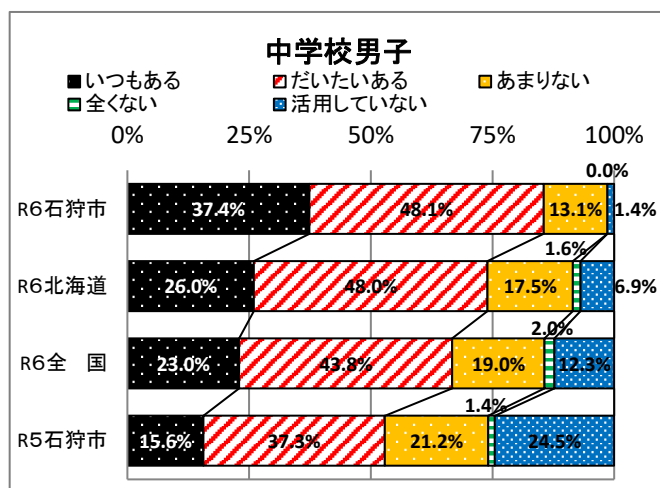
【保健体育授業の内容について】 保健体育の授業で、友達と助け合ったり教え合ったりする授業で「できたり、わかったり」することがありますか。



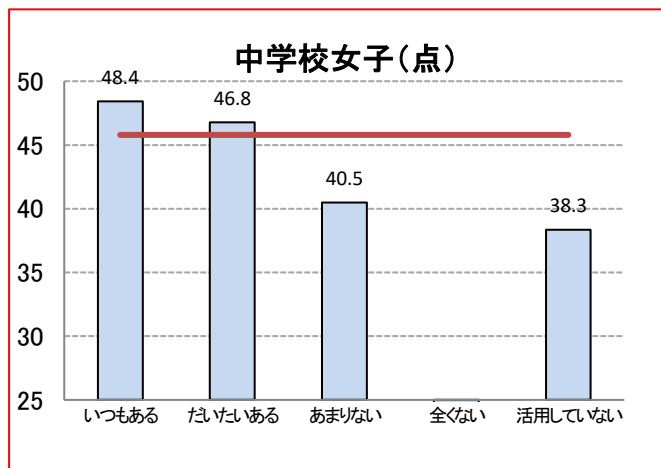
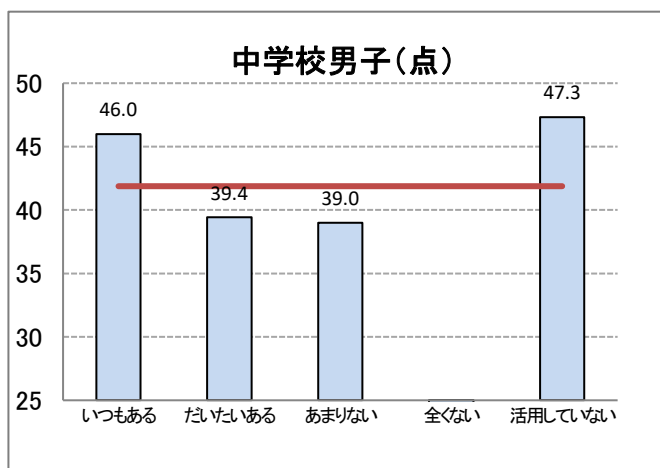
【「保健体育授業の助け合い」と体力合計点との関連】 ※横線は、市内の体力平均点



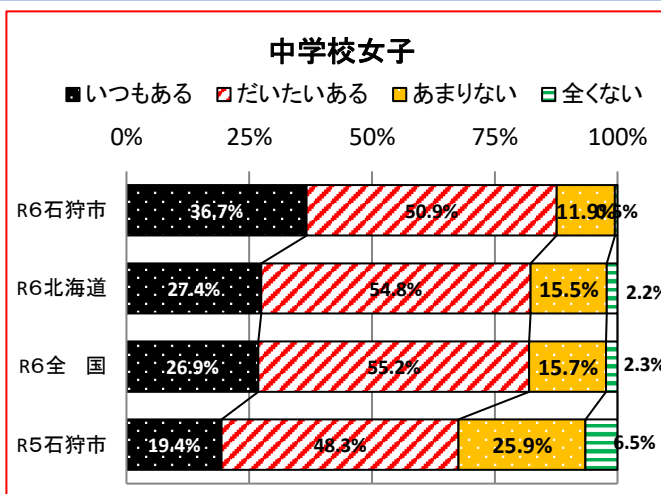
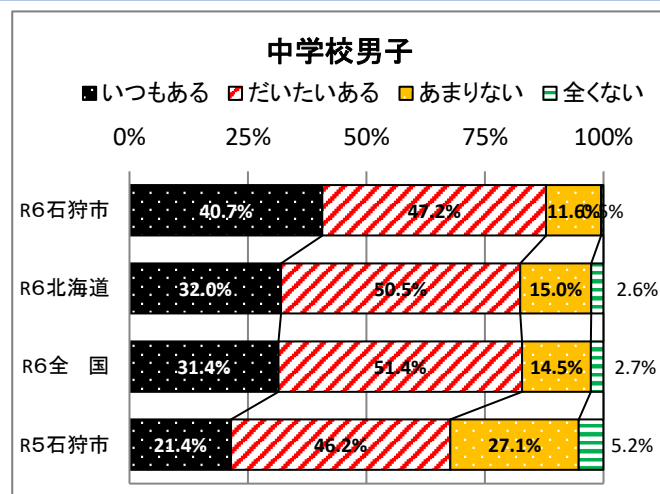
【保健体育授業の内容について】 保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



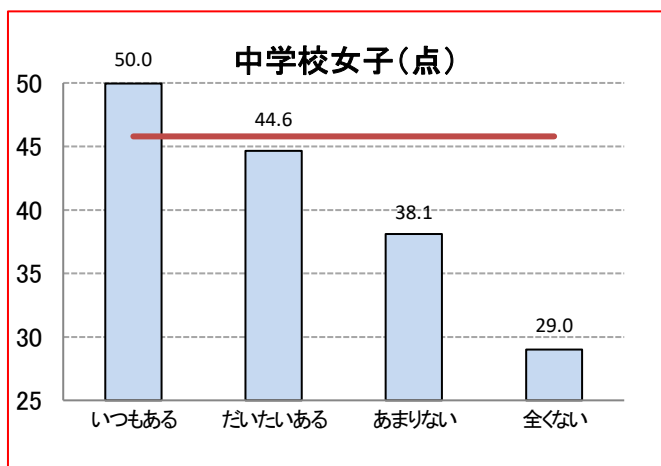
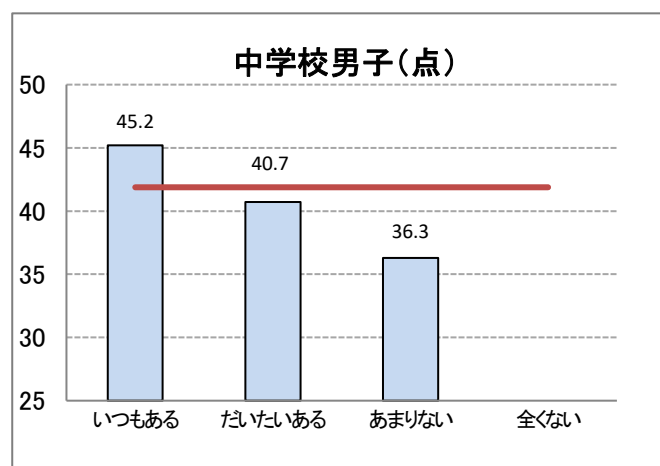
【「保健体育授業でICT機器の活用」と体力合計点との関連】 ※横線は、市内の体力平均点



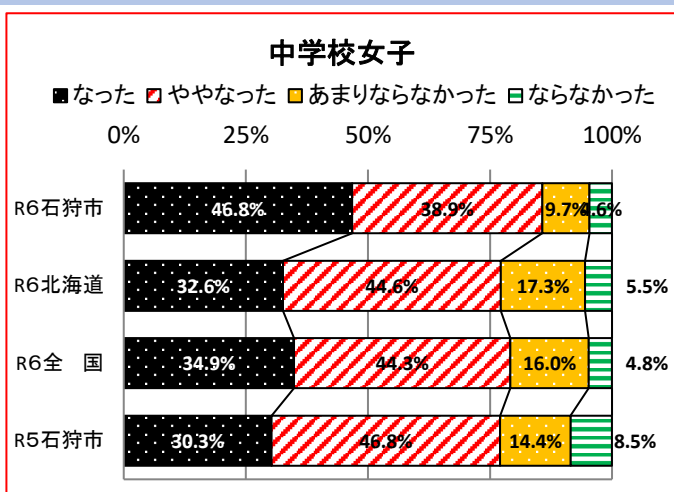
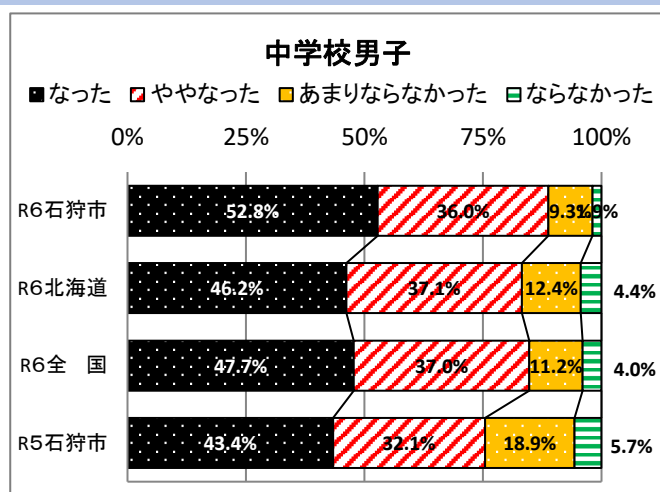
【保健体育授業の内容について】 保健体育の授業の最後で、振り返りをする中で「できたり、わかったり」することがありますか。



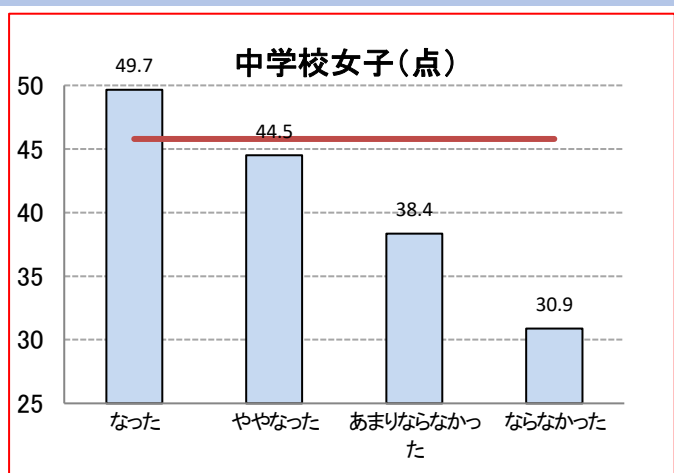
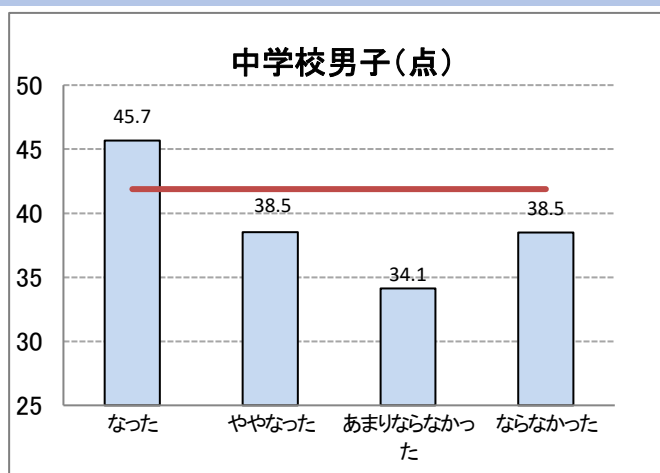
【「保健体育授業で最後に行う振り返り」と体力合計点との関連】 ※横線は、市内の体力平均点



【保健体育授業の内容について】 保健の学習を通して、もっと運動をしようと思うようになりましたか。



【「保健の学習における運動の意欲」と体力合計点との相関】 ※横線は市内の体力合計点の平均



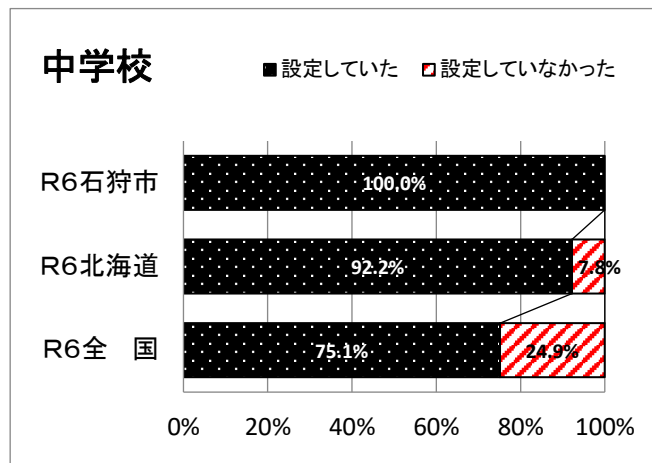
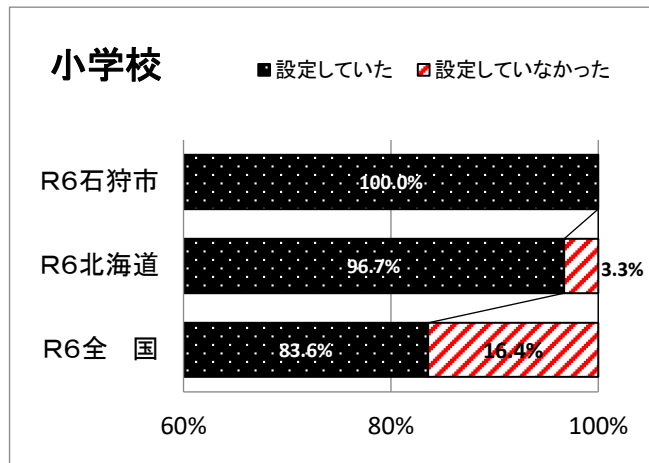
学校質問紙調査の結果

【令和6年度小・中学校】

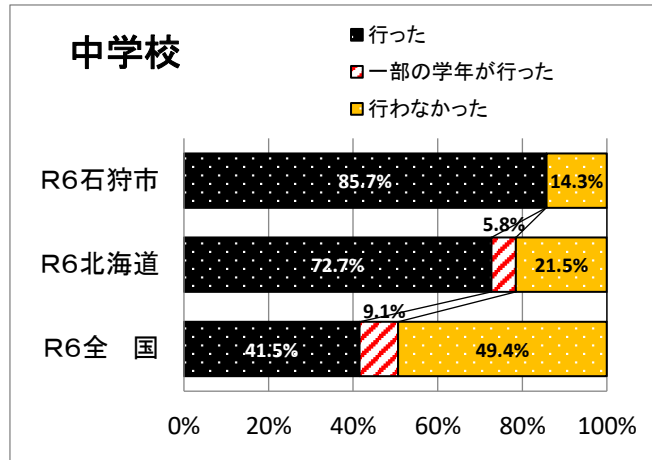
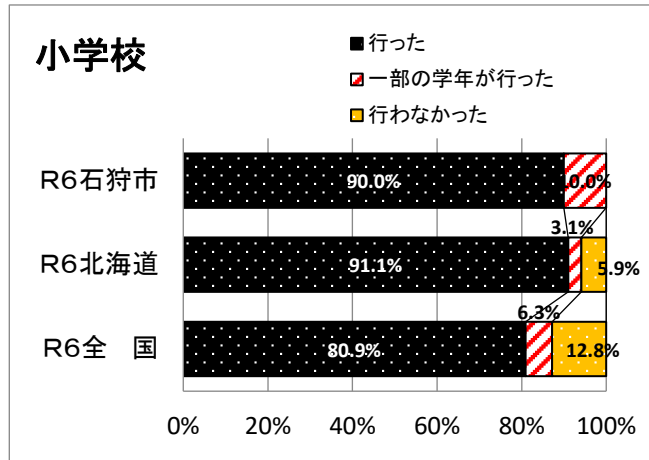
○ 体力・運動能力向上の取組

- ・【目標設定】学校全体で体力・運動能力向上のための目標を設定していた割合は、小学校・中学校ともに100%で、全国・全道平均を上回った。
- ・【取組】学校全体で、体育・保健体育の授業以外で、体力・運動能力向上のための取組をしていた割合は、小学校90%・中学校86%でともに全国・全道平均を上回った。
- ・【調査結果の活用】調査結果を踏まえた授業の工夫・改善を「行った」と回答した割合は、小学校80%・中学校86%で、全国・全道平均を上回った。

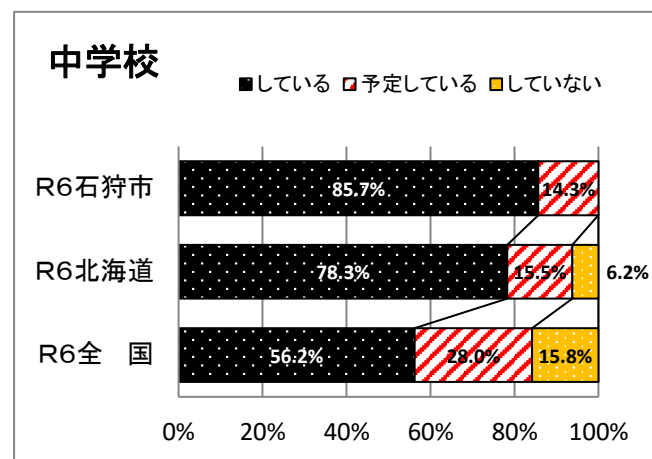
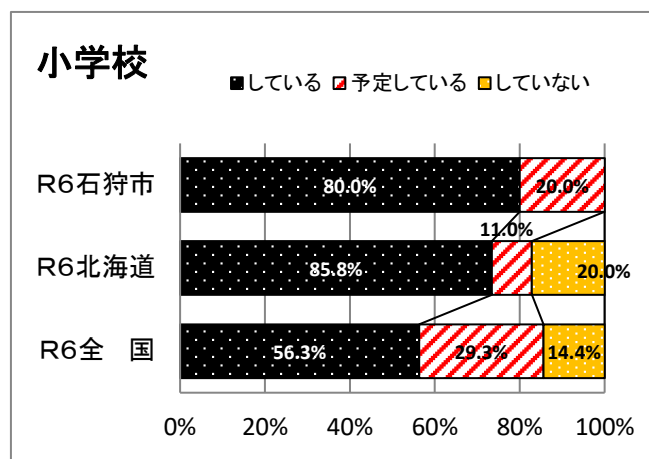
【目標設定】 前年度に、体力・運動能力向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



【体力・運動能力向上の取組】 前年度、体育・保健体育の授業以外で、全ての児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



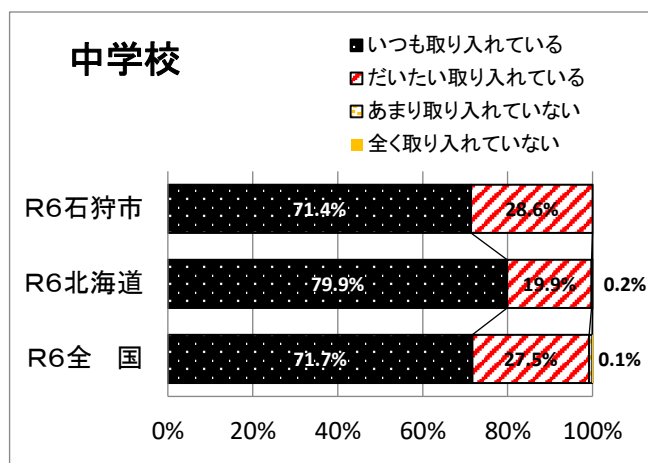
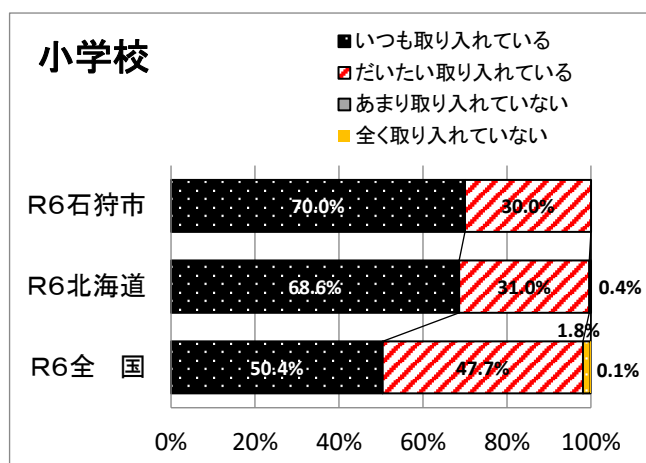
【調査結果の活用】 前年度の調査結果を踏まえた取組をしていますか。



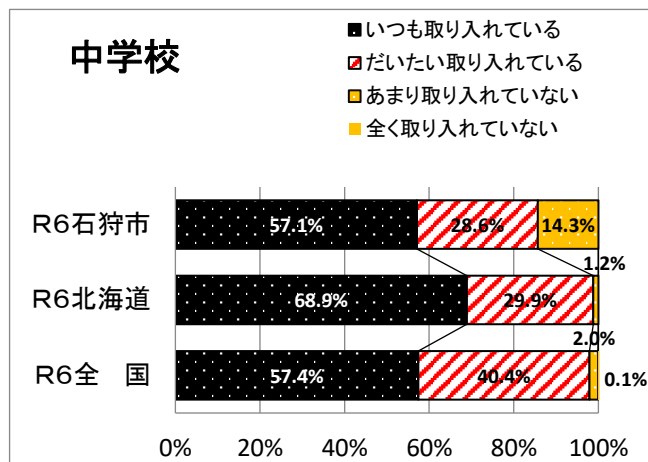
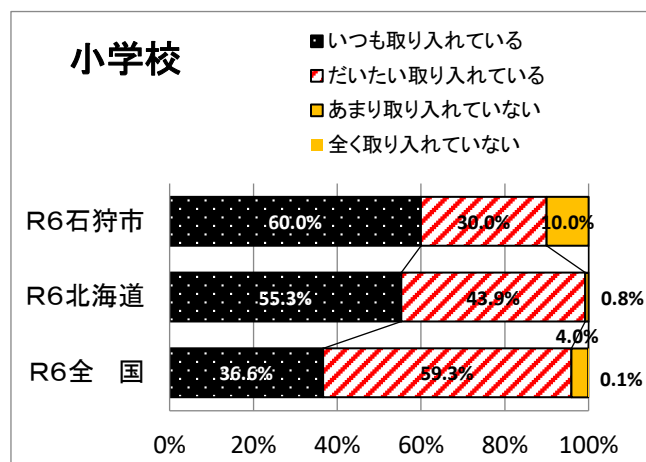
○ 体育・保健体育の授業の工夫・改善の具体的な取組

- ・【授業目標】体育・保健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」割合は、小学校(70%)では全国・全道平均を上回ったが、中学校(71%)は全国・全道平均を下回った。
- ・【振り返り活動】体育・保健体育の授業で学習したことを振り返る活動を、「いつも取り入れている」割合は、小学校(60%)で、全国・全道平均を上回ったが、中学校(57%)は全国・全道平均は下回った。
- ・【助け合い、役割活動】体育・保健体育の授業で助け合い、役割を果たす活動を「いつも取り入れている」割合は、小学校(60%)、中学校(71%)で、ともに全国・全道平均を上回った。
- ・【話し合い活動】体育・保健体育の授業で話し合い活動を、「全ての学年で取り入れている」割合は、小学校(90%)、中学校(100%)で、全国・全道平均を上回った。
- ・【ICTの活用】体育・保健体育の授業でICTの活用を「週1回程度以上」と回答した割合は、小学校(50%)で全国を上回ったが、全道を下回った。中学校(43%)は、ともに全国・全道平均を下回った。

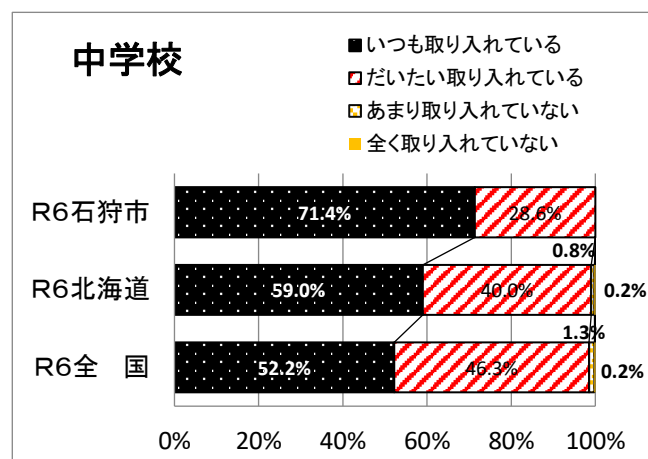
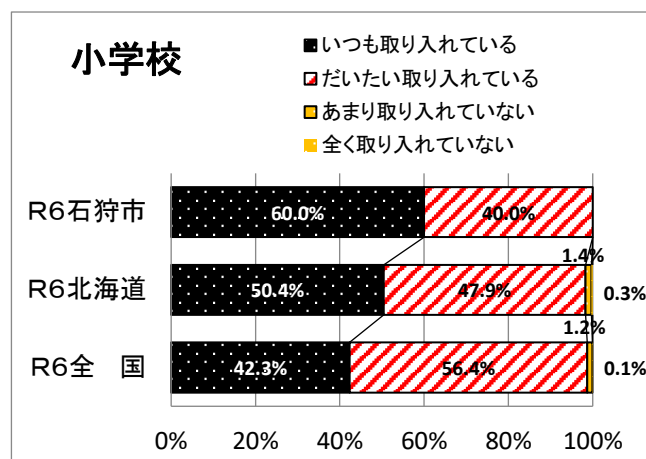
【授業の目標を示す活動】 体育・保健体育の授業の冒頭で目標を児童生徒に示す活動を取り入れていますか。



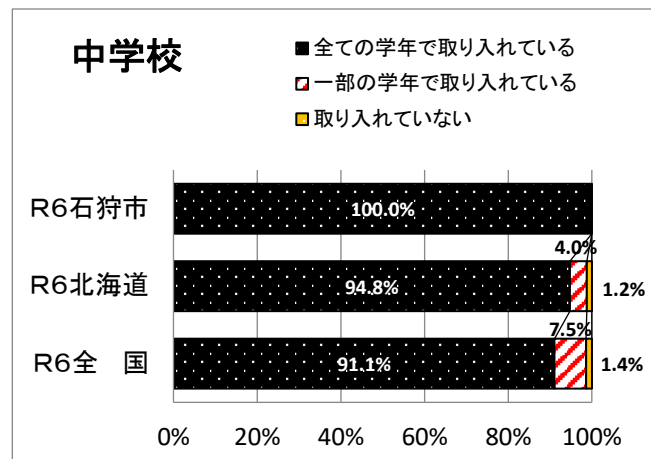
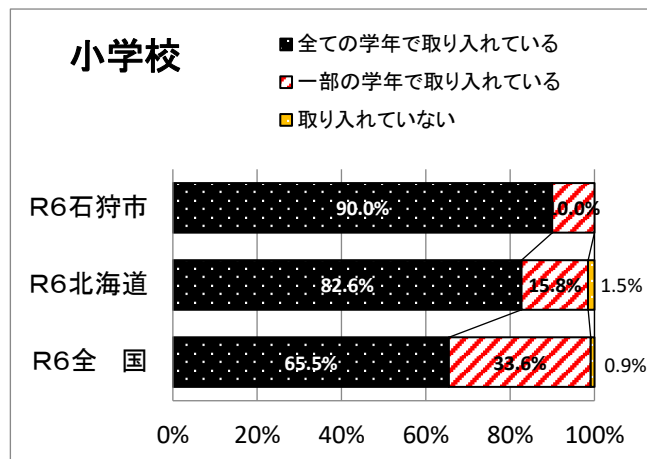
【学習を振り返る活動】 体育・保健体育の授業の最後に、学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。



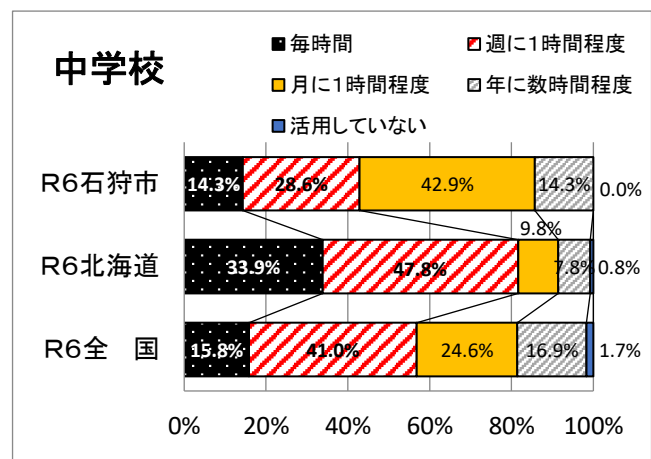
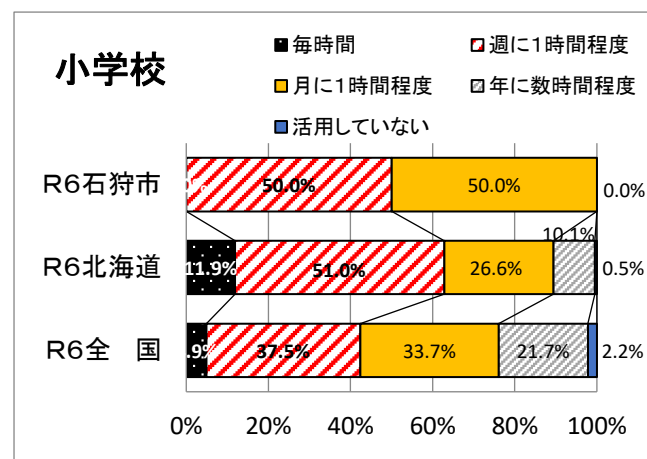
【助け合い、役割を果たす活動】 体育・保健体育の授業で児童生徒同士が助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。



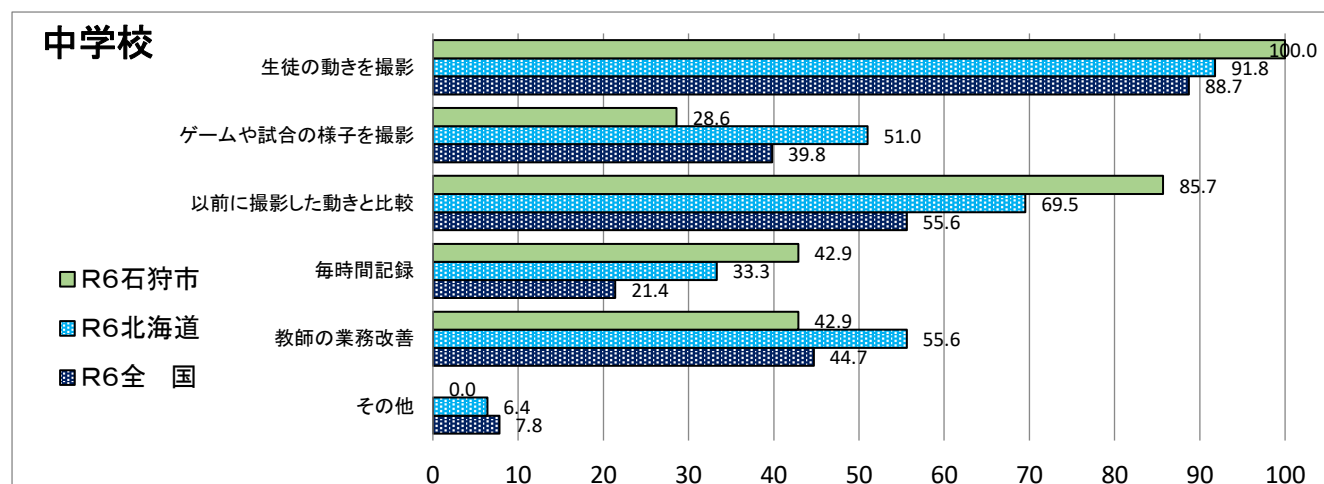
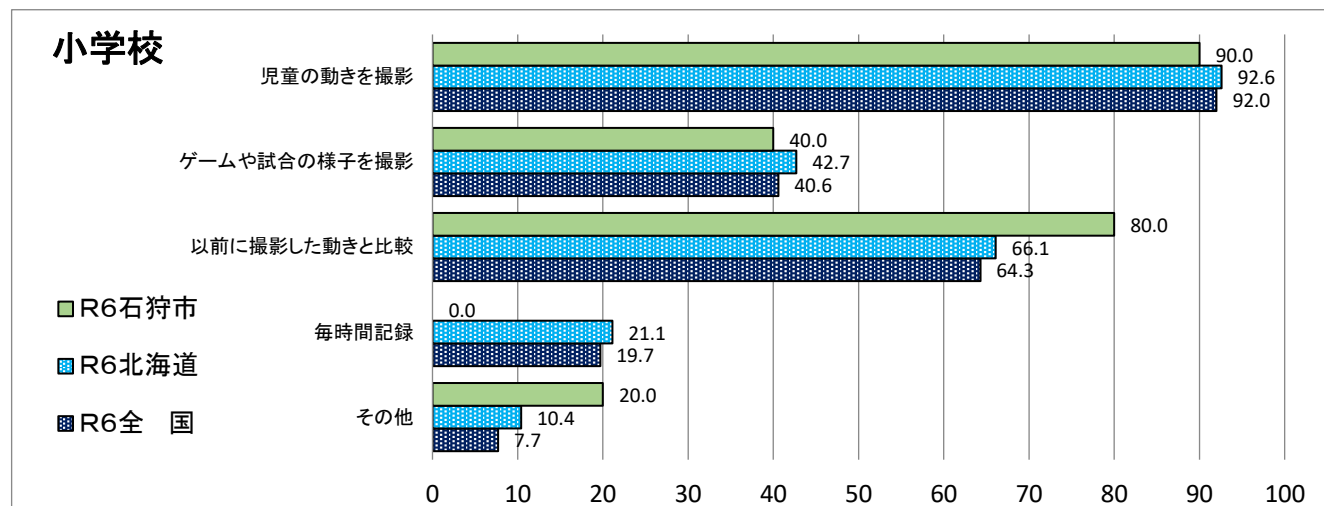
【話し合い活動】 体育・保健体育の授業で児童生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか。



【ICTの活用】 体育・保健体育の授業でICTをどれくらいの頻度で活用していますか。



【ICTの活用】 体育・保健体育の授業でICTをどのように活用していますか。

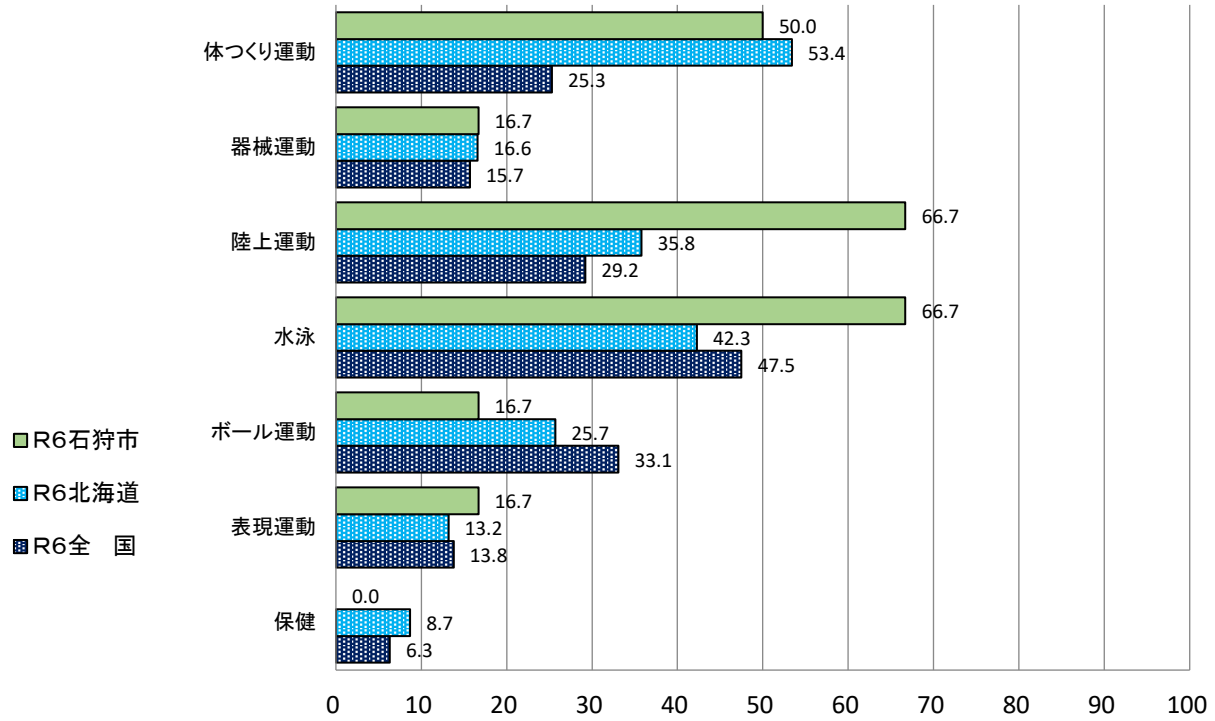


○ 外部人材の活用する取組

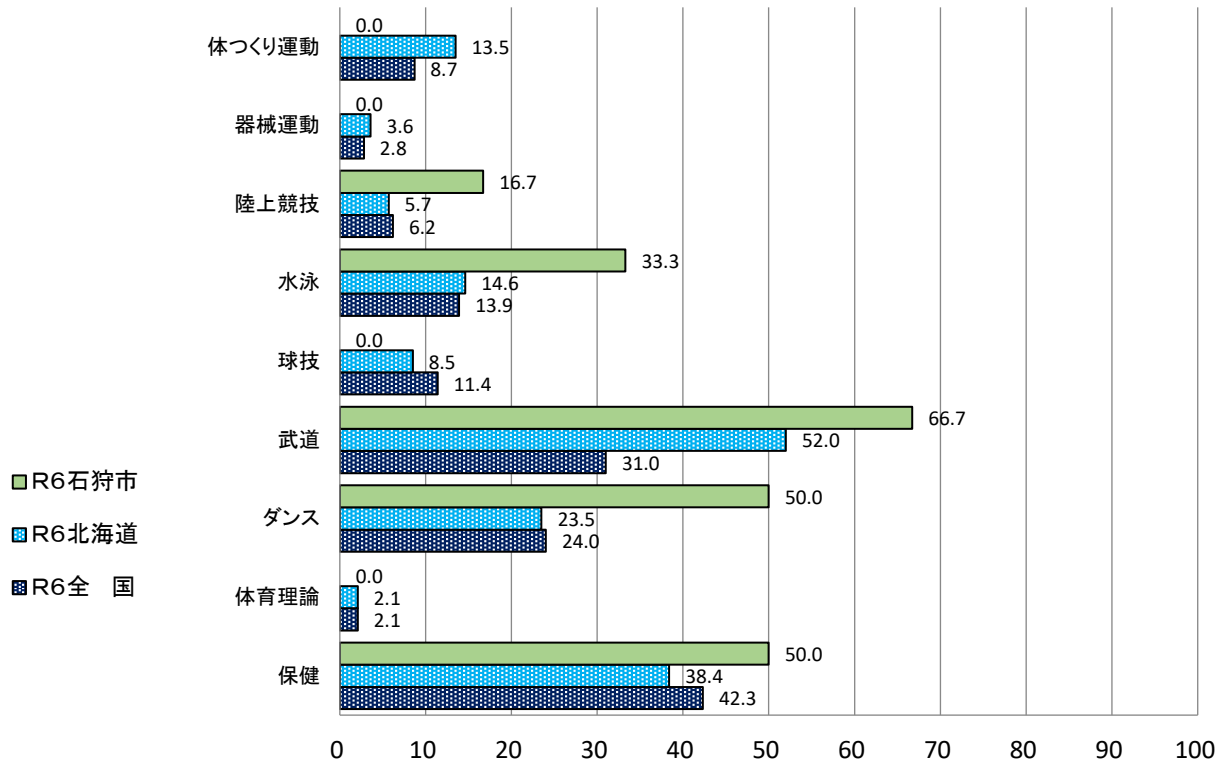
・体育・保健体育の授業での外部人材の活用の場面(領域)について、小学校では「陸上運動」「水泳」が多く、全国・全道平均を上回った。中学校では、「武道」「ダンス」が多く、全国・全道平均を上回った。

【外部人材の活用】 令和4年度の児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組において外部人材をどのような場面(領域)で活用していますか。 ※複数回答可(%)

小学校(%)



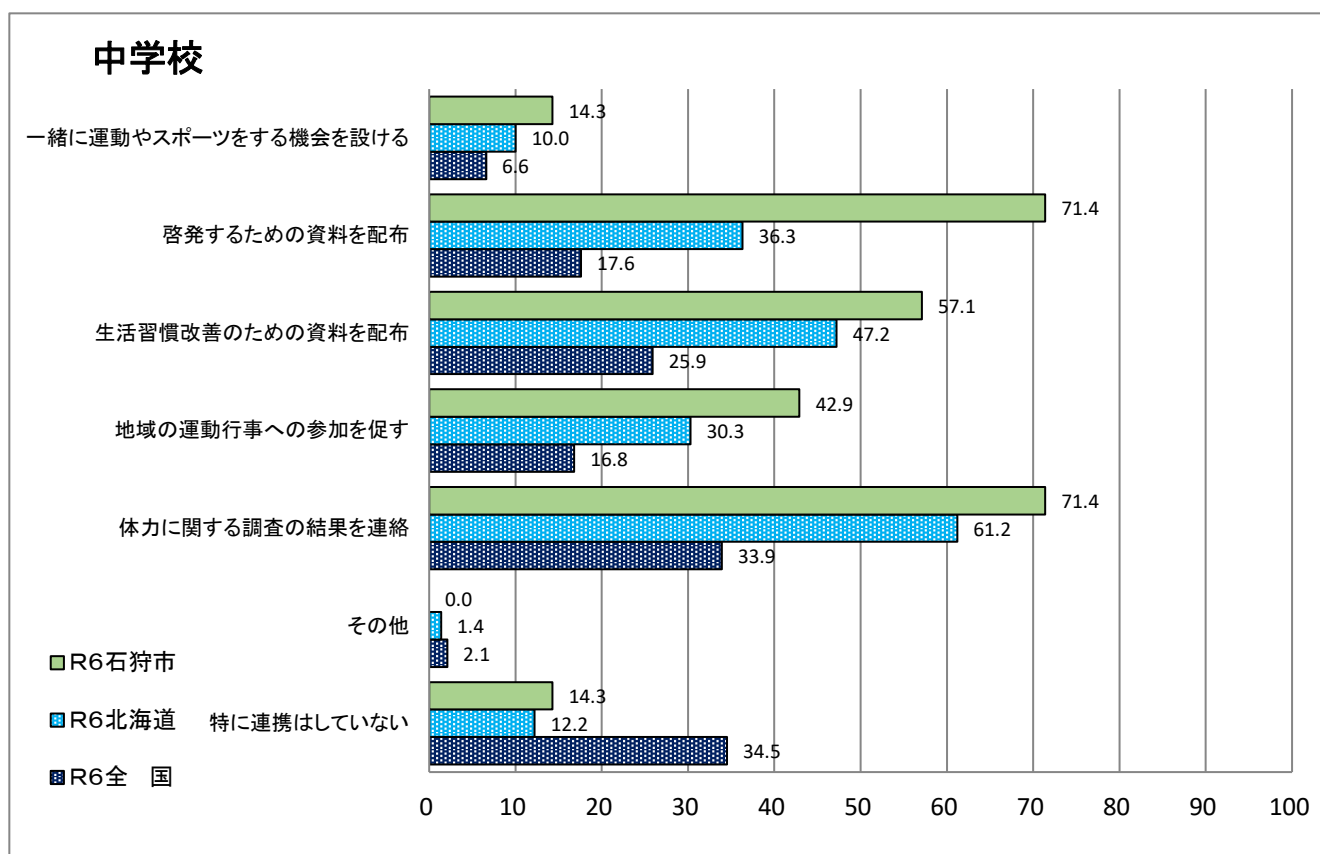
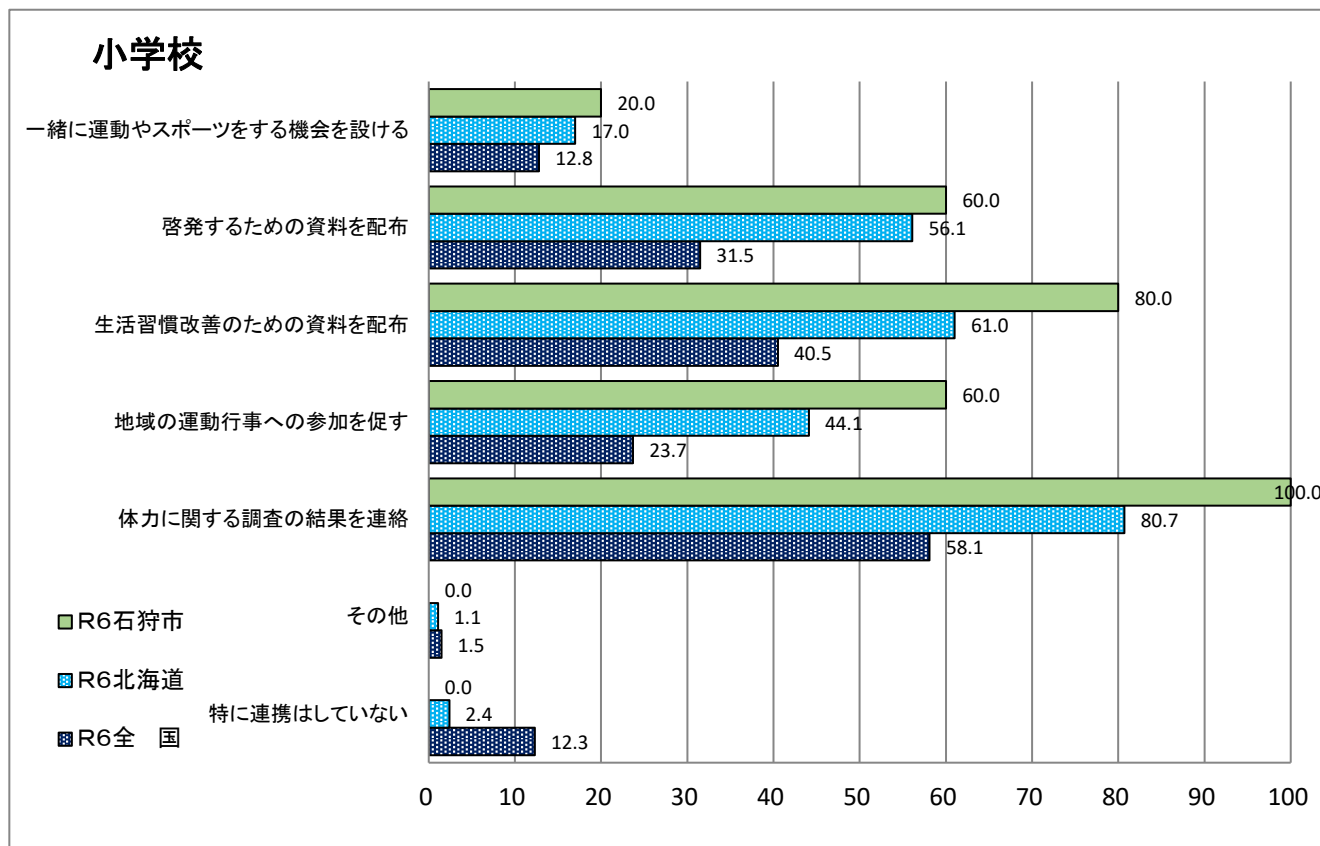
中学校(%)



○ 地域・家庭や関係機関との連携に関する取組

・運動やスポーツに関する家庭との連携については、小学校・中学校ともに「啓発するための資料を配布」「生活習慣改善のための資料を配布」「体力に関する調査の結果を連絡」と回答した割合が高く、全国・全道平均を上回った。

【家庭との連携】 運動やスポーツ、生徒の体力について、家庭とどのような連携をしていますか。
(複数回答可)



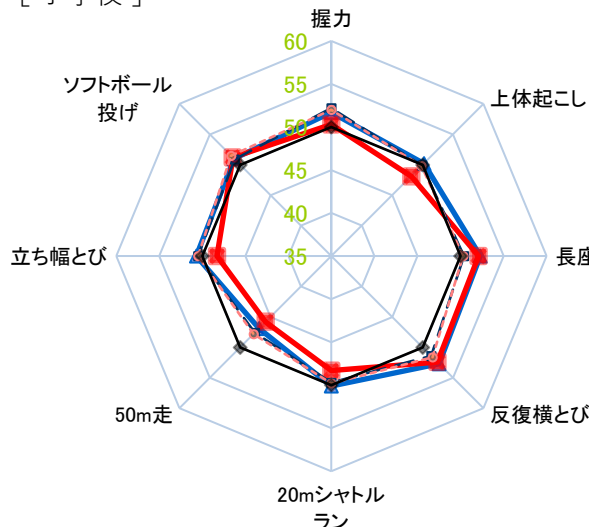
【石狩市】北海道版結果報告書 市町村頁

■ 石狩市内小・中学校の状況及び体力向上策(学校数:小学校10校・児童数458名、中学校7校・生徒数442名)

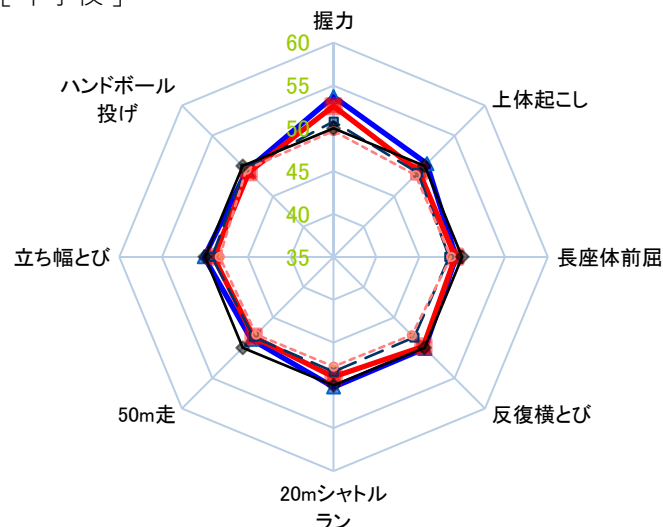
【各種目の状況】

全国を50とした時の数値(T得点)をレーダーチャートで表示

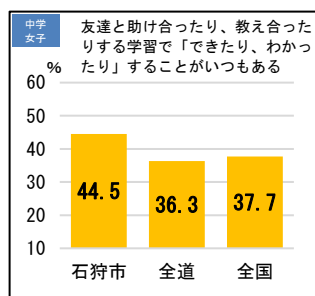
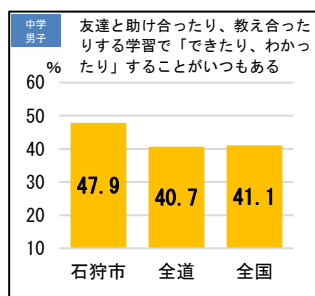
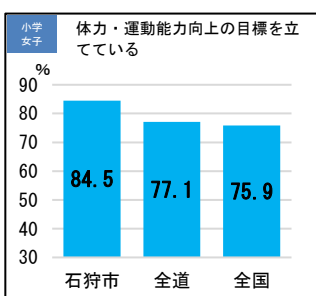
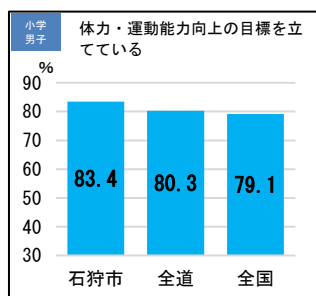
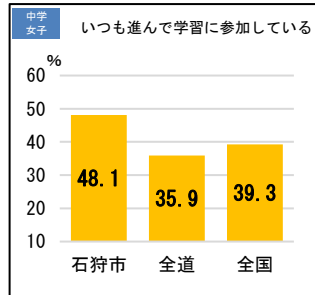
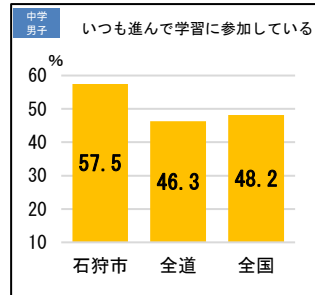
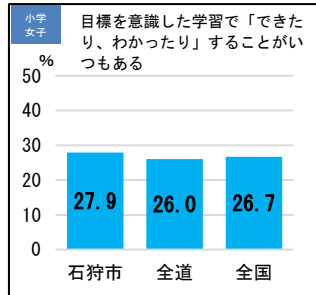
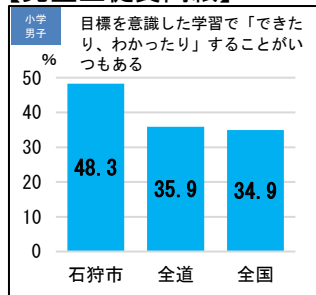
[小学校]



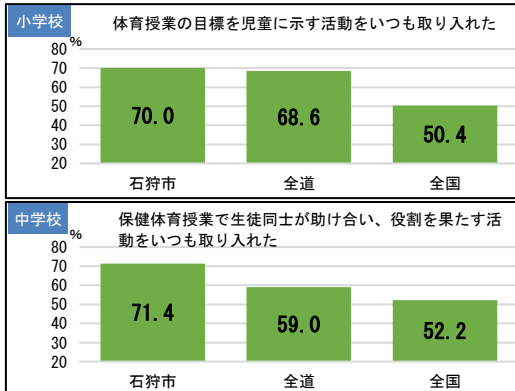
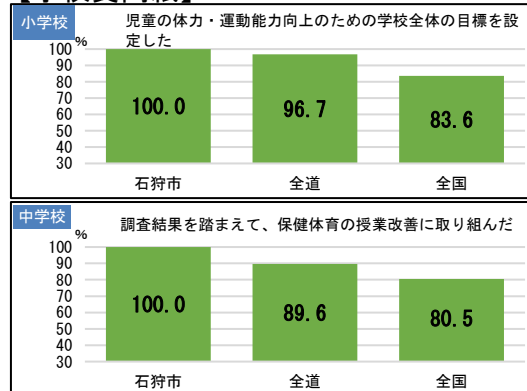
[中学校]



【児童生徒質問紙】



【学校質問紙】



【分析】

<小学校>
各学校において、児童の体力・運動能力向上のための学校全体の目標を設定し、体育授業の目標を児童に示す活動をいつも取り入れたことにより、「目標を意識した学習でできたり、わかったりすることがいつもある」「体力・運動能力向上の目標を立てている」と回答した児童の割合が全国を上回ったと考えられる。

<中学校>
各学校において、調査結果を踏まえて授業改革に取り組み、保健体育授業で生徒同士が助け合い、役割を果たす活動をいつも取り入れたことにより、「いつも進んで学習に参加している」「友達と助け合ったり、教え合ったりする学習でできたり、わかったりすることがいつもある」と回答した生徒の割合が全国を上回ったと考えられる。

【石狩市の体力向上策】

- ◎ 体力・運動能力向上に向けた各学校独自の「体力1校1プラン」の推進
- ◎ 放課後すこやかスポーツ教室などの地域学校協働活動による放課後の運動機会の提供
- ◎ 基本的な生活習慣の定着(いしかりふれあいDAY、家庭教育講座等による家庭との連携)

【Webページ】

