

資料 1

子どもたちの体力向上について

平成31年2月4日

三重県教育委員会

《目 次》

子どもたちの体力向上について

I	平成 30 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要	
1	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	1
2	実技に関する調査結果	2
3	平成 30 年度中学校 2 年生、平成 27 年度小学校 5 年生の比較	3
4	家庭・地域との連携	4
	（1） 家庭・地域への働きかけ	
	（2） 生活習慣について	
II	本県によるこれまでの取組	
1	各学校での取組	9
2	県教育委員会の取組	11
	【参考】 総合評価 D E の児童生徒の割合の推移	12
III	本調査結果の児童・生徒質問紙調査及び学校質問紙調査から	
1	総合評価が D E の児童生徒の現状	13
	（1） 運動習慣について	
	（2） 運動への意識について	
	（3） 体育・保健体育の授業について	
	（4） 家庭での働きかけ	
	（5） 新体力テストにおいて得意な体力要素がある児童生徒と そうでない児童生徒との比較	
2	今後の対応方針	19
	【参考】	
	※ H30 みえ子どもの元気アップシート	
	※ 体力ふりかえりシート	

子どもたちの体力向上について

子どもたちの生涯において、健康の保持増進のためには、人間の活動の源になる体力を子どもの時期からしっかりと身に付けていくことが必要です。

三重県では平成20年度からスポーツ庁（文部科学省）が実施している小学5年生と中学2年生を対象（悉皆調査）にした「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（以下「体力調査」という。）に参加しています。

参加対象：小学校第5学年 352校、15,675人（義務教育学校1校含む）

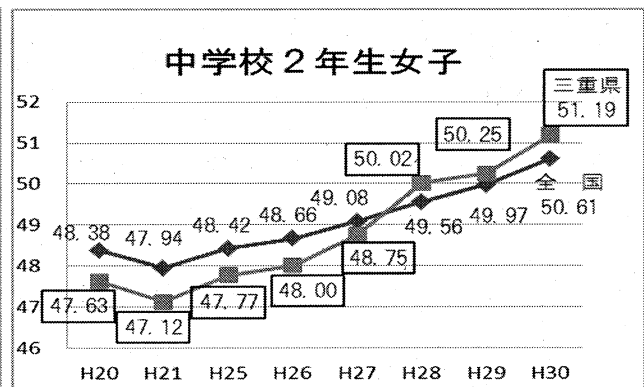
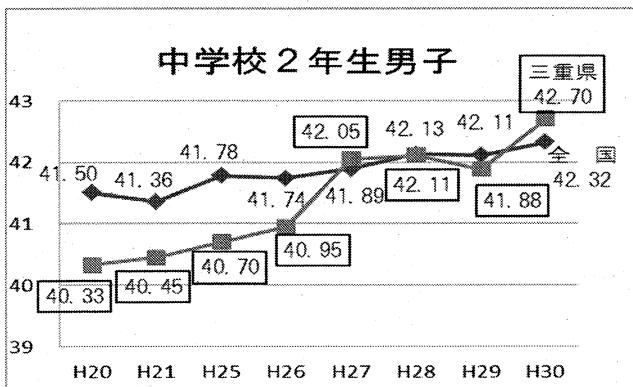
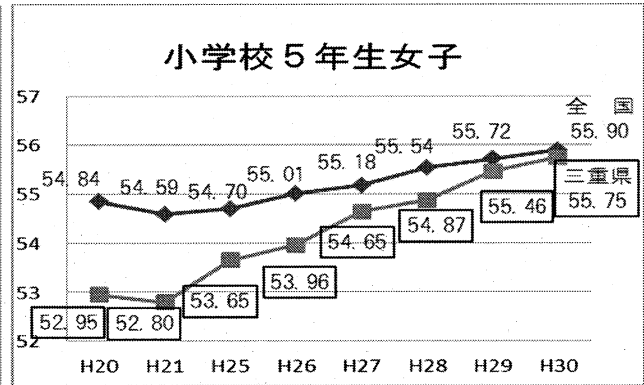
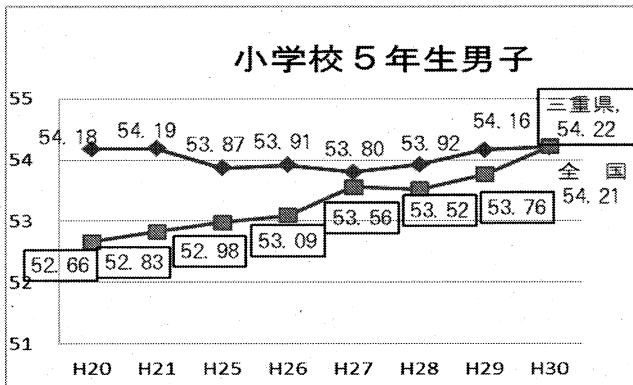
中学校第2学年 155校、14,669人（義務教育学校1校、特別支援学校4校含む）

1 平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の概要

○体力合計点について、小学校女子は、全国平均を上回ることはできませんでしたが、小学校男子、中学校男子・女子は、全国平均を上回りました。また、小学校男子・女子及び、中学校男子・女子のすべてにおいて、平成20年度からの調査開始以来、体力合計点が過去最高値を示しました。

1 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



2 実技に関する調査結果

○種目別の全国平均との比較では、小学校男子、女子ともに8種目中3種目、中学校男子、女子ともに9種目中5種目が上回り、あわせて34種目中16種目が上回りました。(昨年度は34種目中11種目が上回る)

【小学校第5学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H30年度	H30年度	H29年度	H30年度	H30年度	H29年度
	三重県	全 国	三重県	三重県	全 国	三重県
握力 (kg)	↑ 16.77	16.54	16.63	↑ 16.32	16.15	16.27
上体起こし (回)	↑ 19.43	19.95	19.11	↑ 18.41	18.96	18.19
長座体前屈 (cm)	↑ 33.21	33.31	32.85	↑ 37.43	37.62	37.03
反復横とび (点)	↑ 42.89	42.10	42.58	↑ 41.05	40.32	40.61
20mシャトルラン(回)	↓ 51.71	52.15	52.01	↓ 40.77	41.88	40.90
50m走 (秒)	↑ 9.39	9.37	9.42	↑ 9.66	9.60	9.65
立ち幅とび (cm)	↑ 151.97	152.24	150.50	↑ 145.54	145.94	144.80
ソフトボール投げ(m)	↓ 22.20	22.15	22.49	↓ 14.00	13.77	14.20
体力合計点※ (点)	↑ 54.22	54.21	53.76	↑ 55.75	55.90	55.46

: 全国平均を上回る
 ↑ : 平成29年度三重県平均を上回る
 ↓ : 平成29年度三重県平均を下回る

【中学校第2学年の平均値】

調査種目	男子			女子		
	H30年度	H30年度	H29年度	H30年度	H30年度	H29年度
	三重県	全 国	三重県	三重県	全 国	三重県
握力 (kg)	↑ 28.62	28.84	28.60	↑ 23.95	23.87	23.70
上体起こし (回)	↑ 27.05	27.36	26.96	↑ 23.54	23.87	23.43
長座体前屈 (cm)	↑ 43.56	43.44	43.06	↑ 46.46	46.22	46.14
反復横とび (点)	↑ 53.18	52.24	52.37	↑ 48.16	47.37	47.38
持久走 (秒)	↓ 397.99	392.65	395.89	↑ 289.75	286.85	292.05
20mシャトルラン(回)	↓ 84.97	86.06	85.34	↑ 59.45	59.87	58.83
50m走 (秒)	↑ 7.97	7.99	8.04	↑ 8.83	8.78	8.87
立ち幅とび (cm)	↑ 195.78	195.62	193.77	↑ 171.32	170.26	169.17
ハンドボール投げ(m)	↑ 20.86	20.55	20.66	↑ 13.42	12.98	13.31
体力合計点※ (点)	↑ 42.70	42.32	41.88	↑ 51.19	50.61	50.25

: 全国平均を上回る
 ↑ : 平成29年度三重県平均を上回る
 ↓ : 平成29年度三重県平均を下回る

※ 実技調査結果の状況

【◎：全国平均を上回っている】

【↑：平成29年度の本県数値を上回った】

【○：平成29年度の本県数値を上回り、かつ全国平均との差が改善された】

【▲：平成29年度の本県数値を下回り、かつ全国平均との差が悪化した】

	小学校						中学校					
	男子			女子			男子			女子		
握力	◎	↑	○	◎	↑	○		↑	○	◎	↑	○
上体起こし		↑	○		↑	○		↑	○		↑	
長座体前屈		↑	○		↑	○	◎	↑	○	◎	↑	
反復横とび	◎	↑	○	◎	↑	○	◎	↑	○	◎	↑	○
持久走 ※	/			/					▲		↑	○
20mシャトルラン ※			▲			▲			▲		↑	
50m走		↑	○			▲	◎	↑	○		↑	○
立ち幅とび		↑	○		↑	○	◎	↑	○	◎	↑	○
ボール投げ	◎			◎		▲	◎	↑	○	◎	↑	○
体力合計点	◎	↑	○		↑	○	◎	↑	○	◎	↑	○

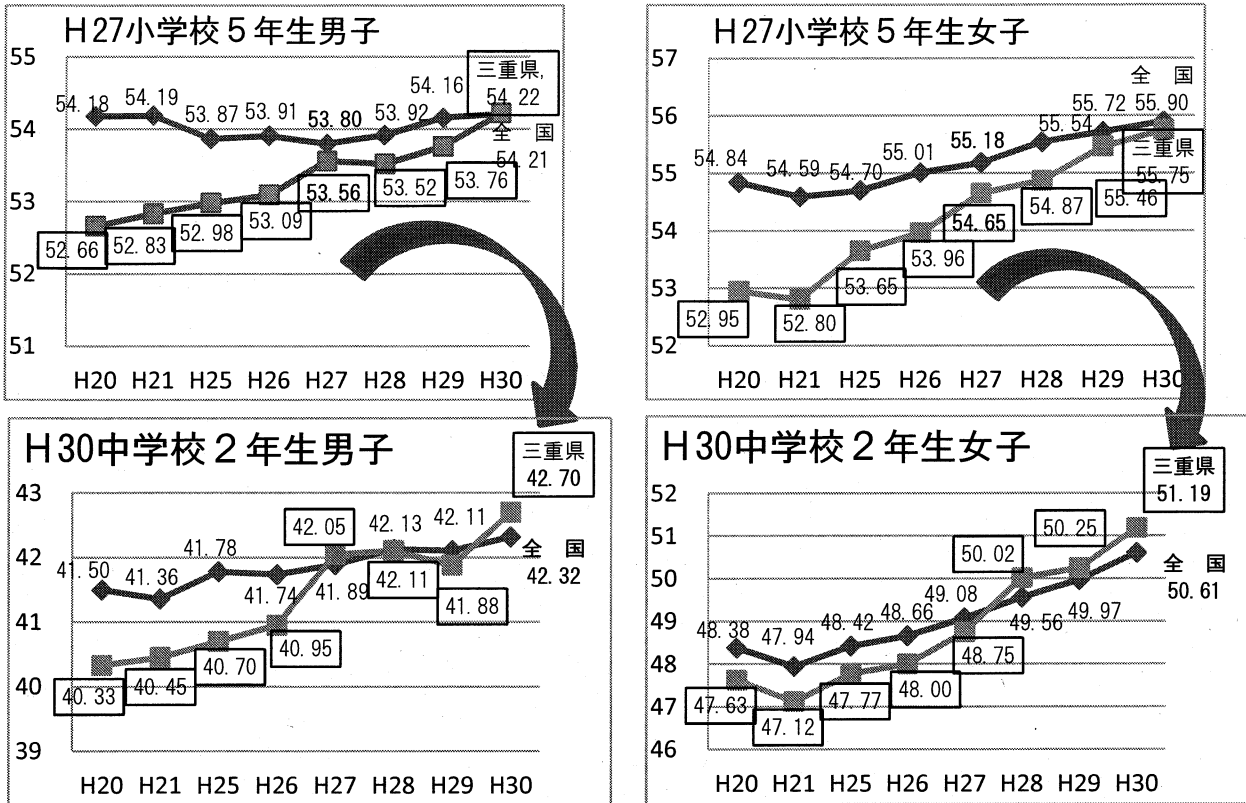
◇ 中学校では、※のうち、いずれかを実施

3 平成30年度中学校2年生、平成27年度小学校5年生の比較（同一児童生徒）

本年度、悉皆調査を行った中学校2年生は、平成27年度に小学校5年生でも悉皆調査を行っており、体力の状況等について報告します。

(1) 体力合計点

本年の本県中学2年生男子・女子の体力合計点は、3年前の小学5年生時に全国平均値を下回っていましたが、男子・女子ともに全国平均値を上回りました。



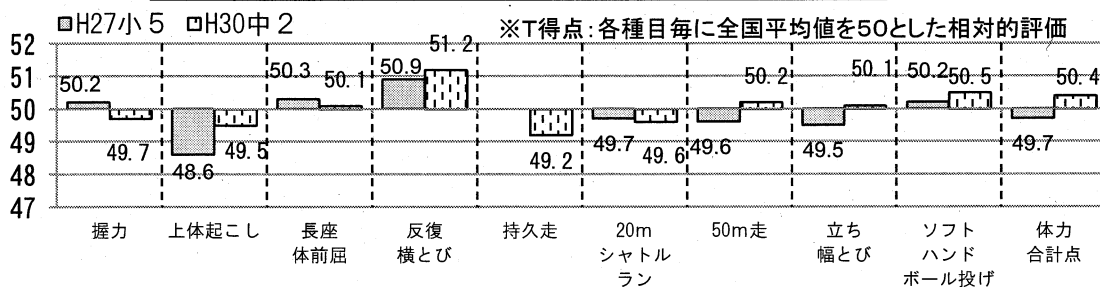
実技種目

男子は、比較のできる8種目中5種目においてT得点（偏差値）が上昇しています。

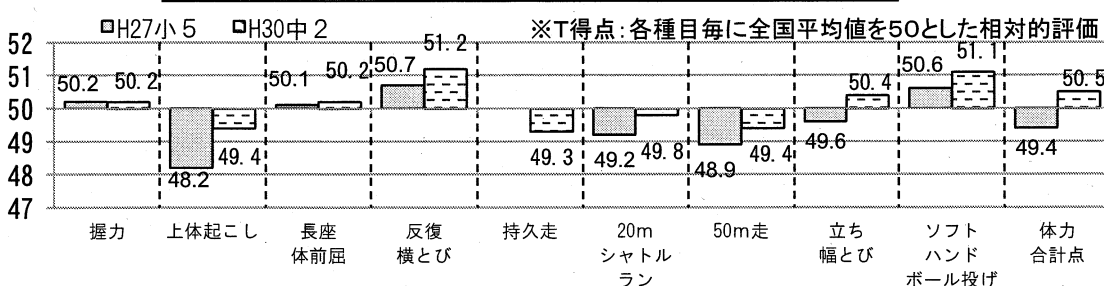
女子は、比較のできる8種目中7種目においてT得点（偏差値）が上昇しています。

(女子：他の1種目、握力は同値)

平成30年度中2男子の小5時との実技種目T得点比較表



平成30年度中2女子の小5時との実技種目T得点比較表



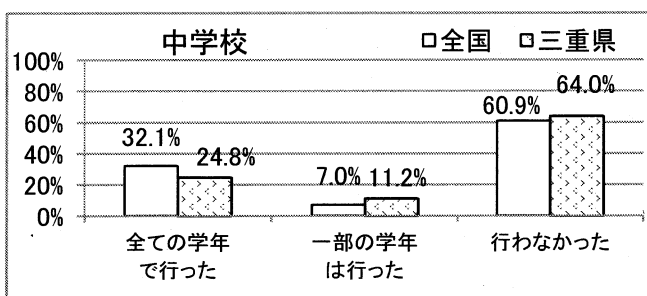
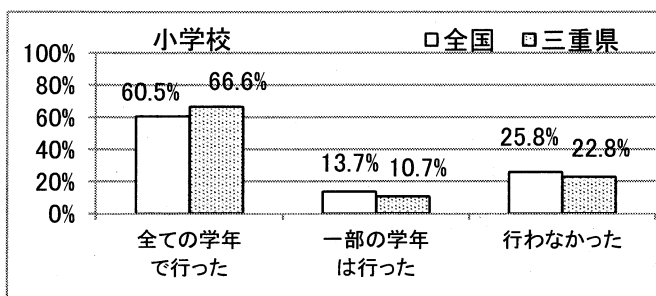
4 家庭・地域との連携

(1) 家庭・地域への働きかけ

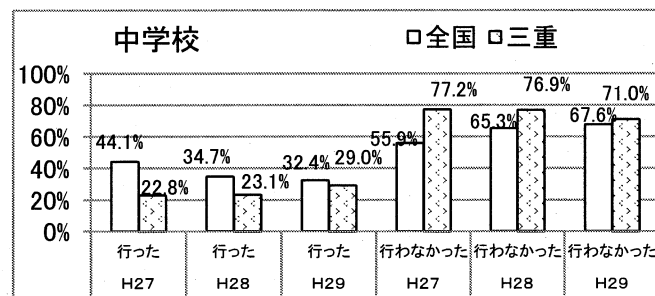
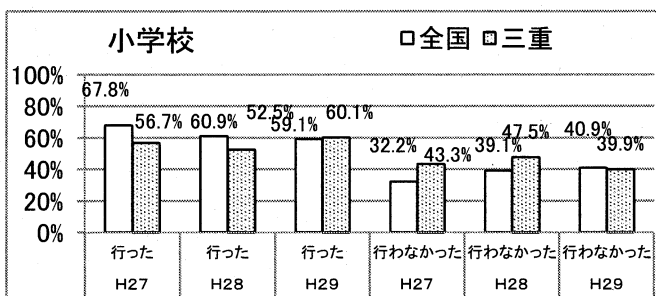
体力向上に係る取組として、学校全体で行っていくことは重要ですが、家庭・地域の協力を得ることで、より効果的なものにしていく必要があります。家庭・地域の協力を得るためには、情報発信が必要です。

家庭に対して体力向上に係る説明・呼びかけ、学校のホームページや学校だより等で、全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の公開する割合は増加傾向にありますが、結果の分析に基づき、改善提案を加えて公開した割合が全国平均と比較しても低いことが、課題です。また、家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められる頻度と、体力合計点には相関関係がうかがえますが、全国と比較して家の人から運動やスポーツを勧められる割合は低くなっています。

平成 29 年度に全ての児童生徒の家庭に対して、子供の体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。（平成 30 年度調査）

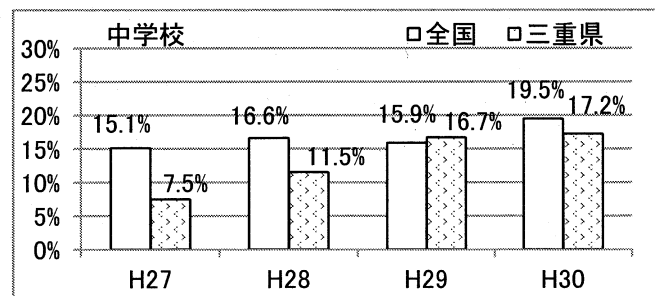
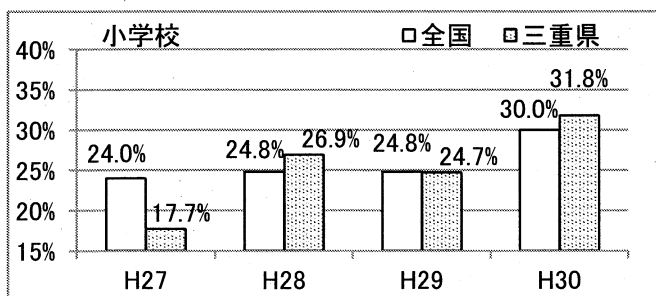


前年度に第 4 学年（小学校）、第 1 学年（中学校）の児童生徒の家庭に対して、子供の体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。（平成 27～29 年度調査）

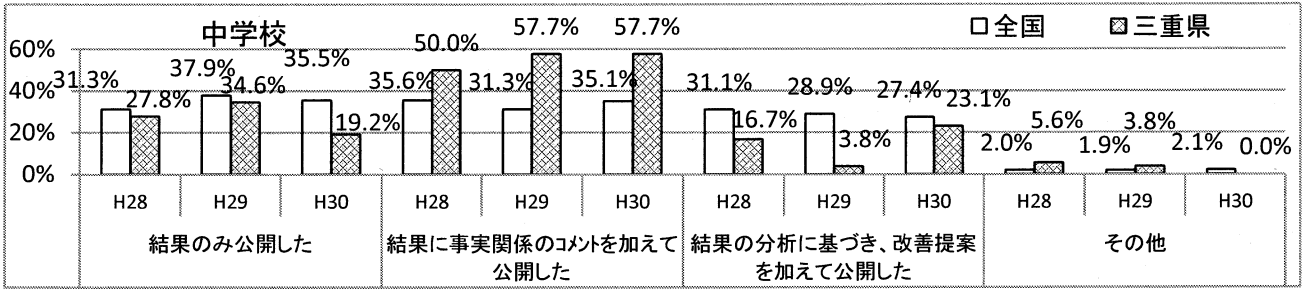
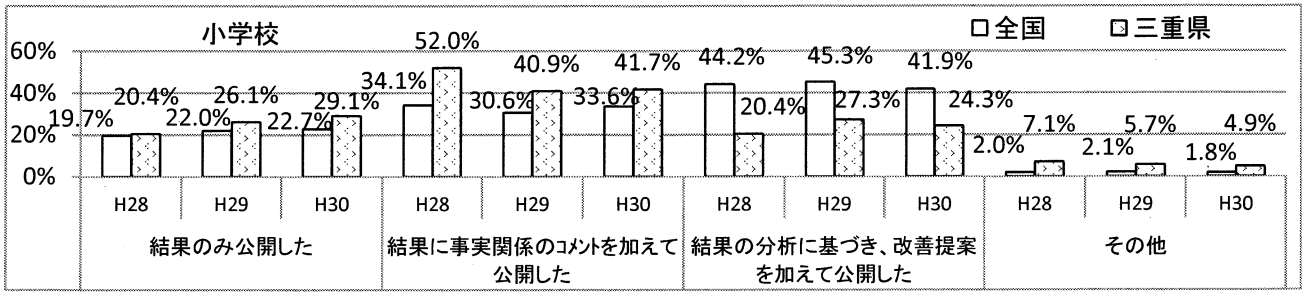


学校のホームページや学校だより等で、前年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を公開しましたか。

（公開したと答えた学校の割合：2 択：公開した、公開していない）

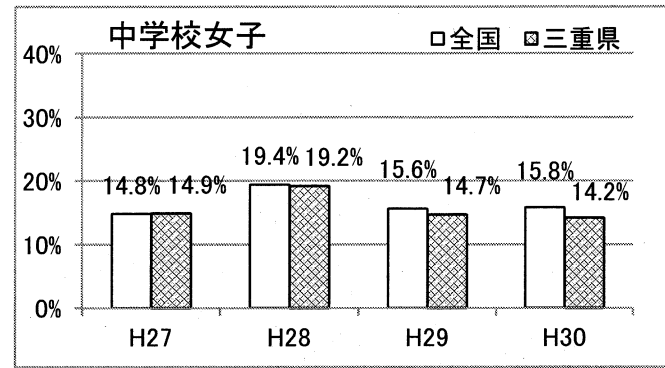
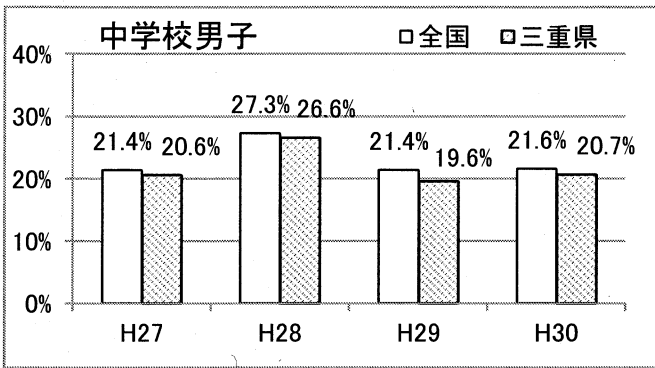
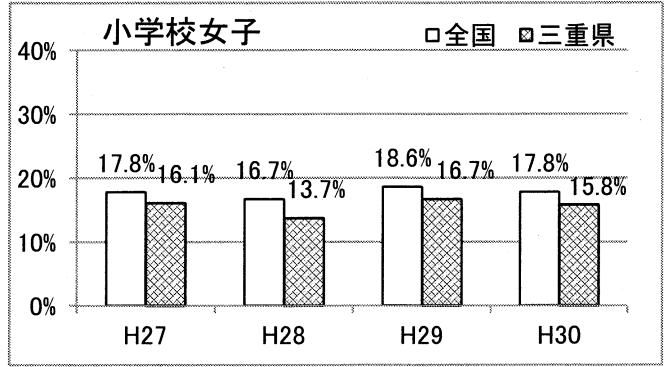
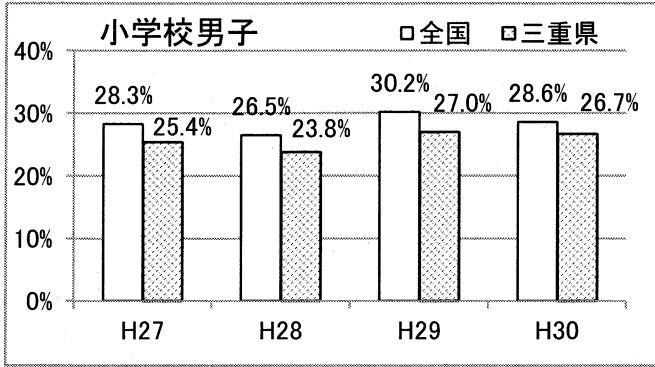


「公開した」と回答した場合、どのように公開しましたか。(4択)

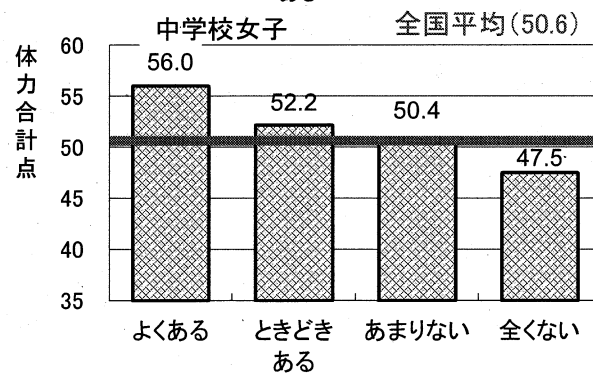
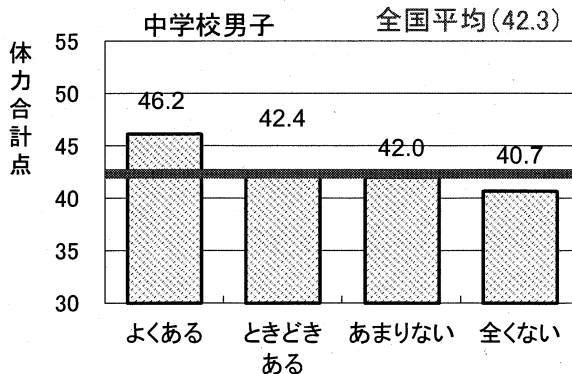
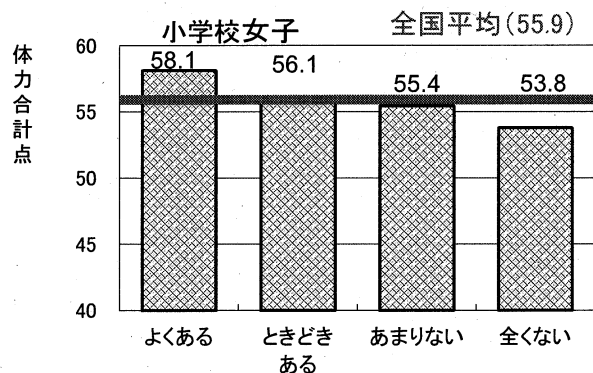
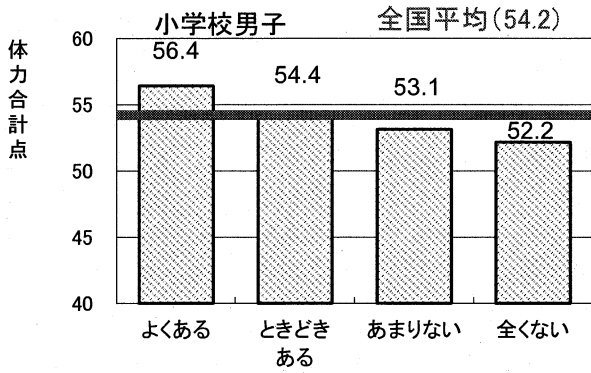


家の人から運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツを積極的に行うことをすすめられることがありますか。

（よくあると答えた割合：4 択：よくある、ときどきある、あまりない、全くない）



家の人から運動をすすめられることと体力合計点との関連

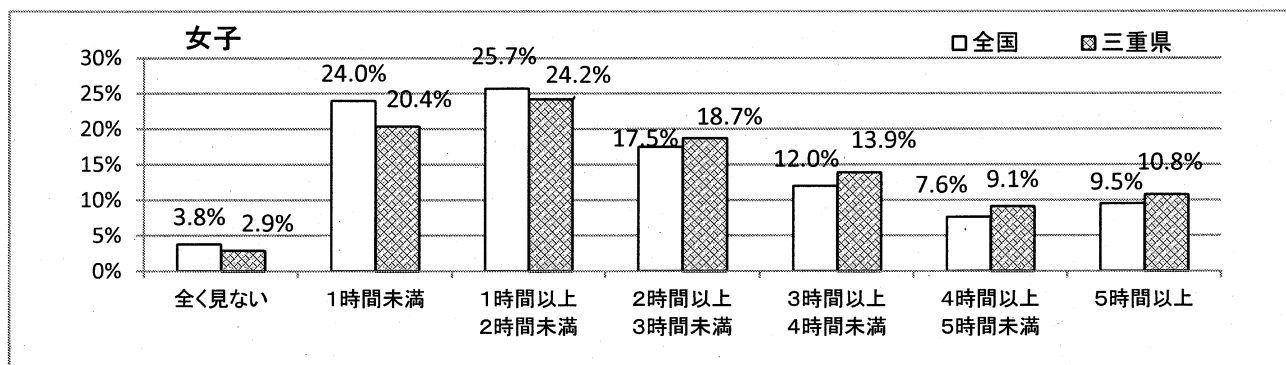
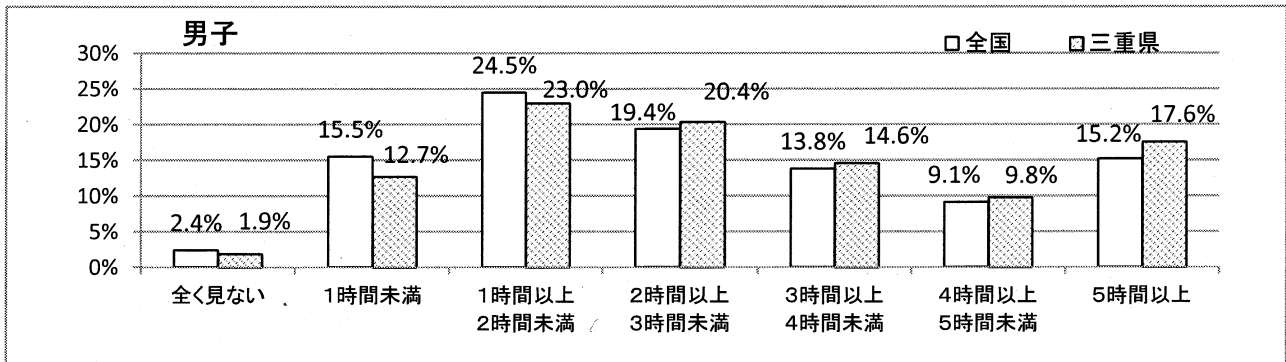


(2) 生活習慣について

平日において、テレビ等の画面を見ている時間が長いほど体力合計点が低い傾向にあり、本県の小学校、中学校の男女とも全国と比較するとテレビ等の視聴時間は長くなっています。

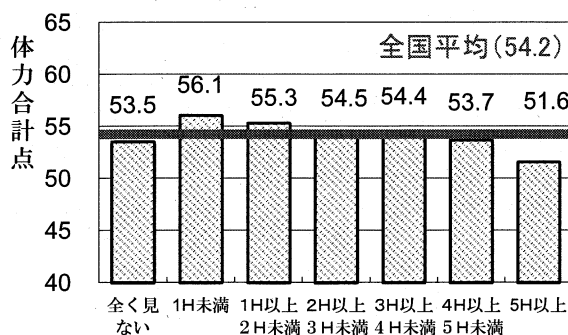
平日（月～金曜日）について聞きます。1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

(小学校)

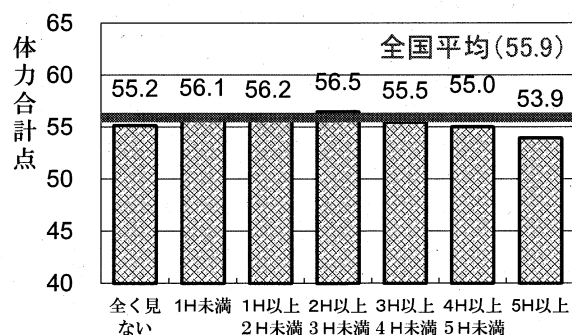


平日のテレビ等の視聴時間と体力合計点との関連

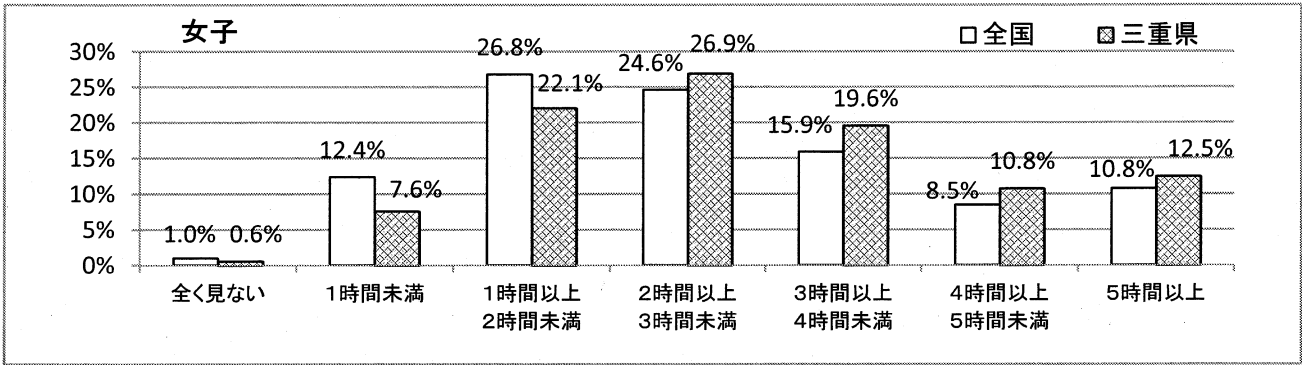
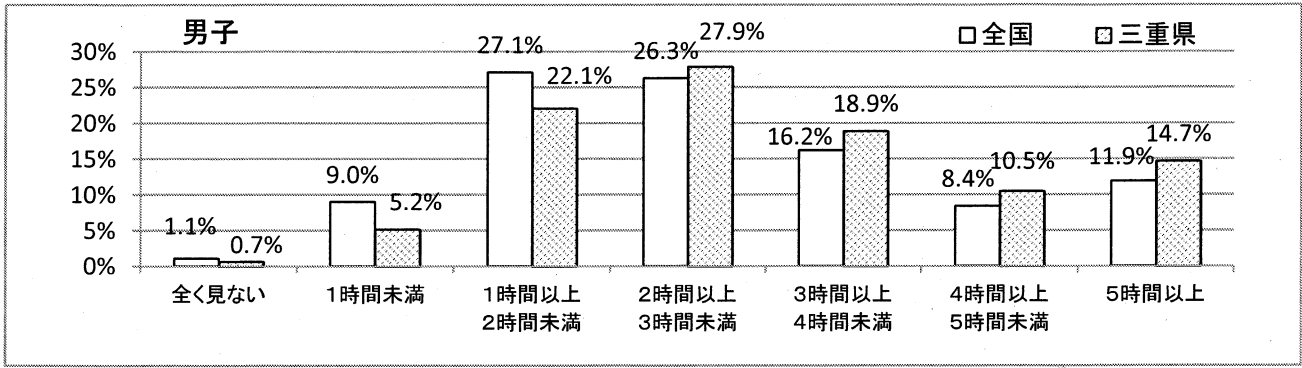
(男子)



(女子)

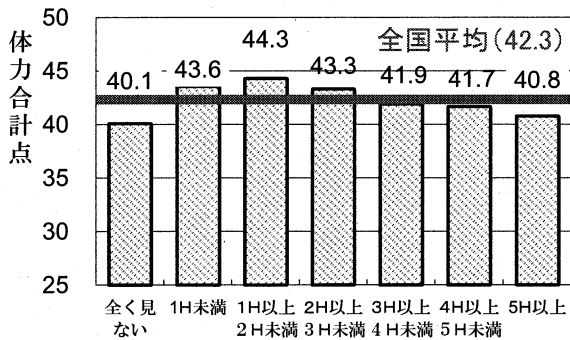


(中学校)

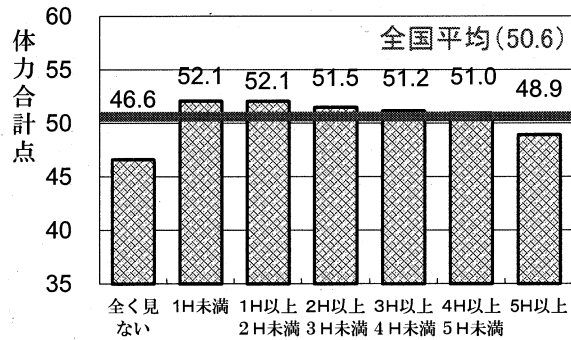


平日のテレビ等の視聴時間と体力合計点との関連

(男子)



(女子)



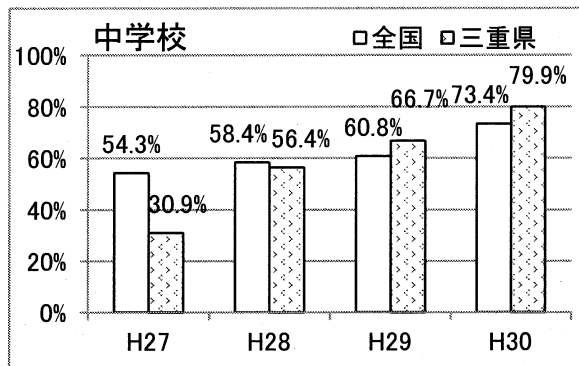
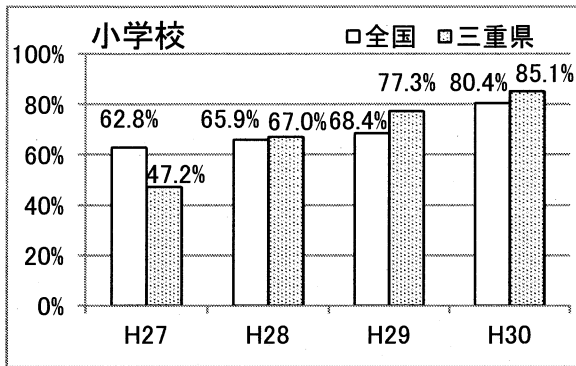
II 本県によるこれまでの取組

1 各学校での取組

各学校において、学校全体での体力向上の取組として、体力向上に係る学校全体での目標設定や体育・保健体育の授業以外で行う1学校1運動、新体力テストの継続実施を進めており、それらの実施率が年々上昇しています。

<目標設定>

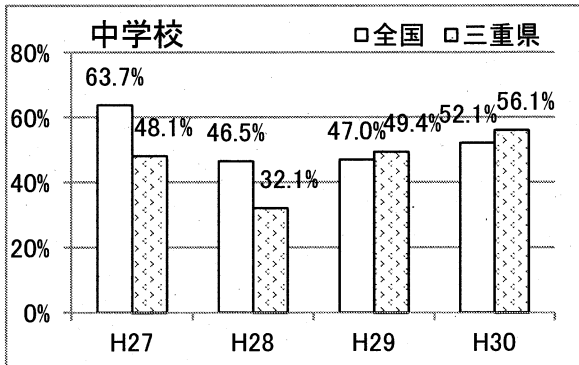
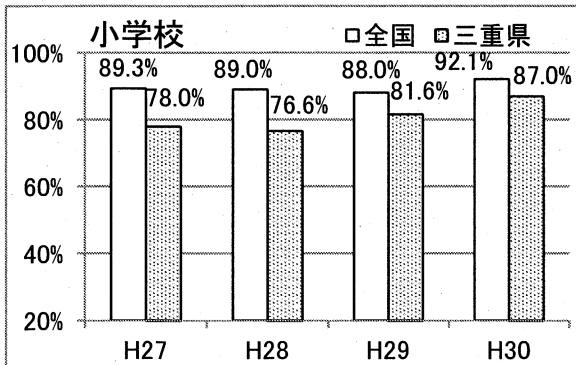
前年度、児童生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定した学校



○全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を分析し、成果や課題を把握したうえで、元気アップシートを活用し、体力向上に向けた目標設定をすることで取組の改善につなげていきます。

<運動機会の確保>

前年度、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（1学校1運動）を行った学校

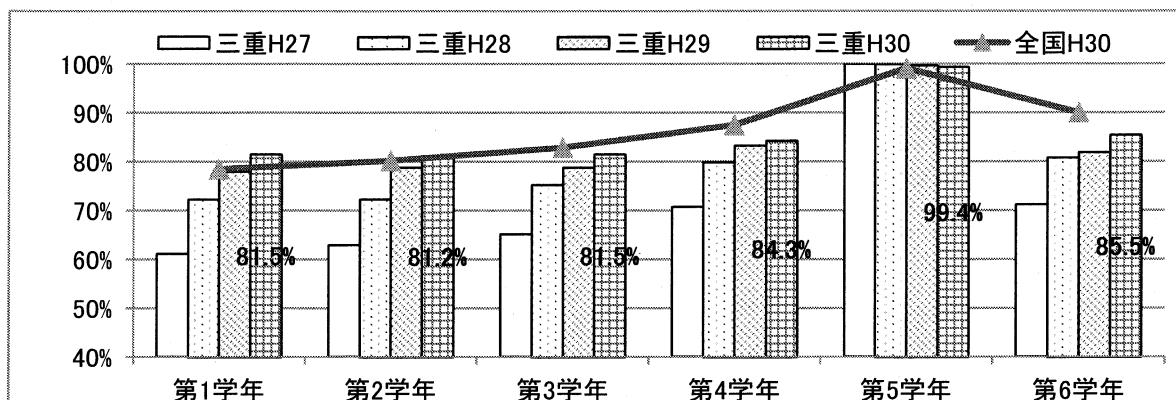


○元気アップシートを活用し、学校全体で取り組むことで、児童生徒の運動習慣の定着につなげていきます。

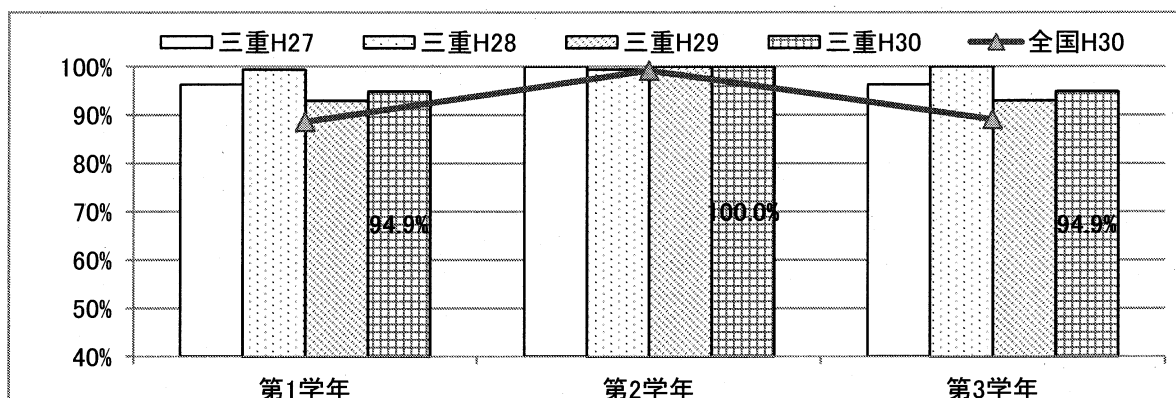
<体力テストの実施率>

体力テストを実施した学年（複数回答）

（小学校）



（中学校）



○全国体力・運動能力、運動習慣等調査に該当する小学校5年生、中学校2年生だけでなく、その他の学年でも実施することで、予め強み弱みを把握し、中長期的な視点から各種目の取組に活かしていくことができます。また、継続的に実施することで、児童生徒が経年変化を把握し、目標設定を行いやすくなります。

2 県教育委員会の取組

過去の本調査から本県の特徴として、全国平均を下回る種目(不得意種目)が固定化されている傾向があります。

【不得意種目】

小学校(4種目): 上体起こし、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび

中学校(4種目): 握力、上体起こし、持久走、50m走

不得意種目の克服を重点課題と位置づけ、平成28年度以降、教員対象の研修会において、当該種目の記録向上につながるポイントの習得と好事例の取組の共有を図り、各学校での実践につなげることで、課題解決に取り組んできました。

本年度、不得意種目のうち、中学校2年生男子の50m走と同女子の握力において、初めて全国平均を上回ることができました。他の種目についても、前年度と比べて同程度もしくは上昇傾向にあります。

<不得意種目の記録の推移>

小学校5年生		男子					女子				
		H30	H29	H28	H27	H26	H30	H29	H28	H27	H26
上体起こし (回)	三重県	19.43	19.11	19.03	18.78	18.22	18.41	18.19	17.77	17.48	16.96
	全国	19.95	19.92	19.67	19.58	19.56	18.96	18.81	18.60	18.42	18.26
20mシャトルラン (点)	三重県	51.71	52.01	51.17	51.06	50.02	40.77	40.90	39.42	39.44	37.63
	全国	52.15	52.24	51.89	51.64	51.67	41.88	41.62	41.29	40.69	40.29
50m走 (秒)	三重県	9.39	9.42	9.47	9.42	9.43	9.66	9.65	9.72	9.71	9.73
	全国	9.37	9.37	9.38	9.38	9.38	9.60	9.60	9.61	9.62	9.64
立ち幅とび (cm)	三重県	151.97	150.50	149.84	150.23	149.68	145.54	144.80	143.68	143.96	142.50
	全国	152.24	151.71	151.39	151.24	151.70	145.94	145.47	145.31	144.77	144.76

中学校2年生		男子					女子				
		H30	H29	H28	H27	H26	H30	H29	H28	H27	H26
握力 (kg)	三重県	28.62	28.60	28.64	28.90	28.60	23.95	23.70	23.69	23.39	23.56
	全国	28.84	28.89	28.91	28.93	29.00	23.87	23.82	23.75	23.68	23.70
上体起こし (回)	三重県	27.05	26.96	26.91	27.23	26.66	23.54	23.43	23.03	22.67	22.17
	全国	27.36	27.45	27.46	27.43	27.45	23.87	23.73	23.48	23.26	23.07
持久走 (秒)	三重県	397.99	395.89	397.39	394.45	398.06	289.75	292.05	289.19	293.24	292.44
	全国	392.65	391.23	391.72	392.63	392.89	286.85	287.36	288.51	290.03	290.64
50m走 (秒)	三重県	7.97	8.04	8.07	8.02	8.06	8.83	8.87	8.88	8.92	8.93
	全国	7.99	7.99	8.03	8.01	8.03	8.78	8.80	8.83	8.84	8.87

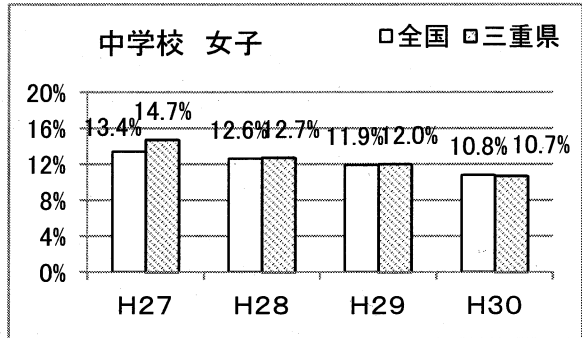
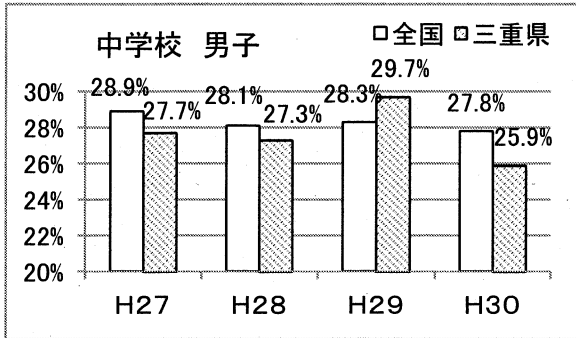
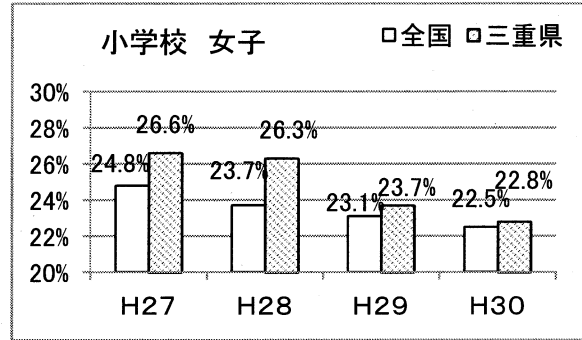
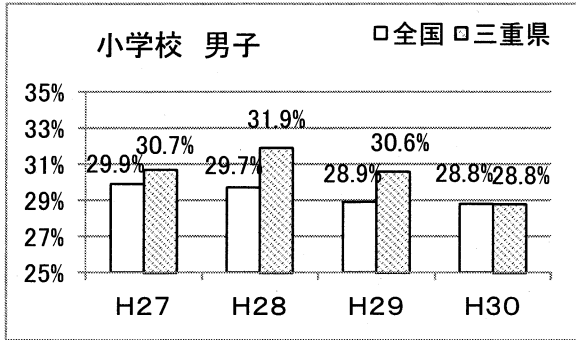
■: 平成29年度三重県平均を上回る

▲: 全国平均を上回る

【参考】総合評価D Eの児童生徒の割合の推移

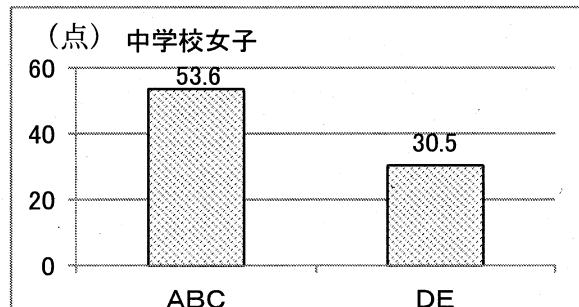
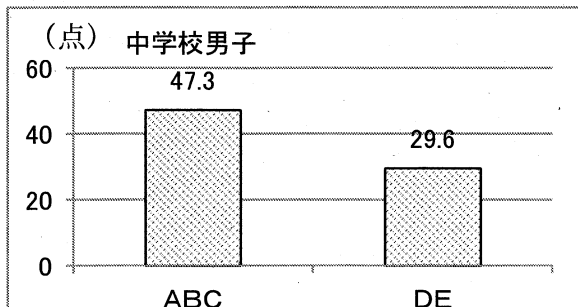
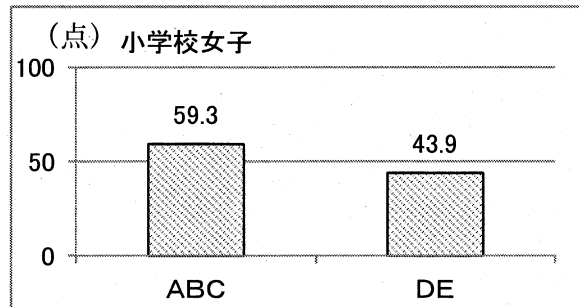
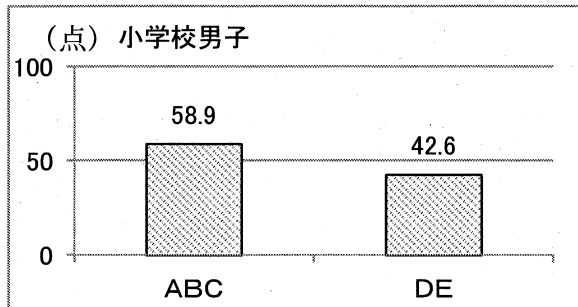
「1 各学校での取組」、「2 県教育委員会の取組」を進めてきたところ、体力合計点の低い総合評価D Eの児童生徒の割合が減少し、全体として体力合計点の上昇につながりました。

＜総合評価D Eの児童生徒の割合についての経年変化＞



※総合評価：項目別得点表（10点満点）に従って、各項目の記録を採点し、その合計点（最高80点）を年齢別に設定された総合評価基準表に基づいて、A～Eの5段階で総合評価をするもの。

＜総合評価ABCの児童生徒と総合評価D Eの児童生徒の体力合計点＞



Ⅲ 本調査結果の児童・生徒質問紙調査及び学校質問紙から

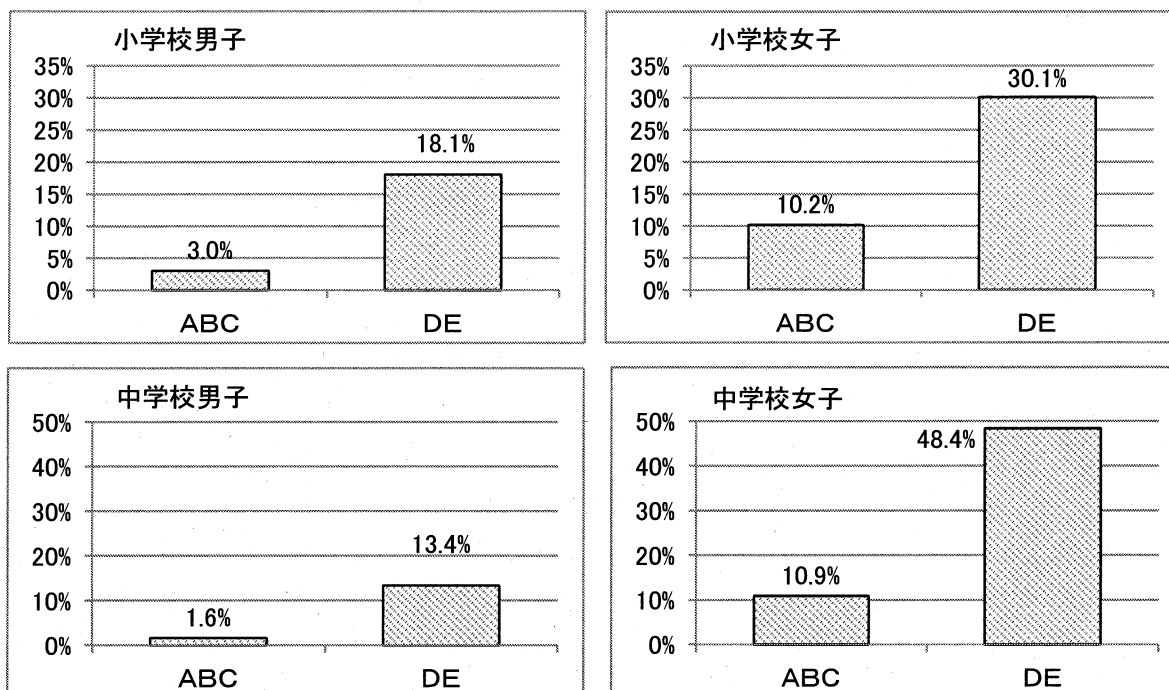
1 総合評価がD Eの児童生徒の現状

今後、体力合計点をさらに向上させるためには、すべての児童生徒が楽しく、運動に取り組み、体力・運動能力の向上を図ることで、総合評価がD Eの児童生徒の割合を減少させていくことが重要と考え、当該児童生徒の運動習慣や意識に着目し、分析しました。

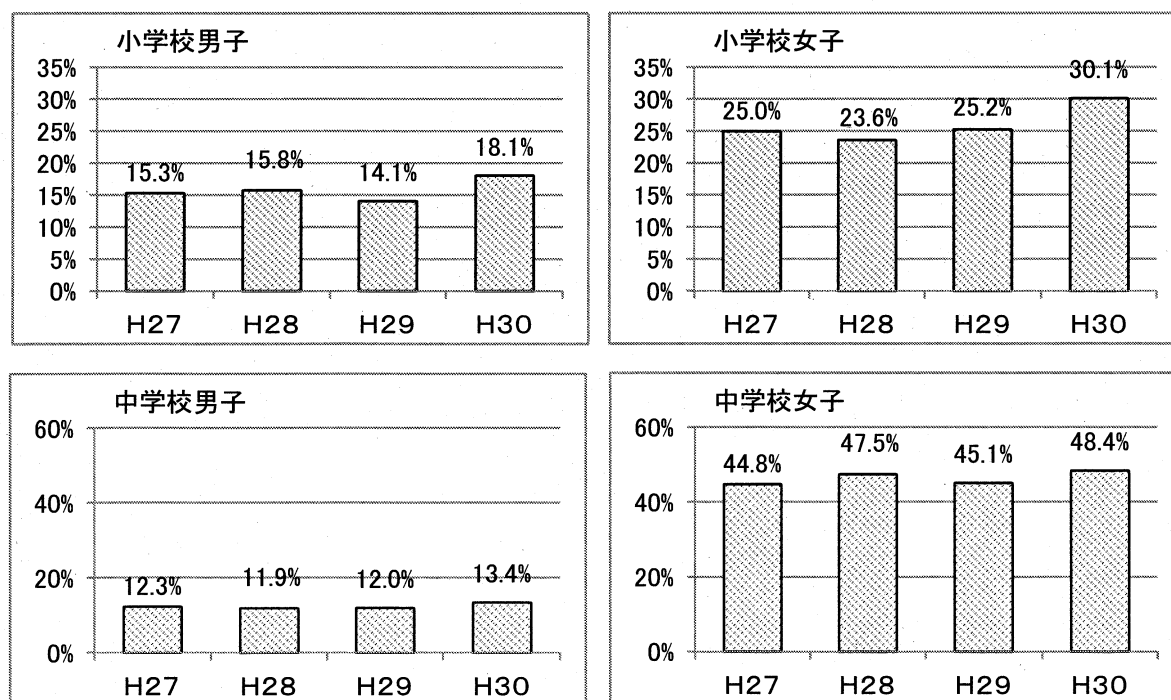
(1) 運動習慣について

1 週間の総運動時間が60分未満の割合

＜総合評価ABCとDEにおける1週間の総運動時間が60分未満の児童生徒の割合の比較（平成30年度）＞



＜総合評価DEにおける1週間の総運動時間が60分未満の児童生徒の割合の経年変化＞



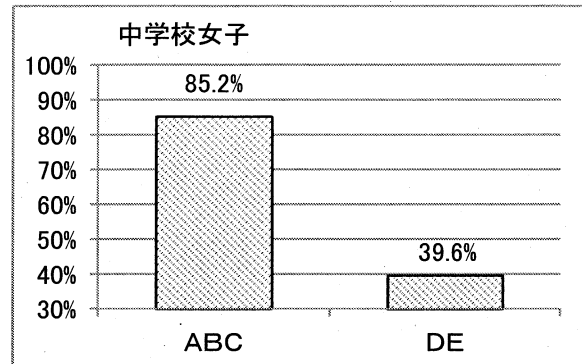
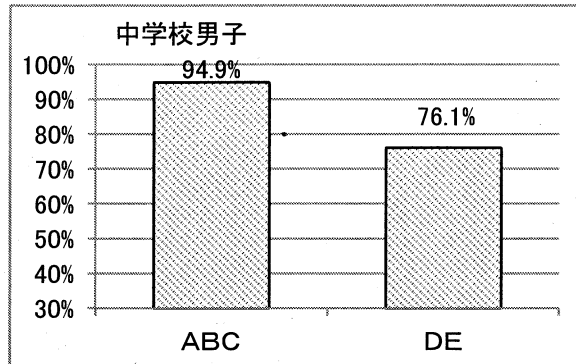
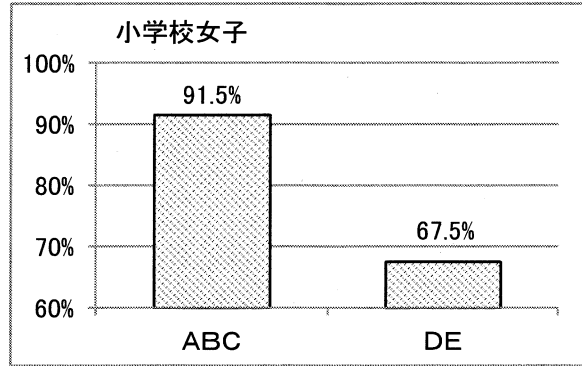
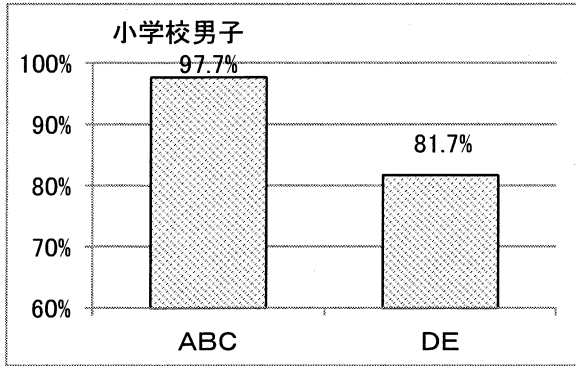
○総合評価DEの児童生徒については、ABCの児童生徒に比べ、1週間の総運動時間が60分未満の占める割合が多く、年々増加傾向にあります。この割合を減少させていくことが、さらなる体力向上につながると考えられます。

(2) 運動への意識について

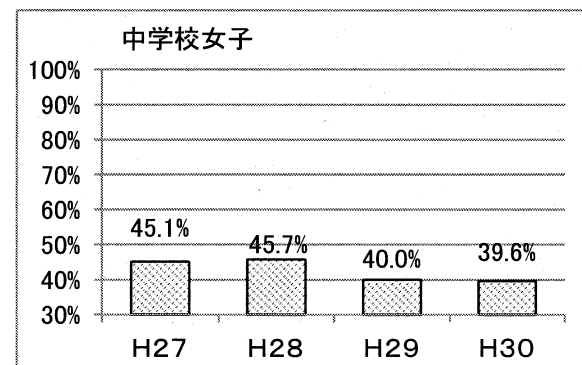
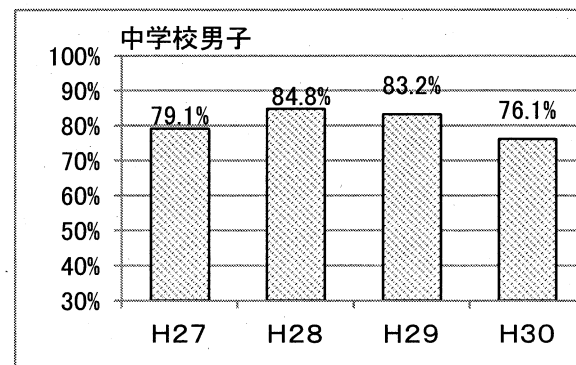
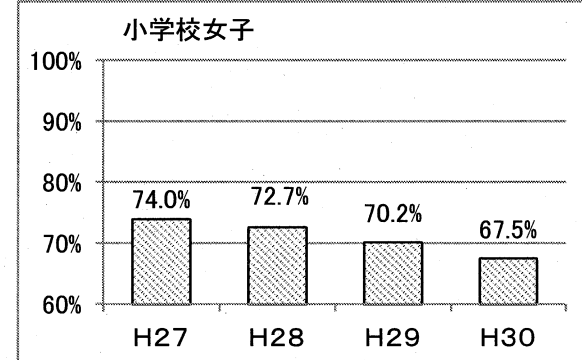
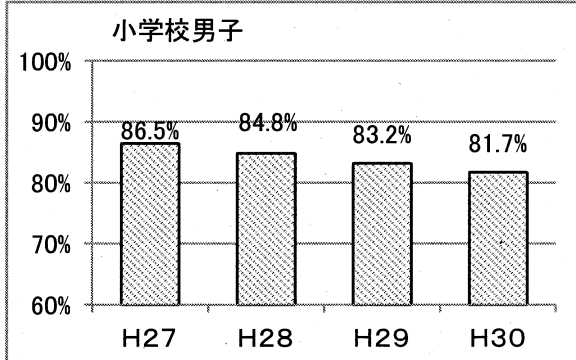
運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。

「好き」または「やや好き」と回答した割合

＜総合評価ABCとDEにおける運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した児童生徒の割合の比較（平成30年度）＞



＜総合評価DEにおける運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した児童生徒の割合の経年変化＞



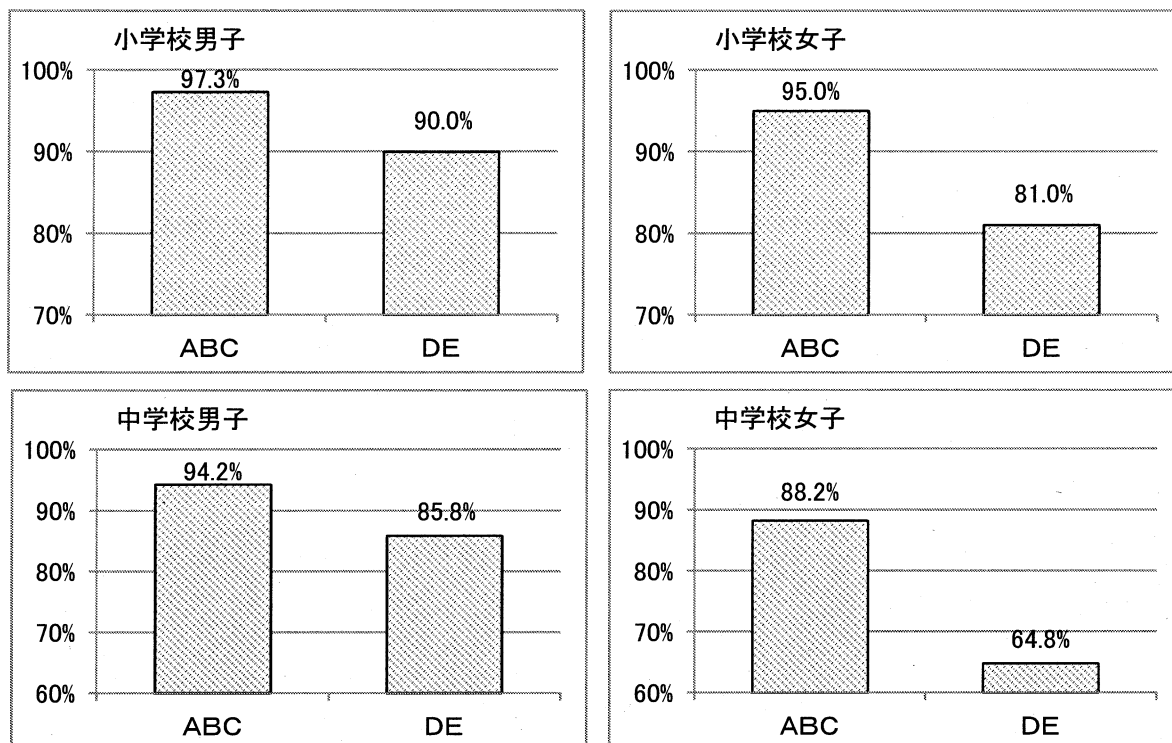
○総合評価DEの児童生徒については、ABCの児童生徒に比べ、運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した割合が少なく、減少傾向にあります。この割合を増加させていくことが、さらなる体力向上につながると考えられます。

(3) 体育・保健体育の授業について

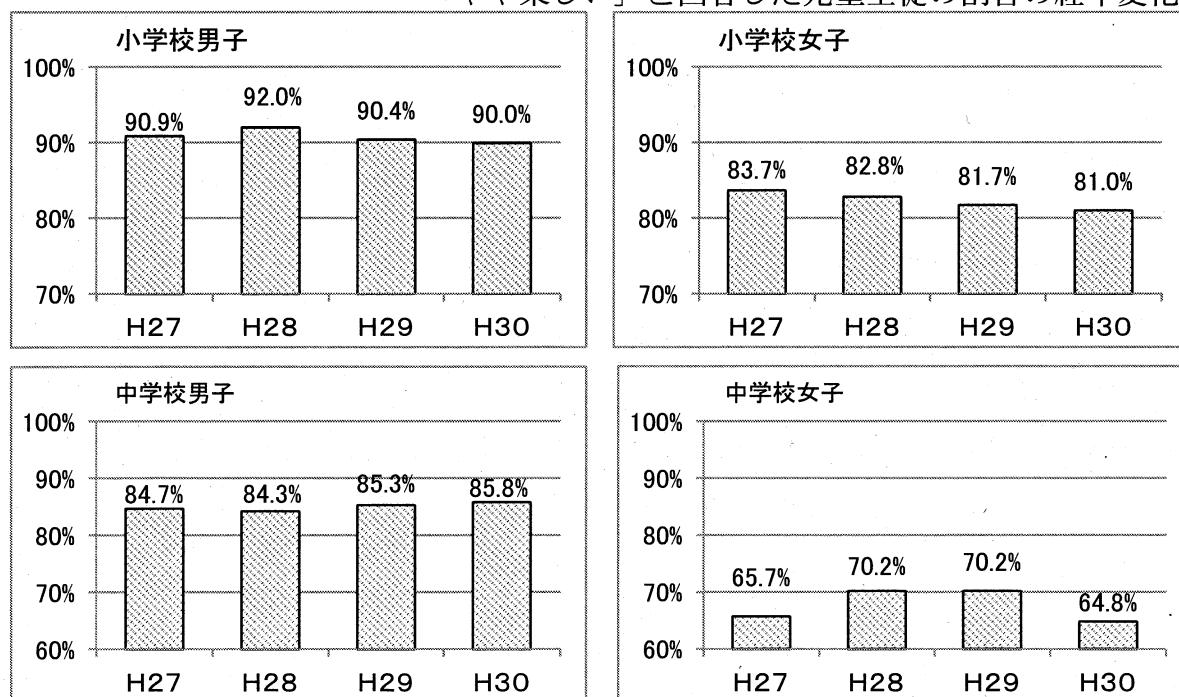
体育・保健体育の授業は楽しいですか。

「楽しい」または「やや楽しい」と回答した割合

＜総合評価ABCとDEにおける体育・保健体育の授業が「楽しい」または「やや楽しい」と回答した児童生徒の割合の比較（平成30年度）＞



＜総合評価DEにおける体育・保健体育の授業が「楽しい」または「やや楽しい」と回答した児童生徒の割合の経年変化＞

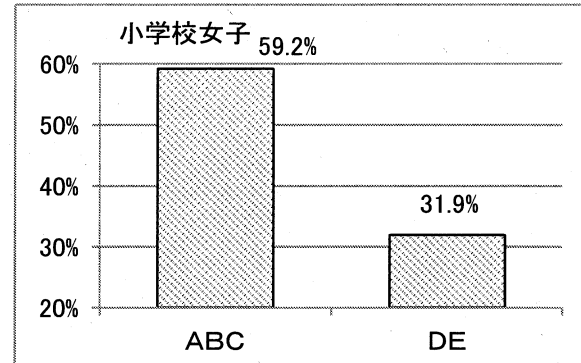
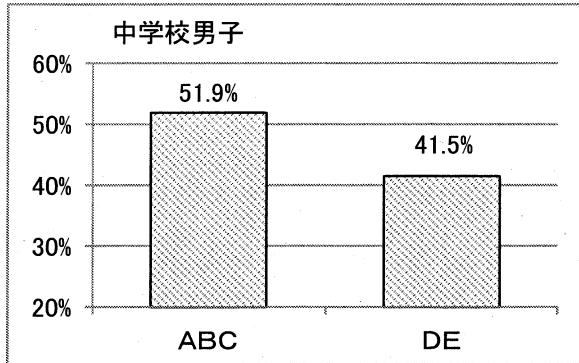
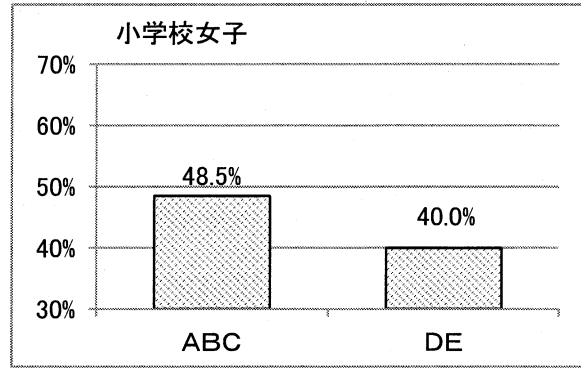
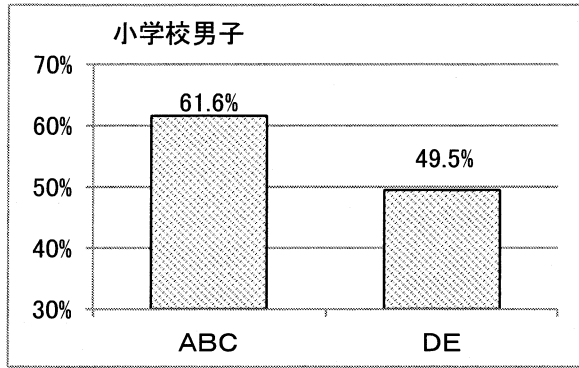


○総合評価DEの児童生徒については、ABCの児童生徒に比べ、体育・保健体育の授業が「楽しい」または「やや楽しい」と回答した割合が少なく、経年では中学校男子でほぼ横ばいですが、小学校男女、中学校女子については減少傾向にあります。この割合を増加させていくことが、さらなる体力向上につながると考えられます。

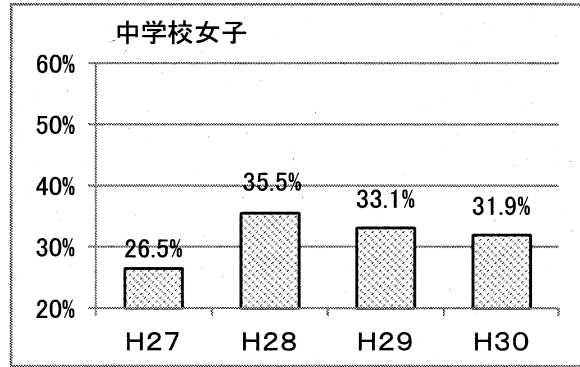
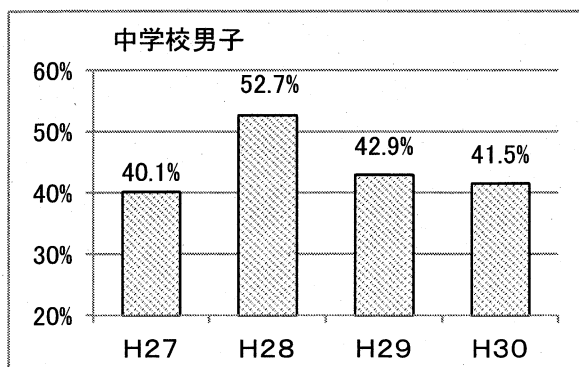
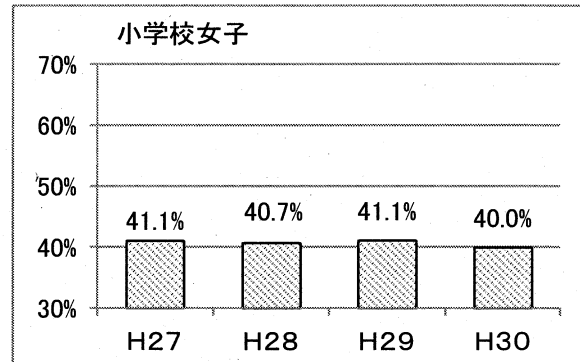
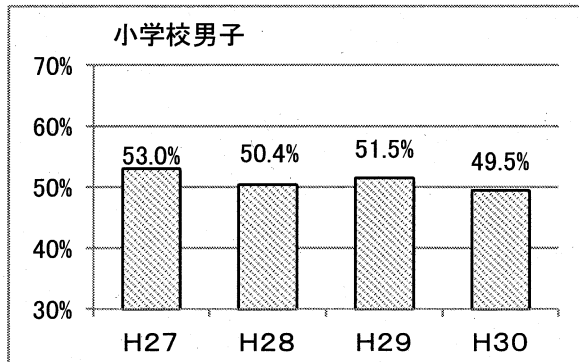
(4) 家庭での働きかけ

家の人から運動(体を動かす遊びも含む)やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか。「よくある」または「ときどきある」と回答した割合

<総合評価ABCとDEにおける家の人から運動やスポーツ勧められることが「よくある」または「ときどきある」と回答した児童生徒の割合の比較(平成30年度)>



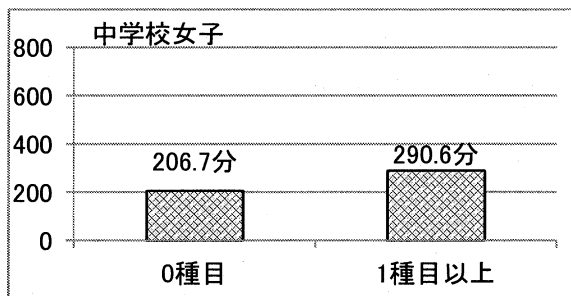
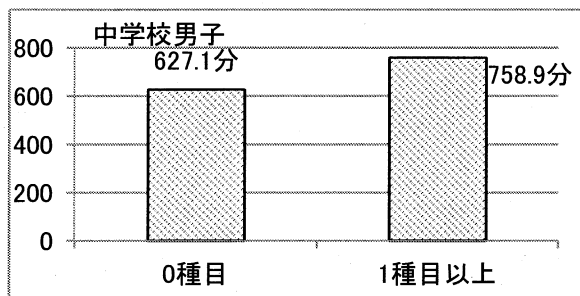
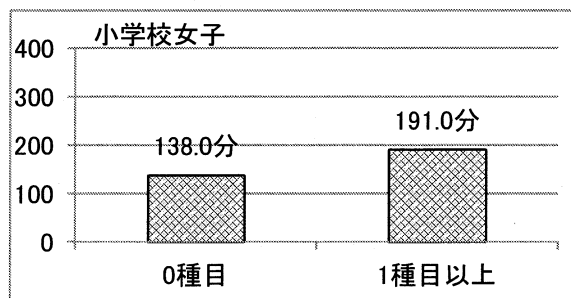
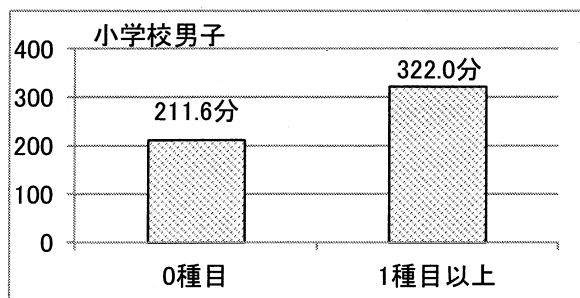
<総合評価DEにおける家の人から運動やスポーツを勧められることが「よくある」または「ときどきある」と回答した児童生徒の割合の経年変化>



○総合評価DEの児童生徒については、ABCの児童生徒に比べ、家の人から運動やスポーツを勧められることが「よくある」または「ときどきある」と回答した割合が少なく、中学校では直近3か年で減少傾向にあります。この割合を増加させていくことが、さらなる体力向上につながると考えられます。

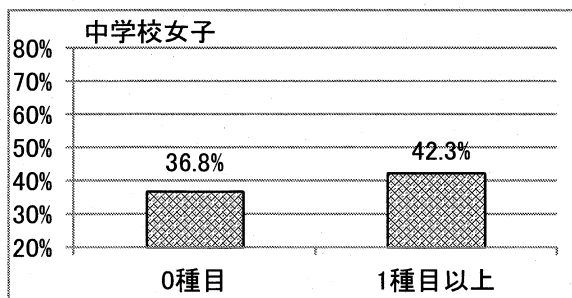
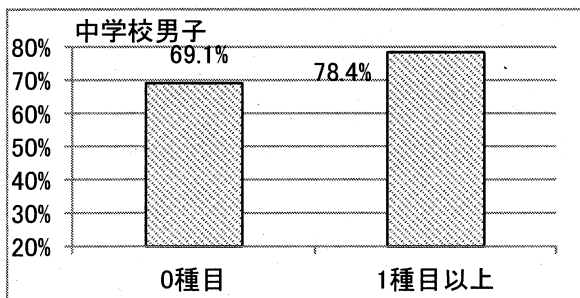
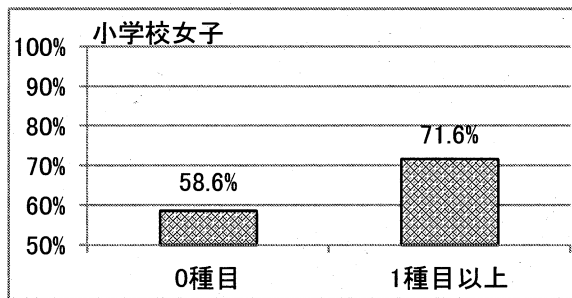
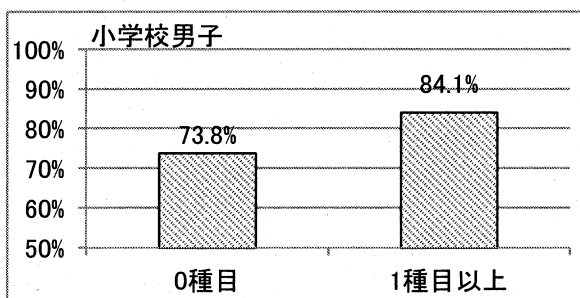
(5) 新体力テストにおいて得意な体力要素がある(1種目以上全国平均値を上回る) 児童生徒とそうでない児童生徒との比較

学校の体育・保健体育の授業以外における1週間の総運動時間



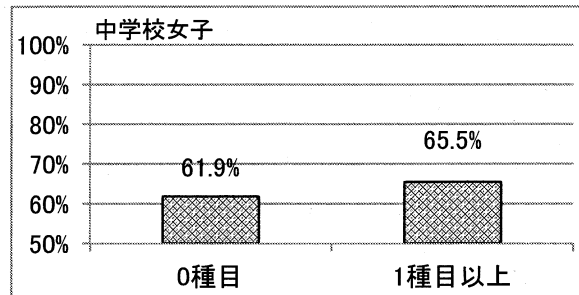
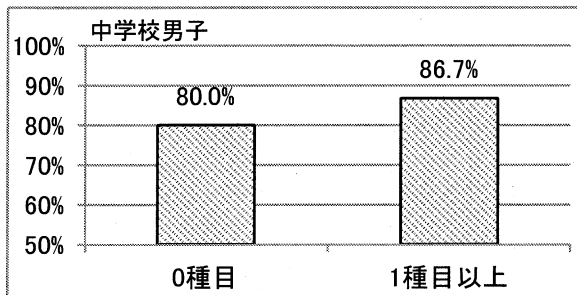
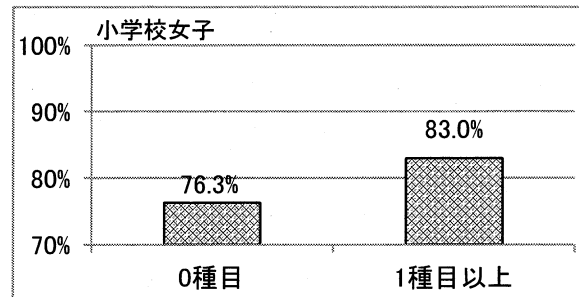
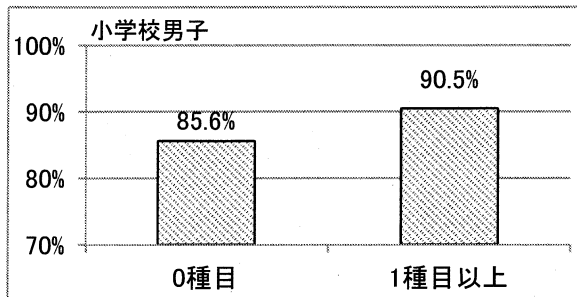
- 得意な体力要素があると、「1週間の総運動時間」は、長くなっています。得意な体力要素があることが、運動習慣の定着につながっていくものと考えられます。

運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることが好きですか。「好き」または「やや好き」と回答した割合



- 得意な体力要素があると、「運動やスポーツが好き、やや好き」の割合が高くなっています。得意な体力要素があることで、実際に体を動かし、運動やスポーツの魅力を感じることができ、運動やスポーツに対して肯定的な意識につながっていくものと考えられます。

体育・保健体育の授業は楽しいですか。
「楽しい」または「やや楽しい」と回答した割合



○得意な体力要素があると、「体育・保健体育の授業が楽しい、やや楽しい」の割合が高くなっています。体育・保健体育の授業において、児童生徒のできることを1つでも増やし、できたときの「喜び」を味わわせることで運動やスポーツに関心を持つことにつながっていくと考えられます。

2 今後の対応方針

小学校、中学校の体力合計点において、過去最高値を示しており、これまでの取組を継続しつつ、すべての児童生徒の運動習慣や意識などを高める取組を進めていく必要があります。

(1) 運動習慣について

- 運動習慣の定着に向けては、各学校で元気アップシートを活用して体力向上に向けた目標設定をし、休み時間や放課後の時間を使って1学校1運動の取組を進めています。
- 各小中学校で作成した元気アップシートの取組を確実に実行するため、市町教育委員会と連携し、教員対象の研修会や学校訪問により、指導・助言を行っていきます。

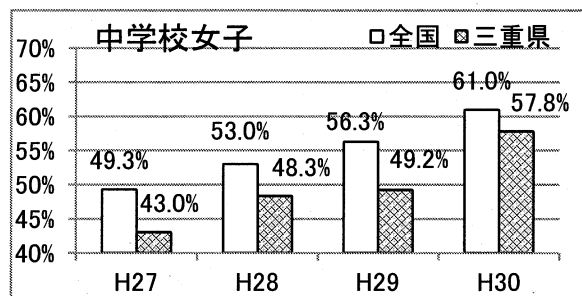
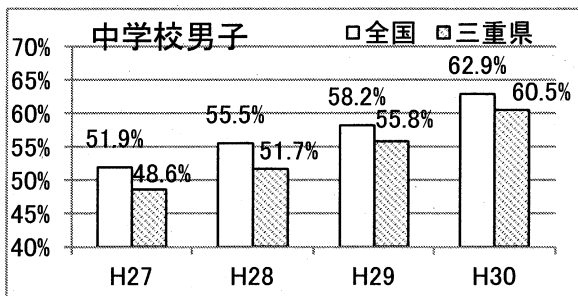
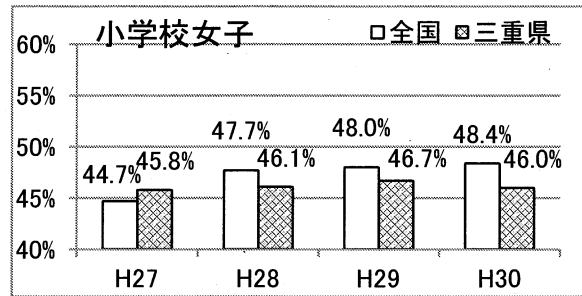
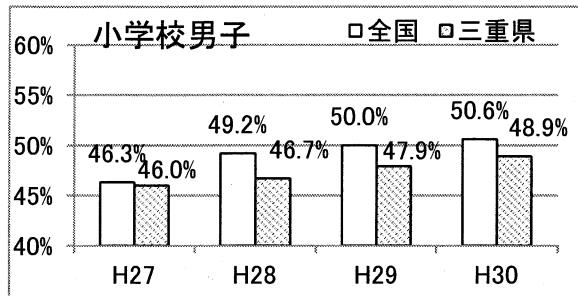
(2) 運動への意識について

- 就学前の子どもたちの生活の中に運動が入り込んでいけるよう、保育士や幼稚園教諭等を対象とした研修会を開催し、子どもたちの体を動かす遊びの充実につなげていきます。
- 国体・全国障害者スポーツ大会局と連携し、三重とこわか国体・三重とこわか大会に向けたダンスキャラバンにて、「とこわかダンス」を教員へ周知し、教員が児童生徒へ指導できるようになることで、運動会や体育祭で子どもたちが楽しく体を動かす機会を増やすことにつなげていきます。
- 学校における部活動の運営にあたっては、三重県部活動ガイドラインに基づいて、活動時間や休養日を適切に設定するとともに、けがの予防や家庭で過ごす時間を確保するなど子どもの健全な成長に向けて、運動やスポーツを楽しみ、継続して行うことで、運動習慣の定着につなげていきます。

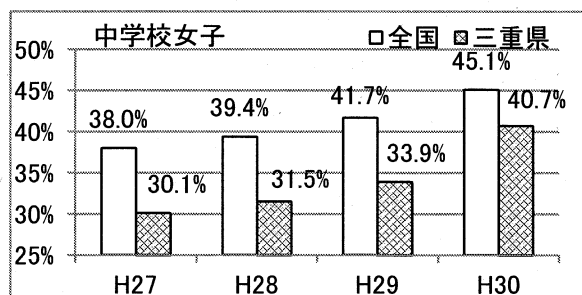
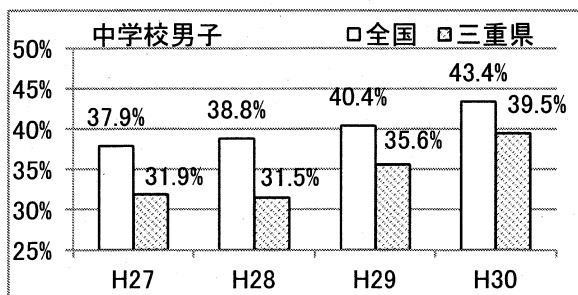
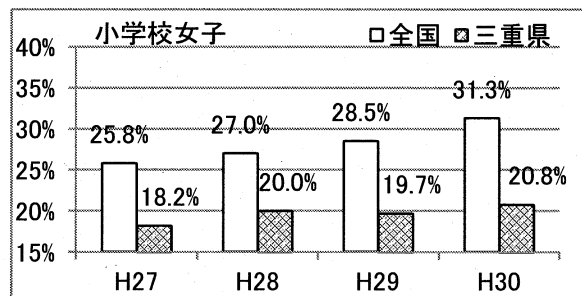
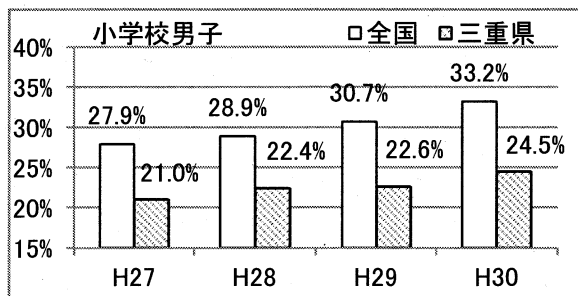
(3) 体育・保健体育の授業について

- 研修会においてグループ協議を実施して、運動が苦手な児童生徒への働きかけなど、授業の充実に向けた話し合いを行っています。
- 運動が苦手な児童・生徒には、能力及び発達段階に応じた活動など、場の設定やルールを工夫し、運動の楽しさが味わえることにつなげていきます。
- 子どもたちが体育・保健体育の授業を「楽しい」と思い、達成感を得られるように目標（めあて・ねらい）と振り返りを徹底していきます。

ふだんの体育・保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標（めあて・ねらい）が示されていますか。（示されている割合）



ふだんの体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。（行っている割合）



(4) 家庭での働きかけについて

- 子どもの体力向上には、生活習慣の改善を含めた家庭への働きかけが不可欠なことから、学校が各家庭に情報発信できるよう、研修会のグループ協議において実践事例の情報共有を図り、学校の取組につなげていきます。
- 家の人から運動やスポーツを勧められる頻度と体力合計点には相関関係がうかがえることから、「わたしの成長記録」や学校のホームページ、学校だより等で家庭や地域に対して体力テストの結果を公開するなど情報発信をしていくように働きかけをしていきます。

【参考】 わたしの成長記録

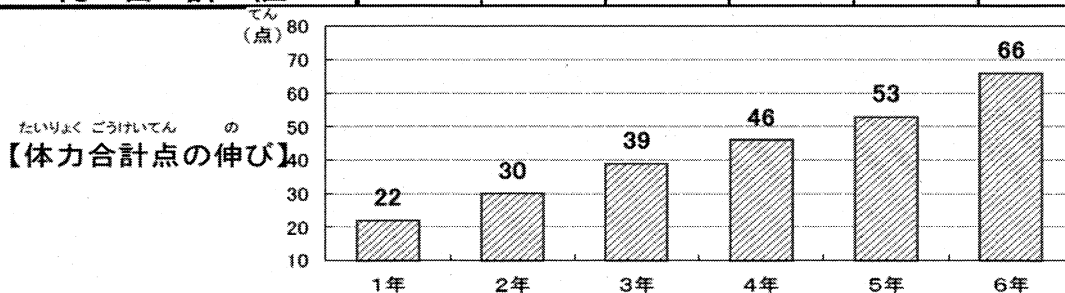
体力テストの結果をわたしの成長記録として、児童・生徒だけでなく保護者へもフィードバックし、体力向上に向けた理解・協力を得られるようにします。

わたしの成長記録

(新体力テストの記録)

6年B組	6席	三重太郎
------	----	------

No.	新体力テスト	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
		A組	B組	A組	C組	A組	B組	
		9席	2席	1席	2席	9席	6席	
1	握力	記録	6 kg	9 kg	13 kg	15 kg	18 kg	22 kg
		得点	2点	4点	5点	6点	7点	8点
2	上体起こし	記録	14回	9回	7回	12回	12回	23回
		得点	5点	4点	3点	5点	5点	9点
3	長座体前屈	記録	25 cm	24 cm	20 cm	20 cm	28 cm	30 cm
		得点	4点	4点	3点	3点	5点	6点
4	反復横とび	記録	22点	23点	30点	39点	40点	51点
		得点	3点	3点	5点	7点	7点	10点
5	20mシャトルラン	記録	15回	20回	35回	40回	42回	44回
		得点	4点	4点	6点	6点	6点	6点
6	50m走	記録	12.6秒	12.2秒	9.1秒	8.8秒	8.5秒	8.0秒
		得点	2点	3点	7点	8点	8点	10点
7	立ち幅とび	記録	90 cm	118 cm	147 cm	136 cm	174 cm	173 cm
		得点	1点	4点	6点	5点	8点	8点
8	ソフトボール投げ	記録	3 m	11 m	12 m	23 m	25 m	38 m
		得点	1点	4点	4点	6点	7点	9点
体力合計点			22点	30点	39点	46点	53点	66点
総合評価			D	D	C	C	C	B



H30みえ子ども元気アップシート(小学校)		学校名	市立	小学校				
1. 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								
(1) 実技種目及び児童質問紙について								
○ 学校情報は、「全国」「三重県」の両方超えていたら◎、どちらか一方なら○、どちらも超えられていないかつ△をリストから選択してください								
男子	体力合計点	ABC	DE	運動が好き	体力に自信がある	1週間の総運動時間(分)	朝食を食べる	運動時間(3時間以上)
全国	54.16	71.2%	28.9%	73.2%	29.3%	615.8	84.1%	70.7%
三重県	53.76	69.4%	30.6%	74.1%	29.3%	633.9	82.6%	72.2%
学校	55.38	74.3%	25.7%	89.2%	22.2%	617.80	83.3%	69.5%
比較	◎	◎	△	◎	○	○	○	△
男子	テレビ等0-3時間未満(平日)	67.0%	30.7%	44.9%	33.9%	33.9%	74.0%	45.5%
全国	61.5%	74.8%	47.9%	22.6%	43.3%	30.5%	74.2%	45.4%
三重県	69.5%	94.4%	50.0%	28.6%	44.4%	33.3%	81.1%	57.1%
学校	◎	◎	○	◎	○	○	◎	◎
比較	◎	◎	○	◎	○	○	◎	◎
男子	握力	反復横とび	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ			
全国	16.51	19.92	32.15	41.95	52.24	9.37	151.71	22.53
三重県	16.63	19.11	33.85	42.58	52.01	9.42	150.50	22.49
学校	16.34	20.51	34.42	44.08	51.78	9.47	162.84	23.39
比較	△	◎	◎	◎	△	△	◎	◎
女子	体力合計点	ABC	DE	運動が好き	体力に自信がある	1週間の総運動時間(分)	朝食を食べる	運動時間(3時間以上)
全国	55.72	77.0%	23.1%	56.4%	15.5%	374.7	84.4%	76.1%
三重県	55.46	76.4%	23.7%	56.7%	15.2%	373.2	83.5%	77.7%
学校	57.00	85.7%	14.3%	47.6%	4.8%	248.90	95.2%	85.6%
比較	◎	◎	△	△	△	△	◎	◎
女子	テレビ等0-3時間未満(平日)	74.9%	59.8%	48.0%	43.2%	31.6%	72.7%	37.5%
全国	71.0%	62.7%	46.7%	19.7%	41.3%	29.2%	73.8%	37.6%
三重県	85.5%	81.0%	66.7%	35.0%	60.0%	40.0%	84.2%	71.4%
学校	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
比較	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
女子	握力	反復横とび	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ			
全国	16.12	18.81	37.43	40.06	41.62	9.60	145.47	13.94
三重県	16.27	18.19	37.03	40.61	40.90	9.65	144.80	14.20
学校	15.57	20.76	39.1	41.57	34.9	9.8	154.33	14.19
比較	△	◎	◎	◎	△	△	◎	◎

(2) スポーツ配付「全国体力」調査関係資料の活用について		5	3	月児童配付	月配付又は供覧	調査結果報告書職員返しより一部改)
①「記録シート」(調査用紙送付時同梱)		3		3		「全国体力」調査結果報告書職員返しより一部改)
②「学校用確認シート」(結果同梱)		3		3		「全国体力」調査結果報告書職員返しより一部改)
③「取組チェックシート」(「全国体力」調査結果報告書職員返しより一部改)		3		3		「全国体力」調査結果報告書職員返しより一部改)
「平成29年度の取組状況について確認しましょう」欄選択: YES、NO						
「体力向上」のための学年としての目標を設定していますか。	①「体力向上」のための学年としての目標を設定していますか。	YES	YES	YES	YES	YES
運動「スポーツ」が苦手(嫌い)な児童向けの取組、性別に応じた取組を行いましたか。	②運動「スポーツ」が苦手(嫌い)な児童向けの取組、性別に応じた取組を行いましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業において、年間指導計画の改善に反映しましたか。	③体育の授業において、年間指導計画の改善に反映しましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業において、指導方法等の工夫・改善を行いましたか。	④体育の授業において、指導方法等の工夫・改善を行いましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動を取り入れていますか。	⑤体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動を取り入れていますか。	YES	YES	YES	YES	YES
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取り入れていますか。	⑥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取り入れていますか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業では、児童同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。	⑦体育の授業では、児童同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業で、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか。	⑧体育の授業で、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業で、授業中にICTを活用していますか。	⑨体育の授業で、授業中にICTを活用していますか。	YES	YES	YES	YES	YES
体育の授業以外で、全ての児童に対して、「体力向上」に係る取組を行いましたか。	⑩体育の授業以外で、全ての児童に対して、「体力向上」に係る取組を行いましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
健康の三原則(運動、栄養(食事)、睡眠)の大切さを、児童に伝えていきますか。	⑪健康の三原則(運動、栄養(食事)、睡眠)の大切さを、児童に伝えていきますか。	YES	YES	YES	YES	YES
地域のスポーツクラブへの参加など、児童の学校外での運動実施の状況について把握していますか。	⑫地域のスポーツクラブへの参加など、児童の学校外での運動実施の状況について把握していますか。	YES	YES	YES	YES	YES
教員同士で児童の「体力向上」に関する取組、体育の授業指導方法の工夫・改善について、検討する機会がありますか。	⑬教員同士で児童の「体力向上」に関する取組、体育の授業指導方法の工夫・改善について、検討する機会がありますか。	YES	YES	YES	YES	YES
児童の「体力向上」に関する取組、体育の授業指導方法の工夫・改善について、全校職員で進めていますか。	⑭児童の「体力向上」に関する取組、体育の授業指導方法の工夫・改善について、全校職員で進めていますか。	YES	YES	YES	YES	YES
家庭に対して、子どもへの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。	⑮家庭に対して、子どもへの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
児童の運動やスポーツに関して、近隣の学校間での連携をしていますか。	⑯児童の運動やスポーツに関して、近隣の学校間での連携をしていますか。	NO	NO	NO	NO	NO
「全国体力」調査結果資料CDを活用しましたか。	⑰「全国体力」調査結果資料CDを活用しましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
「全国体力」調査「記録シート」を活用しましたか。	⑱「全国体力」調査「記録シート」を活用しましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
「全国体力」調査報告書に掲載した事例校の実践を参考に取組を行いましたか。	⑲「全国体力」調査報告書に掲載した事例校の実践を参考に取組を行いましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
「全国体力」調査報告書の巻末に掲載した「取組チェックシート」を活用しましたか。	⑳「全国体力」調査報告書の巻末に掲載した「取組チェックシート」を活用しましたか。	YES	YES	YES	YES	YES
学校のホームページや学校だより等で、平成28年度「全国体力」調査結果を公開しましたか。	㉑学校のホームページや学校だより等で、平成28年度「全国体力」調査結果を公開しましたか。	NO	NO	NO	NO	NO
2. 平成29年度の各学年の新体力テストの結果(夏季研修会「体力テストふりかえりシート」から)						
(1) ABCの割合						
男子(70%を超えている)	1年	◎	△	◎	◎	◎
女子(75%を超えている)	1年	◎	△	◎	◎	◎
(2) 各種目の状況(※比較)						
男子	握力	反復横とび	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	
1年	△	◎	△	△	△	△
2年	◎	△	△	△	△	△
3年	△	△	◎	◎	◎	◎
4年	△	△	◎	◎	◎	◎
5年	△	△	◎	◎	◎	◎
6年	△	△	◎	◎	◎	◎
女子	握力	反復横とび	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	
1年	△	◎	△	△	△	△
2年	△	△	◎	◎	◎	◎
3年	△	△	◎	◎	◎	◎
4年	△	△	◎	◎	◎	◎
5年	△	△	◎	◎	◎	◎
6年	◎	△	△	△	△	△

3 体力向上の取組の振り返り (1) 平成29年度の体力向上の目標 (H29みえ子ども元気アップシートから転載)	<ul style="list-style-type: none"> ○規則正しい生活習慣を身に付け、健康を保つ。 ○運動に対する児童の意欲向上 ○運動：蹴り力、投げる力の向上。
(2) 平成29年度の体力向上の取組内容 (H29みえ子ども元気アップシートから転載)	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で体力テストを実施する。 ○到達目標を掲示し、子どもたちの意欲を高める。 ○授業での課題設定と振り返りの時間を確保する。 ○体育の授業の初めに、全学年ラジオリオ体操及び必要な体操を行う。
<体育の授業での取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○20分休みの学級遊び、全校遊びの継続。 ○外遊び運動の奨励。 ○夏休み期間中のプール開放で練習メニューを決めて目標達成を目指す。 ○夏休み中に泳力検定を行う。 ○検定表を使った縄跳び練習の実施。
<運動の日常化・運動時間の確保をめざした取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭・地域と連携を図る取組 ○PTAと連携して「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを強化週間を設定して行う。 ○体力テストの結果を保護者に返却する。
(3) 平成29年度の体力向上の取組の成果と課題 学校全体の体力向上の目標について	<ul style="list-style-type: none"> ○学年ごとに目標を設定し、取り組みが進むことができた。 ○目標を設定したことにより、学校全体で体力向上の取組を進めることができた。 ○柔軟性や持久力、瞬発力の向上に取り組み、成果が見られた。 ○運動に対する意欲の向上に取り組み、大きな成果を上げることが出来なかった。今後引き続き、意欲の向上につながる活動をする必要性を感じている。
(4) 平成29年度の体力向上の取組内容の成果と課題	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で、体力テストの実施を行うことができた。 ○到達目標を明確にし、そこに向かって、取り組みを進めることができた。 ○課題やめあてでは、伝えるようにしているが、一人ひとりの活動量を確保すること、振り返りの時間がないことに課題が残る。 ○ラジオリオ体操だけでなく、その日の運動に合わせた体操も取り入れられるようにした。
<体育の授業での取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で、体力テストを実施する。 ○体力テストの種目の練習を取り入れる。 ○到達目標を掲示し、子どもたちの意欲を高める。 ○授業での課題設定と振り返りの時間を確保する。 ○体育の授業の初めに、全学年ラジオリオ体操及び必要な体操を行う。
<体育の授業以外で、運動の日常化・運動時間の確保をめざした取組 (1学校1運動)>	<ul style="list-style-type: none"> ○20分休みの学級遊び、全校遊びの継続。 ○握力計を教室に置き、よりよく計れるようにする。 ○外遊び運動の奨励。 ○夏休み期間中のプール開放で練習メニューを決めて目標達成を目指す。 ○夏休み中に泳力検定を行う。 ○検定表を使った縄跳び練習の実施。
<家庭・地域と連携を図る取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭・地域と連携を図る取組 ○PTAと連携して「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを強化週間を設定して行う。 ○体力テストの結果を保護者に返却する。

4 平成30年度の各学年の目標	
H30入学 1年	入学後設定
H29入学 2年	体力テストの結果から、男女共に、握力・シャトルランの項目で弱さが見られる。鉄棒やうんていなどを使った遊びや走る運動や長い間体を動かして続ける運動を取り入れ、持久力アップを図りたい。
H29入学 3年	全体的に教養が低い。体育の授業の毎時の柔軟体操、サーキットトレーニング導入による走る力の育成。学級遊びで行うことと体育の授業の毎時の柔軟体操、サーキットトレーニング導入による走る力の育成。学級遊びで実施する。体力テストの項目のしゅぶんな練習と目標値の設定。
H29入学 4年	体力テストの結果から、男女共に、握力とシャトルランの項目で弱さが見られる。鉄棒やうんていなどを使った遊びや走る運動や長い間体を動かして続ける運動を取り入れ、持久力アップを図りたい。また、ボールを投げ、投げることに慣れさせていく必要がある。
H29入学 5年	体力テストの結果から、男女共に、筋力(握力)、柔軟性(長座体前屈)、遠投(ソフトボール投げ)で弱さが見られる。鉄棒やうんていなど、物を押込む運動を通して、基本的な筋力アップを図りたい。最初の体操の時に体を伸ばす運動等を取り入れる必要がある。ドッチボール等を通して投げ方を伝え、たくさん練習をさせる経験が必要だと感じる。
H29入学 6年	体力テストの結果から、男女共に、握力とシャトルラン、50m走の項目で弱さが見られる。鉄棒やうんていなど、物を押込む運動を通して筋力をつけたい。長い間体を動かす運動も取り入れ、持久力アップを図りたい。男子はソフトボール投げにも弱さが見られるので、ソフトボール投げの練習を取り入れ、全員がボールを振り取れることに慣れさせたい。
5 平成30年度の学校全体での目標 (1) 平成30年度の体力向上の目標	<ul style="list-style-type: none"> ○規則正しい生活習慣を身に付け、健康を保つ。 ○運動に対する児童の意欲向上。 ○運動：投げる力の向上。
(2) 平成30年度の体力向上の取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で体力テストを実施する。 ○体力テストの種目の練習を取り入れる。 ○到達目標を掲示し、子どもたちの意欲を高める。 ○授業での課題設定と振り返りの時間を確保する。 ○体育の授業の初めに、全学年ラジオリオ体操及び必要な体操を行う。
<体育の授業での取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で体力テストを実施する。 ○体力テストの種目の練習を取り入れる。 ○到達目標を掲示し、子どもたちの意欲を高める。 ○授業での課題設定と振り返りの時間を確保する。 ○体育の授業の初めに、全学年ラジオリオ体操及び必要な体操を行う。
<体育の授業以外で、運動の日常化・運動時間の確保をめざした取組 (1学校1運動)>	<ul style="list-style-type: none"> ○20分休みの学級遊び、全校遊びの継続。 ○握力計を教室に置き、よりよく計れるようにする。 ○外遊び運動の奨励。 ○夏休み期間中のプール開放で練習メニューを決めて目標達成を目指す。 ○夏休み中に泳力検定を行う。 ○検定表を使った縄跳び練習の実施。
<家庭・地域と連携を図る取組>	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭・地域と連携を図る取組 ○PTAと連携して「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを強化週間を設定して行う。 ○体力テストの結果を保護者に返却する。

30 年度 体力テストふりかえりシート

学校名	
-----	--

【各学年の学校平均値】

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	A B C
1年	8.33	14.17	28.92	29.67	16.17	11.65	112.67	7.83	66.67%
2年	12.06	14.44	30.13	34.25	33.13	10.29	128.13	11.31	87.50%
3年	14.14	18.60	29.20	38.60	51.40	9.51	142.47	15.00	78.57%
4年	15.81	20.13	33.81	40.13	44.81	9.56	148.63	19.00	75.00%
5年	16.54	23.38	33.08	47.69	56.92	9.02	147.62	20.54	92.31%
6年	19.76	21.00	38.12	47.88	63.24	8.79	169.71	19.06	76.47%

女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	A B C
1年	9.54	11.42	32.69	31.46	16.69	11.48	102.92	5.92	91.67%
2年	11.54	13.23	29.69	34.23	31.46	10.45	120.15	8.15	92.31%
3年	13.64	16.64	33.93	38.93	35.60	9.91	136.29	12.93	92.86%
4年	16.15	20.54	36.23	43.38	44.85	9.28	145.38	12.77	100.00%
5年	16.18	19.18	35.36	43.73	49.82	9.05	154.82	12.55	90.91%
6年	19.30	21.50	36.90	43.30	50.20	9.11	156.20	15.70	80.00%

目標値（例）との比較

◎：目標値（例）を上回っている

△：目標値（例）を下回っている

男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	A B C
1年	△	◎	◎	◎	△	◎	◎	△	△
2年	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	◎
3年	◎	◎	△	◎	◎	◎	◎	△	◎
4年	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	◎
5年	△	◎	△	◎	◎	◎	△	△	◎
6年	△	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	◎

女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	A B C
1年	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	△	◎
2年	◎	◎	△	◎	◎	◎	◎	◎	◎
3年	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
4年	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
5年	△	◎	△	◎	◎	◎	◎	△	◎
6年	◎	◎	△	◎	◎	◎	◎	△	◎

平均値と目標値（例）との単純比較なので、△でも同程度と考えられる種目があると思います。各学年の体力向上の課題を明らかにする一つ的手段として、体力向上の目標設定や取組を見直す参考にしてください。

学校全体、学年ごとの課題を明らかにするためにも、実施学年、実施種目の拡大に努めてください。全学年、全種目を実施し、学校全体で体力向上に取り組んでいきましょう。

1 ABCの割合について

男子 70%を超えている学年は	1年	2年	3年	4年	5年	6年
70%を超えていない学年は	1年	2年	3年	4年	5年	6年
女子 75%を超えている学年は	1年	2年	3年	4年	5年	6年
75%を超えていない学年は	1年	2年	3年	4年	5年	6年

※男子70%、女子75%を目標値としています。

2 各種目の状況について

男子6学年8種目・48項目のうち、目標値を上回っているのは、35項目です。

女子6学年8種目・48項目のうち、目標値を上回っているのは、40項目です。

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
目標数値を超えた数	8	12	7	12	11	12	10	3
実施学年の数	12	12	12	12	12	12	12	12
								課題

課題：目標数値を超えた数（男女別）÷実施学年の数（男女別）が0.5未満の場合に表示されます。

2 目標値（例）と各学年の状況の比較グラフ

学校値 ■■■ 目標値（例）—◆—

