

平成29年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

宮城県の調査結果

目 次

- 1 調査の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 1
- 2 調査結果（実技、児童生徒・学校質問紙）の概要・・・・ P 2
 - （１）体力合計点の推移
 - （２）体力合計点における総合評価の分布
 - （３）種目別の状況
 - （４）運動時間の状況
 - （５）「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツが好き」と答えた児童生徒の割合
 - （６）健康三原則（運動・食事・睡眠）に対する意識の状況
 - （７）質問紙による調査（児童生徒、学校）
- 3 傾向の分析・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 10
 - （１）運動部活動等の加入率及び一週間の総運動時間の状況
 - （２）普段の登校方法について
 - （３）地域別の体力・運動能力の状況
 - （４）webなわ跳び広場参加校の「体力合計点」の状況《参考》肥満傾向児出現率の推移状況
むし歯被患者【処理完了者と未処置歯のある者】の推移状況
- 4 課題と取組・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 17

1 調査の概要

(1) 調査期間 平成29年4月から7月末まで

(2) 調査対象 全国の小5男女，中2男女全員（悉皆調査）

○全国調査では，国立，公立，私立学校全ての学校を対象としている。

○使用した全国平均のデータ…公立学校のみデータを用いている。

○本県のデータ…仙台市立学校を含むものと含まないものを使用している。

・「宮城県全体」と表示しているもの…仙台市立学校を含み，経年比較に使用。

・「仙台市を除く」と表示しているもの…仙台市立学校を含まず，主に今年度の報告・分析に使用。

(3) 調査参加学校・児童生徒数

	小学校5年生 男・女		中学校2年生 男・女	
	学校数(校)	調査児童数(人)	学校数(校)	調査生徒数(人)
宮城県全体 (仙台市を含む)	382	19,320	206	18,946
全 国	19,682	1,050,062	9,758	961,769

(4) 調査事項及び内容

① 実技に関する調査…新体力テスト（8種目）

1) 握力

2) 上体起こし

3) 長座体前屈

4) 反復横とび

5) 持久走，20mシャトルラン

※小5男女は20mシャトルランを行い，中2男女はどちらか1種目を選択して行う。

6) 50m走

7) 立ち幅とび

8) ソフトボール投げ，ハンドボール投げ

※小5男女はソフトボール投げ，中2男女はハンドボール投げを行う。

② 児童生徒に対する質問紙調査

○ 運動習慣，生活習慣等

③ 学校に対する質問紙調査

○ 子どもの体力向上に係る学校の取組等

2 調査結果の概要

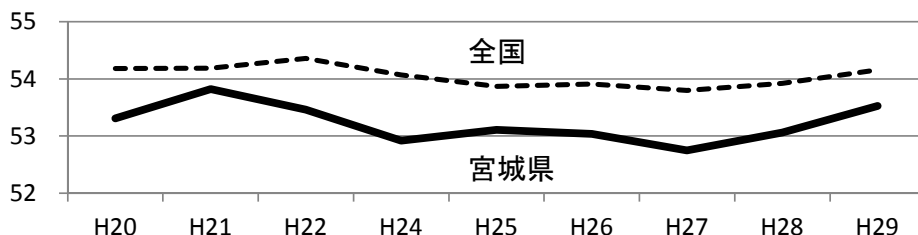
(1) 体力合計点の推移(H20年度から)

宮城県全体

小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	53.31	53.82	53.46	52.92	53.11	53.04	52.75	53.06	53.53
全 国	54.18	54.19	54.36	54.07	53.87	53.91	53.80	53.92	54.16
順 位	36	30	35	41	36	40	42	38	33

【考察】

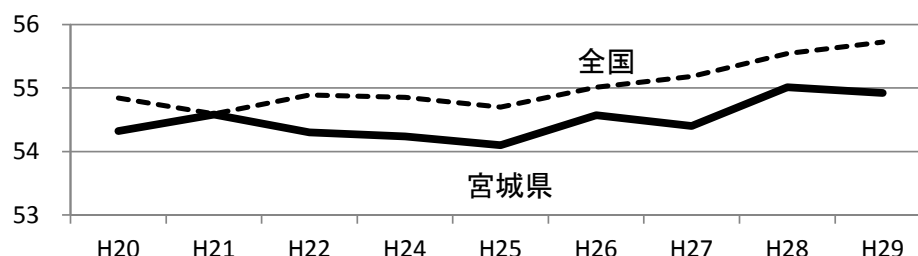
体力合計点はわずかに高くなり、全国平均との差は縮まった。



小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	54.32	54.58	54.30	54.24	54.10	54.57	54.40	55.01	54.92
全 国	54.84	54.59	54.89	54.85	54.70	55.01	55.18	55.54	55.72
順 位	31	25	28	32	32	33	37	32	37

【考察】

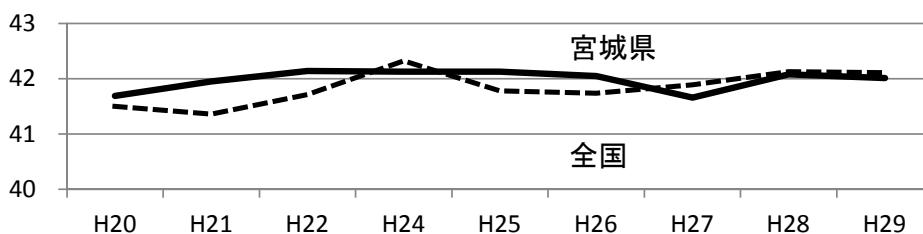
体力合計点はほとんど変化がなく、全国平均との差はわずかに広がった。



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	41.69	41.95	42.14	42.13	42.13	42.05	41.66	42.08	42.01
全 国	41.50	41.36	41.71	42.32	41.78	41.74	41.89	42.13	42.11
順 位	22	18	17	23	19	21	32	27	27

【考察】

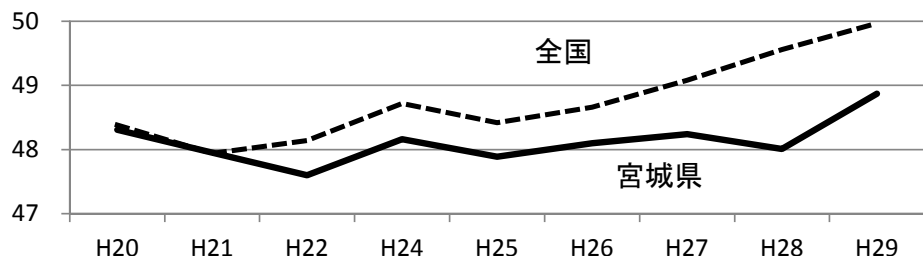
体力合計点はほとんど変化がなかったが、全国平均と同水準であった。



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	48.31	47.95	47.60	48.16	47.89	48.10	48.24	48.01	48.87
全 国	48.38	47.94	48.14	48.72	48.42	48.66	49.08	49.56	49.97
順 位	24	24	30	27	29	26	34	45	41

【考察】

体力合計点はわずかに高くなり、全国平均との差は縮まった。



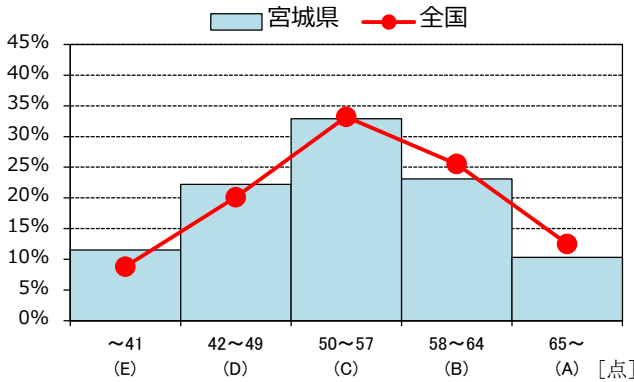
※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化（1～10点）し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」, 「±0.5～1未満」は「わずかに高（低）かった。」, 「±1以上」は「高（低）かった」としている。

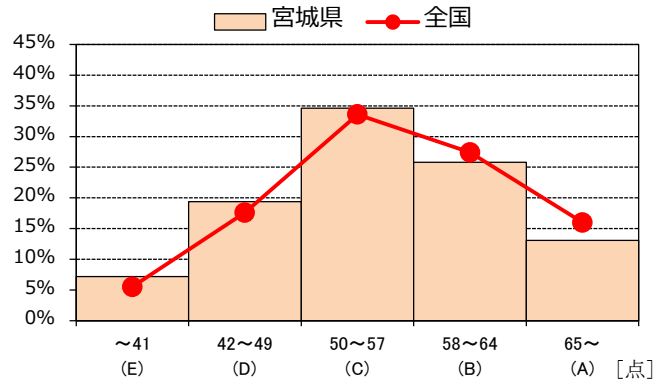
※順位は宮城県独自集計による。

(2) 体力合計点における総合評価の分布（仙台市を除く）

【小5男子】



【小5女子】

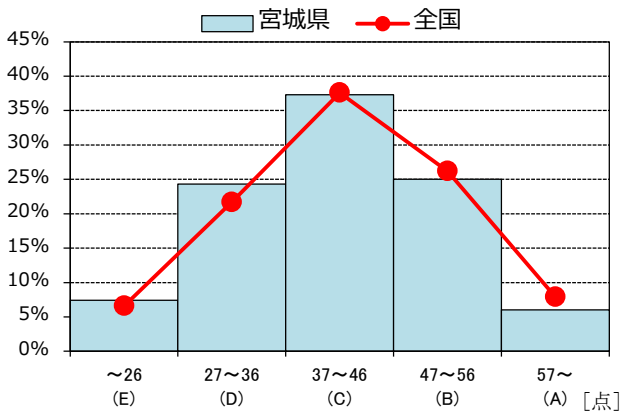


	E	D	C	B	A
宮城県	11.5	22.2	32.9	23.1	10.3
全国	8.8	20.1	33.2	25.5	12.5

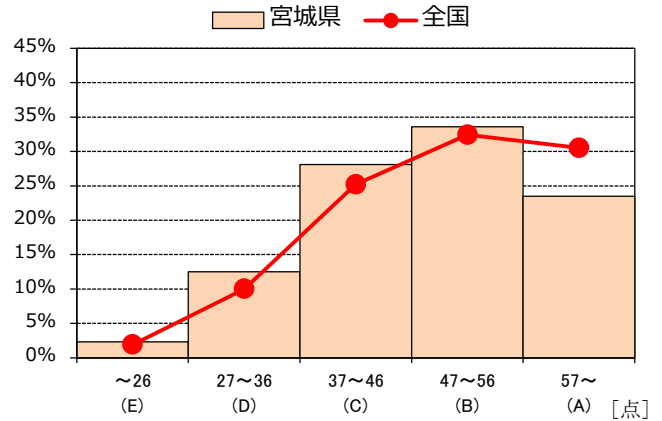
	E	D	C	B	A
宮城県	7.2	19.4	34.6	25.8	13.1
全国	5.5	17.6	33.6	27.4	16.0

○小5男女ともに、全国と比較し、A・B判定児童の割合が低く、D・E判定児童の割合が高い。

【中2男子】



【中2女子】



	E	D	C	B	A
宮城県	7.4	24.3	37.3	25.0	6.0
全国	6.6	21.7	37.6	26.2	7.9

	E	D	C	B	A
宮城県	2.3	12.5	28.1	33.6	23.5
全国	1.9	10.0	25.2	32.4	30.5

○中2男子において、全国よりA・B判定の生徒の割合が低く、D・E判定の生徒の割合が高い。

○中2女子において、全国よりA判定生徒の割合が低く、C・D判定生徒の割合が高い。

(3) 種目別の状況

【小学校5年生男子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較	
				宮城県 全体	仙台市 を除く
握 力 (k g)	16.57	16.51	16.46	+0.06	-0.05
上体起こし(回)	19.69	19.92	19.48	-0.23	-0.44
長座体前屈(cm)	33.46	33.15	33.15	+0.31	±0
反復横とび(点)	41.92	41.95	41.39	-0.03	-0.56
20mシャトルラン(回)	49.58	52.24	48.87	-2.66	-3.37
50m走(秒)	9.47	9.37	9.50	+0.10	+0.13
立ち幅とび(cm)	148.25	151.71	147.52	-3.46	-4.19
ソフトボール投げ(m)	23.20	22.53	22.74	+0.67	+0.21
体 力 合 計 点	53.53	54.16	52.94	-0.63	-1.22

【小学校5年生女子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較	
				宮城県 全体	仙台市 を除く
握 力 (k g)	16.30	16.12	16.24	+0.18	+0.12
上体起こし(回)	18.58	18.81	18.47	-0.23	-0.34
長座体前屈(cm)	37.43	37.43	36.82	±0	-0.61
反復横とび(点)	39.96	40.06	39.70	-0.10	-0.36
20mシャトルラン(回)	39.31	41.62	39.55	-2.31	-2.07
50m走(秒)	9.70	9.60	9.70	+0.10	+0.10
立ち幅とび(cm)	141.67	145.47	141.39	-3.80	-4.08
ソフトボール投げ(m)	13.92	13.94	14.03	-0.02	+0.09
体 力 合 計 点	54.92	55.72	54.72	-0.80	-1.00

【中学校2年生男子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較	
				宮城県 全体	仙台市 を除く
握 力 (k g)	29.26	28.89	29.31	+0.37	+0.42
上体起こし(回)	27.56	27.45	27.14	+0.11	-0.31
長座体前屈(cm)	43.48	43.20	42.58	+0.28	-0.62
反復横とび(点)	52.04	51.89	51.59	-0.15	-0.30
持 久 走 (秒)	401.14	391.23	400.71	+9.91	+9.48
20mシャトルラン(回)	83.62	85.99	82.38	-2.37	-3.61
50m走(秒)	8.00	7.99	8.02	+0.01	+0.03
立ち幅とび(cm)	193.34	194.54	191.08	-1.20	-3.46
ハンドボール投げ(m)	19.76	20.56	19.56	-0.80	-1.00
体 力 合 計 点	42.01	42.11	41.20	-0.10	-0.91

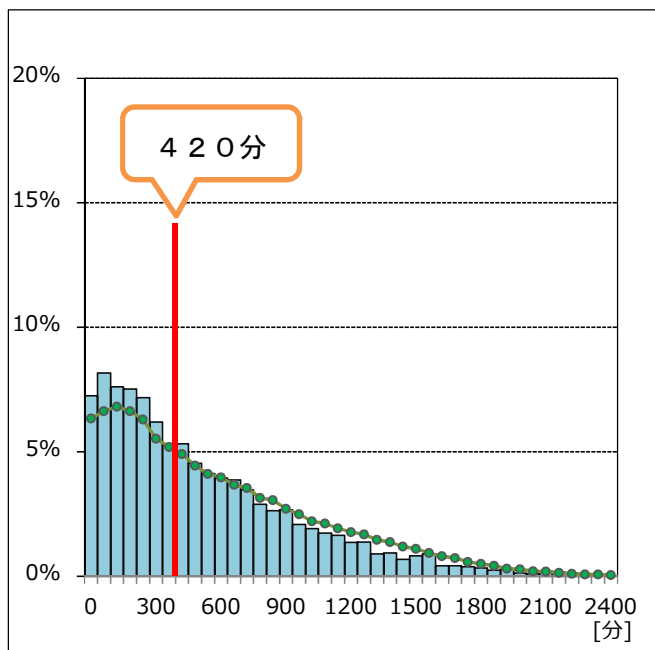
【中学校2年生女子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較	
				宮城県 全体	仙台市 を除く
握 力 (k g)	23.77	23.82	23.82	-0.05	±0
上体起こし(回)	23.75	23.73	23.30	+0.02	-0.43
長座体前屈(cm)	45.56	45.86	44.68	-0.30	-1.18
反復横とび(点)	46.46	46.76	46.20	-0.30	-0.56
持 久 走 (秒)	294.61	287.36	295.49	+7.25	+8.13
20mシャトルラン(回)	56.87	59.14	55.95	-2.27	-3.19
50m走(秒)	8.84	8.80	8.87	+0.04	+0.07
立ち幅とび(cm)	165.46	168.57	162.84	-3.11	-5.73
ハンドボール投げ(m)	12.08	12.96	12.13	-0.88	-0.83
体 力 合 計 点	48.87	49.97	48.11	-1.10	-1.86

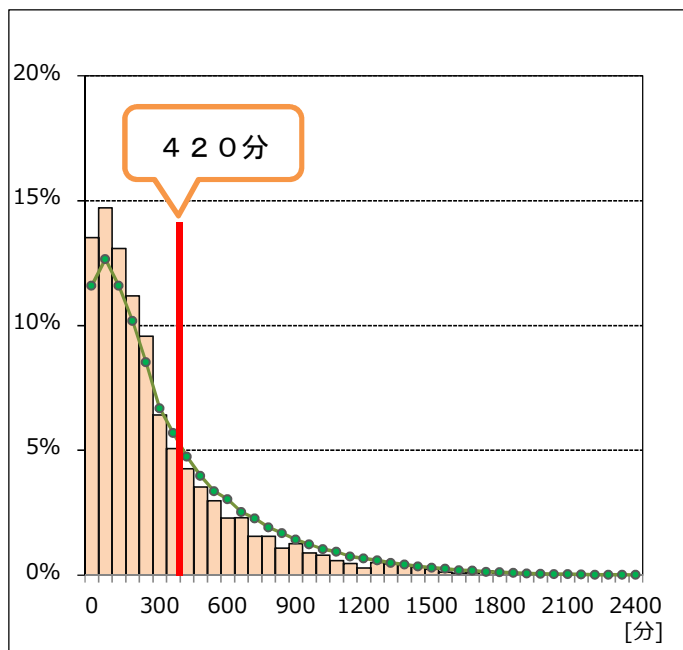
(4) 一週間の総運動時間の状況（仙台市を除く）

（宮城県：棒グラフ 全国：折れ線グラフ）

【小5男子】

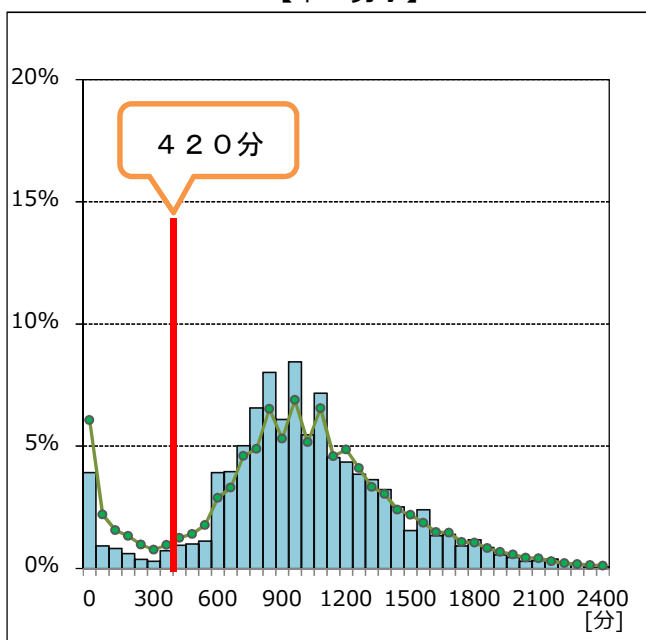


【小5女子】

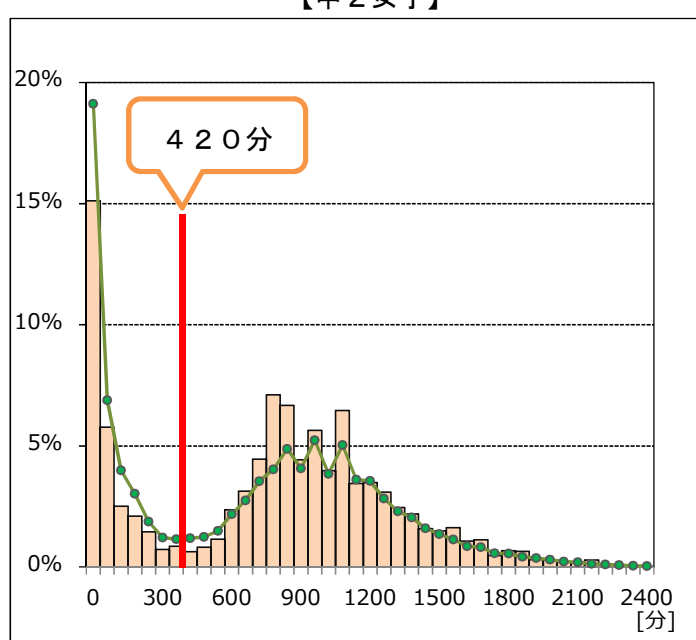


- 420分以上の児童の割合が、男女ともに全国よりも低い。
- 60分未満の児童の割合が、男女ともに全国よりも高い。

【中2男子】



【中2女子】



- 420分以上の生徒の割合が、男女ともに全国よりも高い。
- 中学生の総運動時間が小学生より高くなっているのは、運動部活動によるものと考えられる。

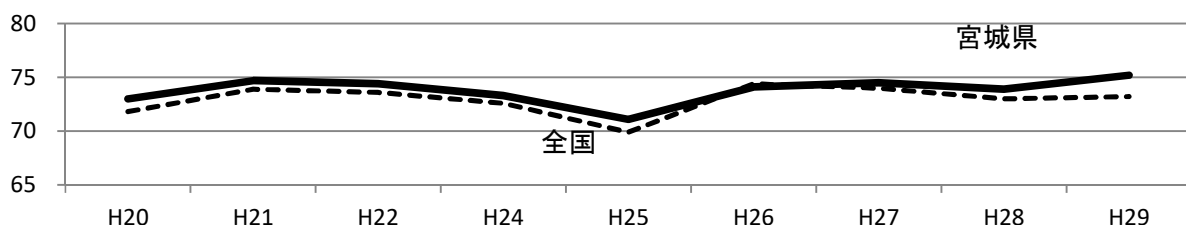
※420分は、運動習慣が身につけている目安とされる「1日60分の運動」を週7日間行った場合の時間。

(5) 「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツが好き」と答えた児童生徒の割合

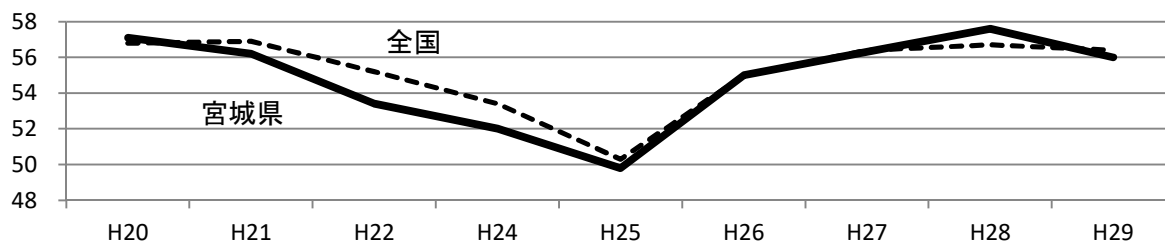
宮城県全体

(単位: %)

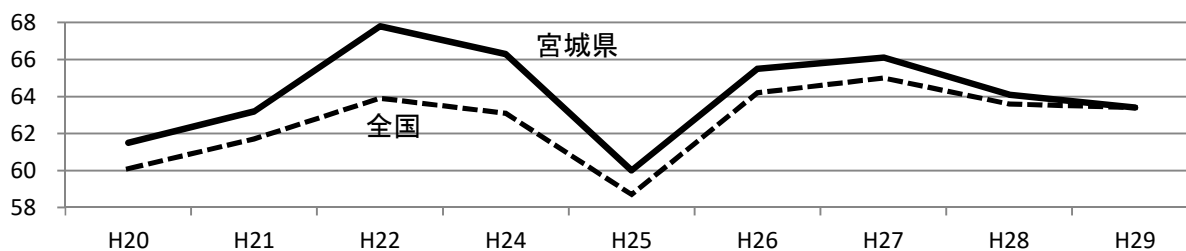
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	73.00	74.70	74.40	73.30	71.10	74.10	74.50	73.90	75.20
全国	71.80	73.90	73.60	72.60	69.90	74.40	74.00	73.00	73.20



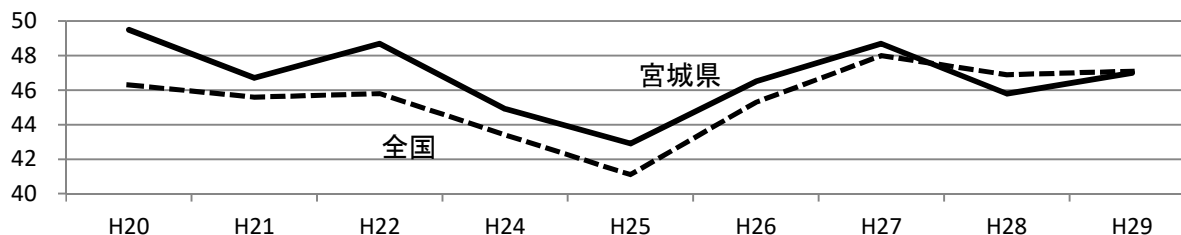
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	57.10	56.20	53.40	52.00	49.80	55.00	56.30	57.60	56.00
全国	56.80	56.90	55.20	53.40	50.30	55.00	56.40	56.70	56.40



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	61.50	63.20	67.80	66.30	60.00	65.50	66.10	64.10	63.40
全国	60.10	61.70	63.90	63.10	58.70	64.20	65.00	63.60	63.40



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県全体	49.50	46.70	48.70	44.90	42.90	46.50	48.70	45.80	47.00
全国	46.30	45.60	45.80	43.40	41.10	45.30	48.00	46.90	47.10



※ 「好き・やや好き・ややきらい・きらい」の項目のうち「好き」と答えた児童生徒の割合の推移

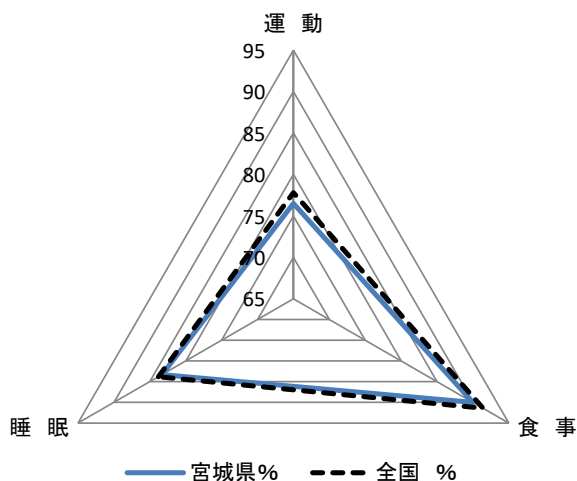
(6)健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する意識の状況(仙台市を除く)

○健康でいるためには「運動」「食事」「睡眠」は、どのくらい大切だと思いますか。

※「大切・やや大切・あまり大切ではない・大切ではない」の項目のうち「大切」と答えた児童生徒の割合

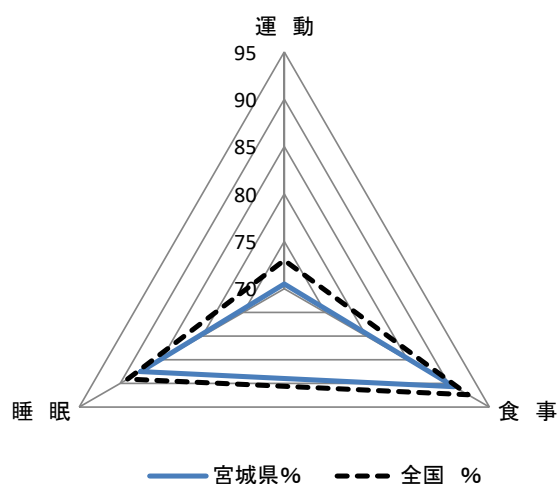
【小5男子】

	運 動	食 事	睡 眠
宮城県%	76.5	90.0	83.3
全国 %	77.8	91.4	83.8



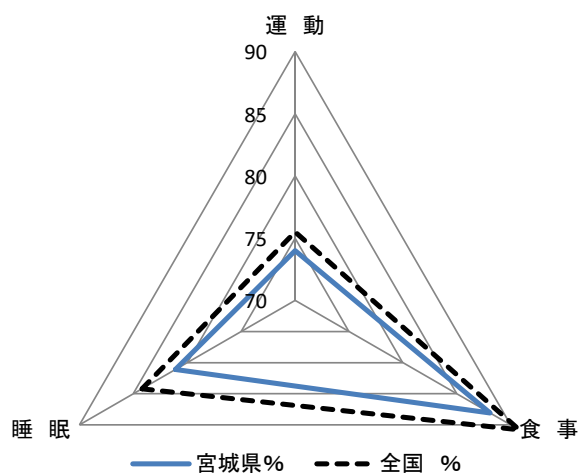
【小5女子】

	運 動	食 事	睡 眠
宮城県%	70.5	90.7	87.5
全国 %	73.0	92.4	89.1



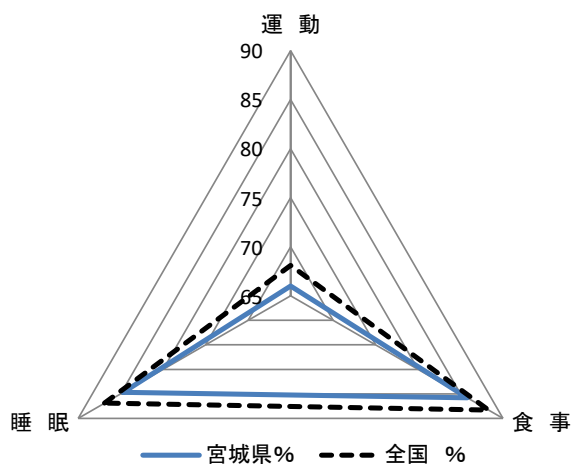
【中2男子】

	運 動	食 事	睡 眠
宮城県%	74.0	88.1	81.1
全国 %	75.5	90.8	84.2



【中2女子】

	運 動	食 事	睡 眠
宮城県%	66.0	85.8	84.7
全国 %	68.1	88.3	86.9



○どの学年でも、食事に関する意識が最も高く、次に睡眠であり、運動への意識が最も低い。

○どの要素でも、重要度認識が全国と比べてわずかに低く、意識を高める健康教育が重要である。

(7) 質問紙による調査（仙台市を除く）

【児童生徒質問紙調査】

児童生徒質問紙調査(%)	校種	性別	宮城県	全国	差
① 自分の体力に自信がありますか。 (自信がある, やや自信があると回答した割合)	小5	男子	63.9	65.1	△1.2
		女子	49.2	50.6	△1.4
	中2	男子	48.3	52.1	△3.8
		女子	33.3	35.7	△2.4
② 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ことがありますか。 (よくある, ときどきあると回答した割合)	小5	男子	64.1	63.1	1.0
		女子	52.1	52.7	△0.6
	中2	男子	50.1	50.2	△0.1
		女子	46.5	44.4	2.1
③ ふだんの体育の授業では, 授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。 (示されている, ときどき示されていると回答した割合)	小5	男子	77.9	83.1	△5.2
		女子	76.7	83.2	△6.5
	中2	男子	87.0	87.0	0
		女子	85.1	86.2	△1.1
④ 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, ときどき行っていると回答した割合)	小5	男子	54.0	64.6	△10.6
		女子	53.1	65.4	△12.3
	中2	男子	71.0	71.8	△0.8
		女子	69.6	74.2	△4.6

- 自分の体力を肯定的に捉えている児童生徒の割合が, 小中男女ともに全国よりも低い。
- 小学校の体育の授業において, ねらいが示されていると感じている児童の割合が, 男女ともに全国よりも低い。
- 体育・保健体育の授業において, 振り返る活動を行っていると感じている児童生徒の割合が, 小中男女ともに全国よりも低い。

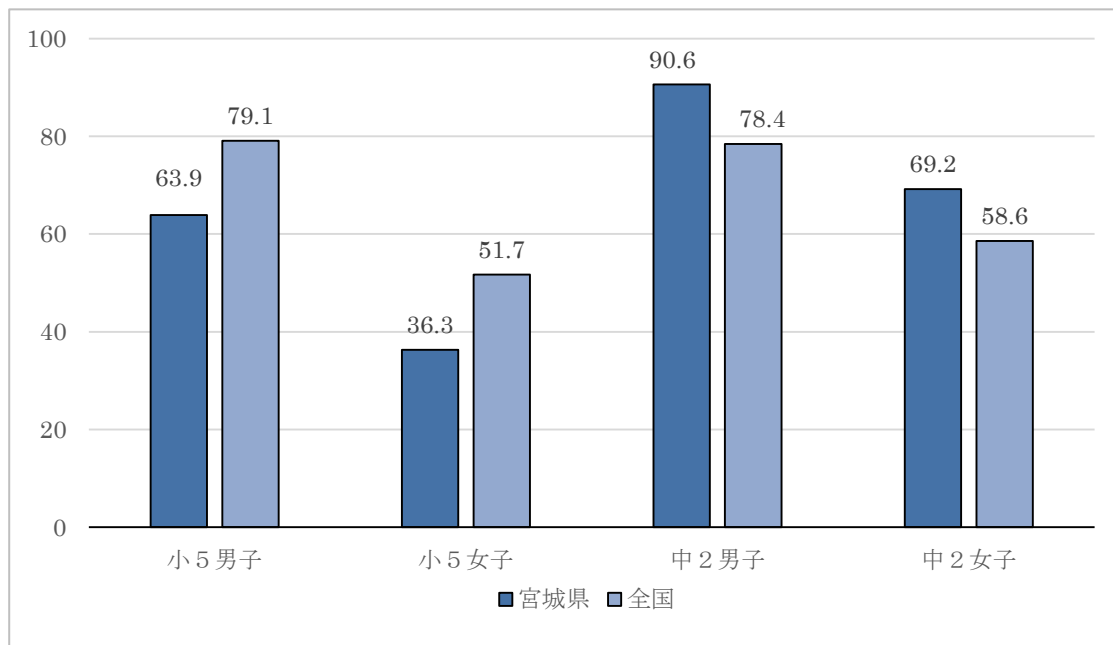
【学校質問紙調査】

学校質問紙調査(%)	校種	宮城県	全国	差
① 平成28年度, 学校全体の, 体力・運動能力の向上のための目標を, 設定していましたか。 (設定していたと回答した割合)	小学校	71.7	68.4	3.3
	中学校	57.6	60.8	△3.2
② 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向にある児童生徒向けの取組, または性別に応じた取組を現在行っていますか。 (行う予定はありますか。)(行ったと回答した割合)	小学校	47.2	56.2	△9.0
	中学校	57.9	58.1	△0.2
③ 平成28年度に, 体育の授業以外で, 全ての児童生徒の体力・運動能力向上に係る取組を行いましたか。 (行ったと回答した割合)	小学校	89.6	88.0	1.6
	中学校	52.1	47.0	5.1
④ 平成28年度, 第4学年(中:第1学年)の児童生徒の家庭に対して, 子どもの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。 (行ったと回答した割合)	小学校	58.7	59.1	△0.4
	中学校	29.2	32.4	△3.2

3 傾向の分析

(1) 運動部活動等の加入率及び小学生の曜日ごとの運動時間の状況

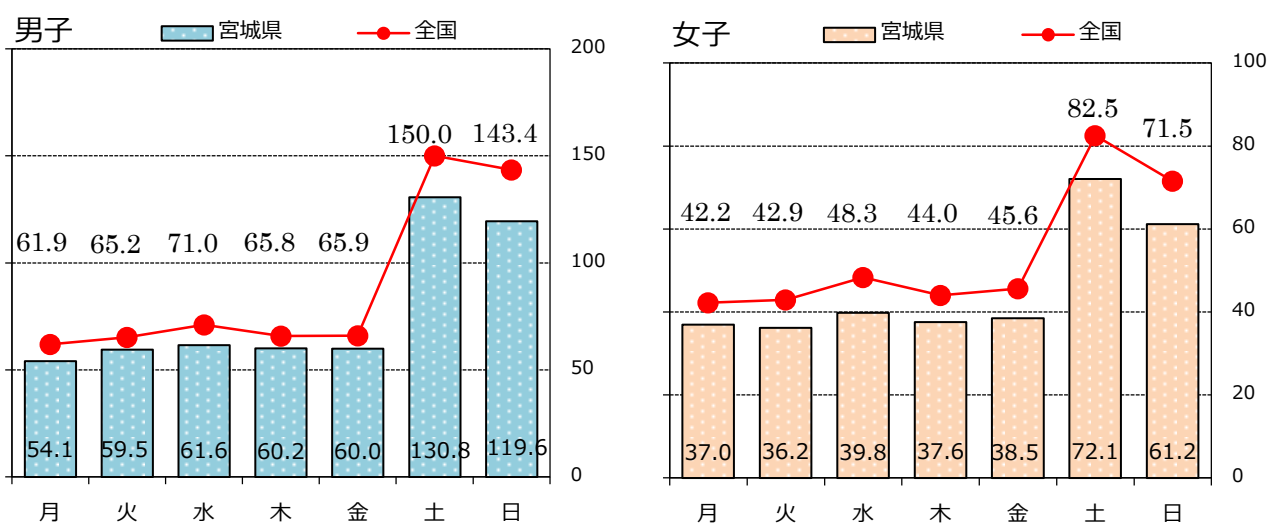
① 運動部活動やスポーツクラブ（スポーツ少年団を含む）の加入率（仙台市を除く）



○小5男女においては、全国の割合よりも15ポイント程度低い。

○中2男女においては、全国の割合よりも10～12ポイント程度上回っている。

② 小学生の曜日ごとの総運動時間【分】（仙台市を除く）

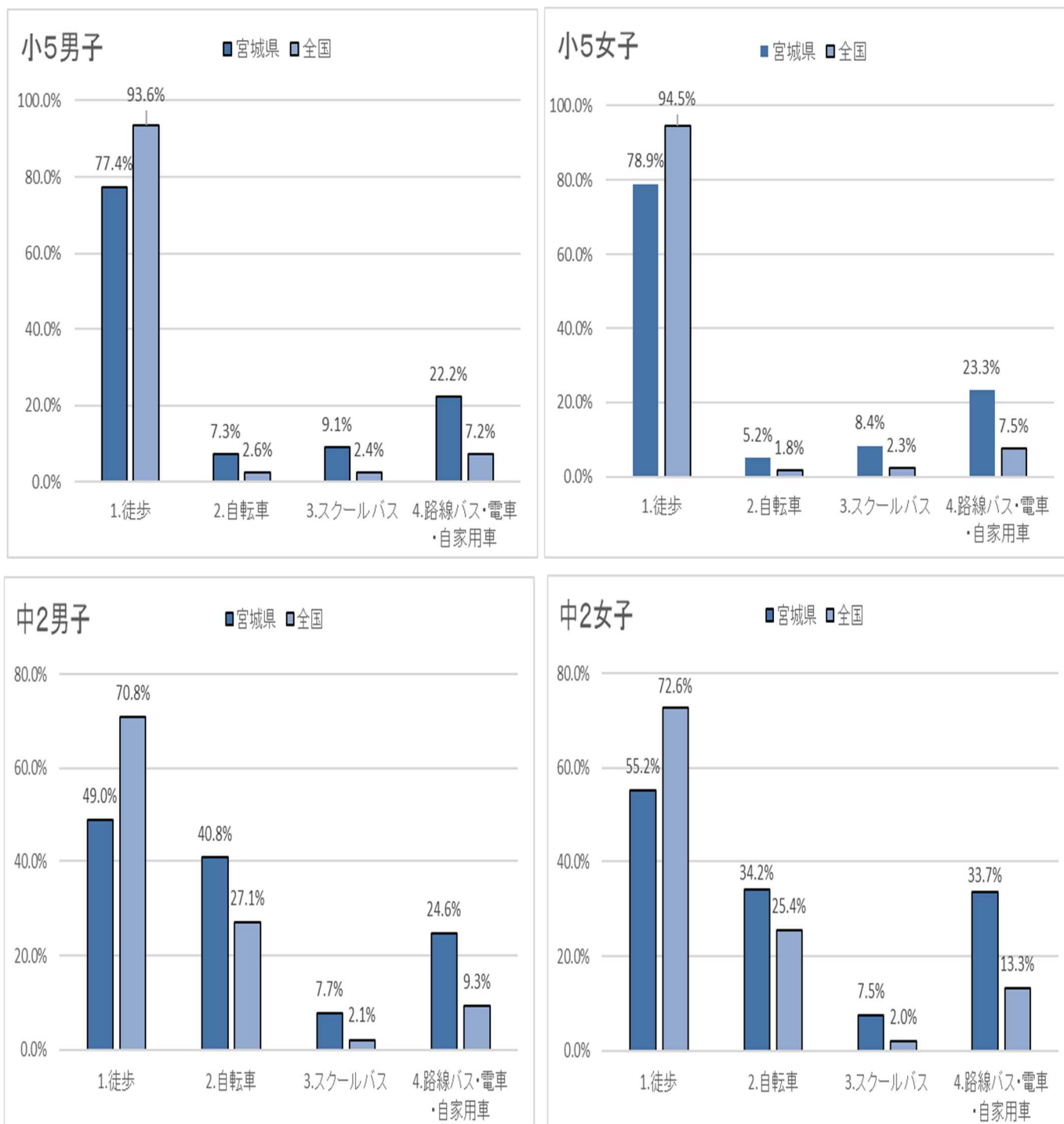


○小5男子においては、平日は5分～10分、土日は20分程度、全国の平均運動時間より短い。

○小5女子においては、平日は5分～9分、土日は10分程度、全国の平均運動時間より短い。

(2) 普段の登校方法について（仙台市を除く）

児童生徒質問紙調査（％） * 複数回答可

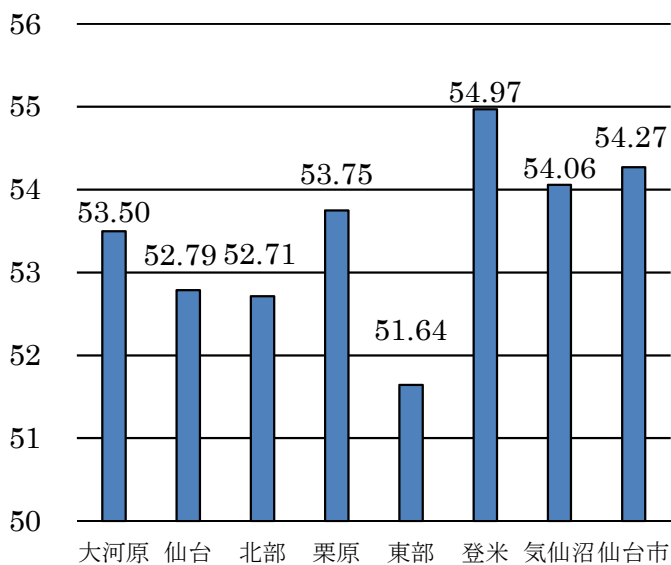


○小中学校の男女ともに、1,徒歩の割合が全国と比べて低く、2,自転車、3,スクールバス、4,路線バス・電車・自家用車の割合が高い。

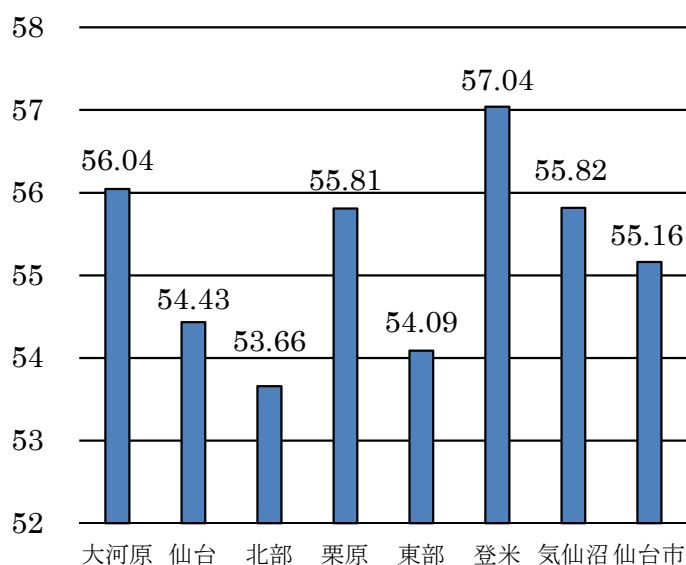
(3) 地域別の体力・運動能力の状況

① 地域別の体力合計点の状況

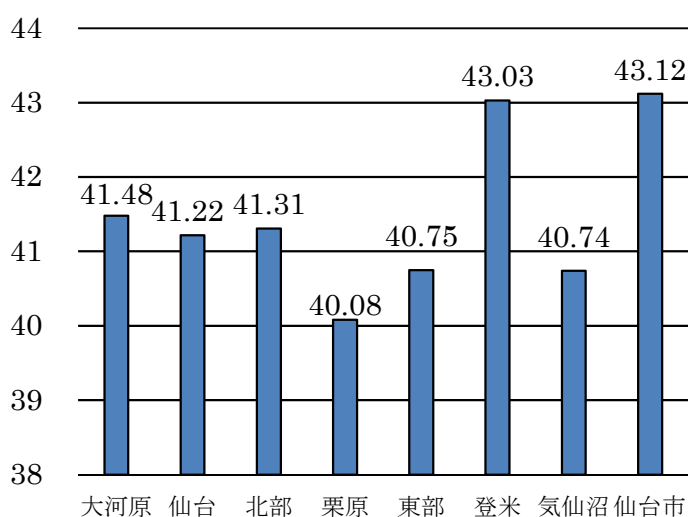
小5男子 宮城県全体53.53



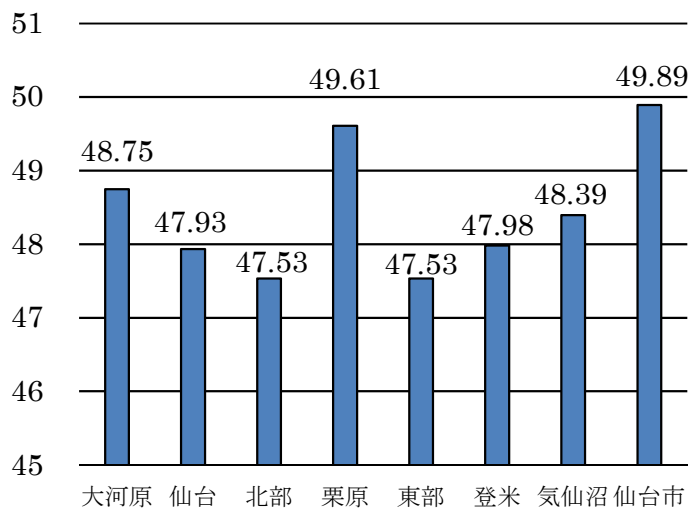
小5女子 宮城県全体54.92



中2男子 宮城県全体42.01



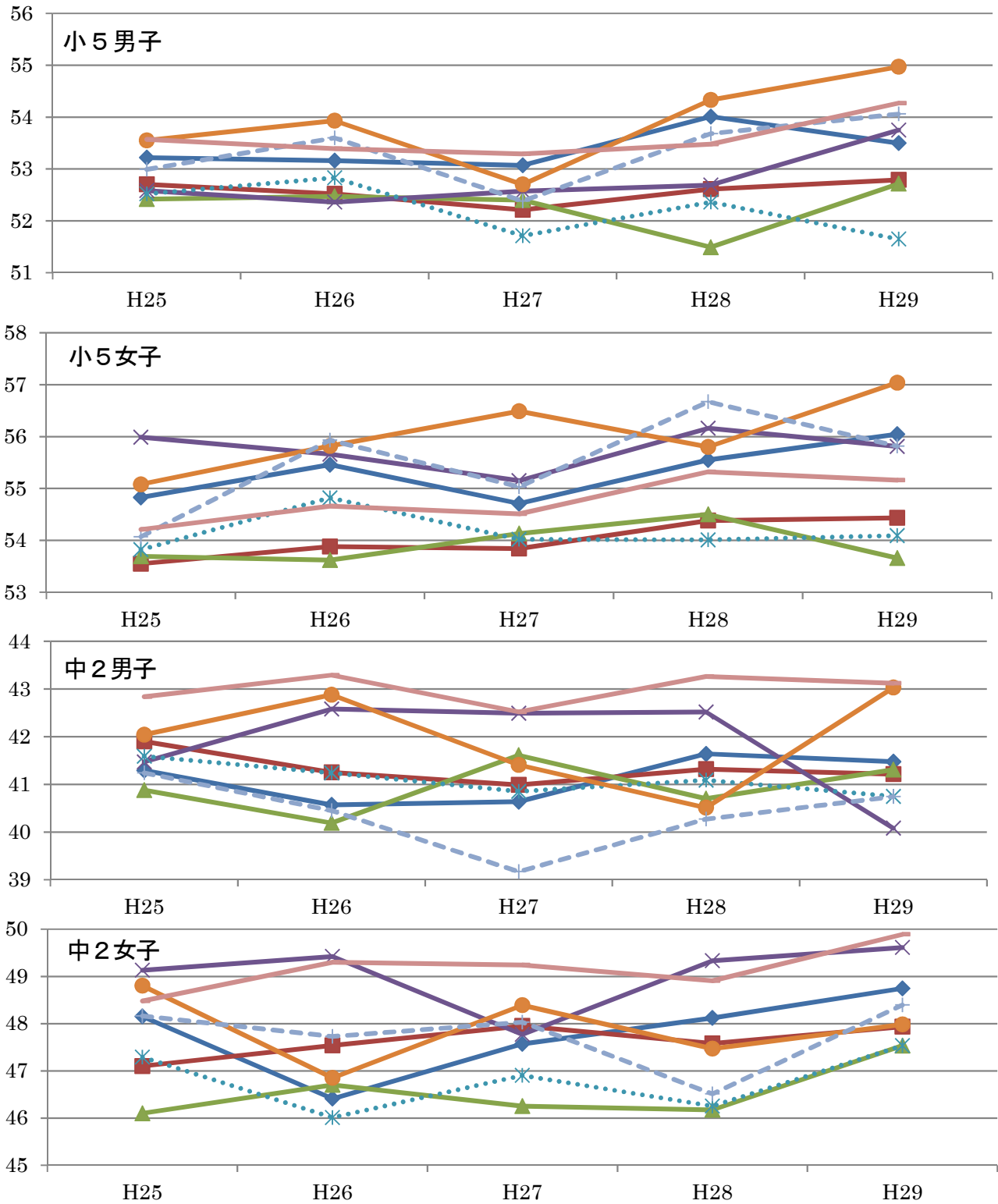
中2女子 宮城県全体48.87



○ 地域によるばらつきがみられるが、沿岸部の体力・運動能力の状況は必ずしも低いとはいえない。

② 地域別の体力合計点の推移

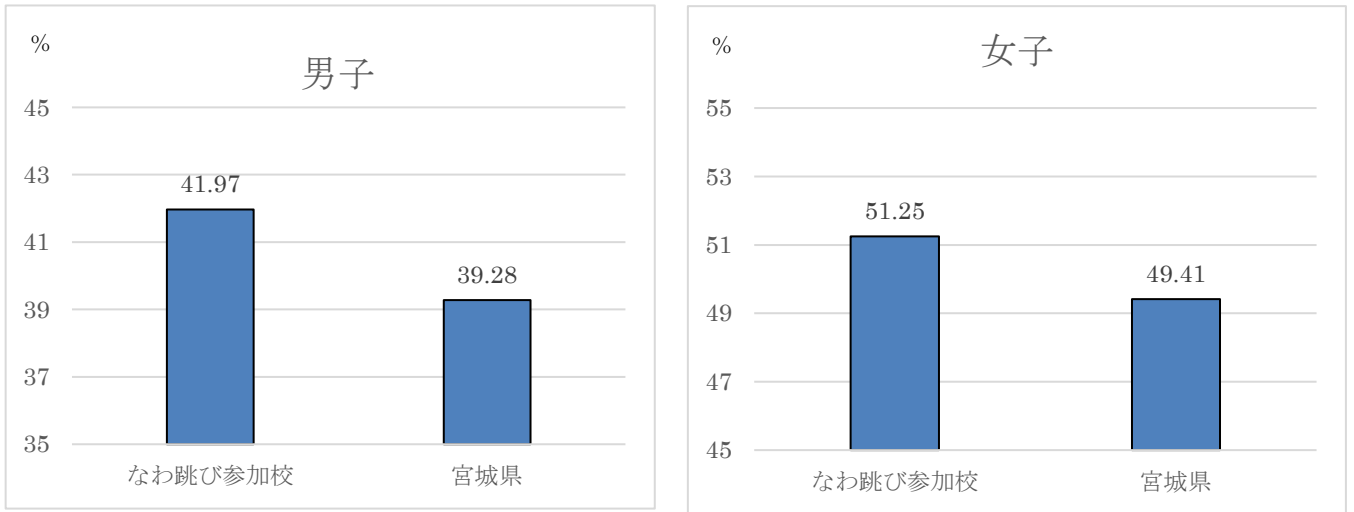
◆ 大河原 ■ 仙台 ▲ 北部 × 栗原 * 東部 ● 登米 + 気仙沼 □ 仙台市



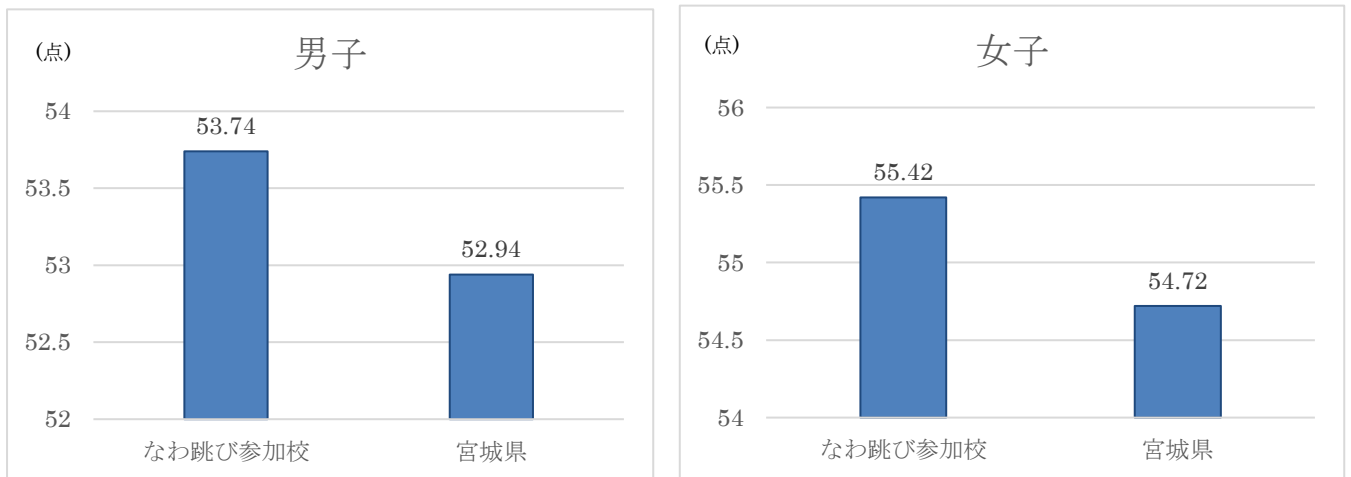
○ 中2女子を除き、地域間のばらつきが大きくなってきている。

(4) web なわ跳び広場参加校の「体力合計点」の状況(仙台市を除く)

①「体力合計点」の学校平均が全国平均を上回った割合



②「体力合計点」のなわ跳び参加校の平均と宮城県平均の比較



(平成28年度大会に参加した4年生と、29年度前期大会に参加した5年生の合計81校)

【考察】

- 「web なわ跳び広場」参加校では、男女ともに全国平均を超える割合が、県全体の割合よりも高くなっている。
- 「web なわ跳び参加校」の体力合計点の平均は、県平均よりも高くなっている。

「web なわ跳び広場」とは

- ① 平成26年度から県内の小学校を対象に、なわ跳びの記録をweb上に登録することで自分たちの学校にいながら他校のチームと競い合うことができる大会である。
- ② 短なわ跳び及び長なわ8の字跳びで、制限時間内に何回跳べたかの記録を登録する。
- ③ 前期大会(平成29年5月～7月)、後期大会(平成29年11月～平成30年2月)
 - ・平成28年度後期大会 参加校(短なわ18校 739人 長なわ175校 990チーム)
 - ・平成29年度前期大会 参加校(短なわ11校 312人 長なわ 41校 131チーム)

《参考》肥満傾向児出現率の推移状況

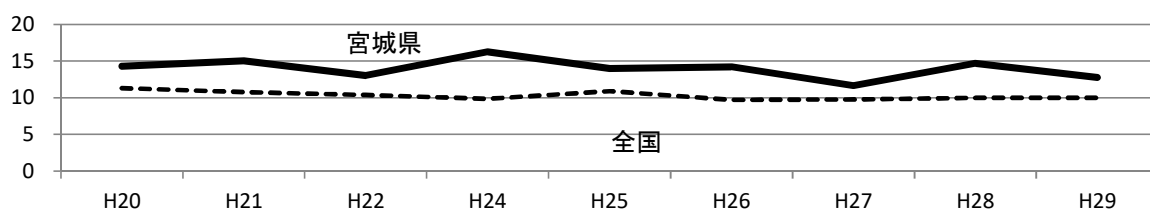
文部科学省：学校保健統計調査
(抽出調査：国公立)

宮城県全体

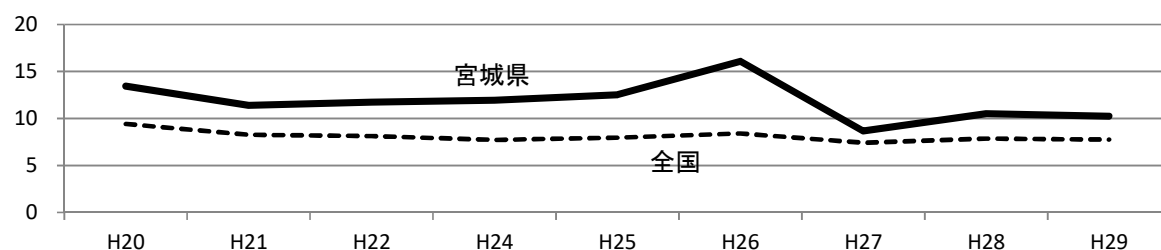
小5男女・中2男女とも全国平均値を上回っているが、平成28年度に比べ減少している。

(単位：%)

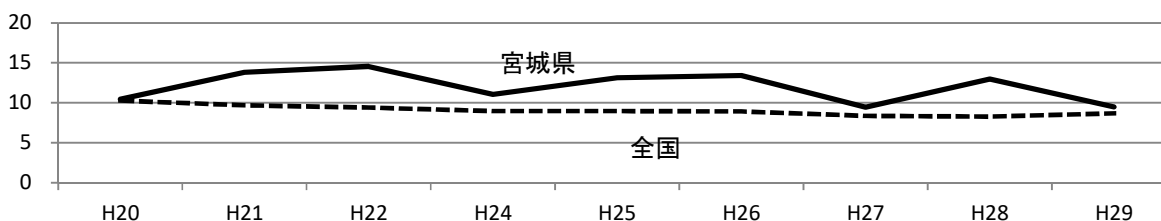
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	14.31	15.06	13.07	16.28	14.00	14.24	11.67	14.72	12.79
全国	11.32	10.76	10.37	9.86	10.90	9.72	9.77	10.01	9.99



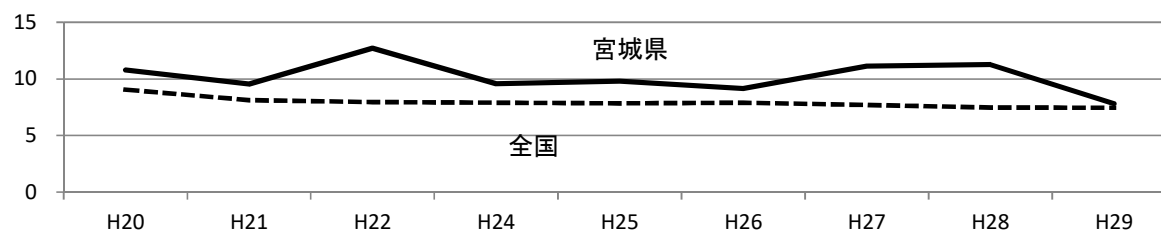
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	13.44	11.39	11.76	11.96	12.53	16.10	8.67	10.53	10.25
全国	9.42	8.26	8.13	7.73	7.96	8.40	7.42	7.86	7.74



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	10.46	13.80	14.56	11.06	13.14	13.40	9.45	12.96	9.51
全国	10.28	9.71	9.41	8.96	8.97	8.94	8.37	8.28	8.69



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	10.79	9.54	12.71	9.55	9.79	9.15	11.13	11.27	7.81
全国	9.05	8.13	7.96	7.90	7.83	7.89	7.69	7.46	7.45



むし歯被患者【処置完了者と未処置歯のある者】の推移状況

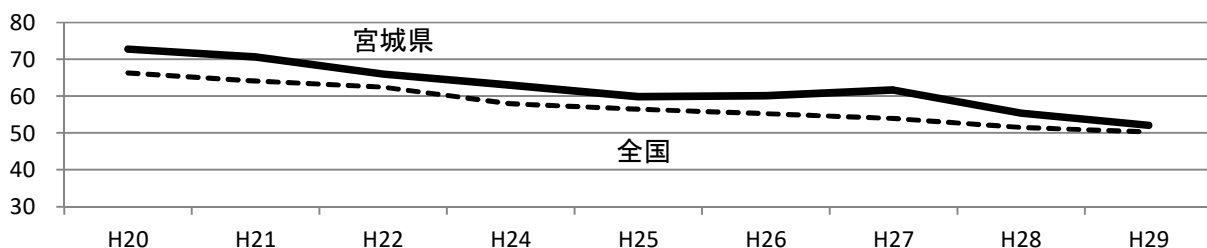
文部科学省：学校保健統計調査（抽出調査：国公立）

宮城県全体

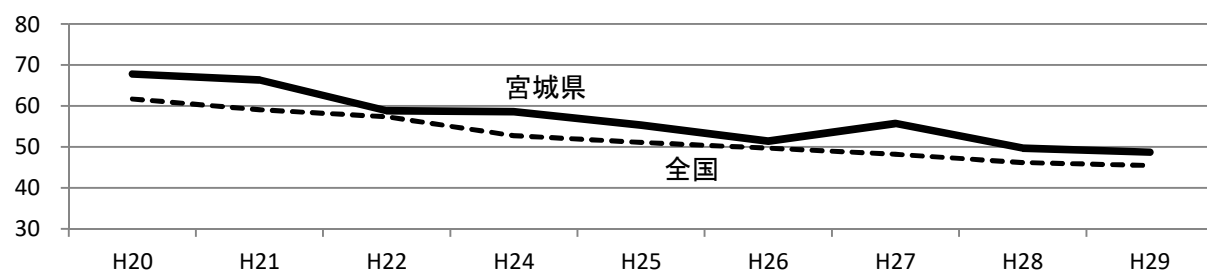
小5男女・中2男女とも全国平均値を上回っているものの、改善傾向にある。

(単位：%)

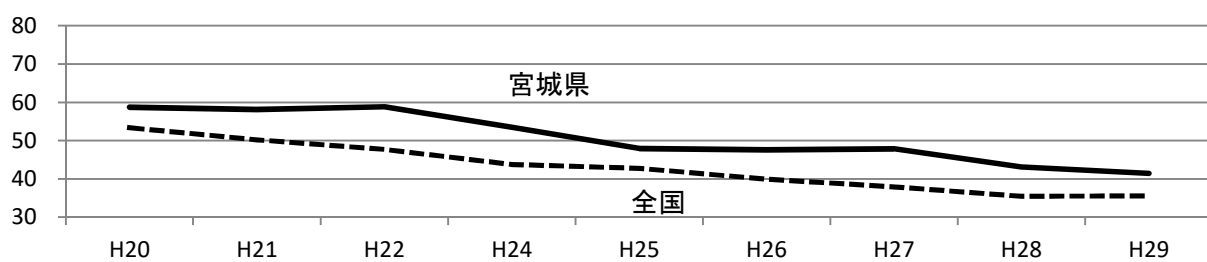
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	72.80	70.60	66.00	63.00	59.90	60.10	61.70	55.40	52.10
全国	66.32	64.14	62.49	57.97	56.49	55.29	53.98	51.50	50.28



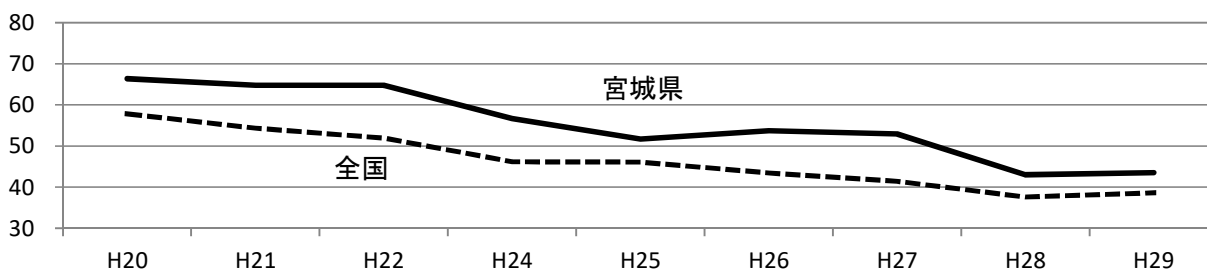
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	67.80	66.30	58.80	58.60	55.30	51.40	55.70	49.70	48.70
全国	61.70	59.08	57.33	52.73	51.09	49.71	48.23	46.19	45.45



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	58.70	58.10	58.80	53.40	47.90	47.60	47.80	43.10	41.40
全国	53.34	50.21	47.63	43.77	42.70	39.89	37.90	35.42	35.57



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29
宮城県	66.40	64.80	64.80	56.70	51.70	53.70	52.90	43.00	43.50
全国	57.82	54.34	51.96	46.12	46.06	43.42	41.38	37.57	38.57



課題と取組

(1) 課題

- ① 小学生の運動機会確保に向けた継続的な取組が求められる。
 - ・ 「一週間の総運動時間」が、男女ともに全国平均より60分程度も短く、60分未満の割合も高いことが、体力・運動能力が低いことにつながっている。
- ② 中学生の運動の質を高めるための取組が求められる。
 - ・ 「運動部活動に所属する生徒」及び「一週間の総運動時間」は全国平均より高いが、体力・運動能力の向上には結びついていない。
- ③ 運動が苦手（嫌い）な子どもたちへの一層の配慮が望まれる。
 - ・ 「運動が苦手（嫌い）な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組」を行っている学校の割合が全国平均より低い。
- ④ 正しい生活習慣の確立と健康教育への積極的な取組が求められる。
 - ・ 「健康三原則に対する意識」が低く、肥満傾向児出現率、むし歯被患者の割合が高いため、体力・運動能力の向上対策と合わせた取組が必要である。

(2) 取組の方向性

- ① 子どもたちのよさを認め、やる気を引き出す体育の授業づくりに取り組む。
 - ・ 小学校では、ねらいの確実な提示と振り返る活動を積み重ね、全ての児童に「楽しい、もっとやってみたい」という運動への意欲をもたせることができるような授業づくりと、「web なわ跳び広場」をはじめとした休み時間等における子ども達の自主的な遊びを促す場づくりに取り組む。
 - ・ 中学校では、多様な生徒の学びや活躍を積極的に認め、生徒に自己肯定感や達成感を味わわせることができる授業づくりに取り組む。
 - ・ 体力や技能の程度、性別及び障害の有無に関わらず、子どもたちが「運動やスポーツを楽しんでいると感じることができる体育の授業」に向け、各種講習会をとおして教員の資質向上を図る。
- ② 学校における取組と家庭における取組を明確にしつつ、連携を深める。
 - ・ 学校においては、学校教育活動全体の中で、年間をとおして運動に親しむことができるような場を設定し実践を重ねることで、運動の日常化を図る。
 - ・ 家庭においては、児童生徒の「充実した食事」「望ましい睡眠」に心がけるとともに、休日の運動（遊び）を促進する。
- ③ 「肥満」や「むし歯」の減少や健康に関する意識の向上など健康教育への取組を推進する。
 - ・ 学校の教育活動全体をとおして、子どもたちに自分の身体への関心を持たせ、運動・食事・睡眠の大切さを理解させる。
 - ・ 体力カードや健康保健調査票等により、学校と家庭が児童の健康状況についての情報交換を行うなど連携を図る。

(3) 今後の取組

○学校の取組

1 授業改善に向けた教員研修等の実施

- ・ 体育をテーマとした校内研究の実践（授業検討会，外部講師による実技研修等）
- ・ 授業における実技ボランティアの活用

2 児童生徒への明確な目標の提示（意欲づけ）

- ・ 体育活動年間指導計画の作成
- ・ 学校独自の運動カードの活用，廊下掲示の工夫
- ・ 調査結果を基にした個別の数値目標の設定
- ・ 体力・運動能力調査の複数回実施

3 運動機会確保のための時間や場の創出

- ・ web なわとび広場への参加
- ・ タイムテーブルの工夫
- ・ 体育館，校庭の開放
- ・ 運動用具（ボール等）の貸出
- ・ 特別活動での計画的運動実践（運動委員会活動等）
- ・ 運動会以外の体育的行事の実施（持久走大会，球技大会等）

4 校内で統一された補強運動等の実施

- ・ 元気アップエクササイズの活用
- ・ 補強運動の計画的な実施
- ・ 朝，業間，放課後の時間を活用した計画的な運動の実施
- ・ 学校独自の運動プログラム（準備運動等）の開発実践

5 生活習慣改善に向けた取組と家庭・地域との連携

肥
満

- ・ 栄養教諭，栄養士と連携した食育指導と校内研修の実施
- ・ 養護教諭による生活習慣及び食習慣改善への個別指導
- ・ 学級担任による記録カードを活用した生活状況把握と生活習慣改善への指導

歯
科

- ・ 歯科医師，歯科衛生士と連携した歯科指導と校内研修の実施
- ・ 歯みがきのタイムテーブルへの位置づけ
- ・ 学級担任による口腔環境の把握と指導

家
庭
・
地
域
と
の
連
携

- ・ 保健だより等，健康情報の発信と教育相談の実施
- ・ ゲーム，スマホの時間制限等，適切な使用啓発による生活習慣改善
- ・ 学校保健委員会における課題共有と解決への方策検討
- ・ 小中連携による生徒情報の共有
- ・ 医療機関，行政機関との連携強化

《参考》 成果を上げている学校では、「○学校の取組(P18)」が効果的に導入されている。

学校名	取組番号	実践事例
A校	1	「体育部通信」の発行
	2	スポーツテスト実施前の各種目のポイント練習
	3	徒歩通学の奨励, 週2回の業間マラソン, webなわ跳び広場への参加, 校外大会等参加の奨励
B校	1	町内初任者層教員研修にて体育授業づくり研修の実施
C校	1	町内初任者層教員研修にて体育授業づくり研修の実施
	3	「自主マラソン」の実施, 縦割り遊びの実施
D校	1	町内初任者層教員研修にて体育授業づくり研修の実施
E校	2	6年間継続使用する体育ファイルの活用
	3	縦割り遊び「全校外遊びタイム」の実施, スポーツテスト種目を常時練習可能とするための環境整備
F校	1	教員間でのスポーツテスト種目のポイントの共有
	2	授業における「めあての提示」と「振り返る活動」を重視
G校	1	H29オリパラ教育推進指定校, 体育科をテーマとした校内研究の取組
	3	スポーツテスト種目を常時練習可能とするための環境整備, スポーツテスト種目に係る運動遊びの奨励
H校	3	体育委員会による各種運動大会の開催
	4	授業における十分な運動量の確保, 走運動の重視
I校	3	50m走コースの常時設置等の環境整備
	4	授業導入時のリズム太鼓使用による運動量の確保, タブレット使用
J校	3	webなわ跳び広場への参加, 「鉄棒カード」, 体育館開放, コート設置等の環境整備
	4	授業前に「ボール握り運動」を導入, 教員と一緒に外遊びをする, スポーツテストの測定用具の点検
K校	1	準備運動に全学年共通で腹筋運動を実施
	2	マラソンカードの活用
	3	webなわ跳び広場への参加, 全校で「時間歩・走」を週例で実施
L校	3	「朝の運動(3分間走)」の実施, webなわ跳び広場への参加, 体育的行事に向けた練習の継続実施
M校	3	「業間マラソン」の実施, 「長なわ跳びチャレンジ」の実施
	4	授業導入段階での体づくり運動の実施
N校	1	苦手と感じている児童に対する配慮
	5	規則正しい生活習慣確立のための学級通信, 保健だより等の活用, 「早寝早起き朝ご飯」の推奨
O校	1	全校で体育の授業の導入で持久走を実施, 女子が取り組みやすい運動の場の提供
	3	運動委員会の活動
P校	1	体育科をテーマとした校内研究の取組
	3	体育委員会による「なわ跳び検定」「鉄棒検定」の実施
	5	肥満度30%以上の児童を対象に「ヘルシー通信」を発行, 長期休業中の「食べ物, 運動, 手伝いチェックシート」の活用, 長期休業中における「ルルブルチャレンジの取組」
Q校	1	宮城県学校体育研究大会での授業公開, 投げる動作のポイント指導
	3	外遊びの奨励
R校	1	児童の実態把握, ねらいの提示, 学習カードや体育の副読本を活用した学習
	2	体力テスト上位者の記録の掲示
	3	長縄, サッカーボール, ドッジボール, ドッジビーの全学級への配布
S校	3	「マラソン大会」の実施とそれに向けた継続的な練習時間の確保
	4	体育の導入における「鬼ごっこ」などゲーム的要素を盛り込んだ走運動の実施
T校	1	授業での運動量確保のための工夫
	3	「自主マラソン」の実施

○家庭・地域の取組

家庭

- ・日常生活の見直しと規則正しい生活習慣の確立
- ・子どもの運動の状況把握と、積極的な運動実践への働きかけ
- ・休日に親子で一緒に運動（遊び）をするなどの、家族での運動機会の創出
- ・家庭での食事内容を充実
- ・おやつや清涼飲料水の摂取について、その量と内容に対する配慮
- ・体力カードや健康保健調査に関心を持ち、子どもの健康状況の確実な把握と改善

地域

- ・地域スポーツ指導者との連携
- ・放課後スポーツ教室等の実施
- ・ボランティアによる登下校の見守り活動
- ・放課後遊びの見守り活動

○県教委の取組

1 実態把握・家庭との連携

- 体力・運動能力調査の実施
- 学校保健統計調査の活用
- 学ぶ土台づくり
- ・体力カードの活用と分析
- ・保健調査票の活用と分析
- ルルブルの推進

2 課題解決会議

- 各地域の健康課題の共有
- 体力向上拡充会議

5 啓発事業

- 元気アップ通信の発行
- 取組好事例の紹介
- 食育推進啓発ポスター
- むし歯予防ポスター

3 指導者研修会

- 小・中学校体育主任対象とした体力・運動能力向上に関する講習会の実施
- 食育に関する指導者研修会の実施
- 学校保健に関する指導者研修会

6 web なわ跳び広場

- 長なわ8の字跳び大会
- 複数種目, カテゴリー別短なわ大会
- 前期・後期ごと表彰の実施

4 授業づくり研修

- 指導主事による学校訪問
- 取組好事例の紹介と活用モデルの提示

7 専門家派遣

- 各学校に専門医等を派遣し、個に応じた健康教育・健康相談を実施