

栃木県児童生徒の体力

令和元(2019)年度 調査結果報告

- ・ 令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁）
- ・ 令和元(2019)年度 栃木県児童生徒の体力・運動能力調査（栃木県教育委員会）



PHYSICAL FITNESS OF JUVENILES IN TOCHIGI PREFECTURE 2019



※令和元(2019)年度
体力づくり奨励賞報告書より

令和2(2020)年2月
栃木県教育委員会

まえがき

子どもの体力における全国的な傾向として、今年度スポーツ庁が実施した「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果によると、小学5年生及び中学2年生における体力合計点について、小学5年生、中学2年生男女ともに昨年度を下回り、特に小学5年生男子は、平成20年度の調査開始以降、過去最低値を記録するという結果となりました。

また、本県の現状に目を向けると、体力合計点では、昨年度と比較すると小学5年生男女、中学2年生男子は下回る結果となりましたが、中学2年生女子では昨年度を上回り、過去最高値となりました。

種目別では、握力、反復横とび、20mシャトルランなど複数の種目で全国平均値を上回っている学年もありますが、小学5年生、中学2年生男女ともに柔軟性を判定する長座体前屈が全国平均値を下回っていることや、男子においては依然として基礎的運動能力である「走・跳・投」に係る50m走、立ち幅とび、ボール投げが全国平均に届いていないことなどの課題も確認されております。

県教育委員会では、「栃木県教育振興基本計画2020－教育ビジョンとちぎ－」の中で「健やかな体を育む教育の充実」を基本施策のひとつに掲げ、運動やスポーツの楽しさを十分に体得させ、様々な基本的な動きを身に付けさせるとともに、「運動好き」な児童生徒を増やし、生涯にわたって運動に親しむことができるよう、体力向上事業等を進めております。

さて、本資料は、「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」における本県と全国との相対的評価と、本県における公立の小・中学校、義務教育学校及び高等学校（全日制・定時制）の全ての児童生徒を対象とした、「令和元（2019）年度栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」について時系列評価をまとめたものです。併せて「体力づくり奨励賞」の受賞校及び取組事例、「新体力テスト優秀校」の受賞校を掲載しております。

各学校におかれましては、本資料の内容をそれぞれの目的に応じて分析を加えることなどにより、児童生徒の体力向上に向けて有効に活用されるよう期待するものであります。

また、関係諸機関におかれましては、児童生徒の健康づくりや体力向上に向けた資料として御利用いただければ幸いです。

結びに、本調査に御協力いただきました多くの皆様に対して深く感謝申し上げます。

令和2（2020）年2月

栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課長
高橋 貴子

目次

1	「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県調査結果資料	
	・「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について	1
	・「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較(実技・体格)	4
	・「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較 (児童生徒質問紙調査)	5
	・「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較 (学校質問紙調査)	9
2	「令和元(2019)年度栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」結果資料	
	・「令和元(2019)年度栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」の結果について	13
	・令和元(2019)年度年齢別・学校区分別体格・体力集計表	16
	・令和元(2019)年度総合評価集計表	18
	・令和元(2019)年度アンケート項目集計表	19
	・栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移	21
	・栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移	29
3	令和元(2019)年度「体力づくり奨励賞」及び「新体力テスト優秀校」結果	
	・体力づくり奨励賞表彰実施要項	33
	・新体力テスト優秀校表彰実施要項	35
	・令和元(2019)年度「体力づくり奨励賞」及び「新体力テスト優秀校」表彰校一覧	36
	・令和元(2019)年度「体力づくり奨励賞」表彰校取組事例(幼稚園・こども園・保育所)	37
	・令和元(2019)年度「体力づくり奨励賞」表彰校取組事例(小学校)	43
4	令和元(2019)年度新体力テスト「S認定証」結果資料	
	・新体力テスト『S認定証』交付要領	53
	・令和元(2019)年度新体力テスト『S認定証』交付数一覧表	54
	資料	
	・新体力テスト 記録用紙(6～11歳)	55
	・新体力テスト 記録用紙(12～19歳)	56
	・体力向上啓発リーフレット「みんなで目指そう体力アップ！」	57
	・とちぎ元気キッズチャレンジプログラム～投・走・跳の運動～	59

1 「令和元年度
全国体力・運動能力、運動習慣等調査」
栃木県調査結果資料

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について

栃木県教育委員会

1 調査の目的

- (1) 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) 各教育委員会が子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供の体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査対象（公立学校）

- (1) 小学5年生、特別支援学校小学部5年生、義務教育学校前期課程5年生
- (2) 中学2年生、中等教育学校2年生、特別支援学校中学部2年生、義務教育学校後期課程2年生
ただし、特別支援学校及び小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障害の状況等を考慮して、参加の是非を判断。

【実施人数】

	小学校（5年生対象）	中学校（2年生対象）	計
児童生徒数	16,660人	15,920人	32,580人
	男子：8,597人	男子：8,171人	男子：16,768人
	女子：8,063人	女子：7,749人	女子：15,812人
実施校数	363校	162校	525校

3 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

○ 実技に関する調査

【小学校8種目】

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

【中学校8種目】

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子1500m、女子1000m）
又は20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

○ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）

(2) 学校に対する調査

○ 質問紙調査（子供の体力の向上に係る学校の取組等）

(3) 教育委員会に対する調査

○ 質問紙調査（子供の体力の向上に係る施策等）

※調査結果の概要における栃木県と全国の値は、公立学校を対象とした値である。

4 調査結果の概要

(1) 実技に関する調査【体力・運動能力の状況】

ア 体力合計点

中2女子は全国平均値を上回り、平成20年度の調査開始以降過去最高値となった。また、小5女子、中2男子は全国平均値をわずかに下回り、小5男子は下回った。

イ 各種目の特徴

○ 小学5年生

・男子

反復横とびで全国平均値を上回った。握力、上体起こしはわずかに下回り、長座体前屈、50m走、立ち幅とび、ボール投げは下回った。20mシャトルランは、ほとんど差がみられなかった。

・女子

上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、ボール投げで全国平均値を上回った。50m走はわずかに下回り、長座体前屈では下回った。握力、立ち幅とびは、ほとんど差がみられなかった。

○ 中学2年生

・男子

握力、反復横とび、20mシャトルランで全国平均値を上回った。50m走、立ち幅とびはわずかに下回り、長座体前屈、ボール投げでは下回った。上体起こしは、ほとんど差がみられなかった。

・女子

握力、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とびで全国平均値を上回った。長座体前屈は下回り、50m走、ボール投げでは、ほとんど差がみられなかった。

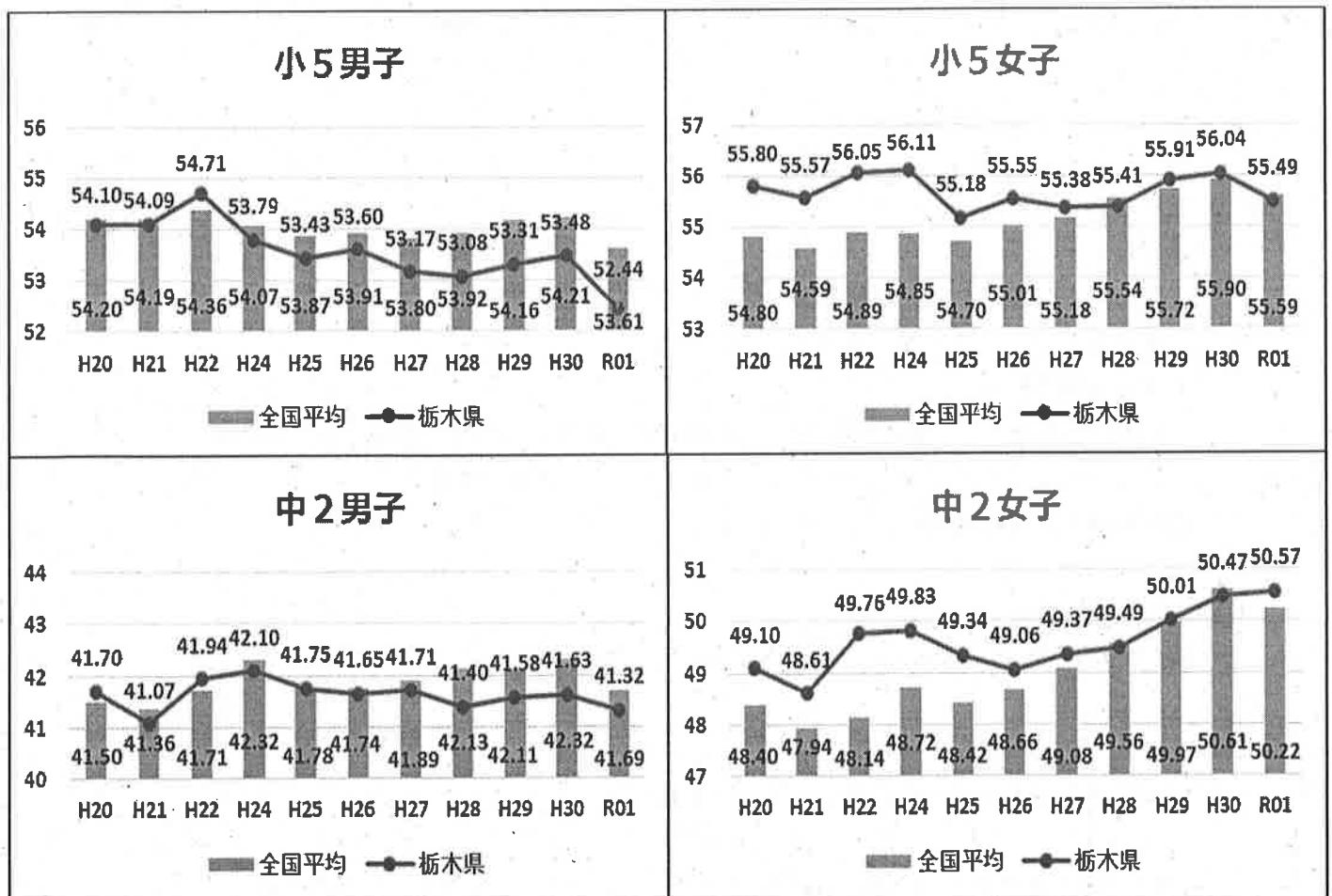


図1 【体力合計点の推移】

※平成22年および24年は抽出調査、平成23年は未実施

表1 【令和元年度各種目別の状況】

※網掛けは全国平均より高い

種目	小5				中2			
	男子		女子		男子		女子	
	栃木県	全国	栃木県	全国	栃木県	全国	栃木県	全国
握力 (kg)	16.08	16.37	15.97	16.09	28.78	28.65	24.06	23.79
上体起こし (回)	19.45	19.80	19.05	18.95	26.71	26.96	23.89	23.69
長座体前屈 (cm)	31.66	33.24	36.04	37.62	42.43	43.50	44.95	46.32
反復横とび (点)	42.05	41.74	40.82	40.14	52.65	51.91	47.99	47.28
20mシャトルラン (回)	49.65	50.32	42.00	40.79	83.74	83.53	59.95	58.31
50 m 走 (秒)	9.56	9.42	9.70	9.64	8.10	8.02	8.83	8.81
立ち幅とび (cm)	149.07	151.45	145.37	145.68	193.13	195.03	170.14	169.90
ボール投げ (m)	20.54	21.61	13.95	13.61	19.72	20.40	12.93	12.96
合計点	52.44	53.61	55.49	55.59	41.32	41.69	50.57	50.22

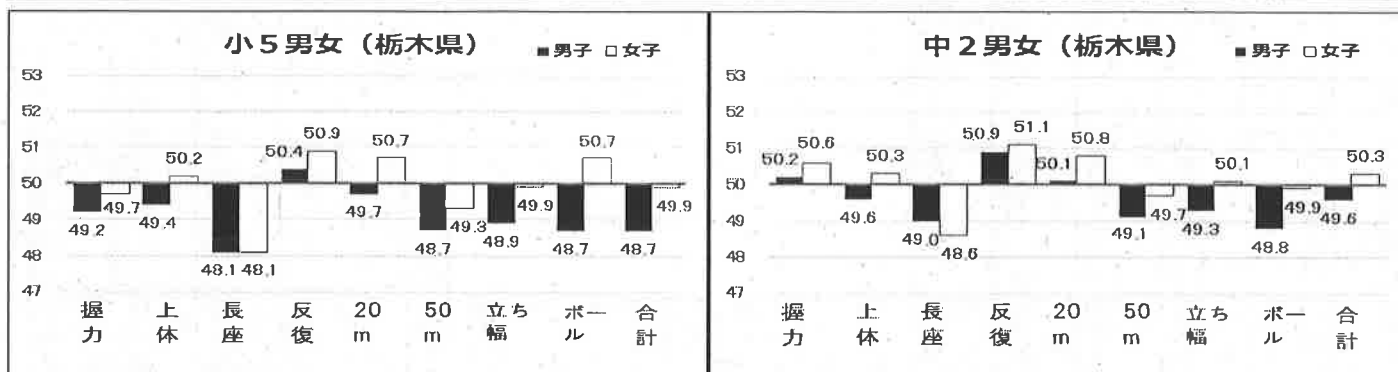


図2 【令和元年度各種目のTスコア※】

※Tスコア…全国平均を50とした場合の本県の体力偏差値

(2) 質問紙調査

ア 質問項目

- 児童生徒質問紙調査：小・中学校ともに26項目

イ 児童生徒質問紙調査 (抜粋)

- 「運動が好き」と回答した児童生徒は、小5・中2女子で全国平均と同じ、または高く、「体育の授業は楽しい」は、小5男女において全国平均より高いものの、中2男女では全国平均より低い。
- 「中学校で授業以外(小5)、中学校卒業後(中2)でも自主的に運動したい」と回答した児童生徒には、小5男女、中2男子で全国平均よりも高い。
- 「運動部やスポーツクラブ以外で運動をすることがある」と回答した児童生徒は、小5男子、中2男女で全国平均よりも低い。
- 「運動は大切」「体育の授業で十分に体を動かしている」「体力・運動能力向上の目標を立てている」「最後までやり遂げてうれしかったことがある」「失敗を恐れなくて挑戦する」「自分には、よいところがある」と回答した児童生徒は、小5・中2男女全てで全国平均より高い。

表2 【令和元年度児童生徒質問紙調査(抜粋)】

※網掛けは全国平均より高い

質問	小5				中2			
	男子		女子		男子		女子	
	栃木	全国	栃木	全国	栃木	全国	栃木	全国
1 運動が好き(やや好きも含む)	92.9%	93.3%	87.6%	87.6%	89.0%	89.4%	79.8%	79.2%
2 体育の授業は楽しい	76.3%	73.8%	62.4%	60.2%	50.8%	52.8%	40.4%	40.7%
3 中学校で授業以外(小5)、中学校卒業後(中2)でも自主的に運動したい	79.0%	77.3%	75.2%	71.5%	71.0%	70.8%	58.9%	59.7%
4 運動部やスポーツクラブ以外で運動をすることがある	41.1%	43.3%	32.8%	32.7%	31.8%	33.1%	17.5%	18.0%
5 運動は大切	73.8%	71.4%	67.0%	62.7%	69.4%	69.0%	57.6%	57.4%
6 体育の授業でたくさん動く(小5)、体育の授業で十分に体を動かしている(中2)	73.0%	69.0%	66.8%	58.0%	60.7%	58.2%	59.9%	53.7%
7 体力・運動能力向上の目標を立てている	75.5%	74.5%	76.9%	74.2%	68.4%	67.8%	68.1%	66.3%
8 最後までやり遂げてうれしかったことがある	75.3%	70.7%	77.6%	72.5%	75.0%	73.4%	77.2%	76.1%
9 失敗を恐れなくて挑戦する	47.5%	44.4%	41.7%	37.1%	43.0%	38.3%	31.5%	28.0%
10 自分には、よいところがある	47.2%	44.1%	42.6%	36.9%	40.2%	37.2%	27.6%	24.5%

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較（実技・体格）

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトル ラン	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点
小5男子	16.08	19.45	31.66	42.05	49.65	9.56	149.07	20.54	52.44
全国	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.45	21.61	53.61
小5女子	15.97	19.05	36.04	40.82	42.00	9.70	145.37	13.95	55.49
全国	16.09	18.95	37.62	40.14	40.79	9.64	145.68	13.61	55.59
中2男子	28.78	26.71	42.43	52.65	83.74	8.10	193.13	19.72	41.32
全国	28.65	26.96	43.50	51.91	83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
中2女子	24.06	23.89	44.95	47.99	59.95	8.83	170.14	12.93	50.57
全国	23.79	23.69	46.32	47.28	58.31	8.81	169.90	12.96	50.22

	総合評価(%)					(A+B)- (D+E)
	A	B	C	D	E	
小5男子	9.3%	21.7%	33.7%	23.1%	12.3%	▲ 4.4
全国	11.7%	24.1%	33.0%	21.3%	9.9%	4.5
小5女子	15.3%	27.4%	33.5%	17.5%	6.3%	18.8
全国	16.0%	27.0%	33.2%	17.9%	5.8%	19.3
中2男子	6.6%	24.5%	38.2%	23.3%	7.5%	0.2
全国	7.6%	25.1%	37.1%	22.7%	7.4%	2.6
中2女子	32.5%	32.7%	24.5%	8.6%	1.7%	54.9
全国	31.4%	32.3%	24.7%	9.7%	1.9%	52.2

	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満傾向児・瘦身傾向児の出現率(%)					
			高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	正常	やせ	高度やせ
小5男子	138.86	34.98	1.4%	6.2%	6.6%	83.7%	2.0%	0.1%
全国	138.92	34.37	1.1%	4.5%	5.5%	86.3%	2.5%	0.1%
小5女子	140.16	34.72	1.0%	4.1%	5.8%	87.1%	2.0%	0.0%
全国	140.12	34.11	0.6%	3.0%	4.6%	89.3%	2.5%	0.1%
中2男子	159.65	49.12	1.5%	4.1%	4.8%	87.5%	2.1%	0.1%
全国	160.00	48.84	1.1%	3.3%	4.2%	88.6%	2.6%	0.2%
中2女子	154.47	47.32	0.5%	2.8%	5.3%	88.1%	3.2%	0.1%
全国	154.86	46.82	0.5%	2.3%	3.9%	89.5%	3.6%	0.1%

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 栃木県と全国の比較(児童質問紙調査)

質問項目		小5			
		男子		女子	
		栃木県	全国	栃木県	全国
Q1.運動が好き	1.好き	70.2%	71.2%	56.5%	55.5%
	2.やや好き	22.7%	22.1%	31.1%	32.1%
	3.ややきらい	5.0%	4.6%	9.1%	9.0%
	4.きらい	2.1%	2.0%	3.3%	3.3%
Q2.運動やスポーツを行って楽しいと感じたとき (複数回答可)	1.勝った	79.7%	79.9%	68.6%	68.2%
	2.記録が伸びた	72.4%	73.5%	77.7%	77.9%
	3.上手にできた	76.4%	75.3%	80.0%	78.9%
	4.できなかったことができた	67.4%	66.5%	74.9%	75.5%
	5.教えてもらいできた	50.0%	48.0%	54.3%	54.6%
	6.教えてもらいかけた	33.8%	31.7%	32.2%	31.4%
	7.大人に褒められた	54.3%	52.9%	56.8%	54.8%
	8.友達に褒められた	45.7%	43.2%	52.7%	50.6%
	9.応援されて活動	37.5%	35.6%	40.6%	39.8%
	10.上手な人と一緒に活動	33.5%	31.8%	27.3%	25.5%
	11.友達が上手にできた	34.9%	33.0%	39.0%	38.3%
	12.仲間と一緒に活動	48.7%	46.7%	51.8%	49.3%
	13.体を動かさずきりした	42.7%	43.0%	39.2%	40.4%
	14.感じたことはない	1.2%	1.3%	1.2%	1.0%
Q3.運動は大切	1.大切	73.8%	71.4%	67.0%	62.7%
	2.やや大切	21.2%	22.8%	26.9%	30.0%
	3.あまり大切ではない	4.0%	4.5%	5.0%	6.1%
	4.大切ではない	1.1%	1.3%	1.1%	1.2%
Q4.中学校で授業以外でも自主的に運動したい	1.思う	79.0%	77.3%	75.2%	71.5%
	2.思わない	5.4%	5.6%	5.2%	6.3%
	3.分からない	15.6%	17.1%	19.6%	22.3%
Q5.体育の授業以外の運動やスポーツの時間 曜日ごとの運動時間	月	49.40	55.20	37.70	38.90
	火	55.90	59.50	39.60	40.50
	水	65.50	64.50	46.40	46.00
	木	54.30	59.90	40.00	41.50
	金	58.50	59.70	43.10	42.90
	土	134.2	135.4	80.1	76.2
	日	126	129.4	69.3	65.7
	1週間の総運動時間	540.3	558.1	354.7	349.6
	Q6.朝食を食べる	1.毎日食べる	84.6%	82.2%	85.0%
2.食べない日もある	12.7%	14.5%	12.8%	15.0%	
3.食べない日が多い	2.0%	2.6%	1.8%	2.3%	
4.食べない	0.6%	0.7%	0.4%	0.4%	
Q7.1日の睡眠時間	1.10時間以上	9.2%	9.8%	9.1%	9.4%
	2.9時間以上10時間未満	24.7%	26.6%	30.3%	29.6%
	3.8時間以上9時間未満	33.8%	31.7%	36.5%	33.9%
	4.7時間以上8時間未満	20.4%	19.6%	16.4%	18.2%
	5.6時間以上7時間未満	8.9%	8.8%	6.1%	7.1%
	6.6時間未満	3.1%	3.5%	1.6%	1.9%
Q8.平日の視聴時間 (平日1日あたりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機による映像の視聴時間)	1.5時間以上	15.5%	15.5%	9.5%	9.3%
	2.4時間以上5時間未満	8.6%	9.4%	7.0%	7.6%
	3.3時間以上4時間未満	15.4%	14.2%	12.4%	12.0%
	4.2時間以上3時間未満	21.4%	20.2%	19.1%	18.1%
	5.1時間以上2時間未満	24.9%	24.2%	27.2%	26.4%
	6.1時間未満	12.1%	14.2%	21.7%	23.2%
	7.まったく見ない	2.0%	2.2%	3.2%	3.5%
Q9.運動部やスポーツクラブの所属(複数回答可)	1.運動部	29.6%	29.6%	21.7%	19.7%
	2.地域のスポーツクラブ	42.3%	48.2%	28.9%	31.5%
	3.入っていない	36.3%	33.3%	54.3%	53.8%
Q10.運動部やスポーツクラブ以外で運動をすること	1.よくある	41.1%	43.3%	32.8%	32.7%
	2.ときどきある	35.0%	35.1%	41.8%	42.2%
	3.あまりない	15.6%	14.2%	17.8%	17.9%
	4.まったくない	8.4%	7.4%	7.6%	7.2%
Q11.体育の授業は楽しい	1.楽しい	76.3%	73.8%	62.4%	60.2%
	2.やや楽しい	19.0%	20.9%	29.0%	31.1%
	3.あまり楽しくない	3.4%	3.8%	6.4%	6.8%
	4.楽しくない	1.3%	1.5%	2.1%	2.0%
Q12.体育の授業で動く	1.たくさん動く	73.0%	69.0%	66.8%	58.0%
	2.だいたい動く	24.2%	27.5%	29.8%	36.9%
	3.あまり動かない	2.4%	3.1%	3.2%	4.8%
	4.まったく動かない	0.3%	0.4%	0.2%	0.3%
Q13.体育授業の目標が示されている	1.示されている	51.3%	49.4%	50.4%	47.4%
	2.ときどき示されている	32.3%	34.5%	33.0%	36.5%
	3.あまり示されていない	10.9%	11.1%	12.3%	12.1%
	4.示されていない	5.5%	5.0%	4.4%	4.0%
Q14.体育授業で振り返る活動	1.行っている	25.1%	31.5%	22.1%	30.2%
	2.ときどき行っている	34.5%	35.0%	37.1%	37.7%
	3.あまり行っていない	24.0%	20.9%	27.2%	22.0%
	4.行っていない	16.4%	12.6%	13.7%	10.0%

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較(児童質問紙調査)

質問項目		小5				
		男子		女子		
		栃木県	全国	栃木県	全国	
Q15. 体育授業で助け合う活動	1. 行っている	54.8%	49.7%	58.5%	53.8%	
	2. ときどき行っている	34.0%	36.9%	32.6%	36.3%	
	3. あまり行っていない	8.8%	10.4%	7.2%	8.3%	
	4. 行っていない	2.4%	3.0%	1.7%	1.6%	
Q16. 体育授業で話し合う活動	1. 行っている	54.1%	52.2%	52.7%	48.8%	
	2. ときどき行っている	33.6%	34.5%	35.6%	38.4%	
	3. あまり行っていない	9.3%	10.2%	9.4%	10.5%	
	4. 行っていない	3.0%	3.1%	2.4%	2.2%	
Q17. できないことができるようになったきっかけ (複数回答可)	1. 授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった	53.7%	49.1%	50.4%	46.1%	
	2. 授業中に自分で工夫した	39.1%	42.3%	37.2%	39.1%	
	3. 自分に合った場やルールが用意された	16.7%	14.9%	12.8%	11.8%	
	4. 先生や友達のまねをしてみた	51.1%	51.0%	60.2%	60.1%	
	5. 友達に教えてもらった	54.6%	54.0%	68.0%	68.3%	
	6. 授業中に自分の動きを動画を見た	7.6%	8.0%	6.1%	6.5%	
	7. 授業外に先生に教えてもらった	13.3%	11.0%	10.5%	9.3%	
	8. 授業外に自分で練習した	29.7%	30.8%	37.8%	38.4%	
	9. 授業外に本や動画を見た	19.0%	18.4%	17.5%	16.1%	
	10. できるようになったことがない	3.6%	3.9%	1.8%	2.0%	
Q18. 体育授業で動きを撮影して活用する活動	1. 行っている	6.9%	7.2%	4.8%	5.4%	
	2. ときどき行っている	11.2%	13.2%	11.4%	13.2%	
	3. あまり行っていない	17.4%	19.3%	18.2%	21.4%	
	4. 行っていない	64.5%	60.4%	65.6%	60.0%	
Q19. 体育授業で自分で練習や場を選んで活動	1. 行っている	36.3%	36.1%	37.7%	35.4%	
	2. ときどき行っている	32.5%	32.2%	33.1%	33.9%	
	3. あまり行っていない	18.7%	19.1%	19.4%	20.7%	
	4. 行っていない	12.5%	12.6%	9.8%	10.1%	
Q20. 体育授業で学んだことを授業以外の時にも行って みようと思う	1. 思う	45.1%	42.2%	46.1%	42.1%	
	2. やや思う	32.9%	33.9%	34.6%	36.8%	
	3. あまり思わない	14.8%	16.2%	14.2%	15.7%	
	4. 思わない	7.2%	7.7%	5.1%	5.4%	
Q21. 体育授業で学んだ内容は将来役に立つ	1. 思う	61.4%	51.3%	54.0%	42.0%	
	2. やや思う	26.3%	30.6%	30.0%	35.0%	
	3. あまり思わない	8.6%	12.5%	12.4%	17.1%	
	4. 思わない	3.6%	5.6%	3.6%	6.0%	
Q22. 体力・運動能力向上の目標	1. 目標を立てている	75.5%	74.5%	76.9%	74.2%	
	2. 目標は立てていない	24.5%	25.5%	23.1%	25.8%	
Q23. オリンピック・パラリンピックへの気持ち (複数回答可)	1. 運動に関心が高まってきた	41.9%	39.3%	33.7%	30.8%	
	2. 競技種目を自分も行ってみたい	36.0%	37.4%	30.9%	30.4%	
	3. 内容・歴史を知りたい	33.6%	31.8%	33.1%	31.7%	
	4. 選手として出場してみたい	34.0%	35.7%	23.1%	21.0%	
	5. 試合を見に行ってみたい	62.5%	62.7%	61.6%	60.5%	
	6. 大会ボランティアをしてみたい	23.1%	22.5%	29.3%	28.4%	
	7. 分からない	16.0%	14.9%	16.8%	17.0%	
	8. その他	9.7%	11.4%	9.3%	10.0%	
次のことは、あなたにどれくらい当てはまるか	Q24. 最後までやり遂げうれしかったことがある	1. 当てはまる	75.3%	70.7%	77.6%	72.5%
		2. どちらかといえば当てはまる	19.7%	23.1%	18.7%	22.8%
		3. どちらかといえば当てはまらない	3.3%	4.2%	2.7%	3.5%
		4. 当てはまらない	1.6%	2.1%	1.0%	1.2%
	Q25. 失敗を恐れないで挑戦する	1. 当てはまる	47.5%	44.4%	41.7%	37.1%
		2. どちらかといえば当てはまる	37.8%	39.2%	40.9%	43.8%
		3. どちらかといえば当てはまらない	11.3%	12.6%	14.3%	15.8%
		4. 当てはまらない	3.4%	3.7%	3.1%	3.3%
	Q26. 自分には、よいところがある	1. 当てはまる	47.2%	44.1%	42.6%	36.9%
		2. どちらかといえば当てはまる	33.1%	34.3%	37.7%	40.6%
		3. どちらかといえば当てはまらない	11.7%	13.1%	13.4%	15.3%
		4. 当てはまらない	8.0%	8.5%	6.3%	7.2%

※ 表については県と全国の2群を比較し、県の方が高い項目を網掛けしている

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較(生徒質問紙調査)

質問項目		中2			
		男子		女子	
		栃木県	全国	栃木県	全国
Q1.運動が好き	1.好き	62.0%	62.9%	46.3%	46.9%
	2.やや好き	27.0%	26.5%	33.5%	32.3%
	3.やや嫌い	7.3%	7.1%	14.5%	14.3%
	4.嫌い	3.7%	3.5%	5.8%	6.6%
Q2.運動やスポーツを行って楽しいと感じたとき (複数回答可)	1.勝った	81.3%	79.9%	76.0%	74.7%
	2.記録が伸びた	60.0%	60.9%	64.6%	66.5%
	3.上手にできた	74.2%	73.3%	75.8%	75.5%
	4.できなかったことができた	56.5%	56.1%	69.6%	68.7%
	5.教えてもらいできた	40.9%	38.8%	50.9%	49.6%
	6.教えてもらい良かった	23.6%	22.2%	24.4%	23.8%
	7.大人に褒められた	43.4%	39.7%	51.1%	49.0%
	8.友達に褒められた	32.9%	29.8%	41.1%	38.5%
	9.応援されて活動	28.2%	26.5%	37.1%	35.2%
	10.上手な人と一緒に活動	24.7%	23.1%	20.5%	19.2%
	11.友達が上手にできた	23.1%	22.0%	28.5%	28.7%
	12.仲間と一緒に活動	43.3%	41.7%	51.9%	49.6%
	13.体を動かすすっきりした	32.0%	32.1%	32.4%	33.3%
	14.感じたことはない	2.2%	2.1%	1.8%	1.9%
Q3.運動は大切	1.大切	69.4%	69.0%	57.6%	57.4%
	2.やや大切	24.2%	24.4%	33.0%	32.5%
	3.あまり大切ではない	4.8%	5.0%	7.8%	8.2%
	4.大切ではない	1.7%	1.6%	1.6%	1.9%
Q4.中学校卒業後、自主的に運動したい	1.思う	71.0%	70.8%	58.9%	59.7%
	2.思わない	8.6%	8.4%	10.6%	10.8%
	3.分からない	20.4%	20.8%	30.5%	29.5%
Q5.部活動やスポーツクラブの所属(複数回答可)	1.運動部	78.7%	76.0%	61.8%	57.9%
	2.文化部	9.2%	9.1%	30.4%	31.5%
	3.地域のスポーツクラブ	19.1%	18.4%	12.1%	10.8%
	4.所属していない	5.1%	7.3%	6.1%	8.3%
Q5-2.曜日ごとの運動実施 ※部活動	月	106.2	87.6	109	89.7
	火	117.7	112.8	118.4	113.9
	水	37.6	89.1	34.4	89.4
	木	118	107.8	118.2	108.7
	金	119.1	117.3	119.8	118.8
	土	205.4	191.7	209.4	201.8
	日	102.2	106.7	87.2	98.9
	1週間の総運動時間(月～日)	806.2	812.8	796.3	821.1
Q6.曜日ごとの運動実施	月	101.4	86.8	80.6	67.3
	火	114.3	107.1	87.8	81
	水	58.5	92.2	40.9	69
	木	113.8	103.5	87.4	78.6
	金	115.3	110.1	89.9	84.8
	土	211.4	197.9	156	144.8
	日	131.8	137.4	80.5	84.6
	1週間の総運動時間(月～日)	846	834.7	622.8	609.9
Q7.朝食を食べる	1.毎日食べる	84.2%	81.6%	81.1%	78.2%
	2.食べない日もある	11.9%	13.4%	15.3%	17.3%
	3.食べない日が多い	2.6%	3.4%	2.7%	3.3%
	4.食べない	1.3%	1.6%	0.9%	1.2%
Q8.1日の睡眠時間	1.10時間以上	1.8%	2.1%	0.9%	1.1%
	2.9時間以上10時間未満	5.3%	6.1%	3.8%	4.5%
	3.8時間以上9時間未満	19.9%	21.0%	17.8%	17.5%
	4.7時間以上8時間未満	39.0%	37.3%	36.4%	35.9%
	5.6時間以上7時間未満	26.4%	25.7%	31.2%	31.3%
	6.6時間未満	7.6%	7.9%	9.9%	9.6%
Q9.平日の視聴時間 (平日1日あたりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機による映像の視聴時間)	1.5時間以上	11.2%	12.2%	9.1%	10.4%
	2.4時間以上5時間未満	7.9%	8.6%	7.3%	8.5%
	3.3時間以上4時間未満	16.2%	16.9%	15.3%	16.5%
	4.2時間以上3時間未満	27.0%	27.0%	26.9%	25.8%
	5.1時間以上2時間未満	28.5%	26.3%	28.1%	26.9%
	6.1時間未満	8.2%	8.1%	12.1%	11.1%
	7.全く見ない	0.9%	1.0%	1.2%	0.9%
Q10.運動部やスポーツクラブ以外で運動をすること	1.よくある	31.8%	33.1%	17.5%	18.0%
	2.ときどきある	34.3%	34.5%	35.7%	35.6%
	3.あまりない	20.5%	20.0%	28.9%	29.2%
	4.全くない	13.4%	12.3%	17.8%	17.2%
Q11.保健体育の授業は楽しい	1.楽しい	50.8%	52.8%	40.4%	40.7%
	2.やや楽しい	37.1%	36.6%	42.5%	42.9%
	3.あまり楽しくない	8.7%	7.6%	13.5%	12.6%
	4.楽しくない	3.4%	3.0%	3.7%	3.8%
Q12.保健体育の授業で十分に体を動かしている	1.思う	60.7%	58.2%	59.9%	53.7%
	2.やや思う	31.2%	33.3%	33.1%	37.8%
	3.あまり思わない	6.3%	6.7%	5.5%	7.1%
	4.思わない	1.8%	1.8%	1.4%	1.4%

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 栃木県と全国の比較(生徒質問紙調査)

質問項目		中2				
		男子		女子		
		栃木県	全国	栃木県	全国	
Q13.保健体育授業の目標が示されている	1.示されている	60.9%	62.4%	58.0%	60.6%	
	2.ときどき示されている	26.5%	27.3%	29.4%	28.5%	
	3.あまり示されていない	8.8%	7.4%	9.6%	8.6%	
	4.示されていない	3.8%	2.8%	3.0%	2.4%	
Q14.保健体育授業で振り返る活動	1.行っている	44.4%	43.6%	48.2%	45.5%	
	2.ときどき行っている	31.2%	31.7%	31.2%	32.1%	
	3.あまり行っていない	16.2%	17.0%	15.3%	16.7%	
	4.行っていない	8.2%	7.6%	5.4%	5.6%	
Q15.保健体育授業で助け合う活動	1.行っている	56.2%	54.0%	63.3%	61.0%	
	2.ときどき行っている	34.0%	35.5%	30.2%	31.9%	
	3.あまり行っていない	7.6%	8.2%	5.4%	5.9%	
	4.行っていない	2.2%	2.3%	1.1%	1.1%	
Q16.保健体育授業で話し合う活動	1.行っている	50.2%	49.8%	50.2%	48.4%	
	2.ときどき行っている	35.5%	36.2%	37.5%	38.6%	
	3.あまり行っていない	11.2%	11.0%	10.4%	11.0%	
	4.行っていない	3.1%	3.0%	1.8%	2.0%	
Q17.できないことができるようになったきっかけ (複数回答可)	1.授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった	49.7%	46.6%	51.7%	49.2%	
	2.授業中に自分で工夫した	41.8%	42.6%	35.2%	36.7%	
	3.自分に合った場やルールが用意された	7.1%	6.2%	6.6%	5.7%	
	4.先生や友達のまねをしてみた	45.1%	45.5%	53.0%	53.1%	
	5.友達に教えてもらった	51.9%	52.1%	68.9%	69.4%	
	6.授業中に自分の動きを動画で見た	5.7%	5.8%	5.5%	6.5%	
	7.授業外に先生に教えてもらった	5.7%	4.9%	4.5%	4.2%	
	8.授業外に自分で練習した	11.6%	12.2%	14.5%	15.1%	
	9.授業外に本や動画を見た	7.4%	7.5%	6.0%	6.8%	
	10.できるようになったことがない	5.5%	5.3%	3.1%	3.3%	
Q18.保健体育授業で動きを撮影して活用する活動	1.行っている	9.6%	10.1%	7.2%	8.7%	
	2.ときどき行っている	13.8%	16.2%	14.1%	18.0%	
	3.あまり行っていない	18.5%	20.0%	21.2%	22.1%	
	4.行っていない	58.0%	53.7%	57.5%	51.2%	
Q19.保健体育授業で自分で練習や場を選んで活動	1.行っている	33.1%	31.4%	32.3%	29.7%	
	2.ときどき行っている	35.9%	36.8%	37.6%	38.0%	
	3.あまり行っていない	19.5%	20.5%	21.3%	23.0%	
	4.行っていない	11.6%	11.3%	8.8%	9.3%	
Q20.保健体育授業で学んだことを授業以外の時にも行ってみようと思う	1.思う	28.7%	28.6%	22.9%	23.1%	
	2.やや思う	37.4%	37.6%	40.8%	40.6%	
	3.あまり思わない	22.8%	22.9%	26.7%	26.5%	
	4.思わない	11.2%	10.8%	9.6%	9.8%	
Q21.保健体育授業で学んだ内容は将来役に立つ	1.思う	43.9%	41.3%	34.0%	31.2%	
	2.やや思う	38.7%	39.2%	43.0%	42.9%	
	3.あまり思わない	13.0%	14.3%	18.2%	20.0%	
	4.思わない	4.4%	5.2%	4.8%	6.0%	
Q22.体力向上の目標	1.目標を立てている	68.4%	67.8%	68.1%	66.3%	
	2.目標は立てていない	31.6%	32.2%	31.9%	33.7%	
Q23.オリンピック・パラリンピックへの気持ち (複数回答可)	1.運動に関心が高まってきた	37.5%	34.8%	29.6%	27.1%	
	2.競技種目を自分も行ってみたい	19.1%	19.2%	14.8%	15.0%	
	3.内容・歴史を知りたい	17.2%	14.4%	17.1%	14.7%	
	4.選手として出場してみたい	15.9%	16.3%	6.3%	6.9%	
	5.試合を見に行ってみたい	56.0%	55.2%	57.2%	57.0%	
	6.大会ボランティアをしてみたい	12.3%	11.4%	20.2%	18.3%	
	7.分からない	20.2%	20.6%	21.5%	22.8%	
	8.その他	7.4%	8.8%	7.7%	8.0%	
次のことは、あなたにどれくらい当てはまるか	Q24.最後までやり遂げられしかなかったことがある	1.当てはまる	75.0%	73.4%	77.2%	76.1%
		2.どちらかといえば当てはまる	19.9%	21.4%	18.9%	20.0%
		3.どちらかといえば当てはまらない	3.2%	3.4%	3.1%	2.9%
		4.当てはまらない	1.9%	1.8%	0.8%	1.0%
	Q25.失敗を恐れなくて挑戦する	1.当てはまる	43.0%	38.3%	31.5%	28.0%
		2.どちらかといえば当てはまる	38.6%	41.4%	45.3%	47.1%
		3.どちらかといえば当てはまらない	14.6%	16.4%	20.1%	21.3%
		4.当てはまらない	3.7%	3.9%	3.2%	3.6%
	Q26.自分には、よいところがある	1.当てはまる	40.2%	37.2%	27.6%	24.5%
		2.どちらかといえば当てはまる	37.4%	38.5%	44.1%	44.1%
		3.どちらかといえば当てはまらない	14.8%	16.0%	20.3%	22.2%
		4.当てはまらない	7.6%	8.2%	7.9%	9.3%

※ 表については県と全国の2群を比較し、県の方が高い項目を網掛けしている

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 栃木県と全国の比較(学校質問紙調査) 小学校

質問項目		小学校			
		栃木県	全国		
(1) 児童の体力・運動能力の向上に係る取組について	Q1.前年度、学校全体の体力・運動能力向上の目標設定	1.設定していた 2.設定していなかった	79.5% 20.5%	82.1% 17.9%	
	Q2.前年度、学年としての体力・運動能力向上の目標設定	1.全学年で設定していた 2.一部の学年が設定していた 3.設定していなかった	45.6% 16.7% 37.7%	45.3% 19.0% 35.6%	
	Q3.運動・スポーツが苦手な児童向けの取組、別に応じた取組	1.行っている 2.行う予定である 3.行っていない	59.3% 18.6% 22.1%	61.1% 17.6% 21.3%	
(2) 学校の体育授業について	Q4.調査結果を踏まえた年間指導計画の改善	1.反映した 2.反映しなかった	59.0% 41.0%	72.7% 27.3%	
	Q5.調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	1.行った 2.行う予定である 3.特定の学年のみ行った 4.特定の学年のみ行う予定である 5.行わない(行う予定はない)	56.3% 27.5% 9.2% 1.9% 5.1%	55.1% 30.8% 6.8% 1.9% 5.4%	
	Q6.体育授業の目標を児童に示す活動	1.取り入れている 2.判断を任せている	58.8% 41.2%	58.0% 42.0%	
	Q7.体育授業で学習したことを振り返る活動	1.取り入れている 2.判断を任せている	50.7% 49.3%	52.6% 47.4%	
	Q8.体育授業で児童同士が助け合い、役割を果たす活動	1.取り入れている 2.判断を任せている	60.4% 39.6%	60.9% 39.1%	
	Q9.体育授業で児童同士で話し合う活動	1.取り入れている 2.判断を任せている	45.8% 54.2%	50.5% 49.5%	
	Q10.体育指導で授業中のICTの活用	1.取り入れている 2.判断を任せている	6.2% 93.8%	8.5% 91.5%	
	Q11.体育授業で努力を要する児童に対する取組(複数回答可)	1.授業中、コツやポイントを重点的に教える 2.授業中、児童自ら工夫させる 3.児童に合った場やルールの提示 4.児童に合った運動課題の段階的な準備 5.教員や友達のまねを促す 6.友達同士で教え合いを促す 7.授業中、自分の動きを映像で見る 8.授業外に教える 9.授業外の自主練習を促す 10.授業外に本や映像を見られるようにする 11.特にしていない 12.努力を要する児童はいない 13.その他	90.3% 48.5% 82.7% 76.5% 68.2% 84.6% 26.7% 19.1% 25.3% 9.2% 0.0% 0.0% 0.0%	91.3% 50.7% 81.8% 77.2% 67.4% 86.7% 31.0% 21.4% 26.8% 10.2% 0.0% 0.0% 0.5%	
	Q12.体育授業で子供たちが楽しいと感じているとき(複数回答可)	1.勝った 2.記録が伸びた 3.上手にできた 4.できなかったことができた 5.教えてもらいできた 6.教えてもらい良かった 7.先生に褒められた 8.友達に褒められた 9.友達から応援されて活動 10.上手な人と一緒に活動 11.友達が上手にできた 12.仲間と一緒に活動 13.体を動かすきっかけ 14.その他	75.2% 96.5% 92.2% 93.3% 70.4% 51.2% 85.2% 82.7% 65.5% 20.5% 36.1% 62.3% 52.6% 0.0%	81.0% 95.4% 92.6% 94.7% 74.5% 55.3% 86.3% 86.1% 70.9% 23.5% 45.2% 68.1% 59.7% 0.4%	
	(3) 学校における体育授業以外の取組について	Q13.前年度、全児童に対する体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組	1.行った 2.一部の学年で行った 3.行わなかった	84.9% 7.0% 8.1%	84.7% 8.1% 7.2%
		Q14.健康三原則の大切さの伝達	1.様々な場面で計画的に伝えるようにしている 2.機会をとらえて適宜伝えている 3.伝えるかどうかは各担当や担任に任せている 4.特に伝えていない	29.1% 64.7% 5.4% 0.8%	38.9% 54.9% 5.9% 0.3%
		Q15.前年度、オリンピック・パラリンピック教育に係る取組	1.行った 2.行わなかった	51.2% 48.8%	50.0% 50.0%
Q15-2.(Q15で1に回答した学校)行った取組(複数回答可)		1.歴史や意義を学ぶ 2.スポーツの意義や価値に触れる 3.参加国・地域の歴史や文化を学ぶ 4.共生社会について学ぶ 5.持続可能な社会について学ぶ 6.アスリートによる講演や実技体験等 7.パラリンピック種目の体験 8.その他	58.9% 37.9% 15.8% 13.7% 6.3% 20.0% 18.4% 7.4%	52.7% 49.6% 23.5% 18.3% 7.8% 29.6% 24.4% 5.6%	
		Q15-2.(Q15で2に回答した学校)行ってみたい取組(複数回答可)	1.歴史や意義を学ぶ 2.スポーツの意義や価値に触れる 3.参加国・地域の歴史や文化を学ぶ 4.共生社会について学ぶ 5.持続可能な社会について学ぶ 6.アスリートによる講演や実技体験等 7.パラリンピック種目の体験 8.その他	35.4% 68.0% 19.9% 16.6% 13.8% 64.6% 56.9% 0.6%	39.1% 66.5% 22.5% 20.8% 11.6% 65.3% 52.1% 0.5%

質問項目				小学校		
				栃木県	全国	
(4) 学校の組織体制	Q16.教員同士での取組、指導方法の工夫・改善についての検討機会	1.ある		83.3%	85.4%	
		2.ない		16.7%	14.6%	
	Q17.体育専科教員の配置状況	平成30年度	常勤	1人	1.3%	2.4%
				2人	1.1%	0.6%
				3人以上	2.4%	0.9%
			非常勤	0人	95.1%	96.1%
				1人	0.3%	1.9%
				2人	0.3%	0.2%
		平成31年度	常勤	3人以上	0.3%	0.1%
				0人	99.2%	97.8%
				1人	1.3%	2.6%
			非常勤	2人	0.5%	0.6%
				3人以上	3.0%	0.9%
				0人	95.1%	95.8%
	Q17-2.体育専科教員の体育授業担当学年(複数回答可)	1.第1学年		15.8%	42.6%	
		2.第2学年		26.3%	46.5%	
		3.第3学年		36.8%	49.4%	
		4.第4学年		36.8%	51.2%	
		5.第5学年		47.4%	58.0%	
		6.第6学年		36.8%	56.4%	
7.特別支援学校・学級		47.4%	26.2%			
Q17-3.体育専科教員の具体的な業務内容(複数回答可)	1.単独で体育授業を担当		42.1%	41.7%		
	2.担任と二人で体育授業を担当		36.8%	59.7%		
	3.学校全体で指導計画・作成・推進		21.1%	25.7%		
	4.体育の年間指導計画作成		47.4%	34.0%		
	5.授業の学級担任へ助言・実技指導		26.3%	40.3%		
	6.体育の授業研究の推進		26.3%	28.8%		
	7.体育的行事の計画・作成・推進		63.2%	36.4%		
	8.地域家庭との連携・調整・推進		15.8%	10.1%		
	9.体力・運動能力、運動習慣の結果分析		36.8%	33.0%		
	10.その他		0.0%	4.6%		
Q18.学校外の人材の活用人数	1人		14.0%	12.4%		
	2人		7.3%	7.1%		
	3人		3.5%	4.2%		
	4人		2.2%	2.4%		
	5人以上		8.1%	9.2%		
	0人		65.0%	64.7%		
	Q18-2.(Q18で活用している人数が1人以上と回答した学校)学校外の人材の活用領域(複数回答可)	1.体づくり運動		9.2%	23.9%	
		2.器械運動		10.0%	20.9%	
3.陸上運動		16.2%	31.1%			
4.水泳		53.1%	50.3%			
5.ボール運動		31.5%	28.6%			
6.表現運動		8.5%	15.6%			
7.保健		10.0%	10.2%			
(5) 地域や関係機関、家庭との連携	Q19.前年度、全ての児童の家庭への体力向上に係る説明・呼びかけ	1.全ての学年が行った		63.1%	59.9%	
		2.特定の学年が行った		12.7%	14.6%	
		3.行わなかった		24.3%	25.5%	
(6) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の活用状況	Q20.「報告書」の閲覧	1.平成30年度中に読んだ		71.2%	62.2%	
		2.平成31年度に入って読んだ		19.4%	25.3%	
		3.読んでいない		9.4%	12.5%	
	Q21.「結果資料CD」の活用	1.活用した		47.2%	56.2%	
		2.活用しなかった		52.8%	43.8%	
	Q22.「学校用確認シート」の活用	1.活用した		60.9%	63.5%	
		2.活用しなかった		39.1%	36.5%	
	Q23.「記録シート」の活用	1.活用した		54.2%	62.6%	
		2.活用しなかった		45.8%	37.4%	
	Q24.調査報告書の事例校を参考にした取組	1.行った		28.0%	32.1%	
2.行わなかった		72.0%	67.9%			
Q25.調査報告書の「取組チェックシート」の活用	1.取組点検項目をチェックした		46.6%	41.0%		
	2.取組点検項目をチェックし、計画に取り入れた		7.0%	7.7%		
	3.取組点検項目のチェックに基づき、取組に着手した		12.1%	14.6%		
	4.何もしていない		34.2%	36.7%		
Q26.調査結果の公開	1.学校便り等で公開した		11.1%	28.7%		
	2.ホームページで公開した		1.9%	5.8%		
	3.公開していない		87.1%	67.5%		
Q26-2.(Q26で1または2に回答した学校)公開内容	1.結果のみ公開した		22.9%	22.6%		
	2.結果に事実関係のコメントを加えて公開した		41.7%	33.8%		
	3.結果の分析に基づき、改善提案を加えて公開した		35.4%	41.7%		
	4.その他		0.0%	1.9%		
(7) 新体力テストの実施状況	Q27.実施学年(複数回答可)	1.第1学年		97.5%	80.6%	
		2.第2学年		97.5%	82.1%	
		3.第3学年		97.8%	85.2%	
		4.第4学年		98.6%	90.0%	
		5.第5学年		99.4%	99.3%	
		6.第6学年		99.2%	92.6%	

※ 表については県と全国の2群を比較し、県の方が高い項目を網掛けしている

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 栃木県と全国の比較(学校質問紙調査) 中学校

質問項目			中学校		
			栃木県	全国	
(1) 生徒の体力・運動能力の向上に係る取組について	Q1.前年度、学校全体の体力・運動能力向上の目標設定	1.設定していた 2.設定していなかった	67.1% 32.9%	75.2% 24.8%	
	Q2.前年度、学年としての体力・運動能力向上の目標設定	1.全学年で設定していた 2.一部の学年が設定していた 3.設定していなかった	44.9% 4.8% 50.3%	50.8% 7.7% 41.6%	
	Q3.運動・スポーツが苦手な生徒向けの取組、性別に応じた取組	1.行っている 2.行う予定である 3.行っていない	68.9% 12.6% 18.6%	63.2% 15.8% 21.0%	
(2) 学校の体育授業について	Q4.調査結果を踏まえた年間指導計画の改善	1.反映した 2.反映しなかった	70.1% 29.9%	75.4% 24.6%	
	Q5.調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	1.行った 2.行う予定である 3.特定の学年のみ行った 4.特定の学年のみ行う予定である 5.行わない(行う予定はない)	65.9% 26.9% 0.6% 0.6% 6.0%	60.8% 29.2% 2.5% 1.0% 6.5%	
	Q6.保健体育授業の目標を生徒に示す活動	1.いつも取り入れている 2.だいたい取り入れている 3.あまり取り入っていない 4.全く取り入っていない	60.5% 37.1% 2.4% 0.0%	60.2% 38.5% 1.3% 0.1%	
	Q7.保健体育授業で学習したことを振り返る活動	1.いつも取り入れている 2.だいたい取り入れている 3.あまり取り入っていない 4.全く取り入っていない	49.1% 48.5% 2.4% 0.0%	45.3% 50.7% 3.9% 0.1%	
	Q8.保健体育授業で生徒同士が助け合い、役割を果たす活動	1.いつも取り入れている 2.だいたい取り入れている 3.あまり取り入っていない 4.全く取り入っていない	34.7% 59.9% 4.8% 0.6%	38.6% 58.7% 2.5% 0.1%	
	Q9.保健体育授業で生徒同士で話し合う活動	1.取り入れている 2.判断を任せている	72.5% 27.5%	74.4% 25.6%	
	Q10.保健体育指導で授業中のICTの活用	1.活用している 2.活用していない	67.1% 32.9%	77.3% 22.7%	
	Q11.保健体育授業で努力を要する生徒に対する取組(複数回答可)	1.授業中、コツやポイントを重点的に教える 2.授業中、生徒自ら工夫させる 3.生徒に合った場やルールの提示 4.生徒に合った運動課題の段階的な準備 5.教員や友達のまねを促す 6.友達同士で教え合いを促す 7.授業中、自分の動きを映像で見る 8.授業外に教える 9.授業外の自主練習を促す 10.授業外に本や映像を見られるようにする 11.特にしていない 12.努力を要する生徒はいない 13.その他	89.8% 34.1% 79.6% 76.6% 45.5% 74.9% 32.3% 1.2% 7.8% 2.4% 0.6% 0.0% 0.0%	87.5% 39.5% 73.5% 71.8% 47.4% 82.9% 36.0% 5.5% 8.0% 3.8% 0.1% 0.0% 0.5%	
	Q12.体育授業で子供たちが楽しいと感じているとき(複数回答可)	1.勝った 2.記録が伸びた 3.上手にできた 4.できなかったことができた 5.教えてもらいできた 6.教えてもらいよかった 7.先生に褒められた 8.友達に褒められた 9.友達から応援されて活動 10.上手な人と一緒に活動 11.友達が上手にできた 12.仲間と一緒に活動 13.体を動かしすっきりした 14.その他	65.3% 92.2% 90.4% 92.2% 70.1% 57.5% 86.8% 72.5% 58.1% 21.0% 34.1% 55.1% 48.5% 0.0%	66.9% 92.6% 89.2% 91.6% 66.1% 51.4% 75.1% 72.4% 60.2% 17.4% 37.5% 63.4% 49.5% 0.3%	
	(3) 学校における体育授業以外の取組について	Q13.前年度、全生徒に対する保健体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組	1.全ての学年で行った 2.特定の学年で行った 3.行わなかった	52.1% 5.4% 42.5%	56.1% 7.2% 36.7%
		Q14.健康三原則の大切さの伝達	1.様々な場面で計画的に伝えるようにしている 2.機会をとらえて適宜伝えている 3.伝えるかどうかは各担当や担任に任せている 4.特に伝えていない	29.3% 67.1% 3.6% 0.0%	29.9% 66.6% 3.2% 0.3%
		Q15.前年度、オリンピック・パラリンピック教育に係る取組	1.行った 2.行わなかった	49.1% 50.9%	58.6% 41.4%
		Q15-2.(Q15で1に回答した学校)行った取組(複数回答可)	1.歴史や意義を学ぶ	47.6%	52.7%
			2.体育理論において学ぶ	75.6%	71.5%
3.参加国・地域の歴史や文化を学ぶ	7.3%		11.4%		
4.共生社会について学ぶ	4.9%		12.8%		
5.持続可能な社会について学ぶ	7.3%		7.0%		
	6.アスリートによる講演や実技体験等	20.7%	21.0%		
	7.パラリンピック種目の体験	11.0%	19.9%		
	8.その他	4.9%	3.0%		

「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」栃木県と全国の比較(学校質問紙調査)中学校

質問項目		中学校		
		栃木県	全国	
(3) 学校における体育授業以外の取組について	Q15-2.(Q15で2に回答した学校)行ってみたい取組(複数回答可)	1.歴史や意義を学ぶ	35.3%	41.7%
		2.体育理論において学ぶ	41.2%	39.9%
		3.参加国・地域の歴史や文化を学ぶ	12.9%	10.8%
		4.共生社会について学ぶ	11.8%	16.7%
		5.持続可能な社会について学ぶ	3.5%	7.8%
		6.アスリートによる講演や実技体験等	67.1%	69.0%
		7.パラリンピック種目の体験	58.8%	54.7%
		8.その他	0.0%	0.6%
	Q16.運動部活動での指導内容や指導方法の充実のために行っている取組(複数回答可)	1.顧問の教員同士で意見・情報交換の場を設けている	77.8%	72.7%
		2.複数校合同での活動をしている	29.9%	31.6%
		3.地域のスポーツクラブと連携した活動を取り入れている	16.2%	16.7%
		4.外部の有識者を招聘して研修会を開催している	6.0%	7.7%
5.生徒のニーズや意見の把握に取り組んでいる		29.3%	36.3%	
6.活動内容などの計画を生徒等に明示・説明している		52.1%	53.4%	
7.学校全体で運動部活動の運営や指導の目標を作成している		51.5%	39.9%	
8.保護者への説明会を開催している		35.9%	54.0%	
9.その他		5.4%	4.6%	
Q17.生徒のニーズに応じた複数の運動部への所属可否	1.なっている	24.0%	23.0%	
	2.今はなっていないが検討している	4.2%	6.0%	
	3.なっていない	71.9%	70.9%	
Q18.生徒のニーズに応じた運動を含む複数活動の部活動の有無	1.ある	20.4%	22.6%	
	2.今はないが検討している	3.6%	6.0%	
	3.ない	76.0%	71.3%	
(4) 学校の組織体制	Q19.学校外の人材の活用人数(予定も含む)	1人	3.0%	11.9%
		2人	3.6%	5.6%
		3人	5.4%	3.4%
		4人	0.6%	1.2%
		5人以上	4.2%	4.1%
		0人	83.2%	73.8%
	Q19-2.(Q19で活用している人数が1人以上と回答した学校)学校外の人材の活用領域(複数回答可)	1.体づくり運動	7.1%	8.3%
		2.器械運動	0.0%	3.5%
		3.陸上競技	0.0%	6.1%
		4.水泳	28.6%	10.4%
		5.球技	3.6%	9.2%
		6.武道	32.1%	44.2%
7.ダンス		21.4%	25.4%	
8.体育理論		0.0%	2.3%	
9.保健		39.3%	31.9%	
Q19-3.(Q19-2で6に回答した学校)外部人材を活用している武道の種目(複数回答可)	1.柔道	66.7%	51.7%	
	2.剣道	22.2%	31.9%	
	3.相撲	0.0%	2.8%	
	4.空手道	0.0%	7.8%	
	5.なぎなた	0.0%	4.2%	
	6.弓道	11.1%	1.8%	
	7.合気道	0.0%	2.7%	
	8.少林寺拳法	0.0%	1.8%	
	9.銃剣道	0.0%	0.3%	
	10.その他	0.0%	2.3%	
Q20.教員同士での取組、指導方法の工夫・改善についての検討機会	1.ある	85.6%	85.5%	
	2.ない	14.4%	14.5%	
(5) 地域や関係機関、家庭との連携	Q21.前年度、全ての生徒の家庭への体力向上に係る説明・呼びかけ	1.全ての学年が行った	31.1%	34.7%
		2.特定の学年が行った	3.0%	6.1%
		3.行わなかった	65.9%	59.2%
(6) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の活用状況	Q22.「報告書」の閲覧	1.平成30年度中に読んだ	68.9%	60.3%
		2.平成31年度に入って読んだ	20.4%	25.9%
		3.読んでいない	10.8%	13.8%
	Q23.「結果資料CD」の活用	1.活用した	45.5%	50.8%
		2.活用しなかった	54.5%	49.2%
	Q24.「学校用確認シート」の活用	1.活用した	56.9%	58.3%
		2.活用しなかった	43.1%	41.7%
	Q25.「記録シート」の活用	1.活用した	59.3%	56.5%
		2.活用しなかった	40.7%	43.5%
	Q26.調査報告書の事例校を参考にした取組	1.行った	23.4%	25.5%
		2.行わなかった	76.6%	74.5%
	Q27.調査報告書の「取組チェックシート」の活用	1.取組点検項目をチェックした	42.5%	37.2%
2.取組点検項目をチェックし、計画に取り入れた		6.6%	8.6%	
3.取組点検項目のチェックに基づき、取組に着手した		16.2%	15.5%	
4.何もしていない		34.7%	38.7%	
Q28.調査結果の公開(複数回答可)	1.学校便り等で公開した	10.2%	17.3%	
	2.ホームページで公開した	0.6%	4.4%	
	3.公開していない	89.2%	79.1%	
Q28-2.(Q28で1または2に回答した学校)公開内容	1.結果のみ公開した	33.3%	36.1%	
	2.結果に事実関係のコメントを加えて公開した	38.9%	33.8%	
	3.結果の分析に基づき、改善提案を加えて公開した	16.7%	28.5%	
	4.その他	11.1%	1.6%	
(7) 新体力テストの実施状況	Q29.実施学年(複数回答可)	1.第1学年	96.9%	95.1%
		2.第2学年	98.8%	99.4%
		3.第3学年	97.5%	95.5%

2 「令和元(2019)年度
栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」
結果資料

「令和元(2019)年度栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」の結果について

栃木県教育委員会

1 調査概要

(1) 目的

県内小・中学校、義務教育学校及び高等学校の児童生徒を対象に、新体力テスト及び身体計測を実施し、児童生徒の発育及び体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、行政上の基礎資料を得る。

(2) 対象

県内全ての公立小・中学校、義務教育学校及び県立高等学校（全日制・定時制）を調査した。

【標本数】

	小学校	中学校	高等学校	計
児童 生徒数	95,125人	46,165人	34,337人	175,627人
	男子：48,742人	男子：23,684人	男子：16,934人	男子：89,360人
	女子：46,383人	女子：22,481人	女子：17,403人	女子：86,267人

(3) 実施期間

平成31(2019)年4月～令和元(2019)年7月

(4) 内容

スポーツ庁「新体力テスト実施要項」により新体力テストを実施した。なお、中学・高等学校で選択種目となる持久走と20mシャトルランは、後者のみを対象とした。

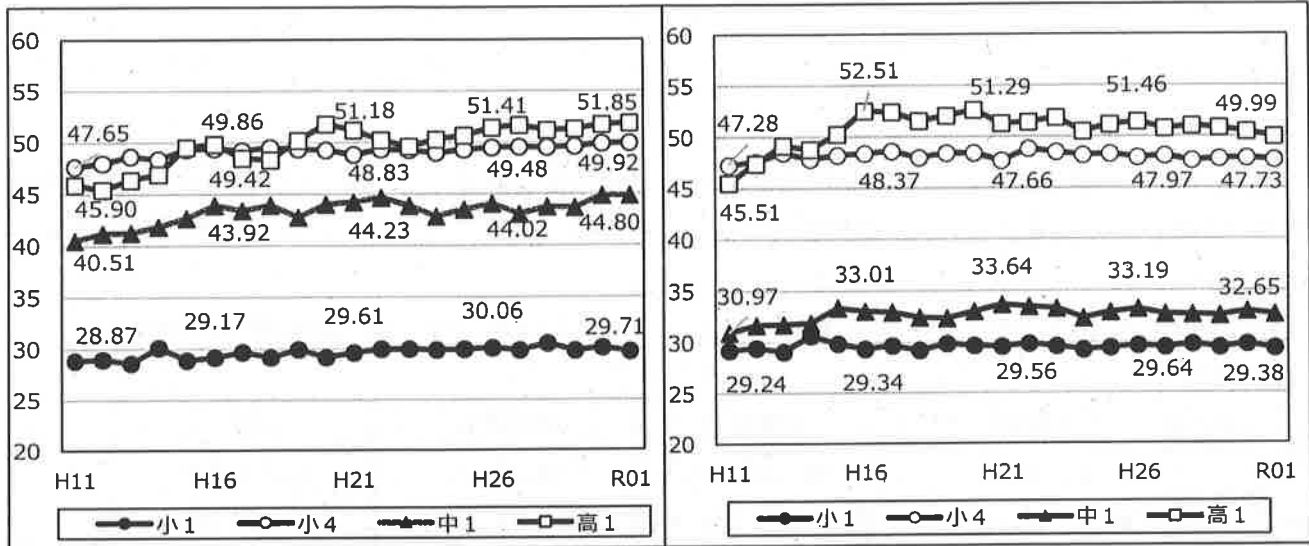
種目	体力評価	基礎運動能力評価	測定概要
握力	筋力	—	計器による握力測定を行い、左右平均値をkg単位で算出する。
上体起こし	筋力 筋持久力	—	仰臥姿勢（あおむけ）から上体を起こす動作が30秒間に何回できるかを測定する。
長座位前屈	柔軟性	—	長座位姿勢から上体を前屈した時の柔軟性をcm単位で測定する。
反復横とび	敏しょう性	—	1m間隔の3本のラインをサイドステップで左右に反復し、20秒間内でラインを通過した回数を数える。
20mシャトルラン	全身持久力	—	速度が段階的に増加する信号音に合わせて、20m間往復の持続走を行い、反復可能な回数を数える。
50m走	スピード	走る	50mを走る時間を10分の1秒単位で測定する。小学生はスタンディングスタート、中学・高校生はクラウチングスタートにより行う。
立ち幅とび	筋パワー	跳ぶ	立位姿勢から両足踏み切りで前方へ跳躍した距離をcm単位で測る。
ボール投げ	巧み性 筋パワー	投げる	原則としてオーバーハンドスローにより、小学生はソフトボール、中学生はハンドボールを用いて遠投距離をm単位で測る。

出典「新体力テスト 有意義な活用のために」文部省 平成12年（測定概要を独自追記）

※ これらの8種目を、それぞれ定められた基準により10点満点で評価した得点の合計を「体力合計点」とする。（80点満点であり、性別・学校種別で基準が異なる。）

2 結果概要

(1) 調査開始以降 21 年間（平成 11 (1999) 年～令和元 (2019) 年度）における体力合計点の推移



《男子体力合計点》

《女子体力合計点》

図1 調査における新体力テスト体力合計点の推移

※平成 29 年度より悉皆調査実施

○ 男女とも、近年においてほぼ横ばいである。

(2) 調査開始以降 21 年間における令和元 (2019) 年度の傾向

表1 調査開始以降 21 年間（平成 11 (1999) 年～令和元 (2019) 年度）における令和元 (2019) 年度の傾向

性別	種目	小学校						中学校			高等学校 (全日制)			高等学校 (定時制)				
		小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	高1	高2	高3	高4	
		6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	15歳	16歳	17歳	18歳	
男子	握力	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
	上体起こし		○	○	○													
	長座体前屈													▲				
	反復横とび								○	○								
	20mシャトルラン														▲			
	50 m 走													○				
	立ち幅とび				▲								▲					
	ボール投げ	▲	▲	▲	▲	▲	▲				▲	▲	▲	▲				
	合計点					▲	▲											
女子	握力	▲	▲			▲					▲	▲		▲				▲
	上体起こし	○	○	○	○	○	○	○	○	○					○	○		
	長座体前屈								○	○	○	○		○				
	反復横とび				○	○		○	○	○	○	○						
	20mシャトルラン									○								
	50 m 走								○		○			○	○	○		
	立ち幅とび							○	○	○					○			
	ボール投げ	▲	▲	▲		▲						▲	▲					▲
	合計点					○		○	○	○	○				○			

○ ……過去21年間で今年の平均値が上位3位以内に入った種目

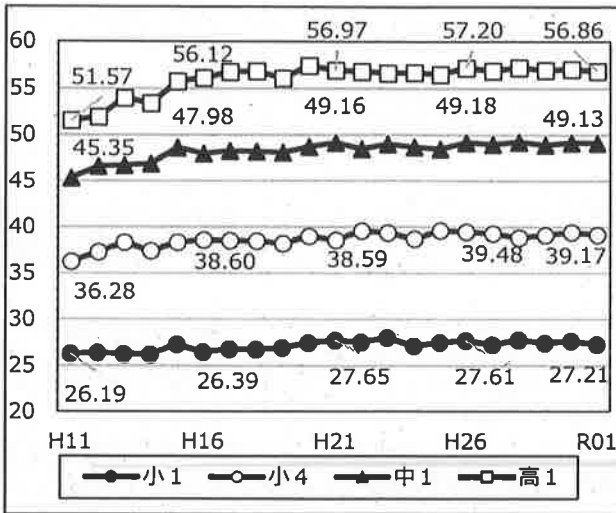
▲ ……過去21年間で今年の平均値が下位3位以内に入った種目

○ 男子は、小学校の上体起こし、中学校の反復横とびで上位となった学年があるが、握力では小、中学校ほとんどの学年で下位となり、ボール投げについては小学校すべての学年で下位となった。

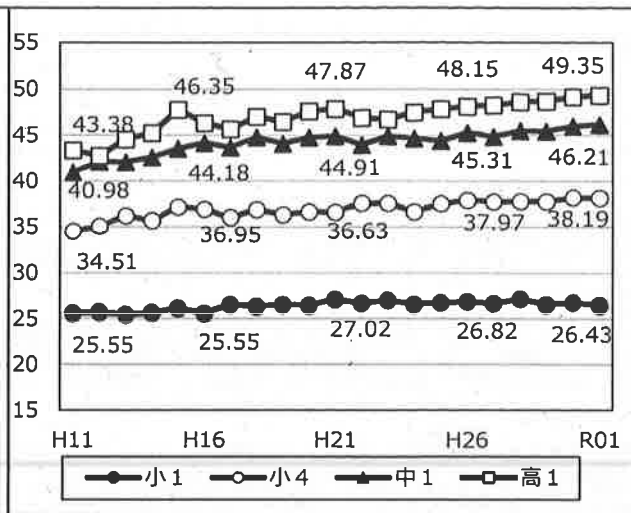
○ 女子は、上体起こしで小、中学校全ての学年で上位となり、反復横とび、立ち幅とび、合計点では中学校全ての学年で上位となったが、握力、ボール投げについては小学校で下位となった学年が多かった。

(3) 調査における各発達段階、種目の平均値の推移

ア 緩やかに向上している種目の例

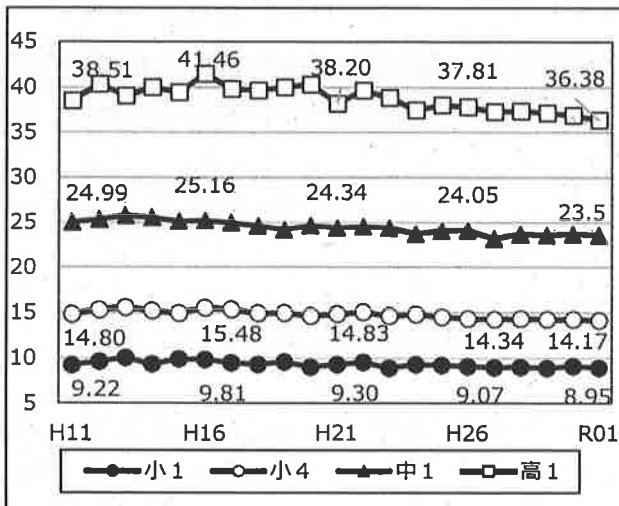


《男子：反復横とび(回)》

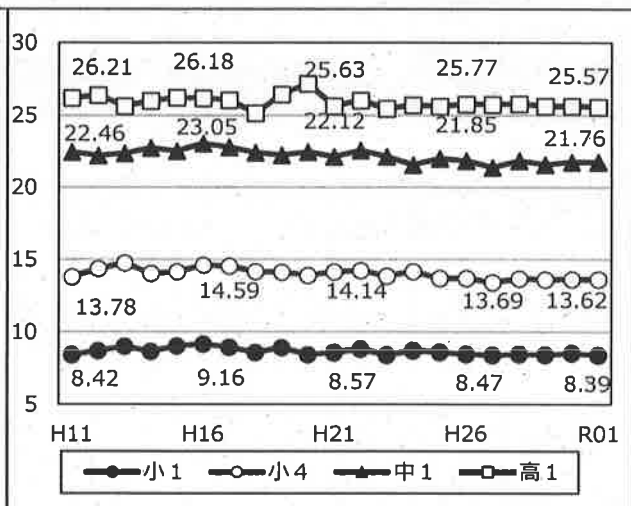


《女子：反復横とび(回)》

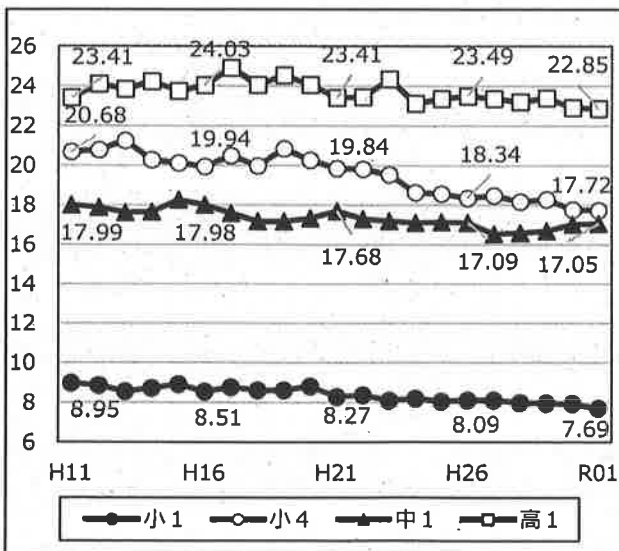
イ 低下傾向にある種目の例



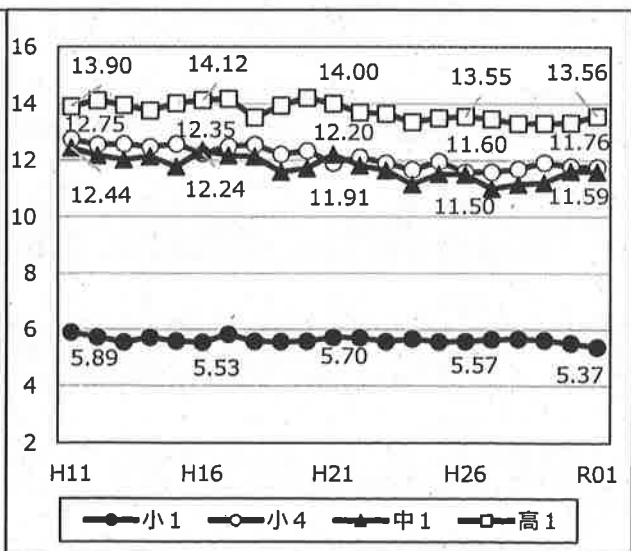
《男子：握力(kg)》



《女子：握力(kg)》



《男子：ボール投げ(m)》



《女子：ボール投げ(m)》

- 反復横とびについては、男女ともに緩やかに向上する傾向がみられる。
- 握力、ボール投げについては、男女ともに低下する傾向がみられる。

令和元(2019)年度年齢別・学校区分別 体格・体力集計表【男子】

区分	年齢	年度	人数	項目	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)	ホ-ル 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)	
小学校	6歳	R01	7,586	平均	8.95	11.58	25.14	27.21	18.34	11.70	111.45	7.69	29.38	116.25	21.49	
				標準偏差	2.24	5.29	6.33	4.87	9.97	1.19	17.76	3.07	6.67	4.79	3.51	
		H30	7,786	平均	9.10	11.61	25.14	27.59	19.16	11.66	111.49	7.92	29.78	116.37	21.61	
					標準偏差	2.24	5.24	6.26	4.99	10.26	1.23	18.09	3.14	6.65	5.01	4.07
	7歳	R01	7,889	平均	10.56	14.24	26.21	31.40	27.58	10.83	123.18	10.97	36.41	122.31	24.44	
					標準偏差	2.49	5.32	6.35	5.99	13.53	1.14	18.12	4.37	7.34	5.25	4.52
		H30	8,113	平均	10.67	14.10	26.82	31.53	28.34	10.81	123.48	11.06	36.77	122.29	24.39	
					標準偏差	2.53	5.46	6.67	5.92	13.97	1.10	18.17	4.34	7.45	5.34	4.58
	8歳	R01	8,112	平均	12.41	16.24	28.15	35.02	34.71	10.34	132.29	14.21	42.11	127.94	27.63	
					標準偏差	2.86	5.82	6.88	7.20	17.16	1.05	19.04	5.63	8.34	5.47	5.67
		H30	8,214	平均	12.51	16.10	28.76	35.47	35.62	10.26	134.07	14.54	42.78	128.13	27.69	
					標準偏差	2.86	5.74	7.17	7.01	17.12	1.07	18.62	5.63	8.22	5.56	5.58
	9歳	R01	8,309	平均	14.17	17.97	29.96	39.17	42.71	9.88	141.67	17.72	47.73	133.50	31.26	
					標準偏差	3.27	5.76	7.13	7.29	19.78	0.99	19.59	6.85	8.86	5.64	6.78
		H30	8,381	平均	14.28	17.80	29.90	39.47	43.68	9.86	141.99	17.76	47.91	133.46	31.20	
					標準偏差	3.24	5.66	7.23	7.21	19.48	1.03	19.42	6.82	8.85	5.83	6.76
	10歳	R01	8,351	平均	16.10	19.54	31.70	42.19	49.90	9.53	149.79	20.64	52.54	138.85	34.95	
					標準偏差	3.71	5.69	7.33	7.17	21.29	1.05	20.55	7.90	9.33	6.28	7.95
	H30	8,480	平均	16.45	19.66	32.15	42.88	52.23	9.46	150.88	21.49	53.52	138.88	34.90		
				標準偏差	3.68	5.76	7.78	7.12	21.80	0.99	20.61	7.89	9.24	6.21	8.13	
11歳	R01	8,495	平均	19.09	21.38	34.00	45.42	58.25	9.07	160.37	24.35	58.42	144.98	39.32		
				標準偏差	4.56	5.73	7.85	7.18	22.86	0.99	22.43	9.13	9.70	7.26	9.39	
	H30	8,425	平均	19.44	21.59	34.51	46.00	60.72	9.03	160.98	25.03	59.29	145.18	39.28		
				標準偏差	4.61	5.63	7.91	6.87	22.96	1.00	22.24	9.20	9.61	7.25	9.27	
中学校	12歳	R01	7,945	平均	23.50	23.57	38.47	49.13	66.64	8.73	176.25	17.05	32.65	152.64	44.90	
				標準偏差	6.15	5.58	9.25	6.84	23.53	0.94	24.88	4.91	9.01	8.09	10.53	
		H30	7,989	平均	23.66	23.81	38.36	49.16	68.43	8.69	176.76	17.01	32.99	152.51	44.48	
					標準偏差	6.17	5.66	9.09	6.54	23.76	0.89	25.09	4.87	8.88	8.11	10.57
	13歳	R01	7,802	平均	28.87	26.84	42.56	52.97	84.28	8.07	194.42	19.82	41.41	159.62	49.21	
					標準偏差	7.00	5.76	9.94	6.90	24.29	0.84	25.72	5.46	10.02	7.77	10.60
	H30	7,991	平均	29.01	27.11	42.39	52.81	85.81	8.04	194.53	19.89	41.68	159.62	49.02		
				標準偏差	7.05	5.85	9.98	7.12	24.28	0.77	25.51	5.55	10.13	7.70	9.96	
14歳	R01	7,937	平均	33.87	29.27	46.91	55.74	92.32	7.67	208.01	22.53	48.40	164.92	54.20		
				標準偏差	7.30	6.22	11.08	7.54	24.68	0.76	25.95	5.99	10.84	6.77	10.17	
	H30	8,106	平均	34.21	29.47	46.69	55.73	94.02	7.61	208.83	22.62	48.92	164.88	54.05		
				標準偏差	7.25	5.91	10.87	7.20	23.93	0.71	25.50	5.82	10.67	6.76	10.23	
高校(全日制)	15歳	R01	5,672	平均	36.38	29.02	48.98	56.86	85.97	7.57	215.67	22.85	49.99	167.84	59.13	
				標準偏差	6.61	5.51	11.00	6.31	22.40	0.61	24.41	5.51	9.93	5.85	10.68	
		H30	5,676	平均	36.90	29.27	49.48	57.06	86.07	7.55	216.89	22.91	50.49	167.97	59.07	
					標準偏差	6.59	5.49	10.75	6.34	23.40	0.70	24.11	5.37	9.73	6.07	10.65
	16歳	R01	5,431	平均	38.76	30.50	51.64	58.20	89.86	7.45	222.23	24.09	53.56	169.52	60.94	
					標準偏差	6.77	5.70	11.08	6.57	25.61	0.75	24.01	5.79	10.41	5.97	10.63
	H30	5,508	平均	39.35	30.69	51.46	58.36	90.95	7.43	223.91	24.47	54.17	169.35	60.91		
				標準偏差	7.05	5.83	11.27	6.89	26.08	0.69	24.26	5.67	10.72	5.83	10.52	
17歳	R01	5,405	平均	40.60	31.41	53.14	59.09	91.02	7.36	226.59	25.22	55.88	170.20	62.92		
				標準偏差	7.25	5.88	11.11	6.60	25.87	0.73	23.93	5.97	10.90	5.80	10.83	
	H30	5,472	平均	41.06	31.77	53.05	59.65	92.64	7.32	227.44	25.52	56.70	170.17	62.90		
				標準偏差	7.11	5.83	10.77	6.42	25.81	0.66	23.95	5.89	10.64	5.83	10.77	
高校(定時制)	15歳	R01	122	平均	34.02	23.45	40.46	46.08	55.02	7.92	203.20	19.12	37.94	167.18	59.77	
				標準偏差	7.63	7.09	10.47	8.73	24.97	1.28	28.00	5.30	11.36	6.01	14.70	
		H30	121	平均	36.01	22.96	42.69	46.77	53.40	8.17	193.72	19.07	37.18	167.80	63.78	
					標準偏差	7.49	5.92	11.79	9.46	25.30	1.05	32.48	5.11	10.01	6.18	17.67
	16歳	R01	116	平均	37.61	22.97	44.06	46.36	52.58	8.06	203.76	20.67	39.46	168.65	65.80	
					標準偏差	7.54	7.58	11.04	9.23	26.36	1.07	31.48	5.90	11.21	5.41	17.38
		H30	113	平均	38.56	24.76	43.32	49.50	59.85	7.73	209.58	20.58	42.24	168.30	62.48	
					標準偏差	7.65	6.90	11.32	8.23	23.18	0.77	26.88	5.84	10.37	6.25	13.39
	17歳	R01	120	平均	38.78	24.26	42.90	46.30	58.14	7.88	206.84	21.70	41.23	168.34	64.03	
					標準偏差	9.13	7.66	11.63	10.31	26.44	1.27	32.57	5.87	11.99	6.08	14.38
		H30	108	平均	39.96	25.20	45.72	50.82	60.48	7.75	211.56	21.94	44.05	169.92	64.20	
					標準偏差	7.73	7.53	12.07	9.73	27.53	0.88	31.79	5.61	11.70	5.82	13.94
18歳	R01	68	平均	39.24	23.90	42.72	44.78	55.74	8.01	207.49	21.96	40.69	170.45	66.41		
				標準偏差	10.26	7.40	10.16	10.66	27.83	1.27	35.35	6.19	11.62	6.50	16.13	
	H30	60	平均	40.02	23.83	42.28	49.40	59.85	7.97	205.05	20.30	40.52	169.70	64.78		
				標準偏差	8.50	6.81	11.03	6.97	24.53	0.88	29.32	5.70	10.64	6.67	16.10	

令和元(2019)年度年齢別・学校区分別 体格・体力集計表【女子】

区分	年齢	年度	人数	項目	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)	ホ-ル 投げ (m)	合計点	身長 (cm)	体重 (kg)
小学校	6歳	R01	7,397	平均	8.39	11.44	27.34	26.43	15.72	11.99	104.63	5.37	29.71	115.38	21.07
				標準偏差	2.08	5.02	6.39	4.45	7.35	1.21	16.29	1.79	6.64	4.89	3.34
	H30	7,326	平均	8.52	11.35	27.37	26.72	16.41	11.95	104.23	5.50	30.07	115.42	21.03	
				標準偏差	2.04	5.06	6.37	4.48	7.61	1.13	16.47	1.82	6.73	4.98	3.33
	7歳	R01	7,443	平均	10.00	13.95	28.98	30.34	22.18	11.12	116.14	7.28	37.21	121.26	23.74
				標準偏差	2.25	4.95	6.38	5.44	9.90	1.01	17.09	2.40	7.27	5.11	4.11
	H30	7,691	平均	10.05	13.78	29.68	30.49	22.55	11.09	116.04	7.39	37.49	121.40	23.84	
				標準偏差	2.32	4.97	6.83	5.25	9.93	1.03	16.81	2.54	7.26	5.12	4.11
	8歳	R01	7,708	平均	11.81	15.73	31.37	33.91	27.16	10.60	125.84	9.31	43.31	127.27	27.04
				標準偏差	2.67	5.24	7.11	6.36	12.31	0.99	17.48	3.19	7.93	5.55	5.13
	H30	7,741	平均	11.83	15.65	32.04	34.35	28.00	10.51	127.75	9.59	44.02	127.26	26.94	
				標準偏差	2.66	5.41	7.30	6.46	12.97	1.00	17.80	3.32	8.15	5.62	5.20
	9歳	R01	7,851	平均	13.62	17.63	33.87	38.19	34.69	10.10	136.52	11.76	49.92	133.30	30.46
				標準偏差	3.20	5.31	7.40	6.47	15.47	0.94	18.67	4.20	8.74	6.36	6.29
	H30	7,922	平均	13.62	17.37	33.68	38.22	35.32	10.09	136.48	11.79	49.88	133.37	30.52	
				標準偏差	3.08	5.23	7.35	6.45	14.99	0.95	18.50	4.14	8.51	6.28	6.31
	10歳	R01	7,913	平均	15.98	19.08	36.07	40.92	42.15	9.69	145.92	14.02	55.55	140.15	34.74
				標準偏差	3.76	5.11	7.69	6.42	16.83	0.96	19.59	5.05	8.81	6.75	7.43
H30	8,048	平均	16.20	18.96	36.74	41.43	43.37	9.64	145.77	14.17	55.99	140.08	34.53		
			標準偏差	3.83	5.18	7.94	6.38	16.94	0.92	19.71	5.09	8.87	6.87	7.41	
11歳	R01	8,071	平均	19.18	20.37	39.21	43.61	48.50	9.28	154.20	16.06	61.00	146.63	39.55	
			標準偏差	4.36	5.14	8.26	6.15	17.81	0.81	20.46	5.99	8.79	6.74	8.27	
H30	8,090	平均	19.30	20.57	39.37	44.08	49.90	9.24	155.18	16.26	61.55	146.71	39.49		
			標準偏差	4.26	5.06	8.35	6.19	18.27	0.87	20.68	6.05	8.74	6.68	8.08	
中学校	12歳	R01	7,619	平均	21.76	21.67	42.25	46.21	52.37	9.14	165.09	11.59	44.80	151.55	44.22
				標準偏差	4.46	5.20	8.97	5.65	18.24	0.83	21.82	3.80	10.23	5.90	8.17
	H30	7,711	平均	21.75	21.63	42.29	46.04	53.04	9.11	164.13	11.62	44.82	151.49	44.03	
				標準偏差	4.55	5.19	9.12	5.68	18.32	0.75	21.67	3.73	10.19	5.97	8.24
	13歳	R01	7,405	平均	24.09	23.99	45.03	48.19	60.23	8.81	171.16	12.98	50.63	154.52	47.37
				標準偏差	4.67	5.48	9.51	5.90	19.44	0.80	22.46	4.12	10.87	5.57	7.61
H30	7,436	平均	24.09	23.87	45.40	47.82	60.81	8.82	170.95	12.86	50.48	154.69	47.36		
			標準偏差	4.59	5.47	9.38	5.86	19.59	0.81	22.31	4.12	10.82	5.39	7.81	
14歳	R01	7,457	平均	25.66	25.06	47.93	48.99	60.15	8.77	174.34	13.80	53.29	156.24	50.25	
			標準偏差	4.65	5.75	9.96	6.09	19.53	0.75	22.84	4.37	11.29	5.40	7.77	
H30	7,736	平均	25.69	24.99	47.65	48.85	61.51	8.73	173.59	13.96	53.45	156.27	50.34		
			標準偏差	4.68	5.74	9.70	6.06	19.91	0.73	22.78	4.36	11.13	5.33	7.58	
高校(全日制)	15歳	R01	5,737	平均	25.57	23.96	48.56	49.35	53.04	8.93	171.94	13.56	51.85	156.86	52.17
				標準偏差	4.37	5.38	9.87	5.22	16.52	0.81	21.44	4.03	10.26	5.15	7.76
	H30	5,923	平均	25.64	23.94	48.55	49.20	52.98	8.93	172.25	13.32	51.73	156.61	51.85	
				標準偏差	4.48	5.42	9.95	5.33	16.74	0.71	21.92	3.96	10.36	5.08	7.91
	16歳	R01	5,608	平均	26.30	24.67	50.03	49.65	53.77	8.99	173.47	13.61	52.88	157.08	52.85
				標準偏差	4.62	5.68	10.22	5.63	18.53	0.85	22.28	4.11	11.16	5.19	7.75
H30	5,891	平均	26.48	24.81	49.53	49.47	54.05	8.92	173.49	13.76	53.10	157.09	52.89		
			標準偏差	4.54	5.67	9.99	5.54	18.52	0.87	22.11	4.17	11.07	5.36	7.56	
17歳	R01	5,804	平均	26.68	24.96	50.76	49.65	52.91	9.02	173.70	13.85	53.26	157.41	53.32	
			標準偏差	4.59	5.81	10.12	5.71	18.52	0.95	22.18	4.24	11.32	5.17	7.81	
H30	5,758	平均	26.90	25.14	51.41	49.86	53.36	8.98	174.38	14.12	53.92	157.39	53.32		
			標準偏差	4.62	5.82	9.85	5.72	19.24	0.91	22.66	4.35	11.39	5.41	8.04	
高校(定時制)	15歳	R01	77	平均	22.79	18.18	42.87	41.08	29.99	9.42	154.56	11.60	38.99	156.40	55.36
				標準偏差	5.90	6.22	11.35	8.01	13.54	0.99	24.33	3.63	12.10	5.48	12.24
	H30	101	平均	25.78	19.86	46.12	42.81	33.94	9.38	151.66	11.86	41.90	156.29	54.74	
				標準偏差	6.14	5.96	10.65	5.87	13.64	1.01	23.77	3.76	10.87	5.02	10.96
	16歳	R01	74	平均	25.59	19.64	46.27	40.89	33.07	9.25	161.62	12.46	42.57	156.99	54.61
				標準偏差	5.77	6.64	10.71	8.66	16.38	0.92	23.91	3.92	12.64	5.71	9.44
	H30	65	平均	26.23	20.37	47.40	42.42	37.18	9.42	157.72	12.85	44.06	156.86	54.09	
				標準偏差	5.42	5.83	10.10	8.49	15.33	1.18	27.30	3.28	10.79	5.93	9.64
	17歳	R01	62	平均	25.74	19.69	45.85	40.40	33.89	9.45	157.44	12.15	41.77	158.11	54.69
				標準偏差	5.54	5.66	11.66	7.59	16.52	1.07	25.04	3.70	11.09	5.20	11.03
	H30	70	平均	25.66	19.57	45.37	42.41	34.74	9.62	156.27	11.86	41.79	155.49	51.51	
				標準偏差	5.73	5.93	9.70	5.73	13.93	1.44	23.85	3.62	11.01	5.99	8.26
18歳	R01	41	平均	24.07	18.46	44.90	39.15	29.17	9.85	152.59	11.07	37.78	154.87	53.21	
			標準偏差	7.37	5.83	11.21	8.32	16.08	1.57	28.34	3.73	12.89	6.26	11.35	
H30	28	平均	28.25	21.50	45.82	40.46	34.86	9.60	162.36	13.32	43.64	155.84	53.24		
			標準偏差	6.68	6.56	13.58	9.49	18.43	1.33	29.87	4.59	15.46	6.06	8.05	

令和元(2019)年度総合評価集計表

※集計結果における百分率は小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある

			男子 (%)						女子 (%)					
			A	B	C	D	E	(A+B)-(D+E)	A	B	C	D	E	(A+B)-(D+E)
小学校	6歳	R01	8.3	23.9	35.2	20.3	12.4	-0.5	9.5	24.1	34.7	20.3	11.4	1.9
		H30	9.7	24.9	33.6	20.8	11.1	2.7	11.0	24.9	34.2	19.6	10.2	6.1
	7歳	R01	7.8	21.6	36.9	24.2	9.5	-4.3	9.9	23.3	37.0	22.9	6.9	3.4
		H30	9.4	22.4	36.4	23.1	8.7	0.0	10.3	24.4	36.8	21.9	6.6	6.2
	8歳	R01	10.0	25.5	32.7	21.5	10.3	3.7	11.9	28.0	33.9	19.5	6.8	13.6
		H30	11.5	26.9	32.5	19.9	9.3	9.2	15.0	28.2	32.6	17.9	6.3	19.0
	9歳	R01	11.2	23.6	31.1	21.5	12.7	0.7	16.9	26.9	30.0	18.4	7.7	17.7
		H30	11.3	24.5	30.7	21.2	12.2	2.4	15.7	28.1	31.2	17.3	7.7	18.8
	10歳	R01	9.4	21.9	33.7	22.9	12.1	-3.7	15.8	27.4	33.4	17.1	6.3	19.7
		H30	11.3	24.2	33.4	20.5	10.5	4.5	17.1	28.2	32.5	16.8	5.4	23.1
	11歳	R01	9.7	27.1	31.3	22.1	9.8	5.0	14.5	31.9	31.5	17.3	4.9	24.2
		H30	11.8	29.1	30.0	20.8	8.3	11.8	15.6	33.9	30.4	16.0	4.2	29.3
中学校	12歳	R01	2.6	16.6	35.5	33.7	11.7	-26.1	29.7	36.0	24.6	8.6	1.1	56.0
		H30	2.6	17.5	36.3	33.9	9.7	-23.5	29.7	36.2	24.6	8.3	1.2	56.4
	13歳	R01	6.7	24.4	38.4	23.2	7.3	0.6	32.7	32.5	24.5	8.7	1.7	54.8
		H30	7.0	25.8	37.4	22.7	7.0	3.1	31.8	32.6	24.9	9.1	1.6	53.7
	14歳	R01	15.7	29.2	32.6	16.8	5.7	22.5	32.7	28.5	24.8	11.3	2.7	47.1
		H30	16.5	30.5	32.2	15.7	5.1	26.2	33.2	28.7	25.0	10.6	2.5	48.8
高校(全日制)	15歳	R01	15.3	30.4	37.2	14.0	3.1	28.6	21.2	31.3	33.4	11.9	2.2	38.4
		H30	16.3	31.3	37.1	12.9	2.4	32.3	21.9	29.7	34.4	11.9	2.2	37.5
	16歳	R01	21.9	34.5	30.5	11.2	1.8	43.5	22.3	29.2	32.5	13.8	2.3	35.3
		H30	24.8	33.7	28.4	11.2	1.9	45.4	22.3	29.6	32.7	13.2	2.1	36.6
	17歳	R01	24.9	36.5	26.0	11.0	1.7	48.8	19.3	29.6	33.5	15.3	2.4	31.2
		H30	26.9	37.1	25.3	9.3	1.3	53.4	20.9	30.4	32.6	14.2	1.9	35.2
高校(定時制)	15歳	R01	4.1	9.0	24.6	35.3	27.1	-49.2	1.3	20.8	19.5	31.2	27.3	-36.4
		H30	0.0	5.8	32.2	34.7	27.3	-56.2	5.9	12.9	34.7	34.7	11.9	-27.8
	16歳	R01	0.0	14.7	25.9	38.8	20.7	-44.8	4.1	16.2	31.1	32.4	16.2	-28.4
		H30	2.7	13.3	39.8	29.2	15.0	-28.2	4.6	20.0	40.0	21.5	13.8	-10.7
	17歳	R01	3.3	11.7	34.2	30.0	20.8	-35.8	3.2	17.7	25.8	37.1	16.1	-32.3
		H30	6.5	12.0	38.0	32.4	11.1	-25.0	2.9	10.0	35.7	40.0	11.4	-38.5
	18歳	R01	0.0	19.1	26.5	35.3	19.1	-35.3	2.4	7.3	22.0	43.9	24.4	-58.5
		H30	1.7	11.7	28.3	43.3	15.0	-44.9	10.7	17.9	32.1	17.9	21.4	-10.7

令和元(2019)年度アンケート項目集計表【男子】 (%)

	年度	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)					
		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18		
運動部・地域スポーツクラブへの所属状況	所属有り	R01	43.2	52.6	61.9	65.9	66.9	66.6	80.2	83.8	83.8	65.6	59.2	55.8	28.7	37.1	39.2	38.2	
		H30	42.6	52.4	61.0	65.5	68.8	67.9	79.8	83.4	84.0	67.2	61.1	57.0	29.8	38.1	45.4	30.0	
	所属無し	R01	56.8	47.4	38.1	34.1	33.1	33.4	19.9	16.2	16.2	34.4	40.8	44.2	71.3	62.9	60.8	61.8	
		H30	57.4	47.6	39.0	34.5	31.2	32.2	20.3	16.6	16.0	32.8	38.9	43.0	70.3	62.0	54.6	70.0	
運動・スポーツの実施状況	ほぼ毎日	R01	14.4	23.7	34.0	44.6	49.6	52.3	76.9	79.5	80.5	63.8	58.0	53.5	25.4	28.5	30.8	27.9	
		H30	13.4	23.4	33.7	44.9	51.0	52.7	77.3	80.8	81.9	63.9	59.2	55.7	19.0	34.5	36.1	15.0	
	ときどき	R01	54.3	51.4	44.1	36.8	34.3	32.2	11.4	9.4	8.8	11.9	11.9	11.5	21.3	22.4	20.8	27.9	
		H30	53.6	51.4	43.8	36.7	33.7	32.2	11.7	8.8	8.2	12.5	11.3	10.5	29.8	23.0	22.2	20.0	
	ときたま	R01	12.6	11.2	9.4	8.7	8.6	8.8	5.7	5.3	4.8	9.5	9.6	10.5	18.9	21.6	15.8	13.2	
		H30	12.9	11.4	9.6	8.9	8.3	8.5	5.1	4.5	4.8	9.4	10.1	9.9	19.0	15.9	21.3	26.7	
	しない	R01	18.7	13.7	12.5	9.9	7.5	6.7	5.9	5.8	5.9	14.8	20.5	24.6	34.4	27.6	32.5	30.9	
		H30	20.1	13.8	12.9	9.5	7.0	6.6	5.9	5.9	5.1	14.2	19.3	24.0	32.2	26.6	20.4	38.3	
	1日の運動・スポーツの実施時間	30分未満	R01	23.0	18.9	21.3	19.4	17.8	16.5	10.0	10.8	10.8	24.1	30.7	35.4	55.7	49.1	49.2	51.5
			H30	24.0	19.7	22.7	19.8	16.6	15.8	10.8	11.0	10.1	23.8	29.3	34.9	47.9	44.3	45.4	48.3
		30分～1時間未満	R01	39.3	34.1	25.4	22.4	21.2	20.9	9.2	7.7	7.4	11.5	11.2	10.6	20.5	24.1	30.8	30.9
			H30	37.3	32.3	25.6	21.8	20.4	19.4	8.8	7.3	8.0	11.2	10.8	10.4	24.8	25.7	30.6	28.3
1時間～2時間		R01	32.3	35.8	30.5	28.2	27.0	25.5	23.1	23.2	28.3	18.9	18.1	16.5	16.4	20.7	10.0	10.3	
		H30	32.9	35.4	29.6	27.4	26.2	25.2	20.6	22.2	25.0	19.2	18.3	16.7	19.0	20.4	14.8	16.7	
2時間以上		R01	5.4	11.2	22.7	30.1	34.1	37.1	57.6	58.4	53.6	45.6	40.0	37.5	7.4	6.0	10.0	7.4	
		H30	5.8	12.6	22.1	31.0	36.8	39.6	59.8	59.5	56.9	45.8	41.7	38.0	8.3	9.7	9.3	6.7	
小学校入学前に外で運動をしていた頻度	週6以上	R01	27.0	27.8	40.5	43.0	42.1	38.9	(この領域は斜線表示されています)										
		H30	27.3	27.6	40.9	44.8	42.4	37.7											
	週4～5	R01	40.1	36.8	29.8	28.8	30.6	32.0											
		H30	38.9	35.5	28.0	27.4	29.7	32.0											
	週2～3	R01	26.8	28.1	22.3	20.6	20.6	22.4											
		H30	27.8	29.3	23.6	20.4	21.3	23.6											
	週1日未満	R01	6.2	7.3	7.5	7.6	6.7	6.7											
		H30	6.0	7.5	7.5	7.4	6.7	6.7											
朝食の有無	毎日食べる	R01	98.9	98.6	98.1	97.9	97.4	97.9	83.9	83.2	81.9	83.4	79.3	77.8	46.7	45.7	29.2	39.7	
		H30	93.6	92.7	88.1	87.6	87.7	86.7	84.4	83.0	81.5	81.9	77.9	78.1	49.6	31.9	33.3	15.0	
	時々欠かす	R01	1.0	1.3	1.8	1.9	2.3	1.8	12.5	13.5	13.8	11.8	14.5	15.3	30.3	36.2	35.8	41.2	
		H30	5.9	6.6	10.9	11.3	10.8	11.1	11.8	12.9	13.5	13.3	15.2	14.9	31.4	40.7	48.2	38.3	
まったく食べない	R01	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3	0.3	3.6	3.3	4.4	4.8	6.2	6.9	23.0	18.1	35.0	19.1		
	H30	0.5	0.8	1.0	1.1	1.5	2.2	3.7	4.1	5.0	4.8	6.9	7.0	19.0	27.4	18.5	46.7		
1日の睡眠時間	6時間未満	R01	1.0	1.8	8.1	8.9	7.3	6.5	10.6	13.3	16.8	23.9	27.8	29.8	23.0	21.6	33.3	32.4	
		H30	0.8	1.5	8.0	9.6	7.6	6.9	12.0	15.1	18.5	24.1	29.0	33.7	19.8	36.3	26.9	43.3	
	6時間～8時間未満	R01	19.1	22.8	27.1	33.8	36.8	43.1	56.5	65.1	69.6	70.5	67.9	66.6	64.8	64.7	56.7	66.2	
		H30	18.8	22.5	28.3	32.4	36.7	43.3	56.0	64.9	68.7	70.3	66.5	63.3	54.6	56.6	68.5	53.3	
8時間以上	R01	79.9	75.4	64.8	57.4	56.0	50.4	32.9	21.6	13.6	5.6	4.3	3.7	12.3	13.8	10.0	1.5		
	H30	80.4	76.0	63.7	58.1	55.7	49.8	31.9	20.1	12.8	5.6	4.5	3.1	25.6	7.1	4.6	3.3		
ぐっすり眠れる頻度	週6以上	R01	91.7	89.4	75.4	67.1	62.7	59.3	55.2	53.3	49.5	43.7	42.1	41.9	32.0	40.5	40.0	33.8	
		H30	91.9	89.3	73.7	66.4	61.4	59.1	56.1	50.7	48.0	42.0	40.8	40.2	49.6	31.9	33.3	26.7	
	週4～5	R01	6.8	8.0	13.3	18.1	21.4	24.9	26.9	27.5	28.4	29.6	29.3	31.4	36.1	25.9	29.2	33.8	
		H30	6.7	8.0	14.4	18.5	22.7	24.0	26.3	29.0	30.0	29.4	29.1	29.7	23.1	26.6	33.3	36.7	
	週2～3	R01	1.2	1.9	6.8	10.1	11.7	12.5	14.7	15.4	17.4	21.7	23.1	21.4	22.1	21.6	16.7	16.2	
		H30	1.1	1.9	6.8	10.1	11.7	13.2	14.2	15.7	17.1	23.6	23.5	23.7	19.0	28.3	19.4	23.3	
	週1日未満	R01	0.2	0.8	4.4	4.7	4.2	3.3	3.2	3.9	4.7	5.0	5.6	5.4	9.8	12.1	14.2	16.2	
		H30	0.3	0.8	5.1	5.1	4.1	3.7	3.5	4.6	4.9	5.0	6.6	6.4	8.3	13.3	13.9	13.3	
1日のテレビ(テレビゲームも含む)の視聴時間	1時間未満	R01	14.0	13.6	20.3	19.7	17.0	13.5	16.6	16.0	17.3	26.2	28.6	34.7	23.0	23.3	26.7	23.5	
		H30	13.5	14.5	21.5	20.9	18.3	14.7	21.2	20.2	19.3	29.9	29.5	36.6	19.8	16.8	27.8	18.3	
	1時間～2時間未満	R01	44.9	42.8	35.9	32.7	31.8	31.7	36.7	35.9	37.4	38.6	36.8	35.5	18.0	24.1	18.3	27.9	
		H30	45.2	43.1	36.3	34.3	34.5	33.6	36.7	38.2	39.3	38.6	37.6	33.4	15.7	18.6	24.1	18.3	
	2時間～3時間未満	R01	30.4	31.8	25.7	23.9	24.5	26.6	23.9	26.3	25.3	20.5	19.5	16.2	15.6	10.3	10.0	17.7	
		H30	30.9	30.7	24.6	22.0	22.3	24.7	21.8	22.6	23.5	18.7	18.1	15.8	21.5	18.6	15.7	25.0	
3時間以上	R01	10.7	11.7	18.1	23.8	26.7	28.3	22.7	21.9	20.0	14.7	15.1	13.7	43.4	42.2	45.0	30.9		
	H30	10.3	11.8	17.6	22.7	24.9	27.1	20.3	19.0	17.9	12.7	14.9	14.2	43.0	46.0	32.4	38.3		
なんでも最後までやり遂げたいと思うか	そう思う	R01	(この領域は斜線表示されています)						49.6	47.5	50.5	49.0	43.3	44.9	27.9	30.2	22.5	23.5	
		H30							51.7	47.7	49.3	47.0	40.7	43.4	23.1	27.4	17.6	23.3	
	まあそう思う	R01							43.6	43.5	41.8	44.4	48.4	47.8	60.7	55.2	50.0	60.3	
		H30							41.3	43.4	41.3	45.7	50.1	48.7	59.5	56.6	67.6	66.7	
	あまりそう思わない	R01							5.6	7.2	5.9	5.7	6.5	5.9	7.4	11.2	20.8	7.4	
		H30							5.7	6.8	7.2	5.9	7.5	6.4	14.1	13.3	14.8	6.7	
	全くそう思わない	R01							1.2	1.8	1.8	0.9	1.8	1.5	4.1	3.5	6.7	8.8	
		H30							1.3	2.1	2.3	1.3	1.7	1.5	3.3	2.7	0.0	3.3	

※集計結果における百分率は小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある

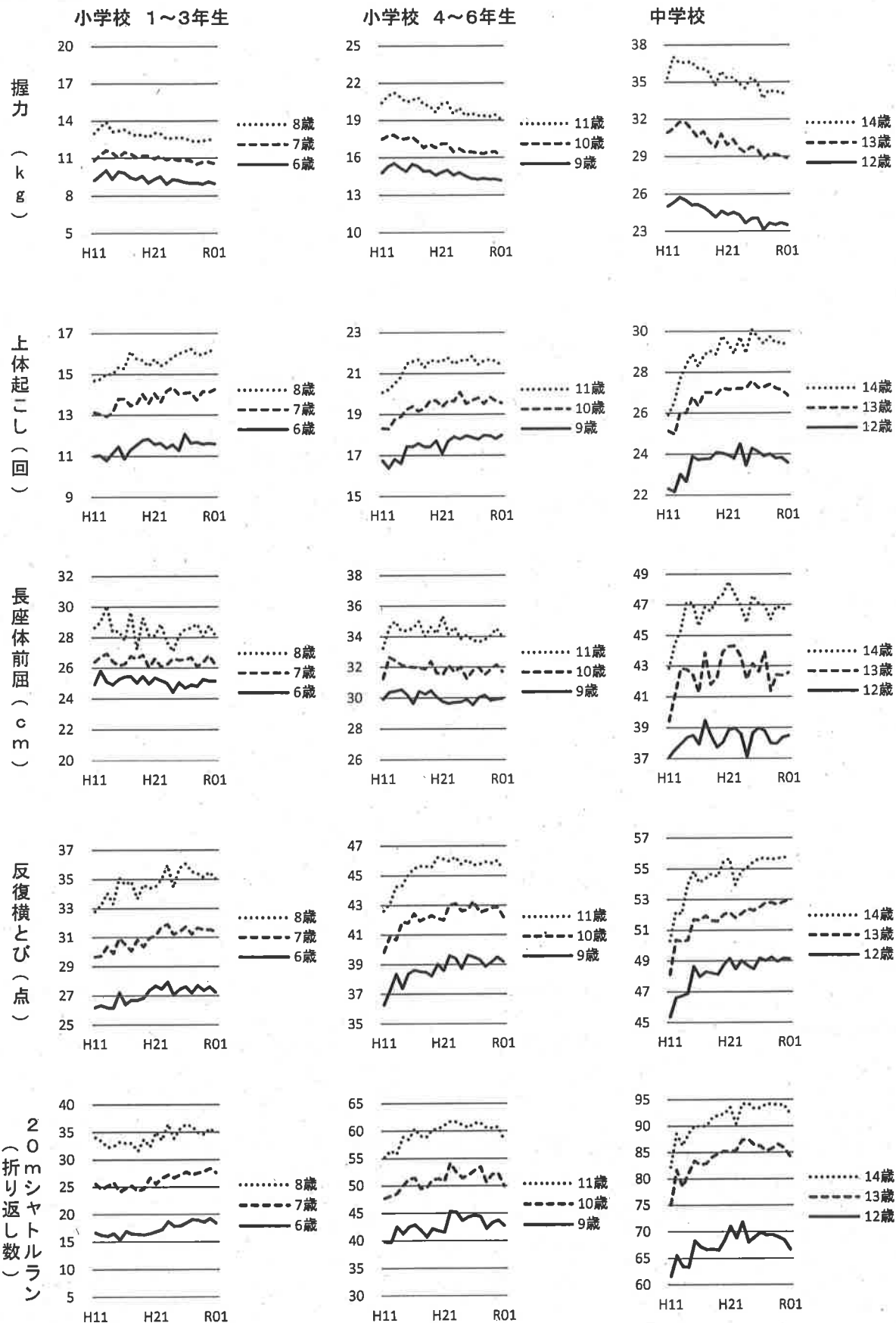
令和元(2019)年度アンケート項目集計表【女子】 (%)

	年度	小学校						中学校			高等学校(全)			高等学校(定)				
		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	
運動部・地域スポーツクラブへの所属状況	所属有り	R01	33.5	40.4	46.1	51.1	50.2	47.2	61.5	64.4	62.9	37.6	35.4	30.6	23.4	23.0	14.5	17.1
		H30	32.3	37.9	47.1	50.0	49.5	47.7	61.6	63.9	63.4	40.2	36.1	33.2	23.8	23.1	17.1	17.9
	所属無し	R01	66.5	59.6	53.9	48.9	49.8	52.8	38.5	35.6	37.2	62.4	64.6	69.4	76.6	77.0	85.5	82.9
		H30	67.7	62.1	52.9	50.0	50.5	52.3	38.4	36.1	36.6	59.8	63.9	66.8	76.2	76.9	82.9	82.1
運動・スポーツの実施状況	ほぼ毎日	R01	9.4	14.1	20.8	30.8	36.1	34.1	60.7	61.9	61.6	36.9	34.0	30.4	16.9	20.3	14.5	17.1
		H30	8.2	13.1	22.3	30.4	34.4	33.4	61.2	62.8	62.4	36.9	34.0	30.7	26.7	23.1	15.7	17.9
	ときどき	R01	51.5	53.8	49.0	45.8	43.3	43.6	17.4	14.1	12.2	14.5	10.9	9.9	19.5	18.9	19.4	14.6
		H30	50.0	52.9	48.2	44.7	44.2	43.0	16.9	12.9	11.9	14.7	12.5	11.1	16.8	29.2	27.1	25.0
	ときたま	R01	15.3	13.5	12.3	11.5	12.5	14.8	11.1	11.1	11.4	18.1	15.4	15.0	16.9	20.3	11.3	22.0
		H30	15.0	13.8	12.1	12.4	13.0	15.0	10.9	11.1	11.5	16.3	15.9	13.5	24.8	20.0	18.6	17.9
	しない	R01	23.9	18.6	17.8	12.0	8.2	7.6	10.8	12.9	14.8	30.5	39.7	44.7	46.8	40.5	54.8	46.3
		H30	26.9	20.3	17.4	12.5	8.5	8.6	11.0	13.2	14.2	32.1	37.7	44.7	31.7	27.7	38.6	39.3
1日の運動・スポーツの実施時間	30分未満	R01	30.4	26.3	32.2	29.0	25.9	24.8	22.3	24.8	27.0	50.2	54.7	59.2	67.5	54.1	77.4	65.9
		H30	32.9	28.2	31.4	28.6	25.8	24.7	22.8	25.4	26.1	48.8	54.6	57.9	54.5	56.9	52.9	50.0
	30分～1時間未満	R01	40.6	39.8	31.2	28.7	28.7	29.2	14.1	11.2	11.0	13.3	10.7	10.7	16.9	29.7	11.3	22.0
		H30	40.4	38.3	31.3	29.0	29.4	28.0	13.5	10.2	10.1	13.4	10.8	10.9	24.8	30.8	34.3	32.1
	1時間～2時間	R01	26.0	28.1	25.8	26.1	24.8	23.2	20.0	20.2	20.9	13.3	12.5	10.8	13.0	13.5	11.3	9.8
		H30	23.8	27.3	25.9	25.0	23.7	23.2	20.3	18.2	20.5	14.5	12.2	12.3	18.8	10.8	11.4	17.9
	2時間以上	R01	3.1	5.9	10.9	16.1	20.5	22.8	43.6	43.9	41.2	23.2	22.1	19.3	2.6	2.7	0.0	2.4
		H30	3.0	6.2	11.4	17.4	21.2	24.1	43.4	46.3	43.2	23.4	22.5	19.0	2.0	1.6	1.4	0.0
小学校入学前に外で運動をしていた頻度	週6以上	R01	24.5	25.5	38.0	43.2	43.2	38.3										
		H30	24.9	25.9	39.2	43.8	41.1	36.8										
	週4～5	R01	41.1	39.0	32.6	31.5	34.2	35.9										
		H30	40.7	37.8	31.3	31.7	34.1	36.1										
	週2～3	R01	27.7	27.7	22.8	20.1	18.4	21.7										
		H30	27.4	28.6	22.7	19.6	20.7	22.6										
	週1日未満	R01	6.7	7.8	6.6	5.2	4.3	4.1										
		H30	6.9	7.7	6.7	5.0	4.2	4.5										
朝食の有無	毎日食べる	R01	98.9	98.8	98.1	98.2	98.2	98.1	84.1	83.1	84.4	86.1	83.0	82.1	39.0	43.2	37.1	26.8
		H30	93.5	92.9	90.3	89.6	89.5	88.7	84.5	84.2	83.2	84.4	81.3	82.0	40.6	43.1	34.3	28.6
	時々欠かす	R01	1.1	1.1	1.8	1.7	1.6	1.8	12.9	13.9	12.4	11.9	13.7	14.2	39.0	36.5	48.4	41.5
		H30	5.8	6.4	8.7	9.5	9.2	10.0	12.2	12.2	13.3	12.8	14.9	14.1	39.6	38.5	38.6	39.3
まったく食べない	R01	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	3.1	3.0	3.2	2.1	3.3	3.8	22.1	20.3	14.5	31.7	
	H30	0.7	0.8	1.0	1.0	1.3	1.3	3.4	3.6	3.5	2.8	3.8	3.9	19.8	18.5	27.1	32.1	
1日の睡眠時間	6時間未満	R01	0.8	1.2	6.4	6.1	4.4	4.8	11.0	15.1	19.1	29.3	33.2	37.9	24.7	27.0	33.9	26.8
		H30	0.7	1.5	6.2	5.8	4.8	4.4	11.9	16.0	20.5	30.5	35.7	38.6	29.7	27.7	27.1	21.4
	6時間～8時間未満	R01	19.4	24.0	27.2	29.8	34.7	43.7	61.5	68.5	70.9	67.1	63.4	59.4	62.3	59.5	59.7	61.0
		H30	19.0	22.6	27.6	30.4	34.7	44.3	61.2	69.0	70.4	65.9	61.2	58.9	60.4	60.0	61.4	64.3
	8時間以上	R01	79.8	74.8	66.4	64.1	60.9	51.5	27.4	16.4	10.0	3.6	3.4	2.7	13.0	13.5	6.5	12.2
		H30	80.2	76.0	66.2	63.8	60.4	51.3	27.0	15.1	9.1	3.6	3.2	2.6	9.9	12.3	11.4	14.3
ぐっすり眠れる頻度	週6以上	R01	91.6	88.9	77.7	72.1	66.4	61.7	56.6	52.7	48.9	45.8	43.3	42.4	33.8	37.8	25.8	22.0
		H30	90.8	89.2	77.0	70.5	65.2	61.4	55.9	51.0	47.3	43.5	39.4	41.4	32.7	33.9	30.0	35.7
	週4～5	R01	6.9	8.5	13.6	18.2	22.5	25.5	27.2	28.5	29.3	28.5	29.2	30.5	32.5	28.4	43.6	41.5
		H30	7.4	8.4	14.0	18.8	22.6	26.0	27.0	27.8	30.2	28.1	30.6	30.4	31.7	20.0	25.7	35.7
	週2～3	R01	1.2	1.9	5.9	7.5	9.1	10.7	13.5	15.3	17.7	21.6	22.9	22.6	27.3	24.3	29.0	17.1
		H30	1.6	2.0	5.8	8.0	9.8	10.7	14.3	17.6	18.6	24.1	25.2	23.5	24.8	35.4	28.6	14.3
	週1日未満	R01	0.3	0.7	2.9	2.3	2.0	2.1	2.7	3.5	4.0	4.2	4.6	4.5	6.5	9.5	1.6	19.5
		H30	0.3	0.5	3.2	2.7	2.4	1.9	2.8	3.6	3.9	4.4	4.8	4.8	10.9	10.8	15.7	14.3
1日のテレビ(テレビゲームも含む)の視聴時間	1時間未満	R01	18.4	19.1	28.3	30.0	26.2	19.7	20.3	21.3	22.1	31.8	32.6	35.2	9.1	17.6	19.4	12.2
		H30	19.2	19.7	31.2	31.0	25.6	18.0	25.2	23.7	22.0	31.7	31.5	32.6	13.9	16.9	22.9	25.0
	1時間～2時間未満	R01	46.4	45.9	38.1	36.7	35.9	35.7	36.7	37.1	39.0	39.5	37.7	38.5	16.9	20.3	30.7	36.6
		H30	46.1	44.8	38.5	35.6	35.5	36.5	35.8	39.8	40.2	39.6	39.0	38.6	6.9	10.8	21.4	17.9
	2時間～3時間未満	R01	26.6	27.2	22.2	19.4	20.6	23.3	23.9	24.5	23.3	18.1	18.6	16.1	10.4	18.9	16.1	19.5
		H30	27.2	26.8	20.2	19.6	20.6	24.4	22.7	22.3	23.1	18.3	18.0	17.3	28.7	16.9	28.6	14.3
	3時間以上	R01	8.6	7.9	11.4	14.0	17.3	21.2	19.0	17.1	15.6	10.6	11.1	10.2	63.6	43.2	33.9	31.7
		H30	7.6	8.8	10.1	13.8	18.3	21.1	16.4	14.2	14.8	10.3	11.6	11.5	50.5	55.4	27.1	42.9
なんでも最後までやり遂げたいと思うか	そう思う	R01							53.4	48.5	52.1	53.3	45.2	46.1	24.7	23.0	21.0	17.1
		H30							54.7	49.5	51.5	50.2	45.2	45.5	21.8	24.6	22.9	14.3
	まあそう思う	R01							40.7	44.5	41.7	41.8	48.0	47.8	63.6	59.5	56.5	68.3
		H30							39.4	43.3	42.0	44.1	48.0	48.7	61.4	63.1	58.6	53.6
	あまりそう思わない	R01							5.3	6.1	5.3	4.5	6.1	5.4	9.1	14.9	17.7	9.8
		H30							5.2	6.1	5.3	5.2	5.8	5.1	13.9	7.7	14.3	28.6
	全くそう思わない	R01							0.7	0.9	0.9	0.4	0.7	0.7	2.6	2.7	4.8	4.9
		H30							0.8	1.1	1.2	0.5	0.9	0.7	3.0	4.6	4.3	3.6

※集計結果における百分率は小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある

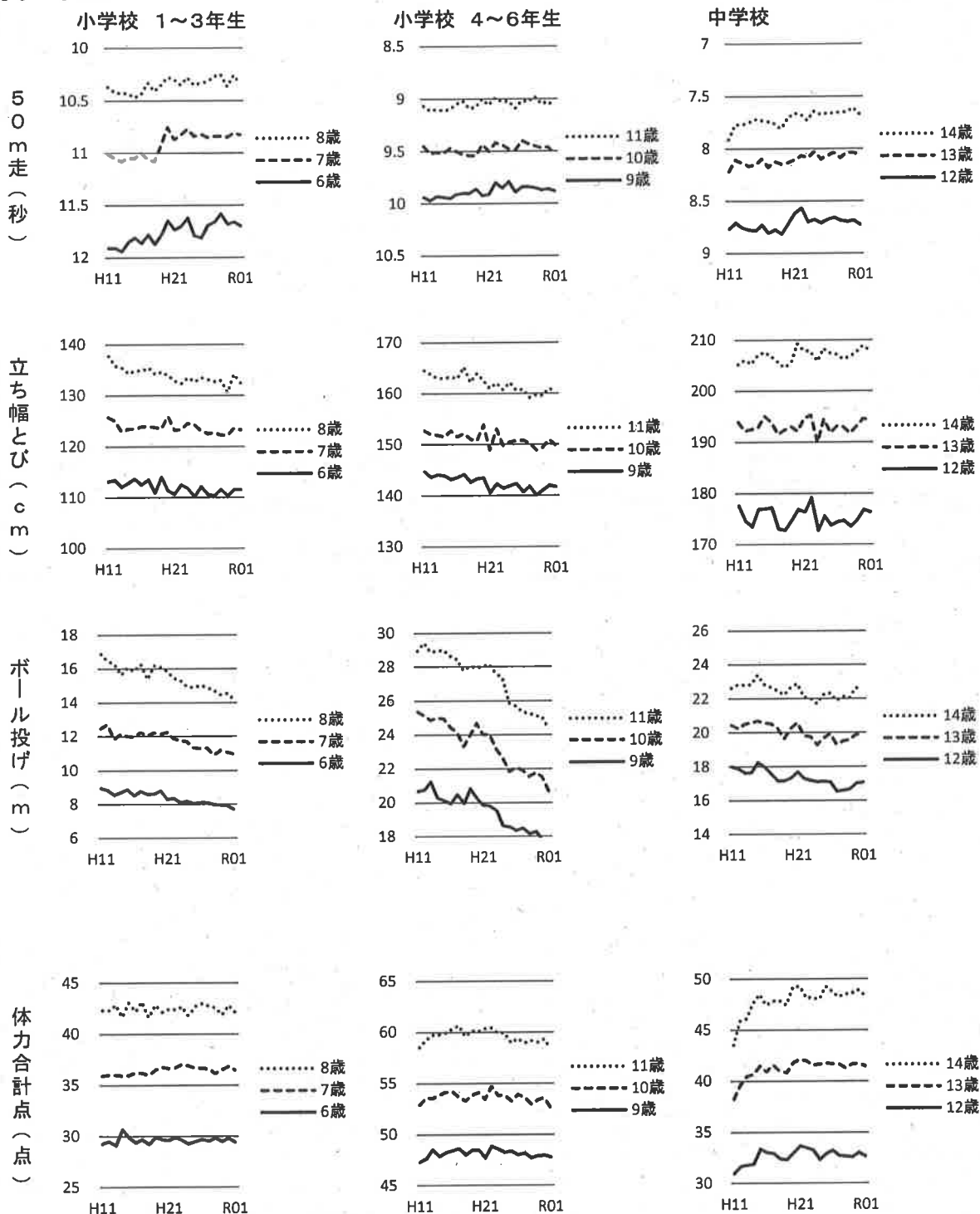
栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(1)

男子 その1



栃木県児童生徒における新体カテスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(2)

男子 その2



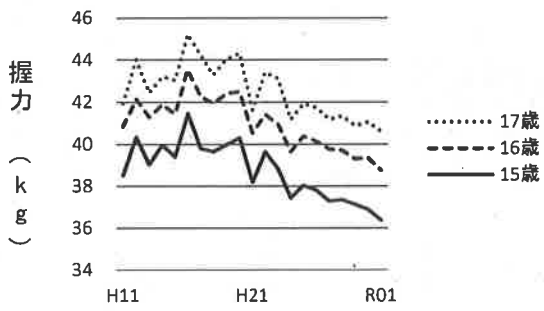
○ ボール投げは、小学生ではソフトボール、中学生ではハンドボールを用いる。

○ 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

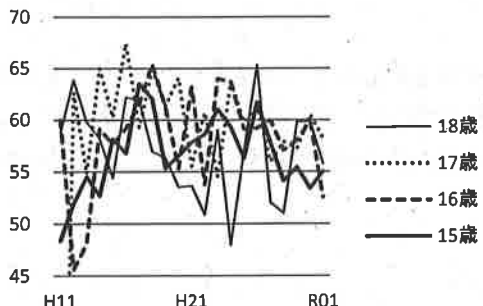
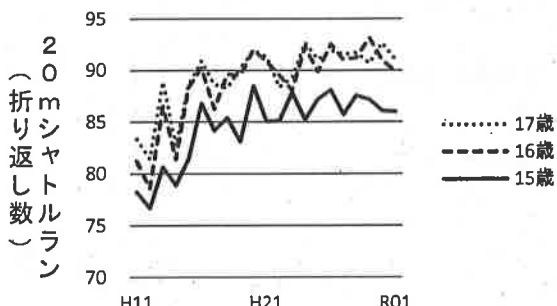
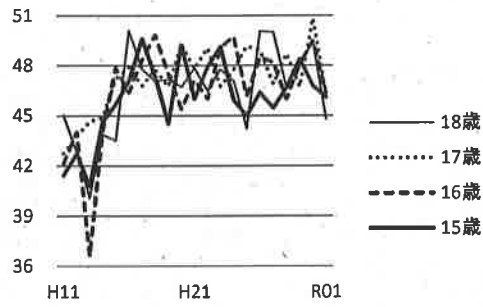
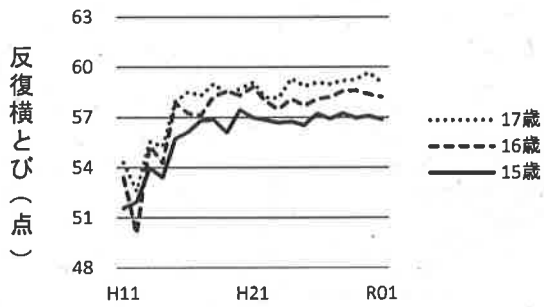
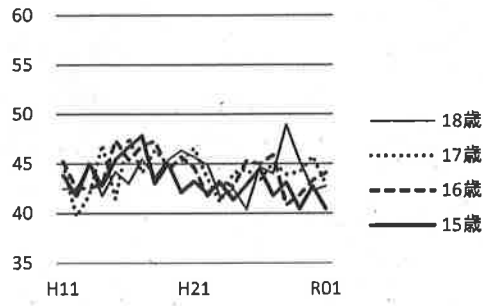
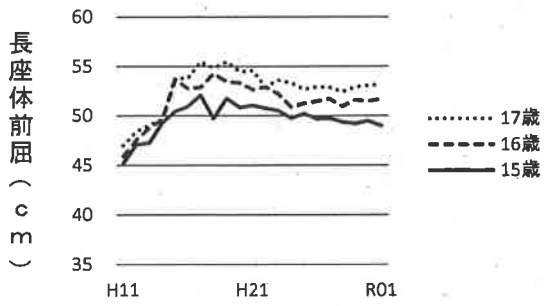
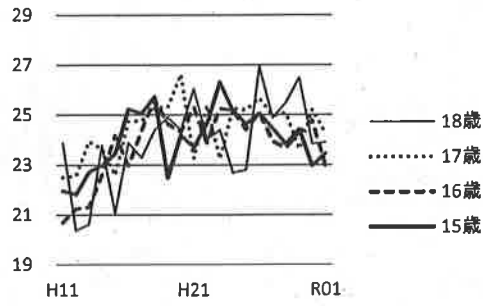
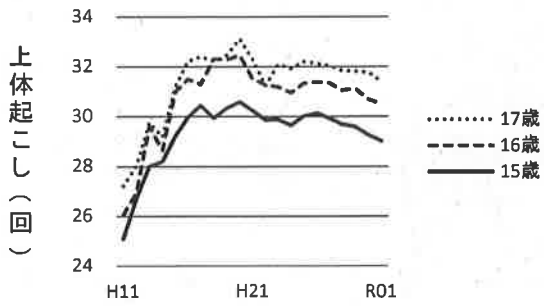
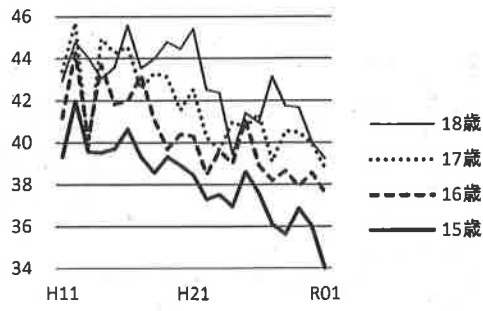
栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(3)

男子 その3

高等学校(全日制) 1~3年生

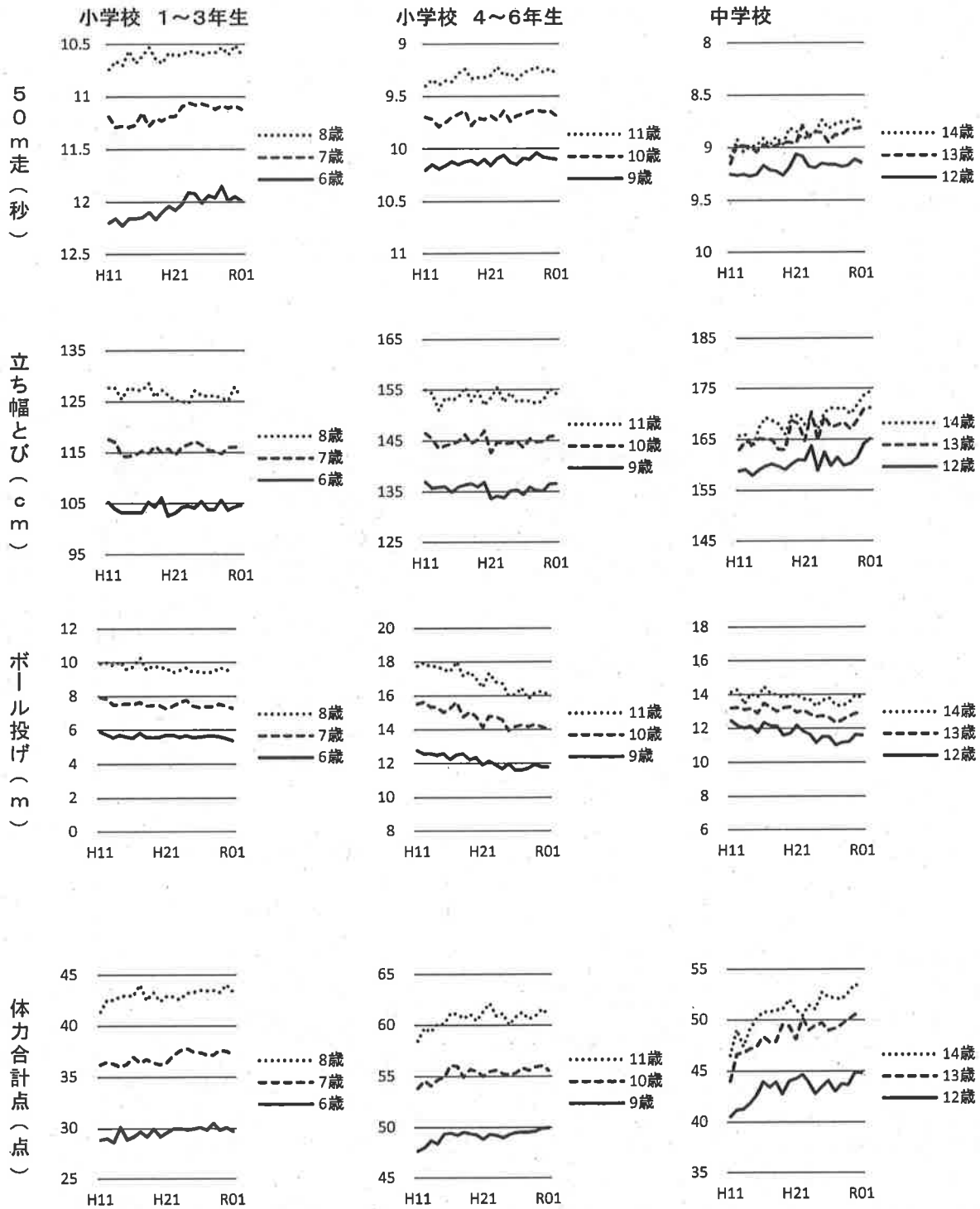


高等学校(定時制) 1~4年生



栃木県児童生徒における新体カテスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(6)

女子 その2



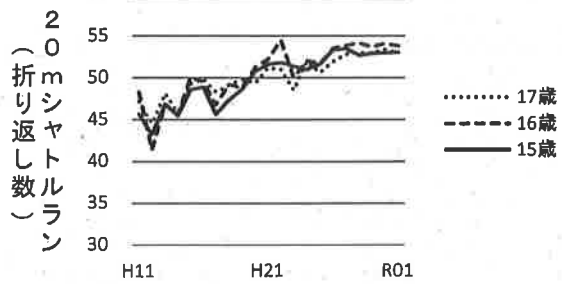
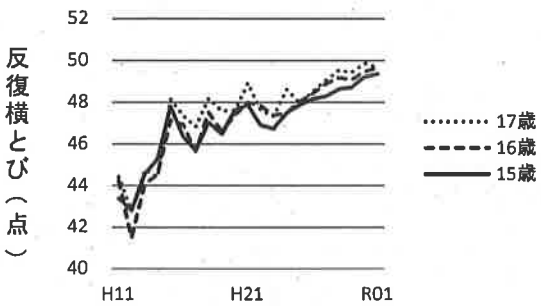
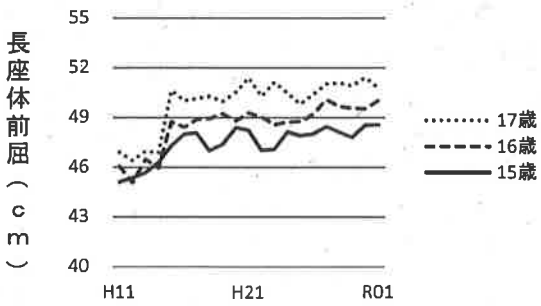
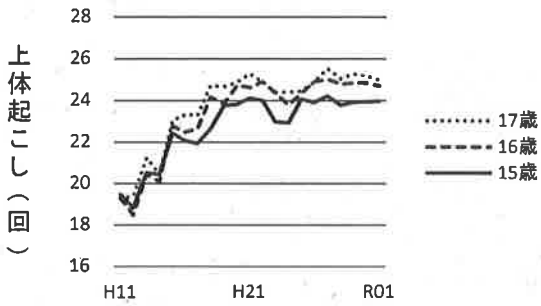
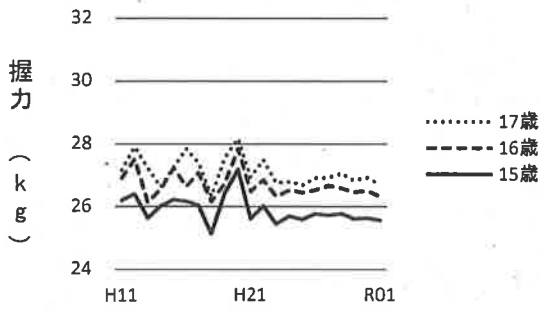
○ ボール投げは、小学生ではソフトボール、中学生ではハンドボールを用いる。

○ 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

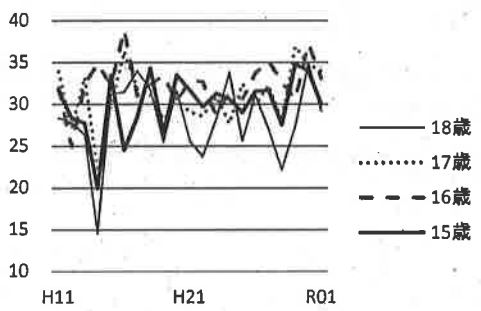
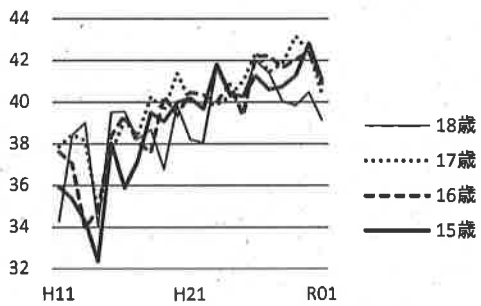
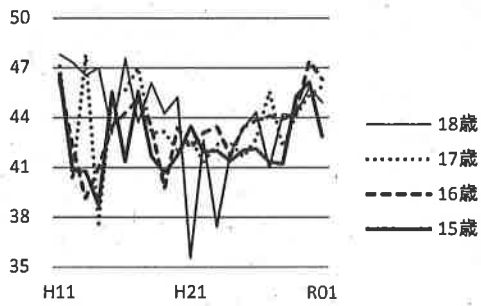
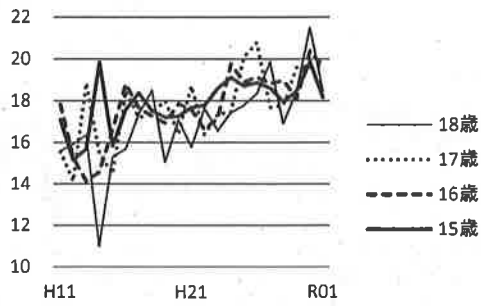
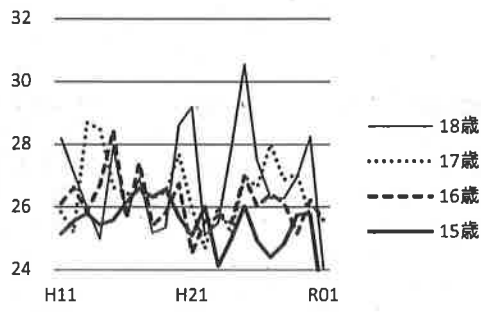
栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(7)

女子 その3

高等学校(全日制) 1~3年生



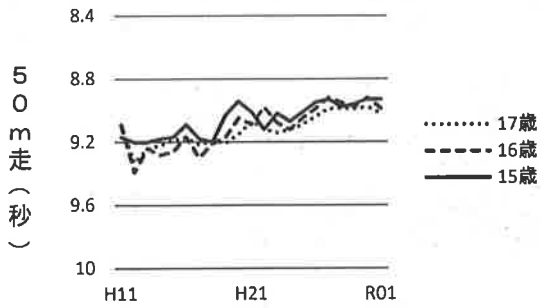
高等学校(定時制) 1~4年生



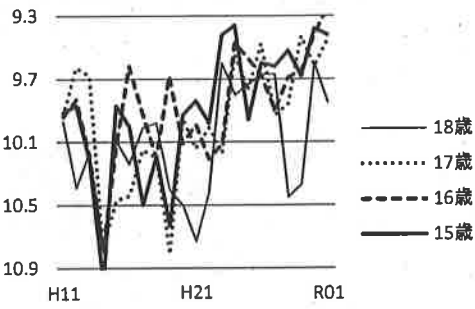
栃木県児童生徒における新体力テスト実技各種目及び体力合計点の年次推移(8)

女子 その4

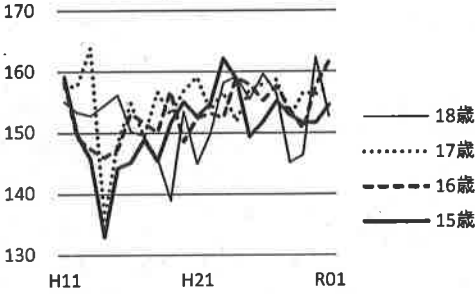
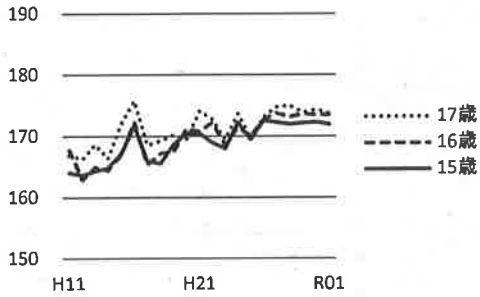
高等学校(全日制) 1~3年生



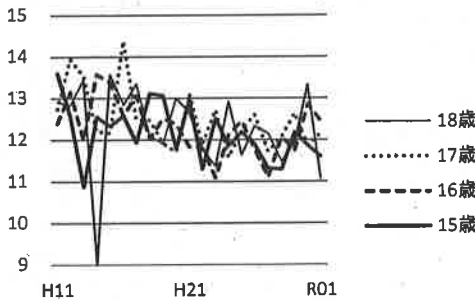
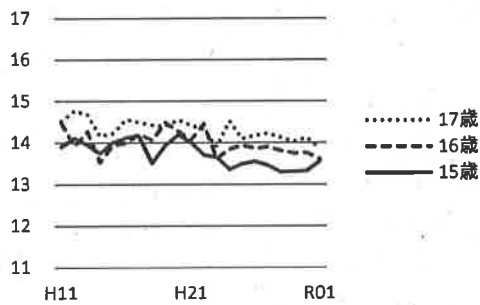
高等学校(定時制) 1~4年生



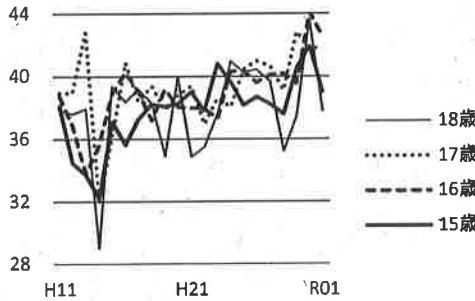
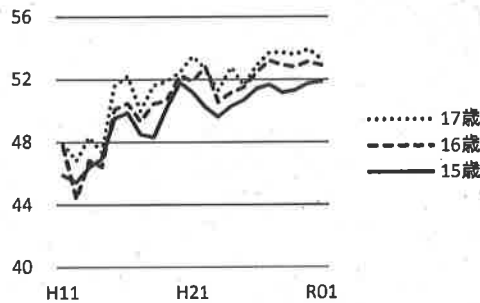
立ち幅とび (cm)



ハンドボール投げ (m)



体力合計点 (点)

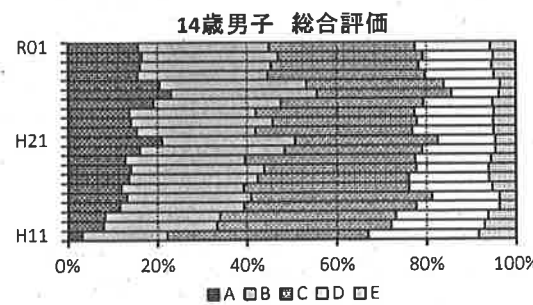
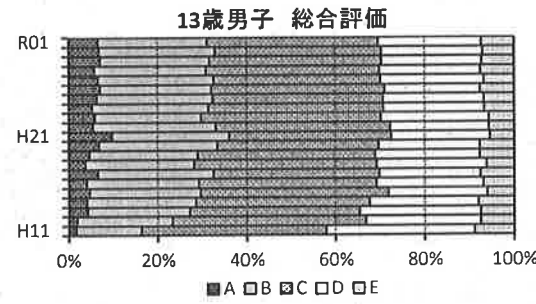
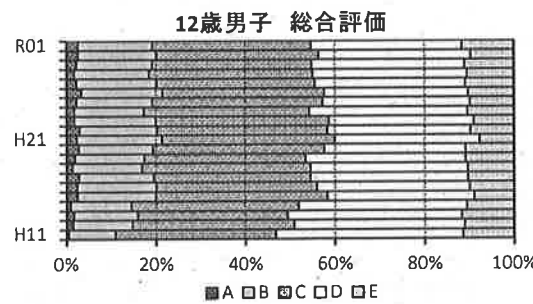
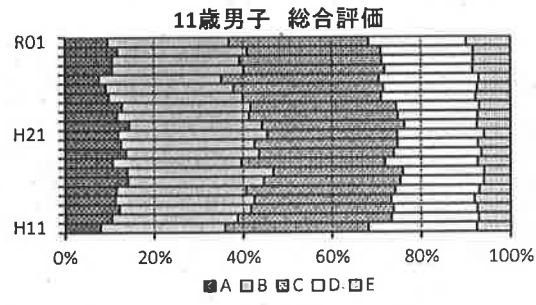
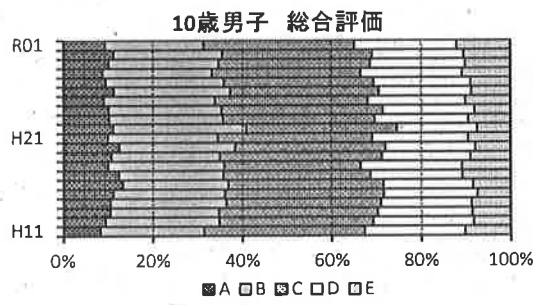
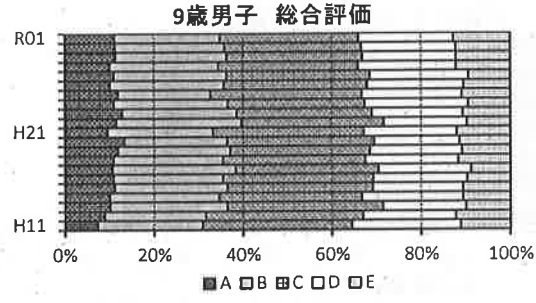
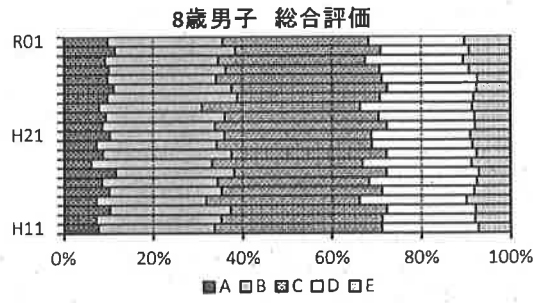
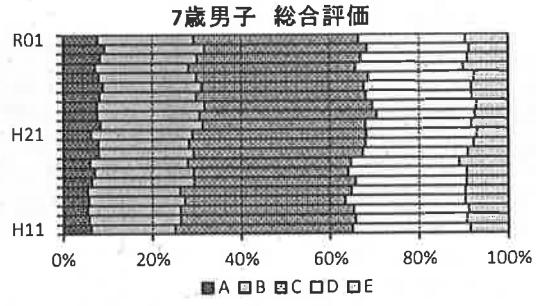
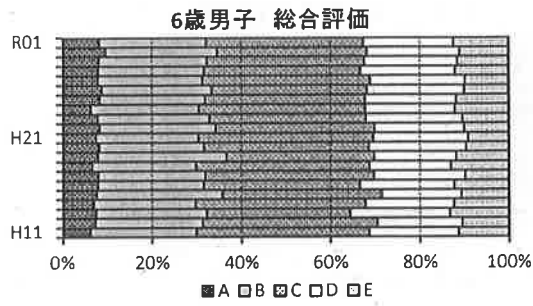


○ 体力合計点は、実技8種目を各10点満点で得点化し、その合計を求めたもので、80点満点となる。算出基準は、学校種別・男女別で異なる。

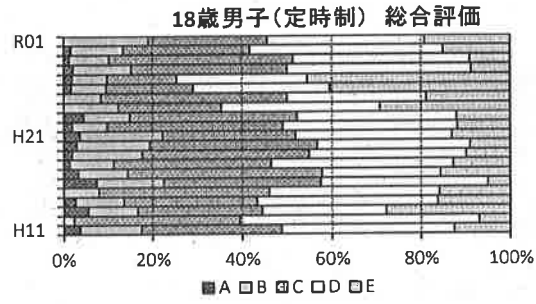
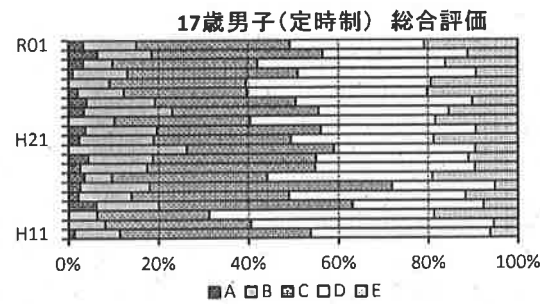
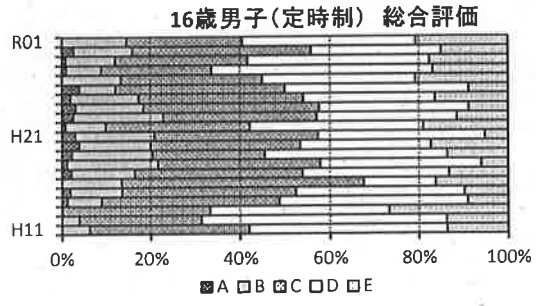
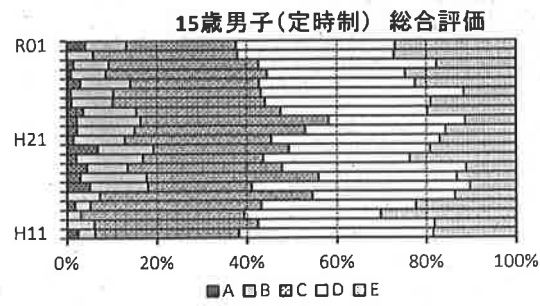
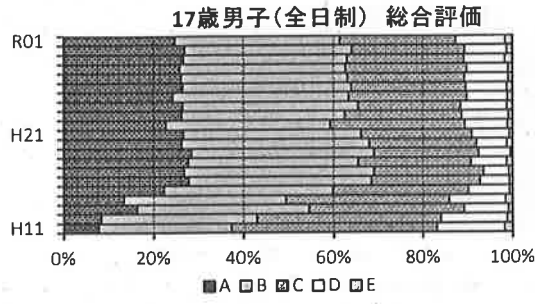
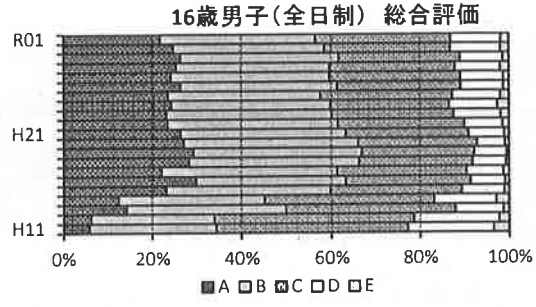
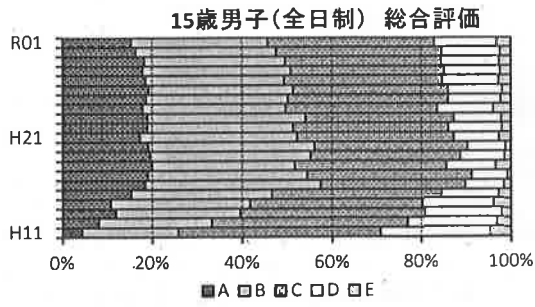
○ 高等学校定時制は、標本数が少ないため年度ごとのばらつきが大きい。

栃木県児童生徒における新体カテスト総合評価の年次推移(1)

男子 その1

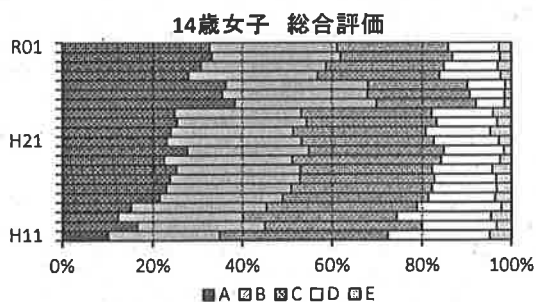
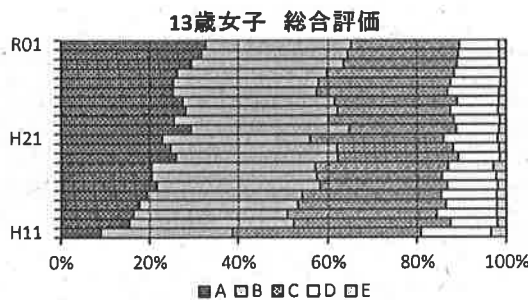
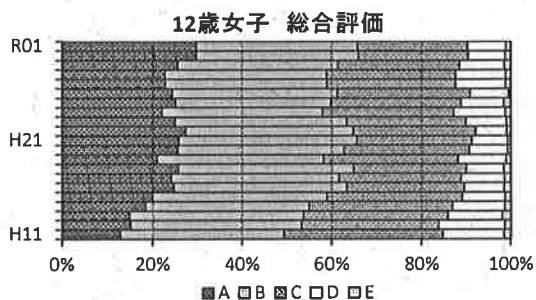
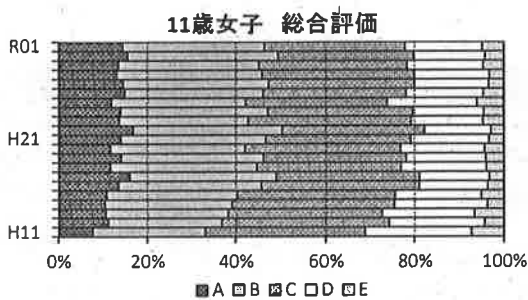
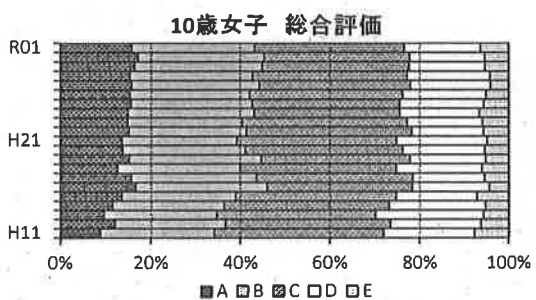
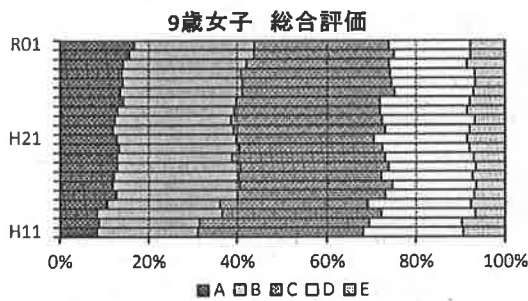
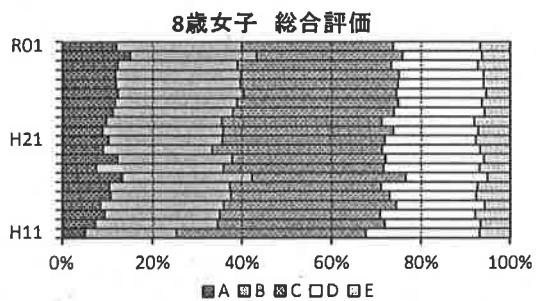
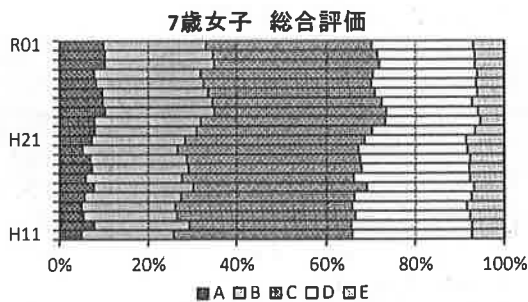
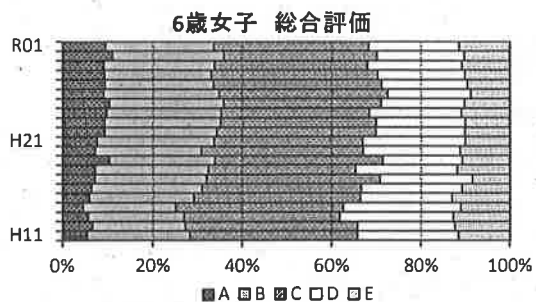


男子 その2

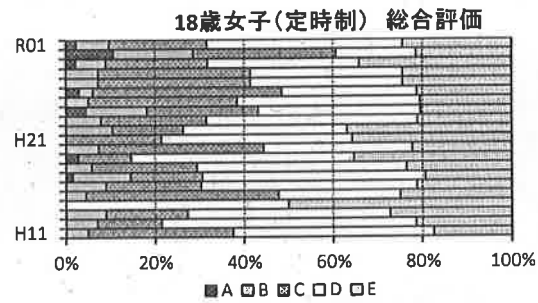
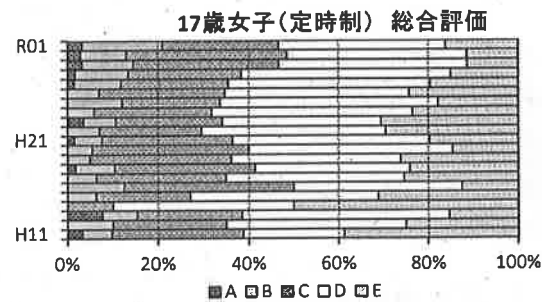
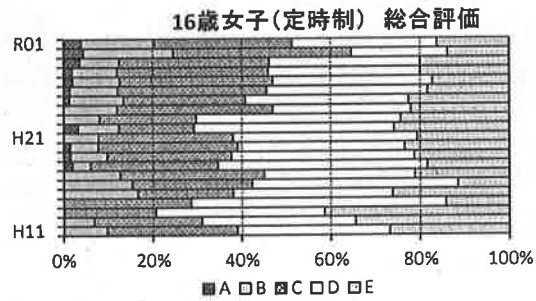
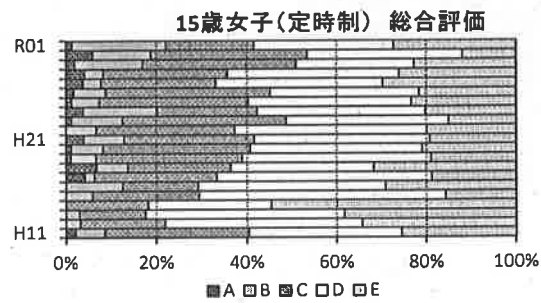
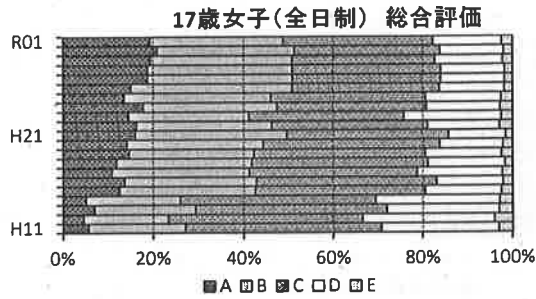
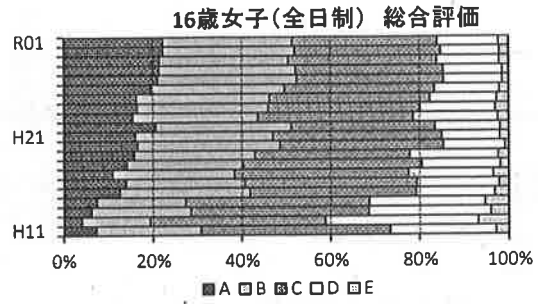
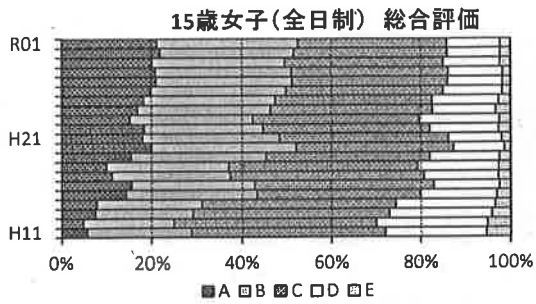


栃木県児童生徒における新体力テスト総合評価の年次推移(3)

女子 その1



女子 その2



3 令和元(2019)年度
「体力づくり奨励賞」及び「新体力テスト優秀校」
結果

体力づくり奨励賞表彰実施要項

栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課

1 趣 旨

子どもの体力向上に係る取組の推進と一層の充実を図るため、運動習慣の形成並びに体力の向上について、子どもの実態に応じた特徴的な取組を実践し、成果をあげている幼稚園・こども園・保育所、小学校及び義務教育学校前期課程を表彰する。

2 対 象

県内の幼稚園・こども園・保育所、公立小学校及び義務教育学校前期課程

3 選出方法

(1) 幼稚園・こども園・保育所

- ・栃木県幼稚園連合会から推薦された幼稚園
- ・栃木県保育協議会・栃木県民間保育園連盟・栃木県日本保育協会から推薦された保育所

(2) 小学校及び義務教育学校前期課程

- ・各市町教育委員会から推薦された学校

4 応募条件

(1) 幼稚園・こども園・保育所

継続的に実践している園独自の取組であることを前提に、以下に示す条件のうち、1つでも要件を満たす特徴的な取組を実践していること。

- ①遊びを通して、楽しく体を動かすための環境の工夫
- ②多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫
- ③季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成
- ④体づくりに関する家庭との連携
- ⑤教職員の資質向上のための取組

(2) 小学校及び義務教育学校前期課程

以下に示す条件のうち、1つでも要件を満たす特徴的な取組を実践していること。

- ①児童の体力向上に向けて体力向上サポートプログラムを使った取組
- ②新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

5 応募方法

幼稚園・こども園・保育所は調査票（別紙様式1）を、小学校及び義務教育学校前期課程は調査票（別紙様式2）を作成し、各団体へ提出すること。（県ホームページからダウンロード可）なお、調査票の提出は、原則として電子メールにより、スポーツ振興課宛て提出すること。

6 審 査

小学校及び義務教育学校前期課程においては「子どもの体力向上推進検討委員会」において、幼稚園・こども園・保育所においては「幼児の体力に関する検討部会」において調査票の内容をもとに審査する。

7 表 彰

栃木県教育委員会が奨励賞を授与する。

表彰については、「児童生徒の体力・運動能力調査」学校担当者会議で実施する。

8 調査票の活用

県教育委員会は、主催する体力向上事業等において、奨励賞を受けた学校等の調査票の内容を県内に周知し、ホームページ等に掲載する等活用するものとする。そのため作成にあたっては、個人情報の扱いに留意すること。

9 留意点

(1) 電子メール施行に際しての留意事項

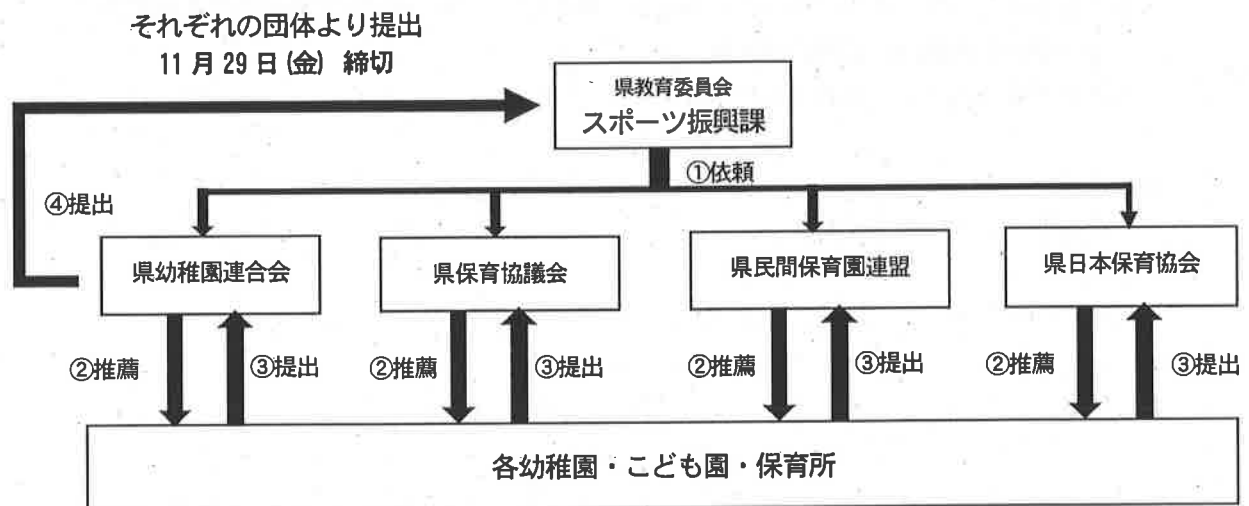
ア ファイル名は学校・団体名とする。(例 ○○市・町立○○小学校・義務教育学校)

イ 件名は「体力づくり奨励賞表彰」とする。

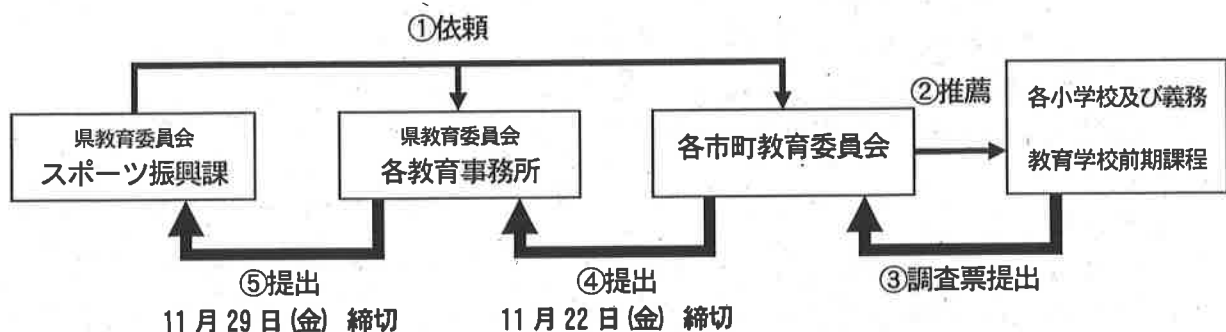
(2) 審査について

学校等として努力している内容や、取組の工夫を中心に審査を行う。

○ 幼稚園等における調査票（別紙様式1）提出の流れ



○ 小学校及び義務教育学校（前期）における調査票（別紙様式2）提出の流れ



新体力テスト優秀校表彰実施要項

栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課

1 趣 旨

中学校及び義務教育学校後期課程における体力向上に係る取組の推進と一層の充実を図るため、「児童生徒の体力・運動能力調査」において顕著な成果をあげている県内の公立中学校等を表彰する。

2 対 象

当該年度の7月までに実施した「児童生徒の体力・運動能力調査」結果において優れた結果を残した県内の公立中学校及び義務教育学校後期課程

3 選出基準

(1) 調査結果の評価

新体力テストの総合評価から〔(A+B)の割合〕-〔(D+E)の割合〕の値が高い学校（実施率90%程度）を選出する。

(2) 規模別の評価

学校の規模別に出選することで機会の均衡を図る。学校規模は生徒数によって区分し、それぞれの上位5%程度を「新体力テスト優秀校」として表彰する。

(3) 表彰学校数

中学校及び義務教育学校後期課程（分校含む）

学校規模	対象校数	表彰校数
生徒数 35 人以下	12 校	1 校程度
生徒数 35 人～105 人	14 校	1 校程度
生徒数 106 人～315 人	60 校	3 校程度
生徒数 316 人～525 人	43 校	2 校程度
生徒数 526 人以上	29 校	2 校程度
計	158 校	9 校程度

4 審 査

栃木県教育委員会「子どもの体力向上推進検討委員会」において、平成31(2019)年4月3日付けスポ振第6号により依頼した「栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」の結果をもとに審査する。

5 表 彰

栃木県教育委員会が優秀校を表彰する。

表彰は「栃木県児童生徒の体力・運動能力調査」学校担当者会議で実施する。

令和元(2019)年度 「体力づくり奨励賞」及び「新体力テスト優秀校」表彰校一覧

○ 体力づくり奨励賞

【幼稚園・こども園・保育所】被表彰園(4園)

1	認定こども園 鹿沼みどり幼稚園
2	社会福祉法人ふたばみはら保育園
3	那須町黒田原第1保育園
4	社会福祉法人住吉福祉会 住吉保育園

【小学校及び義務教育学校前期課程】被表彰校(9校)

1	茂木町立逆川小学校	6	那須町立黒田原小学校
2	芳賀町立芳賀北小学校	7	那須塩原市立槻沢小学校
3	下野市立古山小学校	8	那須塩原市立塩原小中学校
4	高根沢町立上高根沢小学校	9	佐野市立出流原小学校
5	大田原市立黒羽小学校		

○ 新体力テスト優秀校

【中学校及び義務教育学校後期課程】被表彰校(10校)

1	鹿沼市立西中学校	6	那須塩原市立東那須野中学校
2	日光市立中宮祠中学校	7	那須塩原市立三島中学校
3	真岡市立真岡東中学校	8	那須塩原市立箒根中学校
4	栃木市立皆川中学校	9	那須塩原市立厚崎中学校
5	那須塩原市立日新中学校	10	県立宇都宮東高等学校附属中学校

令和元(2019)年度「体がつくり奨励賞」表彰枝取組事例(幼稚園・こども園・保育所)

4 資料
忍者遊び

認定こども園 鹿沼みどり幼稚園

園児数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
177名	(○) 遊びを通して楽しく体を動かすための環境の工夫 () 多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫 () 季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成 () 体づくりに関する家庭との連携 () 教職員の資質向上のための取組

1 わらい

神経系がもつとも発達すると言われている2歳からの幼児期に、様々な動きや身のこなし(巧緻性)を習得することで、子ども達の才能を見つけ、将来の可能性を拓けていきます。

2 実施内容

忍者遊び

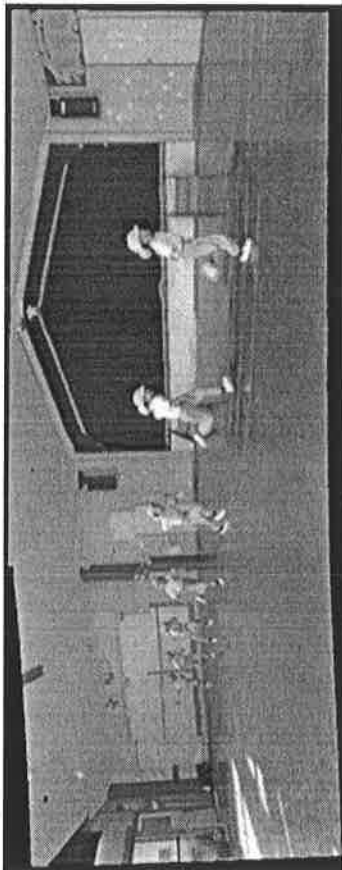
楽しく忍者遊びをしながら、運動神経を育てる事をコンセプトとしています。今、走るのもままならない、ボールすら投げられない子どもたちが増えています。そこで愉快に体を動かしながら、運動神経を上達させるプログラムを実施しています。忍者になりきり、楽しみながら動作の一つひとつを習得して上手になっていくことで、隠された子ども達の運動能力が目覚めていきます。

このプログラムは少しの時間でも実施が可能で、各学年の担当が行います。300種類の遊びから動作習得を目的として、年少から年長まで年齢別に項目が分けられ、60段階で指導していきます。そしてすべての遊びに動作向上の目標が設定され楽しみながらスポーツ競技につながる「9つの基本動作(走・跳・投・捕・蹴・組・リズム・バランス)」の能力を身につけていきます。

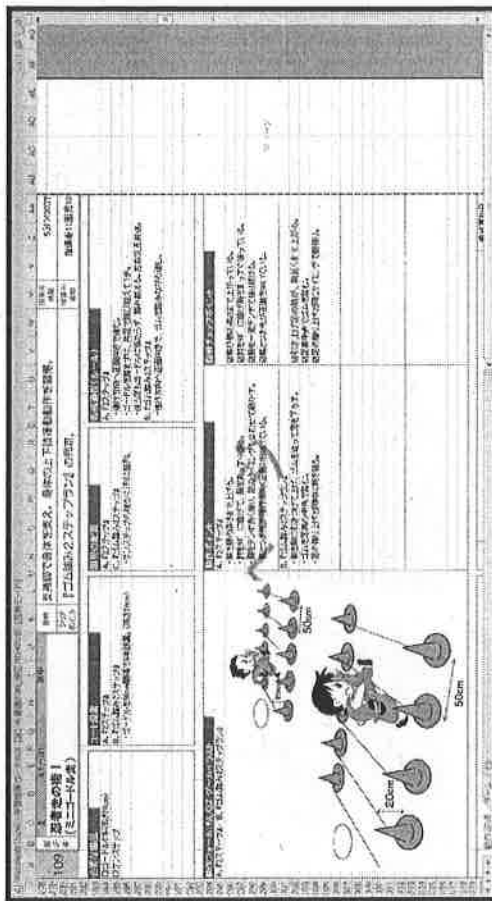
また、専門知識を持った講師が300の遊びすべてにチェック項目(評価基準)を設定し、成長を正しく評価することで子どもたちの成長体験を自信へとつなげていきます。

3 主な成果

- (1) 自分で考え、答えを導き出して運動動作を行うようになりました。
- (2) できた!といった成功体験を通して一人ひとり自信をもつようになりました。
- (3) 自分の体で試す。時には周囲を見渡してヒントを探す。「学び方」についても学習できています。



走る動作を項目毎にチェックをします。



忍者になりきって、様々な動作を習得します。

社会福祉法人ふたば みはら保育園

園児数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
167	(○) 遊びを通して楽しく体を動かすための環境の工夫 (○) 多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫 (○) 季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成 () 体づくりに関する家庭との連携 (○) 教職員の資質向上のための取組

1 ねらい

- (1) 遊びのなかで様々な動きを経験する。
- (2) 多様な動きの経験から体幹が安定し、自然と背筋が伸びる。
- (3) 日頃の遊びの充実から、子どもの健康な身体と心の育ちに繋げる。

2 実施内容

- (1) 健康な身体と心づくりの基本的な習慣

ア.体操

手指、腕、足先、上肢、下肢、首、胸、全身それぞれの運動と、曲げる、伸ばす、回す、跳ぶ、ねじる等の運動を組み合わせたものをベースにし、子どもの好きな動きを取り入れ作成した自園オリジナルの全身運動。

手の上げ方、向き、足の出し方、開き方、膝の使い方等、全保育士が動きの持つ意味を共通理解し、明確な動きを子どもにも知らせながら毎日2～3曲ずつ行う。

イ.リズムあそび

即興のピアノ演奏に合わせて走る、止まる、スキップ、ギャロップ、地面を踏みしめる、ケンケンパ、ジャンプ等の動きを組み合わせ繰り返し楽しむ。

「よける」「止まる」「体位変換」「動きの切り替え」等に必要な集中力、瞬発力、調整力、バランス力を、リズムあそびを通して楽しく自然に身につけていけるよう、様々なバリエーションで行う。

- (2) 日頃の遊びから体幹の育ちを考える取り組み

ア.遊びの中で柔軟性、バランス感覚、急速な体位変換、全身の協調性、重心移動、踏みしめる力等が使われていることに着目し、身体を使い方を知らせながら日常的に取り組んでいる幅広い遊びを継続。

イ.日頃の遊びの中から体幹の育ちにつながるであろうおにごっこ、だるまさんがころんだ、ボール遊び、縄跳び、ぼっくり、手押し車、リズムあそび等、年齢に合わせた遊び方を工夫し、全員一緒に取り組む。

ウ.前屈、横曲げ、上体反らし、バランス、ねじる等の動きを様々なアレンジした柔軟遊びに取り組む。

- (3) 園内研修の実施

ア.保育士の子どもの姿に対する意識確認、研修及び意見交換。

イ.研修からの学びや課題を保育に活かし、意識の変化を見ていく取り組みとして月1回の園内研修を継続。

3 主な成果

- ・運動や遊びに向かう子どもの意識に変化が見られ、子ども自身が遊びをアレンジしたり、友だちと一緒に考えた遊びを楽しむ等、自発的な姿に繋がった。
- ・経験を重ねる身体を使い方や力の入れ方がわかり、自分の身体の変化を実感できると、自然と意欲、集中力が高まった。

・生活の様々な場面において、さりげない立ち姿や座位での背筋が伸び、さらに遊びの中で身体を使い方を意識し動きがスムーズになると「バランスが安定する、力が入る、転ぶことが少なくなる」等、体幹の安定に繋がる姿が増えた。

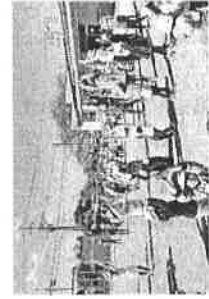
・身体の育ちが、活動への意欲や集中力等、心の育ちにも繋がっている。

・身体の育ちは個人差があって当然であり、保育士に出来ることは子どもの健やかな育ちを支えるために、一人ひとりの育ちに合わせてタイミングよく声掛け、働きかけをし意欲へと繋げていく、個人差はあっても毎日の活動で少しずつ出来ていくことがあるのだと理解し、発達に応じた配慮をする等、特別なことではなく日頃からやっていることに意味があることを再確認できた。

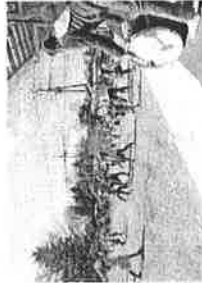
・保育士間のコミュニケーション、連携、チームワークあってこそ保育であることを再認識できた。

4 資料

- ・体操の様々な動き



- ・リズムあそび



走る

止まる

地面を踏みしめる

- ・体幹の育ちを考える取り組み

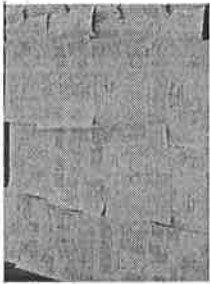


みんなであつなひき

手押し車

柔軟あそび (ブリッジ)

・園内研修



・成果



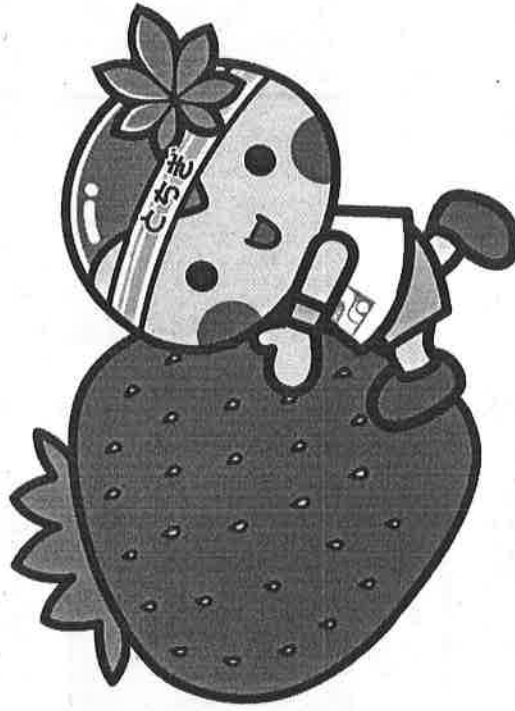
靴を立て置くようになる



雑巾をかける手に力が入る



4歳児の背筋が伸びた姿



那須町黒田原第1保育園

園原数	内容区分 (あてはまるものをすべてに○を記入)
143名	(○) 遊びを通して楽しく体を動かすための環境の工夫 (○) 多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫 (○) 季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成 (○) 体づくりに関する家庭との連携 (○) 教職員の資質向上のための取組

1 ねらい

- (1) 遊びの中で、体を動かす楽しさを感じる。
- (2) 食べる喜びを感じるにより心や体の成長を喜ぶ。
- (3) 親子で運動し体づくりをすることにより親子で育ちあいをする。

2 実施内容

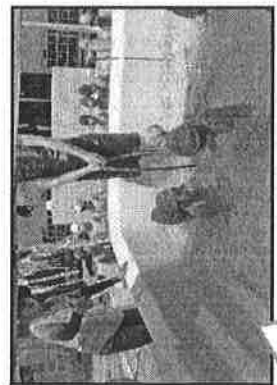
- (1) 遊びを通して楽しく体を動かすための工夫
 - ア 園庭の遊具を使いサーキットをしたり、保育室では新聞や長なわなどの身近な素材を使い体を動かしたりして楽しく遊んでいる。また、リトミックにも力を入れ、動物や植物をまねて体の多様な部位を無理なく動かして楽しんでいる。
 - イ 保育士が子どもに興味関心に応じて遊びを工夫し、子どもが楽しんで体を動かすようにしている。
 - ウ 隣接の運動公園に散歩に行き、季節感を味わったりしている。



の扉にチャレンジ!



鉄線にチャレンジ!



フールで跳くぐり



ろうかの箱がけ 3歳児がチャレンジ!

(2) 食育をおとした体づくりの実践

- ア 食育年間計画のもと計画的に実施することにより、子どもの食べ物への興味関心を高めている。
- イ 子どもの意欲を引き出す食育活動(栽培・調理等)を行うことにより、積極的に食べようとする子どもの育成を図っている。



給食かきまー!



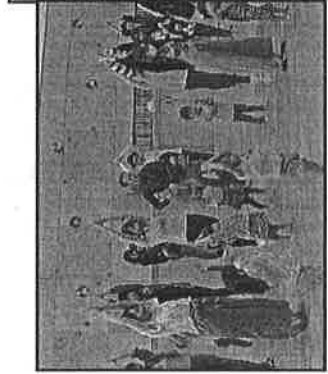
アアの弁当もおもしろー!

(3) 体づくりに関する家庭との連携

- ア 0・1・2・歳児親子ピート遊び・保護者の保育参加の折、音楽に合わせて体を動かすピート遊びを行い、乳児からできるふれあい遊びを推奨している。



- イ 3・4・5歳児の親子運動遊び・・・保護者の保育参加の折、親子で楽しむ運動遊びを行い親子でできる運動遊びを推奨している。



(4) 行事を通じた体作り

ア 運動会の種目を工夫し、日頃の遊びを取り入れたものにより、子どもの挑戦する意欲を高めている。

イ 乳幼児がダンスを楽しみ、多様な体づくりを実践している。



(5) 教職員の資質向上のための取組

ア 研修の実施・・・保育士を対象に子どもの運動に関する課題やその解決法などについて研修を行っている。また、研修したことを実践するよう、共通理解を図りながら全園体制で取り組んでいる。



3 主な成果

- (1) 体を動かすことに積極的に取り組み、もっとやりたい、もっと高く登りたい、などの挑戦意欲が高まってきている。
- (2) 子ども同士が励まし合う姿が見られるようになった。
- (3) 乳児期から幼児期まで遊びの中で思いっきり体を動かす経験を積むことにより、諦めずに最後まで頑張る様子が見られるようになった。
- (4) 保護者が身近にあるもので運動遊びができることを知り、家庭でも楽しんでいるという声が聞こえるようになった。また、子どもと触れ合うことの大切さを認識するようになった。
- (5) 保育園全体で取り組むことにより、保育士同士の協力体制が取れるようになってきた。
- (6) 職員の研修を実施することにより、子どもの体や心の発達について確認しながら保育を実践するようになってきた。
- (7) 支援を必要とする子どもに適した遊びなど、職員同士で話し合いながら実践するようになった。
- (8) 子どもも保育士も保護者も運動する楽しさを味わうことができた。



園児数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
140	(○) 遊びを通して楽しく体を動かすための環境の工夫 () 多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫 () 季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成 () 体づくりに関する家庭との連携 () 教職員の資質向上のための取組

1 ねらい

- (1) サッカーを通じて身体体力を養う
- (2) 見て学ぶ力を養う

2 実施内容

- (1) ボールを蹴る、転がす等、足を使っての運動
- ア. ドリブルの練習により、身体を様々な方向に曲げたり、伸ばすことにより筋肉の柔軟性を養う。さらには、手と足を同時に運動するため協応力を養う。
- イ. ボール転がし、そのボールを止めずに蹴る練習をすることにより、瞬発的な力を出し、自分と対象物の位置関係を正確に把握させる。また、関節や筋肉の動きのタイミングを同調させる力を養う。
- ウ. ボールを自分で蹴り上げ、そのボールをキャッチする練習により、身体を素早く動かし、ボールに反応し、空間認知能力、位置や方向を転換する力を養う。また、状況に合わせて素早い動作を切り替える力も養う。
- エ. 転がっているボールを足で止める練習をすることにより、ボールへ反応、正確な位置を認識、姿勢を保ち安定性を維持する力を養う。
- オ. チームに分かれて試合をすることにより、全身の筋力・スピード・瞬発力・敏捷性・バランス等を養う。さらに、サッカーのルールを教えて行い、ルールを守って試合をすることで、やっていた事とやっていた事の大切さを教える事も重要視している。
- (2) 順番待ちをつくる
- ア. 自分にはできなかつた事を、がむしやらにやるのではなく、出来るお友だちを見る事により、挑戦力、予測力、思考力を養う。
- イ. 順番待ち時、少しでもできるような事になった事を褒める事により、子どもの「気づき」を促している。さらに、子ども自身が自ら考えられるような言葉かけを意識している。

3 主な成果

- ・転ばなくなった。
- ・転んで怪我をしても泣かなくなった。
- ・足でボールを扱うことが上手になった。
- ・細かい動きができてきて、動きも速くなった。
- ・ボールを速くまで蹴れるようになった。
- ・長時間の運動を行う事ができるようになった。
- ・集中力が持続するようになった。
- ・困難なことでもまずは挑戦するようになった。
- ・友だち同士の関わりが増え、協力が増した。
- ・ルールを守る重要性を理解してきた。
- ・家庭でもサッカーの練習をする子どもが増えた。
- ・しつかり練習すれば、できない事も、できると気づいてきた。
- ・運動する事の楽しさを気づいてきた。

4 資料 (画像または資料等を添付する。レイアウトは自由とする。)



①順番待ちの状況 年長組



③雨の日は室内でサーキット



⑤試合形式の前、気合を入れる両チーム。試合結果は赤チームの勝利。



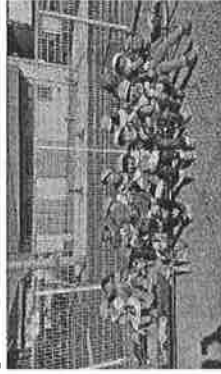
⑥足の後ろを使いボールを止める練習 3歳児組



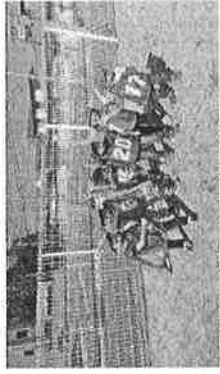
⑧2組に分かれて蹴って止めるを交代で行う練習 4歳児組



②自らボールを蹴り追いかけける 3歳組



④声を出し応援する 3歳組



⑦ドリブル練習の待ち時間の様子。「こうかな?」とイメージトレーニング

令和元(2019)年度「体力づくり奨励賞」表彰校取組事例(小学校)

茂木町立逆川小学校

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
65	6	(○) 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい
健康・安全で活力ある生活を営むために必要な資質や習慣を育て、心身の調和的な発達を図り、やる気と根気に満ちた、たくましい児童の育成を目指す。

2 実施内容
(1) 授業等の工夫・改善
ア「逆川小学校 体力向上プラン」の作成・実施
今年度実施した体力テストの結果を体育部で分析し、対応策を話し合った。まず、各学年の全国平均達成率を割り出し、実践の特性を洗い出すことから始めた。対応策を練る際、マイナス要素だけでなく本校の児童の強みにも着目しながら協議を進めた。

協議した結果、本校での体力づくりの実践が児童の体力向上につながっていることが明らかになった。例えば、反復横とびと立ち幅とびは長縄練習、20mシャトルランは持久走練習、上体起こしは合唱練習によるトレーニングが関わっていると推察された。このことから、本校は素直で一生懸命に頑張ろうとする児童が多いので、実践したことが体力向上に結びつきやすいと再確認することができた。そのため、体力づくりに関して更に職員間で共通理解し、実践に連携することが課題解決の糸口になるとの結論に至った。

<全国平均達成率50%以上の種目>		<全国平均達成率50%以下の種目>	
反復横とび	男子4/6、女子6/6、計10/12	長縄練習	男子3/6、女子2/6、計5/12
立ち幅とび	男子3/6、女子5/6、計8/12	ソフトボール投げ	男子2/6、女子2/6、計4/12
20mシャトルラン	男子3/6、女子4/6、計7/12	握力	男子1/6、女子2/6、計3/12
上体起こし	男子2/6、女子4/6、計6/12	50m走	男子0/6、女子0/6、計0/12

イ 職員間での共通理解
「逆川小学校 体力向上プラン」を職員会議で提案し、昨年度まで各学年で実践していた運動を全年で実施することを決めた。以下がその内容である。

50m走 …授業の導入で「ねことねずみ」を取り入れるなど、走る時間を確保する。
握力 …自由に握力を計測できる「グッとルーム」を設置する。
ソフトボール投げ…授業の導入で3～5分程度、玉入れの球でキャッチボールを行う。
長身体前屈 …体育の準備体操で、毎時間ストレッチを取り入れる。

(2) 業間での体力づくりの充実
ア 5分間走の実施
下学年は200mトラック、上学年は校庭大回り(1周約400m)を5分間走る。マラソンカニドにひと工夫加え、児童の意欲を高めるよう指導を工夫している。
イ 新体力テストの実施
1.2月に新体力テストを再度実施する。体力の変容を確認するとともに、児童が自己の体力についての認識を深め、体力づくりへの意識を高められるようにする。

ウ「とちぎ元氣キッズチャレンジングプログラム」の活用
「とちぎ元氣キッズチャレンジングプログラム」を参照し、全学年で「エンドレスリレー」に取り組み、チーム対抗戦にすることで運動量を確保する。
エ 校内大縄跳び記録会、縄跳び集会の実施
昨年度に引き続き、学年ごとに3分間で8の字跳びの回数を測定する大縄記録会を2月に実施する。(歴代最高記録はH30年度の6年生で339回。)同時期に、運動委員会が縄跳び集会を開催し、基本的な技の跳び方や難易度の高い技を紹介する。

(3) 各種競技大会等への参加
ア 芳賀地区小学校陸上記録会、茂木町陸上記録会、芳賀郡市小学生水泳記録会、茂木町水泳記録会、茂木町小学生持久走大会への参加
児童一人一人の体力の向上を図るため、陸上記録会に向けて放課後等に全職員が種目を分担して指導する。また体育部が中心となり、教科体育や夏休み中のプールで泳法指導を行う。水泳への関心意欲を高めるとともに体力や運動能力の向上を目指す。さらに、11月に実施予定の町内合同持久走大会に向け、持久走の練習に取り組む。
イ ラジオ体操コンクールへの参加
星休みや放課後等を利用してラジオ体操の練習に取り組む。「全国小学校ラジオ体操コンクール」に応募し、運動への関心意欲を高める。

3 主な成果
(1) 各種記録会では、体力の向上につながるだけでなく、記録を更新したり入賞を果したりすることとで、運動や体力への意欲を高め、自信を深めることができている。特に、茂木町水泳記録会では、水泳が苦手な子ども25mを完泳したり、入賞を果したりするなど、多くの児童にとって活躍の場となった。
(2) 昨年度、「第5回 全国小学校ラジオ体操コンクール」において、逆川体操クラブが敢闘賞に輝いた。また、模範児童が運動会でラジオ体操を披露することで、全児童がラジオ体操への関心意欲を高めることにつながった。
(3) 本年度2度目となる新体力テストを一年の半ば(12月)に実施するので、児童が目標をもって運動に取り組む姿が見られるようになった。特に、握力が自由に測定できる「グッとルーム」では、掲示してある本校最高記録や教員の記録に挑戦する児童が多く見られた。
(4) 体育の授業の導入で、全学年で毎時間キャッチボールを行っているため、投力の向上を実感している。

10月下旬実施の「市小学生陸上記録会」に向けて放課後等に全職員が分担して指導した。

3 主な成果

- (1) 例年実施している古山オリンピックピックについては、児童も楽しみにしており、実施することで運動をしようとする意欲を高めることができ基礎体力の向上が図られた。また、先生方の体力向上に向けての指導力が高まった。
 - ・校内にボスター掲示を増やしたり、昼休みの外遊びを奨励する放送を定期的に行うようにした。
 - ・昨年度の課題である投力を向上させるために、古山オリンピックピックなどの活動を増やした。
 - ・古山オリンピックピックジャッキーボール編は、体育委員会や担任の呼びかけにより、昨年度よりも多くの児童が参加していた。活動の中では、体育委員会の児童が投げ方の指導を行い、全学年を通して、よりよいフォームで投げる児童が多く見られた。
- (2) 授業でのサーキットトレーニング、強化種目の練習を通して、基礎体力の向上に努めることができている。
 - ・今年度においては、下野市全体の取組でもある「体力強化月間」を設定し、各月で新体力テストの記録向上につながる補助運動を取り入れた。
- (3) 全員参加の業間体育やさわやか共遊では、全児童が運動に取り組む機会を作ることができた。
- (4) スポーツ振興課と連携を図ってキンボールに取り組むことができ、昨年度の市の小学生大会で準備勝した。
- (5) 学校ホームページに掲載により、児童の意欲向上や保護者への興味・関心を高めることになった。

4 資料

		
<p>体育の授業の場がサーキットトレーニングを行っています。重たいをやったり、高鉄棒によろ下がりしています。みんな体力を高めるために一生懸命に取り組んでいます。終わると息が上がるほど、子どもたちは汗まみれです。</p>	<p>児童の体力向上のため「古山オリンピックピック」を実施しました。児童会の体育委員が企画・運営し、今回は投力を競えるジャッキーボール編です。正しく投げると「ビュー」と音がします。音をきかせようと一生懸命に取り組んでいます。</p>	<p>体力向上強化月間のソフトボール投げの月に補助運動として紅白玉を投げた。楽しみながら投力を伸ばしました。ゲーム感覚で活動でき、子どもたちも楽しんでいます。</p>
		
<p>今年度は、児童の数が増えたため、練習日が増えました。校庭を広く安全に使えるように、第二校庭も使ったり、室内遊びの日を設定したりすることで、ドッチボールやドローケイなどを楽しく見られるようになりました。</p>	<p>クラブ活動の時間に「ニュースボール」では、キンボールに取り組みしています。市のキンボール大会優勝を目指して頑張っています。</p>	<p>今年度は、児童の数が増えたため、練習日が増えました。校庭を広く安全に使えるように、第二校庭も使ったり、室内遊びの日を設定したりすることで、ドッチボールやドローケイなどを楽しく見られるようになりました。</p>

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
495	18	(○) 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 わらい

- (1) 児童の運動に対する興味・関心を高め、運動に意欲的に取り組もうとする態度を育てる。
- (2) 児童が苦手としている運動にも、楽しみながら挑戦し、その力を伸ばすことができる。

2 実施内容

- (1) 古山オリンピックピックの実施
 - 児童会(体育委員会)の取組として「古山オリンピック」と題して、昼休みに児童の自由参加のイベントを実施し、児童が楽しみながら運動に取り組む、体力向上を目指すきっかけ作りとした。種目や内容は児童の興味・関心をもてる種目はもちろんのこと、新体力テストで全体的に体力、長座体前屈、50m走、ソフトボール投げが全国平均より劣っているという結果から体育委員会でも考えた。
- ア ジャッキーボール編 (9月)
 - 昨年度より投力強化のために購入したジャッキーボールを今年度も活用した。ジャッキーボールとは、ラグビーボールのような楕円形のボールであり、正しく投げられると「ビュー」と音がする。音を鳴らすためには、ひじを高くあげ、上から投げるのが重要であり、正しいフォームの習得ができると考えた。
- イ こおり鬼編 (10月)
 - 低・中・高のプロックごとに実施。高学年の体育委員会の児童が鬼となり、低・中学年の児童が捕まらないうようにたくさん走ることで、楽しみながら50m走につながる走力の向上を図った。
- ウ 例年実施している、ボール投げや登り棒、縄跳びの「古山オリンピック」も今後実施する。
- (2) 体力強化月間の設定
 - 下野市の取組として、強化月間を設定し、体育の授業内で補助運動を行うことで、新体力テストの種目を1種目ずつ強化していくこととした。各月の種目は年間指導計画と関連づけながら、補助運動として取り入れやすい種目を設定した。
- ア ボール投げ (9月)
 - 投力強化のために投げ方を指導するとともに、補助運動として紅白玉を用いて投げつける活動を取り入れることで、楽しみながら運動する機会を設けた。
- イ 放送での呼びかけによる外遊びの奨励
 - 月の初めには、その月の強化種目と運動する際のポイント児童に伝えるとともに、積極的に外出するように呼びかけをすることで運動に親しむことができると考えた。
- ウ 10月以降も50m走や長座体前屈など、全国平均を下回っている種目を中心に強化月間を設定し、実施していく。
- (3) 体育の授業の工夫・改善
 - 基礎体力向上のために、体育の授業の際に、サーキットトレーニングを位置付けて児童の発達段階に応じて実施。ジャングルジム・ジャングルネット・重たい・登り棒・鉄棒などの固定道具を使って、体力向上に努めた。
- (4) 業間の時間を活用した体力向上の実践(業間体育の工夫)
 - 業間の時間に児童会体育委員会の児童が進行し、自分たちで体力を高める意識づくりに努めた。
- ア 運動会の集団行動・全校種目の練習 (5月：2週間)
- イ 持久走記録会に向けた練習 (11月：2週間)
- ウ 縄跳びの練習 (12～2月：4回)
- (5) ウキウキタイム(清掃なしの長いロング昼休み：週1回)の実施
 - 各クラスやさわやか学級(縦割り班学級)単位に校庭での共遊を行い、楽しみながら体力作りをしている。
- (6) 下野市教育委員会スポーツ振興課との連携
 - クラブ活動で定期的に外部講師を招いてニュースボールであるキンボールを実施している。
- (7) 家庭や地域への啓発
 - 体育的行事や「古山オリンピック」などの様子を学校ホームページに掲載し情報提供している。

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
90	6	(○) 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 () 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい

- (1) 運動用具等を有効に活用し、校庭を「遊びのテーマパーク」となるよう工夫することで、体育・運動遊びの日常化を図るとともに、体力の向上に資するように努める。
- (2) 養護教諭と連携し、児童に、自己の体の成長に関心をもち、目的をもって、健康の保持増進に努める態度の育成を図る。

2 実施内容

- (1) 運動の日常化を図った取り組み(業間・昼休み)通年
 - ア 運動用具等の工夫
 - イ 走力を高める工夫
 - ウ 走路に砂を多くまき、脚力の強化を図る。ミニハードル等を置き、自由に練習を行えるようにした。
 - エ 運動の日常化を進める工夫
 - 年間を通じて縄跳びのジャンプ台、鉄棒の補助道具、砂場目標距離の簡易目安の設置等をして、児童がいつでも運動に取り組めるようにした。
 - エ 運動スペースの確保
 - ドッジボールスペース、ベースボールスペース、50m・障害走スペース、サッカースペース、縄跳びスペース、ボール投げスペース(エジャイロ、ロケットボール)、幅跳びスペースを設定し、安全に配慮するとともに、すぐに活動できるようにした。
 - オ 児童の自主的活動を促す取り組み
 - 運動用具の準備・後片付けは、福祉・運動委員会に行わせ、児童の自主性を促した。(運動用具等が直ぐに取り出せる配慮を行った。)
 - 各運動種目に児童の責任者(キャスト)を配置し、運動のコツ等を他の児童に教えるようにし、楽しく学べるようにした。
 - (例)鉄棒キャスト・鉄棒運動が得意な児童5・6年生より選出(2名)し、その児童がキャストとなり活動する。
- (2) 自主的に運動に取り組む態度の育成
 - ア 年間を通じて活用できる学習カードを作成し、自己の記録が一目でわかるようにした。
 - イ 養護教諭による、身長・体重測定(月1回)。健やか教室の開催(月1回)により、自己の体に関心をもち、運動の必要性を児童に理解させた。
 - (3) スポーツタイム(毎週火・木の業間に実施)の効果的な活用により、運動の日常化の一助とした。
 - ア 月1回のチャレンジタイムの実施
 - 行事等との関連を図り、意欲の向上を図るとともに体力の向上に努めた。

3 主な成果


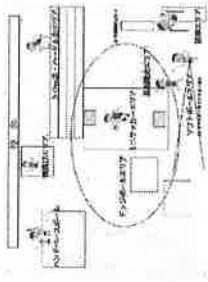


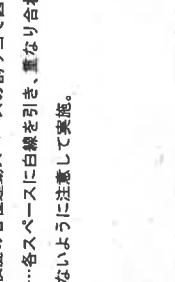
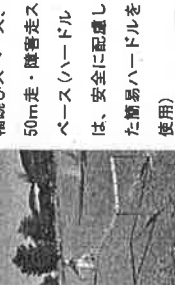
- (1) 昨年までは、児童の体力向上を目指して教科体育を中心に据え、上記のスポーツタイムと関連を図りながら実施していた。今年度は、「遊びのテーマパーク化」を加え、日常的に、運動に親しむような

工夫を行った。その結果、業間や昼休みに外で元気に遊ぶ児童が増え、友達と一緒に楽しく活動する姿が多みられるようになった。

(2) 投力の向上を目指し、様々な教具(エジャイロ・ロケットボール、柔らかかなソフトボール、ロープとバトンを使った施設)を揃えて自由に使用できるようにしたが、児童は思い思いに教具を活用し、正しく投げ動作が身に付いてきている。

(3) 養護教諭との連携を図ることにより、児童が自分の体の成長を知ることができ、運動の大切さが理解できつつある。肥満傾向の児童は、運動を好まない傾向にあるが、そのような児童に対して「すこやか運動教室」を月1回開催している。そのため、肥満傾向にある児童も運動を嫌がらずに、運動に積極的に取り組むようになってきた。

4 資料

 <p>ボール投げ練習のイメージ</p> <p>各種練習用具(エジャイロ、ロケットボール、柔らかかなソフトボール)</p>	 <p>校庭の各種運動スペースの割り当て図</p> <p>…各スペースに白線を引き、重なり合わないように注意して実施。</p>	 <p>幅跳びスペース、50m走・障害走スペース(ハードルは、安全に配慮した簡易ハードルを使用)</p>
 <p>6年生が補助をして、1年生が鉄棒運動。後方支持回転の練習。</p>	 <p>スポーツタイムの年間活動計画の一部と活動例</p>	 <p>学習カードの一部(年間を通じて使用)</p>

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
119	8	(○) 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい

- (1) 意図的に運動する機会を設けたり授業デザイナーの工夫をしたりして、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現できるようにする。
- (2) 健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識し、発達段階に応じた基礎的な運動技能の習得や体力の向上を図る。
- (3) すべての児童が主体的に楽しく運動に取り組む態度を育てる。

2 実施内容

- (1) 基盤づくり
 - ア Q-Uの結果を生かした学級経営
 - a トークタイムの実施・・・各学級で行うエンカウンター（30秒間のブリーチーク）
 - イ 体力向上のための日常的な取組
 - a 朝の活動前の「立腰体操」の実施
 - ・各学級で行う1分30秒間の「体ほぐし」運動
 - b 業間運動「体力アップタイム」の実施
 - ・全校児童で行う5分間のサーキットランニング（曲に合わせてスキップしたり片足ケンケンしたり5種類の動きをする。）準備運動に「いちご会ダンス」を踊る。
 - c 体育授業での「系統的な補強運動」の実施
 - ・低・中・高学年と発達段階を考慮した補強運動（鬼ごっこ、ラダー、サーキットなど）
 - ウ 運動への興味・関心を高める教材の開発
 - a ICTとBGM活用
 - b 学習カードの工夫
 - エ 小中一貫教育（黒羽学園）との連携
 - a 9年間を見通した系統的・継続的な年間指導計画・評価計画の作成（体育科）と学校保健安全計画の作成
 - b 小中教員の授業交流（算数・英語・体育・食育）と合同体育授業や陸上競技合同練習の実施
- (2) 授業実践
 - ア 基礎基本の充実と指導の工夫・改善
 - a 導入時の補強運動の工夫や系統的・継続的な指導計画に基づく運動課題の提示
 - b 体づくり・動きづくりの充実
 - c できるコツ・秘訣の共有と目標に向けての協力・協働
 - d 自己の現状把握と力量の向上に向けた支援
 - e 個に応じた課題設定の工夫と運動量を確保する展開の工夫
 - イ 評価や見取りの方法
 - a 児童の思考がわかり、児童のやる気を促し伸ばす評価の工夫
 - b 次時の明確な目標が把握でき、自己有用感を高められる評価の工夫
 - c 時間を掛けずに活用できる評価の工夫

3 主な成果

- (1) 発達段階に応じた基礎的運動技能が明確となり、学習カードに盛り込んだことで、自分に合ったあてがもてるようになった。
- (2) BGMの効果で、児童が自発的に主体的に楽しく運動できた。
- (3) 物理的な場の設定を工夫したことで技能の向上につながり、目標に合った練習ができるようになった。また、意欲につながり自信へと姿勢するきっかけとなった。状況的な場の工夫をしたことは気持ちとなり、また自己有用感の高まりにもつながった。
- (4) ICT活用は、成功のコツや秘訣を確認することができ、運動の楽しさを味わうことへとつながった。
- (5) 新体力テストの20mシャトルランや立ち幅跳びに成果が出てきている。

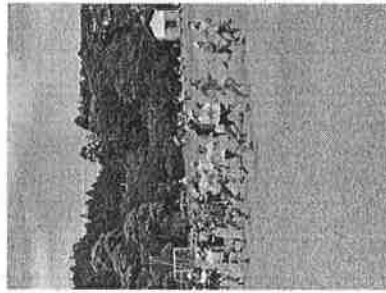
4 資料



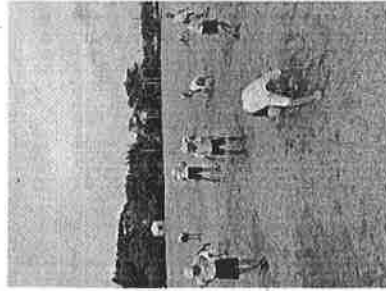
朝の活動前「立腰体操」の様子



体育授業におけるICT活用の様子



業間運動「体力アップタイム」



体育授業の補強運動



中学校栄養士による食育

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
303	12	() 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい

- (1) 児童の体力向上及び健康の保持増進を図る。
- (2) 児童間の連帯感や協働心を深めさせ、望ましい人間関係を育てる。

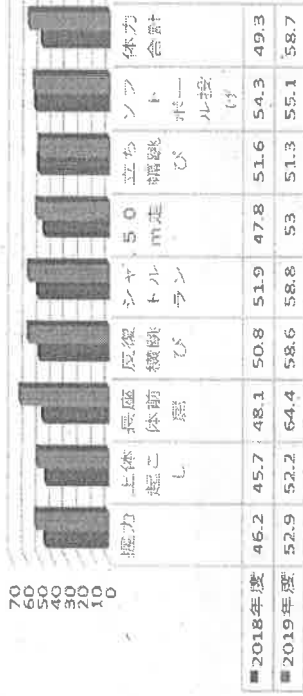
2 実施内容

- (1) 望ましい運動習慣を身に付ける
 - ア 星休みや業間活動の活用
 - 季節や学校の行事に合わせて全校での取組を行っている。気温の高い時期には活動を休止させたり制限を設けたりするなど、児童の体調管理に留意し、運動意欲の喚起を促す。秋から冬にかけては持久走、冬はなわとびを行い、1月にはなわとびチャンピオン大会を実施する。
 - イ スポーツ少年団活動との連携
 - 本校では、スポーツ少年団活動として野球、ソフトボール、ミニバスケットボール、サッカーの部が活動している。担当教師は連絡調整係として運営・活動の一部に参画する。
- (2) 教科体育における取組
 - ア 黒小っ子ピクニックによる体力づくり
 - 体育の授業では、黒小っ子ピクニックの時間を必要に応じて取り入れている。学校独自の運動として、体全身を使った運動を行うことにより、調整力や瞬発力など、小学校児童期に必要な体力の向上を図ってきた。
 - イ 体育専科教師との連携
 - 新体力テストの結果から、本校の課題は柔軟性と筋力であった。体育専科教師と担任とのチームティーチングの実施により、課題を的確に把握することができ、改善に向けて必要な運動を授業に取り入れることができた。

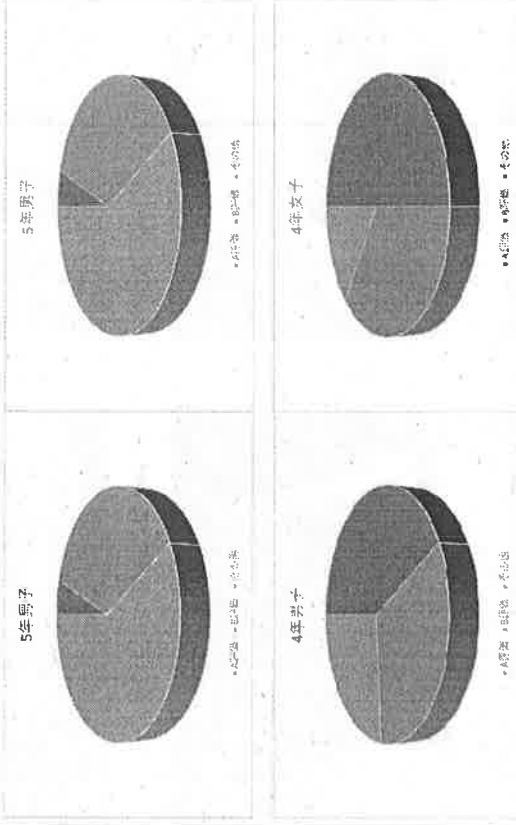
3 主な成果

- (1) 児童は短時間の学習に専念でき、全力で運動することの楽しさや満足感を味わうことができた。また、教師が活動に携わることで学校体育との関連や児童の発達段階に応じた指導、助言ができ、児童一人一人にあった運動習慣の形成に役立っている。
- (2) 体育専科教師との連携により、業早く課題を共有することができ、協力して運動能力を伸ばすための手立てを施すことができた。また、専門知識を生かせるため、体育の時間の活動量が増えただけでなく、児童の意欲を引き出すような言葉かけや演技指導、サポートをすることができた。
- (3) 4、5年生における新体力テストの結果は、全国平均や県平均に比べ、大きく上昇した。特に4年生女子の結果が大きく上昇しており、総合評価ではA評価が全体の50%、さらに85%の児童がAもしくはB評価を得ている。(下図)

4年生Jスコアの全国経年比較



14年生新体力テスト結果(3年生時との比較)



14、5年生のA、B評価児童の割合



業間活動の利用

・サーキットトレーニングでは児童が楽しみながら運動をする中で、必要な力を身に付けることができている。
 ・体育の時間を楽しみに行っている児童が増えた。

4 資料



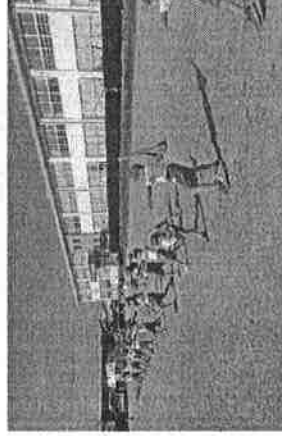
①1年生サーキットトレーニング(タイチ跳び)



④6年生補強運動(ライントレーニング)



②1年生サーキットトレーニング(盛り棒)



③1年生サーキットトレーニング(ロケット投げ)



⑤6年生補強運動(スクワットジャンプ)

⑥6年生補強運動(肋木ぶら下がり)

児童数	学級数	内容区分(あてはまるものすべてに○を記入)
281	13	() 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい

昨年度の体力テストの結果から、本校の50m走・立ち幅跳び・握力(1・6年)は全国平均を下回る学年が多かった。ソフトボール投げについては、2年間の取り組みで改善されたが、児童の普段の生活の中で投げるという運動は少ないと思われることから、今年度もサーキットに組み入れていく。スポーツ少年団への加入率は25%(4～6年生の加入率は38%)、スポーツ少年団以外のクラブへの加入率は15%となっている。低学年で運動をする児童が少ないこと、高学年では運動をする・しないの2極化が見られている。これらの現状から走力、体力育成の機会の確保をするため、体育授業の充実や全校運動といった取組計画を立て実施をする。

2 実施内容

ア 体力の育成

- ・1・6年生の体育を体育主任が、4年生の体育を前体育主任が受け持ち教科体育の充実を図る。
- ・持久走大会の練習として全校ランニング(水曜以外の昼休み後半5分間)を12月まで実施する。
- ・12月からは昼休みの(水曜以外の後半5分間)全校を中心に駅伝大会へ向けての朝ランニングを実施する。
- ・10・11月は4～6年生を中心に駅伝大会へ向けての朝ランニングを実施する。
- ・教科体育で補強運動(パービー・スクワットジャンプ・コンパス・馬跳び・ライントレーニング・ブリッジ・ラダートレーニング等)を取り入れて、筋力・体幹の強化を図る。
- ・体力向上の取組として、夏休み中も体育の宿題を出し、継続的に体力作りを行わせる。
- ・サーキットトレーニングを実施する。

例: ジャングルジム・すべり台・雲梯・ジグザグ走り・盛り棒を3周→ロケット投げを3周行う。
 ・運動部活動への積極的な参加を促す。学校教員も監督やコーチ、スコアラーを務めるなど平日、休日も部活指導をする。

- ・小学校体育の授業に中学校体育教師が指導(中学年の跳び箱・マット運動)することで、専門性や小中の連携を意識した指導をする。

イ 投力の育成

・カラーコーンに紅白玉を投げ入れる、カラーゴムボールでキャッチボール、ロケット投げ、タオルを使った投運動指導・クラス遊びでドッジボールを行う等をする。

ウ 走力の向上

- ・50m走を毎月計測し、走力の維持向上を図る。前期・後期の平均を比べ、状況を調べる。
- ・50m走の自己記録を知ること、記録更新への意識・意欲を高めさせる。

3 主な成果

- ・今年度の50m走では4月より、6・7月の方がタイムの短縮がみられる児童が多い。
- ・投運動をする機会が増えたことで、投げる動作が身に付いてきた。
- ・昨年度の全校ランニング、なわとびにより、運動をする意欲の向上が感じられた。
- ・体育授業での補強運動により筋力・体幹の強化向上、運動量の確保(心拍数を最大に上げている)に繋がっている。

児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
53	6	() 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 わらい

- (1) 新体力テストの結果を分析し、本校児童の体力の実態を把握する。
- (2) 把握した実態から、体力の向上を図るため、計画的・持続的に運動に取り組ませる。

2 実施内容

(1) 新体力テストの分析と児童の実態把握

○ 令和元年度新体力テスト結果の分析と各学年児童の実態
授業の補助運動の中に新体力テストの結果から必要と思われる運動を取り入れた。また、昨年度末より、ボール投げが低下していることを全児童に認識させ、毎時間補助運動にボール投げを入れてきた成果が実り、女子は全国平均をどの学年も上回ることができた。男女ともにシヤトルランは全国の平均値を下回っている学年が多く、全身持久力には、学年や男女による差がみられる。
スクールバス登校により、歩く機会が少ないため体力の低下が懸念されている。さらに、子供たちの遊び方の変化により物を速くに投げたり、正確に投げたりするなどの機会が減ったため、筋力だけでなく巧緻性も低下していることが課題となっている。

(2) 児童の体力向上を目的とした実践

本校では、「健康で体力があり、最後までやりとおす子どもを育てる」を目標に以下の取組を行っている。

ア 月別重点目標の設定

体育的行事や季節の特色を考慮し、月ごとに体力づくり重点目標を設定し、それを基にして具体的な活動計画を設けている。

イ 元氣アップタイムの実施

週の月、火、木の昼休み(13:30~13:35)の5分間に持久力や忍耐力を高めるための運動を行っている。上記の月別重点目標と合わせ、4月から7月はサーキットトレーニング、9月から11月は持久走、雪で校庭の使えなくなる冬季間中は体育館で縄跳びを実施している。【資料1】

ウ 部活動(スポーツ少年団活動)指導の充実

本校には前期課程の3年生から部活動(スポーツ少年団活動)に参加することができる。剣道部、スポーツ部といった個人競技でも大会に参加することのできる部活動がある。その他、7月からは5年生と6年生が全員参加する陸上競技部や、9月からは4年生から6年生全員が参加する駅伝競走部などの特設部がある。さらに冬季は、地域の特色を生かしたスキー部が開設され1月にあるスキー大会参加を目指して希望者が入部することができる。

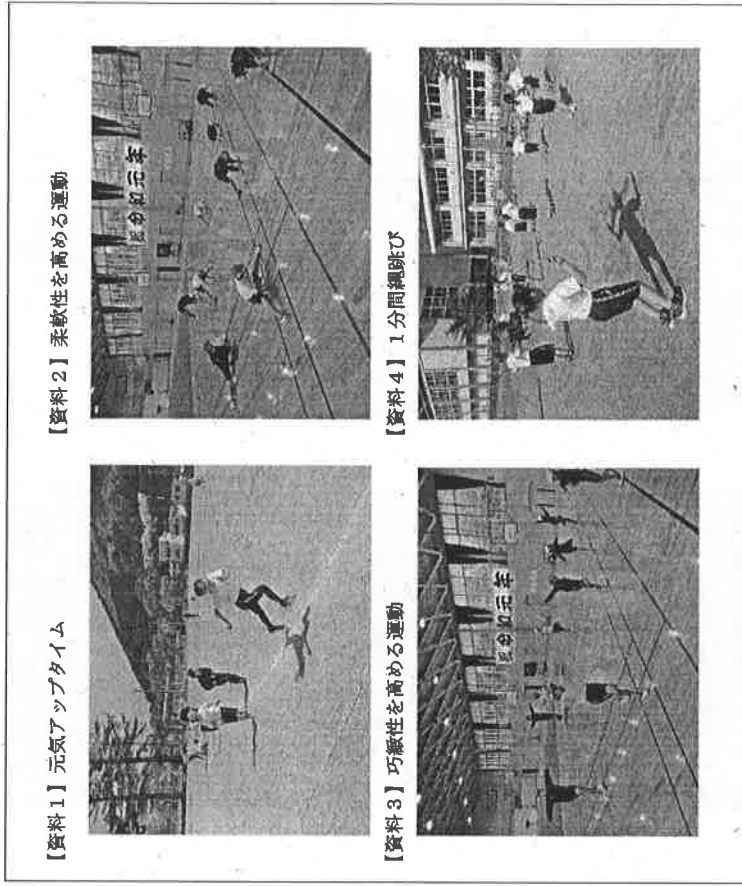
エ 授業での取り組み

本校では、教科担任制で授業を行っている。1年から4年生までは、後期課程の体育専門の教員がT1で授業を行っており、本校の実態に合わせて授業の準備運動の中に柔軟性や巧緻性を高める運動【資料2】や1分間縄跳び【資料4】などを取り入れ毎時実施している。

3 主な成果

- ・陸上記録会や駅伝競走大会に向けて元氣アップタイムで目標をもって取り組む姿が見られた。
- ・教科担任制の指導で各発達段階に応じた指導を行うことができた。縄跳びは学年が上がるにつれて跳べる回数が着実に増えている。
- ・リズム運動では、栃木国体のイメージソング「いちご一会」のダンスを体育の授業で取り扱った。文化祭の出し物では、このいちご一会ダンスを使って1~9年生が一体となった。発達段階の違いを見通せる教科担任制の良さが顕著に表れた。

4 資料



児童数	学級数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
78	7	() 児童生徒の体力向上に向けて体力向上プログラムを使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組

1 ねらい

- (1) 運動習慣の形成に向け、休み時間の遊びを通して、運動に親しめるよう環境を設定する。
- (2) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善を行い、児童自身が成果を発揮できるようにする。

2 実施内容

- (1) 教材の整理における遊びの多様化
 - ア それまで体育の授業でしか使用していなかった教材を、昇降口のスペースに児童が休み時間、使用できるようにすることで、児童が主体的に遊びを通して、様々な運動に親しめるようにする。
- (2) 備品・資料の共有化
 - ア 年度当初に体育備品の種類、数をまとめるとともに、どの授業で、どの領域で、どの備品を使用するか、どこにあるかを教員全員に示す。
 - イ 各学年で作成した資料：ワークシートデータをフォルダにまとめる。

- (3) 走力・投力向上に向けた取り組み
(課題) 昨年度の新体力テストの結果から、全学年50m走が県平均を下回った。また、下学年において、ボール投げにも課題が見られた。

- ア 走力向上に向けた体育時のサーキットトレーニングにおけるSAQトレーニング
体育時に行うサーキットトレーニングにラダーを使用したSAQトレーニング (Speed 速さ Agilty 敏捷性 Quickness 素早さ) を行った。基本の3パターンを示すとともに、他のパターンもできるように掲示をした。
(基本の3パターン)

① グイックラン

ラダーの1マスに対して、片足1歩ずつのステップで、速いテンポとスピードを意識しながら前に進んでいく。

② ラテラルグイックラン

ラダーに対して横向きに立つ。ラダー1マスに、片足ずつ2歩ステップし、横に進む。

③ クイックステップ

ラダー1マスに片足1歩ずつのスキップで前に進んでいく。

イ 投力向上に向けた場の設定

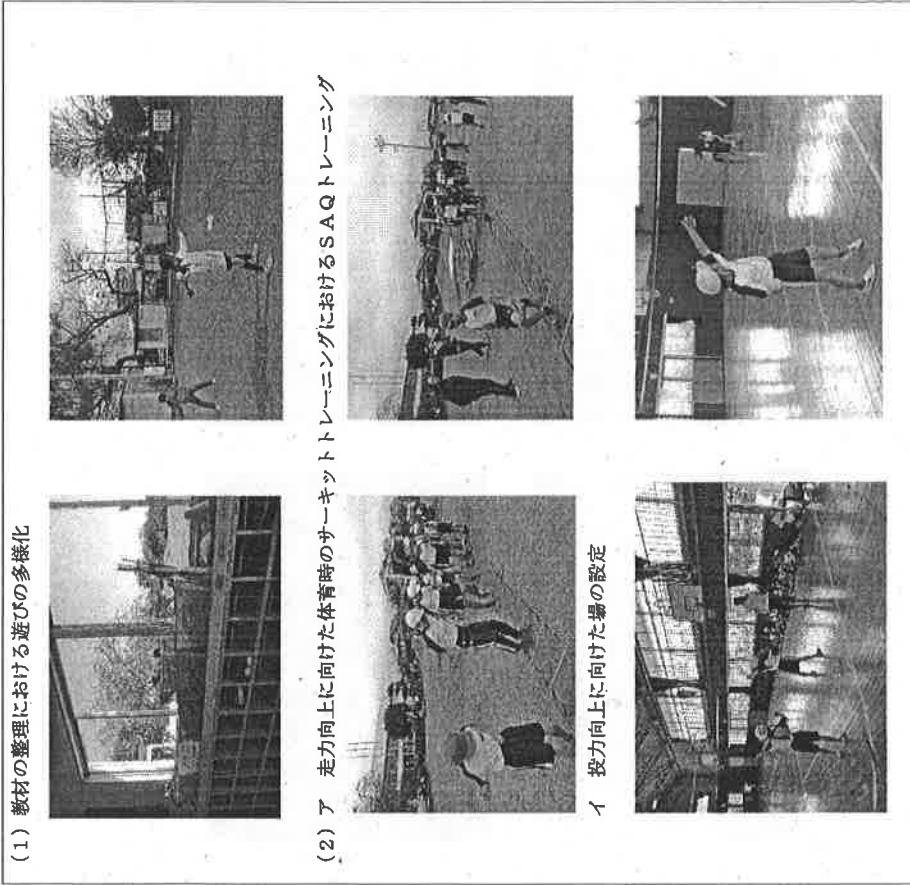
体育館のキャラリーをスズランテープで結び、そのテープを超えるようボール投げをすることで、児童が斜め45度に投げられるよう図った。

3 主な成果

- (1) 教材を児童が主体的に使用することで、ジャベリックボールゲームの当てをしたり、ミニカラーコーンを使って、鬼ごっこをしたりと、様々な運動に親しむ機会の向上、遊びの工夫が見られた。
- (2) 教員全体で共有化することで、教材研究、準備の短縮化とともに、授業の改善が見られた。
- (3) 走力向上に向けた取り組みでは、サーキットトレーニングにおいて習慣的に行うことで、足を素早

く動かすことを児童が意識するようになった。休み時間にも自主的に行う児童も見られた。投力向上に向けた取り組みでは、児童が楽しそうに活動するとともに、自然と斜め45度にボール投げができるようになってきた。低学年だけでなく、高学年においても効果が見られた。

4 資料



(1) 教材の整理における遊びの多様化

(2) ア 走力向上に向けた体育時のサーキットトレーニングにおけるSAQトレーニング

イ 投力向上に向けた場の設定

4 令和元(2019)年度
新体カテスト『S認定証』結果資料

新体力テスト『S認定証』交付要領

栃木県教育委員会

1 趣旨

体力向上策の一環として、児童生徒の体力に対する関心を高めるとともに、体力の向上に意欲をもたせるため、「S認定証」を交付する。

2 対象

当該年度の7月までに実施した新体力テストで、全ての種目の得点が8点以上の児童生徒に『S認定証』を交付する。

3 交付方法

- (1) 小・中学校及び義務教育学校にあっては、当該市町教育委員会教育長宛て様式1「栃木県児童生徒の体力・運動能力調査について」を提出する。
- (2) 各市町教育委員会教育長は、各校から提出された様式1を取りまとめ、当該教育事務所長宛て提出する。
- (3) 各教育事務所長は、各市町から送付された様式1を取りまとめ、県教育委員会事務局スポーツ振興課長宛て提出する。
- (4) 県立学校にあっては、県教育委員会事務局スポーツ振興課長宛て様式1を提出する。
- (5) 県教育委員会は、提出された「栃木県児童生徒の体力・運動能力調査について」の内容に基づき、小・中学校及び義務教育学校に対しては、関係市町教育委員会教育長宛て、県立学校に対しては直接学校長宛て、『S認定証』を交付する。

4 この要領は、平成17年4月1日より施行する。

この要領は、平成18年4月1日に一部改正する。

この要領は、平成21年4月1日に一部改正する。

この要領は、平成22年4月1日に一部改正する。

この要領は、平成24年4月1日に一部改正する。

この要領は、平成27年6月1日に一部改正する。

この要領は、平成29年4月1日に一部改正する。

この要領は、平成30年4月1日に一部改正する。

令和元(2019)年度 新体力テスト『S認定証』交付数一覧表

地区	市町	小学校			中学校			小学校・中学校合計			事務所別 合計
		男子	女子	計	男子	女子	計	男子	女子	計	
河内	宇都宮市	154	217	371	19	82	101	173	299	472	518
	上三川町	13	29	42	0	4	4	13	33	46	
上都賀	鹿沼市	29	52	81	4	14	18	33	66	99	165
	日光市	25	34	59	1	6	7	26	40	66	
芳賀	真岡市	19	33	52	2	13	15	21	46	67	118
	益子町	7	12	19	0	0	0	7	12	19	
	茂木町	6	2	8	0	0	0	6	2	8	
	市貝町	7	10	17	0	1	1	7	11	18	
	芳賀町	1	3	4	0	2	2	1	5	6	
下都賀	小山市	57	73	130	6	34	40	63	107	170	422
	栃木市	41	48	89	8	48	56	49	96	145	
	下野市	12	15	27	5	14	19	17	29	46	
	壬生町	9	22	31	0	10	10	9	32	41	
	野木町	5	8	13	0	7	7	5	15	20	
塩谷 南那須	矢板市	8	10	18	0	3	3	8	13	21	142
	さくら市	29	36	65	1	7	8	30	43	73	
	塩谷町	2	3	5	0	1	1	2	4	6	
	高根沢町	12	11	23	2	1	3	14	12	26	
	那須烏山市	1	4	5	0	1	1	1	5	6	
	那珂川町	2	7	9	0	1	1	2	8	10	
那須	大田原市	33	69	102	0	8	8	33	77	110	338
	那須町	12	25	37	1	6	7	13	31	44	
	那須塩原市	48	64	112	14	58	72	62	122	184	
安足	佐野市	34	25	59	1	9	10	35	34	69	143
	足利市	22	45	67	2	5	7	24	50	74	
合計		588	857	1,445	66	335	401	654	1,192	1,846	1,846

県立学校	男子計	女子計	合計
高等学校	364	569	933
県立中学校	0	15	15
特別支援学校	0	0	0
合計	364	584	948

小中計	県立計	総計
1,846	948	2,794

資 料

新体力テスト記録用紙

12～19歳

No.	氏名	本人の住所	都道府県
1. 平成31年4月1日現在の年齢	歳	2. 性別	男 女
3. 都市階級区分	1. 大・中都市	2. 小都市	3. 町村
4. 所属	1. 中学校	2. 高等学校全日制	3. 高等学校定時制
	4. 高等専門学校	5. 短期大学	6. 大学
5. 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況	1. 所属している	2. 所属していない	
6. 運動・スポーツの実施状況 (学校の体育の授業を除く)	1. ほとんど毎日(週3日以上)	2. ときどき(週1～2日程度)	
	3. ときたま(月1～3日程度)	4. しない	
7. 1日の運動・スポーツ実施時間 (学校の体育の授業を除く)	1. 30分未満	2. 30分以上1時間未満	
	3. 1時間以上2時間未満	4. 2時間以上	
8. 朝食の有無	1. 毎日食べる	2. 時々欠かす	3. まったく食べない
9. 1日の睡眠時間	1. 6時間未満	2. 6時間以上8時間未満	3. 8時間以上
10. ぐっすり眠ることができますか	1. 週に6日以上	2. 週に4～5日	
	3. 週に2～3日	4. 週に1日以下	
11. 1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間	1. 1時間未満	2. 1時間以上2時間未満	
	3. 2時間以上3時間未満	4. 3時間以上	
12. なんでも最後までやりとげたいと思う	1. とてもそう思う	2. まあそう思う	
	3. あまりそう思わない	4. まったくそう思わない	
13. 体格	1. 身長	cm	2. 体重
			kg

項目		記録		得点	
1. 握力	右	1回目	kg	2回目	kg
	左	1回目	kg	2回目	kg
	平均				kg
2. 上体起こし					回
3. 長座体前屈		1回目	cm	2回目	cm
4. 反復横とび		1回目	点	2回目	点
5.	持久走				分 秒
	20mシャトルラン(往復持久走)	折り返し数	回	(最大酸素摂取量	ml/kg・分)
6. 50m走					秒
7. 立ち幅とび		1回目	cm	2回目	cm
8. ハンドボール投げ		1回目	m	2回目	m
得点合計					
総合評価					A B C D E



とちぎ元気キッズ

たいりよく

みんなで目指そう 体力アップ!

ねん 年 ぐみ 組 ばん 番 なまえ 名前

本県の子どもの体力は、毎年スポーツ庁が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査(小5・中2)」の結果によると、近年男女ともに上昇傾向にあります。しかし、本県の特徴としては「50m走・立ち幅とび・ボール投げ」が全国平均と比較すると低い結果が続いています。

そこで、本県では「走る・跳ぶ・投げる」といった基礎的運動能力を含め、調和のとれた体力向上を目指し、体力・運動能力調査を全校全学年で実施しています。また、全種目8点以上の児童生徒に「S認定証」(右の挿絵)を交付しています。

ご家庭でも昨年度のお子さまの結果を振り返り、今年度の新体力テストの実施に向けて、目標を立ててからチャレンジしてみましょう。

また、裏面に掲載した児童の特徴と体力との関係についても参考に、ご家庭でもお子さまと一緒に生活習慣の見直しや体力について考える等の機会をもってみてください。



【S認定証】

平成30(2018)年度 栃木県児童の新体力テスト結果(平均値)

● 男子 ●

学年	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトルラン (秒)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点
1年	9.10	11.61	25.14	27.59	19.16	11.66	111.49	7.92	29.78
2年	10.67	14.10	26.82	31.53	28.34	10.81	123.48	11.06	36.77
3年	12.51	16.10	28.76	35.47	35.62	10.26	134.07	14.54	42.78
4年	14.28	17.80	29.90	39.47	43.68	9.86	141.99	17.76	47.91
5年	16.45	19.66	32.15	42.88	52.23	9.46	150.88	21.49	53.52
6年	19.44	21.59	34.51	46.00	60.72	9.03	160.98	25.03	59.29

● 女子 ●

学年	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトルラン (秒)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点
1年	8.52	11.35	27.37	26.72	16.41	11.95	104.23	5.50	30.07
2年	10.05	13.78	29.68	30.49	22.55	11.09	116.04	7.39	37.49
3年	11.83	15.65	32.04	34.35	28.00	10.51	127.75	9.59	44.02
4年	13.62	17.37	33.68	38.22	35.32	10.09	136.48	11.79	49.88
5年	16.20	18.96	36.74	41.43	43.37	9.64	145.77	14.17	55.99
6年	19.30	20.57	39.37	44.08	49.90	9.24	155.18	16.26	61.55

平成30(2018)年度栃木県児童生徒の体力・運動能力調査より

目標を立てて今年の新体力テストにチャレンジ

このリーフレットは来年までとっておくと目標にしやすいまる～!



学年	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトルラン (秒)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点	総合評価 (A~E)
昨年の結果										
今年の目標										
今年の結果										
来年の目標										

① 栃木県の体力調査関係

http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/education/kyouikuzenpan/keikaku/jidouseito_tairyoku.html

② 全国体力・運動能力、運動習慣等調査(スポーツ庁)

http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922.htm

①



②



うんどう しょくじ すいみん すべ たいせつ おも じどう
 「運動・食事・睡眠」の全てが大切と知っている児童は、

たいりよくごうけいてん たか
体力合計点が高い!



「運動・食事・睡眠」の全てが大切だと思っている児童の体力合計点は、全国平均を上回っています。また、「運動・食事・睡眠」の全てが大切だと認識している児童は、規則正しい生活習慣が身につけており、自ら活発に運動し、運動やスポーツをすることが「好き」という特徴もあります。

「運動・食事・睡眠」の大切さや正しい生活習慣※についてご家庭でも再確認し、体力向上を目指しましょう!

※正しい生活習慣が身に付いているという条件 (以下を全て満たしていること)

- ①朝食を毎日食べる ②夕食を毎日決まった時間に食べる又は時間は決まっていなくても毎日食べる
 ③毎日の睡眠時間が6時間以上10時間未満 ④1週間の総運動時間が420分以上(体育の授業時間は除く)

平成30年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査(スポーツ庁)より

「運動・食事・睡眠」の全てが大切と知っている児童とそうでない児童の体力合計点の比較



～お知らせ～

●家庭や学校等で楽しんでできる運動遊び等をまとめたとちぎ元気キッズ「体力向上サポートプログラム」を活用して体力アップを目指しましょう!



詳しくはこちらをご覧ください

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/education/sports/genkikids/index.html>

●平成30(2018)年度体力づくり奨励賞受賞校(小学校)をご紹介します。

- | | |
|-------------|-------------|
| 日光市立清滝小学校 | 那須町立田代友愛小学校 |
| 茂木町立逆川小学校 | 那須塩原市立槻沢小学校 |
| 芳賀町立芳賀東小学校 | 那須塩原市立西小学校 |
| 栃木市立大宮南小学校 | 佐野市立天明小学校 |
| 下野市立古山小学校 | 佐野市立山形小学校 |
| さくら市立上松山小学校 | 足利市立小俣小学校 |
| 大田原市立湯津上小学校 | |

取組事例等はここに掲載されています



<http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/education/sports/sports/syougaisports.html>

体力合計点が高い児童に共通する特徴

- 朝食・夕食を毎日食べる
- 達成感・挑戦心・自己肯定感が強い
- 健康に運動・食事・睡眠の全てが大切だと思う
- 小学校入学前、体を動かす遊びが好きだった
- テレビやゲーム等の画面を見る時間が短い
- 中学校で運動やスポーツをしたいと思う
- 放課後や休日に運動やスポーツをよく行う
- 体育の授業は楽しい
- 家族に運動やスポーツをよくすすめられる
- 体育の授業で学んだことを授業以外でも行ってみたい
- 運動やスポーツが好き
- 体育の授業は将来役に立つと思う
- 運動やスポーツは大切と考えている
- 体力・運動能力に自信がある
- 体力・運動能力向上に向けて目標を立てている

いくつ当てはまるかチェック☑してみましよう



表彰式: 2月4日(月) 会場: 総合教育センター

受賞おめでとうございます!

とちぎ元気キッズ

チャレンジプログラム

～投・走・跳の運動～



栃木県教育委員会

※ 平成28年3月
幼稚園・保育所・認定こども園及び公立小学校を対象に配布
「体力向上サポートプログラム」を含め、スポーツ振興課HPに掲載中
URL
<http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/education/sports/genkikids/index.html>



VERY 
GOOD
LOCAL

とちぎ

栃木県児童生徒の体力

令和2(2020)年2月

編集発行 栃木県教育委員会事務局スポーツ振興課

宇都宮市塙田1-1-20

TEL 028-623-3416

FAX 028-623-3411

URL <http://www.pref.tochigi.lg.jp/m07/index.html>