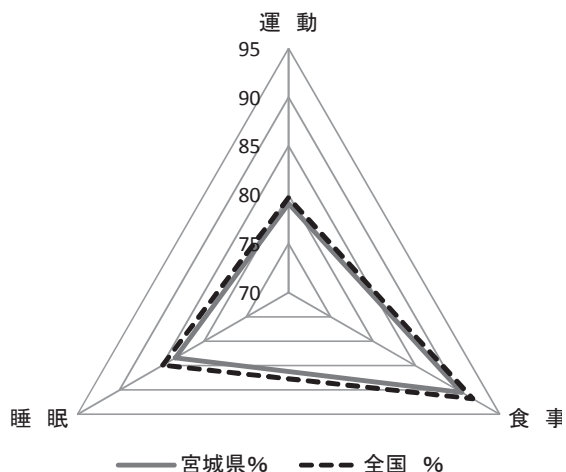


## 5 健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する意識の状況

○健康でいるためには「運動」「食事」「睡眠」は、どのくらい大切だと思いますか。  
 ※「大切・やや大切・あまり大切ではない・大切ではない」の項目のうち「大切」と答えた児童生徒の割合

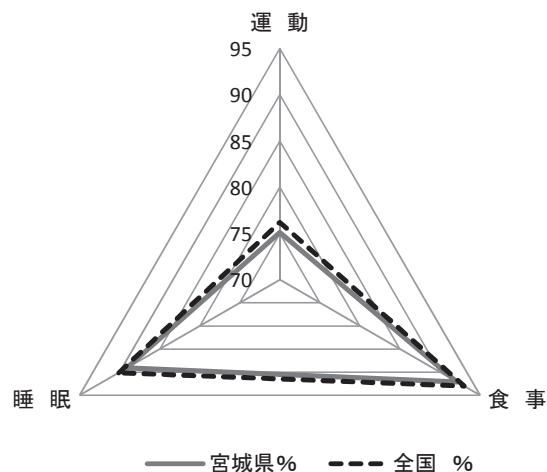
【小5男子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	79.1	90.5	83.4
全国 %	79.7	91.8	84.9



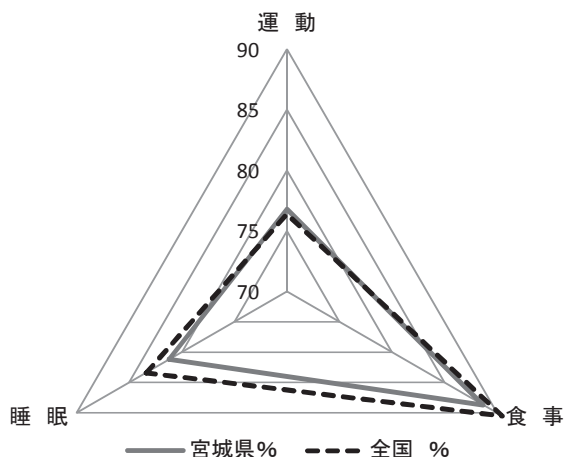
【小5女子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	75.1	92.1	89.1
全国 %	76.2	93.0	90.1



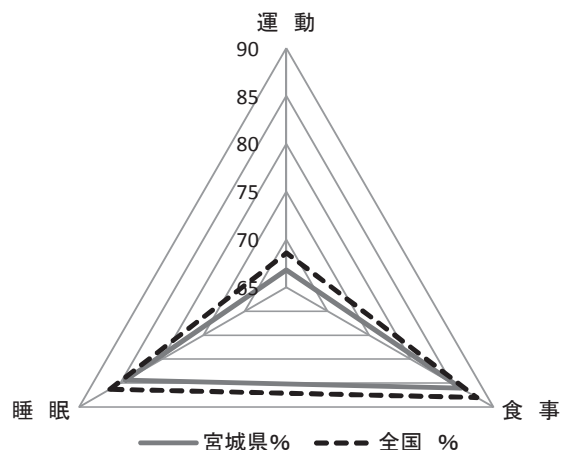
【中2男子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	76.8	88.7	81.2
全国 %	76.4	90.5	83.4



【中2女子】

	運動	食事	睡眠
宮城県%	66.8	86.1	84.4
全国 %	68.6	88.0	86.3



○どの学年でも「食事」に関する意識が最も高く、次に「睡眠」であり、運動への意識が最も低い。  
 ○全ての要素に関する重要度認識が全国と比べてわずかに低く、意識を高める健康教育が重要である。

## 6 質問紙による調査

### 【児童生徒質問紙】

- ① 自分の体力に自信がありますか。  
(自信がある, やや自信があると回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小5男子	61.9%	63.3%	△1.4
小5女子	50.6%	51.5%	△0.9
中2男子	46.6%	48.3%	△1.7
中2女子	30.8%	33.4%	△2.6

- ② 家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか。  
(よくある, ときどきあると回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小5男子	62.0%	61.3%	0.7
小5女子	53.4%	52.2%	1.2
中2男子	62.6%	60.9%	1.7
中2女子	55.7%	53.9%	1.8

- ③ 体育の授業は楽しいですか。  
(楽しい, やや楽しいと回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小5男子	94.5%	94.8%	△0.3
小5女子	90.9%	91.7%	△0.8
中2男子	89.4%	88.3%	1.1
中2女子	82.8%	83.0%	△0.2

### 【学校質問紙】

- ① 平成27年度, 学校全体の, 体力・運動能力の向上のための目標を, 設定していましたか。  
(設定していたと回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小学校	63.3%	65.9%	△2.6
中学校	47.0%	58.4%	△11.4

- ② 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向にある児童生徒向けの取組, または性別に応じた取組を現在行っていますか。(行う予定はありますか)。  
(行ったと回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小学校	47.6%	54.8%	△7.2
中学校	54.0%	57.7%	△3.7

- ③ 平成27年度に, 体育の授業以外で, 全ての児童生徒の体力・運動能力向上に係る取組を行いましたか。  
(行ったと回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小学校	95.2%	89.0%	6.2
中学校	47.5%	46.5%	1.0

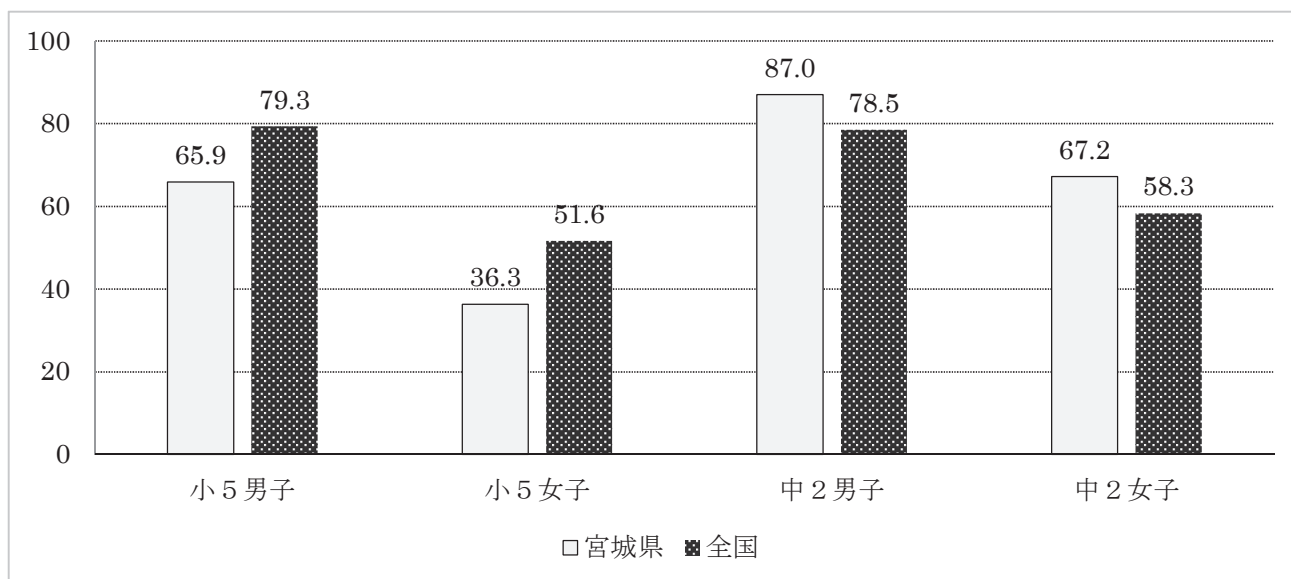
- ④ 平成27年度, 第4学年(中:第1学年)の児童生徒の家庭に対して, 子どもの体力向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。(行ったと回答した割合)

	宮城県	全 国	比 較
小学校	66.0%	60.9%	5.1
中学校	34.0%	34.7%	△0.7

## 7 運動部活動等の加入率及び一週間の総運動時間の状況

### ① 運動部活動やスポーツクラブ（スポーツ少年団を含む）の加入率

(%)

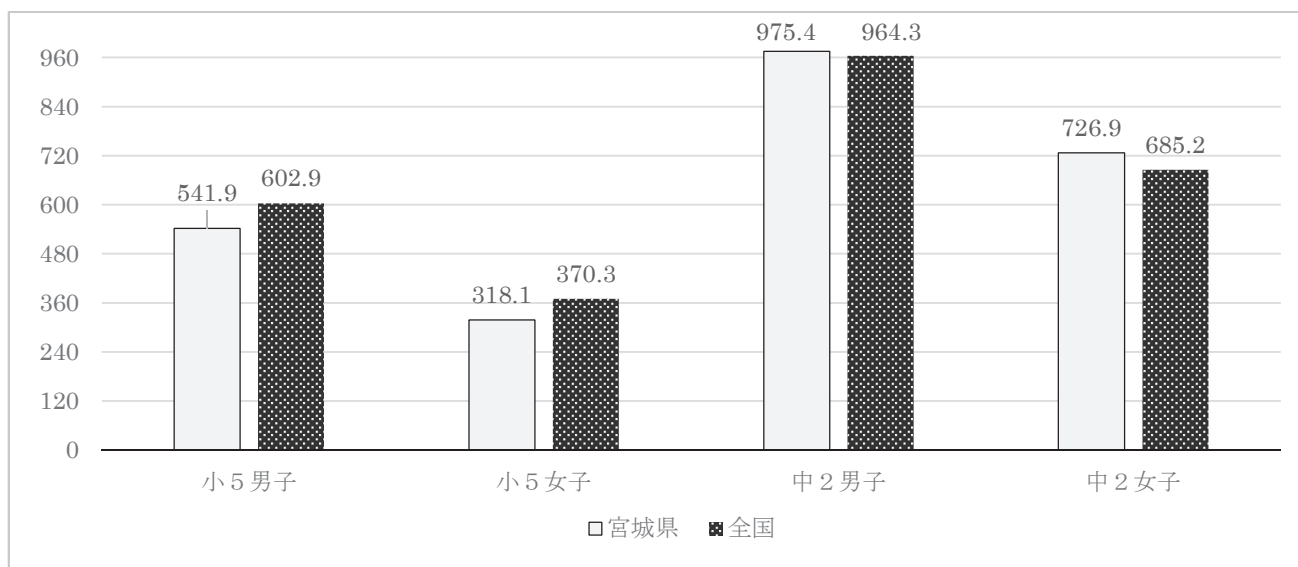


○小5男女においては、全国の割合よりも13～15ポイント程度低い。

○中2男女においては、全国の割合よりも10ポイント程度上回っている。

### ② 一週間の総運動時間

(分)

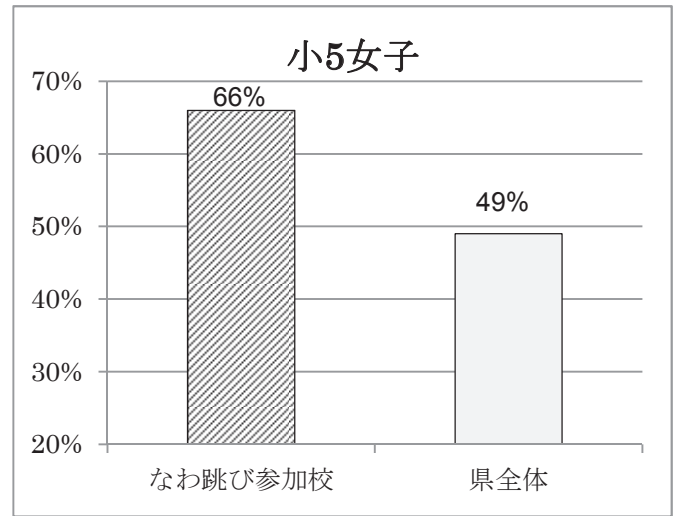
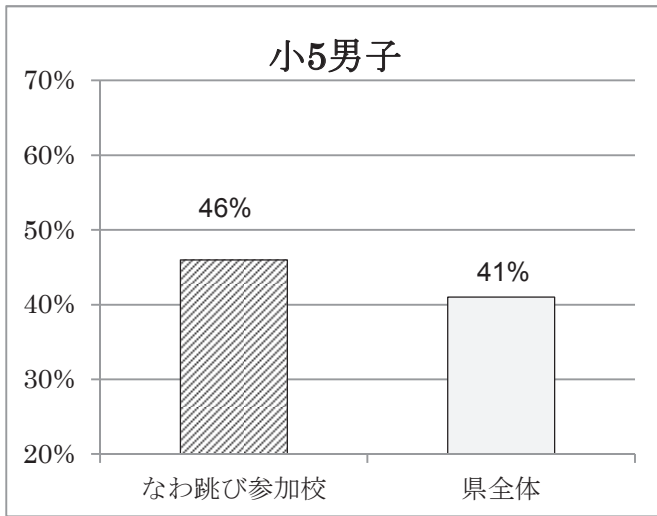


○小5男女においては、全国の平均時間よりも50分程度短い。

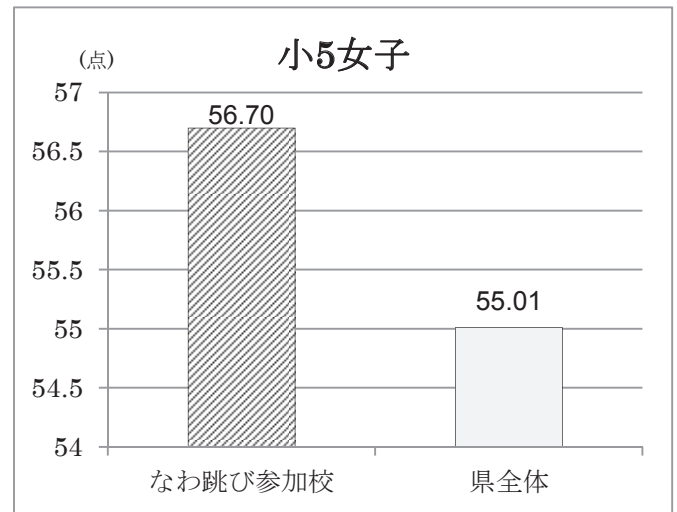
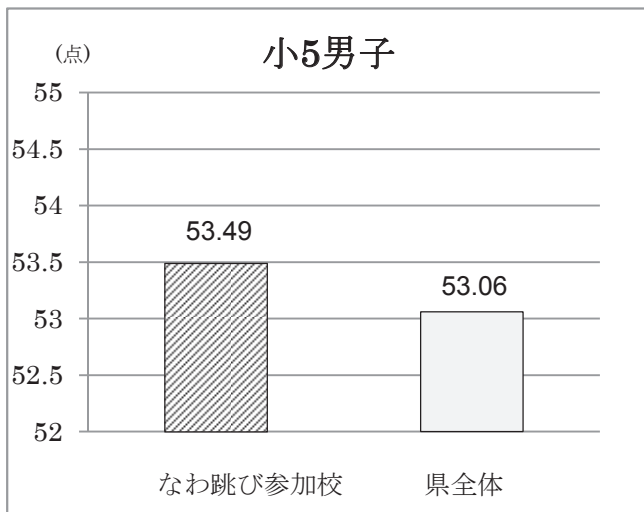
○中2男女においては、全国の平均時間よりも10分～40分程度長い。

## 8 web なわ跳び広場参加校の「体力合計点」の状況

### ①「体力合計点」の学校平均が全国平均を上回った割合



### ②「体力合計点」のなわ跳び参加校（30校）の平均と県平均の比較



(平成27年度大会に参加した4年生と、28年度前期大会に参加した5年生の合計30校)

#### 【考察】

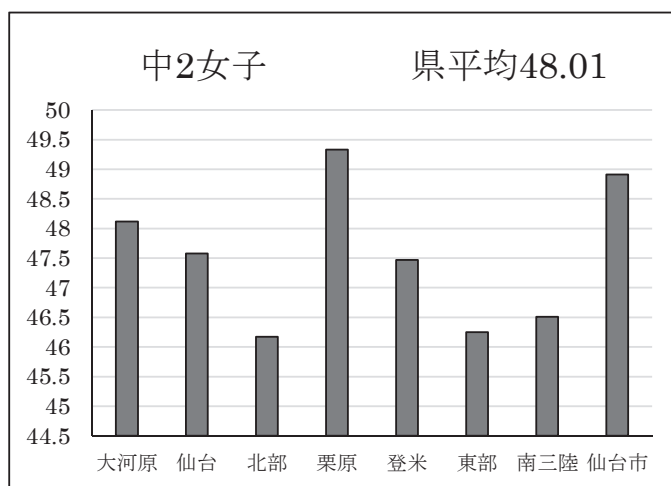
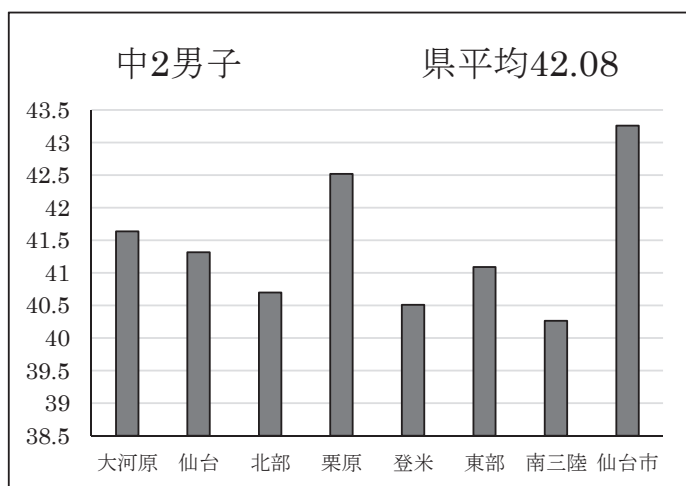
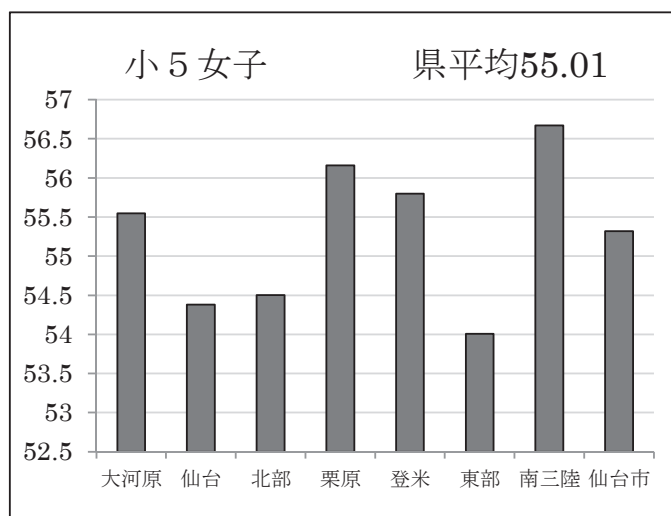
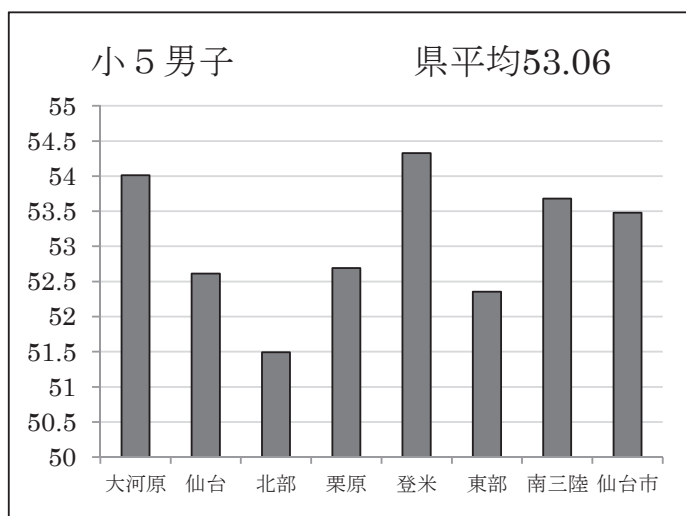
- なわ跳び広場参加校では、男女ともに全国平均を超える割合が、県全体の割合よりも高くなっている。
- なわ跳び参加校の体力合計点の平均は、県平均よりも高くなっている。

#### 「web なわ跳び広場」とは

- ① 平成26年度から県内の小学校を対象に、なわ跳びの記録をweb上に登録することで自分たちの学校にいながら他校のチームと競い合うことができる大会である。
- ② 短なわ跳び及び長なわ8の字跳びで、制限時間内に何回跳べたかの記録を登録する。
- ③ 前期大会(平成28年5月～7月)、後期大会(平成28年11月～平成29年2月)
  - ・平成27年度後期大会 参加校(短なわ23校 898人 長なわ155校 924チーム)
  - ・平成28年度前期大会 参加校(短なわ6校 266人 長なわ35校 120チーム)

## 9 地域別の体力・運動能力の状況

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



### ① 被災地（沿岸部）における運動環境にはいまだに制限がある

- グラウンドに仮設住宅が建設されており、運動場所が制限されている。
- 応急仮設校舎のため、他校と運動施設を共用している。
- 通学バスにより登下校の時刻が制限されているため、運動時間が十分確保できない。
- 地域内の公園が未復旧・未整備の地域も多いため、帰宅後の運動環境にも制限がある。

### ② 被災地（沿岸部）の学校における工夫した取組

#### 【小学校】

- 体育の準備運動に、体力・運動能力調査の種目に関わる体づくり運動を取り入れている。
- 全校で学年を越えた縦割り班を組織し、休み時間に異学年交流での運動遊びを行っている。
- 休み時間中に、web なわ跳び広場の長なわ8の字跳びに挑戦している。
- 市内体育祭・水泳大会への積極的な参加を促し、全教職員で対応している。

#### 【中学校】

- 持久力の向上に向け、全校体制での駅伝練習や冬場の合同部活動を実施している。
- 休み時間の体育館開放やボール・用具の貸出しを行い、運動機会の確保に努めている。
- 基本的な生活習慣に課題がある生徒に対して、日常生活の見直しや改善を促す働きかけを行っている。

### Ⅲ

## 学校保健関係調査結果について

- 「平成28年度学校保健統計調査」
- 「平成28年度宮城県児童生徒の健康課題統計調査」
- 「平成28年度体力・運動能力,健康課題に係る取組状況調査」



食育セミナーで学ぶ中学生の様子

## 「平成28年度学校保健統計調査」

### 1 肥満傾向児の出現率

#### ① 全国値との比較

- ・男子の高等学校1年生（15歳）を除き，全国値より高くなっている。
- ・男子では小学校1年生（6歳），小学校6年生（11歳），中学校2年生（13歳）が全国2位となっている。女子では，小学校3年生（8歳），中学校2年生（13歳）が全国2位となっており，全国に比べて肥満傾向児の割合が極端に多くなっている。

#### ② 昨年度との比較

- ・男女とも，半数以上の学年で，肥満傾向の割合が増加している。

#### ③ 震災前（平成22年度）との比較

- ・男子では，増加した学年と減少した学年が同数であり，大きな変化はみられなかった。
- ・女子では，肥満傾向児の割合が半数以上の学年で減少している。

○男子

（参考）

区分	平成28年度				平成27年度			平成22年度		
	宮城県値	全国値	差	順位	宮城県値	差	順位	宮城県値	差	順位
幼稚園	3.97	2.68	1.29	8	4.54	△ 0.57	4	4.27	△ 0.30	6
小学校										
1年生	8.25	4.35	3.90	2	5.36	2.89	10	6.99	1.26	6
2	6.61	5.74	0.87	12	8.61	△ 2.00	3	7.43	△ 0.82	12
3	11.91	7.65	4.26	5	8.35	3.56	10	10.17	1.74	8
4	13.56	9.41	4.15	4	11.02	2.54	13	13.43	0.13	5
5	14.72	10.01	4.71	4	11.67	3.05	9	13.07	1.65	8
6	17.76	10.08	7.68	2	16.61	1.15	1	10.70		21
中学校										
1年生	15.49	10.42	5.07	3	13.96	1.53	5	16.56	5.57	2
2	12.96	8.28	4.68	2	9.45	3.51	15	14.56	△ 1.60	2
3	10.05	8.04	2.01	7	10.78	△ 0.73	7	12.45	△ 2.40	2
高等学校										
1年生	10.92	10.95	△ 0.03	27	15.59	△ 4.67	6	12.28	△ 1.36	24
2	10.16	9.43	0.73	22	9.28	0.88	27	13.35	△ 3.19	13
3	12.60	10.64	1.96	11	14.24	△ 1.64	9	10.98	1.62	26

○女子

区分	平成28年度				平成27年度			平成22年度		
	宮城県値	全国値	差	順位	宮城県値	差	順位	宮城県値	差	順位
幼稚園	4.47	2.44	2.03	3	7.36	△ 2.89	1	5.90	△ 1.43	2
小学校										
1年生	6.16	4.24	1.92	10	4.19	1.97	28	7.68	△ 1.52	5
2	5.52	5.18	0.34	24	6.37	△ 0.85	15	7.55	△ 2.03	8
3	11.36	6.63	4.73	2	10.39	0.97	2	8.62	2.74	12
4	10.61	7.17	3.44	3	8.06	2.55	16	9.54	1.07	8
5	10.53	7.86	2.67	6	8.67	1.86	15	11.76	△ 1.23	3
6	10.39	8.31	2.08	11	11.73	△ 1.34	6	12.14	△ 1.75	5
中学校										
1年生	12.39	8.57	3.82	3	10.70	1.69	14	14.11	△ 1.72	1
2	11.27	7.46	3.81	2	11.13	0.14	4	12.71	△ 1.44	1
3	9.62	7.70	1.92	9	8.36	1.26	17	12.09	△ 2.47	2
高等学校										
1年生	9.17	8.46	0.71	21	9.90	△ 0.73	11	8.16	1.01	32
2	8.63	7.36	1.27	19	6.77	1.86	28	7.34	1.29	26
3	8.99	7.95	1.04	16	6.40	2.59	42	6.62	2.37	40

※ 「差」は，平成28年度の宮城県値と比較したもの。

## 2 肥満傾向児の出現率の推移

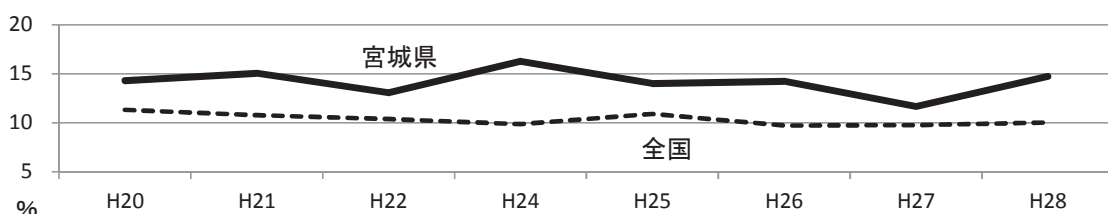
文部科学省:学校保健統計調査(抽出調査:国公立)

H23年度は実施していない

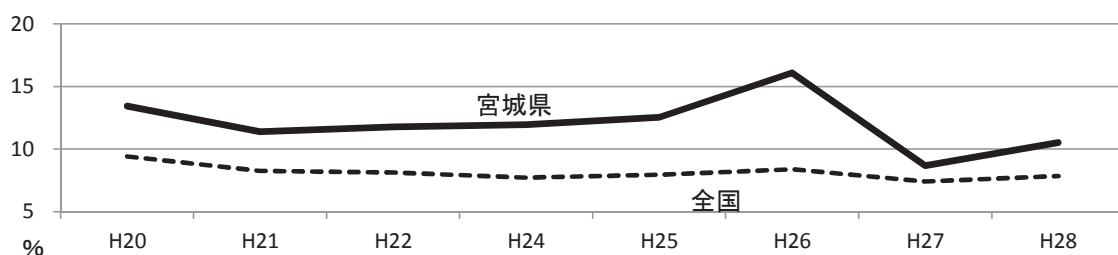
小5男女・中2男女とも全国平均値を上回っている。

(単位:%)

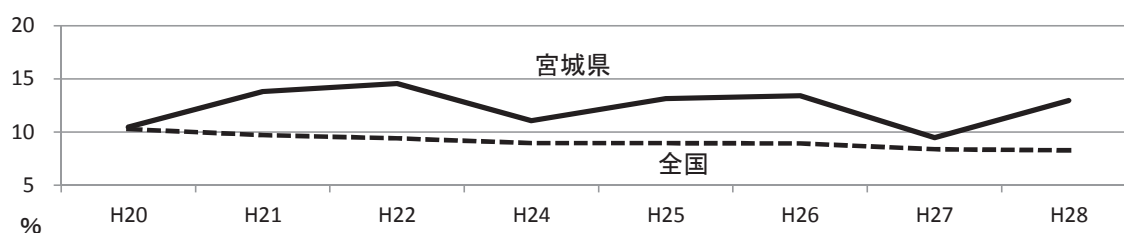
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	14.31	15.06	13.07	16.28	14.00	14.24	11.67	14.72
全国	11.32	10.76	10.37	9.86	10.90	9.72	9.77	10.01



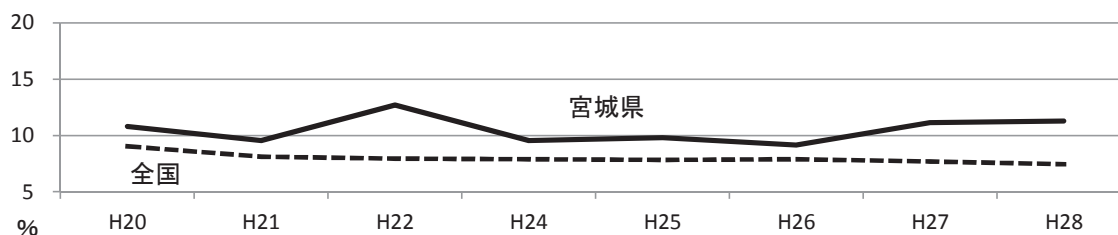
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	13.44	11.39	11.76	11.96	12.53	16.10	8.67	10.53
全国	9.42	8.26	8.13	7.73	7.96	8.40	7.42	7.86



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



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





### 3 むし歯被患者【処置完了者と未処置歯のある者】の割合の推移

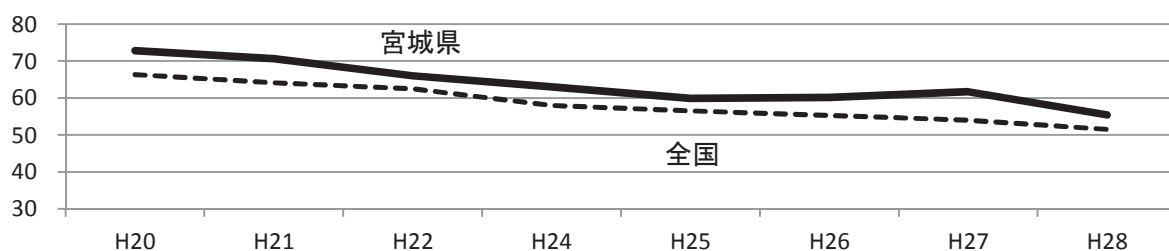
文部科学省：学校保健統計調査（抽出調査：国公立）

H23年度は実施していない

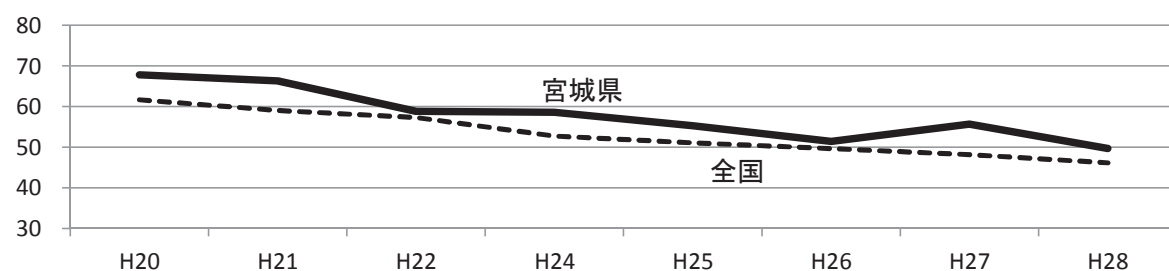
小5男女・中2男女とも改善傾向にあるものの、全国平均値を上回っている。

(単位：%)

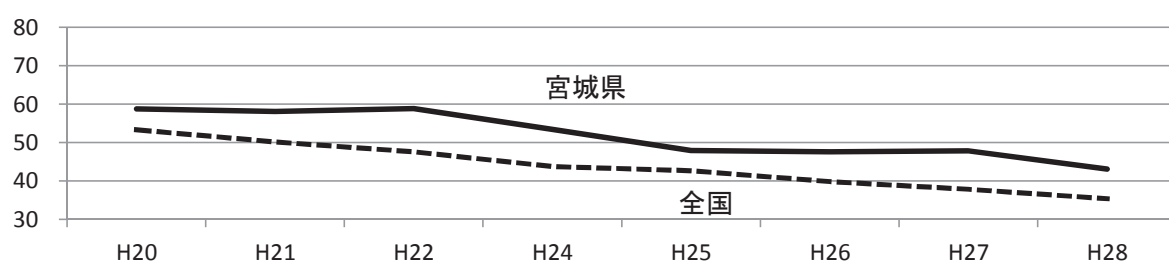
小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	72.80	70.60	66.00	63.00	59.90	60.10	61.70	55.40
全国	66.32	64.14	62.49	57.97	56.49	55.29	53.98	51.50



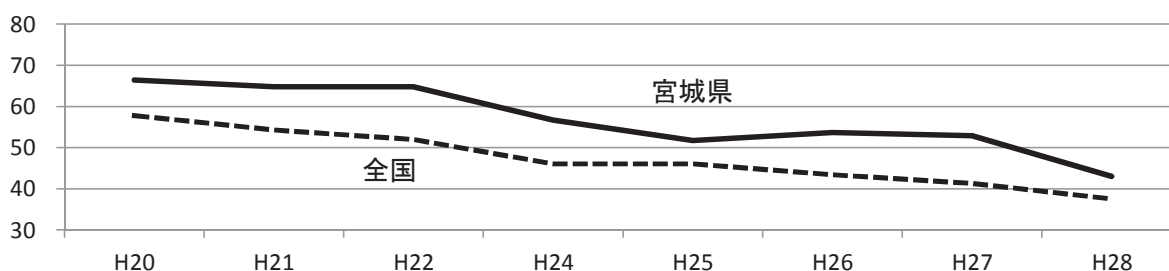
小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	67.80	66.30	58.80	58.60	55.30	51.40	55.70	49.70
全国	61.70	59.08	57.33	52.73	51.09	49.71	48.23	46.19



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



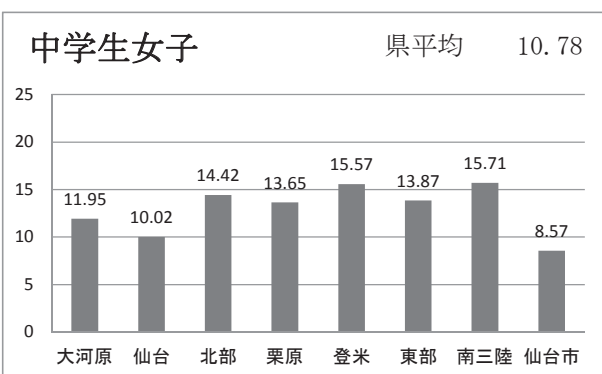
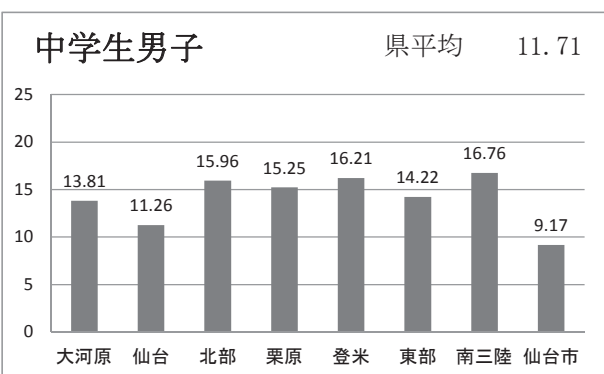
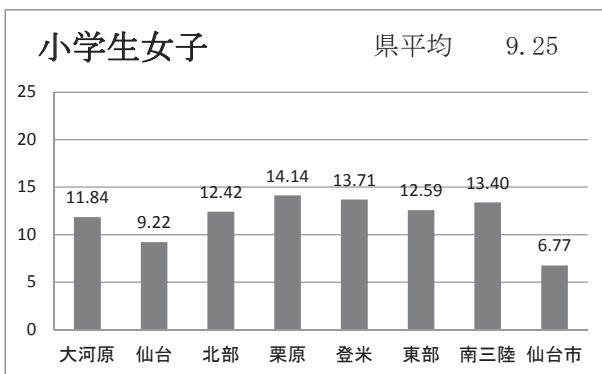
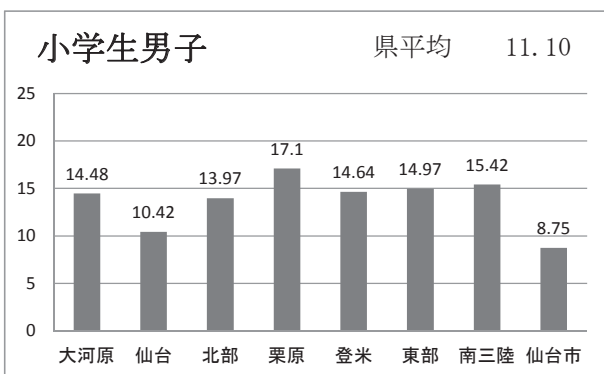
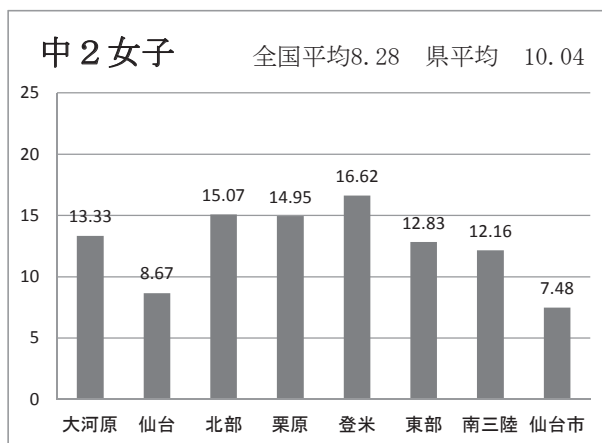
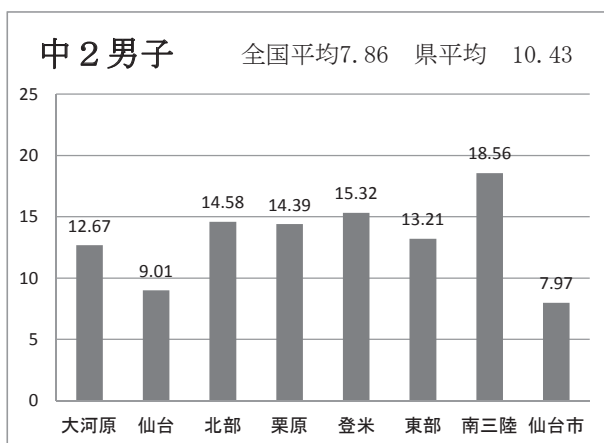
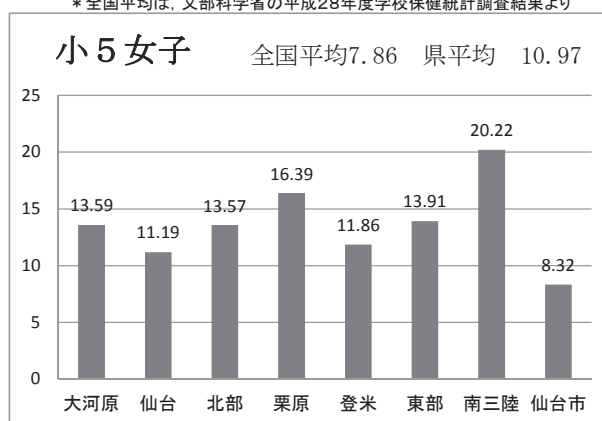
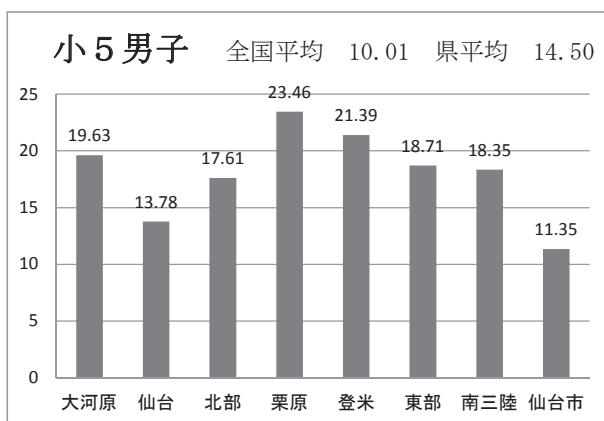
中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28
宮城県	66.40	64.80	64.80	56.70	51.70	53.70	52.90	43.00
全国	57.82	54.34	51.96	46.12	46.06	43.42	41.38	37.57



# 「平成28年度宮城県児童生徒の健康課題統計調査」

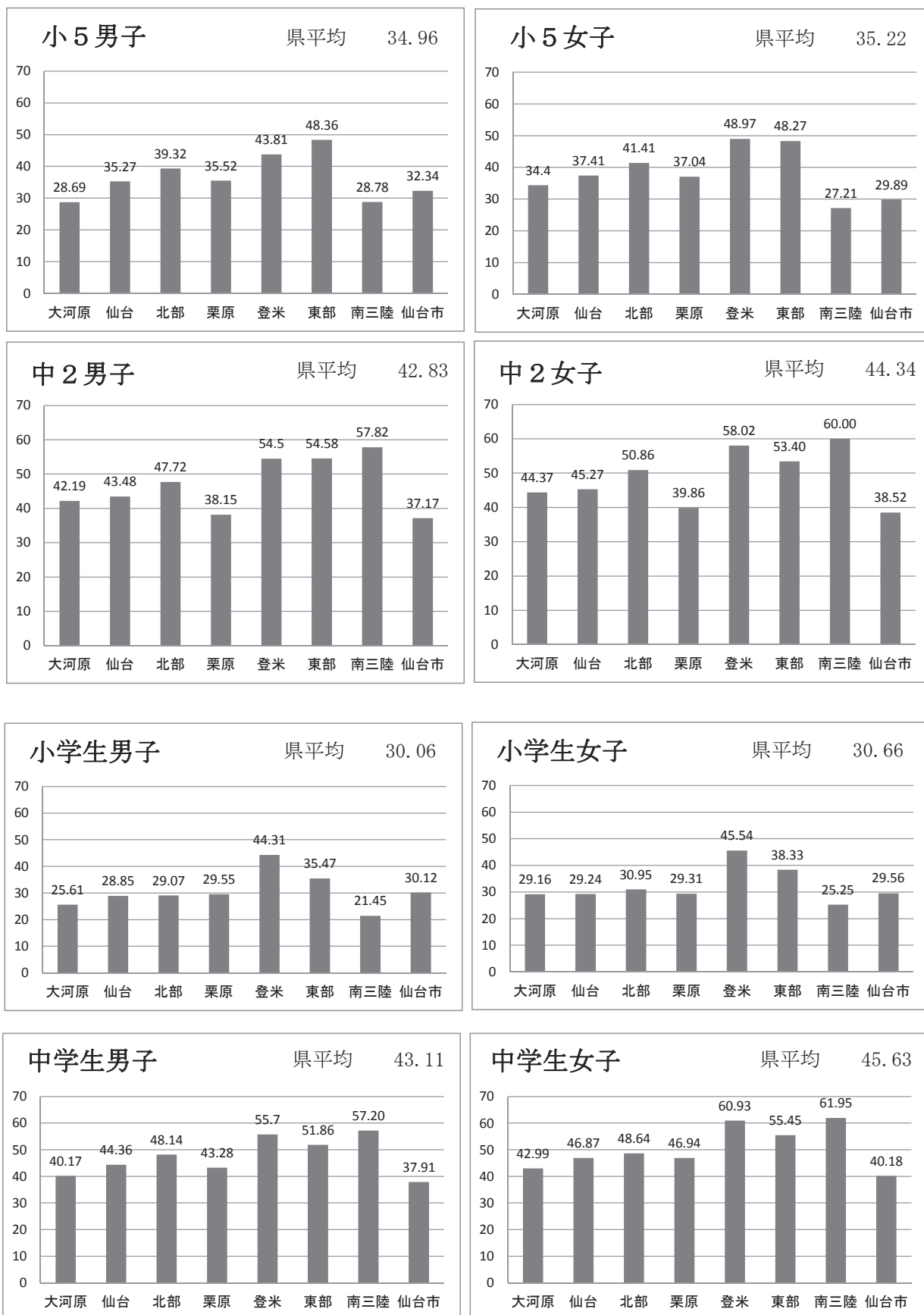
## 1 地域別の肥満傾向児の出現率の状況

\* 全国平均は、文部科学省の平成28年度学校保健統計調査結果より



- 全国と比較すると、県の平均は小5・中2の男女とも全国平均を上回っている。
- 全体的に、仙台市近郊は肥満傾向児の出現率が県平均を下回っており、他の地域は上回っている。
- 小学生より中学生の肥満傾向児の割合が減少している地域は、男子で大河原・栗原・東部となっており、女子は栗原のみである。

## 2 地域別の永久歯う歯り患の状況(う歯り患率)



- う歯罹率は全国同様、低下傾向で推移しているが、う歯り患率に男女差は、特にみられない。
- 栗原教育事務所管内で、小中学生とも罹率が低い傾向にある。
- 南三陸教育事務所管内では、小学生の罹率が県内で一番低く、中学生の罹率が県内で一番高くなっている。
- 小学生では、登米・東部が高い傾向にあり、中学生では登米・東部・南三陸で高い傾向にある。

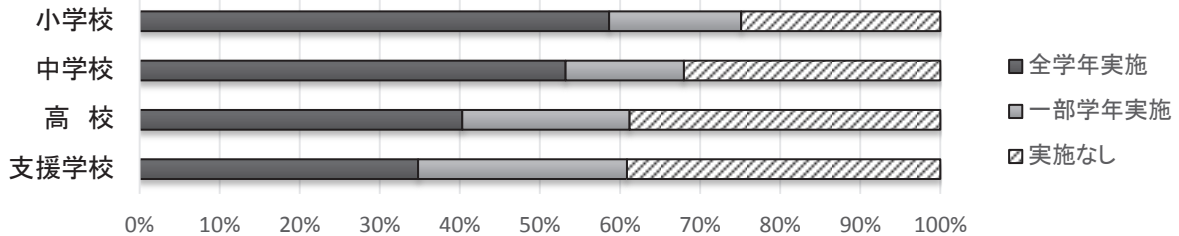
# 平成28年度体力・運動能力，健康課題に係る取組状況調査

対象：県内公立小・中・高等学校（全日制），  
特別支援学校【全校種とも仙台市を含む】  
期間：8月1日（月）～10月31日（月）

## 【体力・運動能力の向上に係る組織的な取組について】

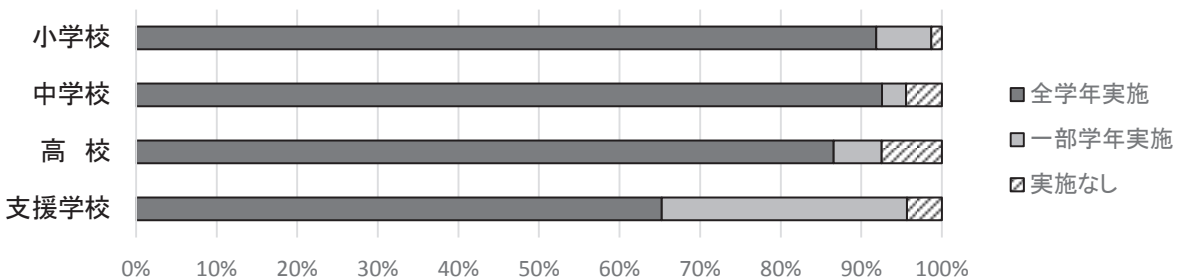
問1 授業改善に向けた教員研修等を実施していますか。

- ・体育に関するテーマの校内研究の実践
- ・調査に向けた測定講習会の実施
- ・体育授業検討会の実施
- ・外部講師による実技研修
- ・授業における実技ボランティアの活用



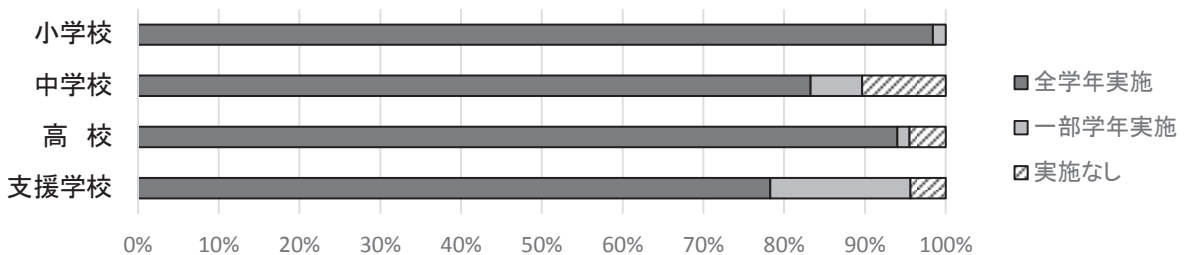
問2 児童生徒が明確な目標を持てるような指導を行っていますか。

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



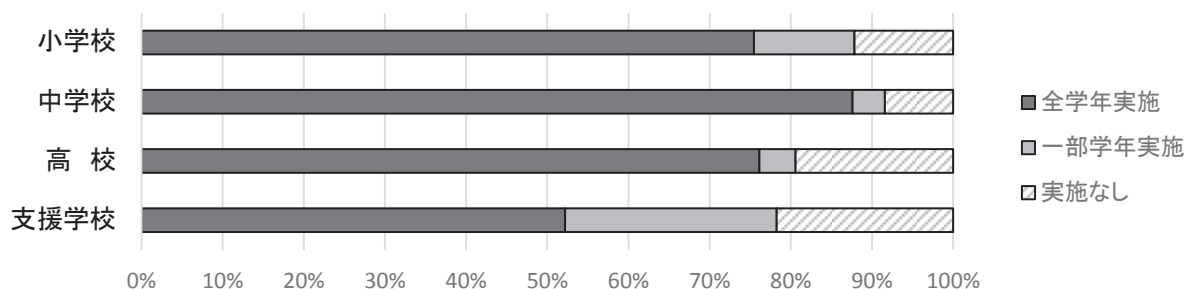
問3 運動機会確保のための工夫をしていますか。

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



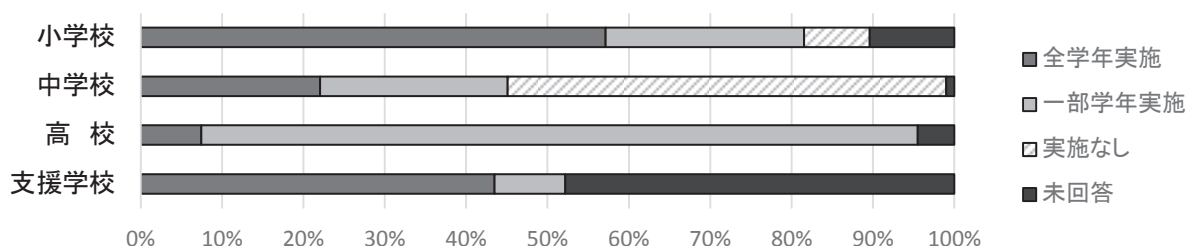
問4 校内で統一した補強運動等を実施していますか。

- ・元気アップエクササイズの活用
- ・補強運動の計画実施
- ・学校独自の運動プログラムの開発実践
- ・朝，業間，放課後の時間を活用した計画的な運動の実施
- ・学校独自の統一した準備運動の開発実践

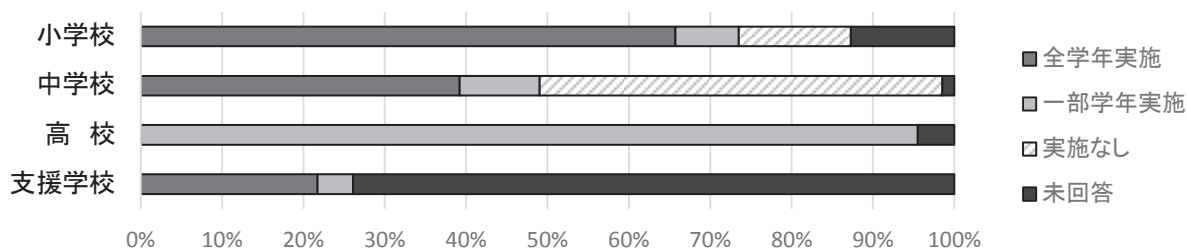


## 【歯科保健に係る取組について】

問5 教科以外で歯科の保健教育（集団指導）を実施しましたか。



問6 歯みがき習慣の定着に向けた取組を実施していますか。



問7 貴校で行っている歯科保健に係る具体的な取組をご記入ください。（一部抜粋）

### ○小学校

- ・ 歯科校医、歯科衛生士との連携による歯科指導の実施
- ・ 市町村保健担当局事業との連携による歯科指導の実施
- ・ 歯みがきタイムの時程への位置づけ
- ・ 健全歯児童及び治療済み児童への表彰
- ・ 治療勧告者への複数回の個別指導
- ・ 保護者に対する口腔衛生に関する情報提供（保健だより）
- ・ 歯科校医講師による職員研修の実施
- ・ 学級担任による生活記録カードを用いた歯みがきチェック
- ・ 学区内中学校の養護教諭との情報共有と連携
- ・ 児童による専門委員会等を活用した取組（朝会、掲示物の作成、標語募集表彰 等）
- ・ 週1回のフッ化物洗口の実施
- ・ カラーテスター、口腔カメラの活用
- ・ 教育相談の実施

### ○中学校

- ・ 保護者との連携（家庭訪問、教育相談、市町村による医療補助制度の情報提供等）
- ・ 歯科校医、歯科衛生士による歯科指導
- ・ 校内掲示の工夫（むし歯保有率、受診率等）
- ・ 生徒の口腔衛生に関する内容をテーマとした調べ学習と発表（歯とスポーツ、歯と学力、歯と災害等）
- ・ 未受診者への個別指導
- ・ 全校歯みがきタイムの実施

### ○高等学校

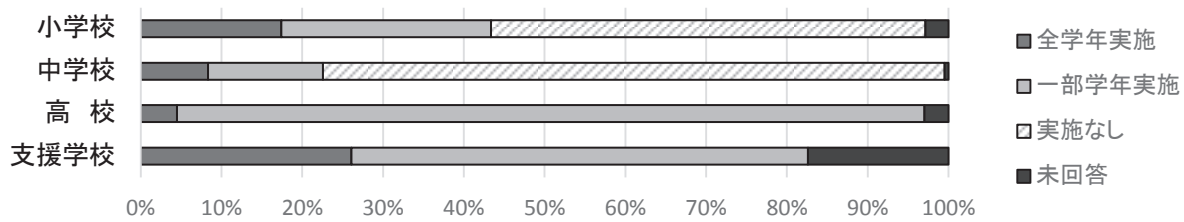
- ・ 保健だより、校内掲示を用いた口腔衛生に関する情報提供
- ・ 保護者との連携（三者面談等）
- ・ 歯科講話の実施
- ・ 個別指導の実施

### ○支援学校

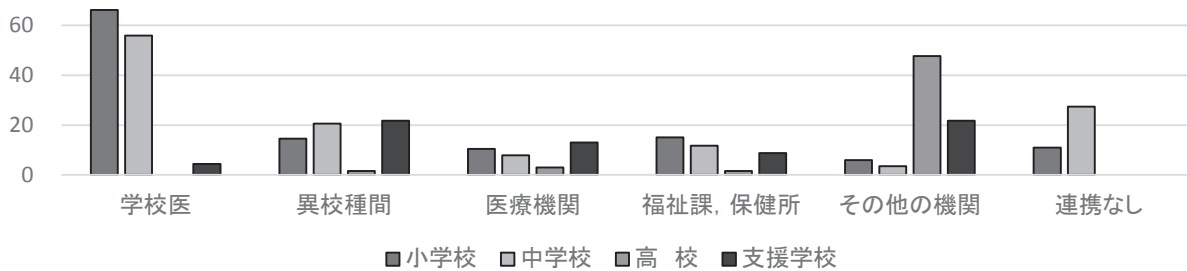
- ・ 給食後の歯みがき指導の徹底と担任による仕上げみがきの実施
- ・ 長期休業時における歯みがきカードの活用

## 【肥満対策に係る取組について】

問8 教科以外で肥満に関する保健教育（集団指導）を実施しましたか。



問9 肥満の健康課題について、次の機関等と連携を図っていますか。（複数回答可）



問10 貴校で行っている肥満の改善に向けた具体的な取組をご記入ください。（抜粋）

### ○小学校

- ・保護者との連携（成長曲線の提示や生活習慣改善への情報提供、管理栄養士、栄養教諭との面談）
- ・市町村保健担当局事業との連携による生活改善指導の実施
- ・肥満度のクラスごと一覧を年2回作成し、推移の調査及び分析を実施。
- ・万歩計、活動量計の配布及び分析
- ・運動量の確保（外遊びや徒歩通学の奨励、組織的業間運動の実践、運動カードやルルブルの活用）
- ・食習慣改善に向けた個別指導（保健室連絡ノートを活用、フードモデルの提示、給食時巡回指導）
- ・学校保健委員会での課題検討（管理校医及び医療機関との連携）
- ・学区内中学校の養護教諭との情報提供と連携
- ・児童による専門委員会等を活用した運動への取組（運動朝会、webなわ跳び広場 等）

### ○中学校

- ・保護者との連携（家庭訪問、教育相談等）
- ・医療機関への情報提供と連携
- ・市町村保健担当局事業との連携による生活改善指導の実施
- ・栄養教諭、栄養士による食育指導
- ・生活習慣、体重チェックカードの活用
- ・学区内小学校の養護教諭との情報提供と連携
- ・保健体育科授業（保健分野）の充実（養教及び栄養教諭とのTT指導等）

### ○高等学校

- ・保健科目の充実（養教とのTT指導等）
- ・体育科授業の充実（サーキットトレーニング、補強運動の実施、個別の回数や負荷の設定）
- ・保護者との連携（三者面談等）
- ・医療機関との連携

### ○支援学校

- ・個別ケース会議の実施（学級担任、養護教諭、保護者、栄養教諭）
- ・給食量の調節 ・運動量の確保

# IV

## 課題と取組



全校でみやぎっ子！元気アップエクササイズに取り組む小学生の様子

# 1 課題と取組の方向性

## (1) 課題

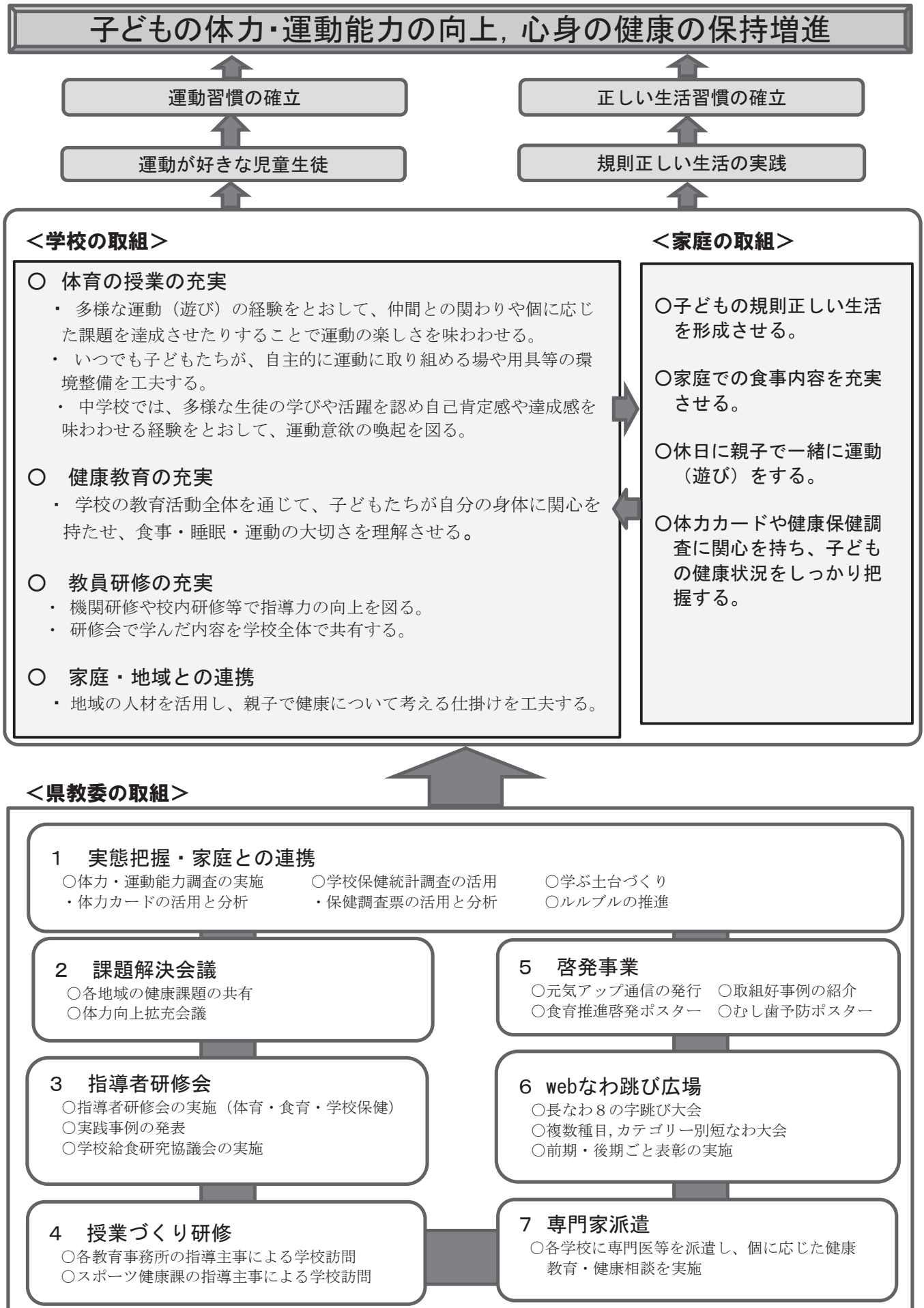
- ① 小学生の運動機会確保に向けた継続的な取組が求められる。
  - ・ 「一週間の総運動時間」が全国平均より短く、60分未満の割合が高いことが、体力・運動能力が低いことにつながっている。
- ② 中学生の運動の質を高めるための取組が求められる。
  - ・ 「運動部活動に所属する生徒」及び「一週間の総運動時間」は全国平均より高いが、体力・運動能力の向上には結びついていない。
- ③ 学校の組織的な取組がより一層望まれる。
  - ・ 「体力運動能力向上のための目標を設定した学校」「運動が苦手（嫌い）な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組」を行っている学校の割合が全国平均より低い。
- ④ 正しい生活習慣の確立と健康教育への積極的な取組が求められる。
  - ・ 「健康三原則に対する意識」が低く、肥満傾向児出現率、むし歯被患者の割合が高いため、体力・運動能力の向上対策と合わせた取組が必要である。

## (2) 取組の方向性

- ① 運動の楽しさ、特性に触れることができる体育の授業づくりに取り組む。
  - ・ 小学校では、児童が「運動好き」になるような授業づくりと、「web なわ跳び広場」をはじめとした休み時間等における子ども達の自主的な遊びを促す場づくりに取り組む。
  - ・ 中学校では、生徒の多様性に対応し、生徒に自己肯定感や達成感を味わわせることができる授業づくりに取り組む。
  - ・ 男女の性差に応じた「魅力ある体育の授業実践」に向け、各種講習会をとおして教員の資質向上を図る。
- ② 学校における取組と家庭における取組を明確にしつつ、連携を深める。
  - ・ 学校においては、運動に親しむ場や環境整備を工夫し、運動の日常化を図るとともに、規則正しい生活の実践による正しい生活習慣の確立と食育を推進する。
  - ・ 家庭においては、児童生徒の「充実した食事」「望ましい睡眠」に心がけるとともに、「休日の親子遊び」を促進する。
- ③ 「肥満」や「むし歯」の減少や健康に関する意識の向上など健康教育への取組を推進する。
  - ・ 学校の教育活動全体をとおして、子どもたちに自分の身体への関心を持たせ、食事・睡眠・運動の大切さを理解させる。
  - ・ 体力カードや健康保健調査票等により、学校と家庭が児童の健康状況についての情報交換を行うなど連携を図る。



## 2 今後の取組



# 学校全体での取組の5つのポイント

## 1 授業改善に向けた教員研修等の実施

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

## 2 児童生徒への明確な目標の提示（意欲づけ）

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

## 3 運動機会確保のための時間や場の創出

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

## 4 校内で統一された補強運動等の実施

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

## 5 生活習慣改善に向けた取組と家庭・地域との連携

肥満

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

歯科

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

家庭・地域との連携

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

# 体力・運動能力調査結果の有効活用のために

各学校においては、調査結果をもとに児童生徒一人一人の体力・運動能力・運動習慣等の実態や学校及び学級の傾向を把握し、それに基づいた指導を進めていくことが大切です。自校の結果を比較・分析することで課題を明確にし、その解決の手立てを考え、学校全体で体力向上・心身の健康の保持増進に向けた取組を立案・実践しましょう。

4月 「体力・運動能力向上に関する講習会」  
・現状と課題  
・測定方法の確認  
・有効な動作指導

4月

## 宮城県小・中・高等学校体力・運動能力調査

宮城県調査結果の確認 県平均との比較・分析(調査報告書の有効活用)

- ・具体的数値目標の設定
- ・健康教育の推進
- ・好取組実践の活用

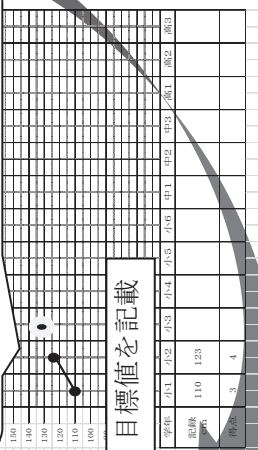
### 学校全体での取組の立案

○体力カードの有効活用

### 児童生徒の目標設定

目標値の設定(例)

- ① 「5点をを目指す。」
- ② 「5点をとるためには、130cm以上」
- ③ 「去年は123cmだから、10cm以上アップさせ、135cmを目指す。」



目標値を記載

## 体力・運動能力調査の実施

6月 全国調査  
学校質問  
紙提出

6月

○正確な体力調査の実施にあたって

- ・測定機器の正常動作確認
- ・体力・運動能力向上に関する講習会内容を  
全教職員へ伝達(小学校)
- ・測定方法の確認と正確な動作指導、練習

7月

全国体力・運動能力・運動習慣等調査 スポーツ庁へ各校から結果の提出  
小学5年生、中学2年生 皆

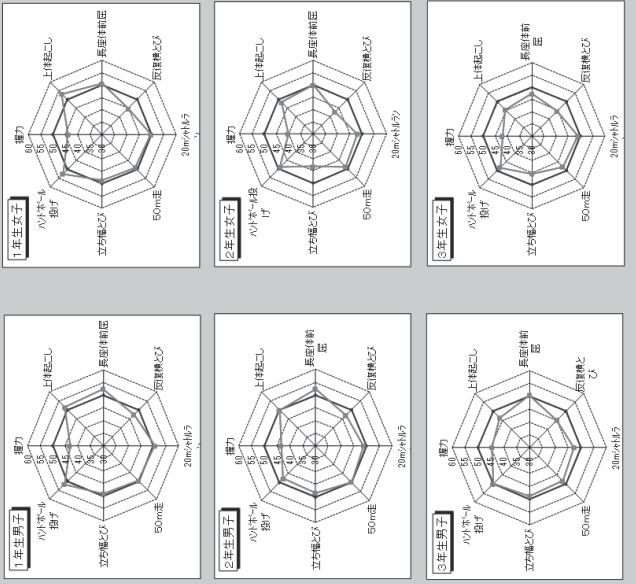
【学校平均値と全国・宮城県平均値との比較  
リーダーチャートグラフ作成 スポーツ健康課】

体力・運動能力調査結果(宮城県平均との比較)

調査場所	〇〇中学校								
学年	性別	握力(kg)	上体むしり(回)	長座体前屈(度)	50m走(秒)	ハットキリ投げ(m)			
1	男	19.4	24.1	40.8	46.8	68.3	8.7	173.2	17.9
1	女	18.9	21.9	42.8	42.1	48.3	9.3	187.8	11.6
2	男	24.6	27.3	46.0	49.9	81.0	8.0	189.4	18.7
2	女	19.2	22.2	44.9	41.7	52.4	9.0	149.4	11.5
3	男	30.0	27.5	47.1	51.1	83.9	7.8	204.2	22.0
3	女	21.3	21.9	44.3	43.3	54.4	9.0	187.4	12.1

下のグラフは、各学年毎年の平均値(50名以上の児童の、12コアを測定して平均値を算出している)と、宮城県平均値(50名以上の児童の、12コアを測定して平均値を算出している)とを比較したものです。各学年毎年の平均値(50名以上の児童の、12コアを測定して平均値を算出している)とを比較したものです。各学年毎年の平均値(50名以上の児童の、12コアを測定して平均値を算出している)とを比較したものです。

https://www.pref.miyagi.jp/sports/okakousai/okakousai.html



# 体力・運動能力向上

8月

取組の評価

学年PTA、学校評議員会、学校保健委員会、教育相談等での周知。  
各分野からの評価及び改善策の検討

9月

○今年度の体力調査結果から前年度からの取組を評価する。  
・前年度県平均との比較 ・前年度学校平均との比較 ・学校経年変化

児童生徒一人一人の変容の見取り  
⇒ 体力カードの有効活用

10月

次年度へ向けた課題

改善

「体力・運動能力・健康課題に関する取組状況調査」報告

11月

計画

宮城県小・中・高等学校(全日制)体力・運動能力調査の結果の報告  
市町村教委⇒県スポーツ健康課 県立中・高等学校(全日制)⇒県スポーツ健康課

12月

全国体力・運動能力、運動習慣等調査 都道府県別結果公表  
小学5年生、中学2年生悉皆

小中のみ

全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書 発送  
各教育委員会・各校結果CDの受取

2月

○全国調査の結果検証

↓  
○改善策の充実

学年PTA、学校評議員会、学校保健委員会、  
教育相談等での周知。  
各分野からの評価及び改善策の検討

↓  
○体育・健康教育の

次年度の目標・計画の策定

全国体力・運動能力、運動習慣等調査は、実施要項により、各教育委員会、学校等で調査結果（報告書、結果資料CD、事例校の実践等）を活用した取組に努めることが定められています。それぞれにおいて、結果を分析し、施策や指導に活かしていきます。また、学校や学校だけで自校の結果を公開し、課題の共有に努めることが大切です。

3月

宮城県小・中・高等学校(全日制)体力・運動能力調査結果報告書の発行  
宮城県教育委員会県スポーツ健康課

## 【学校用確認シート スポーツ庁】

小学校  
中学校  
高等学校

### 学校用確認シート

#### 1 自校の状況を確認してみましょう。

結果資料CDを活用すると、自校の調査結果を確認することができます。  
結果資料CDを活用し、自校の状況を記入してみましょう。



子供の体力は、朝は少しずつ向上の傾向にあります。1週間であった運動習慣と比較すると、概ね向上傾向がみられます。

項目	性別	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20

#### 2 確認1▶自校の実績の結果を確認

種目	性別	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20

#### 3 確認2▶自校の児童質問紙調査の結果を確認

項目	性別	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走	50m走	100m走	200m走
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20
男子	男子	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60	11.20	22.40	33.60
女子	女子	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20	12.40	24.80	37.20