



報道関係各位

公益財団法人 日本レクリエーション協会

## 『児童の休み時間の過ごし方に関するアンケート調査』について

公益財団法人 日本レクリエーション協会（所在地：東京都台東区、理事長：小西亘、以下：本協会）は、スポーツ庁からの委託（委託事業名：平成28年度子供の体力向上課題対策プロジェクト）を受け、平成29年2月1日～28日の期間、全国の小学校を対象に、児童の休み時間の過ごし方に関するアンケート調査を行いました。

本調査は、子供の体力向上課題解決を目的として、学校内で児童が体を動かして遊ぶことができる休み時間や実際に楽しまれている遊びの種類、また休み時間の過ごし方に影響を及ぼす物理的環境や外部人材の活用状況等について調査したものです。

このたび調査結果を取りまとめましたので、お知らせいたします。

### 【調査結果のポイント】

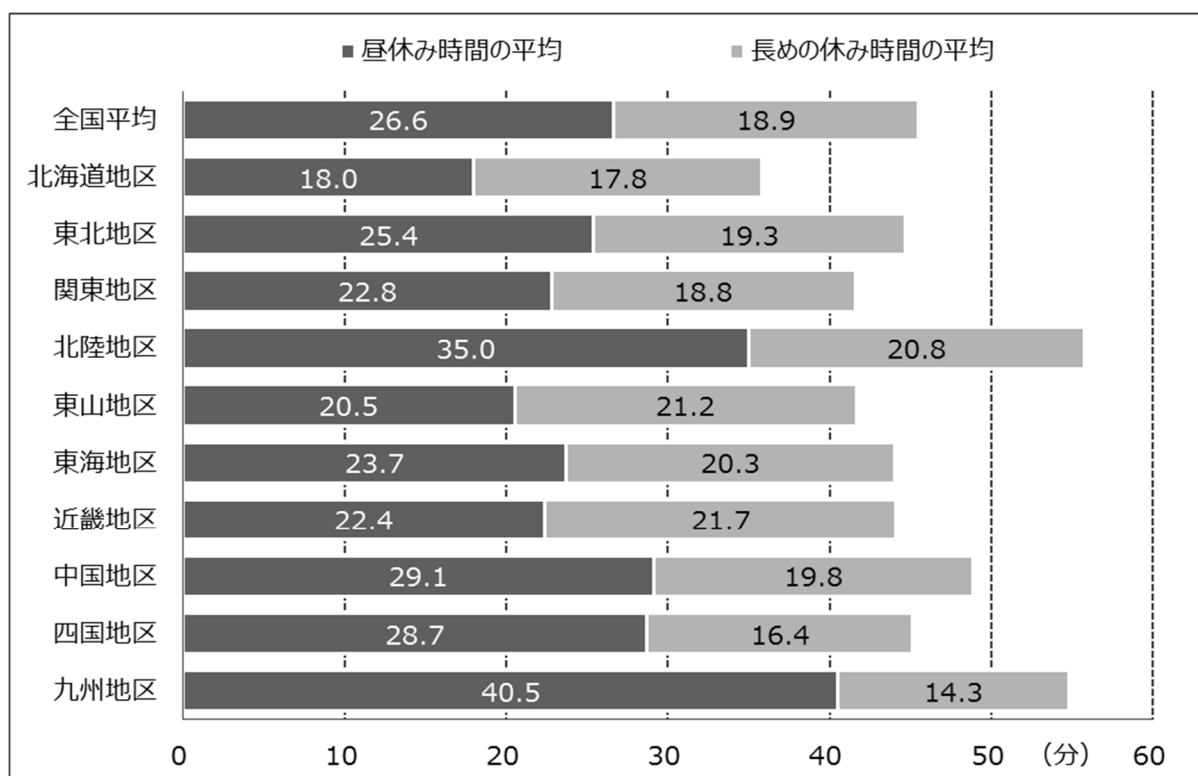
- ① **児童が体を動かして遊ぶことが可能な休み時間は平均 45.5 分**
- ② **休み時間が長い学校は、そうでない学校に比べて体力合計点等が高い結果**
- ③ **始業前や放課後に体を動かして遊べる時間を設置している割合は 47.0%**
- ④ **「一輪車や竹馬等の遊び」はどの学年の児童にも楽しまれている遊びのトップ**
- ⑤ **貸し出し用具の種類が5種類以上の学校は、体力合計点が高い結果**
- ⑥ **体育等の指導に外部人材を活用している（していた）割合は 48.4%**
- ⑦ **外部人材を受け入れる利点は、「外部人材のスキルを役立てられること」**

## 【調査結果の詳細】

### ① 児童が体を動かして遊ぶことが可能な休み時間は平均 45.5 分

平成 28 年度の通常の昼休み時間と、児童が校庭や体育館で体を動かして遊ぶよう長めに設定されている休み時間（例：20 分休みや業間休み、中休み等で、始業前や放課後は除く）を曜日ごとに調査した。その結果、昼休み時間の平均値は 26.6 分、長めの休み時間の平均値は 18.9 分であり、児童が体を動かして遊ぶことが可能な休み時間は概ね 45 分程度であることが明らかとなった。

地区別にみると、北海道地区が合計 35.8 分（昼休み：18.0 分、長めの休み時間：17.8 分）と最も短く、北陸地区が合計 55.8 分（昼休み：35.0 分、長めの休み時間：20.8 分）と最も長かった。



### ② 休み時間が長い学校は、そうでない学校に比べて体力合計点等が高い結果

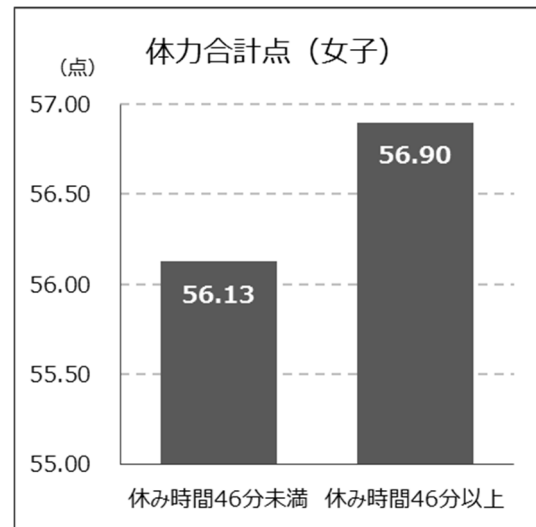
児童が学校内で体を動かして遊ぶことが可能な時間の平均値 45.5 分を基準に、第 5 学年児童の体力テストの結果を比較した。その結果、休み時間が平均以上（46 分以上）の学校は平均以下（46 分未満）の学校に比べて、男子・女子ともに体力・運動能力が高い傾向にあることが明らかとなった。

特に女子は、すべての測定項目において、休み時間が平均以上（46 分以上）の学校の結果が高く、「体力合計点、反復横跳び、20m シャトルラン、立ち幅跳び、ソフトボール投げ」については、統計的に有意な差が確認された。

※男子は、長座体前屈を除くすべての測定項目において、休み時間が平均以上（46 分以上）の学校の結果が高く、「反復横跳び、20m シャトルラン、ソフトボール投げ」において統計的に有意な差が確認された。

女子の結果	休み時間 46分未満	休み時間 46分以上
体力合計点	56.13	56.90
握力	16.42	16.60
上体起こし	18.73	18.83
長座体前屈	37.25	37.31
反復横跳び	40.85	41.68
20mシャトルラン	42.52	44.25
50m走	9.64	9.59
立ち幅跳び	146.43	147.87
ソフトボール投げ	14.44	14.94

■…統計的に有意差がみられた項目

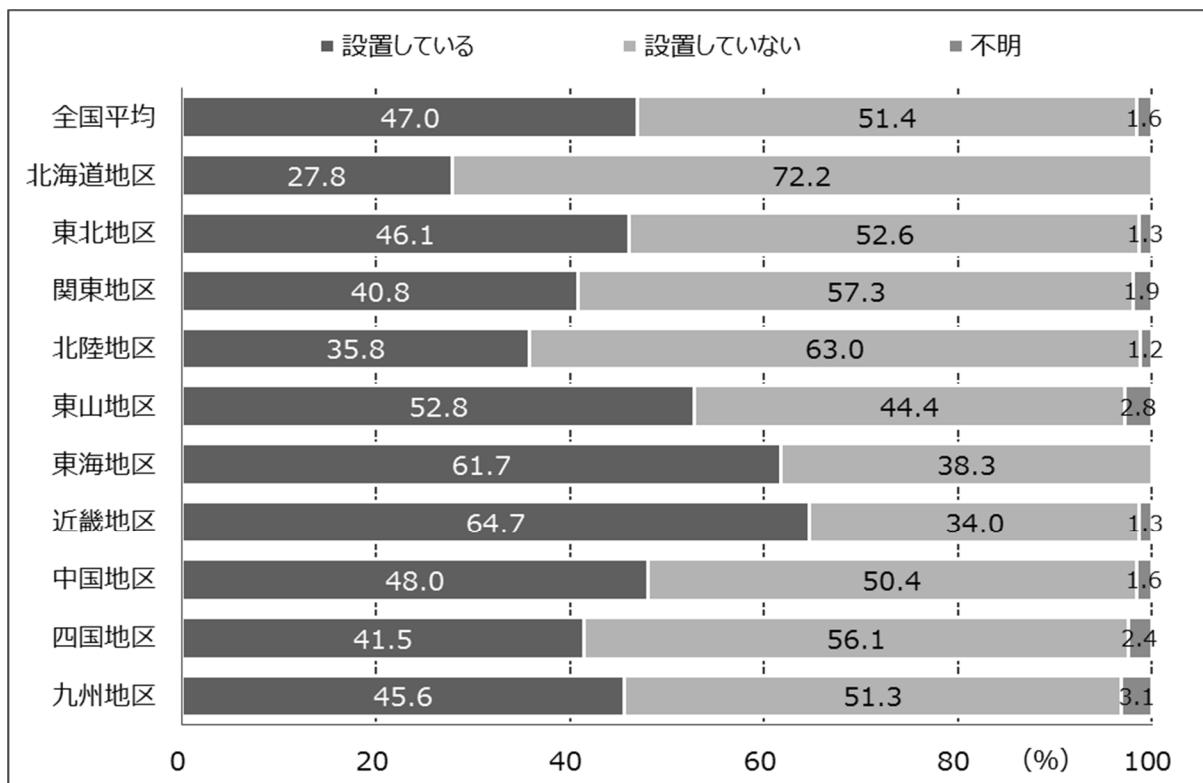


### ③ 始業前や放課後に体を動かして遊べる時間を設置している割合は47.0%

約半数(47.0%)の学校が、始業前や放課後に児童が体を動かして遊ぶことのできる時間を設置していると回答した。

地区別にみると、北海道地区が27.8%と最も少なく、最も多い近畿地区(64.7%)と比較すると約4割近い差があることが明らかとなった。

また、始業前・放課後それぞれの設置頻度と時間の平均値を算出したところ、始業前(531校)の設置頻度は4.3回、1回あたりの設置時間は17.0分であった。一方、放課後(183校)においては設置頻度が4.0回、1回あたりの設置時間は35.1分であることが明らかとなった。



#### ④「一輪車や竹馬等の遊び」はどの学年の児童にも楽しまれている遊びのトップ

低学年・中学年・高学年別に日頃校内で楽しまれている遊びについて聞いたところ、「一輪車や竹馬等の遊び」がどの学年でも上位にランクインする結果となった（低学年:2位、中学年:1位、高学年:3位）。

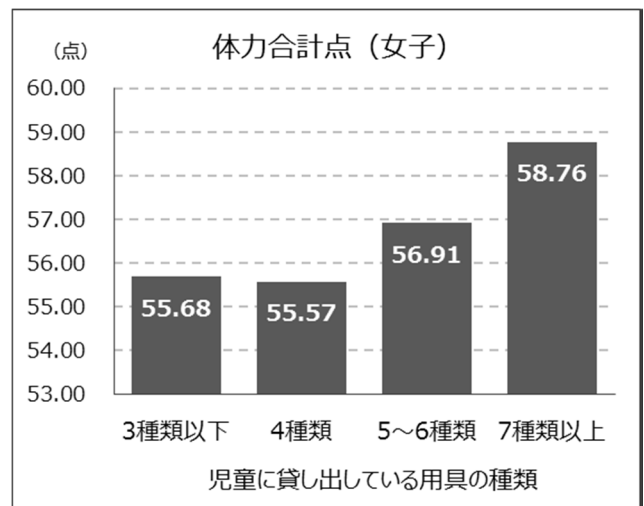
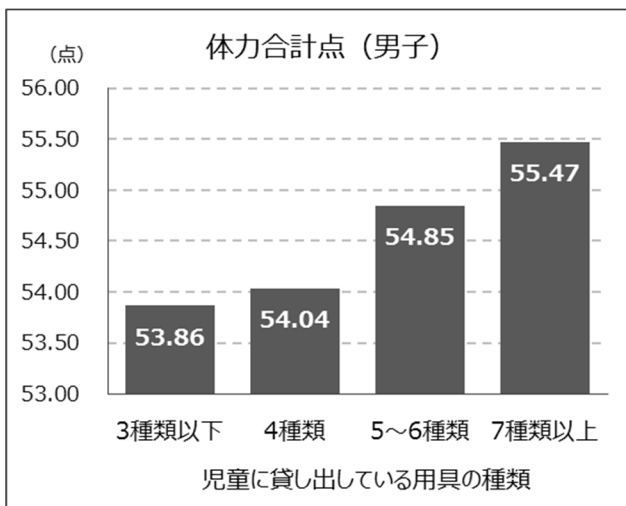
また上位10種類の遊びのうち、8種類は低・中・高学年すべての学年で楽しまれていた。

順位	低学年 (n=1,322)	%	順位	中学年 (n=1,322)	%	順位	高学年 (n=1,322)	%
1	固定遊具を使った遊び	84.0	1	一輪車や竹馬等の遊び	83.0	1	ゴール型の遊び	81.8
2	一輪車や竹馬等の遊び	83.2	2	ドッジボールのような遊び	80.1	2	ドッジボールのような遊び	75.7
3	ドッジボールのような遊び	64.7	3	ゴール型の遊び	71.7	3	一輪車や竹馬等の遊び	71.6
4	鉄棒を使った遊び	63.5	4	固定遊具を使った遊び	65.5	4	リレーやかけこのような遊び	47.8
5	リレーやかけこのような遊び	57.2	5	鉄棒を使った遊び	58.9	5	固定遊具を使った遊び	40.8
6	ゴール型の遊び	37.7	6	リレーやかけこのような遊び	55.6	6	鉄棒を使った遊び	38.3
7	宝取り鬼のような遊び	31.2	7	宝取り鬼のような遊び	30.6	7	宝取り鬼のような遊び	26.2
8	ゴム跳びのような遊び	9.5	8	ベースボール型の遊び	16.6	8	ベースボール型の遊び	21.3
9	その他	6.7	9	ネット型の遊び	8.9	9	ネット型の遊び	16.2
10	ベースボール型の遊び	5.5	10	ゴム跳びのような遊び	6.5	10	相撲等の力試しの遊び	5.9

#### ⑤ 貸し出している遊び用具が5種類以上の学校は、体力合計点が高い結果

休み時間等での利用を目的として、児童に貸し出している遊び用具（例：ボール、一輪車、長縄等）の種類と第5学年児童の体力テスト結果との関連を調査した。

その結果、男子・女子ともに貸出用具を7種類以上選択した学校の体力合計点が最も高く（男子：55.47点、女子：58.76点）、貸出用具の種類が少ない学校の体力合計点は低いことが明らかとなった。



※統計的な有意差は以下のとおり。

「3種類以下/4種類 < 5~6種類/7種類」

※統計的な有意差は以下のとおり。

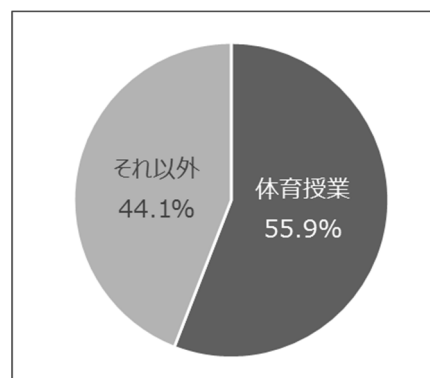
「3種類以下/4種類 < 5~6種類/7種類」

「5~6種類 < 7種類」

## ⑥ 体育等の指導に外部人材を活用している（していた）割合は48.4%

体育や運動遊びの指導などに外部人材を活用している（していた）と回答した学校は48.4%となり、過半数に満たなかった。さらに、活用状況（人・時間・頻度）を聞いたところ、体育の授業以外の場面にも44.1%活用されていることが明らかとなった。

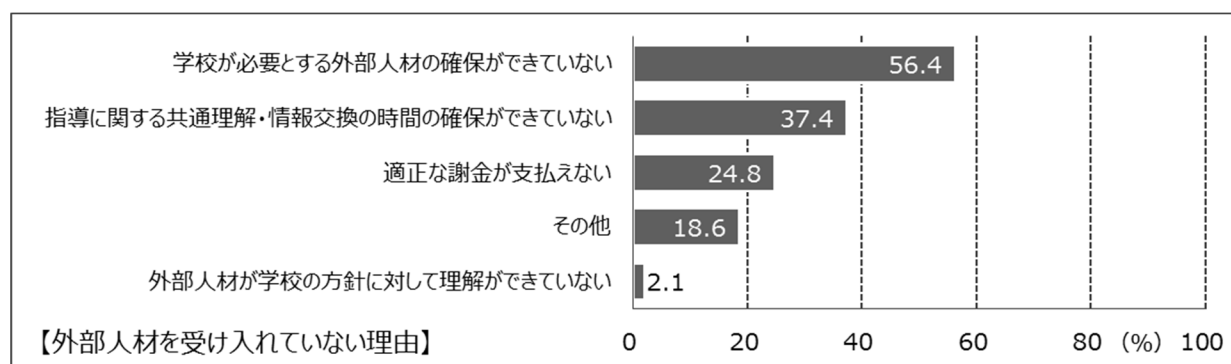
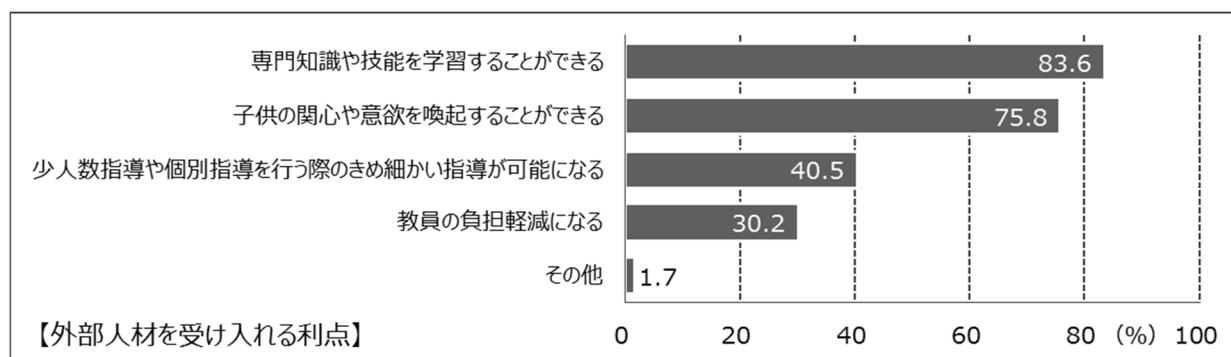
また、活動頻度を聞いたところ、月に1回未満が最も多く、74.1%となった。



## ⑦ 外部人材を受け入れる利点は、「外部人材のスキルを役立てられること」

外部人材を受け入れる利点を聞いた結果、「少人数指導や個別指導を行う際のきめ細かい指導が可能になる（40.5%）」「教員の負担軽減になる（30.2%）」といった教員の負担軽減よりも、「専門知識や技能を学習することができる（83.6%）」「子供の関心や意欲を喚起することができる（75.8%）」といった外部人材のスキルを子供の学習に役立てられることを利点に挙げる学校の方が多かった。

一方、外部人材を受け入れていない理由としては、「学校が必要とする外部人材の確保ができていない」が56.4%と最も多く、次いで「指導に関する共通理解・情報交換の時間の確保ができていない（37.4%）」と続く結果となった。



※より詳細な調査結果につきましては、

当協会HP (<http://www.recreation.or.jp/>)にて公開させていただく予定です。

## 【調査概要】

調査対象：全国の市区町村に所在する小学校 4,007 校（抽出方法：層化二段無作為抽出法\*<sup>1</sup>）

回答数：1,322 校（回答率：33.0%）

調査時期：平成 29 年 2 月 1 日～28 日

調査内容：校内体育施設の状況、設置遊具、児童への貸出用具、昼休みおよび休み時間数、児童が楽しんでいる遊びの種類、体を動かして遊ぶための取組の有無、外部人材の活用状況、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の実施状況 等

\*<sup>1</sup>…標本の抽出方法は以下の通り。

①都道府県を単位として次の 10 地区に分類

北海道地区	北海道	東北地区	青森・岩手・宮城・秋田・山形・福島
関東地区	茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・東京・神奈川	北陸地区	新潟・富山・石川・福井
東山地区	山梨・長野・岐阜	東海地区	静岡・愛知・三重
近畿地区	滋賀・京都・大阪・兵庫・奈良・和歌山	中国地区	鳥取・島根・岡山・広島・山口
四国地区	徳島・香川・愛媛・高知	九州地区	福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島・沖縄

②各地区内において、学級規模別に分類 ※学校教育法施行規則第 41 条参照

小規模	11 学級以下	標準規模	12～18 学級	大規模	19 学級以上
-----	---------	------	----------	-----	---------

公益財団法人 日本レクリエーション協会  
理事長 小西 亘



所在地：東京都台東区台東 1-1-14 ANTEX24 ビル 7 階

設立：1947 年（昭和 22 年）

加盟団体数：101 団体

URL：<http://www.recreation.or.jp/>

### 【本件に関するお問い合わせ先】

レクリエーション支援者育成部（子供の体力向上事業担当：植田・丹羽）

TEL:03-3834-1093 E-mail:jinzai@recreation.or.jp

※本資料における著作権やその他本資料にかかる一切の権利は、本協会に帰属します。  
本資料内容を転載引用等される場合は、上記担当までお問い合わせください。