

令和4年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査の結果

令和4年度の「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」の結果についてお知らせします。
新型コロナウイルス感染症まん延の影響もあり、体育の授業以外の運動時間の減少や学習以外のスクリーンタイムの増加等、不利な状況の中、令和3年度調査に比べ、体力合計点は小学校男子、中学校男子、中学校女子で向上する結果となりました。

向上した要因は、体力・運動能力の向上に係る取組を継続的に行ったことや、授業の工夫や改善を図ることによって、楽しい授業づくりが進んだからだと考えます。

本調査結果からわかる、子どもたちの体力や運動習慣等の状況を把握し、令和5年度以降の体育・健康に関する指導の改善に役立ててまいります。

1 調査概要

(1) 実施日 令和4年4月～7月

(2) 調査実施人数 小学校5年生 80人 中学校2年生 83人

(3) 実施内容

①体力に関する調査

小学校実施種目

体力テスト種目	体力要素	測定
① 握力	筋力	左右握力の平均値.
② 上体起こし	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.
③ 長座体前屈	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④ 反復横とび	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤ 20mシャトルラン	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥ 50m走	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦ 立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧ ソフトボール投げ	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離.

中学校実施種目

体力テスト種目	体力要素	測定
① 握力	筋力	左右握力の平均値.
② 上体起こし	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.
③ 長座体前屈	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④ 反復横とび	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤-1 持久走	全身持久力・長距離走能力	男子1500m, 女子1000mの走行時間.
⑤-2 20mシャトルラン	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥ 50m走	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦ 立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧ ハンドボール投げ	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離.

②運動や運動習慣等に関する質問紙調査

- ・児童生徒に対する調査
- ・学校に対する調査

2 紀北町における特徴的な傾向

(1) 体力に関する調査結果の分析

①小学校男子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

○筋力（握力）

○筋パワー・筋持久力（上体起こし）

★弱み

○柔軟性（長座体前屈）

○敏捷性（反復横とび）

○全身持久力（20mシャトルラン）

○疾走能力（50m走）

○筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

○巧緻性・投球能力（ソフトボール投げ）

②小学校女子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

○筋力（握力）

○敏捷性（反復横とび）

○巧緻性・投球能力（ソフトボール投げ）

★弱み

○上体起こし（筋パワー・筋持久力）

○柔軟性（長座体前屈）

○全身持久力（20mシャトルラン）

○疾走能力（50m走）

○筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

③中学校男子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

○筋力（握力）

○筋パワー・筋持久力（上体起こし）

○柔軟性（長座体前屈）

○敏捷性（反復横とび）

○筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

○巧緻性・投球能力（ハンドボール投げ）

★弱み

○全身持久力（20mシャトルラン）

○疾走能力（50m走）

④中学校女子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

- | | |
|---------------------|-------------------|
| ○筋力（握力） | ○筋パワー・筋持久力（上体起こし） |
| ○柔軟性（長座体前屈） | ○敏捷性（反復横とび） |
| ○疾走能力（50m走） | ○筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび） |
| ○巧緻性・投球能力（ハンドボール投げ） | |

★弱み

- 全身持久力（20mシャトルラン）

（2）質問紙調査の結果から見た紀北町の子どもたちの傾向

①小学校

○「運動やスポーツが好き・やや好き」と答えた小学生は、男子では 97.3%（全国平均 92.4%）、女子では 97.6%（全国平均 85.9%）で、運動やスポーツが好きと肯定的にとらえている児童の割合は、男子、女子とも全国平均より高い。

○「体育の授業は楽しい・やや楽しい」と答えた小学生は、男子では 100%（全国平均 94.3%）、女子では 95.3%（全国平均 89.8%）で、体育の授業が楽しいと肯定的にとらえている児童の割合は、男子、女子とも全国平均より高い。

○学校の体育以外での運動やスポーツについて、「1 週間の総運動時間(月～日)」は、男子が 478 分（全国平均 559 分）、女子が 368 分（全国平均 344 分）で、男子は全国平均を下回り、女子は全国平均を上回っている。

○「1 日（平日）にテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見る時間」で、4時間以上と答えた小学生は、男子では 33.4%（全国平均 27.2 %）、女子では 17.5%（全国平均 23.5%）で、男子は全校平均より高く、女子は全国平均より低い。

○「体育の授業を受けることは、生活を健康で明るいものにする1つの要素になっている」と答えた小学生は、男子では97.4%（全国平均91.5%）、女子では95.3%（全国平均89.3%）で、男子、女子とも全国平均より高い。

②中学校

○「運動やスポーツが好き・やや好き」と答えた中学生は、男子では86.5%（全国平均88.9%）、女子では82.8%（全国平均77.3%）で、運動やスポーツが好きと肯定的にとらえている生徒の割合は、男子は全国平均より低く、女子は全国平均より高い。

○「保健体育の授業は楽しい・やや楽しい」と答えた中学生は、男子では90.0%（全国平均90.9%）、女子では93.1%（全国平均83.8%）で、保健体育の授業が楽しいと肯定的にとらえている生徒の割合は、男子は全国平均とほぼ同じで、女子は全国平均より高い。

○学校の保健体育以外での運動やスポーツについて「1週間の総運動時間(月～日)」では男子の平均値が562分（全国平均747分）、女子の平均値が490分（全国平均528分）で、全国平均値を下回っている。

○「1日（平日）にテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見る時間」で、4時間以上と答えた中学生は、男子では37.2%（全国平均28.9%）、女子では26.7%（全国平均26.8%）で、男子は全国平均より高く、女子は全国平均とほぼ同じである。

○「保健体育の授業を受けることは、生活を健康で明るいものにする1つの要素になっている」と答えた小学生は、男子では84.6%（全国平均90.1%）、女子では96.7%（全国平均85.9%）で、男子は全国平均より低く、女子は全国平均より高い。

3 紀北町教育委員会及び学校における今後の取組

(1) 体カテストの継続実施

- 全小中学校で全児童生徒に「体カテスト」を実施します。
- 体カテストの結果の個人記録カードを活用し、児童生徒それぞれに応じたためあてを持たせることで、運動に対する関心・意欲を高めていきます。

(2) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の活用

- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果分析を活用して、自校の強み・弱みを把握し、授業改善に役立てていきます。

(3) 運動機会の拡充

- 「1学校1運動」の取組を推進します。
- 業前業間や放課後等における体力向上の取組を推進します。

(4) 研修の充実

- 元気アップ研修会に参加し、授業の工夫や改善による魅力ある授業づくりを進めます。
- 各校の要請に基づき、体力向上アドバイザーや指導主事等を派遣して校内研修の指導・支援を図ります。

(5) 家庭・地域との連携

- 規則正しい生活習慣づくりや体力づくりの推進に取り組むと共に、生涯にわたってスポーツに親しむ子どもを家庭・地域と連携しながら育てていきます。