

令和4年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」相模原市の分析結果について(相模原市教育委員会)

令和4年度、小学校第5学年(義務教育学校第5学年)、中学校第2学年(義務教育学校第8学年)を対象に行われた全国体力・運動能力、運動習慣等調査の本市結果についてお知らせいたします。

50m走(スピード)

長座体前屈(柔軟性)

反復横とび(敏しょう性)

握力(筋力)

8種目
80点満点

ボール投げ(巧緻性・筋パワー)

立ち幅とび(筋パワー)

上体起こし(筋力・筋持久力)

20mシャトルラン(全身持久力)

← 小学校はシャトルランのみ
中学校はどちらか選択 →

持久走 男子:1500m 女子:1000m(全身持久力)

本調査は、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン(中学校は男子1500m、女子1000mの持久走でも可)・50m走・立ち幅とび・ボール投げ(小学校はソフトボール、中学校はハンドボール)の8種目について、調査を行い、8種目の結果をそれぞれ10点満点とし、合計80点満点で体力合計点を算出して体力を測る調査と生活習慣や運動習慣等に関する質問調査を合わせて実施した調査です。

令和4年度 実技に関する調査結果 実技の記録とT得点(全国平均が50点となる指標)の比較

(上段:全国平均値/下段:本市の平均値)

※太字:全国平均より高い 赤字:特に課題となっている体力(3ポイント以上、下回っている)

		握力 (kg)	T得点	上体 起こし (回)	T得点	長座 体前屈 (cm)	T得点	反復 横とび (点)	T得点	持久走 (秒)	T得点
小学校	男子	16.21	50.0	18.86	50.0	33.79	50.0	40.36	50.0		
		16.52	50.8	19.11	50.4	34.67	51.0	37.47	46.6		
	女子	16.10	50.0	17.97	50.0	38.18	50.0	38.66	50.0		
		16.13	50.1	17.84	49.7	38.26	50.1	35.27	45.5		
中学校	男子	28.99	50.0	25.74	50.0	43.87	50.0	51.05	50.0	409.81	50.0
		28.49	49.3	25.32	49.3	44.09	50.2	49.10	47.8	434.44	46.6
	女子	23.21	50.0	21.67	50.0	46.07	50.0	45.81	50.0	302.89	50.0
		22.65	48.8	20.39	47.8	45.49	49.4	43.28	46.5	339.07	42.6

		20m シャトルラン (回)	T 得点	50m走 (秒)	T 得点	立ち 幅とび (cm)	T 得点	ボール 投げ (m)	T 得点	体力 合計点 (点)	T 得点
小学校	男子	45.92	50.0	9.53	50.0	150.83	50.0	20.31	50.0	52.28	50.0
		43.64	48.9	9.56	49.8	146.95	48.4	19.73	49.3	51.41	49.1
	女子	36.97	50.0	9.70	50.0	144.55	50.0	13.17	50.0	54.31	50.0
		32.01	<u>46.9</u>	9.81	48.9	138.96	47.5	12.25	48.0	51.89	47.3
中学校	男子	78.07	50.0	8.06	50.0	196.89	50.0	20.28	50.0	41.04	50.0
		74.03	48.4	8.08	49.8	196.42	49.8	21.22	51.5	40.20	49.2
	女子	51.60	50.0	8.96	50.0	167.04	50.0	12.45	50.0	47.42	50.0
		46.69	47.5	8.99	49.8	163.09	48.5	12.61	50.4	45.01	47.9

実技に関する調査における全国、本市の状況

今年度の全国の体力の状況において、体力合計点は、令和元年度から連続して、小・中学校の男女ともに低下しました。低下の主な要因としましては、①1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒の割合は、増加しているものの、以前の水準には至っていないこと、②肥満である児童生徒の増加、③朝食欠食、睡眠不足、学習以外のスクリーンタイム(※)の増加、のほか、新型コロナウイルス感染症の影響により、マスク着用中の激しい運動の自粛なども考えられると、国では分析しています。

本市の体力合計点の結果は、中学校男女で令和3年度に比べ増加したものの、全国同様、小学校、中学校ともに男女で以前の水準には戻っていません。項目別でT得点による比較で見ると、小学校男子の握力、上体起こし、長座体前屈、小学校女子の握力、長座体前屈、中学校男子の長座体前屈、ボール投げ、中学校女子のボール投げで全国平均を上回っています。一方、小学校男子の反復横とび、小学校女子の反復横とび、20mシャトルラン、中学校男子の持久走、中学校女子の反復横とび、持久走において全国平均を3ポイント以上上下回っている項目があり課題となっています。

(※)スクリーンタイム:テレビ、スマートフォン、パソコン等を視聴する時間。

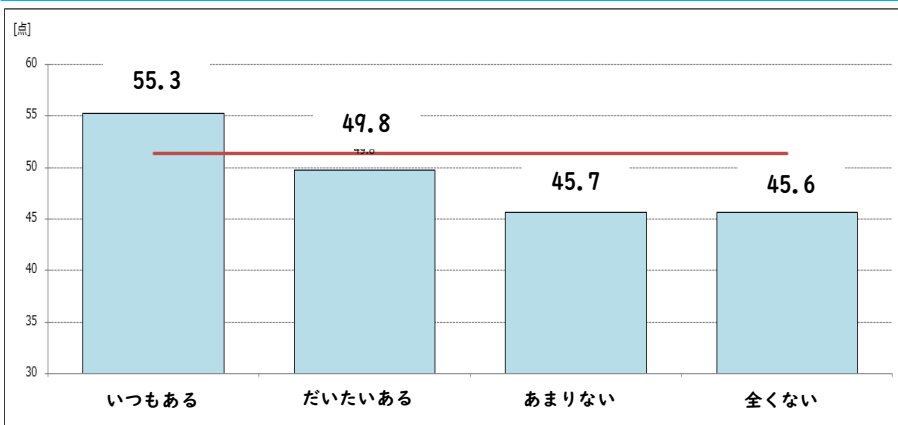
スポーツ庁ホームページ「令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」関連ページ

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00004.html

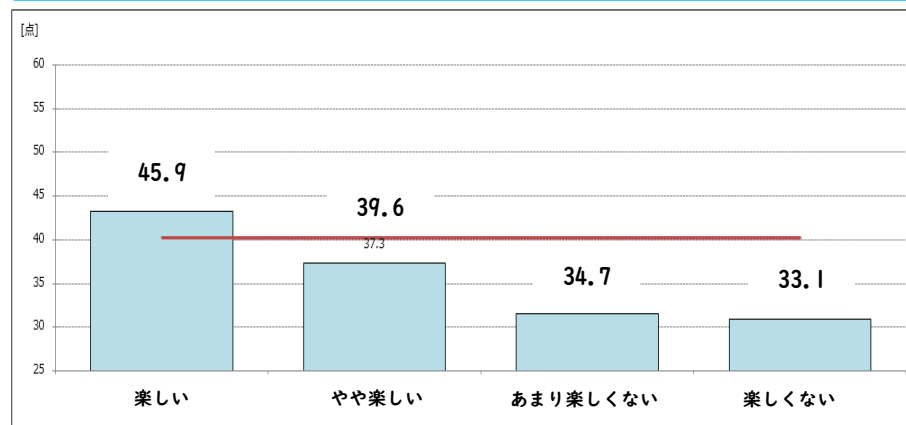
児童生徒質問紙調査(体育・保健体育の授業に関する成果)

体育・保健体育の授業では、心と体を一体として捉え、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するための資質や能力の育成をめざします。このため、本市では、単元・授業を通して、「どんな力を身に付けさせたいか」といった学習目標を明確にするとともに、児童生徒の実態を把握する「スタートとゴールイメージをもった授業展開」を大切にしています。また、身体活動を通して、仲間と見合ったり、話し合ったりする活動を多く取り入れています。本市のクロス集計の結果からも、「目標を意識して学習することで「わかる・できる」と感じている」児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にあります。また、体育・保健体育の授業で、できなかったことができるようになった理由として「友だちに教えてもらった」と回答した児童生徒は全国より高い割合でした。このことは、「仲間とのかかわり合いの中で運動することが楽しい」、「体育・保健体育の授業が楽しい」と感じている一因と考えられます。

「体育の授業で、目標を意識して学習することで、できたり、わかったりすることがありますか。」と実感している児童と「体力合計点」との関連(一例として「小学校 男子」) ※赤い線が本市体力合計点の平均値



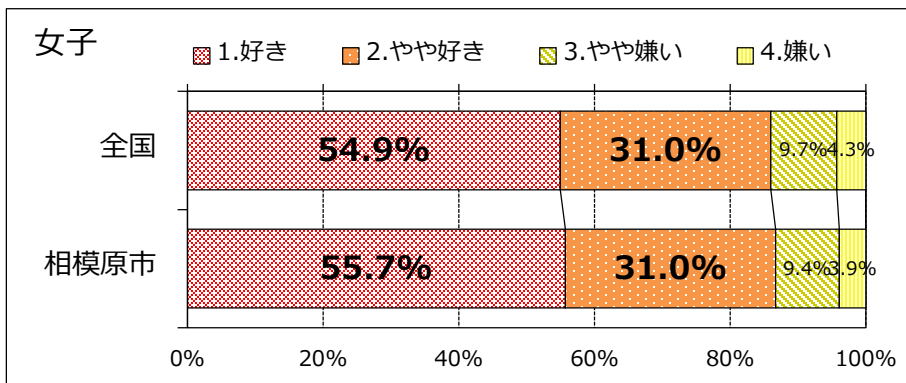
「保健体育の授業が楽しい」と感じている生徒と「体力合計点」との関連(一例として「中学校 男子」) ※赤い線が本市体力合計点の平均値



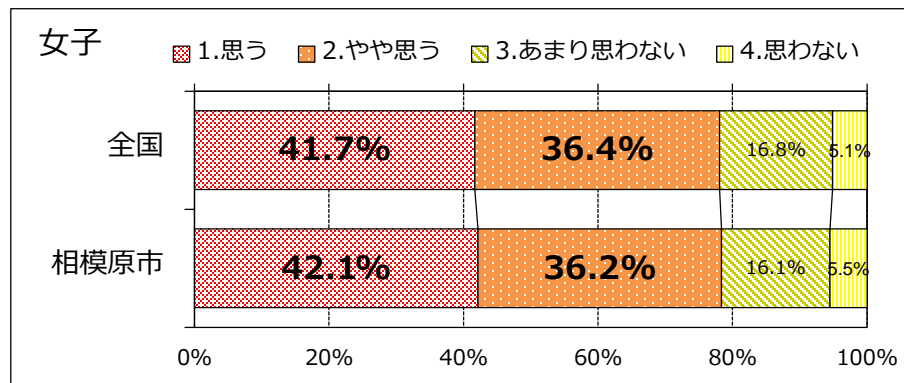
児童生徒質問紙調査(体力に関する課題)

質問紙における「運動やスポーツをすることは好きですか。」との問いに、概ね8割から9割の児童生徒が肯定的な回答をしています。また、「中学校を卒業した後、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いませんか。」との問いにおいても同様の傾向がありました。さらに、本市のクロス集計の結果において、「中学校進級後及び、中学校卒業後、自主的に運動したい」と肯定的に回答した児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にあります。そして、「1週間の総運動時間」が長い児童生徒ほど体力合計点が高い傾向にありました。このことから、運動やスポーツをすることが好きな児童生徒ほど自主的に運動に関わろうとする意欲が高いことがわかります。今後も、体育・保健体育の授業においてはもちろんのこと、授業や学校以外においても、楽しみながら体を動かすことができる環境づくりや意欲付けが大切です。

「運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。」
 の回答と全国との比較
 (一例として「小学校 女子」)



「中学校を卒業した後、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。」の回答と全国との比較
 (一例として「中学校 女子」)



児童生徒質問紙調査 (生活習慣に関する課題)

質問紙の「朝食を毎日食べていますか。」における本市の結果は、全国よりは低いものの、中学女子を除き、昨年度よりも喫食率はあがっています。一方で、「平日の学習以外でのスクリーンタイム」について、小学校でおよそ6人に1人、中学校でおよそ5人に1人の割合の児童生徒が、「5時間以上」と回答しています。本市のクロス集計の結果において、「体力合計点」との相関関係は見られませんでした。望ましい生活習慣を考え、健康の保持増進に向けた取組の重要性を理解することが大切です。

今後に向けて

児童生徒の体力・運動能力の向上において、運動・スポーツに親しみ、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するために、より一層児童生徒が運動することが楽しく、大切だと感じ、運動と休養、栄養との関連を考えることができるような取組が重要となっています。相模原市では、成長期にある児童生徒が体を動かす楽しみや喜びを体感するとともに、心身の成長や健康の保持増進が図られるよう、次のような取組を推進します。

- ①児童生徒に「この授業でどんな力を身に付けさせたいか」、「そのための問いかけや手立てをどのようにしていくか」、「体育と保健の関連を図った授業」という視点に立った、授業づくりの研修等を引き続き実施します。
- ②小学校体育授業サポートにおける、サッカーやラグビーの出前授業など、ホームタウンチームと連携した体育授業を実施します。
- ③生活習慣に関する正しい知識や望ましい生活習慣を身に付け、児童生徒が自ら考え、行動することができるよう、本市指導主事が学校に出向き「生活習慣改善出前講座」を実施します。