

令和4年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

令和5年2月

砂川市教育委員会

1 調査の目的

子どもの体力が低下している状況に鑑み、砂川市が全国的な状況との関係において児童生徒の体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、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 調査の名称：「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」

3 参加状況：砂川市内小学校第5学年【5校：83名（男子42名、女子41名）】

砂川市内中学校第2学年【2校：109名（男子50名、女子59名）】

4 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（測定方法は新体力テストと同様）

- ・小学校調査では、以下の種目を実施する。

〔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

- ・中学校調査では、以下の種目を実施する。

〔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、ハンドボール投げ

体力テスト種目		単位	体力要素	測定
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値.
②	上体起こし	回	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	cm	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	点	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	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥	50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦	立ち幅とび	cm	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【小】	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離.
	ハンドボール投げ【中】	m	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離.

イ 質問紙調査（児童生徒の運動への取組や運動習慣等に関する質問紙調査）

(2) 学校質問紙調査

ア 学校の体力向上に関する取組の調査

イ 学校の実施状況に関する調査

(3) 教育委員会に対する質問紙調査

5 調査の方法

悉皆調査

6 調査実施日

令和4年4月から令和4年7月末までの期間で実施

## 7 調査の実施体制

各学校の校長を調査責任者として、設置管理者である砂川市教育委員会の指示、指導、助言等に基づき実施する。

## 8 調査についての砂川市教育委員会の基本的な姿勢

砂川市教育委員会は、文部科学省が示す本調査の目的・意義を認め、定められた方法に従い、市内全小・中学校で実施する。

- (1) 各学校では、児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等の状況を把握し、授業改善や生活習慣等の改善に向け、調査結果の積極的な活用を図る。
- (2) 結果の公表について砂川市では、調査の結果により学校間の序列化や比較を行うものではなく加えて教育委員会が個別の小・中学校の調査結果を一括公表するものではないと判断し、これまで同様、実技に関する調査結果の数値による公表はせず、正確な数値が特定されないグラフや言葉による公表とする。
- (3) この調査は、通常の教育活動の一環として実施するものである。
- (4) 文部科学省は、都道府県教育委員会が作成する報告書の中で、各市町村の同意を得て、各市町村単位の結果を公表することを可能としたことを受け、北海道教育委員会が作成する報告書の中の結果公表について、砂川市は同意することとした。
- (5) 本調査により測定できる体力等は特定の一部であり、学校における教育活動の一側面を示すものである。

## 9 用語等の説明

### (1) 体力合計点

8種目の体力テストの成績を1から10に得点化して総和した体力テストの合計得点（満点は80）

### (2) 体力総合評価

8種目の体力テストを全て実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価

・ A : 65 以上      ・ B : 58～64      ・ C : 50～57      ・ D : 42～49      ・ E : 41 以下

### (3) T得点

全国平均に対する相対的な位置を表す数字（全国を50とした時の偏差値）

# 参 考 資 料

## 小学校男子種目別得点表

得点	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
10	26kg 以上	26 回以上	49cm 以上	50 点以上	80 回以上	8.0 秒以下	192cm 以上	40m 以上
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6
1	4kg 以下	2 回以下	14cm 以下	17 点以下	7 回以下	13.1 秒以上	92cm 以下	4m 以下

## 小学校女子種目別得点表

得点	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
10	25kg 以上	23 回以上	52cm 以上	47 点以上	64 回以上	8.3 秒以下	181cm 以上	25m 以上
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4
1	3kg 以下	2 回以下	17cm 以下	16 点以下	7 回以下	13.3 秒以上	84cm 以下	3m 以下

中学校男子種目別得点表

得点	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	ハンドボール投げ
10	56kg 以上	35 回以上	64cm 以上	63 点以上	125 回以上	6.6 秒以下	265cm 以上	37m 以上
9	51～55	33～34	58～63	60～62	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36
8	47～50	30～32	53～57	56～59	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33
7	43～46	27～29	49～52	53～55	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30
6	38～42	25～26	44～48	49～52	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27
5	33～37	22～24	39～43	45～48	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24
4	28～32	19～21	33～38	41～44	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21
3	23～27	16～18	28～32	37～40	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18
2	18～22	13～15	21～27	30～36	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15
1	17kg 以下	12 回以下	20cm 以下	29 点以下	25 回以下	9.8 秒以上	149cm 以下	12m 以下

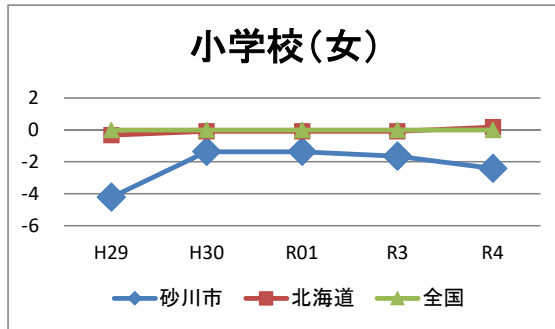
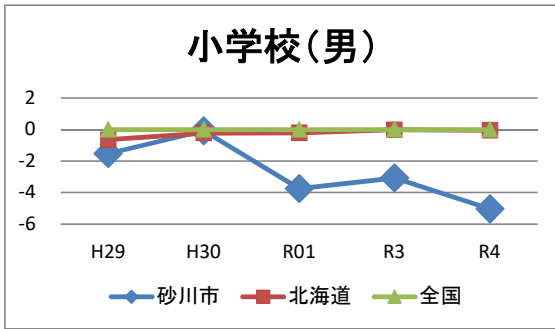
中学校女子種目別得点表

得点	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	ハンドボール投げ
10	36kg 以上	29 回以上	63cm 以上	53 点以上	88 回以上	7.7 秒以下	210cm 以上	23m 以上
9	33～35	26～28	58～62	50～52	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22
8	30～32	23～25	54～57	48～49	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19
7	28～29	20～22	50～53	45～47	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17
6	25～27	18～19	45～49	42～44	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15
5	23～24	15～17	40～44	39～41	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13
4	20～22	13～14	35～39	36～38	27～34	9.4～9.8	145～156	11
3	17～19	11～12	30～34	32～35	21～26	9.9～10.3	132～144	10
2	14～16	8～10	23～29	27～31	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9
1	13kg 以下	7 回以下	22cm 以下	26 点以下	14 回以下	11.3 秒以上	117cm 以下	7m 以下

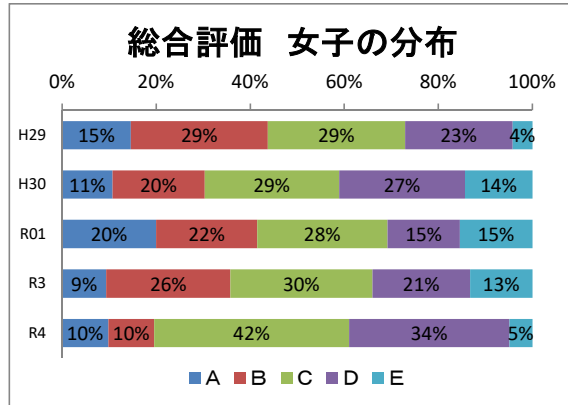
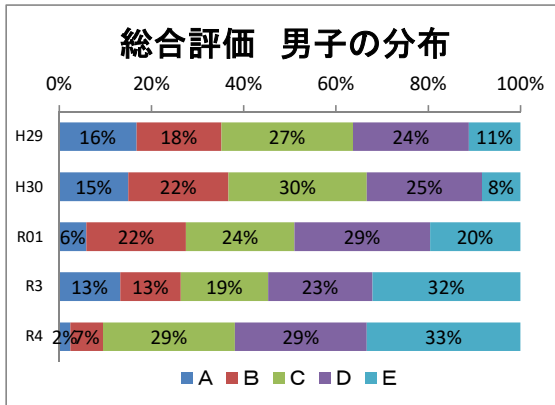
# 小学生の体力【学校数5校：83名（男子42名、女子41名）】

※数値は少数第1位を四捨五入

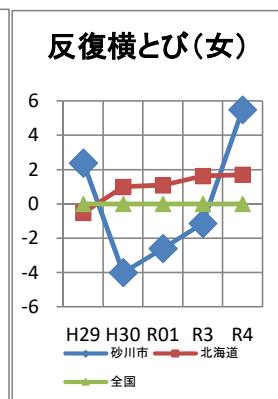
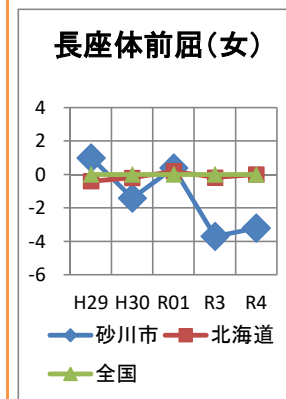
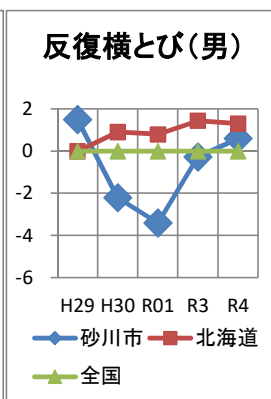
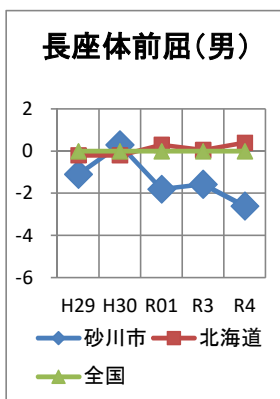
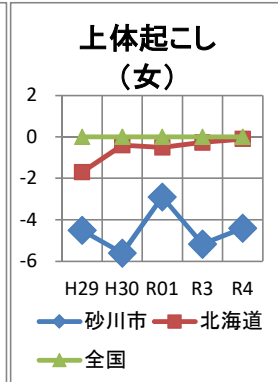
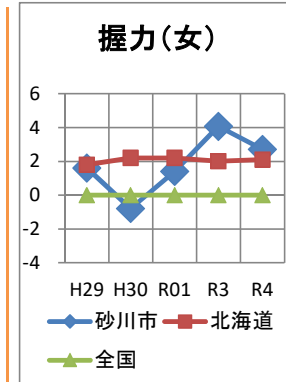
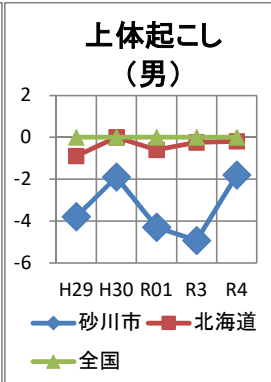
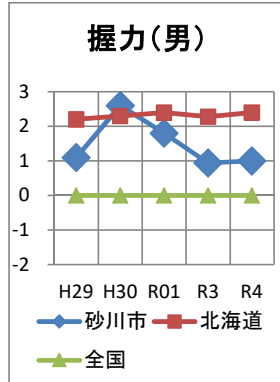
## 1 体力の合計点【全国平均値との差:経年推移】

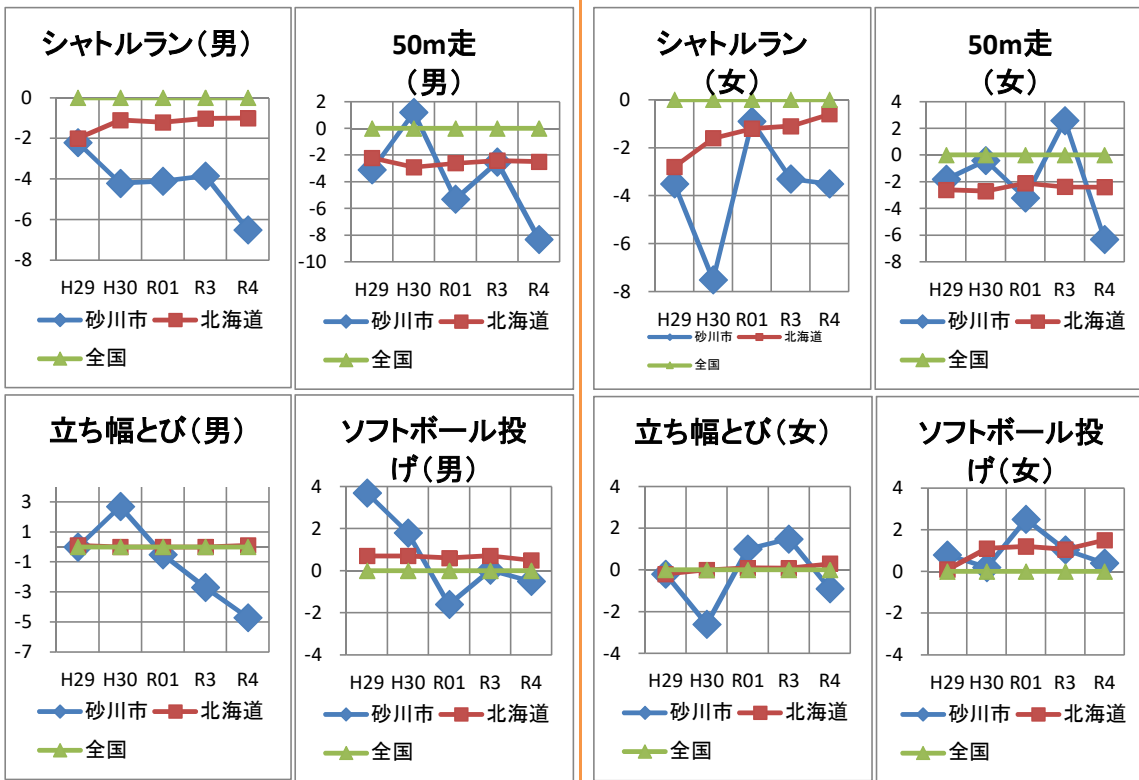


## 2 市内児童の体力総合評価【5段階評価:経年推移】

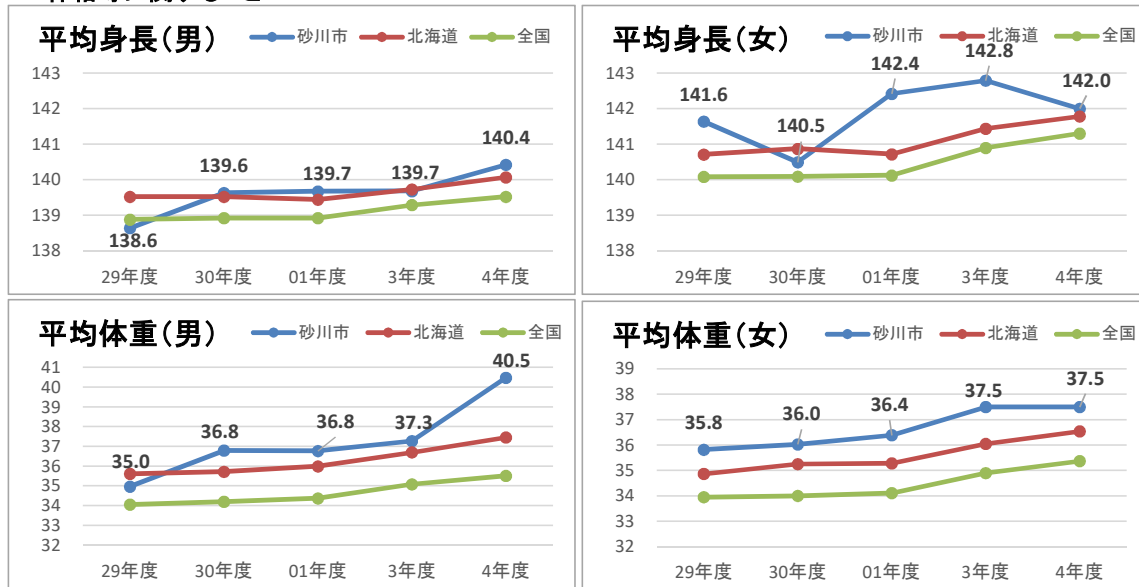


## 3 各種目の状況【全国を50とした時の偏差値(T得点)との差:経年推移】





#### 4 体格等に関すること



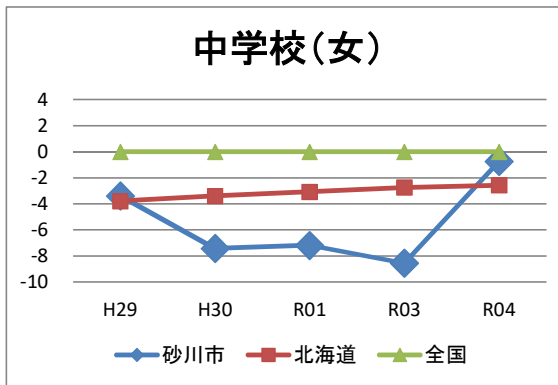
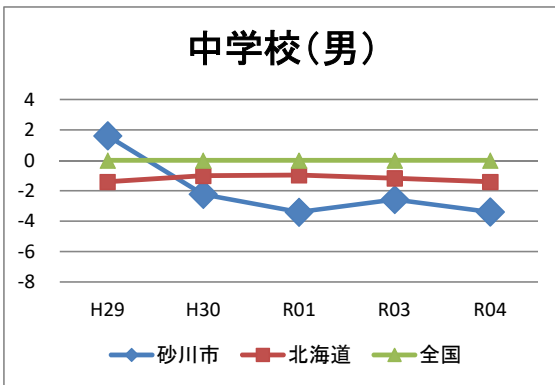
#### 5 分析結果と今後に向けて

- 体力の合計点では、男女とも全国平均を下回ったが、男子は全国平均との差が大きくなってきており、女子は全国平均に近い結果となっている。また、5段階評価では、男子はEの割合が多く、女子はCの割合が多くなっている。
- 男子については、「反復横とび」が全国平均を上回り、「ソフトボール投げ」が全国平均と同程度、他の種目は全国平均を下回っている。令和3年度との比較では、「上体起こし」「反復横とび」で改善傾向が見られているが、他の種目では課題が見られる。
- 女子については、「握力」「反復横とび」が全国平均を上回り、「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」が全国平均と同程度となっている。令和3年度との比較では、「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」で改善傾向が見られている。
- 全体的には、筋持久力が必要となる「上体起こし」に改善が見られているが、持久力が必要となる「シャトルラン」に課題が見られることから、持久力を付ける運動などを意図的・計画的に体育の授業などにおいて取り扱っていく必要がある。

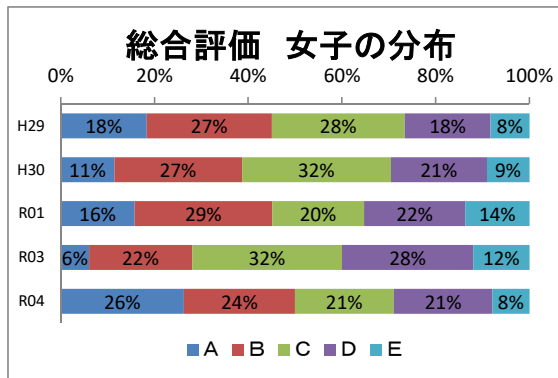
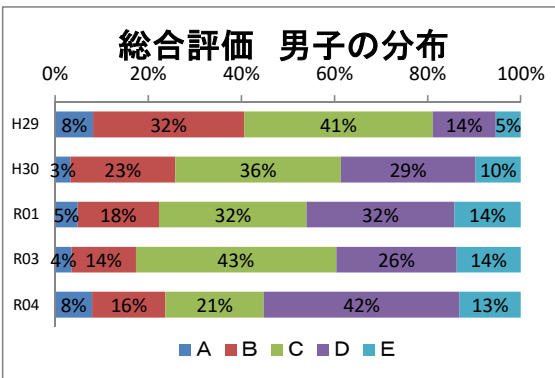
# 中学生の体力【学校数2校：109名（男子50名、女子59名）】

※数値は少数第1位を四捨五入

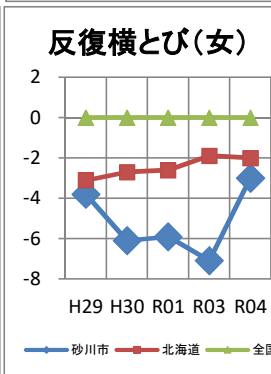
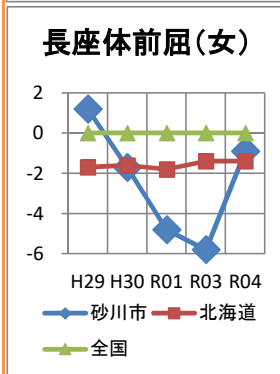
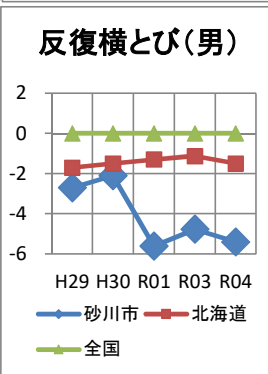
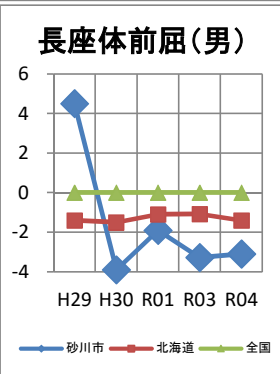
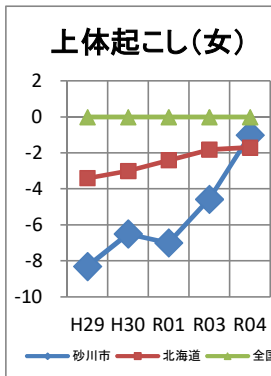
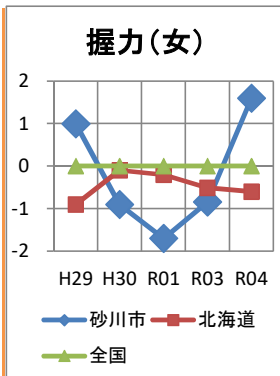
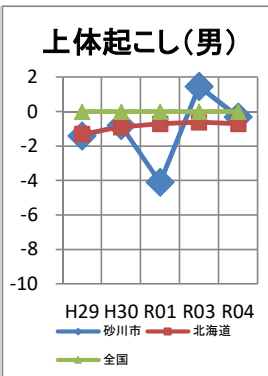
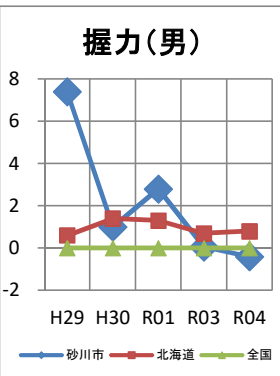
## 1 体力の合計点【全国平均値との差:経年推移】



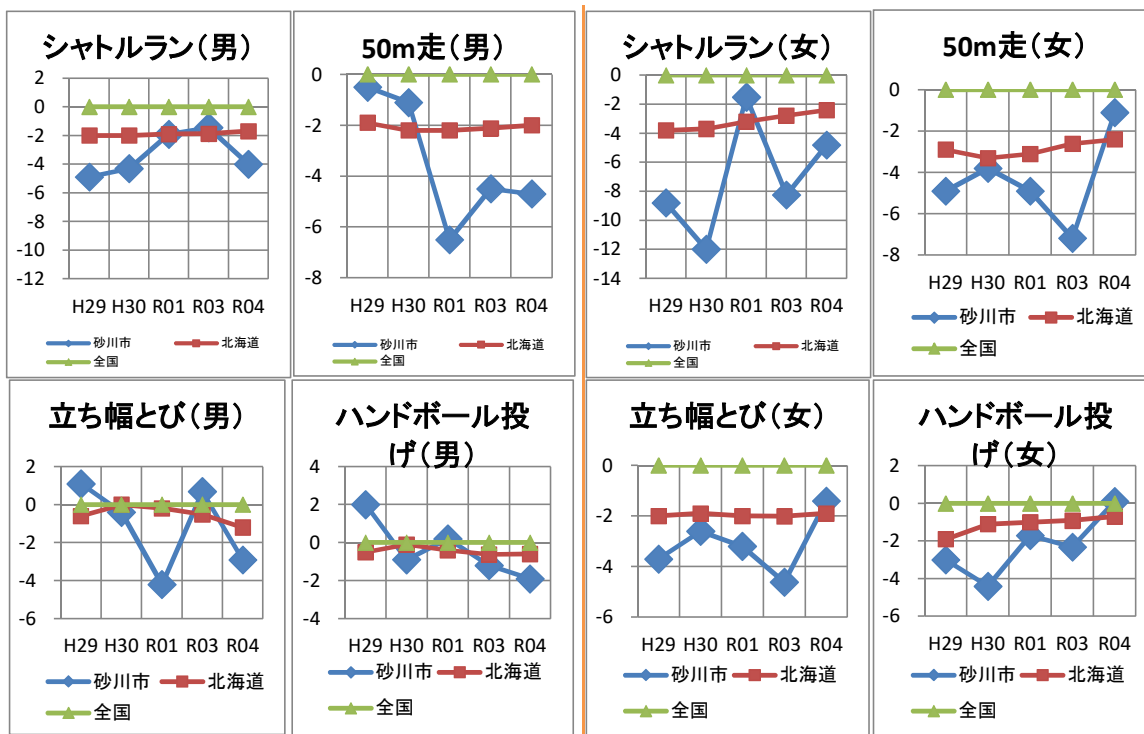
## 2 市内生徒の体力総合評価【5段階評価:経年推移】



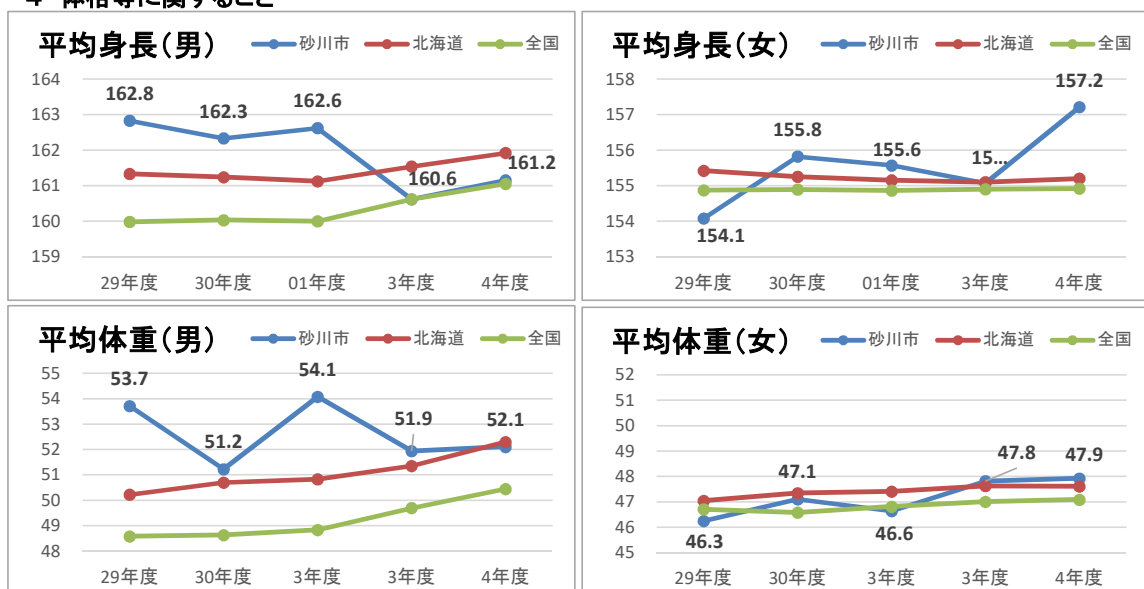
## 3 各種目の状況【全国を50とした時の偏差値(T得点)との差:経年推移】







#### 4 体格等に関すること

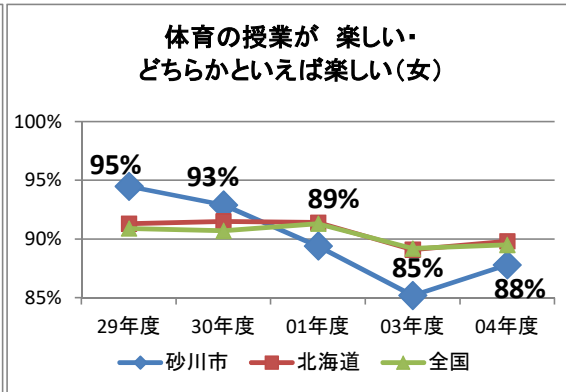
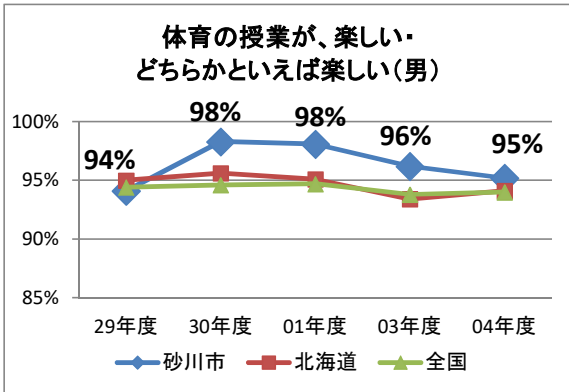


#### 5 分析結果と今後に向けて

- 体力の合計点では、男子は全国平均を下回ったが、女子は全国平均と同程度となるなど、大幅な改善が見られている。また、5段階評価では、男子はDの割合が多く、女子はAの割合が多くなっている。
- 男子については、全国平均を上回った種目はなかったが、「握力」「上体起こし」が全国平均と同程度、他の種目は全国平均を下回っている。特に敏捷性が求められる「反復横とび」において課題が見られる。
- 女子については、「握力」が全国平均を上回り、「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」「ハンドボール投げ」が全国平均と同程度となるなど、全ての種目において改善傾向が見られている。
- 全体的には、敏捷性が必要になる「反復横とび」持久力が必要となる「シャトルラン」に課題が見られることから、これらを意識した運動を意図的・計画的に体育の授業などにおいて取り扱っていく必要がある。

# 小学生・質問紙【学校数5校：83名（男子42名、女子41名）】

## 1 体育の授業に関する意識について



## 2 体育の授業中、できなかったことができるようになったきっかけについて

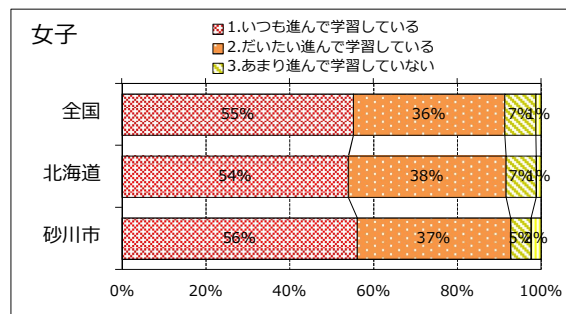
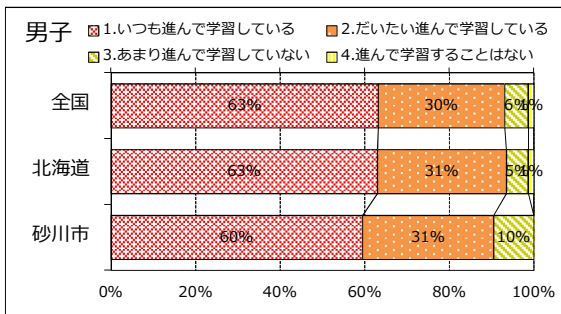
### 男子児童の割合 \* 複数回答有

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	50%
2.授業中に自分で工夫した	26%
3.自分に合った場やルールが用意された	7%
4.先生や友達のまねをしてみた	48%
5.友達に教えてもらった	48%
6.授業中に自分の動きを動画で見た	7%
7.授業外に先生に教えてもらった	5%
8.授業外に自分で練習した	12%
9.授業外に本や動画を見た	7%
10.できるようになったことがない	7%

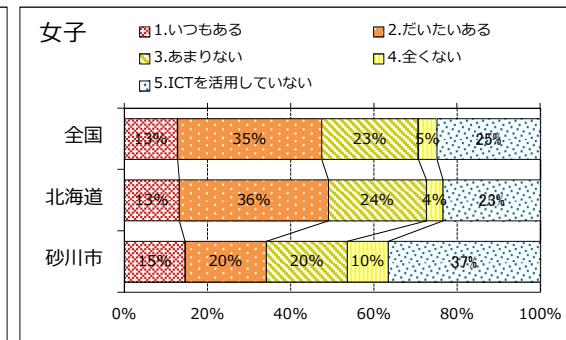
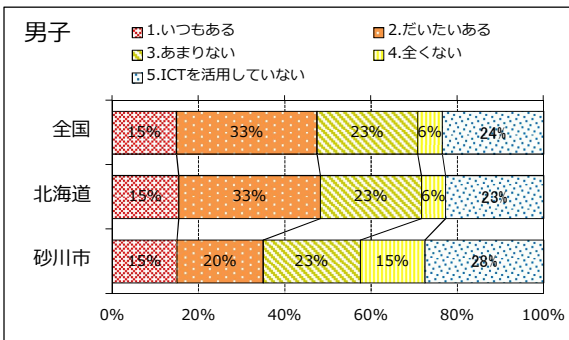
### 女子児童の割合 \* 複数回答有

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	37%
2.授業中に自分で工夫した	32%
3.自分に合った場やルールが用意された	2%
4.先生や友達のまねをしてみた	63%
5.友達に教えてもらった	66%
6.授業中に自分の動きを動画で見た	10%
7.授業外に先生に教えてもらった	12%
8.授業外に自分で練習した	44%
9.授業外に本や動画を見た	12%
10.できるようになったことがない	5%

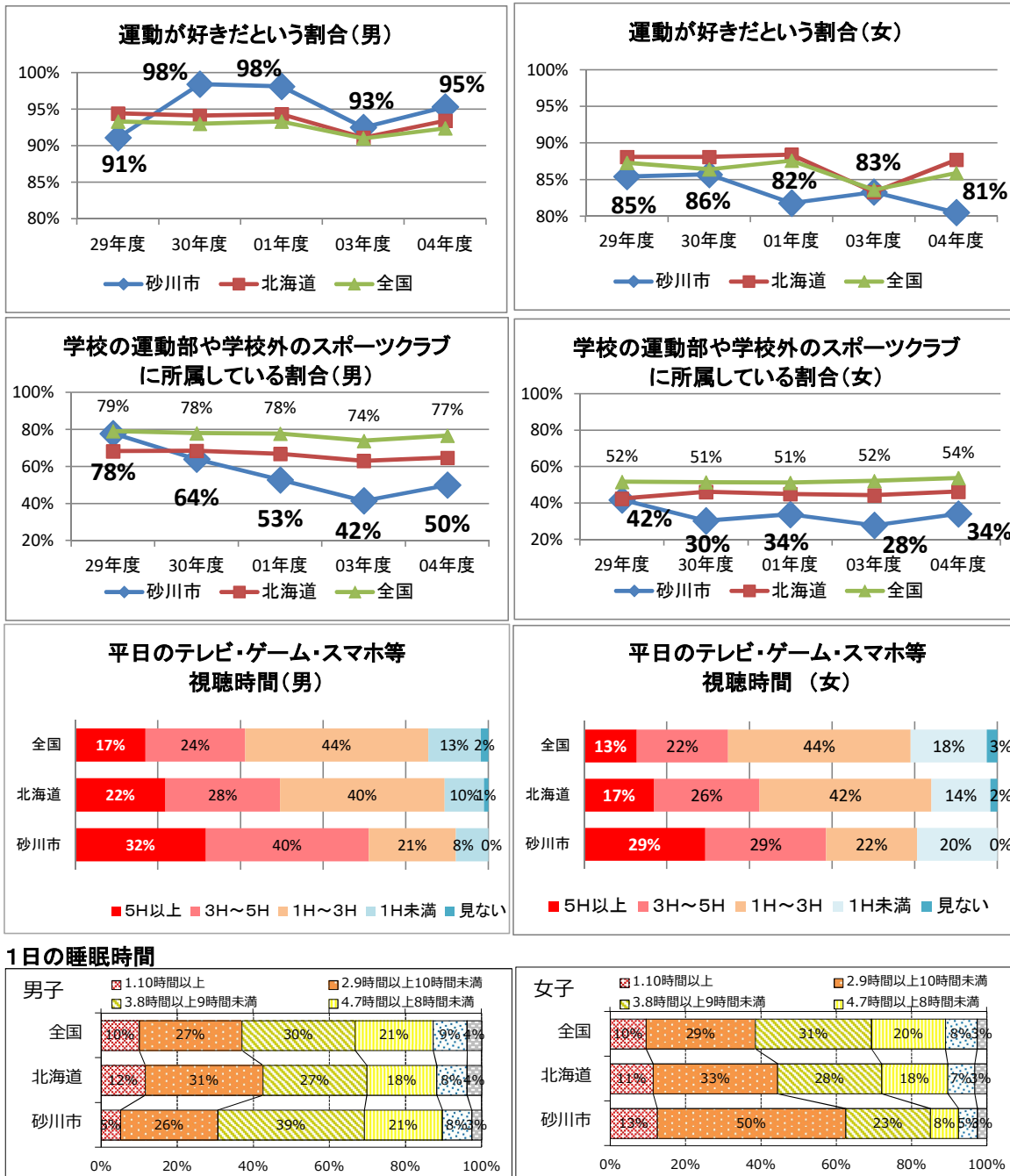
## 3 体育の授業における学習意欲について



## 4 体育の授業におけるタブレットなどICTの活用状況について



## 5 運動やスポーツ、生活習慣の状況について

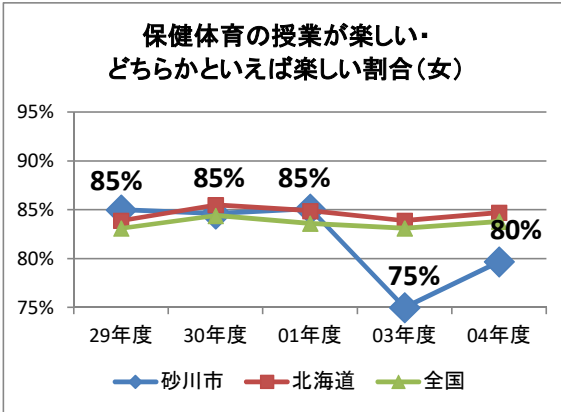
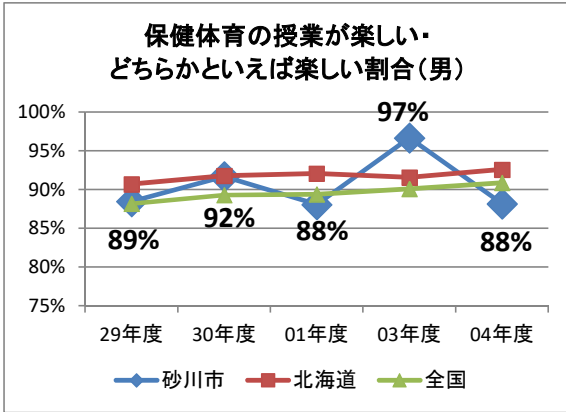


### 5 分析結果と今後に向けて

- 体育の授業についての、「楽しい」という回答が、男女ともに全国平均と同程度となっている。また、体育の授業における学習意欲についても全国・全道と同様の傾向が見られている。体育の授業において、タブレット端末などICTを活用する機会については、全国平均を下回っていることから、体の動かし方の確認や振り返りなどの場面で効果的に活用するなどして、子どもたちの学習意欲の向上を図っていくことが求められる。
- 「運動が好き」という割合は、男子は全国平均を若干上回っているが、女子については総合評価の結果に反して、全国平均を下回っている。また、運動部やスポーツクラブに所属している割合は、男女ともに全国平均を下回っている。平日のテレビ・ゲーム・スマホ等を視聴する時間は、男女とも長時間使用している割合が全国平均を上回っており、特に5時間以上視聴している割合が全国平均の約2倍近くとなっていることから、学校と家庭が連携した生活習慣の改善を図る取組が必要である。

# 中学生・質問紙【学校数2校：109名（男子50名、女子59名）】

## 1 保健体育の授業に関する意識について



## 2 保健体育の授業中、できなかったことができるようになったきっかけについて

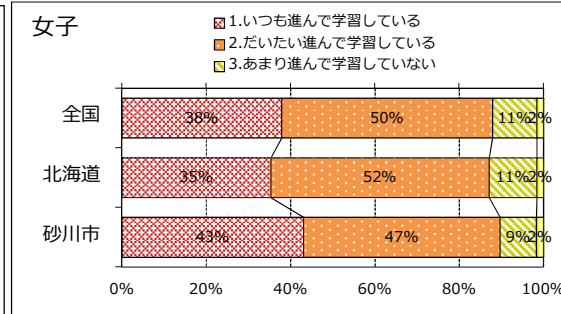
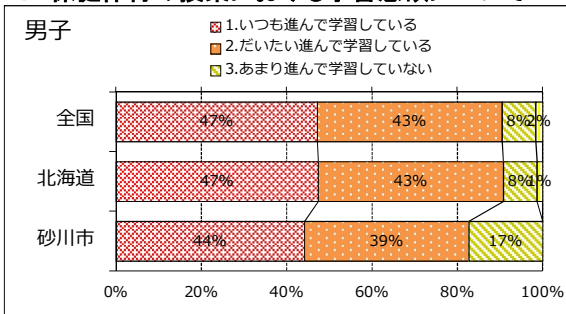
### 男子生徒の割合 \* 複数回答有

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	54%
2.授業中に自分で工夫した	39%
3.自分に合った場やルールが用意された	10%
4.先生や友達のまねをしてみた	40%
5.友達に教えてもらった	44%
6.授業中に自分の動きを動画を見た	17%
7.授業外に先生に教えてもらった	6%
8.授業外に自分で練習した	4%
9.授業外に本や動画を見た	8%
10.できるようになったことがない	8%

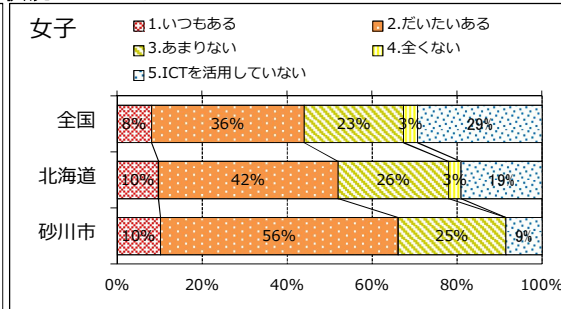
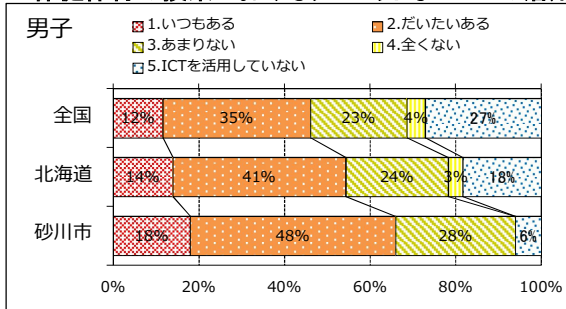
### 女子生徒の割合 \* 複数回答有

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	44%
2.授業中に自分で工夫した	19%
3.自分に合った場やルールが用意された	7%
4.先生や友達のまねをしてみた	60%
5.友達に教えてもらった	63%
6.授業中に自分の動きを動画を見た	14%
7.授業外に先生に教えてもらった	0%
8.授業外に自分で練習した	11%
9.授業外に本や動画を見た	7%
10.できるようになったことがない	5%

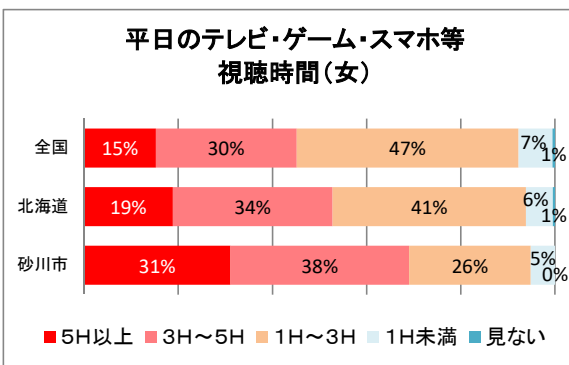
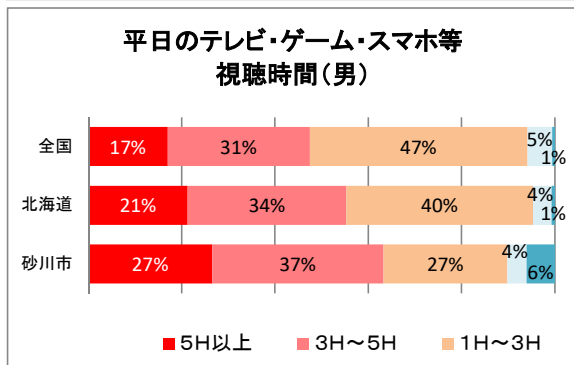
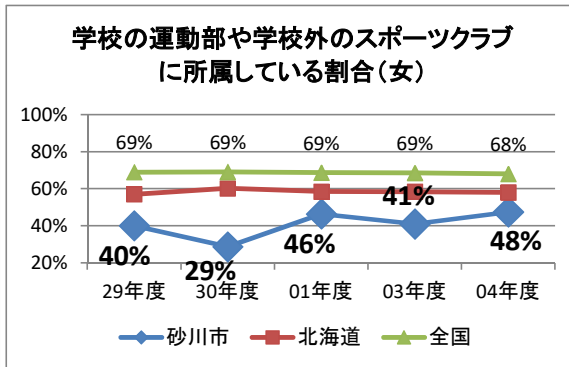
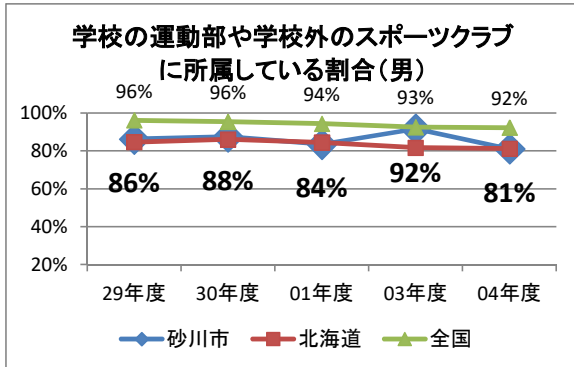
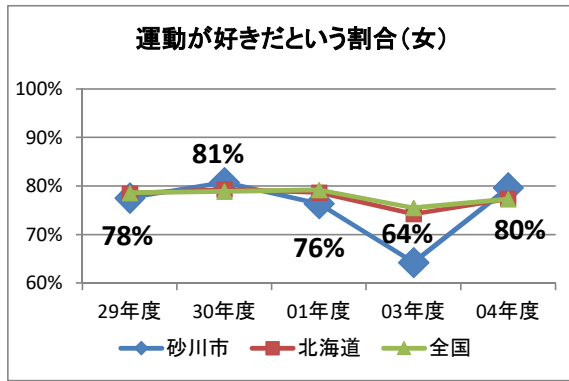
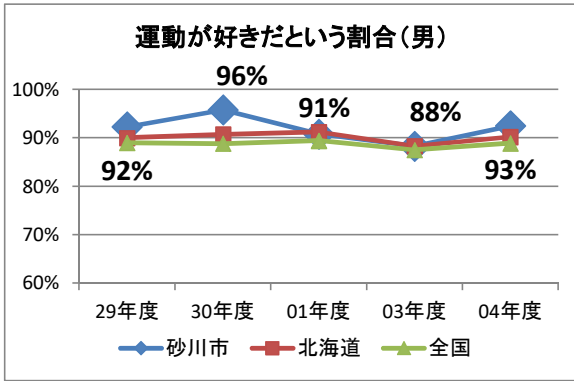
## 3 保健体育の授業における学習意欲について



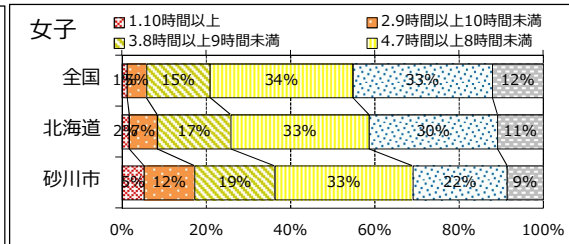
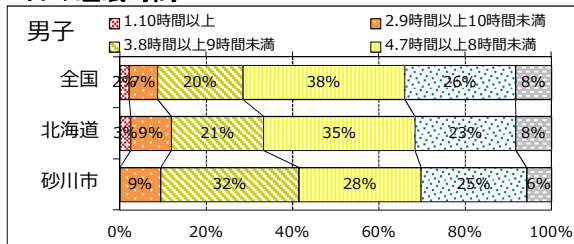
## 4 保健体育の授業におけるタブレットなどICTの活用状況について



## 5 運動やスポーツ、生活習慣の状況について



## 1日の睡眠時間



## 5 分析結果と今後に向けて

- 保健体育の授業についての、「楽しい」という回答が、男女ともに全国平均を下回っている。また、体育の授業における学習意欲については、あまり進んで学習していない男子の割合が全国と比較すると多くなっている。  
保健体育の授業において、タブレット端末などICTを活用する機会については、男女ともに全国平均を上回っており、日常の学習活動の中でICT機器が効果的に活用されていることが伺われる。
- 「運動が好き」という割合は、男女ともに全国平均を若干上回っている。また、運動部やスポーツクラブに所属している割合は、男女ともに全国平均を若干下回っている。  
平日のテレビ・ゲーム・スマホ等を視聴する時間は、男女とも長時間使用している割合が全国平均を上回っており、特に5時間以上視聴している割合が全国平均の約2倍近くとなっていることから、学校と家庭が連携した生活習慣の改善を図る取組が必要である。