

**令和4年度全国体力・運動能力、
運動習慣等調査結果について**

**令和5年1月17日
川崎市教育委員会**

調査の概要 令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁）

- 1 調査目的
 - スポーツ庁が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子ども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。
 - 各教育委員会が子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
 - 各学校が児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体力・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

- 2 調査の対象
 - 国公私立の小学校5年生及び中学校2年生を対象とした^{しっかい} 皆調査
 - ・全 国 小学生：約99万人、中学生：約91万人
 - ・川崎市 小学生：約1.2万人、中学生：約0.8万人

- 3 調査内容
 - 実技テスト調査
 - 【小学校テスト項目】 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
 - 【中学校テスト項目】 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ、持久走（男子1500m、女子1000m）か20mシャトルラン
 - 質問紙調査

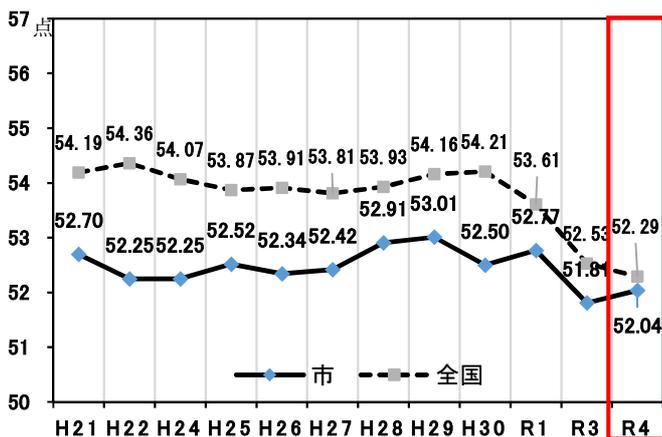
- 4 調査実施時期 令和4年（2022年）4月～7月の間に各学校において実施

1 本市の体力の状況

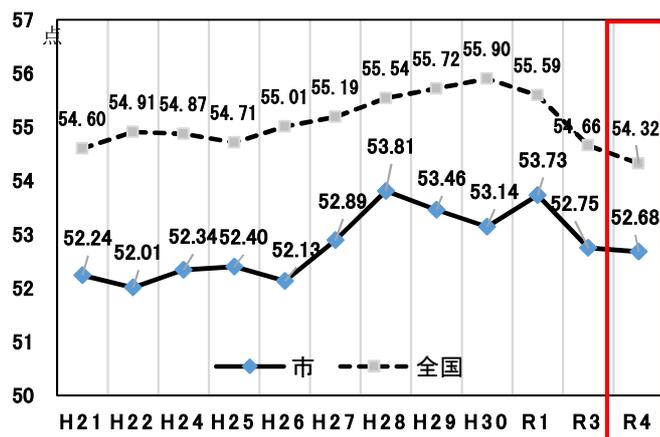
(1) 体力合計点の経年推移

・本市の体力合計点の数値は、小学校5年生女子で前回（令和3年度）の結果をやや下回っているものの、小学校5年生男子と中学校2年生男女では、前回は上回る結果となりました。

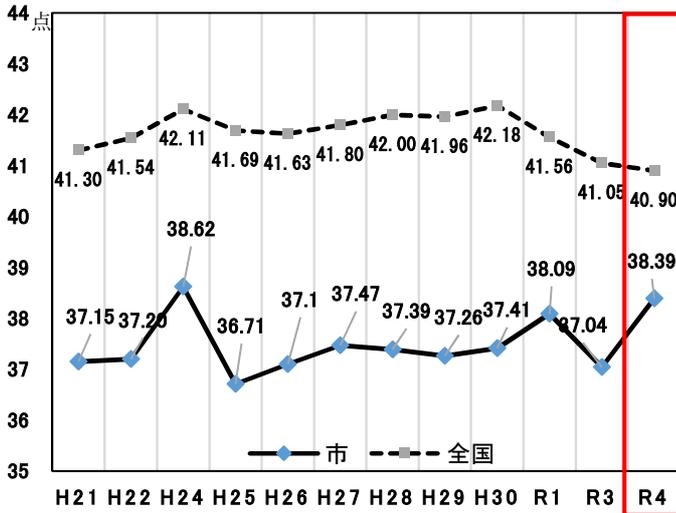
【グラフ1-1】小学校5年生男子の経年推移



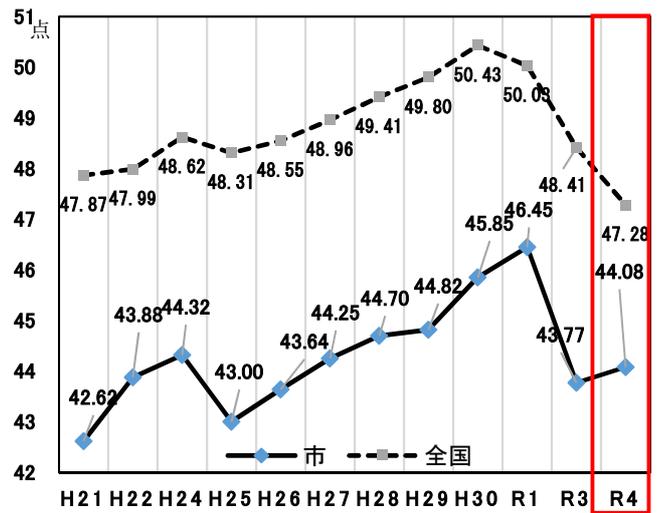
【グラフ1-2】小学校5年生女子の経年推移



【グラフ1-3】中学校2年生男子の経年推移



【グラフ1-4】中学校2年生女子の経年推移



※体力合計点：実技に関する調査の各種目の測定値を種目別得点表（学校種で異なる）に当てはめ10段階で得点化し合計した数値
 ※令和2年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査は、新型コロナウイルス感染症の影響で中止。

(2) 種目ごとの平均値の比較

- ・小学校5年生男子では握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳びで、小学校5年生女子では握力、長座体前屈で、中学校2年生男子では持久走が全国平均を上回っており、その他の種目は、全国平均を下回っています。
- ・本市の体力合計点を全国と比較すると、小・中学生ともに全国平均値より下回っています。

【表1】種目ごとの平均値の比較 【持久走と50m走は、数値が小さいほど速く走れていることを示します。】

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	体力合計点(点)
小学校 5年男子	全国	16.21	18.86	33.80	40.37		45.93	9.53	150.86	20.31	52.29
	川崎市	16.58	18.87	36.13	38.90		41.48	9.55	151.07	19.58	52.04
小学校 5年女子	全国	16.10	17.97	38.20	38.67		36.98	9.70	144.59	13.16	54.32
	川崎市	16.19	17.46	40.08	36.37		30.56	9.78	143.66	12.37	52.68
中学校 2年男子	全国	28.95	25.64	43.76	51.02	410.92	77.69	8.06	196.82	20.20	40.90
	川崎市	28.70	25.07	40.10	49.70	403.66	77.37	8.17	192.19	19.36	38.39
中学校 2年女子	全国	23.17	21.58	46.05	45.81	303.96	51.34	8.97	166.89	12.38	47.28
	川崎市	22.88	20.82	43.50	44.15	306.53	50.66	9.07	159.84	11.34	44.08

2 運動習慣等の状況

(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツすることは好き・やや好きと答えた割合

- ・本市の児童生徒が運動やスポーツをすることは好き・やや好きと答えた割合は、小・中学生ともに全国平均よりも低い傾向がみられます。

【表2】運動やスポーツすることは好き・やや好きと答えた割合

	小学校5年生男子	小学校5年生女子	中学校2年生男子	中学校2年生女子
全国	92.4%	86.0%	88.8%	77.2%
川崎市	91.7%	85.1%	86.2%	72.6%

(2) 授業以外における運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツの1週間の総運動時間

・本市の児童生徒の1週間の総運動時間は、小学校5年生女子が全国平均を下回っており、小学校5年生男子と中学校2年生男女は、全国平均を上回っています。

【表3】授業以外での運動やスポーツの1週間の総運動時間

	小学校5年生男子	小学校5年生女子	中学校2年生男子	中学校2年生女子
全国	558.04分	343.59分	733.78分	519.43分
川崎市	567.43分	338.17分	832.12分	599.04分

3 生活習慣の状況

(1) 1日あたりの睡眠時間

・本市の児童生徒の1日あたりの睡眠時間は、小・中学生ともに全国平均とほぼ同じ割合です。

【表4】1日あたりの睡眠時間

		男子						女子					
		10時間以上	9時間以上 10時間未満	8時間以上 9時間未満	7時間以上 8時間未満	6時間以上 7時間未満	6時間未満	10時間以上	9時間以上 10時間未満	8時間以上 9時間未満	7時間以上 8時間未満	6時間以上 7時間未満	6時間未満
小学校	全国	10.0%	27.0%	29.7%	20.6%	8.9%	3.8%	9.5%	28.9%	30.8%	19.7%	8.5%	2.7%
	川崎市	9.1%	26.7%	29.9%	21.7%	8.7%	4.0%	8.0%	28.8%	30.6%	21.1%	9.0%	2.5%
中学校	全国	2.0%	6.4%	19.4%	37.4%	26.2%	8.6%	1.1%	4.4%	14.7%	33.6%	33.6%	12.6%
	川崎市	2.5%	5.4%	17.9%	38.9%	26.7%	8.6%	1.0%	4.2%	13.0%	33.2%	35.5%	13.0%

(2) 平日1日あたりのTV、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の映像の視聴時間

・本市の小学生の1日当たりの映像の視聴時間は、全国平均とほぼ同じですが、中学生は、長い傾向がみられます。

【表5】平日1日あたりのTVやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の映像の視聴時間

		男子							女子						
		5時間以上	4時間以上 5時間未満	3時間以上 4時間未満	2時間以上 3時間未満	2時間以上 1時間未満	1時間未満	全く見ない	5時間以上	4時間以上 5時間未満	3時間以上 4時間未満	2時間以上 3時間未満	2時間以上 1時間未満	1時間未満	全く見ない
小学校	全国	16.9%	10.2%	13.8%	20.9%	23.5%	12.8%	2.0%	12.6%	9.4%	12.5%	19.4%	24.7%	18.6%	2.7%
	川崎市	15.6%	9.2%	12.4%	20.5%	25.9%	14.4%	2.0%	12.5%	9.5%	12.1%	18.2%	23.8%	20.9%	3.1%
中学校	全国	16.6%	11.7%	18.4%	26.2%	20.9%	5.5%	0.7%	14.8%	11.3%	18.1%	25.9%	21.7%	7.4%	0.6%
	川崎市	18.9%	13.2%	19.5%	26.5%	17.2%	4.3%	0.3%	16.0%	14.9%	20.1%	25.5%	18.3%	4.8%	0.4%

(3) 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする機会

・本市の児童生徒の放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動やスポーツをする機会の割合は、全国平均とほぼ同じです。

【表6】放課後や学校が休みの日に運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動やスポーツをする機会

		男子				女子			
		よくある	ときどきある	あまりない	全くない	よくある	ときどきある	あまりない	全くない
小学校	全国	43.0%	33.6%	14.2%	9.1%	31.8%	39.8%	18.0%	10.5%
	川崎市	42.2%	33.9%	14.9%	8.9%	29.0%	41.3%	19.4%	10.2%
中学校	全国	33.2%	32.8%	20.7%	13.3%	17.9%	32.8%	29.8%	19.4%
	川崎市	34.0%	32.3%	19.8%	14.0%	17.0%	31.6%	29.6%	21.8%

4 今後の取組

(1) 調査結果から見える本市の現状と課題

- 本市の児童生徒の体力・運動能力は、一部の種目を除き、全国平均値を下回っている状況です。しかしながら、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、令和元年度から令和3年度にかけて体力合計点が大きく落ち込みましたが、令和4年度は小学校5年生女子で微減しているもののその他の区分では上向きに回復する傾向となっています。これは学校の活動制限が緩和され、昨年に比べて体育の授業や学校の体育的活動、部活動等に取り組めるようになったことが影響していると考えられます。前回の結果と比較すると小・中学校男女の全てで、体力合計点が全国平均値に近づき、差が縮まりました。また、運動やスポーツすることは好き・やや好きと回答した割合や小学生の運動時間が全国平均より低くなっています。新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に努めつつも、児童生徒の体力向上を図るため、運動の楽しさや喜びを味わうことのできる体育的活動等の工夫が必要であると考えます。
- 小学校では、20mシャトルラン（全身持久力）、中学校では、長座体前屈（柔軟性）と立ち幅跳び（瞬発力）また、小・中学校ともに反復横跳び（敏捷性）が、全国平均値との差があり、引き続き、各体力・運動能力を向上させる動きを普段の体育活動に積極的に取り入れる等の工夫が必要であると考えます。
- 生活習慣等調査からは、全国では、スクリーンタイム（スマートフォン等の映像を視聴する時間）の増加が体力の低下の一つの要因としてあげられていますが、本市では、中学生のスクリーンタイムが全国平均よりもさらに長時間となっている傾向がみられます。中学生男女とも、前回の結果と変わらず長時間に及んでおり、大きな課題と考えます。

(2) 今後の取組に向けて

- 児童生徒が、運動することの大切さや運動の楽しさを実感し、自分の生活スタイルの見直しなどの意識を高めるとともに、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことができるよう、体育学習の充実をはじめ、普段の生活や日常生活の中で運動に親しむ機会の確保、学校行事や部活動、家庭との連携など、様々な場面を通して、できることから児童生徒が運動に親しむ取組を推進します。

具体的な取組

- ・全校種の体育・保健体育科代表者会議において本市の課題を共有し、体力向上を図るための取組事例等を周知し、各学校の体育活動の計画の工夫・改善を図ります。
- ・学校と各家庭が課題を共有し、連携して体力の向上への取組が推進できるよう、児童生徒が学校以外で過ごす時間等を活用し、運動の習慣化にもつながるよう、体力向上リーフレット「動いて遊んでかわさキッズ元気アップ大作戦」等の周知も行っています。
URL：<https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000057971.html>
- ・教員の指導力向上として、体力・運動能力の測定に関する指導者講習会を開催します。また、専門家の指導助言を受けながら調査結果の分析・考察を行い各校の体育学習等の改善と充実を図ります。
- ・各小学校が取り組んでいるキラキラタイム（運動の習慣化に向けて休み時間等に取り組んでいる運動あそび）の取組事例等を周知し、さらに活動の充実を図ります。