

令和4年度 名寄市 全国体力・運動能力調査、運動習慣等の結果について

令和5年3月 名寄市教育委員会

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果については、**調査により測定できるのは体力等の特定の一部分であること、学校における教育活動の一側面であること**などに留意して分析を進め、このたび、名寄市小・中学校の児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の傾向をまとめました。

つきましては、明らかになった課題を克服し、さらに児童生徒の体力・運動能力の向上を図るため、市民の皆様には体力・運動能力や運動習慣等の傾向及び改善策などについてお知らせいたします。

体力は活動の源であり、健康の維持のほか、意欲や気力の充実に大きくかわり、人間の発達・成長を支える基本的な要素です。名寄市教育委員会では、本調査の結果を踏まえ、家庭、地域のご協力をいただきながら、児童生徒の体力の向上を図る効果的な取組や運動習慣等の改善を図る取組を推進してまいります。

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の概要

1. 調査の目的

- (1) 教育委員会と各学校は、自らの児童生徒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、そのような取組を通して、児童生徒の体力・運動能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。
- (2) 各学校は、各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、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. 調査対象

小学校第5学年、中学校第2学年の原則として全児童生徒

3. 調査の実施説明

令和4年4月から令和4年7月末までの期間に実施

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（以下、「実技調査」という。）

(ア) 小学校調査では、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ（全8種目）及び、身長・体重

(イ) 中学校調査では、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、持久走、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ（全8種目）及び、身長・体重

※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択して実施

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣に関する質問紙調査（以下、「児童生徒質問紙調査」という。）

(2) 学校に対する調査

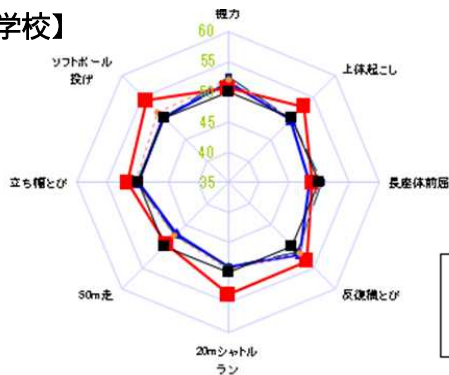
児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る学校の取組等に関する質問紙調査（以下、「学校質問紙調査」という。）

1 実技に関する調査結果

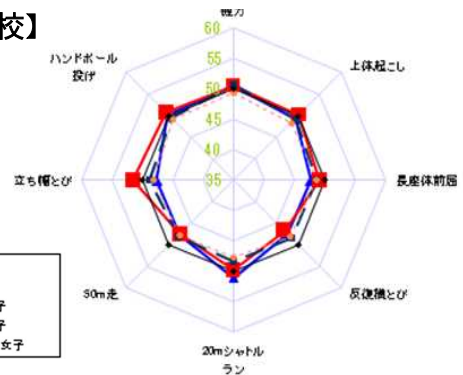
小学校		中学校	
小学校男子	小学校女子	中学校男子	中学校女子
(1)体力合計点（全国比）			
ほぼ同等	成果が見られた	ほぼ同等	成果が見られた
(2)実技に関する種目の記録（全国比）			
○成果が見られた種目 ・握力 ・反復横跳び ・ソフトボール投げ ○同等の結果が見られた種目 ・上体起こし ・20mシャトルラン ・立ち幅跳び ○課題が見られた種目 ・50m走 ・長座体前屈	○成果が見られた種目 ・握力 ・反復横跳び ・20mシャトルラン ・立ち幅跳び ・ソフトボール投げ ・上体起こし ○同等の結果が見られた種目 ・50m走 ○課題が見られた種目 ・長座体前屈	○成果が見られた種目 ・握力 ・20mシャトルラン ・ハンドボール投げ ○同等の結果が見られた種目 ・上体起こし ○課題が見られた種目 ・長座体前屈 ・反復横跳び ・50m走 ・立ち幅跳び	○成果が見られた種目 ・握力 ・上体起こし ・立ち幅跳び ・ハンドボール投げ ○同等の結果が見られた種目 ・長座体前屈 ・20mシャトルラン ○課題が見られた種目 ・反復横跳び ・50m走

(3)全国を50とした時の数値（T得点）をレーダーチャートで表示

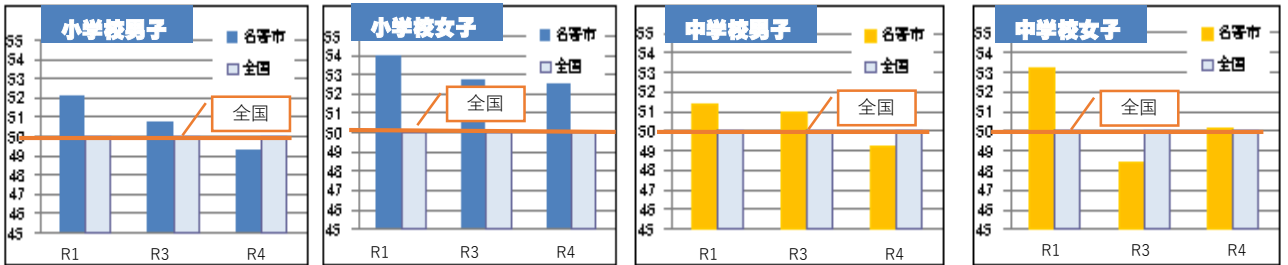
【小学校】



【中学校】



(4)体力合計点の全国との差（T得点）の推移



■分析

- ・体力の合計点について、全国平均に比べて、昨年度より、小・中学校ともに女子が伸びて、男子が若干下がりました。
- ・実技に関する種目の記録について、全国平均に比べて、小学校男女の握力と反復横跳びに成果が見られました。
- ・実技に関する種目の記録について、全国平均に比べて、小学校男子、中学校男女に長座体前屈（柔軟性）、50m走（走力）に課題が見られました。

■今後の取組の方向性

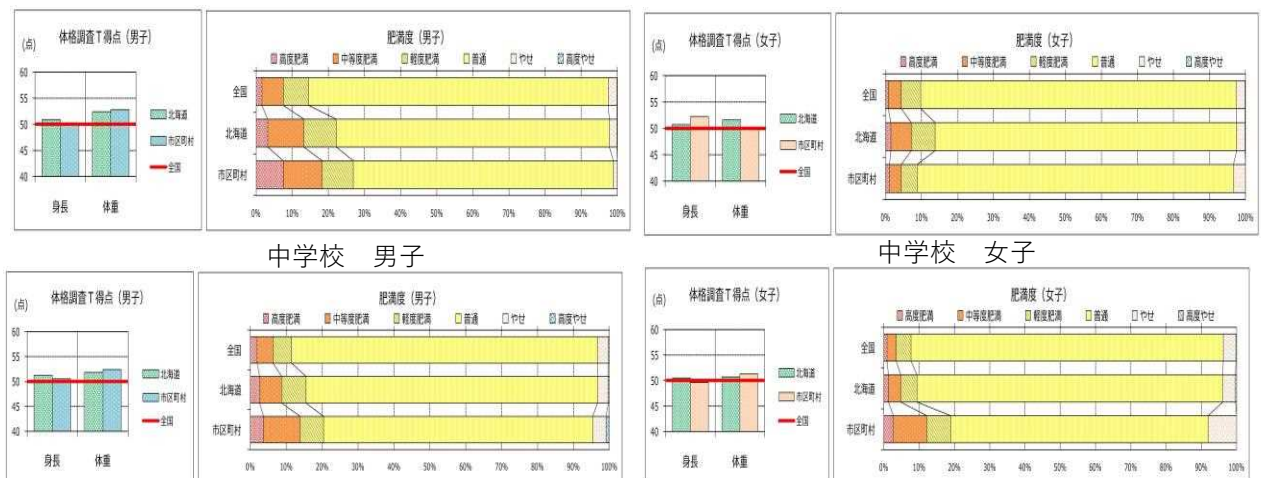
- ・走力や柔軟性を高めるために、準備運動で体ほぐし運動を取り入れるなど、体育・保健体育の授業を工夫する必要があります。
- ・本市の教育研究所保健体育班による授業改善の方策の具体化や市内の教職員を対象にした走力を高める運動の実技研修の実施などにより、本調査結果が、授業改善につながるよう取り組む必要があります。

2 身長と体重の調査からの体格と肥満度に関する調査結果（全国比）

- 小学校女子、中学校男女は、痩せている児童生徒の割合が多い。
- 小学校男子、中学校男女は、高度、中等度、軽度の肥満度の割合が多い。
- 小学校女子は、高度、中等度、軽度の肥満度の割合が少ない。

小学校 男子

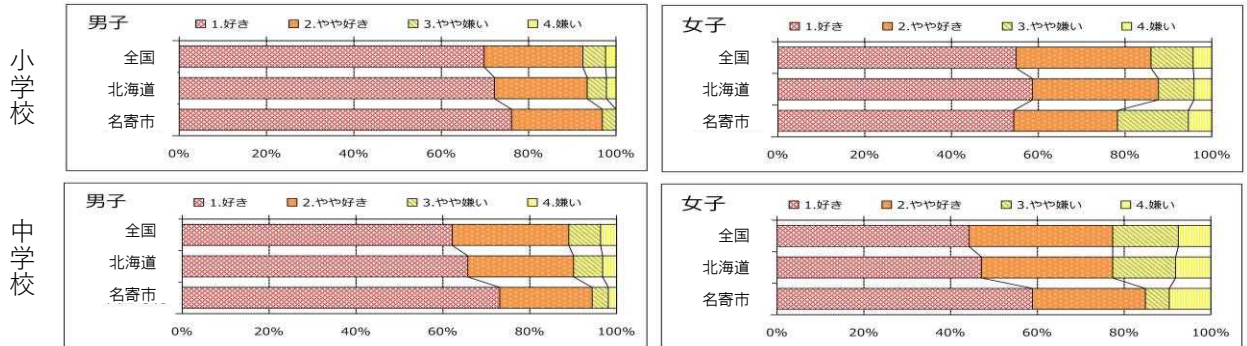
小学校 女子



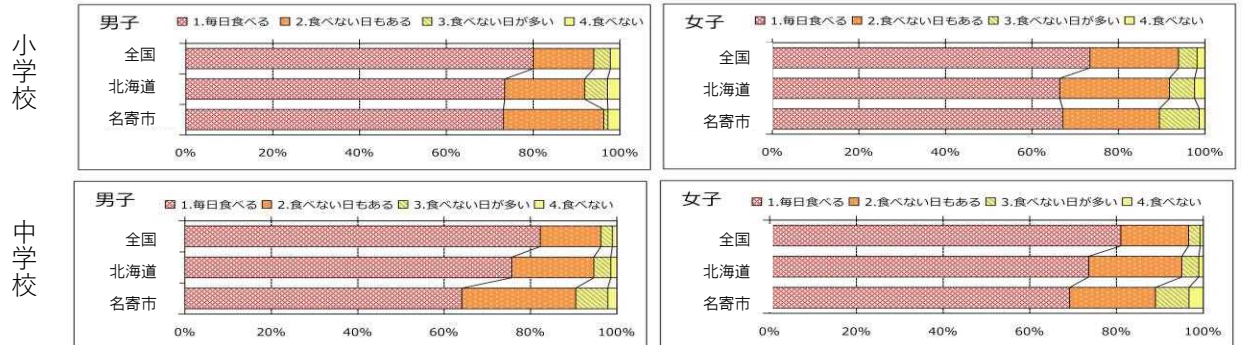
3 質問紙調査の結果（全国比）

(1) 児童生徒質問紙調査

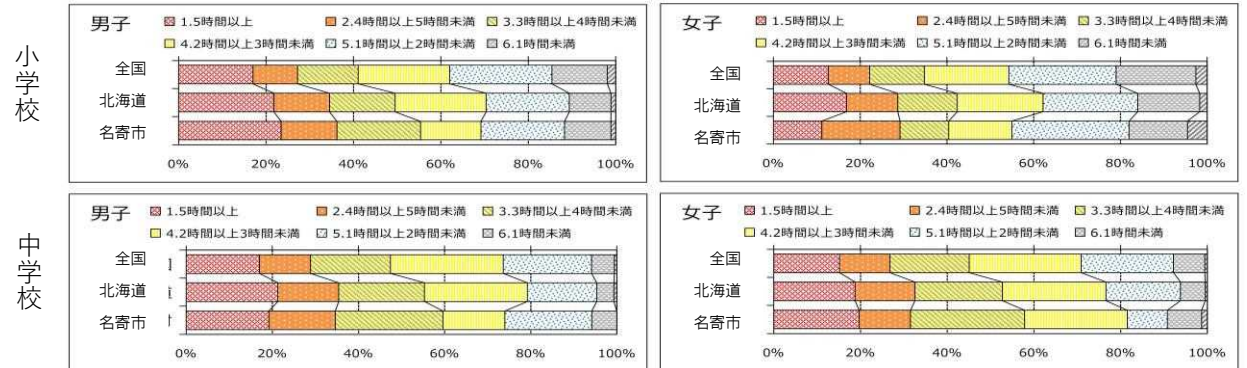
○小学校男子、中学校男女は、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることが「好き」、「やや好き」と回答した児童生徒の割合が多い。（下記グラフ参照）



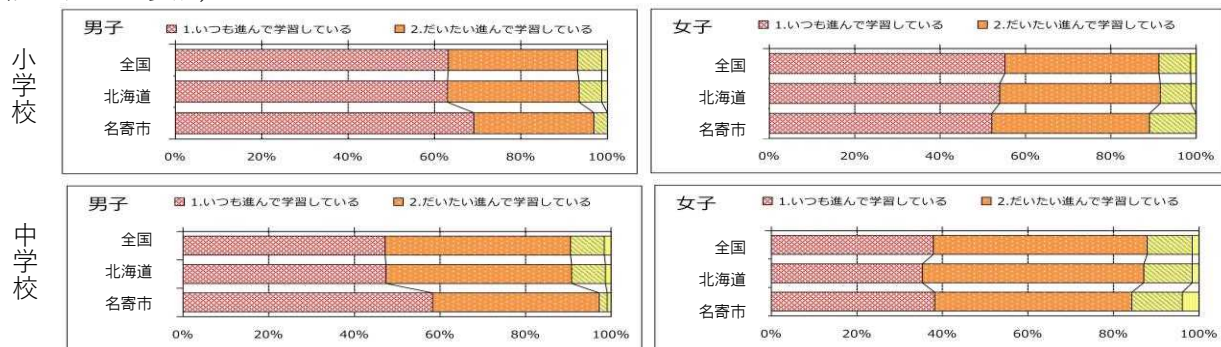
- 小・中学校ともに男子は、自分にとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは「大切なものだと思う」「やや大切なものだと思う」と回答している児童生徒の割合が多く、女子は少ない。
- 小学校男子、中学校男女は、「中学校に進んだら、授業以外でも（中学校を卒業した後、）自主的に運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思う」と回答した児童生徒の割合が多い。
- 中学校男女は、体育の授業以外で運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをしている時間の回答が1週間をとおして長く、「運動部」に所属していると回答している生徒の運動時間も長い。
- 小学校男子は、週末の運動時間が短い。
- 小学校男子、中学校男女は、朝食を「食べない日が多い」「食べない」と回答している児童生徒の割合が多い（下記グラフ参照）



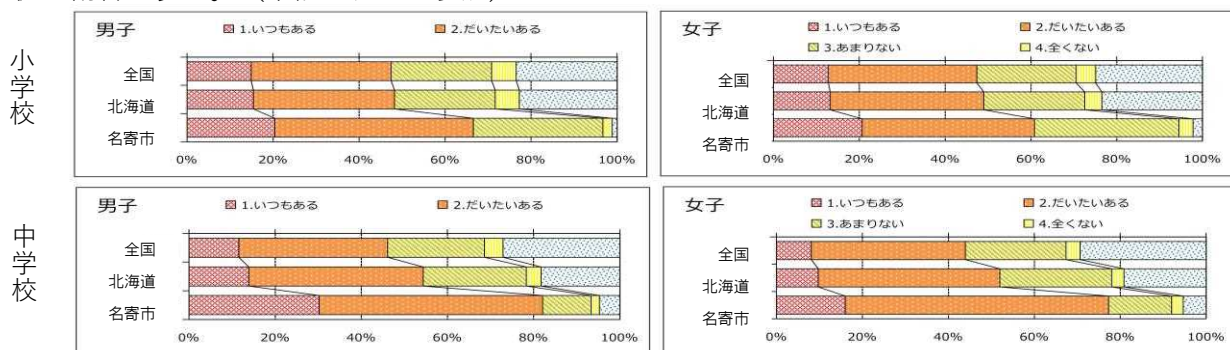
○小・中学校の男女ともに、平日に、学習以外でテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を3時間以上見ていると回答した児童生徒の割合が多い。（下記のグラフ参照）



○体育・保健体育の授業では、「いつも進んで学習に参加している」「だいたい進んで参加している」と回答している児童生徒の割合が、小・中学校ともに男子では多く、女子では少ない。（下記のグラフ参照）



○小・中学校の男女ともに体育・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することが「いつもある」「だいたいある」と回答した児童生徒の割合が多い。（下記のグラフ参照）



(2)学校質問紙調査

- 小・中学校ともに、運動・スポーツが苦手な児童生徒向けの取組、能力差に応じた取組を行っている学校の割合が多い。
- 小・中学校ともに、体育・保健体育の授業の目標を児童生徒に示す活動を行っている学校の割合が多い。
- 小・中学校ともに、体育・保健体育の授業で児童生徒同士で話し合う活動をいつも取り入れている学校の割合が多い。
- 小・中学校ともに、学校外の人材を活用している学校の割合が多い。
- 体育授業で週に1時間程度以上ICTを活用している小学校が多い。

■分析

- ・体格と肥満に関する身長・体重の調査から、肥満度の割合が多い結果となりました。
- ・児童生徒質問紙調査から、朝食を食べていない児童生徒や平日に学習以外でテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を3時間以上見ている児童生徒の割合が多い結果となりました。
- ・学校質問紙調査から、小・中学校ともに、運動・スポーツが苦手な児童生徒向けの取組、能力差に応じた取組を行っている学校の割合が多い結果となりました。

■今後の取組の方向性

- ・各学校では、「一校一実践」の体力づくりの取組を進めるとともに、ICTなどを積極的に活用し、運動が楽しいと思える体育の授業を進めていきます。
- ・学校と家庭が連携し、「早寝、早起き、朝ごはん」の取組を推進し、生活リズムの改善を図るとともに、外での活動や遊びを奨励し、健康的な生活を送ることができるよう取組を進めます。

自己の夢や目標を実現し、将来自立して生きていくためには、自分で適切な時間を考え、規則正しい生活習慣を身に付けることが大切です。「規則正しい生活」については、リーフレット「時間の目安を決めて子どもの生活リズムを整える！」【改訂版】を参考にすることができます。下記のURLやQRコードより北海道教育委員会のホームページからダウンロードできます。

リーフレット「時間の目安を決めて子どもの生活リズムを整える！」【改訂版】

https://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/gks/jikan_meyasu_h29/3.html

