

# 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

真庭市教育委員会

## 1 調査の実施状況

### (1) 調査の目的

子どもの体力が低下している状況にかんがみ、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、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて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。また、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) 調査対象学年

小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年、義務教育学校前期課程第5学年

中学校第2学年、中等教育学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年、義務教育学校後期課程第2学年

### (3) 調査内容

ア 実技に関する調査（新体力テスト8種目で実施）

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅跳び  
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）

イ 質問紙調査

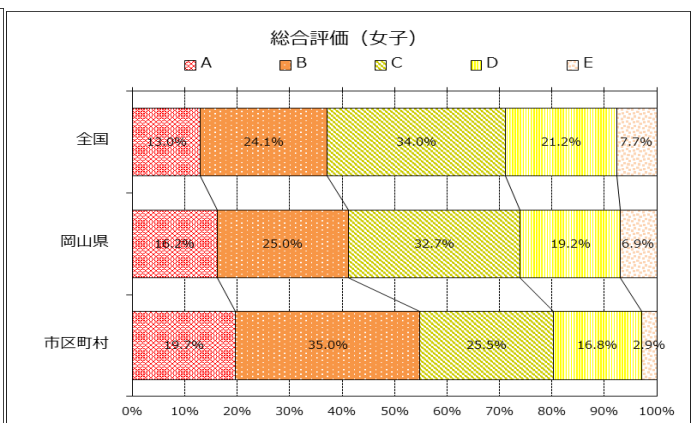
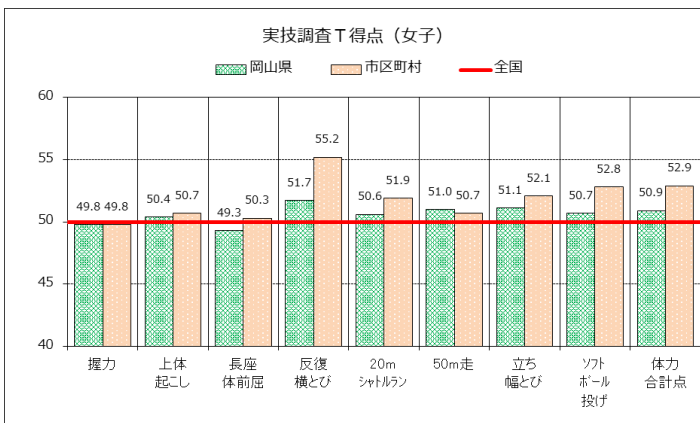
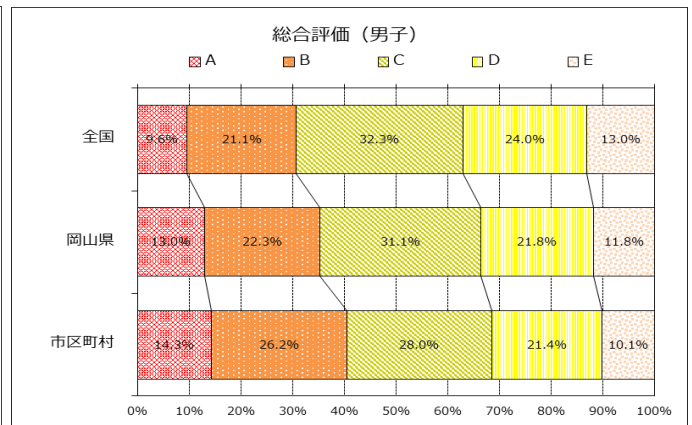
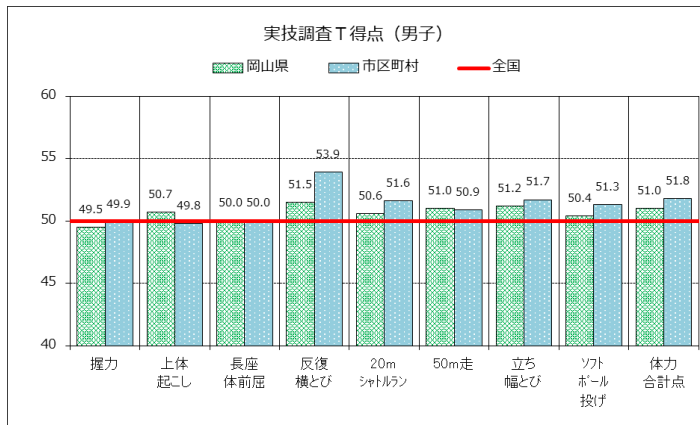
児童生徒：運動習慣、体育授業等の項目

学 校：子どもの体力向上に係る取組等に関する項目

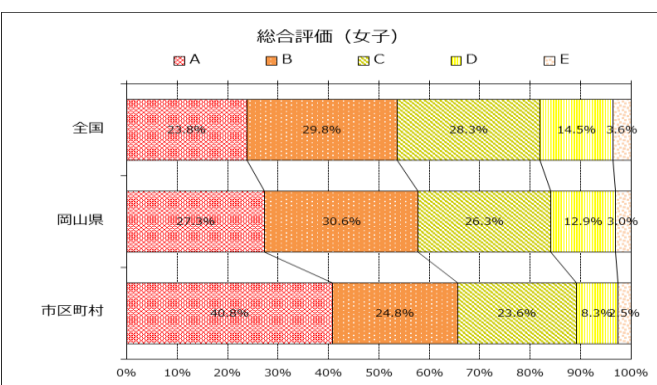
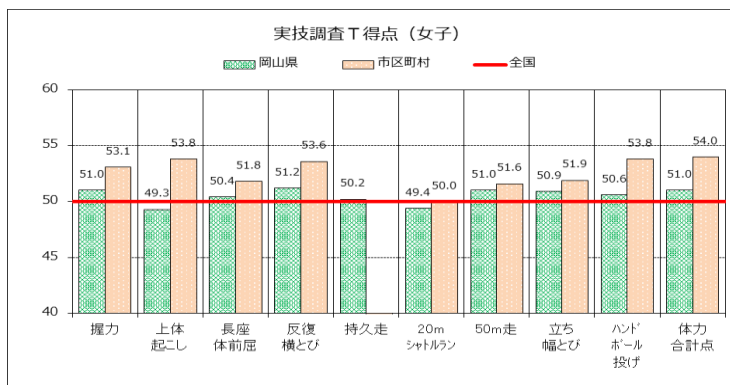
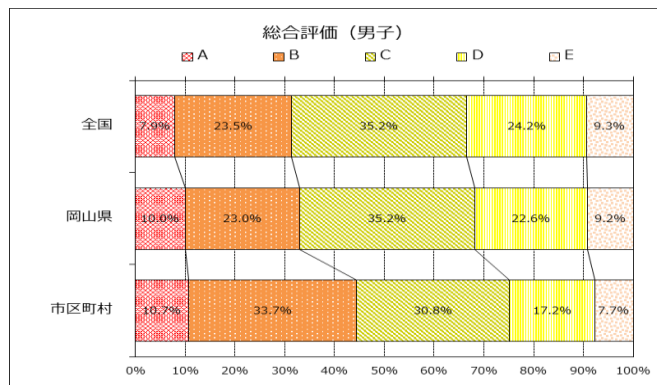
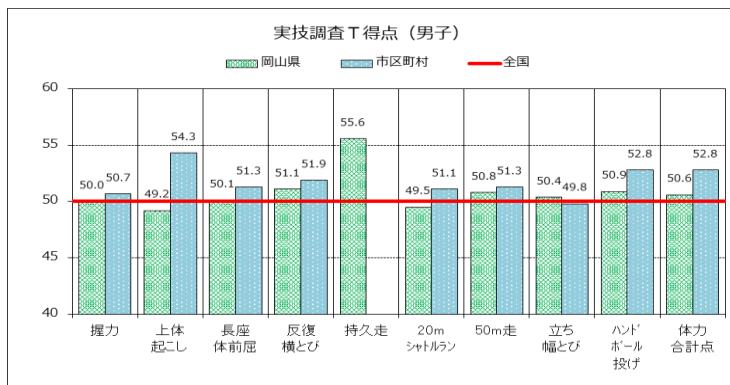
## 2 実技集計

### (1) 令和4年度実技調査T得点（全国平均を50とした時の真庭市児童生徒の得点と総合評価）

【小学校】

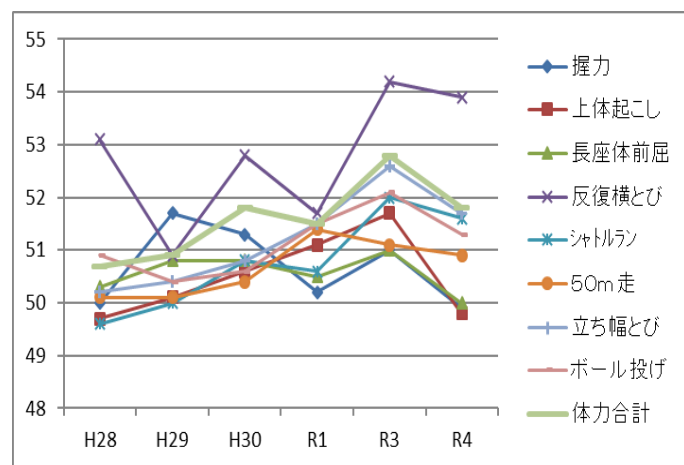


【中学校】（持久走と20m シャトルランは選択となっており、真庭市は20m シャトルランを実施

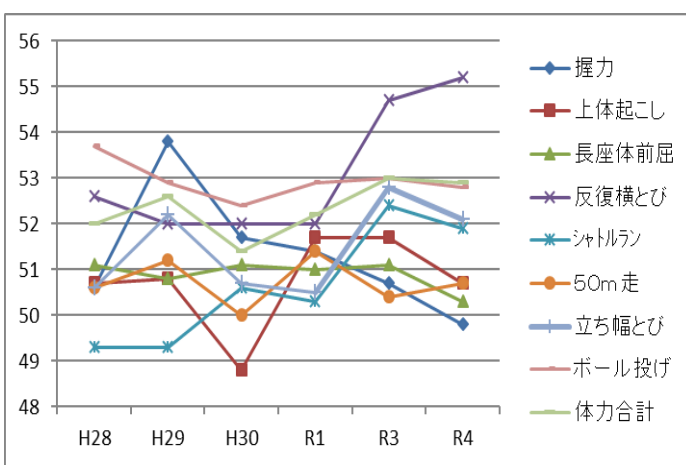


（2）実技調査T得点の経年変化（全国平均を50としたときの、真庭市の実技得点の経年変化）

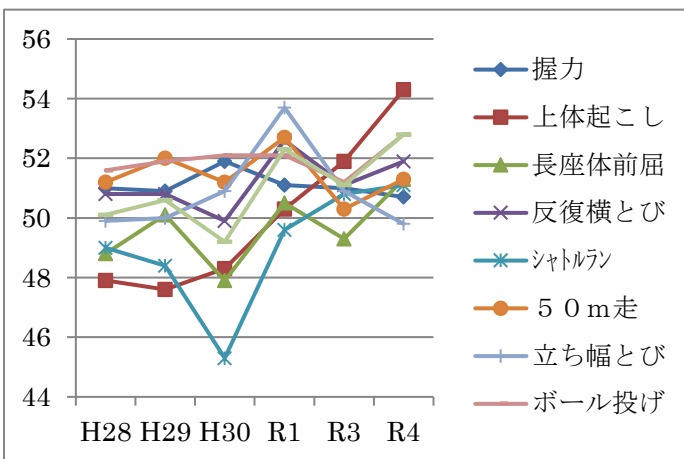
【小学校男子】



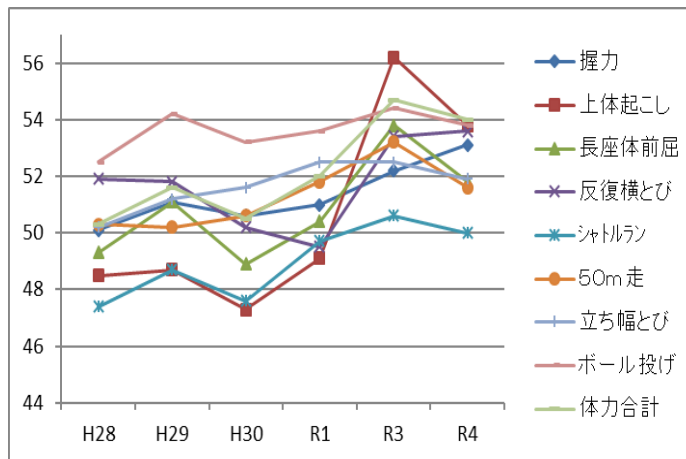
【小学校女子】



【中学校男子】

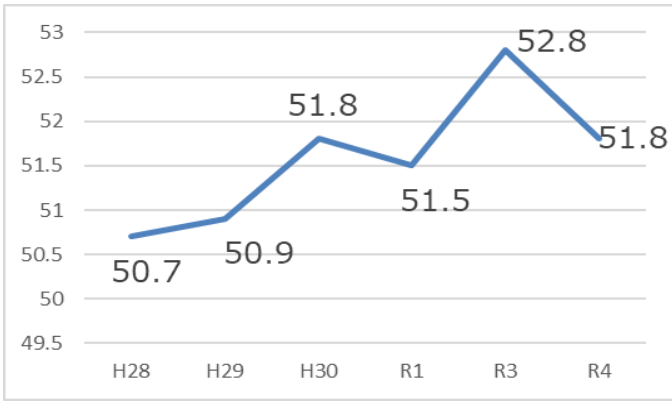


【中学校女子】

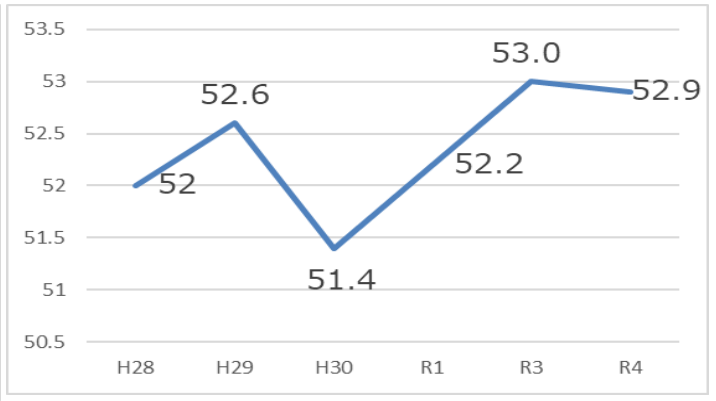


(3) 体力合計得点の年次推移

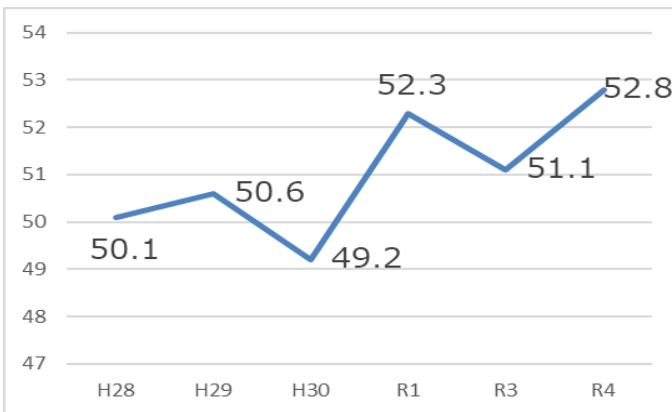
【小学校男子】



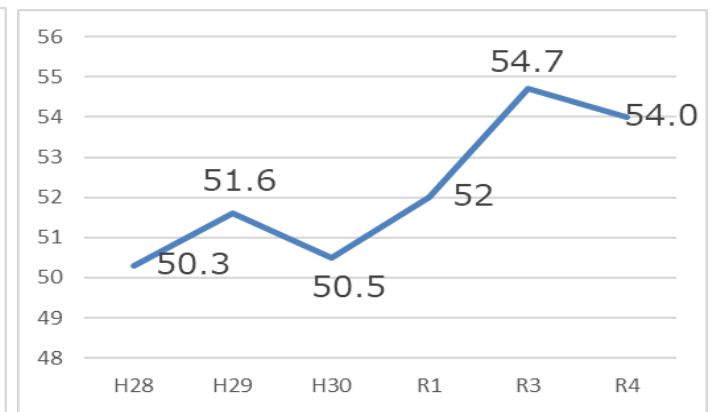
【小学校女子】



【中学校男子】



【中学校女子】



小学校では、男女握力、男子上体起こし以外で全国平均を上回っています。中学校では、男子の立ち幅跳び以外で全国平均を上回っています。体力合計得点では、小学校、中学校とも全国平均値を上回っています。特に中学生女子の総合評価 A の割合が高くなっています。

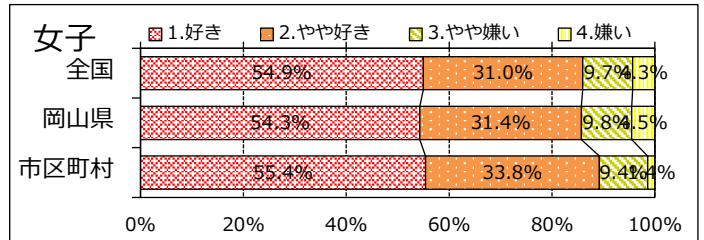
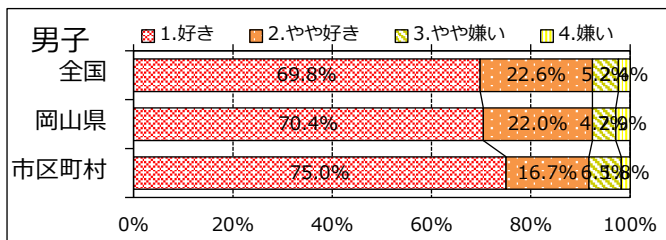
経年変化から、年度によって差はあるものの、真庭市の児童生徒の体力は全国と比べて引き続き高い状態にあるといえます。

### 3 児童生徒質問紙

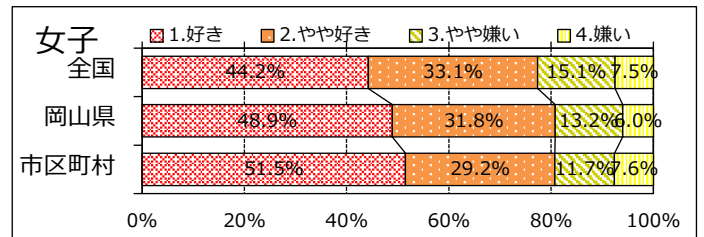
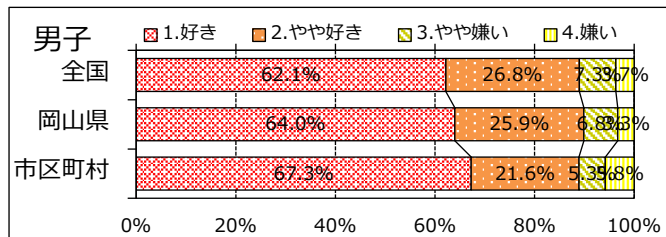
#### (1) 運動やスポーツについて

○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。

小学校



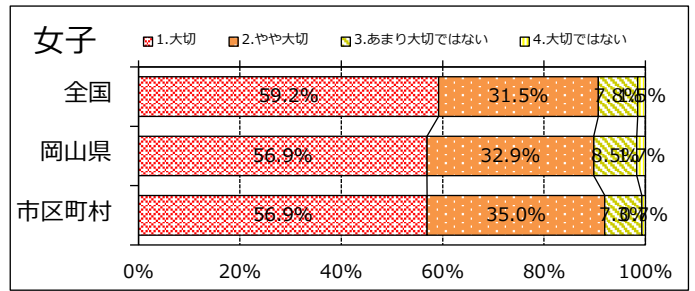
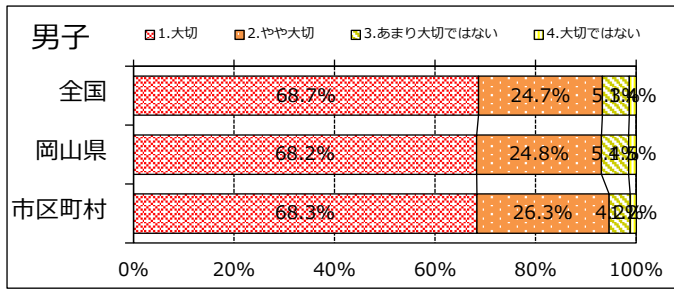
中学校



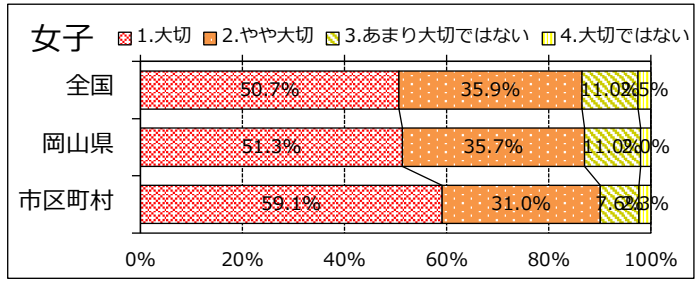
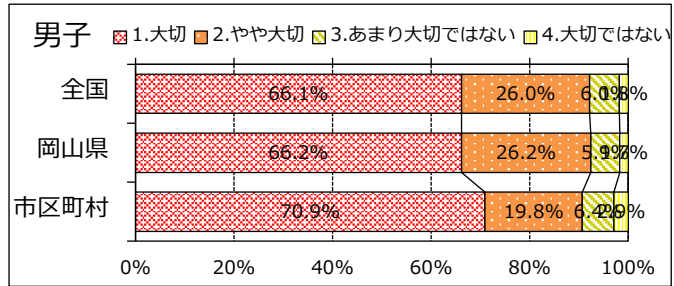
小・中学校とも、肯定的（好き・やや好き）な回答の割合が全国平均と比べ高くなっています。

○あなたにとって運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツは大切なものですか。

小学校

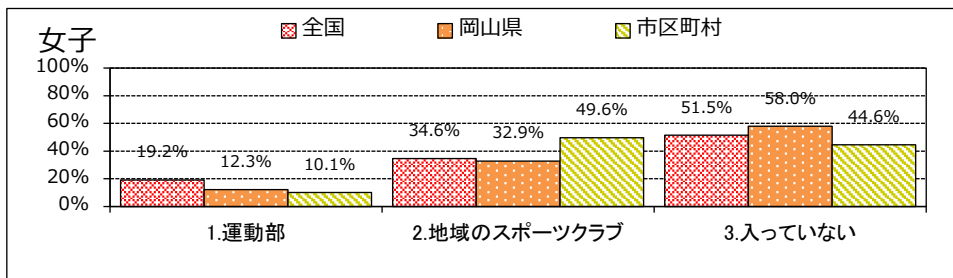
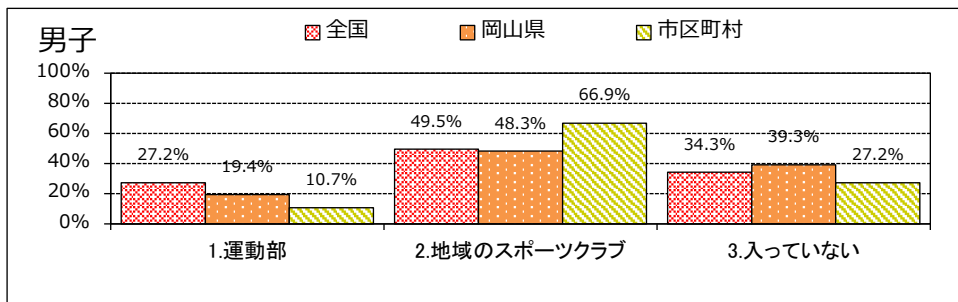


中学校

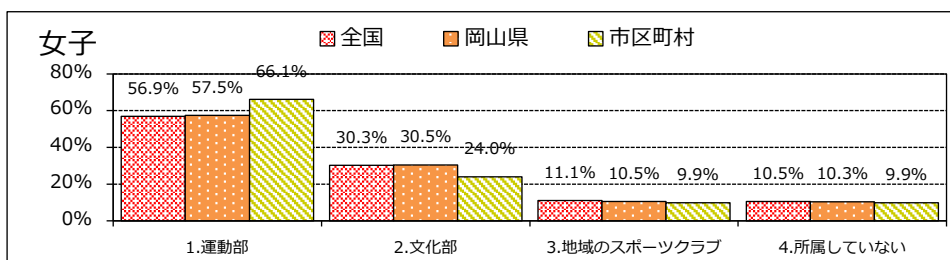
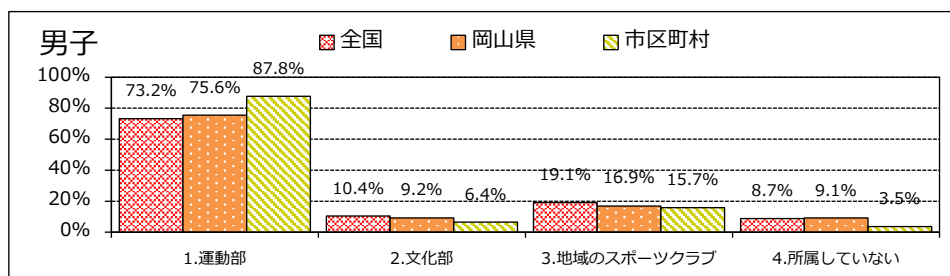


○学校の運動部や地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や習い事をふくみます）に入っていますか。当てはまるものをすべて選んでください。

小学校

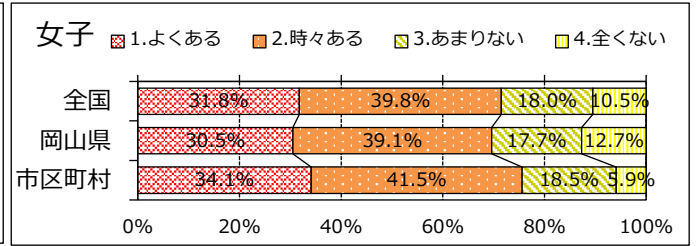
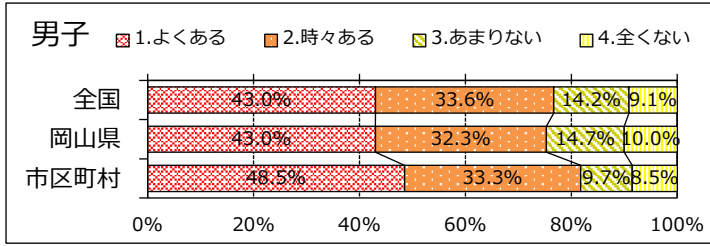


中学校

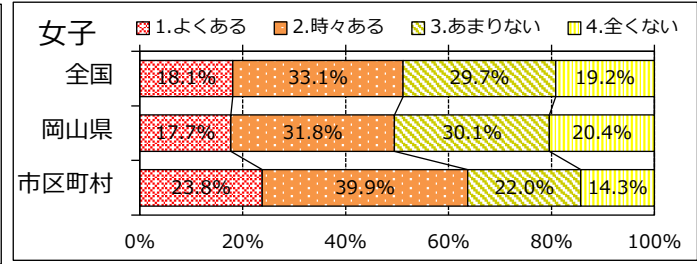
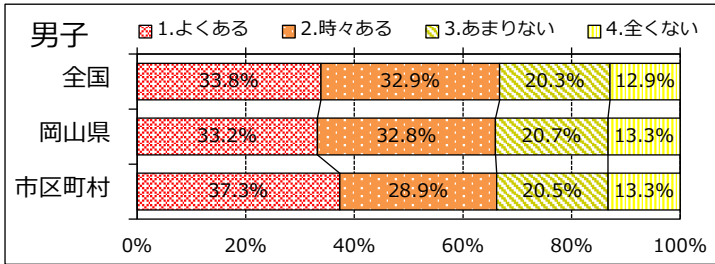


○放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることがありますか。

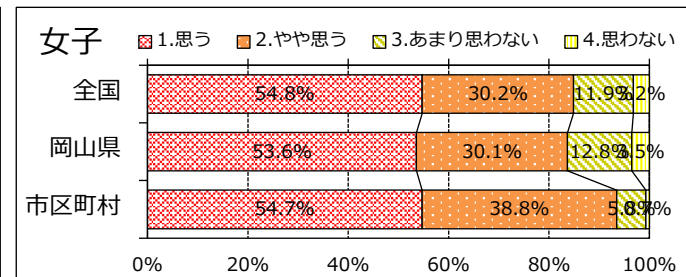
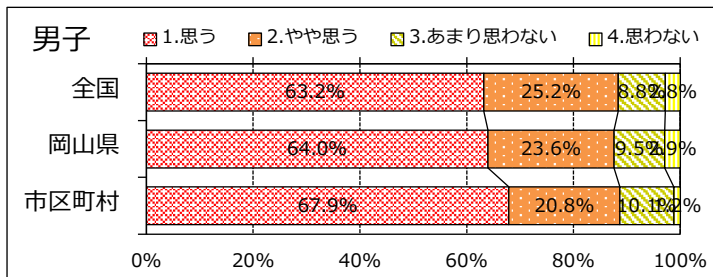
小学校



中学校



○中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。

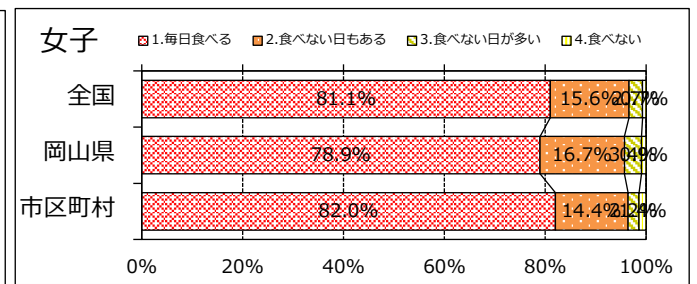
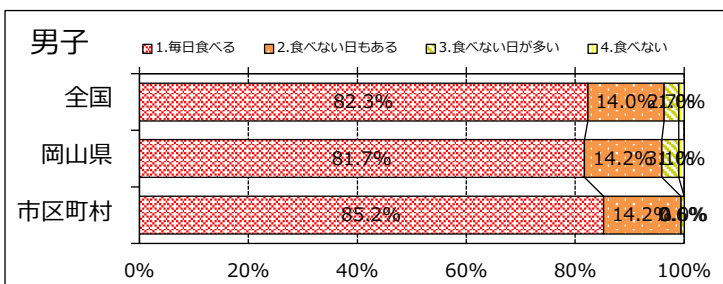


真庭の児童生徒は、全国や県に比べ、運動部や地域スポーツクラブに所属していたり、平素から運動したりしている割合が高くなっています。

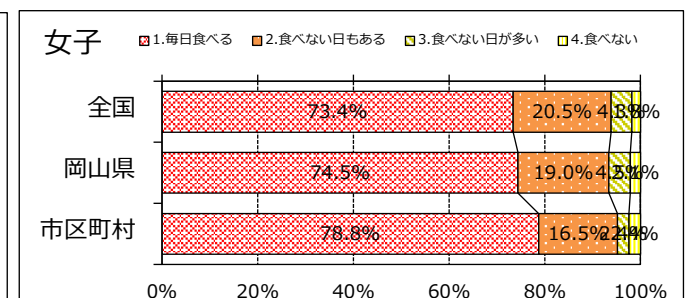
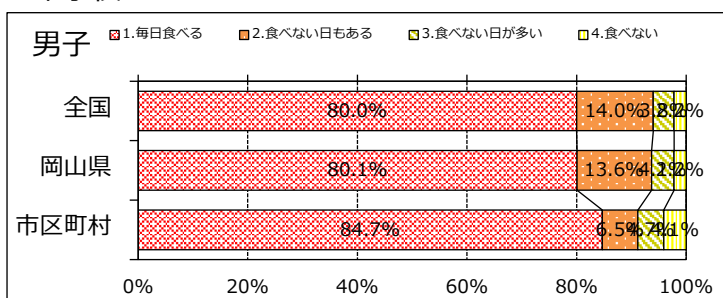
(2) 生活習慣等

○朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

小学校



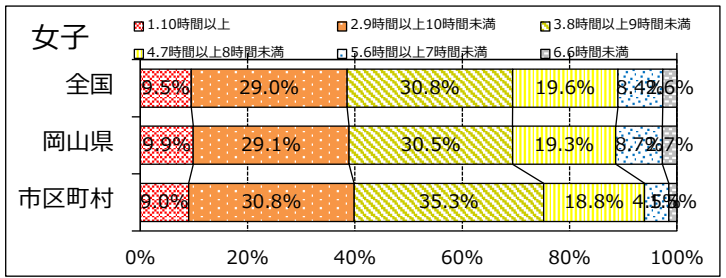
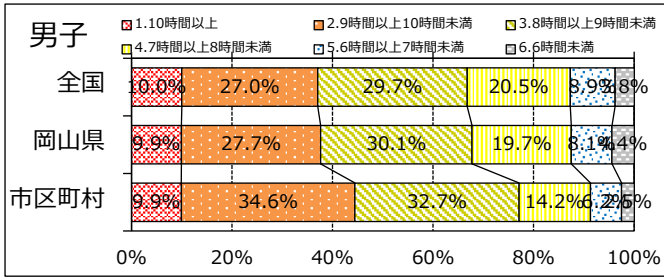
中学校



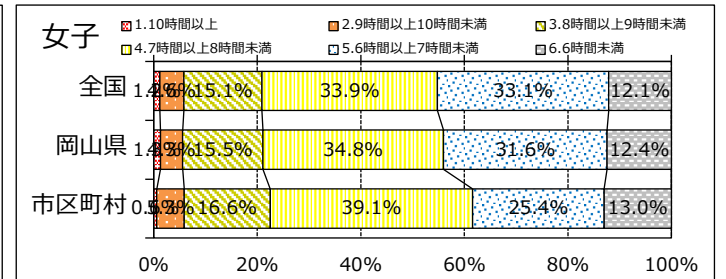
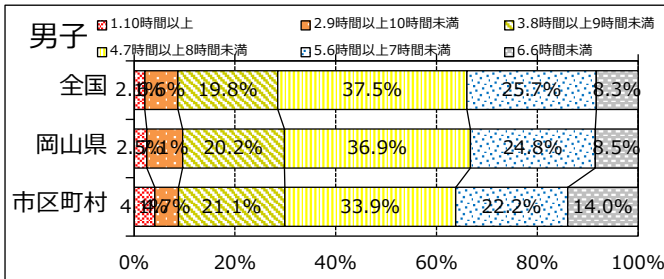


○毎日どのくらいねていますか。

小学校

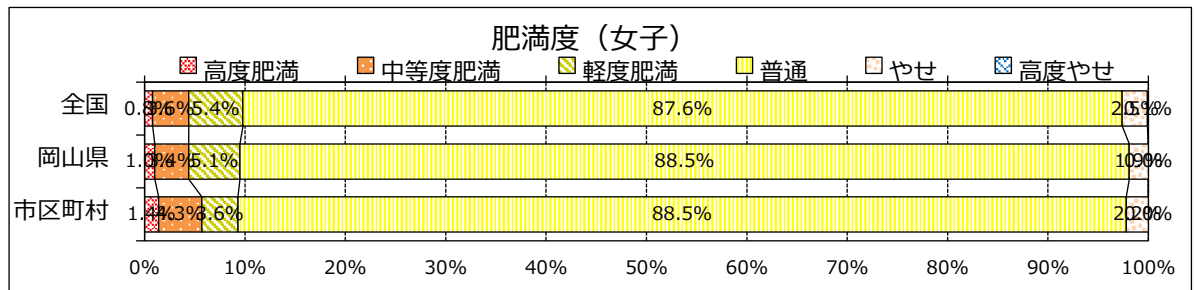
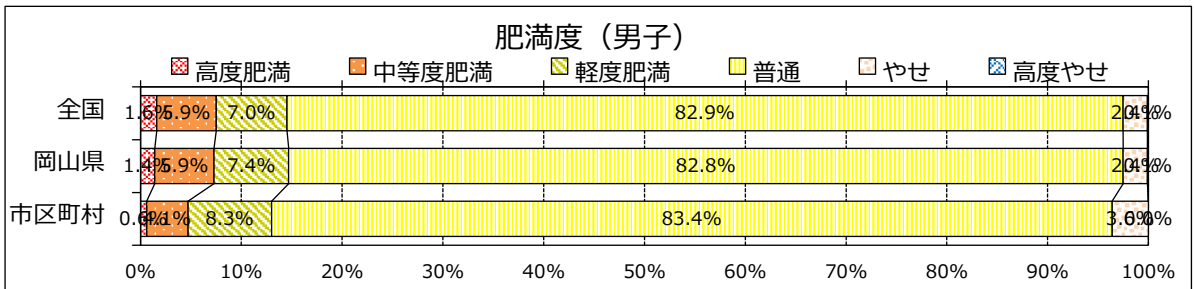


中学校

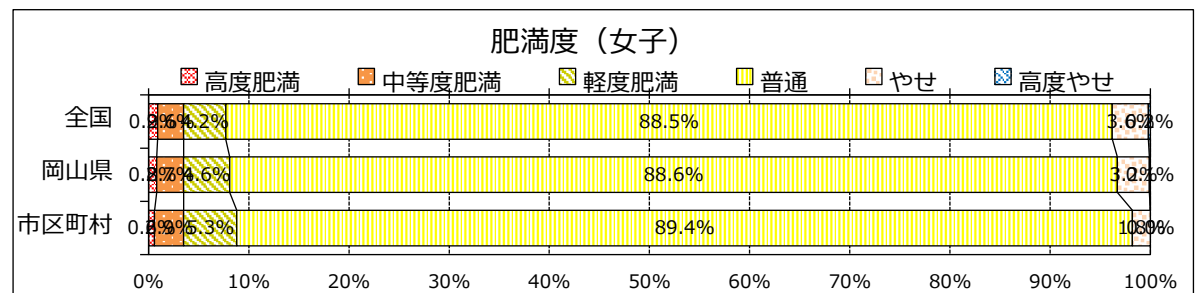
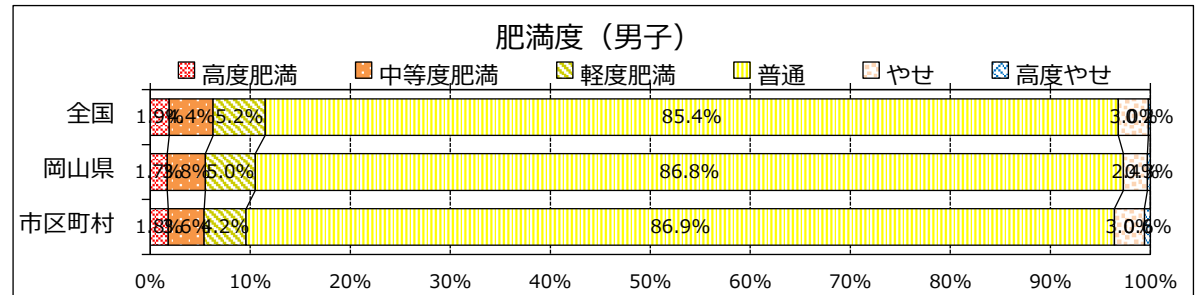


○肥満傾向児・痩身傾向児の出現率 (%)

小学校



中学校

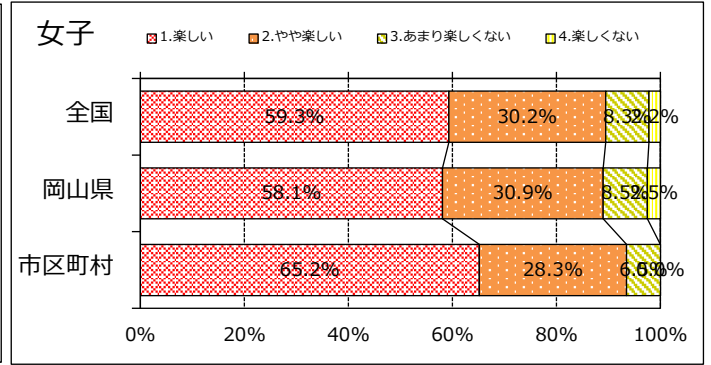
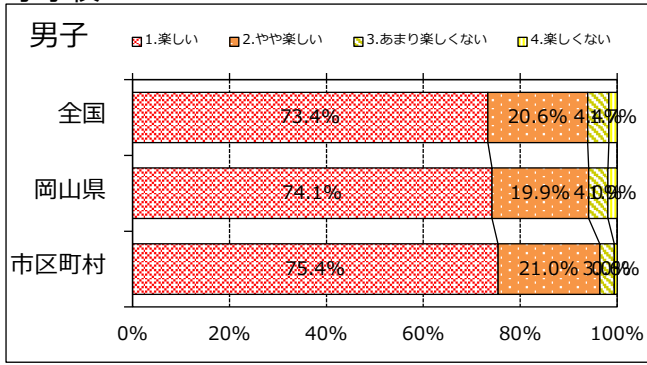


真庭の児童生徒は、概ね望ましい生活習慣で生活できています。

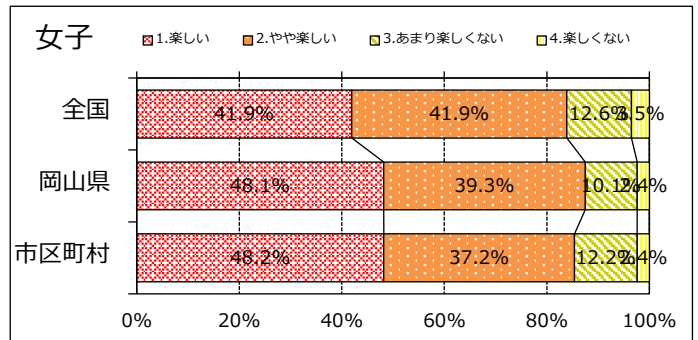
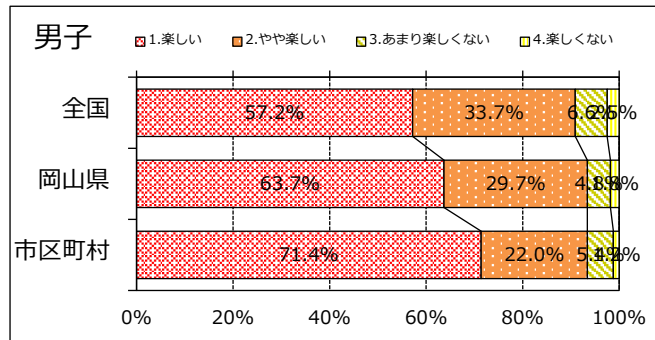
(3) 授業について

○体育の授業は楽しいですか。

小学校



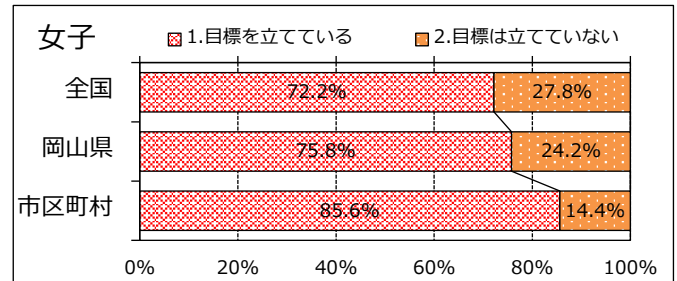
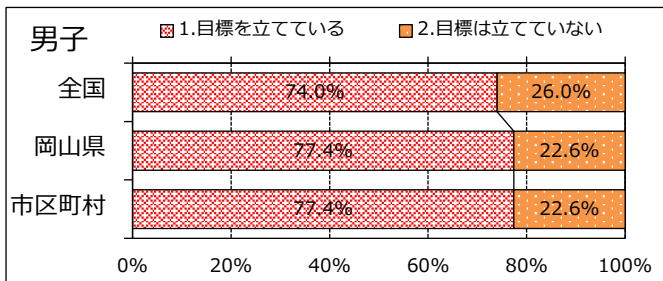
中学校



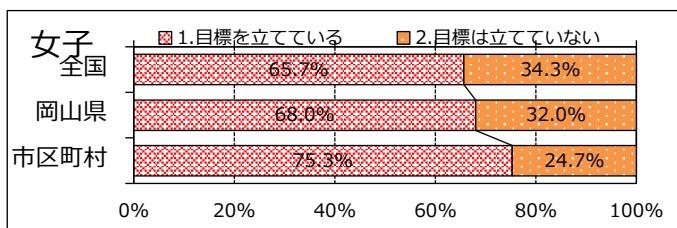
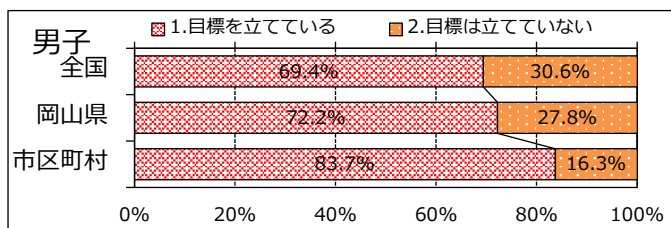
【自律性】

○体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

小学校



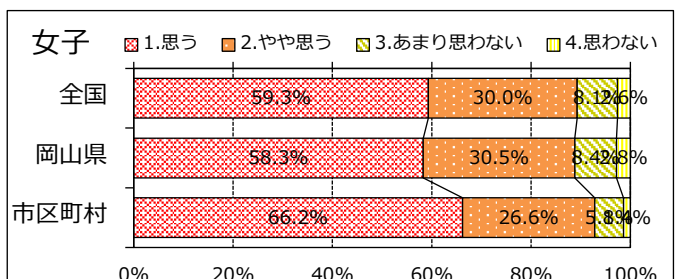
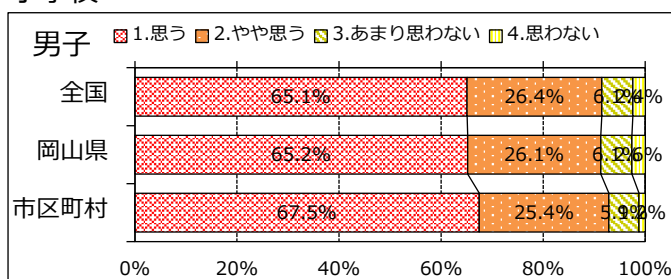
中学校

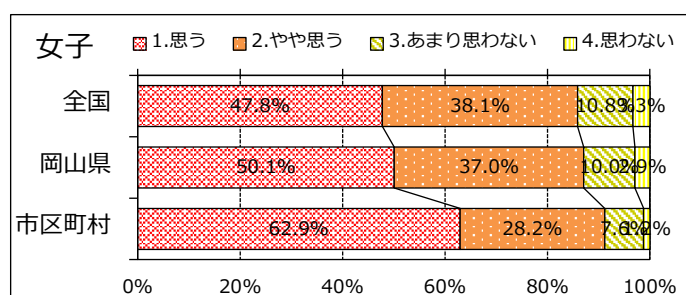
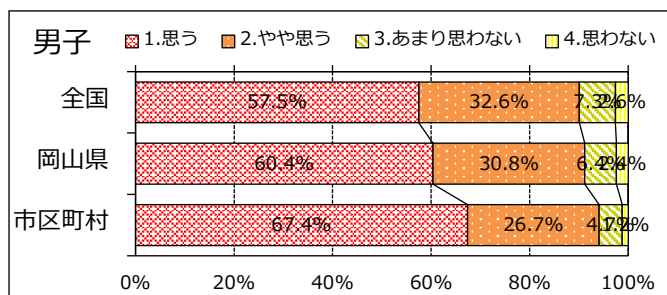


【有能感】

○体育の授業を受けることは、あなたの生活を健康で明るいものにする1つの要素になっていますか。

小学校

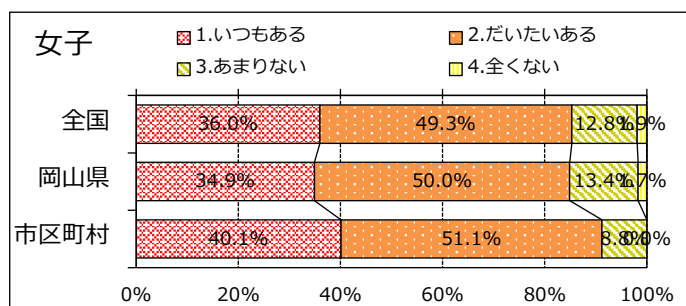
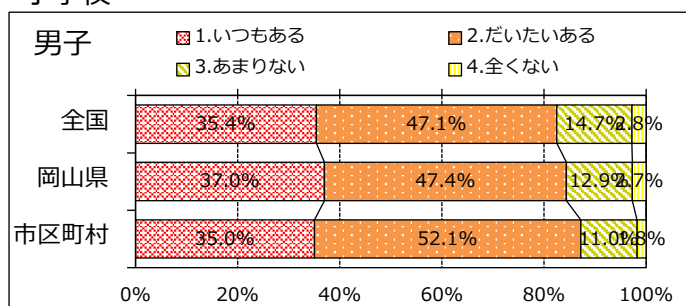




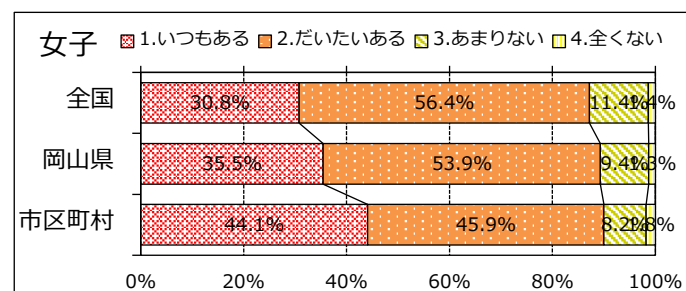
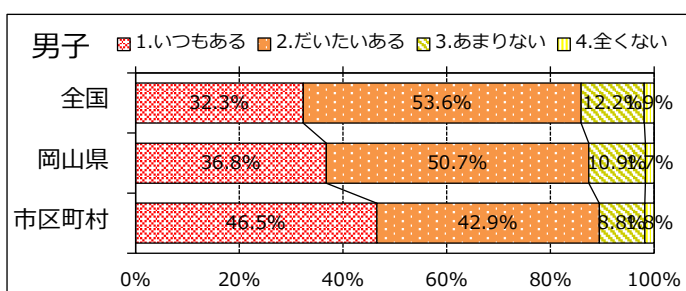
### 【関係性】

○体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったり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。

#### 小学校



#### 中学校



## 4 調査結果を受けて

真庭市における「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、ほぼ全ての実技種目で全国平均を上回る結果となりました。新型コロナウイルス感染症拡大防止に予防策を講じた上で、工夫して活動を維持していくことで、体力の低下を防ぐことができました。児童生徒が、生涯にわたり、運動・スポーツを楽しむ「意欲」も高まっています。今後も、児童生徒が体力を維持したりさらに向上したりしていくためには、様々な活動を通じて、「自律性」を実感する、「有能感」をもつ、「関係性」を感じる、この3つの感覚を促進していくことが不可欠であると考え、取組を推進しています。

### 「自律性」を実感するために

児童生徒が、自分で目標を設定し、主体的に取り組む「意欲」を醸成する。

### 「有能感」をもつために

児童生徒の能力を少し超える課題を設定し、自分の成長を実感することができるようにする。

### 「関係性」を感じるために

児童生徒が、他者に、自分自身の価値を認められ、尊重されていると感じることができるようにする。個人だけでなく、他者と協力して活動する。



## 【学校での取組】

先に述べた3つの視点を大切にしながら、活動の「質」を高め「量」を確保していきます

### ◇授業改善の継続していきます

- ・「めあて」と「ふりかえり」のある授業実践を通して、児童生徒の運動習慣の基盤の確立していきます。
- ・**体育の授業内における運動量を確保できるよう、一層授業改善に取り組んでいきます。**

### ◇体育の授業以外における運動時間の確保

学校行事として体育集会等（マラソン、なわとび、球技など）を実施、休み時間を活用した全校遊び、全校マラソンなどを実施、県、市や各地域の体育行事への参加啓発など、各校の実態に応じた取組を継続していきます。

これらの取組については、すでに各学校の実態に応じて実施しています。現在実施している取組を継続したり、また改善しよりよい取組にしたりしながら、児童生徒の体力向上を図っていきます。

## 【ご家庭等へのお願い】

### ◇体力の現状について語り合ってください

子どもたちと一緒に全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果等を活用し、体力の現状について語り合ってください。そして、体力向上に向けた目標を設定したり、実際に運動をしたりしながら運動の習慣化を図っていただきたいと思います。

### ◇積極的に体を動かす機会をつくってください

今日の社会では「時間」「空間」「仲間」の「3つの間」が減少しているといわれています。さらに、今後も感染症の感染拡大防止に伴い、活動が制限されることも予想されます。子どもたちを取り巻く環境の現状を把握していただき、感染症の感染予防策を講じた上で、体を動かす機会をつくっていただきたいと思います

## 5 おわりに

真庭の子どもたちのよさである「体力」を基盤に、今後も運動・スポーツ活動を通じて、真庭市が目指す「**確かな学力と豊かな心を備え、夢をもって自ら学ぶ子どもの育成**」の具現化に引き続き取り組んでいきたいと考えています。

真庭市が目指す教育の理念の下、取組を推進する中心は学校ではありますが、学校だけでなく、社会全体で子どもの育ちを支えていくことが求められます。学校を地域社会の拠点として、本稿で示している改善の方向性（特に「自律性」「有能感」「関係性」を実感できる取組）を共有し、すべての人の協力体制のもと、引き続き子どもたちを育てていきたいと考えています。

市民の皆様のご理解とご協力を改めてお願いします。