

「令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果

横浜市立小学校第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学年の児童及び中学校第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学年の生徒を対象に、2022年4月から7月にかけて、体力・運動能力調査を実施し、児童生徒の健康・体力に関する状況を分析・検討しました。

横浜市児童生徒の健康や体力の現状を把握し、体力の向上と健康の保持増進に向けた今後の教育活動の改善に役立てます。

【調査の概要】

子どもの体力向上に係る施策の成果と課題の検証、改善と学校における体育、健康に関する指導の改善に役立てることを目的に実施。

- 実施対象：横浜市立小学校第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学年の児童及び中学校第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学年の生徒
- 調査内容：実技に関する調査
質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）
- 標本数：児童数 約2万5千人（男子 約1万3千人、女子 約1万2千人）
生徒数 約1万8千人（男子 約9千人、女子 約9千人）

1 横浜市の児童生徒の体力の概況

(1) 種目ごとの調査

小学校の長座体前屈と握力（男子）は、全国の平均を上回った。他の種目は全国の平均を下回った。太線で示した種目は昨年度の横浜市の記録を上回った。

<表1>実技調査の横浜市と全国の平均値の比較

			握力 (kg)	上体起こし (回) ※1	長座体前屈 (cm) ※2	反復横跳び (点)	持久走 (秒) ※3	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m) ※4
小学校 第5学年	男子	全国	16.21	18.86	33.80	40.37	/	45.93	9.53	150.86	20.31
		横浜市	16.33	18.79	34.25	37.42	/	44.19	9.54	150.06	19.81
	女子	全国	16.10	17.97	38.20	38.67	/	36.98	9.70	144.59	13.16
		横浜市	15.86	17.54	38.66	35.10	/	32.40	9.74	141.51	11.85
中学校 第2学年	男子	全国	28.95	25.64	43.76	51.02	410.92	77.69	8.06	196.82	20.20
		横浜市	28.45	24.89	42.24	49.31	415.73	76.38	8.06	194.38	19.99
	女子	全国	23.17	21.58	46.05	45.81	303.96	51.34	8.97	166.89	12.38
		横浜市	22.70	20.94	44.22	44.06	313.18	48.14	8.98	163.44	11.76

※1 上体起こし：30秒間の仰臥姿勢からの上体起こしの回数を測定

※2 長座体前屈：長座姿勢からの前屈による柔軟性の測定

※3 中学校は持久走または20mシャトルランを選択、持久走は男子1500m、女子1000m走

※4 小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール

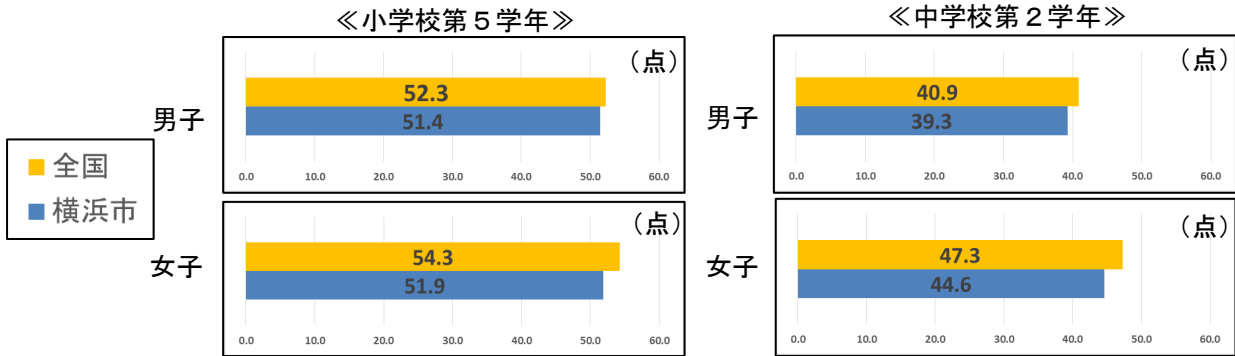
□：横浜市の結果が昨年度を上回った項目
■：全国平均を上回った項目

(2) 体力合計点

体力合計点※を全国と比べると、全国平均より下回っている。
 昨年度の横浜市の数値と比べると男子は小学校が昨年度と同様、中学校がやや上回っている
 (令和3年度 小：51.4点、中：39.0点)。
 女子は小中学校ともに昨年度よりやや下回っている(令和3年度 小：52.0点、中：45.3点)。

※体力合計点とは、各種目の測定値を種目別得点表(学校種、男女で異なる)に当てはめ、10段階で得点化し、合計した数値。

＜グラフ1＞体力合計点の全国との比較

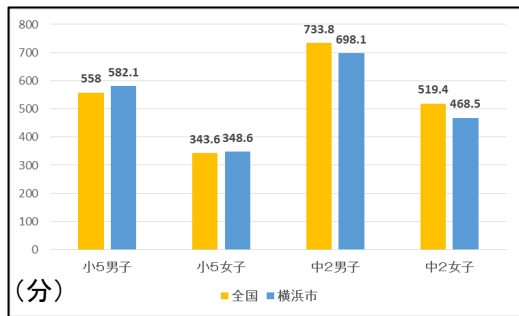


2 体力向上への取組から見た状況

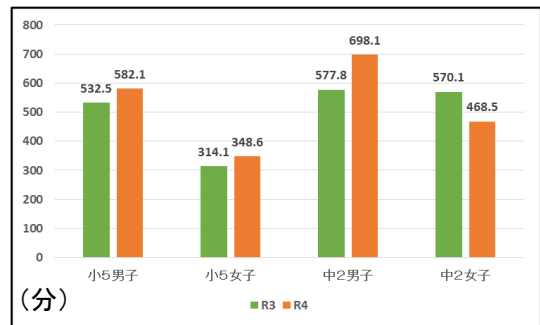
運動の実施状況

体育、保健体育の授業以外で運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする一週間の平均時間は、全国平均に比べて、小学校は多く、中学校は少なかった。横浜市の平均を昨年度と比較すると小学校男女、中学校男子では運動時間が増えているが、中学校女子では減っている。

＜グラフ2＞運動やスポーツをする一週間の平均時間の全国との比較



＜グラフ3＞運動やスポーツをする一週間の平均時間の前年度との比較(横浜市)



3 児童生徒の生活状況

(1) 運動に対する意識

運動に対する意識は全国に比べやや高い状況にある項目が多い。
 その中でも小学校「中学校で授業以外でも自主的に運動したい」、中学校「中学校卒業後に自主的に運動したい」と回答した児童生徒の割合が全国を上回った。

＜表2＞小学校「中学校で授業以外でも自主的に運動したい」
 中学校「中学校卒業後に自主的に運動したい」と回答した児童生徒の割合※

	小学校第5学年		中学校第2学年	
	男子	女子	男子	女子
全国	88.4%	85.0%	85.4%	78.0%
横浜市	90.8%	87.6%	88.3%	81.0%

※「思う」「やや思う」と回答した児童生徒の割合の合算

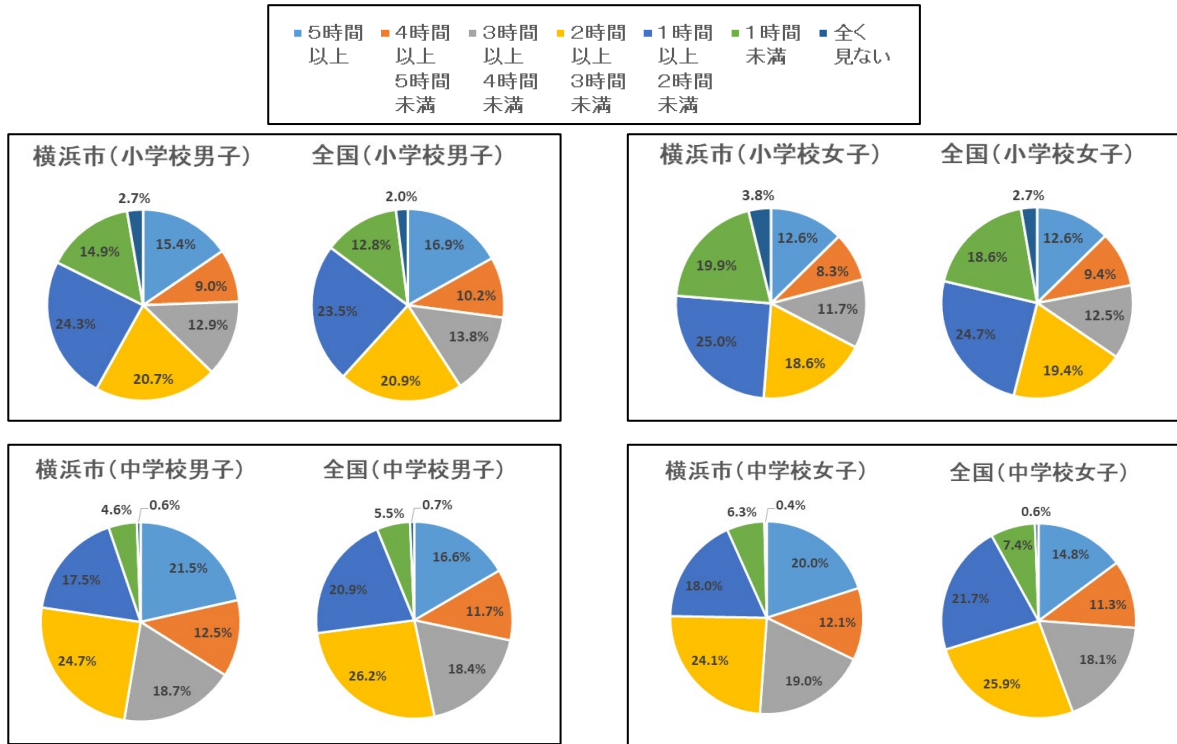
(2) 児童生徒の生活実態

1日あたりのDVD、ゲーム機、携帯電話、パソコンなどの視聴時間について、全国に比べ長時間視聴している割合が中学校では高いが、小学校では低い。小中学校ともに3時間以上視聴している割合は昨年度の横浜市の数値より高くなっている。

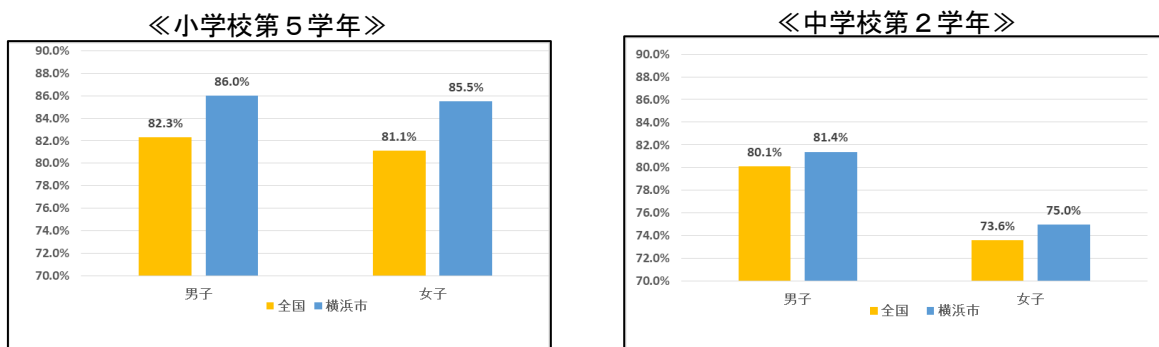
「朝食を毎日食べる」割合は全国より高い。

8時間以上睡眠をとっている割合は全国に比べて同等か高い。

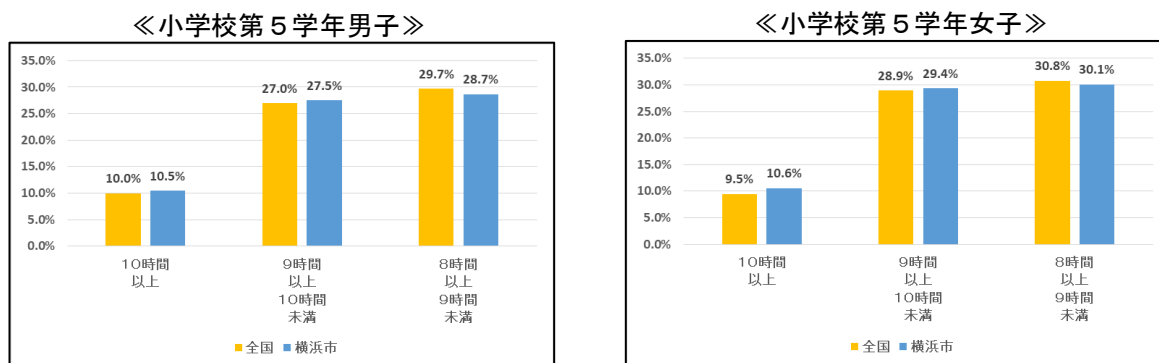
＜グラフ4＞平日に学習以外で、DVD、ゲーム機、携帯電話、パソコンなどを視聴している時間



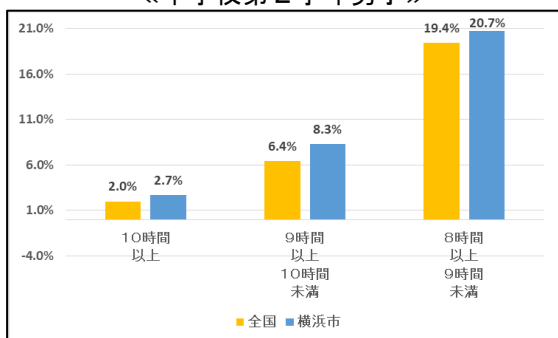
＜グラフ5＞朝食を毎日食べる割合



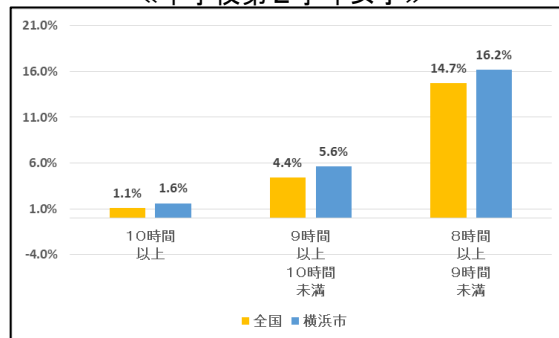
＜グラフ6＞毎日どのくらい寝ているかの割合



《中学校第2学年男子》



《中学校第2学年女子》



4 児童生徒の授業に対する意識

将来につながる体育、保健体育の授業意識の状況

体育、保健体育の授業は生活を健康で明るいものにするという回答している児童生徒の割合が小学校男子、中学校男女で全国を上回った。

＜表3＞体育、保健体育の授業は生活を健康で明るいものにするという回答している割合※

	小学校第5学年		中学校第2学年	
	男子	女子	男子	女子
全国	91.5%	89.4%	89.8%	85.7%
横浜市	91.6%	89.1%	90.6%	85.8%

※「思う」「やや思う」と回答した児童生徒の割合の合算

5 まとめ

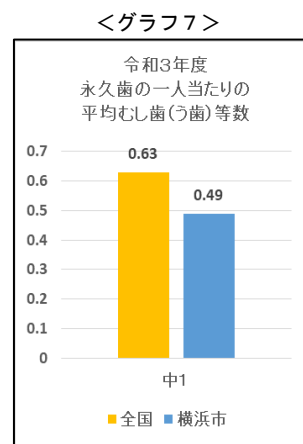
(1) 調査結果と横浜市の取組の考察

令和3年度は9月に分散登校が実施されるなどコロナ禍の影響がある中、体育、保健体育の授業や体育的行事、部活動等が様々な工夫により実施された。その結果、横浜市の児童生徒の体力合計点は前年度の結果と比べ男子はやや上昇した項目が見られたものの、全国との比較ではほぼ前年度と変わらない状況だった。一方で運動やスポーツなどに対する意識は全国に比べやや高い傾向が見られる。

これは、全校で実施してきた体力・健康プランの実践による意識の向上と体育、保健体育の授業における、「する」「みる」「支える」「知る」などスポーツに多様に関わることを通じて、運動やスポーツに親しむための資質・能力を育成するための授業改善を進めていることが理由と考えられる。

また横浜市では、これまで食育や歯科保健教育などの生活習慣改善に体力向上と合わせ取り扱ってきている。例えば食育では、年次教員研修に食育研修を取り入れると共に、全校において食育年間指導計画を作成し実践することが、朝食を毎日食べる児童生徒の割合が高いことにつながっている。歯科保健教育では、各学校で課題を把握し実態に応じて推進することで、全国に比べむし歯の数が少なくなっている。<グラフ7参照>

DVD、ゲーム機、携帯電話、パソコンなどの視聴時間の増加については、調査結果や健康への影響について情報を発信し、各学校での保健学習や情報モラル教育等の充実を図っていく必要がある。またゲーム障害・ネット依存の視点でも課題として捉え、局内のゲーム障害・ネット依存対策に関するプロジェクトチームで影響について検討する。

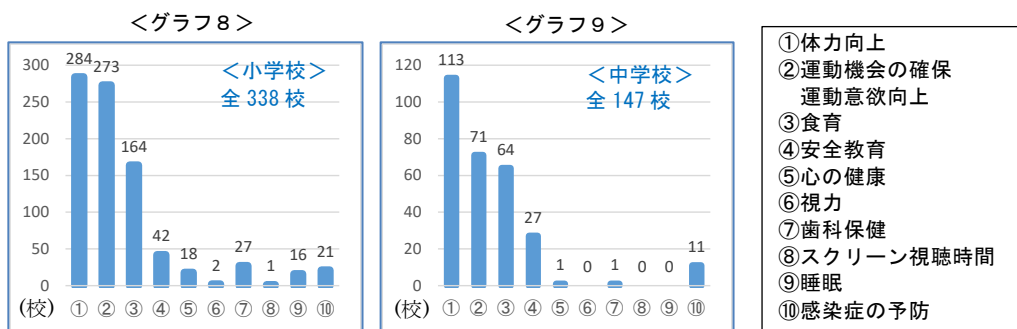


【令和3年度学校保健統計調査(文部科学省)及び令和3年度横浜市学校保健統計調査より】

(2) 今後の取組に向けて

令和4年度から横浜市では、『横浜市「健やかな体」育成プログラム』を新たに策定し、体力向上だけでなく児童生徒の健康の保持増進と豊かなスポーツライフの実現に向けた取組を行っている。例えば肢体不自由児の体育、保健体育の授業への参加支援に向けた研修を継続的に実施している。

各学校においては、本プログラムに基づいて、目標や具体的な取組を焦点化した「健やかな体の育成プラン」を作成、実践している<グラフ8、グラフ9参照>。現状では体力向上を目指したプランが最も多くなっているが、各校のプランや取組を分析し、地域や子どもの実態に合わせて、今後は②～⑩にも重点を置いて取り組む学校を増やしていく必要がある。



<令和4年度「健やかな体の育成プラン」に示された具体的行動プランの実施校数(上半期)より>

- ① 体力向上
- ② 運動機会の確保
運動意欲向上
- ③ 食育
- ④ 安全教育
- ⑤ 心の健康
- ⑥ 視力
- ⑦ 歯科保健
- ⑧ スクリーン視聴時間
- ⑨ 睡眠
- ⑩ 感染症の予防

さらに学校、家庭、地域が連携して、児童生徒が学校で学習したことを生活の中で実践できるようにするために、各調査の分析結果や各校のプランを学校、家庭、地域が学校運営協議会等を通じて共有し、民間企業や地域人材を活用した取組を推進する。

お問合せ先

教育委員会事務局学校教育企画部教育課程推進室長 山本 朝彦 Tel 045-671-3723