

1 調査目的

- ・ 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- ・ 県教育委員会及び市町教育委員会が、自らの子供の体力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継続的な検証改善サイクルを確立する。
- ・ 各学校が個々の児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査の概要

(1) 実施児童生徒数（国・公・私立学校）

小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年（全国：985,856人）

中学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年（全国：910,664人）

* 報告は県内の公立小学校5年生（29,167人）、中学校2年生（25,763人）

(2) 調査の内容

ア 児童生徒に対する調査（実技調査実施期間4月～7月末）

ア) 実技テスト調査

		テスト項目						
小学校 5年生	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	20mシャトルラン※1	50m走	立ち 幅とび	ソフトボール 投げ
中学校 2年生					20mシャトルランか 持久走※2の選択			バドミントン 投げ

※1 往復持久走（一定の間隔で鳴る電子音に従って20mを走り、折り返し回数を測定）

※2 男子は1500m、女子は1000m

○ 評価基準表

	A	B	C	D	E
小学校5年生	65点以上	58～64点	50～57点	42～49点	41点以下
中学校2年生	57点以上	47～56点	37～46点	27～36点	26点以下

※ 各実技テストの結果を10点満点で換算し、合計80点満点で上記基準表に基づき、A～Eの評価を判定

(イ) 質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

イ 学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査

ウ 教育委員会に対する調査

子供の体力向上に係る施策等に関する質問紙調査

3 調査の結果

(1) 種目別結果

種別	比較	体力合計点 (点)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	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)	
小学5年生	男子	R3	52.00	15.77	18.57	32.22	40.40		48.64	9.45	151.33	19.81
		R4	51.86	15.84	18.34	32.52	40.57		47.49	9.53	150.74	19.52
		全国	52.29	16.21	18.86	33.80	40.37		45.93	9.53	150.86	20.31
	女子	R3	54.45	15.79	17.59	36.70	38.93		40.20	9.64	145.60	13.42
		R4	54.37	15.86	17.45	37.21	39.09		38.95	9.69	145.03	13.40
		全国	54.32	16.10	17.97	38.20	38.67		36.98	9.70	144.59	13.16
中学2年生	男子	R3	41.83	28.42	26.39	44.54	51.81	396.73	80.94	7.95	199.32	20.62
		R4	41.85	28.71	26.12	45.08	52.04	403.31	79.49	8.01	199.23	20.62
		全国	40.90	28.95	25.64	43.76	51.02	410.92	77.69	8.06	196.82	20.20
	女子	R3	50.12	23.41	22.63	47.33	46.92	289.24	56.54	8.79	172.84	13.35
		R4	49.36	23.43	22.08	47.36	46.76	295.35	53.93	8.87	171.55	13.13
		全国	47.28	23.17	21.58	46.05	45.81	303.96	51.34	8.97	166.89	12.38

○県の記録が「全国平均以上」

●県の記録が「全国平均未満」

(2) 結果の概要

ア 体力合計点について

- ・小学5年生男女、中学2年生女子で、体力合計点は前回調査（令和3年度）を下回った。
- ・中学2年生男子で、体力合計点は前回調査（令和3年度）を上回った。

イ 各学年、男女の記録について

小学5年生男子

体力合計点で0.14点低下した。種目別では握力、長座体前屈、反復横とびが前回調査より向上した。他の5種目で記録は低下した。

小学5年生女子

体力合計点で0.08点低下した。種目別では握力、長座体前屈、反復横とびが前回調査より向上した。他の5種目で記録は低下した。

中学2年生男子

体力合計点で0.02点向上した。種目別では握力、長座体前屈、反復横とびが前回調査より向上し、ボール投げが同じ結果であった。他の5種目では記録が低下した。

中学2年生女子

体力合計点で0.76点低下した。小学5年生男女、中学2年生男子と比べて、体力合計点の低下が一番大きかった。種目別では握力、長座体前屈が前回調査より向上した。他の7種目では記録は低下した。

ウ 低下の主な要因について

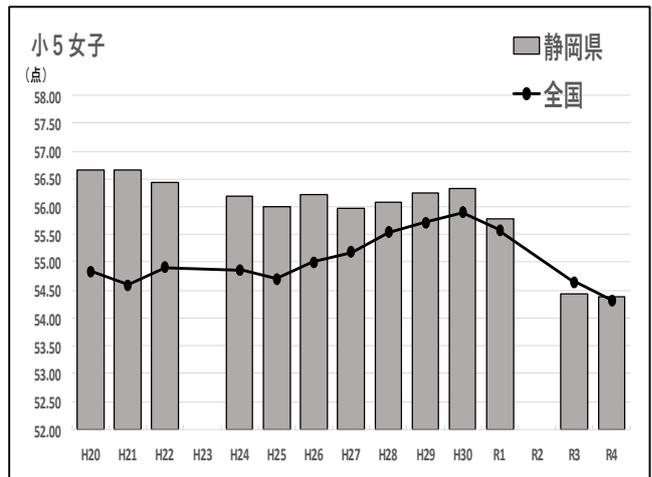
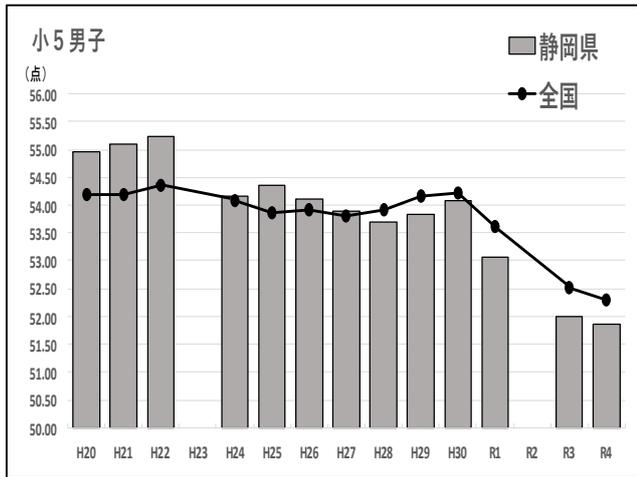
令和3年度時点で指摘された運動時間の減少、肥満である児童生徒の増加、朝食欠食、睡眠不足、スクリーンタイム増加などの生活習慣の変化のほか、新型コロナウイルス感染症の影響等が考えられる。

(3) 体力合計点の推移について

令和4年度の小学5年生及び中学2年生（以下「児童生徒」）における体力合計点（各テスト項目の得点を合計した点数の平均値）について、平成20年度の調査開始以降の推移を報告する。

ア 小学5年生の体力合計点の推移

令和4年度は男女ともに低下し、県内小学5年生男女とも昨年度に引き続き平成20年度の調査開始以降、最も低い数値となったが、県内女子は今年度、全国平均を少し上回る結果となった。

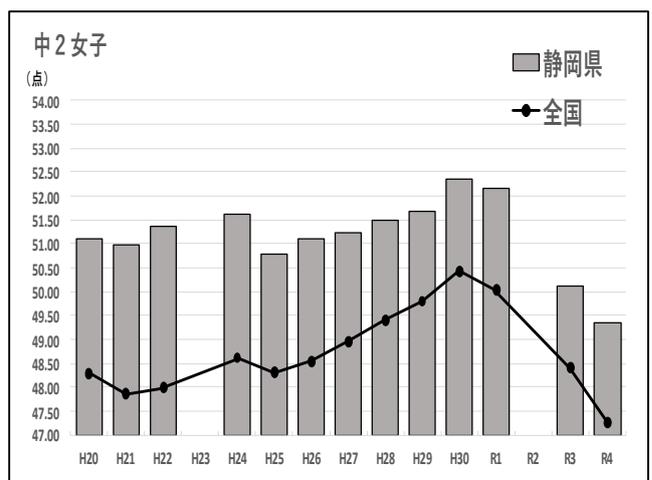
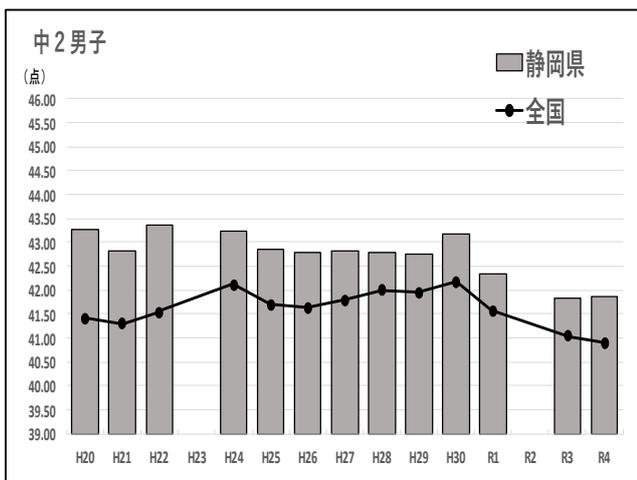


年度	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
静岡県	54.97	55.09	55.24	—	54.16	54.37	54.12	53.88	53.69	53.83	54.08	53.06	—	52.00	51.86

年度	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
静岡県	56.66	56.67	56.43	—	56.20	56.00	56.21	55.98	56.08	56.25	56.33	55.78	—	54.45	54.37

イ 中学2年生の体力合計点の推移

令和4年度は県内中学2年生男子は昨年度との比較でほぼ横ばいであり、県内女子は昨年度に引き続き平成20年度の調査開始以降、最も低い数値となった。一方、男女ともに、全国平均を上回る結果となった。



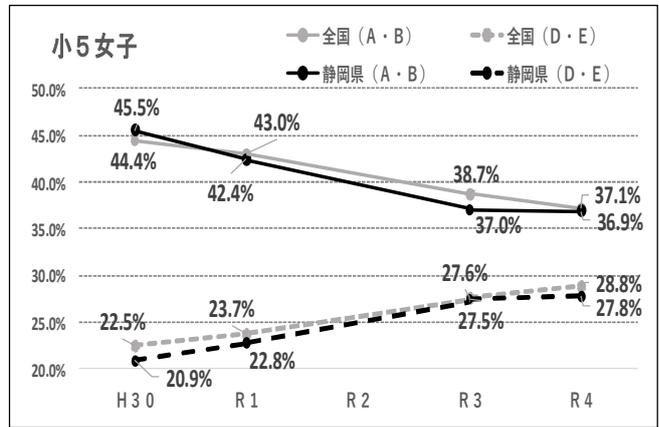
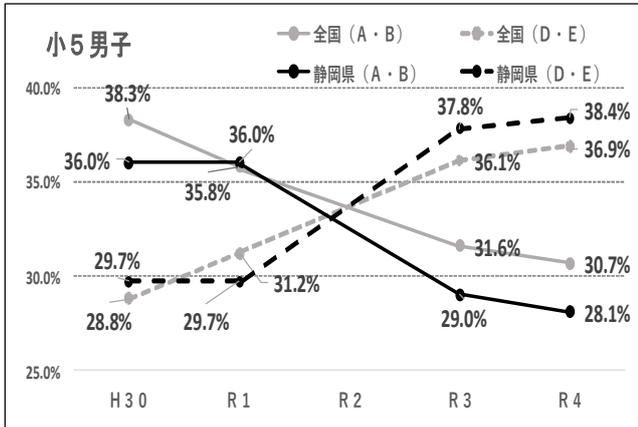
年度	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
静岡県	43.26	42.83	43.35	—	43.24	42.85	42.79	42.83	42.79	42.77	43.18	42.34	—	41.83	41.85

年度	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
静岡県	51.12	50.98	51.37	—	51.62	50.80	51.10	51.24	51.48	51.69	52.35	52.17	—	50.12	49.36

(4) 総合評価（段階別）におけるA・B層（体力上位層）とD・E層（体力下位層）の割合推移

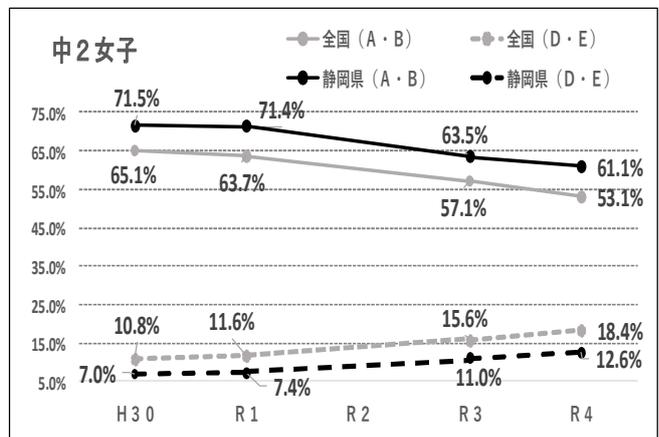
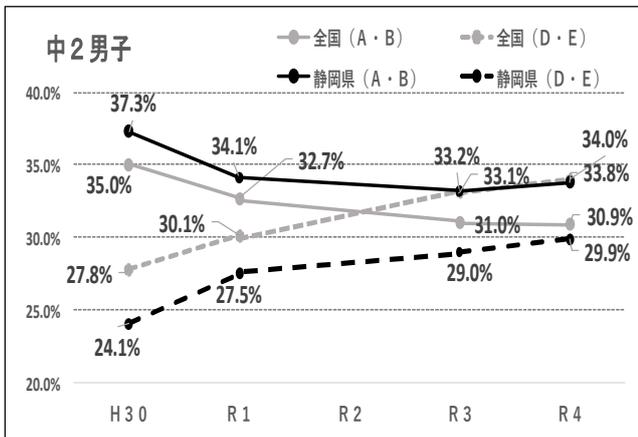
ア 小学5年生

令和4年度は男子で昨年度A・B層とD・E層の割合が逆転したことに加え、A・B層とD・E層の割合の差がさらに広がった。女子の割合はA・B層、D・E層ともにほぼ横ばいであった。



イ 中学2年生

男女とも、A・B層の割合は、D・E層の割合より多い。男子はA・B層の割合もD・E層の割合も少し増加している。女子はA・B層とD・E層の差は大きい、縮まる傾向にある。



(5) 児童生徒の1週間の総運動時間

児童生徒の運動時間（体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間）について、以下の資料をもとに報告する。

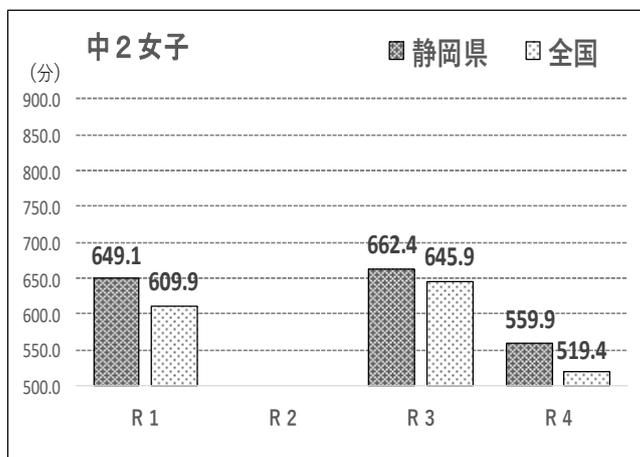
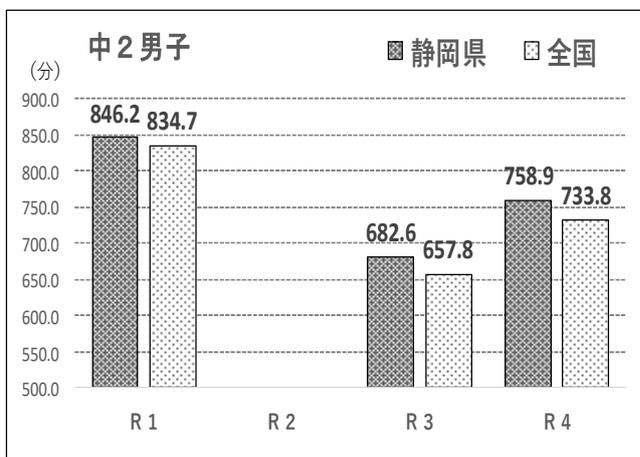
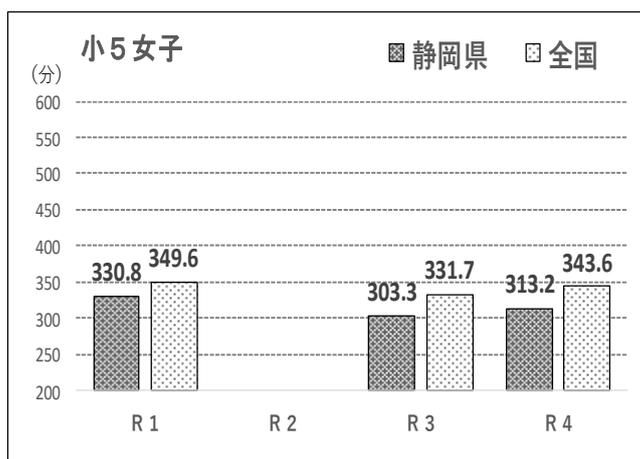
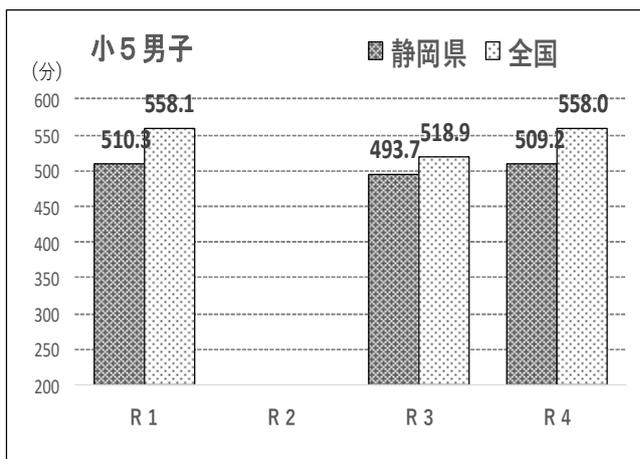
1週間の総運動時間と経年変化

令和4年度の総運動時間をみると、小学5年生は男女とも全国より1週間の総運動時間が短い。また、中学2年生は男女とも全国を上回っているが、令和元年と比べて、総運動時間は大幅に減少している。

令和4年度と令和3年度の総運動時間を比較すると、小学5年生男子は15.5分、女子は9.9分、中学2年生男子は76.3分増加している。中学2年生女子は102.5分短くなっている。

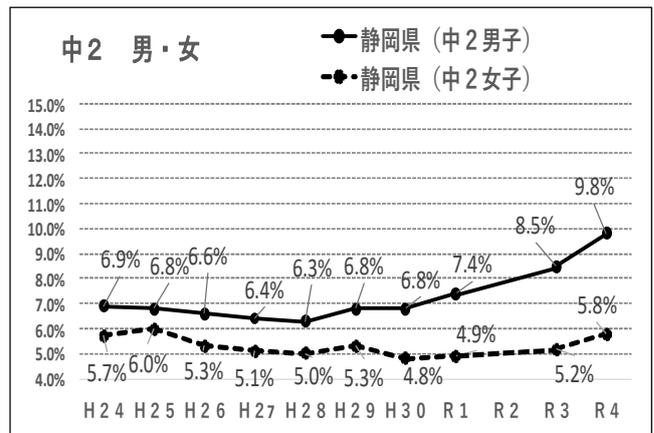
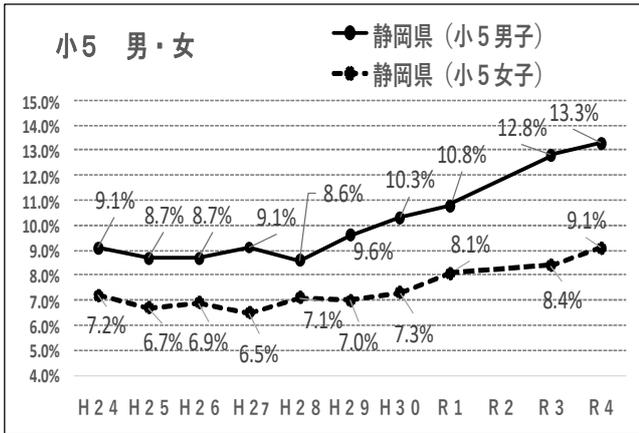
1週間の総運動時間（分）			R1	R3	R4
小学5年生	男子	静岡県	510.3	493.7	509.2
		全国	558.1	518.9	558.0
	女子	静岡県	330.8	303.3	313.2
		全国	349.6	331.7	343.6

1週間の総運動時間（分）			R1	R3	R4
中学2年生	男子	静岡県	846.2	682.6	758.9
		全国	834.7	657.8	733.8
	女子	静岡県	649.1	662.4	559.9
		全国	609.9	645.9	519.4



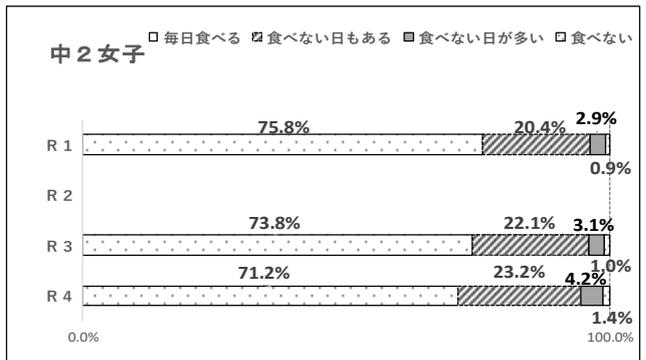
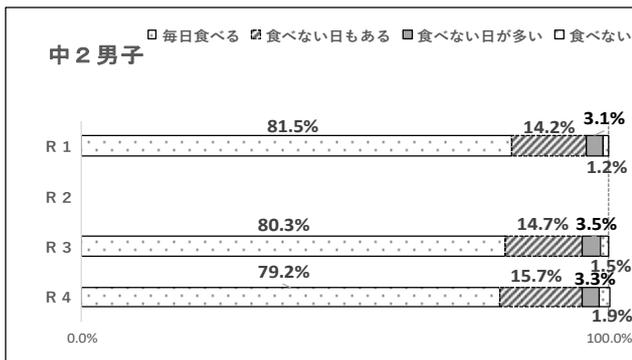
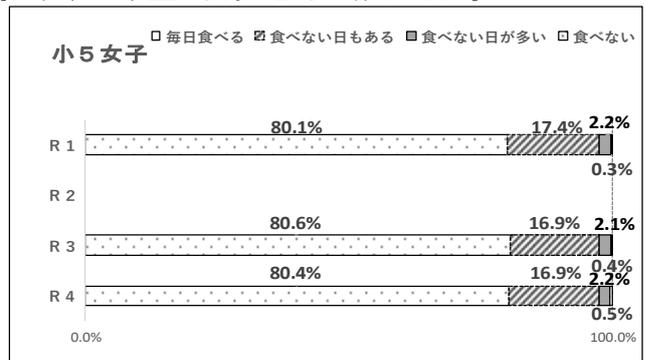
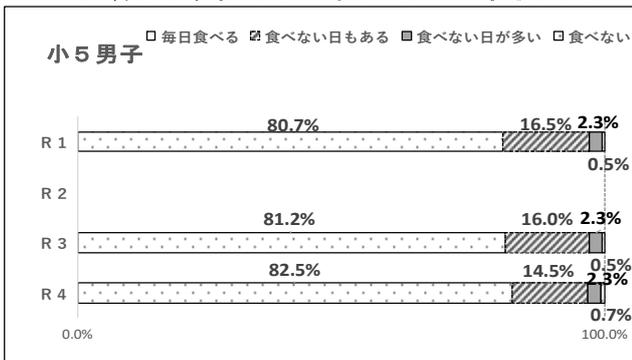
(6) 児童生徒の体格の状況

肥満である児童生徒の割合の経年変化によると、小学5年生男女、中学2年生男子は肥満の割合が増加し、過去最高となっている。



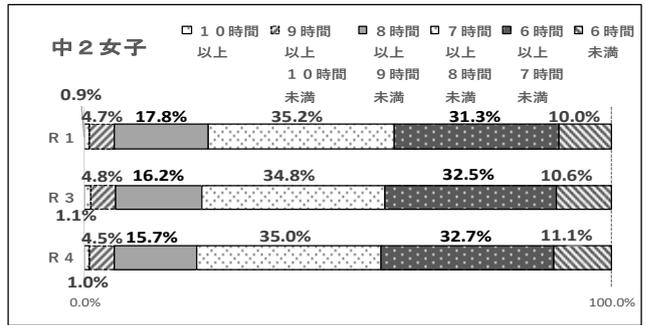
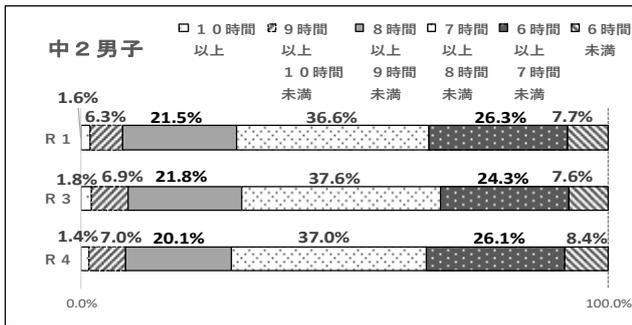
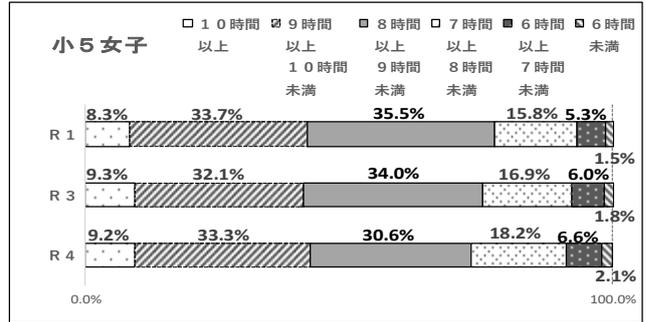
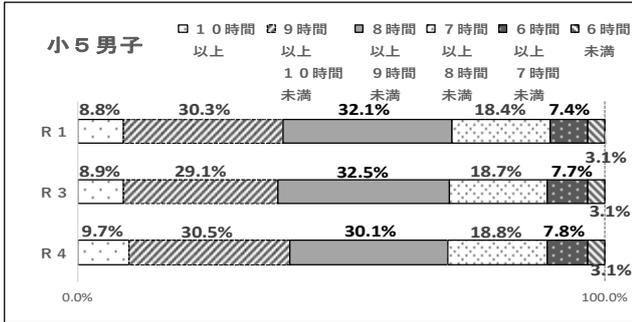
(7) 朝食の摂取

朝食は、「毎日食べる」児童・生徒の割合が、令和3年度と比較すると、小学5年生男子は少し増加し、女子はほぼ変わらない状況であった。中学2年生は男女ともに減少した。



(8) 睡眠時間

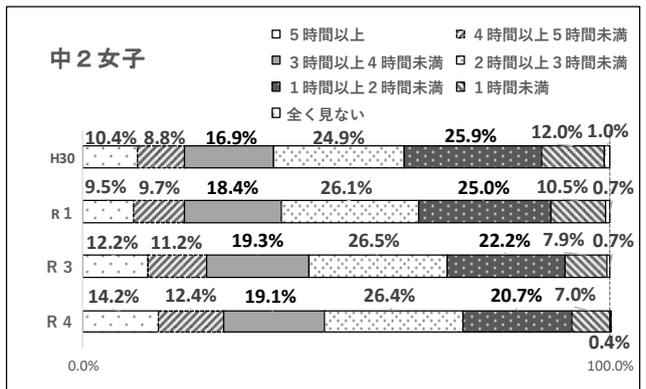
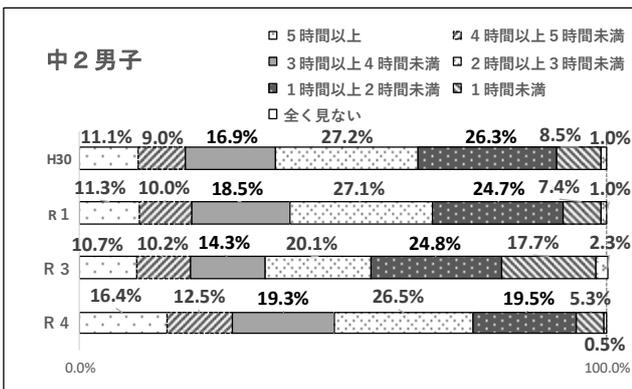
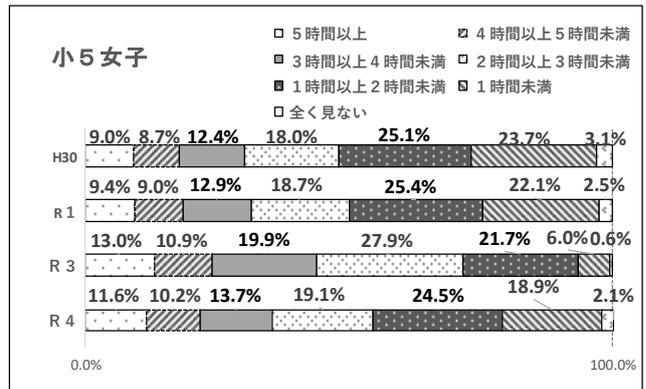
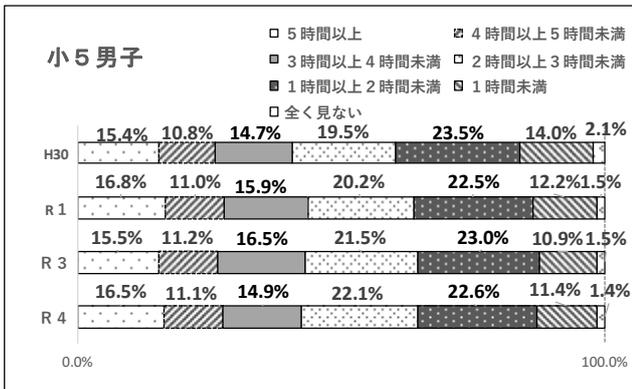
睡眠時間は、「8時間以上」とっている児童生徒の割合が、令和3年度と比較すると小学5年生男子はほぼ同じ状況で、小学5年生女子、中学2年生男女は減少している。



(9) テレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の視聴時間

*平日（月～金曜日）学校以外

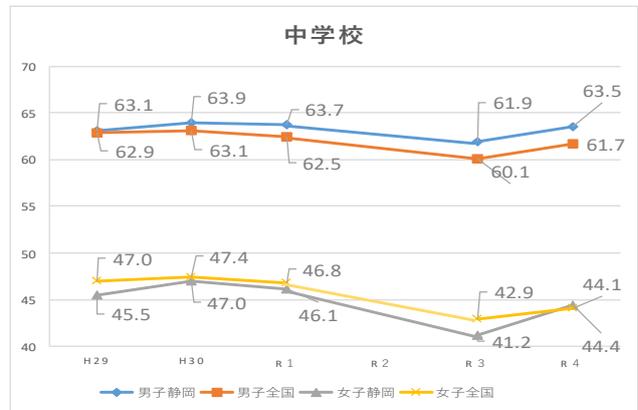
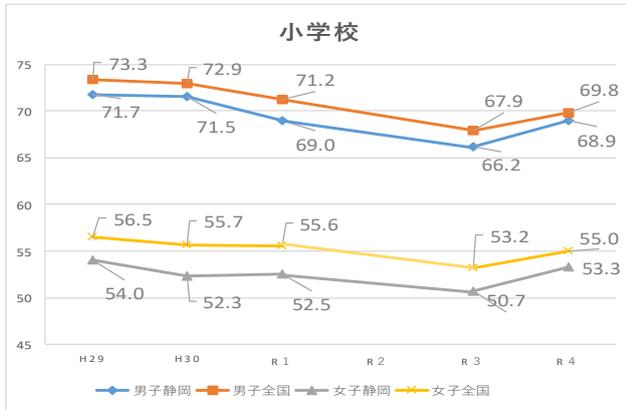
児童生徒の映像の視聴時間は、平成30年度と比較すると、3時間以上視聴する児童生徒の割合はいずれも増えており、コロナ禍前と比べスクリーンタイムは増加傾向にある。特に、5時間以上視聴している中学生の増加が顕著である。



(10) 運動やスポーツに対する意識

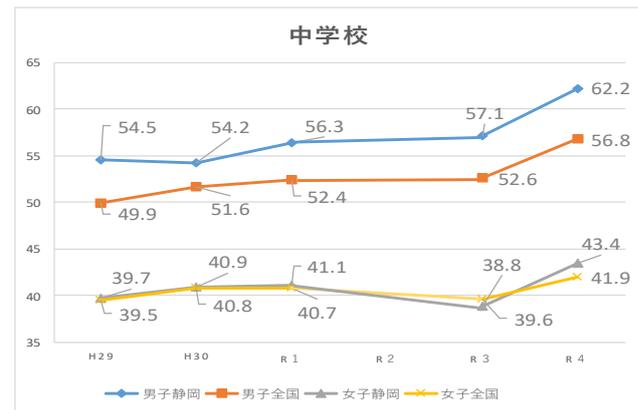
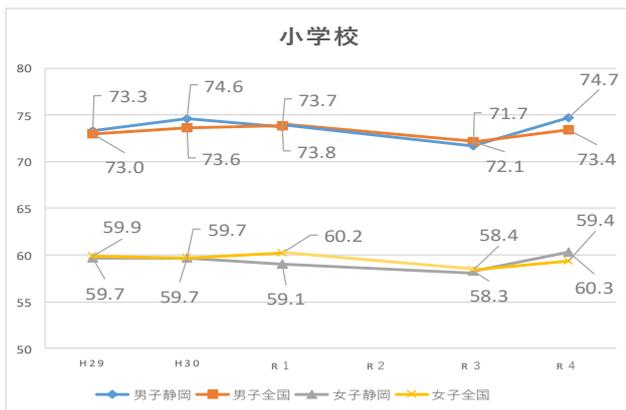
ア「運動やスポーツをすることが好き」と答えた児童生徒の割合

「運動が好き」と答えた児童生徒は小学5年生男女、中学2年生男女で令和3年度には低下傾向が見られたが、令和4年度では増加した。また、小学5年生男子、中学2年生女子ではコロナ禍前には戻っていないが、小学5年生女子、中学2年生男子は、ほぼコロナ禍前に戻っている。



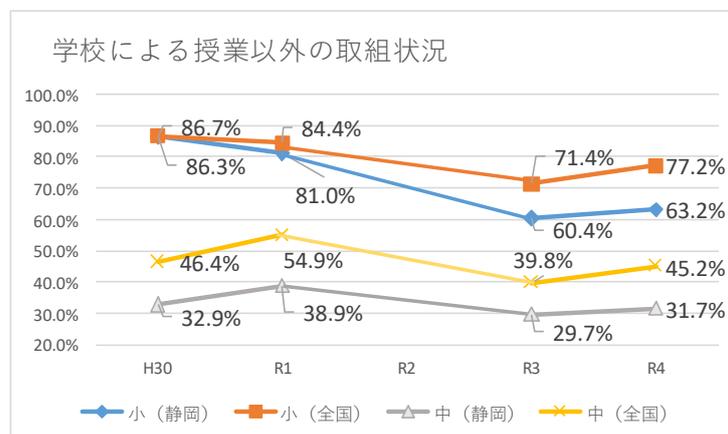
イ「体育の授業が楽しいと思う」と答えた児童生徒の割合

「体育の授業が楽しいと思う」と答えた児童生徒の割合は、小学5年生男女、中学2年生男女で、令和3年度よりも増加し、中学2年生男女ではコロナ禍前を上回った。



(11) 保健体育授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組

前年度の活動として、体育の授業以外で体力向上の取組を行った学校が、令和3年度には低下が見られたが、令和4年度は増加した。小学校、中学校共に令和3年度よりも増加したが、以前の水準には戻っていない。



1 体力合計点

- 令和3年度と比較して、小学5年生男女、中学2年生女子で低下。平成20年度の調査開始以降、最も低かった。中学2年生男子は横ばいであった。
- 小学5年生男子は、全国平均を下回ったが、昨年、**初めて全国平均を下回った小学5年生女子は全国平均を上回った。**

2 段階別評価

小学5年生男子、中学2年生女子でA・B層(体力上位層)の割合が低下し、D・E層(体力下位層)の割合が増加した。**小学5年生男子では、昨年度に引き続き体力下位層が体力上位層を上回った。**

3 低下の主な要因

- 1週間の総運動時間が少し回復しているが、以前の水準には至っていない。
- 肥満である児童生徒の増加。
- 朝食欠食、睡眠時間、スクリーンタイム*増加などの生活習慣の変化のほか、新型コロナウイルス感染症の影響により、マスク着用中の激しい運動の自粛なども考えられる。
*スクリーンタイム…平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機による映像の視聴時間

4 体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間

令和3年度と比較して、小学5年生男女、中学2年生男子で少し回復しているが、令和元年度と比較すると低い。**『運動時間コロナ以前に戻らず』**

5 児童生徒の体格の現状

小学5年生男女、中学2年生男女で、肥満である児童生徒の割合が増加している。

6 平日における学習以外でのスクリーンタイム

児童生徒のスクリーンタイム増加が懸念され、特に、**中学2年生の5時間以上がコロナ禍前より顕著に増加(およそ5%増)。**

7 今後について

- 新型コロナの感染拡大防止に努めつつ、体育の授業等において出来ることから実施。
- 授業以外の運動時間を増やす取組を促進。
- 特に低下傾向が著しい小学生に関しては、「運動習慣の定着」や「運動好きな子どもを増やす取組」を図ることが重要。

- ・コロナ禍の長期的な影響により、特に**全身持久力の低下は危惧される。**
- ・子どもの体力は、運動習慣及び生活習慣が大きく影響することから、学校、地域、家庭が総ぐるみで、遊びや日常生活において体を動かす環境づくりに取り組む必要があり、**子どもが自由に体を動かすことができる時間・空間・仲間を取り戻す**取組が重要である。
- ・生活習慣の三大要素のうち、食事と睡眠はご家庭で習慣づくりが中心であり、特に、スクリーンタイムの改善には、親子で約束を決める等の方法が有用であることから、**家族で生活習慣について話していただく時間**を設けていただきたい。
- ・学校における体力向上の取組が増加し、**「運動が好き」と答えた児童生徒の割合回復**につながっていることは、長期的な視点における子どもの体力向上に重要である。

*本調査の結果により、総合的に子どもたちの体力の現状を把握し、運動習慣の定着や運動時間の延長につながるような取組を粘り強く実施し、体力向上につなげていくよう取り組んでまいります。