

# 「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果の概要

令和4年12月21日  
教育庁健康教育課

## 1 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

- (1) 実施期間 令和4年4月から令和4年7月末までの期間
- (2) 調査対象者
- 小学校、義務教育学校前期課程、特別支援学校小学部の5年生全員
  - 中学校、義務教育学校後期課程、特別支援学校中学部の2年生全員
- ※ 特別支援学校に在籍している児童生徒については、その障がいの状態を考慮して参加の是非を判断している。
- (3) 調査事項
- 児童生徒に対する調査  
実技に関する調査（8種目の新体力テスト）、質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）
  - 学校に対する調査  
質問紙調査（子供の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る取組等）
  - 教育委員会に対する調査  
質問紙調査（子供の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る取組等）
- (4) 調査校数と児童生徒数（公立学校） ※完全実施した学校・児童生徒のみが対象

校種	調査学校数 本県（全国）	調査対象児童生徒数		
		男子	女子	合計
小学校5年生	376校（18,652校）	6,740人	6,559人	13,299人
中学校2年生	212校（9,754校）	6,994人	6,540人	13,534人

## 2 本県の結果の概要について

### (1) 体力・運動能力について（別紙資料1、2参照）

#### ① 体力合計点平均値の比較

	令和4年度全国平均値	令和4年度本県平均値
小5男子	52.29	52.08
小5女子	54.32	★ 55.22
中2男子	40.90	★ 41.07
中2女子	47.28	47.26

#### 《過年度本県平均値》

	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R元	R2	R3
小5男子	52.33	52.62	52.86	53.42	<u>53.98</u>	53.88	53.04	調査中止	52.38
小5女子	54.36	54.85	55.23	56.22	56.39	<u>56.64</u>	56.19		55.72
中2男子	41.04	40.56	40.77	41.20	41.37	<u>41.62</u>	41.28		41.34
中2女子	47.50	47.74	47.77	48.40	49.43	49.76	<u>50.09</u>		48.96

- ※ 現行調査は平成25年度より開始
- ※ 新体力テスト合計点（満点：8種目×10点＝80点）
- ※ ★は、全国平均値を上回った値
- ※ \_\_\_\_\_下線部は、平成25年度からの9年間で最も高い値
- ※ 令和2年度は、新型コロナウイルス感染防止の観点から調査中止

- ① 「体力合計点平均値」について全国平均値と比較すると、小学5年女子は7回連続、中学2年男子は2回連続、全国平均値を上回った。
- ② 小学5年男子と中学2年女子は全国平均値を下回ったが、中学2年女子はほぼ全国平均値と同程度である。
- ③ 昨年度に続き、全国平均値はすべての調査学年で前回の結果を下回っている。本県でも、全ての調査学年で前回結果を下回っている。

(2) 種目別体力・運動能力の概要について【令和4年度全国平均値との比較】 (別紙資料3参照)

<小学校5年男子>※ \_\_\_\_\_ 下線部は、全国平均値を上回っている値

	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)	シャト ルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ソフト ボール 投げ (m)	体力合計 (点)
国	16.21	18.86	33.80	40.37		45.93	9.53	150.86	20.31	52.29
県	<u>16.28</u>	<u>18.60</u>	<u>33.05</u>	<u>41.35</u>		<u>44.62</u>	<u>9.60</u>	<u>151.64</u>	<u>20.25</u>	<u>52.08</u>

○ 上回った種目は「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」である。  
 △ 課題となる種目は「長座体前屈」「20m シャトルラン」であるが、「長座体前屈」は、昨年度に比べ改善が見られる。「20m シャトルラン」については、全身持久力を高める授業の工夫が必要である。

<小学校5年女子>※ \_\_\_\_\_ 下線部は、全国平均値を上回っている値

	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)	シャト ルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ソフト ボール 投げ (m)	体力合計 (点)
国	16.10	17.97	38.20	38.67		36.98	9.70	144.59	13.16	54.32
県	<u>16.37</u>	<u>18.02</u>	<u>37.27</u>	<u>40.17</u>		<u>38.75</u>	<u>9.66</u>	<u>147.89</u>	<u>13.76</u>	<u>55.22</u>

○ 上回った種目は「握力」「上体起こし」「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」である。  
 △ 課題となる種目は「長座体前屈」であるが、昨年度に比べ改善が見られる。

<中学校2年男子>※ \_\_\_\_\_ 下線部は、全国平均値を上回っている値

	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)	シャト ルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンド ボール 投げ (m)	体力合計 (点)
国	28.95	25.64	43.76	51.02	410.92	77.69	8.06	196.82	20.20	40.90
県	<u>29.55</u>	<u>25.34</u>	<u>43.32</u>	<u>51.72</u>	<u>408.84</u>	<u>78.80</u>	<u>8.07</u>	<u>199.55</u>	<u>20.29</u>	<u>41.07</u>

○ 上回った種目は「握力」「反復横とび」「持久走」「20m シャトルラン」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」である。「50m走」は、ほぼ全国平均値並である。  
 △ 課題となる種目は「長座体前屈」であるが、昨年度に比べ改善が見られる。

<中学校2年女子>※ \_\_\_\_\_ 下線部は、全国平均値を上回っている値

	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)	シャト ルラン (回)	50m走 (秒)	立ち 幅とび (cm)	ハンド ボール 投げ (m)	体力合計 (点)
国	23.17	21.58	46.05	45.81	303.96	51.34	8.97	166.89	12.38	47.28
県	<u>23.26</u>	<u>21.12</u>	<u>45.17</u>	<u>45.95</u>	<u>297.89</u>	<u>52.66</u>	<u>8.95</u>	<u>168.57</u>	<u>12.57</u>	<u>47.26</u>

○ 上回った種目は「握力」「反復横とび」「持久走」「20m シャトルラン」「50m走」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」である。  
 △ 課題となる種目は「上体起こし」「長座体前屈」であり、筋持久力や柔軟性を高める授業の工夫が必要である。

〔種目別体力・運動能力の全体的な傾向〕

- 令和3年度同様、「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」は、すべての学年・男女で全国平均値を上回った。
- 「20mシャトルラン」「ソフトボール・ハンドボール投げ」は、小学5年男子以外が全国平均値を上回った。
- △ 令和3年度同様、「長座体前屈」は、すべての学年・男女で全国平均値を下回った。  
(しかし、小学5年男女、中学2年男子においては、前年度の「長座体前屈」の記録を上回り、改善傾向が見られる。)

(3) 運動習慣等について【令和4年度全国平均値との比較】

R4全国体力・運動能力調査児童・生徒質問	小学校5年(%)				中学校2年(%)			
	男子		女子		男子		女子	
	全国平均	本県平均	全国平均	本県平均	全国平均	本県平均	全国平均	本県平均
運動やスポーツをすることは「好き」	69.8%	67.1%	55.0%	52.2%	61.7%	59.8%	44.1%	41.1%
体育・保健体育の授業は「楽しい」	73.4%	<b>73.6%</b>	59.4%	<b>60.6%</b>	56.8%	<b>60.5%</b>	41.9%	<b>42.9%</b>
1週間の総運動時間(月～日)(分)	558.04分	447.40分	343.59分	290.39分	733.78分	<b>736.94分</b>	519.43分	<b>538.66分</b>
運動部への所属	27.2%	<b>27.3%</b>	19.3%	<b>19.6%</b>	72.8%	<b>80.4%</b>	56.4%	<b>62.2%</b>
地域のスポーツクラブへの所属	49.5%	48.3%	34.6%	32.6%	18.6%	17.0%	10.9%	9.7%
毎日朝食を食べる	82.3%	<b>82.7%</b>	81.1%	<b>82.1%</b>	80.1%	<b>80.6%</b>	73.6%	<b>74.3%</b>

※太字は全国平均値を上回る数値

- ① 運動への意識(運動やスポーツをすることは「好き」の割合)
  - ⇒ 令和3年度同様、すべての調査学年で全国平均値を下回った。  
体育・保健体育の授業を通じた運動を「すること」への意欲の醸成や有用性への理解、幼児期からの運動習慣形成への取組が必要である。
- ② 運動への意識(体育・保健体育の授業は「楽しい」の割合)
  - ⇒ すべての調査学年で、全国平均値を上回った。  
体育・保健体育における児童生徒の興味・意欲を引き出す「楽しい授業」づくりの効果が現れてきている。
- ③ 1週間の総運動時間(月～日) ※体育・保健体育の授業時間を除く
  - ⇒ 小学5年男女で全国平均値を下回った。  
令和3年度と比べて、小学5年男子は15分増加したが、小学5年女子は5分減少した。  
令和3年度と比べて、小学5年男子は運動部加入率がやや増加し、小学5年女子はやや減少したことが影響していると考えられる。
- ④ 運動部への所属割合
  - ⇒ 令和3年度同様、すべての調査学年で全国平均値を上回った。  
中学生は令和3年度とほぼ同程度の値であり、全国平均値に比べて高い割合である。
- ⑤ 地域のスポーツクラブへの所属
  - ⇒ すべての調査学年で全国平均値を下回った。  
小学5年男女においては、運動部や地域のスポーツクラブのどちらにも属していない児童の割合が増加した。
- ⑥ 朝食を毎日食べる割合
  - ⇒ 令和3年度同様、すべての調査学年で全国平均値を上回った。  
「ふくしまっ子食育指針」に沿った食育指導の取組効果が大きいと考えられる。

#### (4) 児童生徒の体力・運動能力向上のための取組について

震災後の様々な活動制限に伴って本県の児童生徒の体力が著しく低下したことから、本県では下記のような児童生徒の体力向上に向けた取組を推進してきた。

- ・ 「ふくしまっ子児童期運動指針」を参考にした児童の身体活動時間の確保
- ・ 自校の体力的課題に応じた「体力向上推進計画書」の作成と実践
- ・ 本県独自に開発した「運動身体づくりプログラム」の実践を通じた動きたい体・動ける体づくり
- ・ 本県独自の「自分手帳」を配付し、児童生徒自身による体力テストや各種運動の記録の記入・振り返りを通じた健康マネジメント能力の育成

これらに加え、今年度は、全学年において課題として挙げられている柔軟性（長座体前屈）について、柔軟性の向上に特化した授業づくりの研修会を県内各地で行い、各校で実施している。結果として、全国平均値を上回ることはできなかったものの、前回調査よりも記録の向上が見られた。

一方、本県児童生徒の強みである全身持久力（20m シャトルラン）に関しては、全国平均値を上回っている学年が多いものの、前回調査から比べると低下傾向が見られた。今後は、授業の始めに行う「運動身体づくりプログラム」のテンポを上げたり、動的ストレッチを行ったりするなど、息が弾むような活動を多く取り入れた授業づくりの研修会を県内各地で行い、各校での指導に生かしていくことで、更に本県の強みとして伸ばしていきたい。

また、「体育・保健体育の授業は『楽しい』」と感じている児童生徒が多く見られるものの、コロナ禍により運動機会が減少したため、体を動かす時間と質を工夫して、運動・スポーツの心地よさを実感する授業を推進することで、「運動やスポーツをすることは『好き』」であるという児童生徒を増やしていきたい。

最後に、本県独自の取組を継続して推進していくことで、体力の向上とともに、児童生徒一人一人の健康課題の解決につなげていく。

#### 【参考資料】

- 「運動身体づくりプログラム」⇒ 福島県教育センターHPを参照
- 「自分手帳」⇒ 福島県教育庁健康教育課HPを参照
- 「ふくしまっ子児童期運動指針」⇒ 福島県教育庁健康教育課HPを参照