

令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査(スポーツ庁)の 藤沢市の結果について

1 趣旨

令和4年度に国が実施した全国体力・運動能力、運動習慣等調査(悉皆調査)における本市の児童生徒の結果を全国・神奈川県(政令指定都市を除く)の結果と比較・分析し、傾向をまとめたので報告するものです。

2 実施状況

- 調査期間 全国調査 令和4年4月～7月実施
- 調査対象

対象学校数	対象学校数	対象学年・人数
全 国	小学校 16,836 校	小学校5年生 985,856 人
	中学校 8,140 校	中学校2年生 910,664 人
神奈川県 (政令指定都市を除く)	小学校 299 校	小学校5年生 24,146 人
	中学校 162 校	中学校2年生 21,920 人
藤沢市	小学校 35 校	小学校5年生 3,875 人
	中学校 19 校	中学校2年生 3,624 人

- 調査内容(実技8種目)

種目	体力の要素	
握力	・力強さ	各種目 10点 合計 80点
上体起こし	・動きを持続する能力 ・力強さ	
長座体前屈	・体の柔らかさ	
反復横とび	・すばやさ ・タイミングの良さ	
20mシャトルラン または 持久走(中学生のみ)	・動きを持続する能力 ※中学生はどちらかを選択	
50m走	・すばやさ ・力強さ	
立ち幅とび	・タイミングの良さ ・力強さ	
ソフトボール投げ (中学生はハンドボール投げ)	・タイミングの良さ ・力強さ	



※種目別得点表に基づき、各種目の得点を合計したものが体力合計点(80点満点)

3 分析にあたり

今年度より、児童・生徒質問紙にある18の質問項目から、児童生徒の生活習慣や体育・保健体育の授業に関する8項目を抜粋し、体力合計点とのクロス集計を行い、関連をみました。そのうえで、今年度本市の特徴として考えられる事項及び検討課題と判断した2項目に焦点をあて、分析を行いました。

令和3年度の分析結果では、コロナ禍における児童生徒の体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間について、本市は全国よりも高い数値を示しています。このことを受け、今年度の1つ目の分析項目として、児童生徒の総運動時間と体力の関係性について、昨年度に引き続き取り上げることとしました。また、今年度の本調査でスポーツ庁が報告した、体力の低下の要因の1つとして挙げられているスクリーンタイム(テレビやパソコン、スマートフォン等の視聴時間)の増加については、本市としても課題であると認識しているため、2つ目の分析項目として、児童生徒の平日における学習以外での1日あたりの視聴時間と体力の関係性について取り上げることとしました。

4 藤沢市と全国・県との体力の比較

※太枠・太字は全国・県の平均を上回っている数値、下線は全国・県の平均を下回っている数値

小学校5年生							
種目 (単位)	体力の要素	男子			女子		
		全国	神奈川県	藤沢市	全国	神奈川県	藤沢市
握力 (kg)	・力強さ	16.21	16.80	17.65	16.10	16.57	17.28
上体起こし (回)	・動きを持続する能力 ・力強さ	18.86	19.20	19.28	17.97	18.12	18.19
長座体前屈 (cm)	・体の柔らかさ	33.79	35.28	<u>33.27</u>	38.18	39.40	<u>37.33</u>
反復横とび (点)	・すばやさ ・タイミングの良さ	40.36	38.91	40.03	38.66	36.65	37.47
20mシャトルラン (回)	・動きを持続する能力	45.92	43.57	45.11	36.97	33.15	34.41
50m走 (秒)	・すばやさ ・力強さ	9.53	9.50	9.45	9.70	9.70	9.68
立ち幅とび (cm)	・タイミングの良さ ・力強さ	150.83	150.00	151.81	144.55	142.70	145.21
ソフトボール投げ (m)	・タイミングの良さ ・力強さ	20.31	19.84	20.02	13.17	12.75	<u>12.39</u>
体力合計点 (点) /80		52.28	52.27	52.85	54.31	53.63	53.93

※太枠・太字は全国・県の平均を上回っている数値、下線は全国・県の平均を下回っている数値

中学校2年生							
種目 (単位)	体力の要素	男子			女子		
		全国	神奈川県	藤沢市	全国	神奈川県	藤沢市
握力 (kg)	・力強さ	28.99	29.06	<u>28.82</u>	23.21	23.17	23.22
上体起こし (回)	・動きを持続する能力 ・力強さ	25.74	25.98	25.92	21.67	21.35	<u>21.07</u>
長座体前屈 (cm)	・体の柔らかさ	43.87	44.68	<u>42.32</u>	46.07	46.12	<u>44.06</u>
反復横とび (点)	・すばやさ ・タイミングの良さ	51.05	50.52	50.99	45.81	44.86	46.18
持久走 〈男子1500m〉 〈女子1000m〉 (秒)	・動きを持続する能力	409.81	410.57	399.40	302.89	311.87	300.49
20mシャトルラン (回)	・動きを持続する能力	78.07	78.53	78.46	51.60	49.39	51.27
50m走 (秒)	・すばやさ ・力強さ	8.06	7.97	7.94	8.96	8.91	8.77
立ち幅とび (cm)	・タイミングの良さ ・力強さ	196.89	196.43	197.27	167.04	165.21	169.45
ハンドボール投げ (m)	・タイミングの良さ ・力強さ	20.28	20.26	<u>20.22</u>	12.45	12.28	<u>11.98</u>
体力合計点 (点) /80		41.04	41.49	41.15	47.42	46.75	47.53

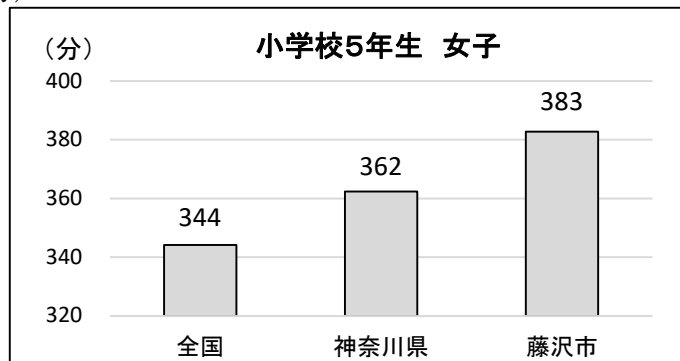
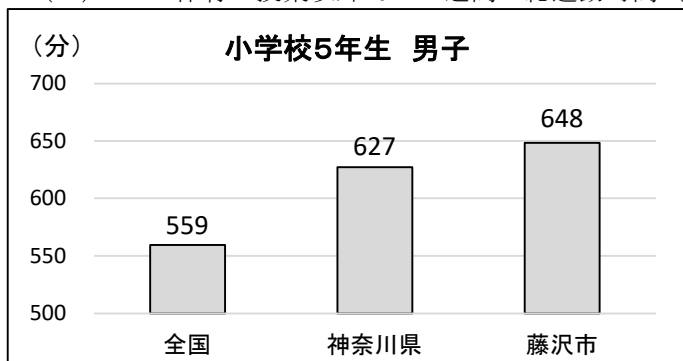
5 藤沢市立小学校5年生の生活習慣等の結果および体力合計点の関係(クロス集計)

			男子				女子			
			全国	神奈川県	藤沢市	体力合計点の平均	全国	神奈川県	藤沢市	体力合計点の平均
質問項目			選択肢に対する割合			体力合計点の平均	選択肢に対する割合			体力合計点の平均
1	運動部やスポーツクラブへの所属状況(複数回答可)	運動部	27.2%	28.2%	30.0%	55.6	19.2%	20.9%	23.0%	56.1
		地域のスポーツクラブ	49.5%	54.5%	58.4%	54.9	34.6%	38.3%	42.5%	55.8
		入っていない	34.3%	30.8%	27.1%	47.5	51.5%	47.2%	41.6%	51.4
2	体育の授業以外の1週間の総運動時間(分)	14時間以上	559分	627分	648分	58.6	344分	362分	383分	59.7
		7時間以上14時間未満				53.7				57.1
		3.5時間以上7時間未満				51.1				54.0
		1時間以上3.5時間未満				46.8				51.3
		1分以上60分未満				42.7				47.9
		0分				41.6				48.6
3	運動やスポーツの「好き・嫌い」	好き	69.8%	69.9%	71.1%	55.4	54.9%	55.2%	57.5%	56.8
		やや好き	22.6%	22.5%	21.4%	47.8	31.0%	31.6%	31.2%	50.9
		やや嫌い	5.2%	5.2%	5.3%	43.4	9.7%	9.2%	8.3%	48.1
		嫌い	2.4%	2.4%	2.2%	42.5	4.3%	4.0%	3.1%	46.0
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	82.3%	81.9%	87.2%	53.2	81.1%	81.1%	86.9%	54.2
		食べない日もある	14.0%	14.0%	9.7%	50.6	15.6%	15.6%	11.2%	52.6
		食べない日が多い	2.7%	3.1%	2.5%	49.7	2.7%	2.6%	1.4%	52.2
		食べない	1.0%	1.0%	0.7%	43.8	0.7%	0.8%	0.5%	50.2
5	1日の睡眠時間	10時間以上	10.0%	12.3%	12.2%	53.3	9.5%	11.5%	12.5%	53.1
		9時間以上10時間未満	27.0%	29.4%	33.4%	53.3	29.0%	31.2%	34.2%	53.9
		8時間以上9時間未満	29.7%	26.5%	28.0%	53.5	30.8%	27.5%	26.5%	54.5
		7時間以上8時間未満	20.5%	19.5%	17.5%	51.6	19.6%	19.1%	17.8%	54.8
		6時間以上7時間未満	8.9%	8.4%	6.7%	52.1	8.4%	8.0%	6.5%	54.0
		6時間未満	3.8%	3.9%	2.3%	47.0	2.6%	2.8%	2.4%	50.4
6	平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間	5時間以上	17.0%	21.0%	17.7%	48.9	12.7%	16.4%	13.9%	52.5
		4時間以上5時間未満	10.2%	11.3%	10.1%	52.1	9.5%	10.7%	9.7%	53.6
		3時間以上4時間未満	13.9%	13.8%	13.8%	54.1	12.6%	12.6%	13.2%	53.7
		2時間以上3時間未満	20.9%	19.4%	20.8%	53.2	19.5%	19.3%	18.1%	54.9
		1時間以上2時間未満	23.4%	20.9%	22.6%	54.1	24.7%	22.7%	23.6%	54.8
		1時間未満	12.7%	11.7%	12.6%	54.1	18.4%	16.1%	19.3%	53.9
		全く見ない	1.9%	1.9%	2.4%	53.7	2.6%	2.2%	2.2%	53.2
7	体育の授業への興味関心	楽しい	73.4%	72.9%	73.0%	54.5	59.3%	58.8%	59.4%	56.0
		やや楽しい	20.6%	21.1%	21.6%	49.2	30.2%	30.7%	30.7%	51.5
		あまり楽しくない	4.4%	4.2%	3.9%	45.0	8.3%	8.2%	7.9%	49.2
		楽しくない	1.7%	1.8%	1.6%	45.8	2.2%	2.4%	2.0%	48.8
8	体育の授業への参加姿勢	いつも進んで学習している	63.2%	61.4%	63.9%	55.0	55.2%	52.1%	54.1%	55.9
		だいたい進んで学習している	29.9%	31.6%	29.8%	49.5	36.1%	38.9%	37.8%	52.1
		あまり進んで学習していない	5.6%	5.7%	5.2%	44.5	7.4%	7.6%	6.9%	48.8
		進んで学習することはない	1.3%	1.4%	1.1%	43.5	1.3%	1.4%	1.2%	47.7

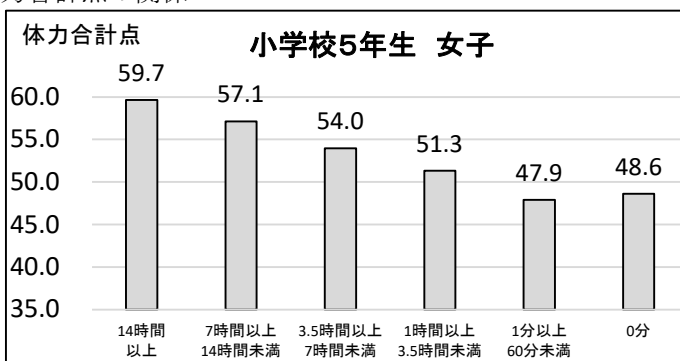
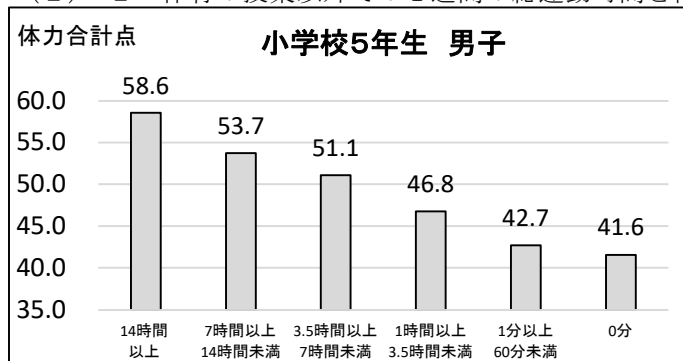
6 藤沢市立小学校5年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

(2) 体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力について

(2)-1 体育の授業以外での1週間の総運動時間(分)

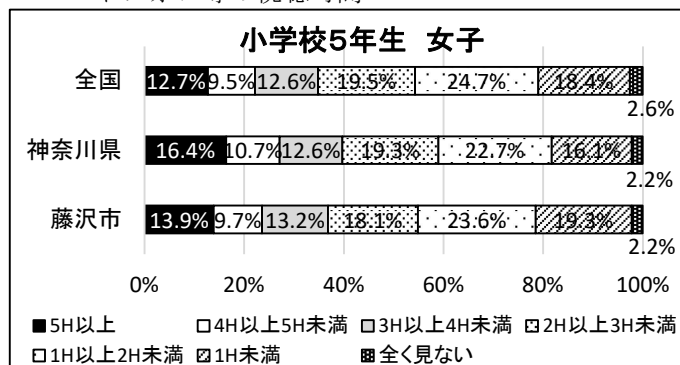
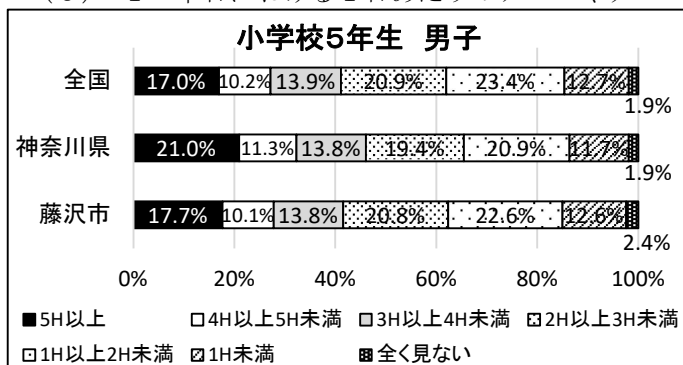


(2)-2 体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力合計点の関係

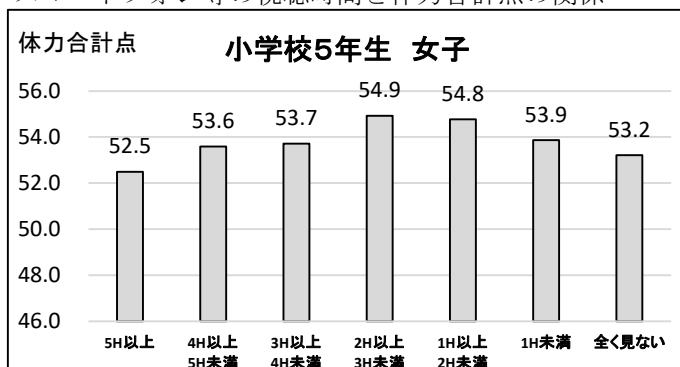
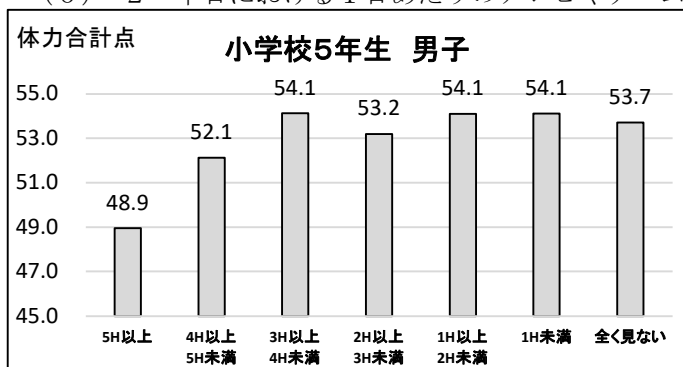


(6) テレビやゲーム、スマートフォン等(学習以外)の視聴時間と体力について

(6)-1 平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間



(6)-2 平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係



体育の授業以外での1週間の総運動時間は、男女ともに全国・県の数値を上回っています。1週間の総運動時間と体力の関係を見ると、運動頻度が高い児童ほど体力合計点が高く、運動頻度が低い児童ほど体力合計点が低くなる傾向にあります。このことから、運動に取り組む時間が児童の体力に影響していると読み取ることができます。

平日におけるテレビ等の視聴時間について、「3時間以上」視聴する児童の合計割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。テレビ等の視聴時間と体力の関係を見ると、視聴時間が「3時間以上」の場合、男女ともに視聴時間が長い児童ほど、体力合計点が低くなる傾向にあります。

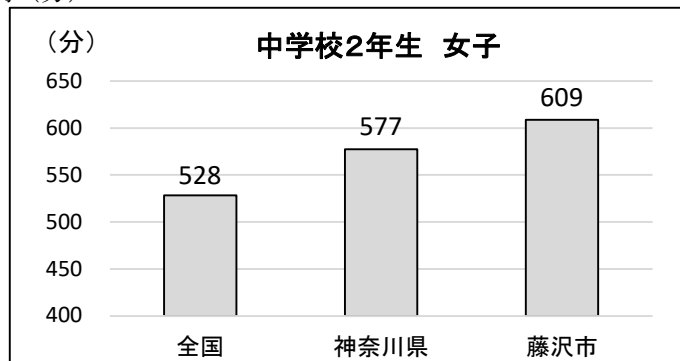
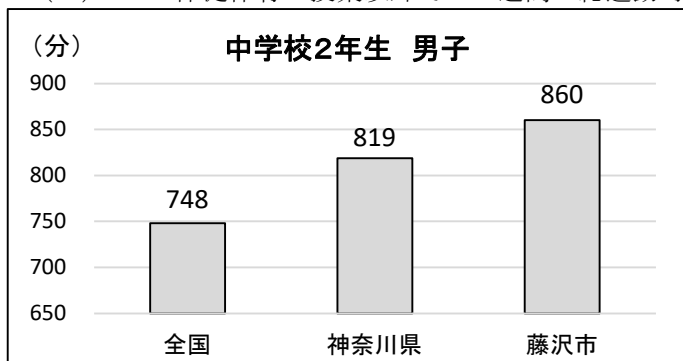
7 藤沢市立中学校2年生の生活習慣等の結果および体力合計点の関係(クロス集計)

質問項目			男子				女子			
			全国	神奈川県	藤沢市		全国	神奈川県	藤沢市	
			選択肢に対する割合			体力合計点の平均	選択肢に対する割合			体力合計点の平均
1	運動部やスポーツクラブへの所属状況(複数回答可)	運動部	73.2%	69.9%	69.1%	42.3	56.9%	54.1%	55.5%	52.4
		文化部	10.4%	13.0%	15.6%	31.6	30.3%	32.9%	34.7%	40.0
		地域のスポーツクラブ	19.1%	19.7%	21.1%	47.1	11.1%	10.8%	9.6%	53.4
		入っていない	8.7%	7.1%	4.3%	33.3	10.5%	10.1%	6.8%	40.7
2	保健体育の授業以外での1週間の総運動時間(分)	14時間以上	748分	819分	860分	44.6	528分	577分	609分	54.1
		7時間以上14時間未満				40.7				50.0
		3.5時間以上7時間未満				34.8				42.3
		1時間以上3.5時間未満				30.4				40.9
		1分以上60分未満				27.9				40.0
		0分				29.7				36.9
3	運動やスポーツの「好き・嫌い」	好き	62.1%	63.7%	65.4%	44.3	44.2%	43.9%	50.2%	53.1
		やや好き	26.8%	26.0%	24.5%	36.9	33.1%	33.1%	30.0%	44.6
		やや嫌い	7.3%	6.8%	6.9%	32.0	15.1%	15.0%	12.8%	38.5
		嫌い	3.7%	3.5%	3.2%	29.0	7.5%	8.0%	7.0%	34.0
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	80.0%	78.2%	82.7%	41.6	73.4%	71.5%	76.8%	48.0
		食べない日もある	14.0%	15.2%	13.4%	39.0	20.5%	21.7%	18.1%	45.6
		食べない日が多い	3.8%	4.2%	2.6%	37.6	4.3%	4.9%	3.3%	46.0
		食べない	2.2%	2.3%	1.4%	36.9	1.8%	2.0%	1.8%	45.4
5	1日の睡眠時間	10時間以上	2.1%	2.4%	2.3%	37.3	1.2%	1.4%	1.6%	47.9
		9時間以上10時間未満	6.6%	7.2%	8.5%	39.0	4.6%	5.3%	6.1%	47.2
		8時間以上9時間未満	19.8%	19.5%	20.7%	40.3	15.1%	15.5%	14.9%	46.2
		7時間以上8時間未満	37.5%	37.7%	40.9%	42.4	33.9%	32.5%	38.0%	48.2
		6時間以上7時間未満	25.7%	24.6%	20.5%	41.2	33.1%	32.6%	28.7%	47.9
		6時間未満	8.3%	8.5%	7.1%	40.6	12.1%	12.6%	10.6%	46.2
6	平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間	5時間以上	17.0%	20.0%	18.9%	38.0	15.2%	19.4%	17.2%	45.0
		4時間以上5時間未満	11.9%	13.9%	13.8%	40.3	11.6%	13.3%	12.0%	46.4
		3時間以上4時間未満	18.6%	19.2%	20.7%	41.6	18.3%	19.7%	19.8%	48.7
		2時間以上3時間未満	26.2%	25.0%	25.3%	42.5	25.8%	23.5%	26.4%	47.8
		1時間以上2時間未満	20.5%	17.4%	17.1%	42.3	21.3%	17.7%	17.6%	47.8
		1時間未満	5.3%	4.2%	3.8%	42.4	7.2%	6.0%	6.6%	50.1
		全く見ない	0.6%	0.5%	0.4%	31.7	0.6%	0.5%	0.3%	46.0
7	保健体育の授業への興味関心	楽しい	57.2%	57.9%	57.4%	43.3	41.9%	39.1%	41.8%	52.2
		やや楽しい	33.7%	33.9%	34.4%	38.7	41.9%	43.9%	41.8%	46.0
		あまり楽しくない	6.6%	5.9%	5.4%	35.9	12.6%	13.1%	12.5%	39.3
		楽しくない	2.5%	2.2%	2.8%	39.3	3.5%	3.9%	3.8%	39.7
8	保健体育の授業への参加姿勢	いつも進んで学習している	47.2%	44.3%	44.9%	43.6	37.9%	31.4%	34.3%	51.6
		だいたい進んで学習している	43.3%	46.9%	46.8%	39.4	50.0%	55.1%	54.7%	46.3
		あまり進んで学習していない	7.9%	7.4%	6.9%	36.0	10.5%	11.9%	9.8%	39.4
		進んで学習することはない	1.6%	1.4%	1.5%	41.9	1.6%	1.6%	1.2%	39.5

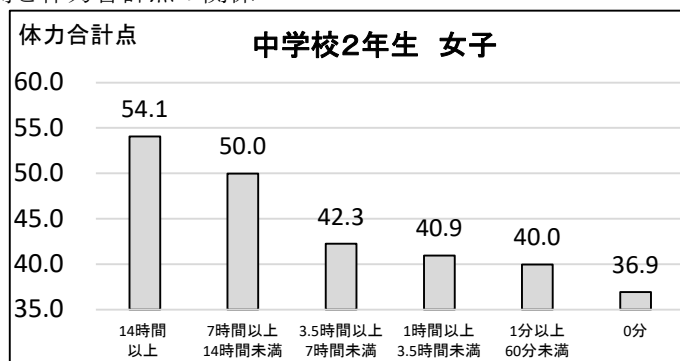
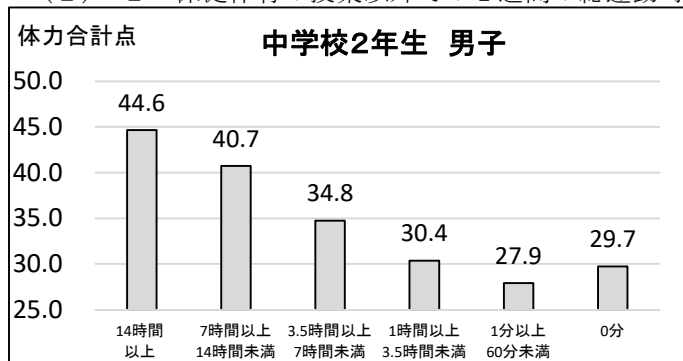
8 藤沢市立中学校2年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

(2) 保健体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力について

(2)-1 保健体育の授業以外での1週間の総運動時間(分)

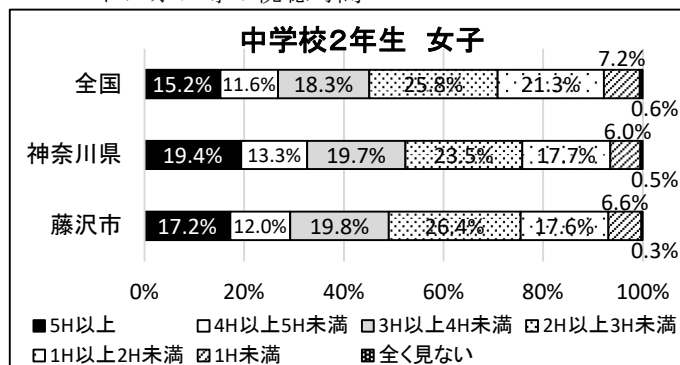
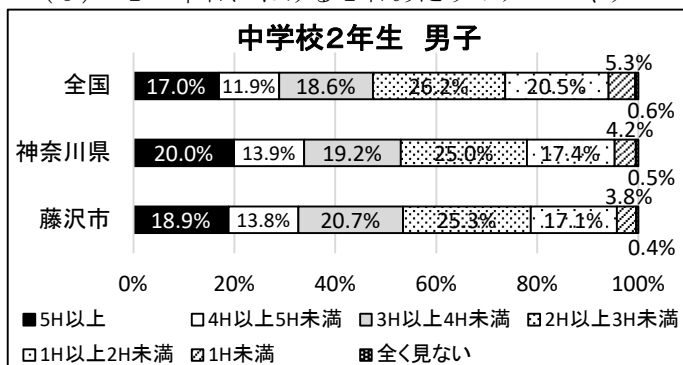


(2)-2 保健体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力合計点の関係

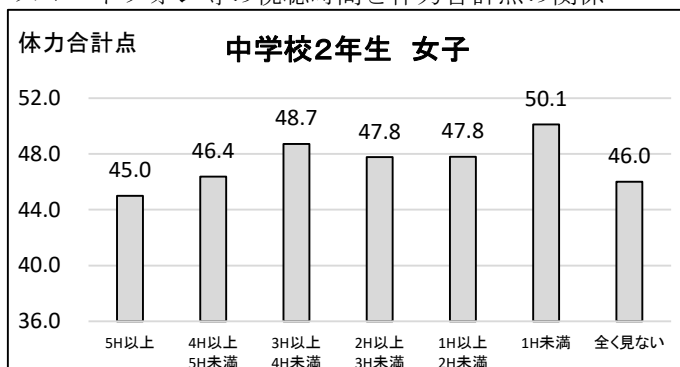
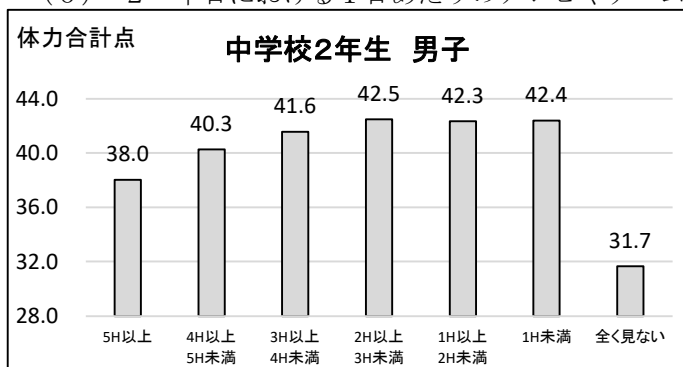


(6) テレビやゲーム、スマートフォン等(学習以外)の視聴時間と体力について

(6)-1 平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間



(6)-2 平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係



保健体育の授業以外での1週間の総運動時間は、男女ともに全国・県の数値を上回っています。1週間の総運動時間と体力の関係を見ると、運動頻度が高い生徒ほど体力合計点が高く、運動頻度が低い生徒ほど体力合計点が低くなる傾向にあります。このことから、運動に取り組む時間が生徒の体力に影響していると読み取ることができます。

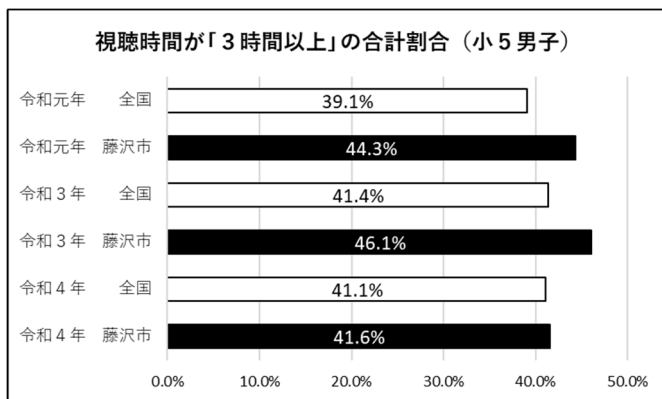
平日におけるテレビ等の視聴時間について、「3時間以上」視聴する生徒の合計割合は、男女ともに全国の数値を上回っています。テレビ等の視聴時間と体力の関係を見ると、視聴時間が「3時間以上」の場合、男女ともに視聴時間が長い生徒ほど、体力合計点が低くなる傾向にあります。

9 調査結果のまとめ

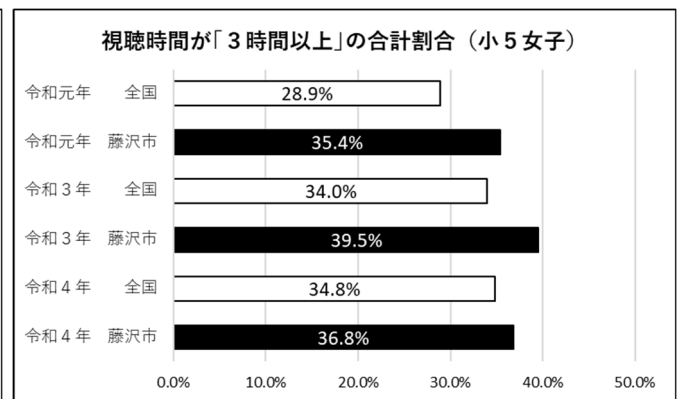
令和4年度における本市の児童生徒の体力・運動能力の状況としては、コロナ禍においても、体育・保健体育の授業をはじめ、学校の教育活動全体や地域の活動を通して、実施方法や実施形態を工夫しながら運動に親しむ時間を保障してきたことから、体力合計点については、概ね全国よりも高い数値を示しています。

また、児童・生徒質問紙にある「運動やスポーツをすることが好きか」の質問項目において、「好き」・「やや好き」と回答した児童生徒の合計割合が全国よりも高い数値を示しています。同じく、「体育・保健体育の授業は楽しいか」の質問項目においても、「楽しい」・「やや楽しい」と回答した児童生徒の合計割合が、概ね全国よりも高い数値を示しています。このことから、引き続き、学校の教育活動全体を通して、運動に対する児童生徒の興味・関心を高める取組を行うことが大切であると考えます。

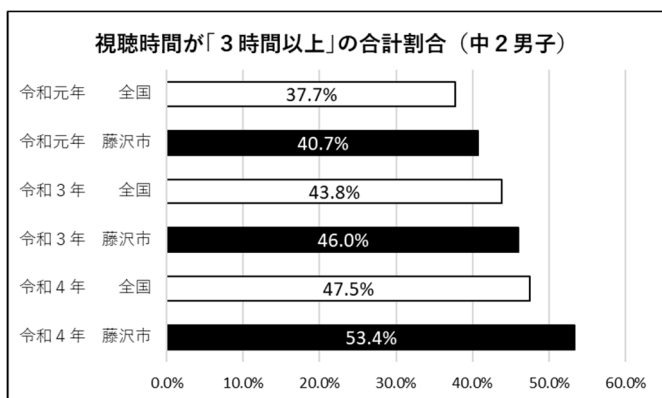
一方で、スポーツ庁の令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の報告では、体力の低下の要因として、スクリーンタイムの増加などの生活習慣の変化が指摘されています。スクリーンタイムの増加については、令和元年度、令和3年度の本市の調査結果において、今年度同様「3時間以上」視聴する児童生徒の合計割合が男女ともに全国を上回っており、課題であると捉えています。



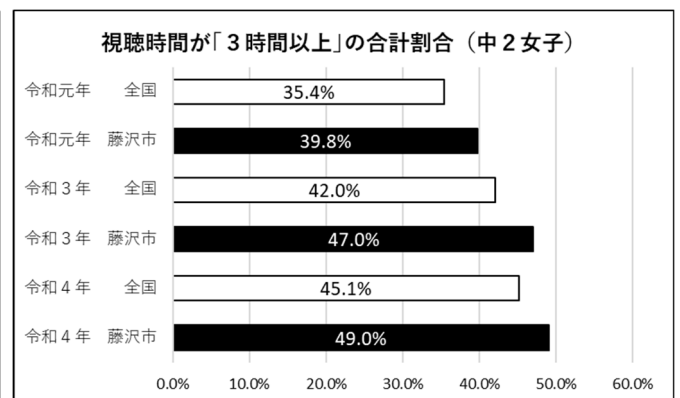
【小学校5年生 男子】



【小学校5年生 女子】



【中学校2年生 男子】



【中学校2年生 女子】

【今後の具体的な取組】

(1) 児童生徒の取組

- ①「体力テスト指導ポイントカード」を事前に配付し、体力テストに対する児童生徒の興味・関心を高め、意欲的に体力向上に努める児童生徒の姿を目指していきます。
- ②児童生徒が中心となり、学年内や学年の枠を越えた体育的行事（運動会や体育祭とは異なるレクリエーション大会やドッジボール大会等）を企画・運営するなど、「する」・「みる」・「支える」・「知る」楽しさを味わいながら運動に関わる姿勢を育んでいきます。

(2) 学校の取組

- ① フライングディスクや鬼遊びをはじめ、運動が苦手な児童生徒であっても、親しみやすい種目を授業のなかに取り入れていきます。また、授業以外においても、長縄とびや伝承遊びなど、仲間と楽しみながら体力を向上させる取組を行います。
- ② 体育・保健体育の授業で取り扱う「体づくり運動」のうち、特に「体の柔らかさ」を高める運動について、全身や各部位を振ったり、回したり、ねじったりする動きや、ゴムひもやボールなどの用具を用いた運動を、「体づくり運動」の単元に加えて、各領域においても授業の導入段階に取り入れていくことで、年間を通して児童生徒の体力向上を図っていきます。
- ③ 保健等の授業において、パソコンやタブレット、スマートフォン等の視聴時間と健康への影響について取り扱います。

(3) 教育委員会の取組

- ① 神奈川県教育委員会が実施している体力向上支援事業の「体力向上キャラバン隊派遣研修講座(小学校・中学校)」等を活用し、児童生徒の体力向上を図ります。
- ② 学校においては、神奈川県教育委員会が実施している「体力向上研修集中講座(小学校・中学校)」など、体育関係の教員向け講習会の情報を周知するとともに、体育の授業や休み時間を通して、体力・運動能力の向上につながる取組に対する指導と助言を行っていきます。
- ③ 家庭においては、児童生徒の運動実態や生活実態に応じて、より望ましい生活習慣を送ることができるよう、ICT機器の使用に関わる啓発資料を配付するなどの働きかけをしていきます。
- ④ 環境整備については、学校内の運動施設や用具の充実を図り、児童生徒の体力・運動能力向上を目指して環境を整えていきます。
- ⑤ 情報提供としては、今回の調査結果を学校へ周知するとともに、本市教育委員会ホームページ上に公開していきます。