

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

標記調査結果について、主に京都市の結果と全国の比較についてまとめましたので、報告いたします。

記

【1 実技調査について】

- (1) 実施種目等は下表のとおり（※各種目に関わる体力・運動能力の要素も記載）。
なお実施時期は令和4年4月～7月中。

種目	単位	主な体力・ 運動能力要素	測定	対象		
				小	中	
1	握力	kg	筋力	左右握力の平均値	○	○
2	上体起こし	回	筋パワー・ 筋持久力	30秒間に上体を起こした回数	○	○
3	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離	○	○
4	反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数	○	○
5	20mシャトルラン	回	全身持久力	20m 走行の折り返し回数	○	○
	持久走※	秒	全身持久力・ 長距離走能力	男子 1500m 女子 1000m の走行時間	—	選択
6	50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間	○	○
7	立ち幅とび	cm	筋パワー・ 跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離	○	○
8-1	ソフトボール投げ	m	巧緻性・ 投球能力	ソフトボールを遠投した距離	○	—
8-2	ハンドボール投げ	m		ハンドボール(中)を遠投した距離	—	○
※「○」…実施種目 「—」…実施しない種目						
※中学校の「持久走」は本市で選択する生徒が約2%と非常に少ないため分析の対象外としている						
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点				
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価				

(2) 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

【2 質問紙調査について】

- 1週間の総運動時間、体格、生活習慣、運動やスポーツに対する意識等

調査結果の概要

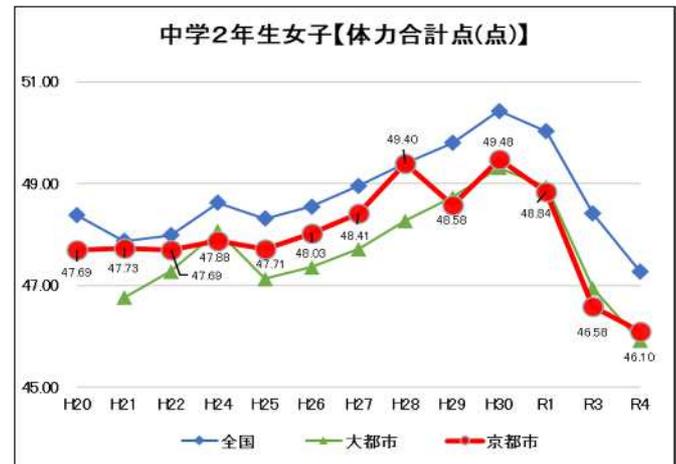
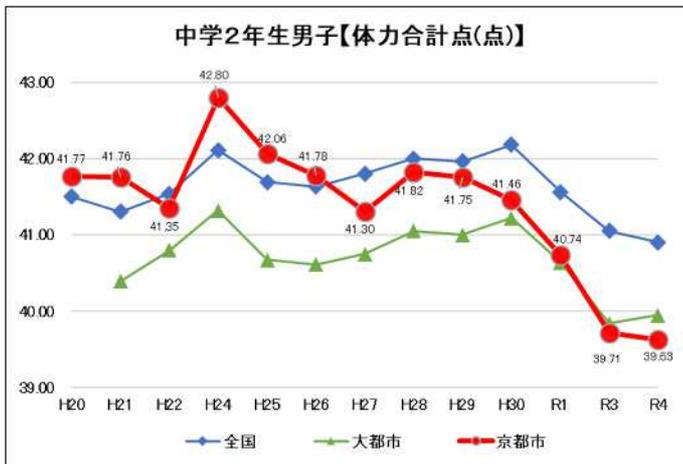
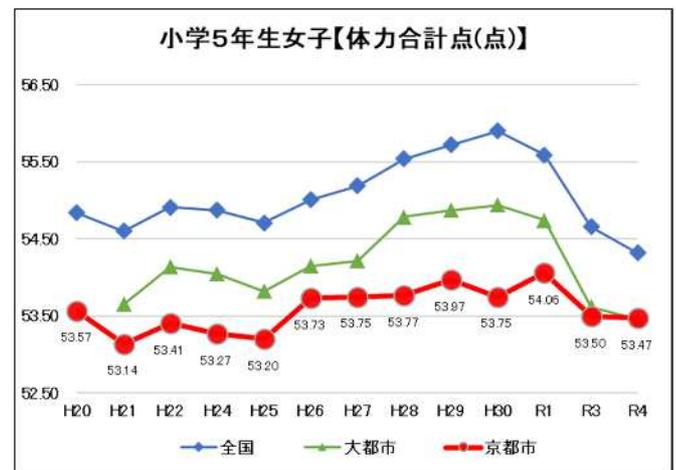
1 児童生徒の体力の状況

(1) 体力合計点の状況

体力合計点は、全国では小5男女・中2男女ともにコロナ禍前の令和元年度調査から連続して数値が低下。男女いずれの年代も調査が始まった平成20年度以来の最低値となった。

本市小学校では、男女ともに令和3年度を下回り(男子:-0.16p, 女子:-0.03p)、男子は令和3年度に引き続き、平成20年度以来の最低値、女子は過去5番目の低さとなった。

本市中学校では、男女ともに令和3年度を下回り(男子:-0.08p, 女子:-0.48p)、いずれも令和3年度に引き続き、平成20年度以来の最低値となった。



低下の主な要因として、スポーツ庁の分析では、「①1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒の割合は、増加しているものの、以前の水準には至っていないこと、②肥満である児童生徒の増加、③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。」とされている。

本市でも同様の傾向はみられるものの、令和3年度からの下げ幅は全国に比べて緩やかになっており、下げ止まり傾向も伺える。

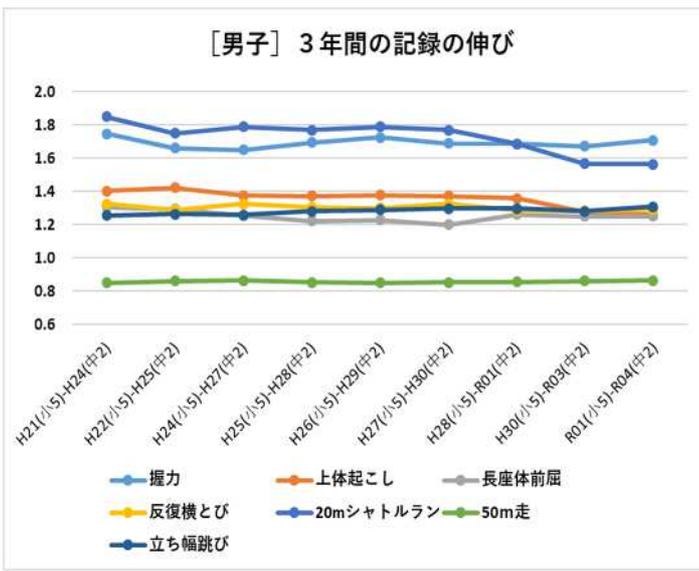
※スクリーンタイム…平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間

(参考) 小学校5年生から中学校2年生までの記録の伸び

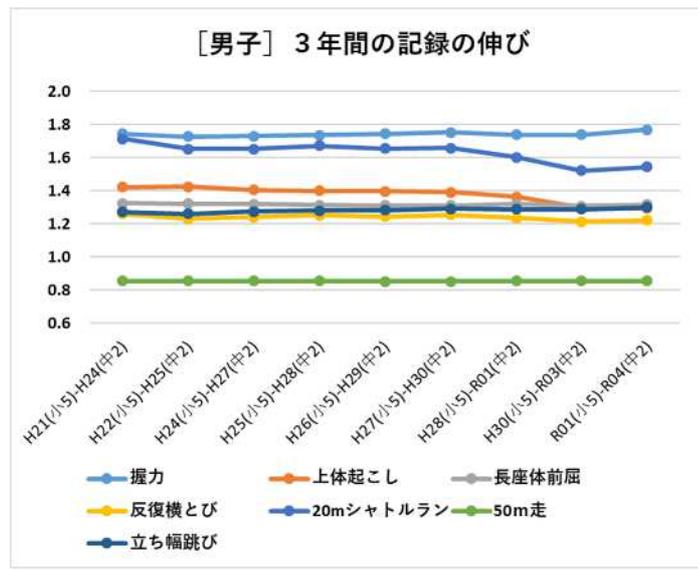
小学校5年生から中学校2年生に至る3年間の記録の伸びについて、令和4年度までの約10年間で見ると、全国では、身体的成長も含め毎年同程度伸びているが、シャトルランや上体起こしなどについては近年伸びが鈍化している。
 京都市では、男女とも、全国と同様の傾向であり、シャトルランや上体起こしなどで近年伸びが鈍化している。なお、コロナ前までは、全国に比べてもシャトルランの3年間での伸び率がかなり高かったことが伺える。

[男子]

<京都市>

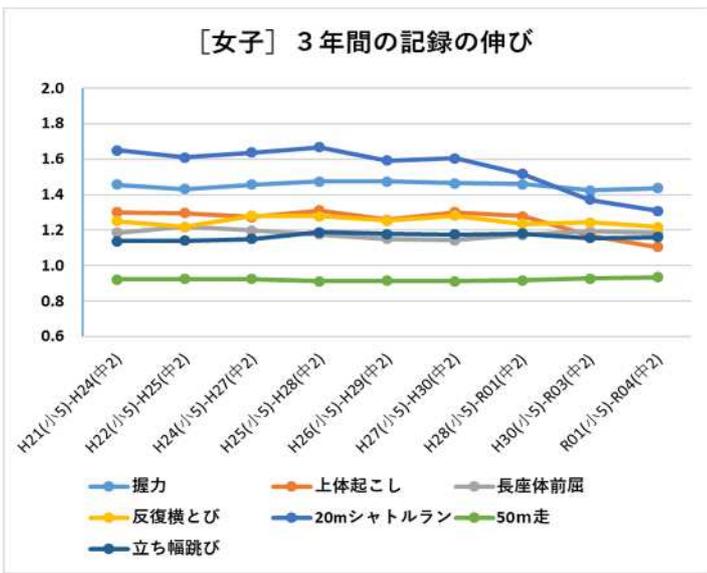


<全国>

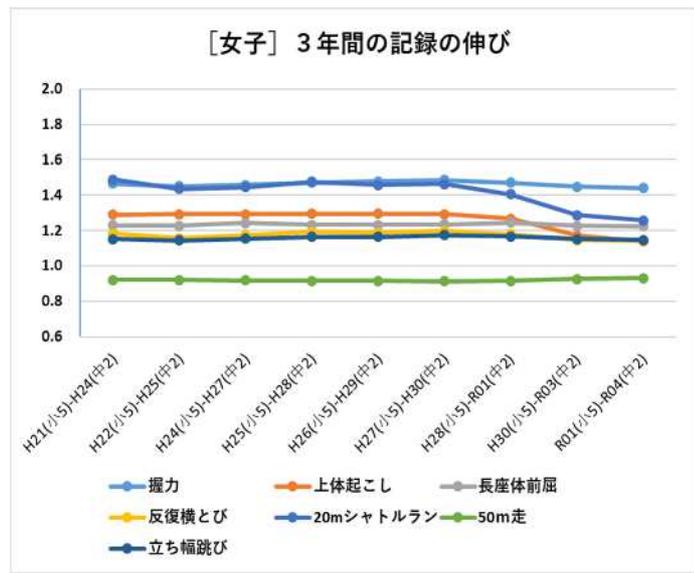


[女子]

<京都市>



<全国>



※グラフは、小学5年生時点の記録を1とした比率で示したものである。

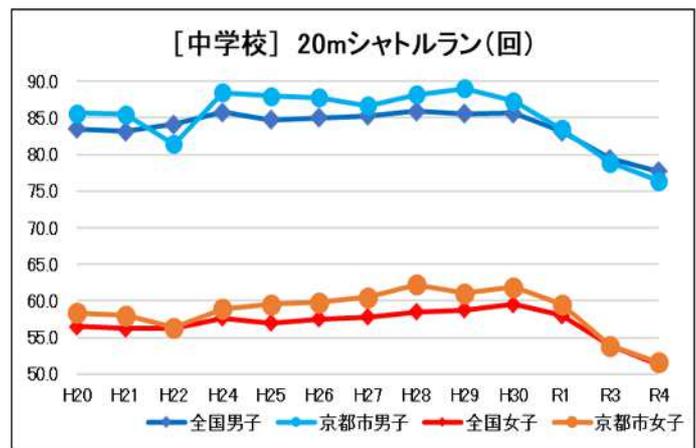
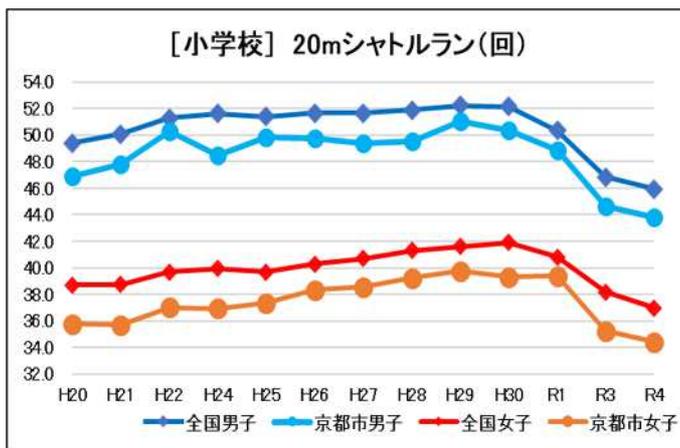
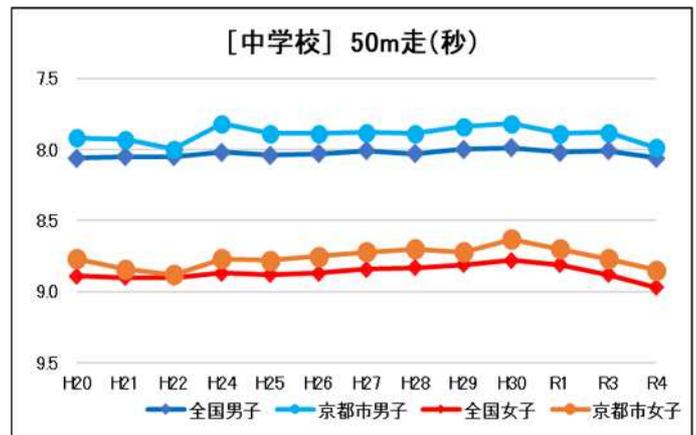
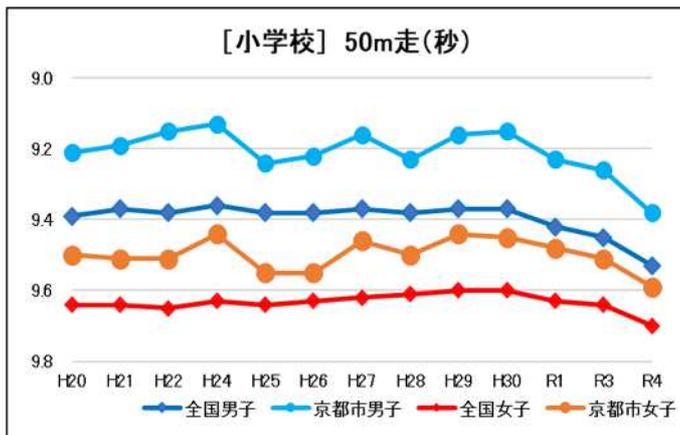
(50m走の値が1を下回るのは、小学5年生時点から記録が短縮されていくため。)

(2) 各実技テスト項目の状況

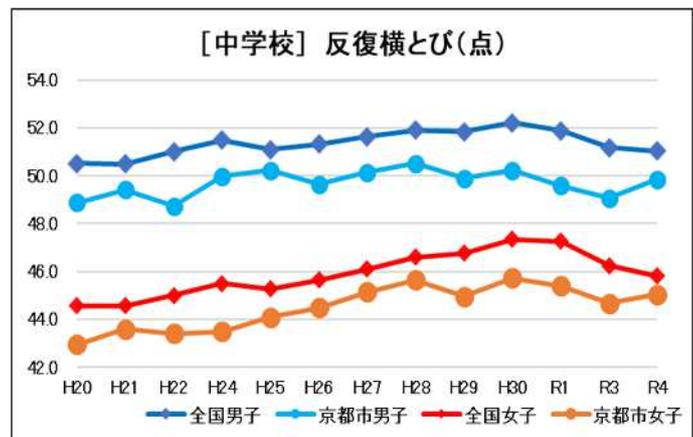
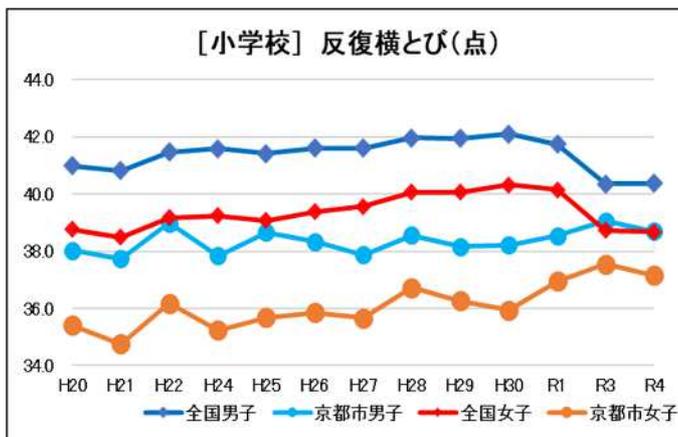
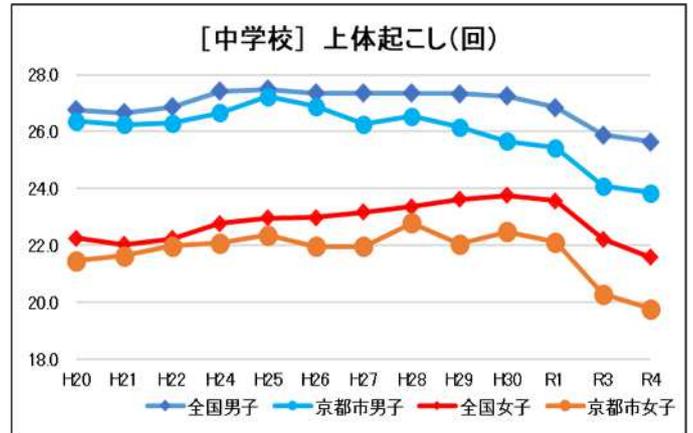
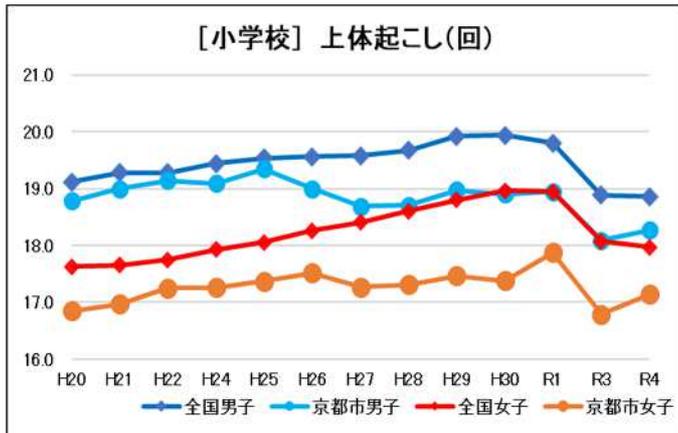
各実技テスト(8種目)の数値をみると、令和3年度調査と比較し、

- ①全国、本市とも、小・中学校の「50m走」「20mシャトルラン」が低下した。
- ②全国では「上体起こし」「反復横とび」が中学校で低下。本市では「上体起こし」が小学校は向上し中学校は横ばい。「反復横とび」は小学校で低下、中学校で向上。
- ③「長座体前屈」は、全国は中学校女子を除き向上、本市でも特に小学校で向上。
- ④「立ち幅とび」について、全国では小学校は低下、中学校男子は調査開始以来の最高値、女子は低下。本市では小・中学校男女とも向上。
- ⑤「握力」「ボール投げ」は、全国ではほぼ横ばい。本市では「握力」が中学校女子を除き向上。

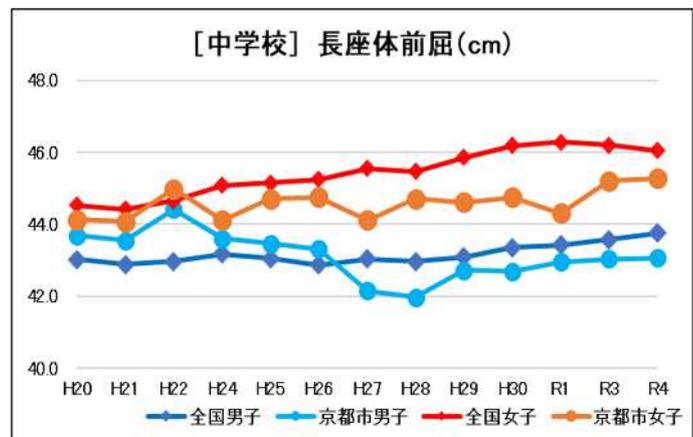
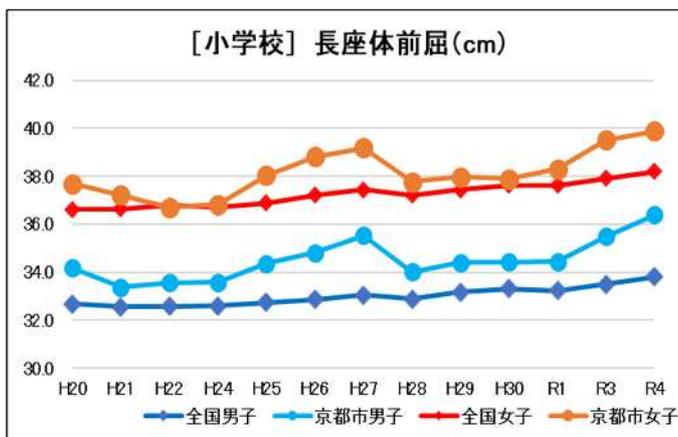
①全国・本市ともに【50m走、20m シャトルラン】が低下



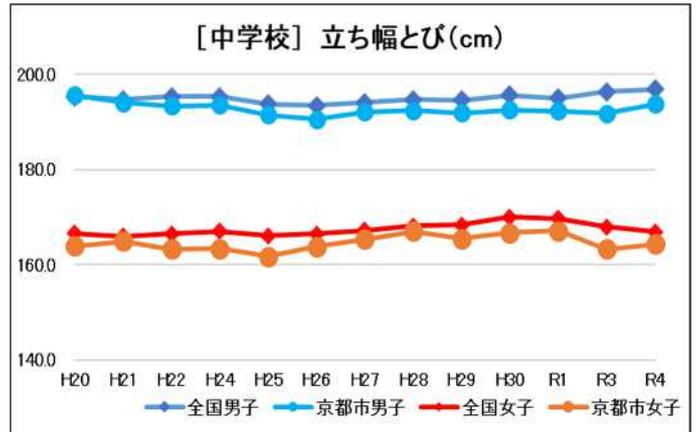
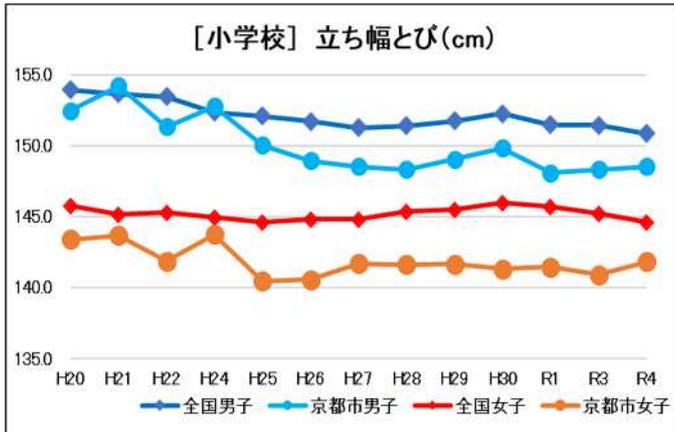
②【上体起こし，反復横とび】は、全国的には中学校で低下傾向だが、本市では【上体起こし】が小学校で向上、【反復横とび】が中学校で向上した。



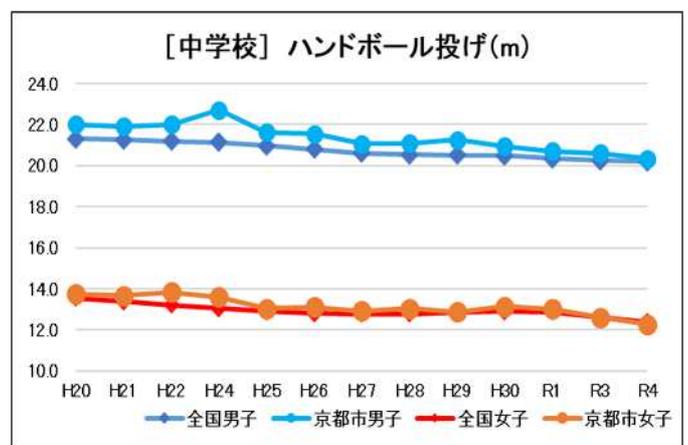
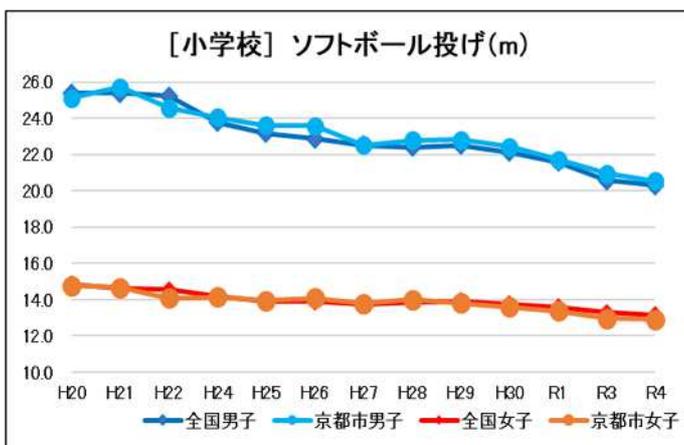
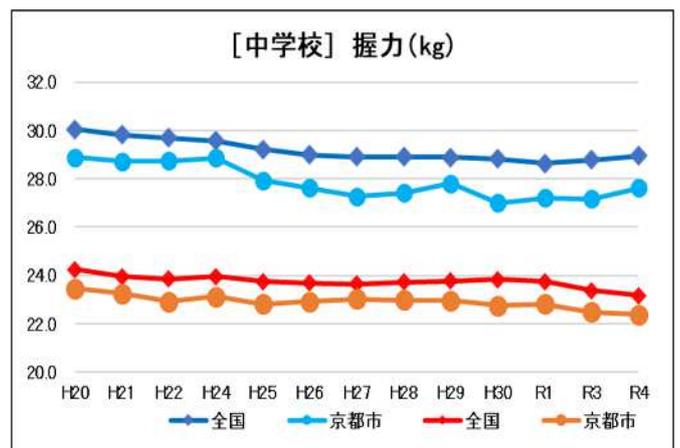
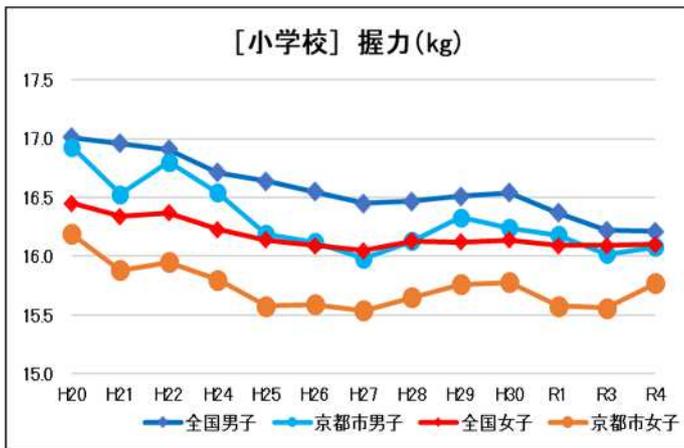
③「長座体前屈」は、全国は中学校女子を除き向上、本市でも特に小学校で向上した。



④【立ち幅とび】は、全国では、小学校は低下、中学校男子は調査開始以来の最高値、女子は低下。本市では小・中学校男女とも向上した。



⑤【握力】【ボール投げ】は、全国でほぼ横ばい、本市では【握力】が中学校女子を除き向上した。

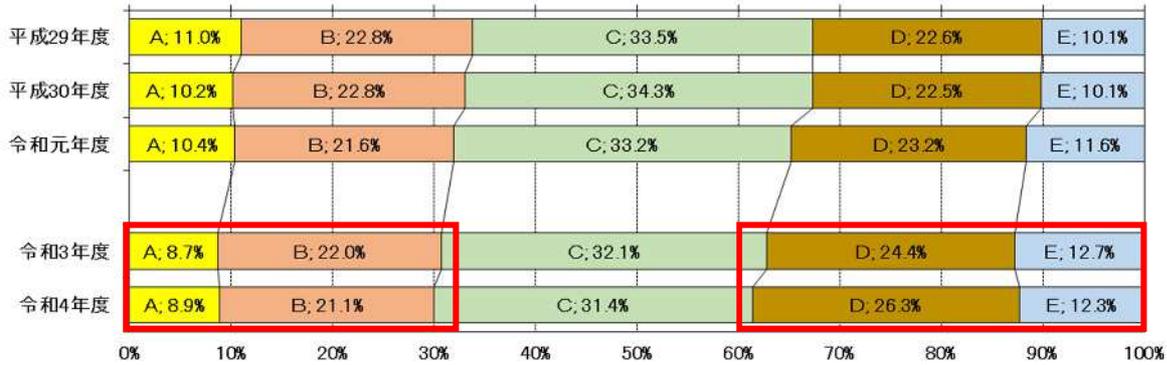


(3) 体力合計点の評価の状況

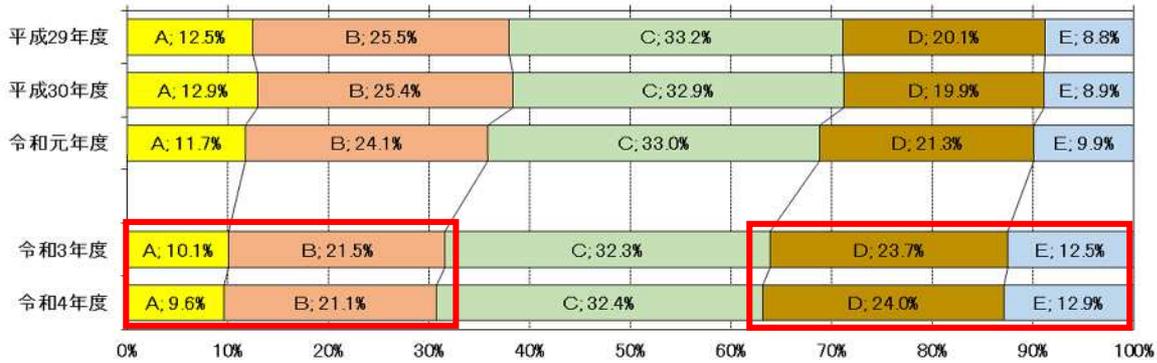
【小学生】

小学生の体力合計点の評価の変化をみると、令和4年度は、全国では男女ともに、A・Bの割合が減少し、D・Eの割合が増加。本市でもほぼ同様の傾向。

京都市 小学校男子



全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子



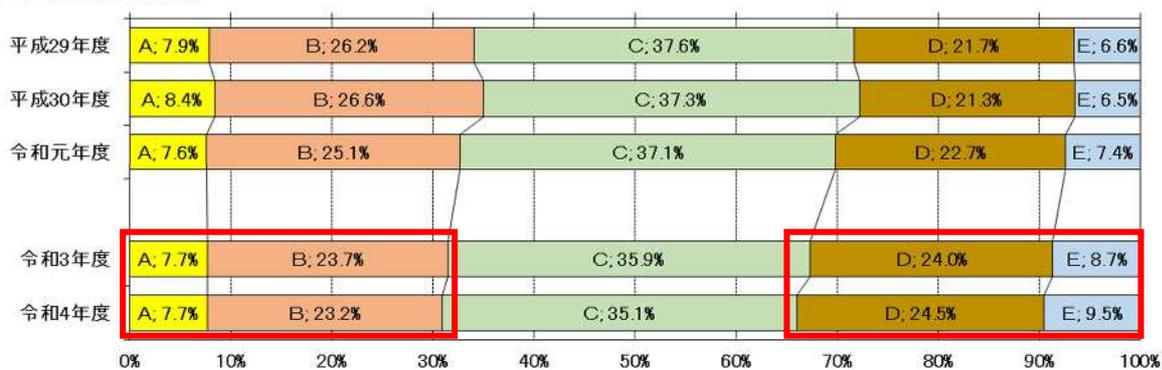
【中学生】

中学生の体力合計点の評価の変化をみると、令和4年度は、全国では男女ともに、A・Bの割合が減少し、D・Eの割合が増加したが、本市では男子でわずかにA・Bの割合が増加。

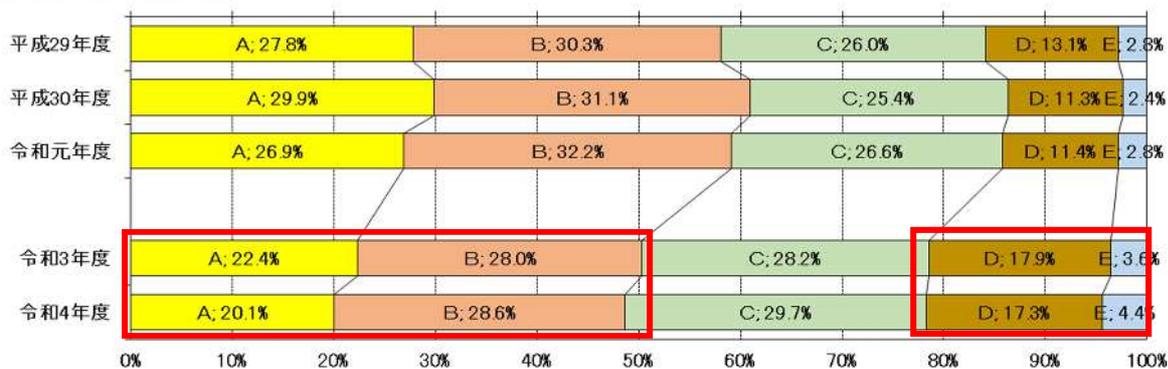
京都市 中学校男子



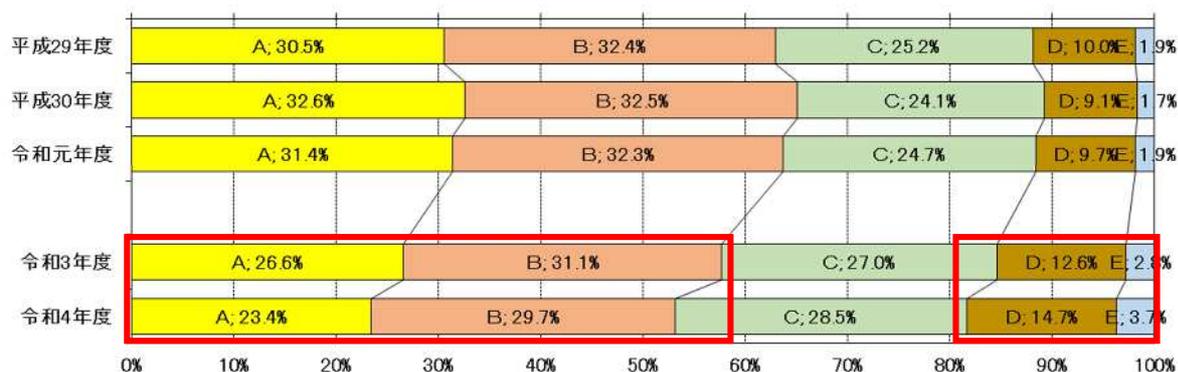
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子



2 児童生徒の運動時間（体育の授業を除く。）

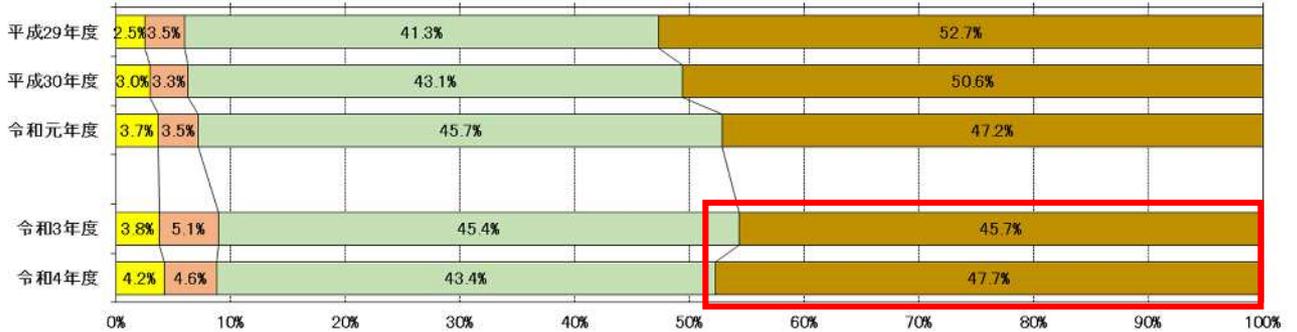
【小学生】

全国的に1週間の総運動時間が「420分以上」（1日あたり60分以上）の割合は令和3年度よりも増加し、令和元年度の水準に近づいているが、それ以前の水準には戻っていない。

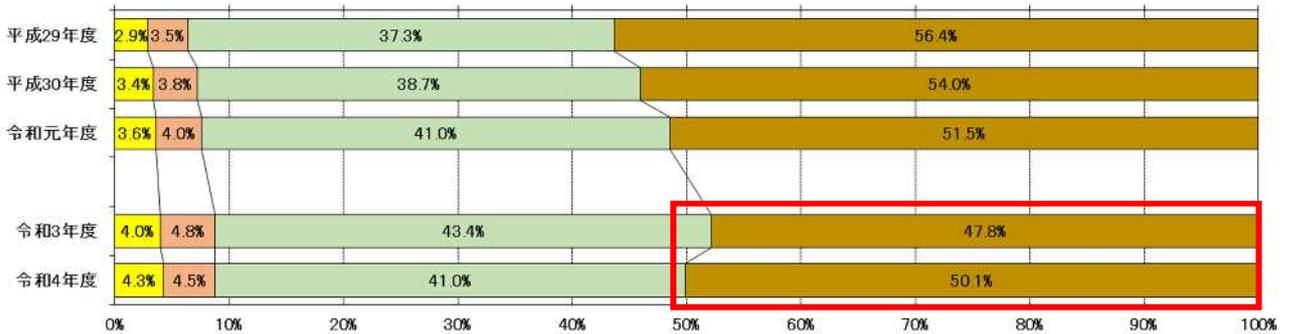
本市小学生についても同様の傾向がみられる。また、女子は、令和3年度に60分未満の割合が急増したが、今年度は全国とさほど変わらない比率に戻ってきている。



京都市 小学校男子



全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子

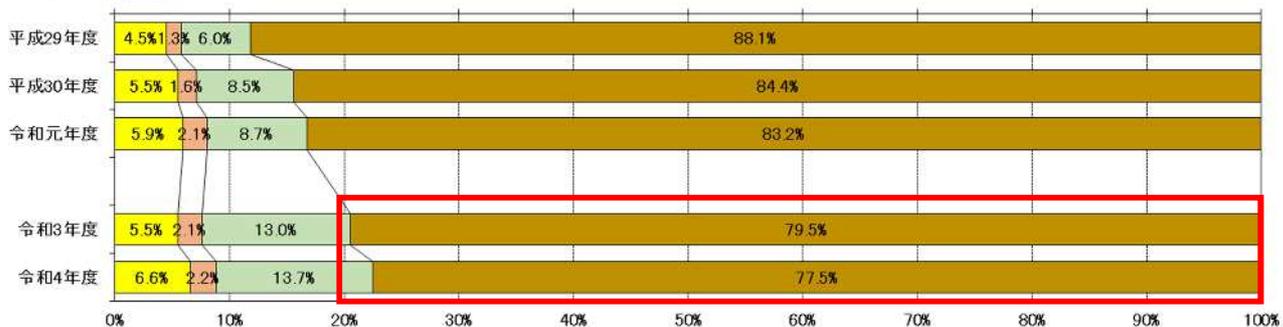


【中学生】

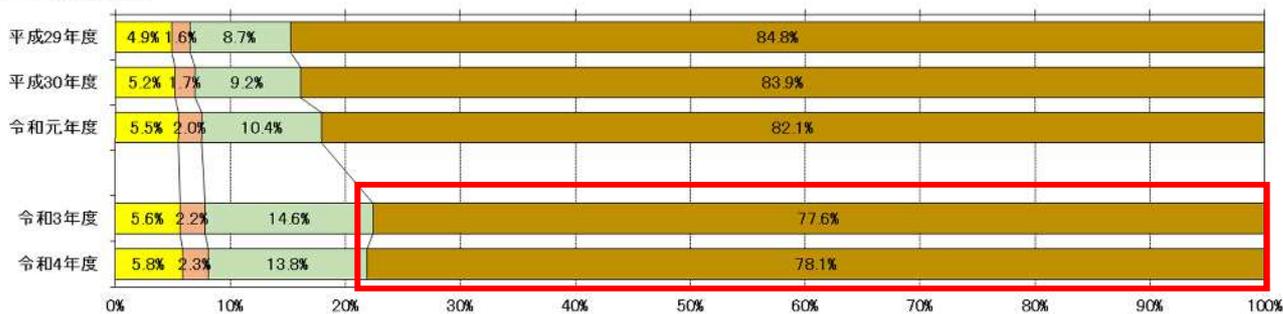
小学校と同様、全国では、1週間の総運動時間が420分以上(1日あたり60分以上)の割合が令和3年度よりも増加している。一方本市においては、女子は全国と同様の傾向であるが、男子は令和3年度よりもさらに「420分以上」の割合が減少しており、全体的に総運動時間の減少傾向がみられる。

0分 1~59分
60~419分 420分~

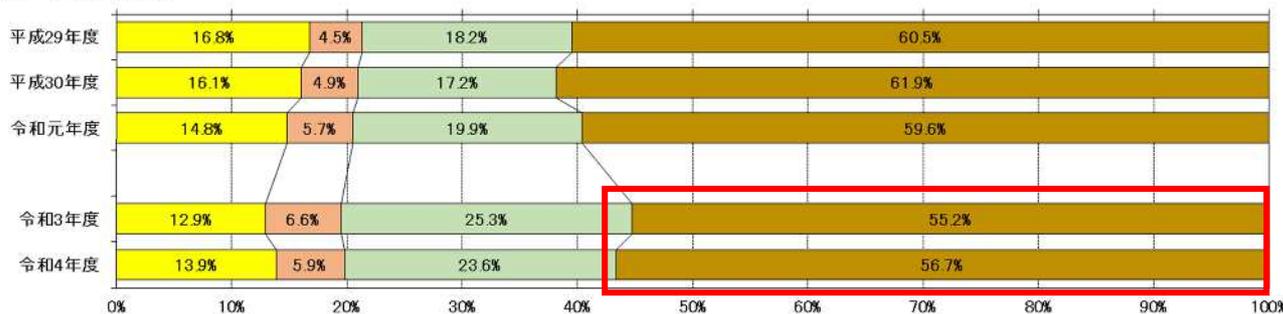
京都市 中学校男子



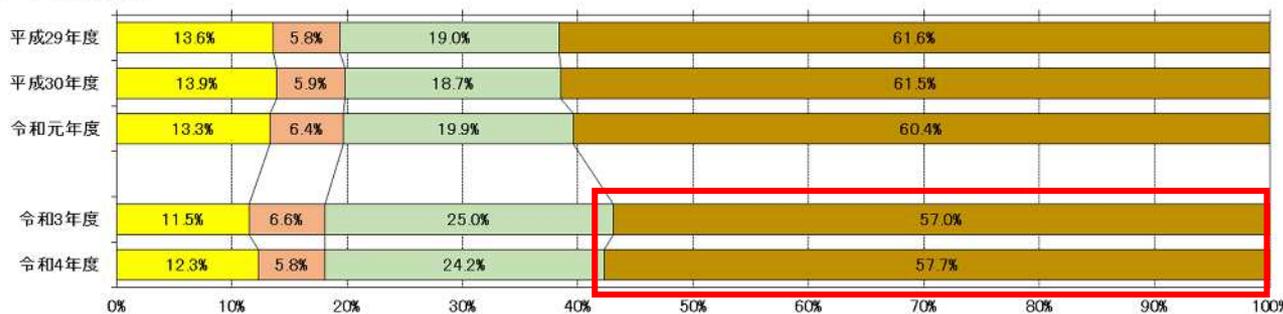
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子



【運動時間別の体力合計点】

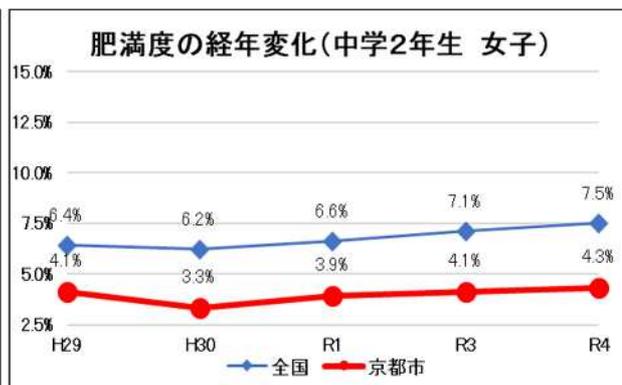
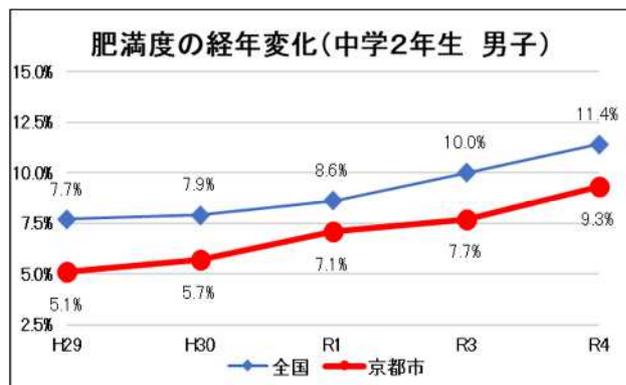
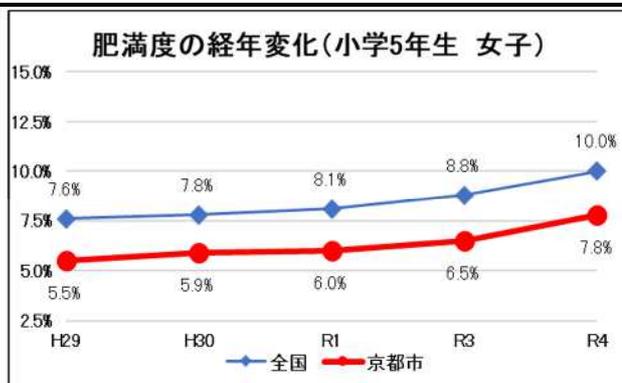
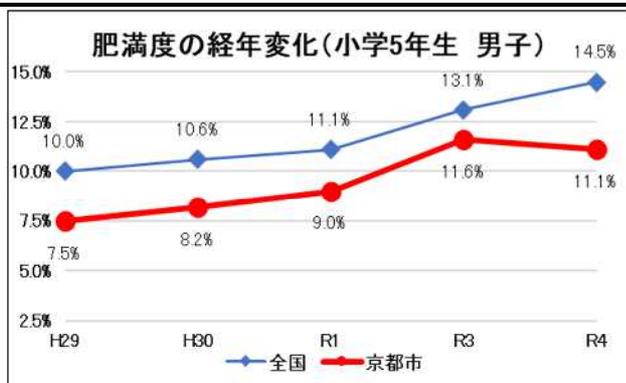
1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒は、それ以外の児童生徒と比べ体力合計点が高い。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
420分未満	48.1	52.5	32.9	40.6
420分以上	56.5	58.9	43.2	52.2
全国平均	52.3	54.3	40.9	47.3

3 児童生徒の生活習慣

(1) 児童生徒の体格の状況

小・中学校の男女ともに、全国的に肥満の割合が増加。特に小学校男女、中学校男子は令和3年度に引き続き、過去最大の数値。本市においても小学校男子以外は増加傾向ではあるが、肥満の割合が全国に比べて少ない。



【体格別の体力合計点】

肥満である児童生徒は、その他の児童生徒と比較し、体力合計点が低い。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
痩身	52.0	53.1	35.6	43.9
普通	53.3	54.9	41.9	47.9
肥満	46.8	50.1	35.2	42.4
全国平均	52.3	54.3	40.9	47.3

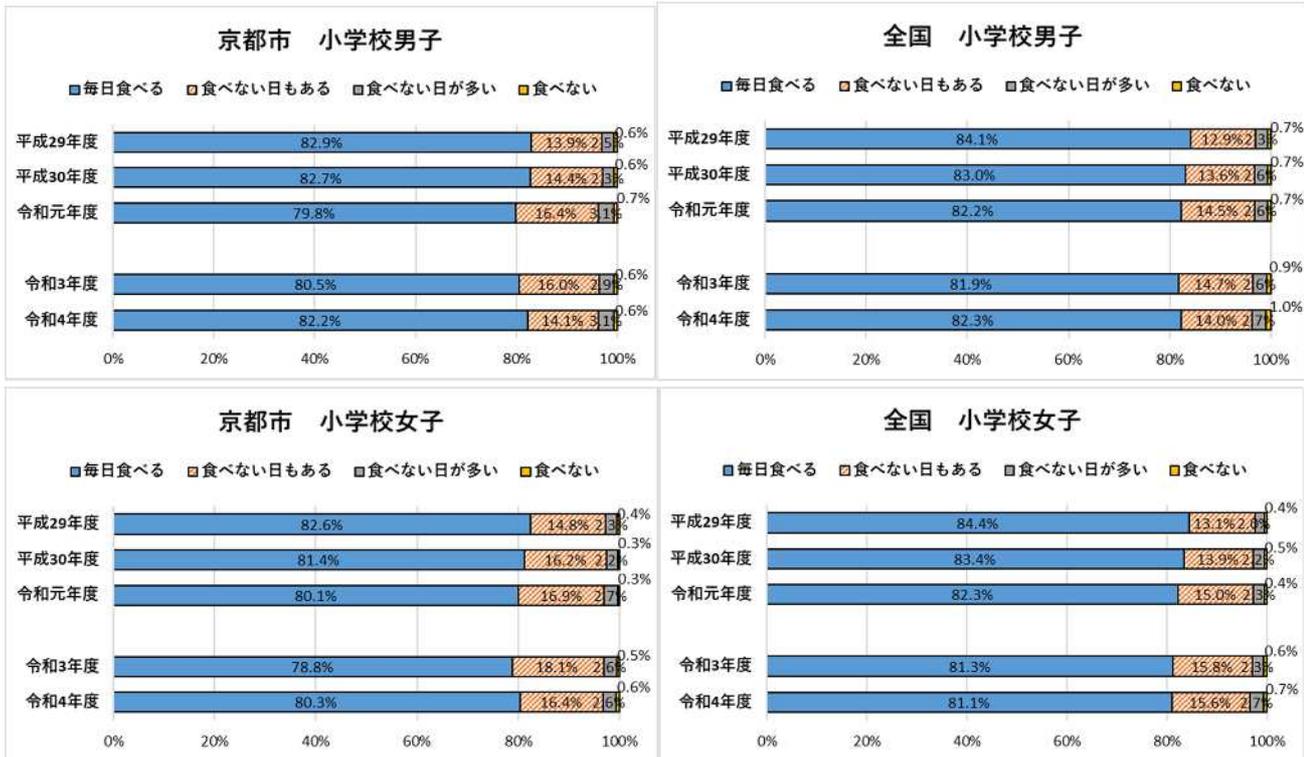
(2) 朝食、睡眠、スクリーンタイムの状況

① 朝食

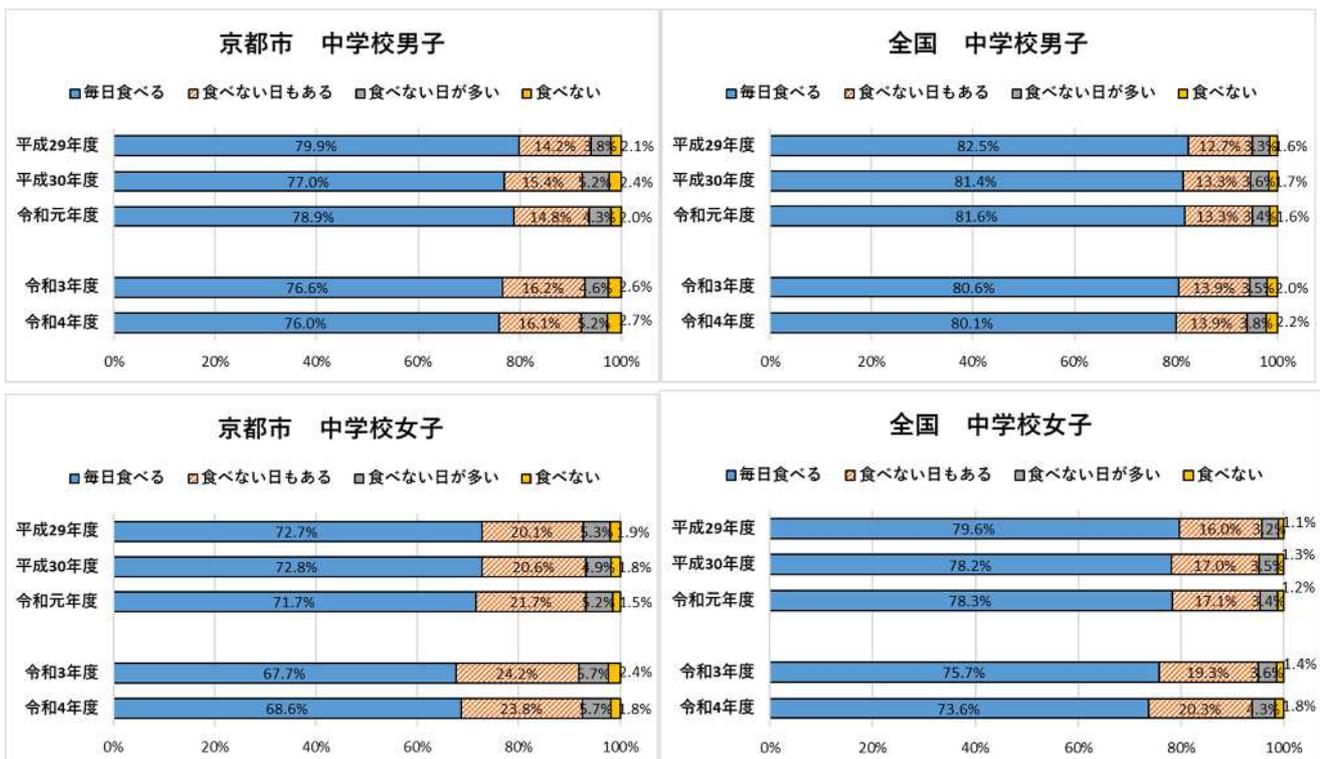
全国的には、朝食を「毎日食べる」児童生徒が小学校男子を除いて減少。

本市では、中学校男子で「毎日食べる」生徒が減少したものの、小学校男女、中学校女子では令和3年度に比べて「毎日食べる」児童生徒は増加傾向にある。なお、全国に比べると「毎日食べる」児童生徒の割合は小・中学校とも少し低い傾向。

【小学校】



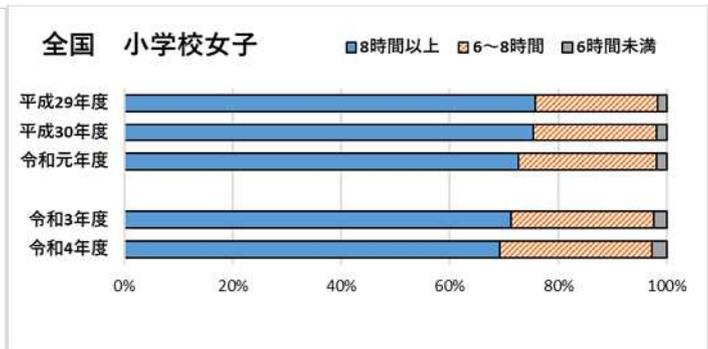
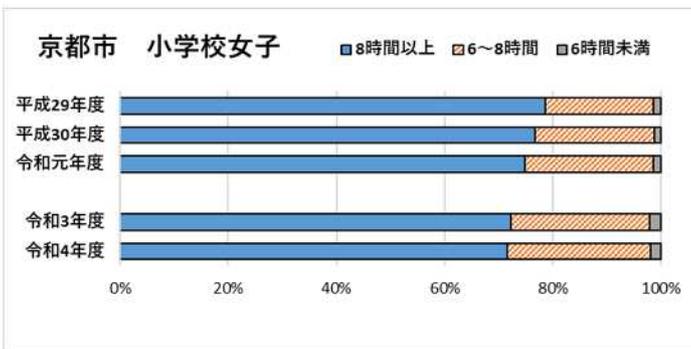
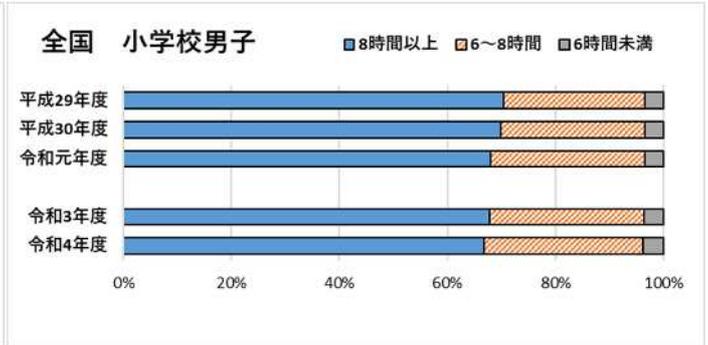
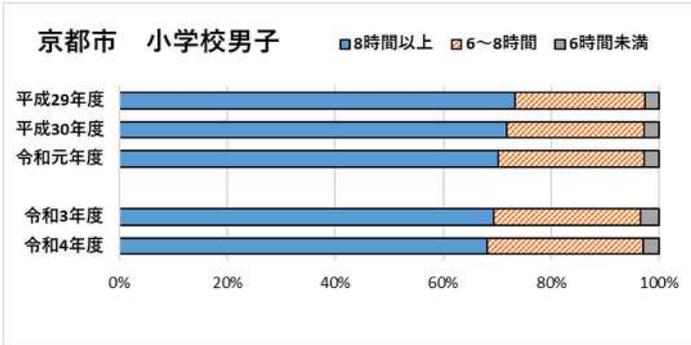
【中学校】



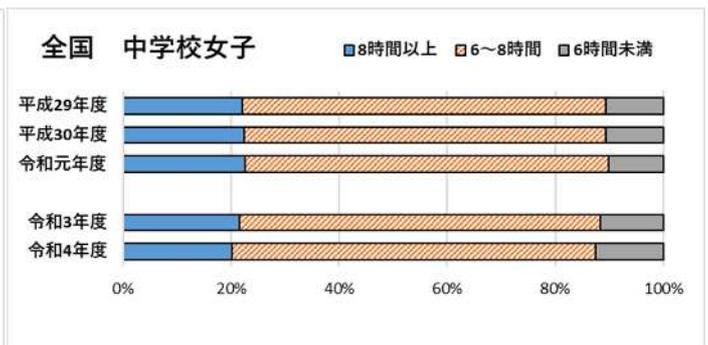
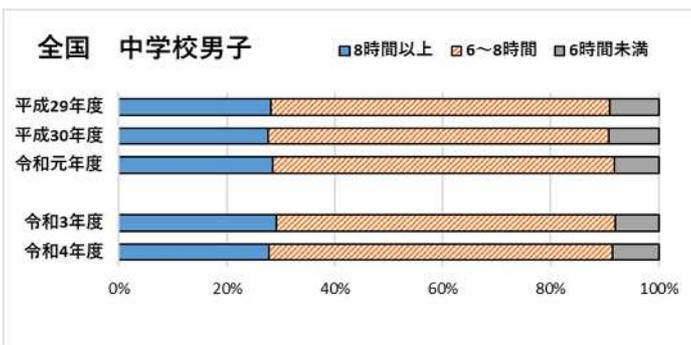
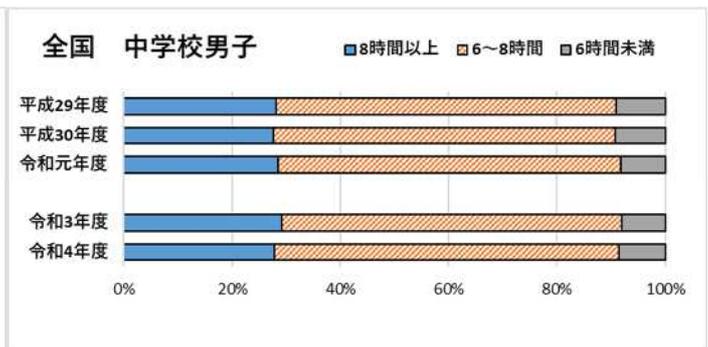
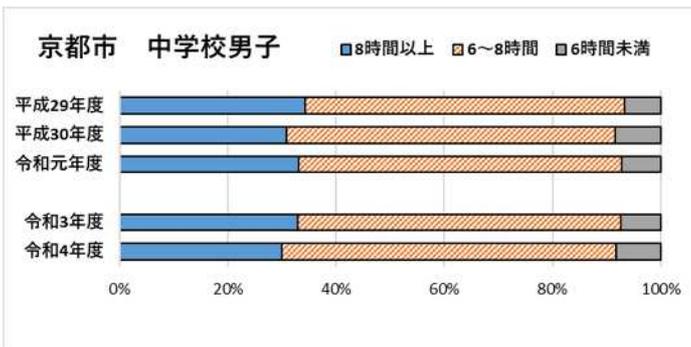
② 睡眠

全国的には、睡眠時間「8時間以上」と回答した児童生徒の割合が減少した。
本市においても同様に、睡眠時間の減少傾向が伺える。

【小学校】



【中学校】



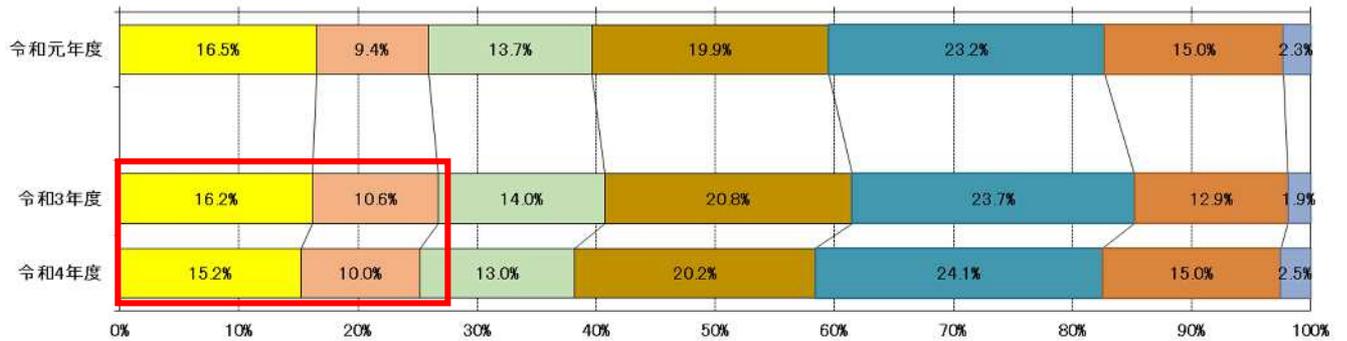
③ スクリーンタイム ※平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間

【小学校】

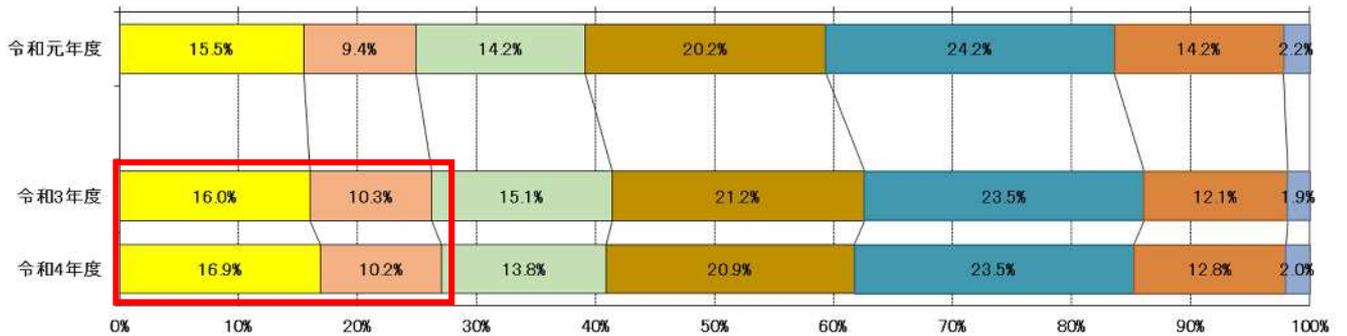
学習以外のスクリーンタイムは、全国的に「4時間以上」と回答した児童の割合が増加しているが、本市では小学生男子について、「4時間以上」の割合が減少し、令和元年度と比べてもスクリーンタイムが減少傾向となっている。

- 1.5時間以上
- 2.4時間以上5時間未満
- 3.3時間以上4時間未満
- 4.2時間以上3時間未満
- 5.1時間以上2時間未満
- 6.1時間未満
- 7.まったく見ない

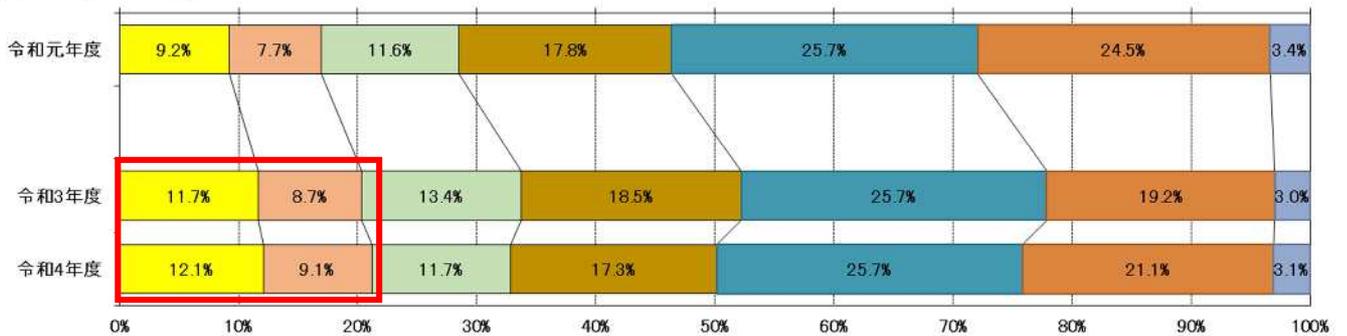
京都市 小学生 男子



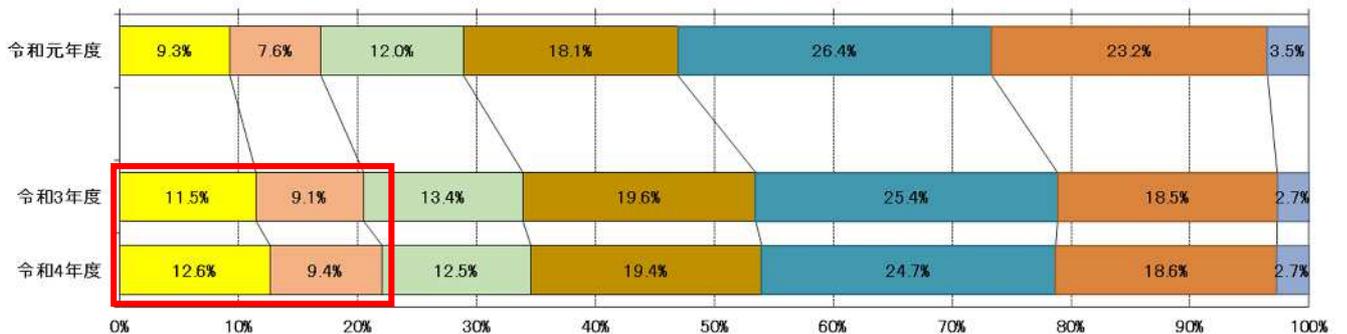
全国 小学生 男子



京都市 小学生 女子



全国 小学生 女子

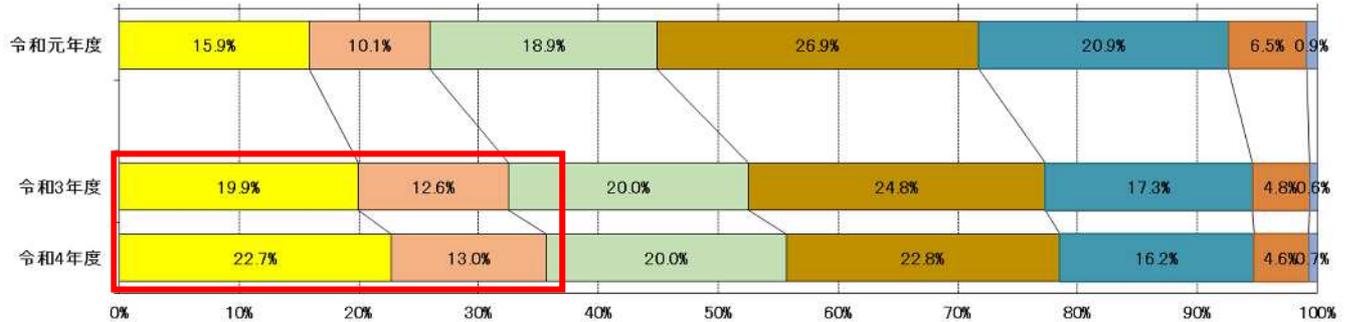


【中学校】

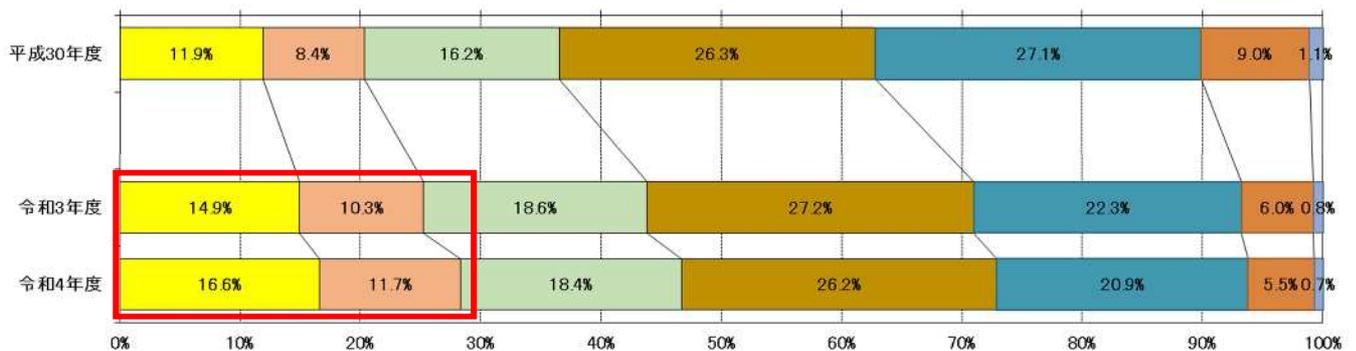
学習以外のスクリーンタイムは、全国的に「4時間以上」と回答した生徒の割合が増加しており、本市でも同様の傾向。なお、小学生では、本市は全国と比べてスクリーンタイムは短い傾向だが、中学生になると全国と比べて長くなる傾向がみられる。

- 1.5時間以上
- 2.4時間以上5時間未満
- 3.3時間以上4時間未満
- 4.2時間以上3時間未満
- 5.1時間以上2時間未満
- 6.1時間未満
- 7.まったく見ない

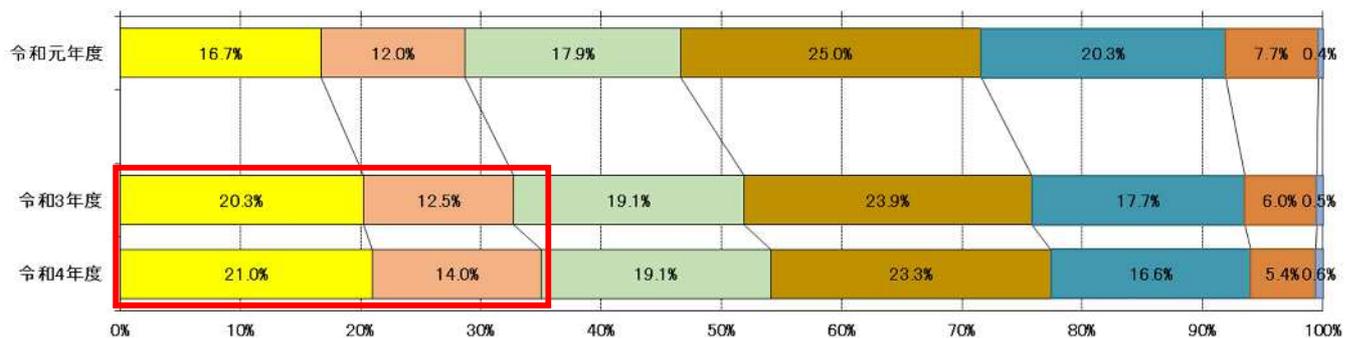
京都市 中学生 男子



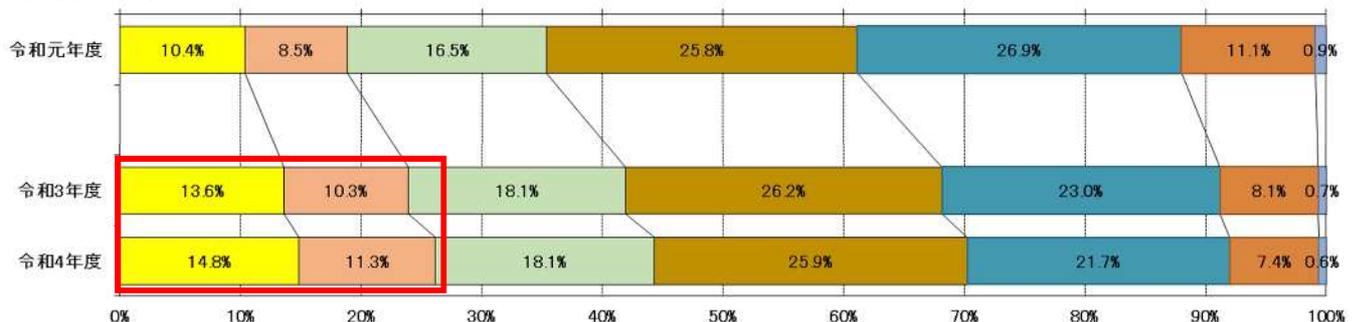
全国 中学生 男子



京都市 中学生 女子



全国 中学生 女子



4 運動やスポーツに対する意識

① 運動やスポーツをすることが好き

全国的に、「運動が好き」と答えた児童生徒が令和3年度より増加したが、以前の水準には戻っていない。本市もほぼ同様の傾向が伺える。

【小学校】

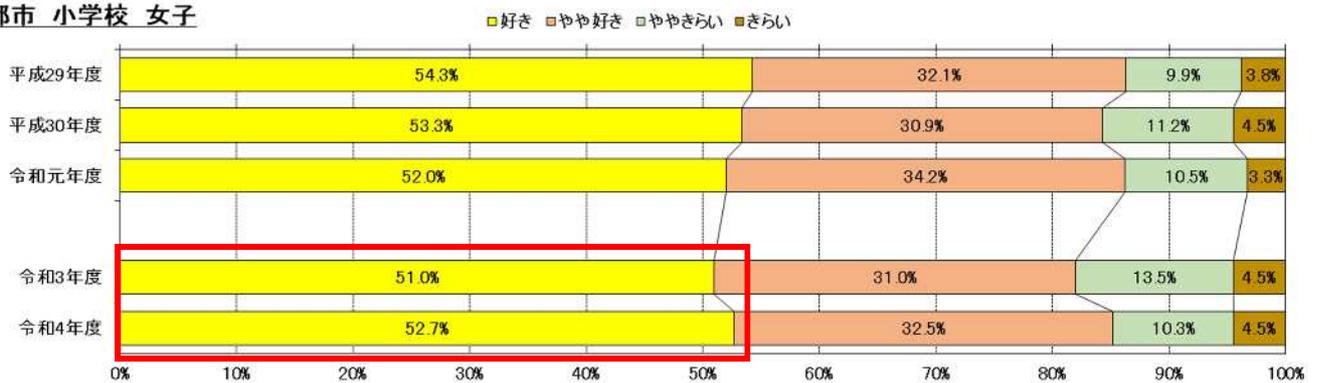
京都市 小学校 男子



全国 小学校 男子



京都市 小学校 女子



全国 小学校 女子



【中学校】

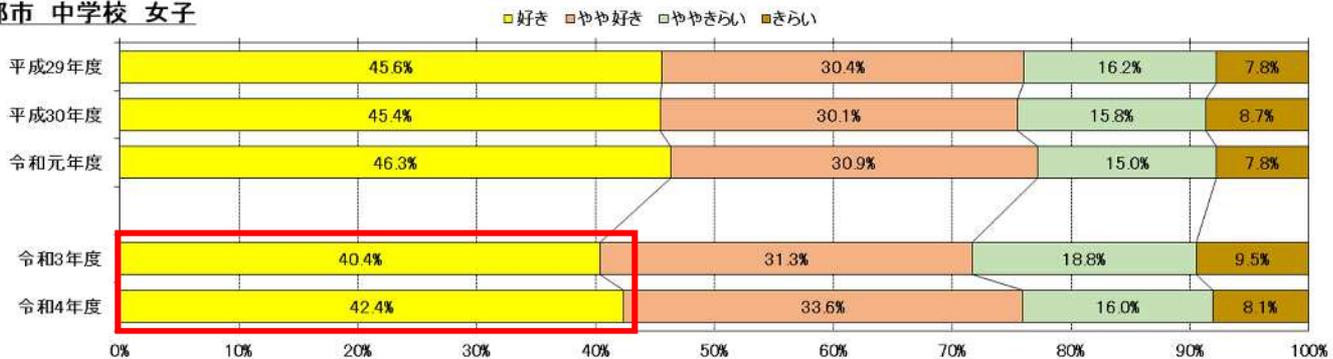
京都市 中学校 男子



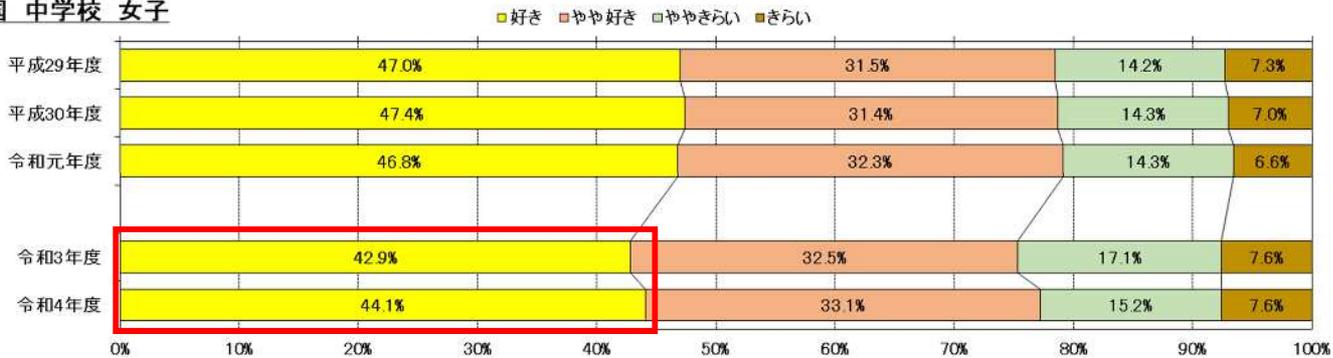
全国 中学校 男子



京都市 中学校 女子



全国 中学校 女子



② 体育が楽しい

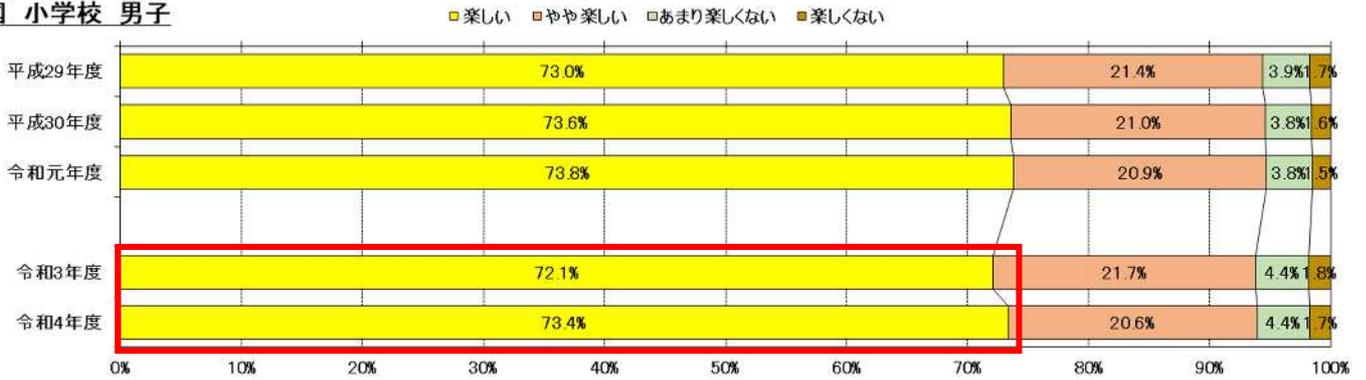
【小学校】

全国では、「体育が楽しい」と答えた児童は令和3年度より増加し、小学校では以前の水準に戻っている。本市の小学校においても令和3年度より増加しているが、以前の水準までは戻り切っていない。

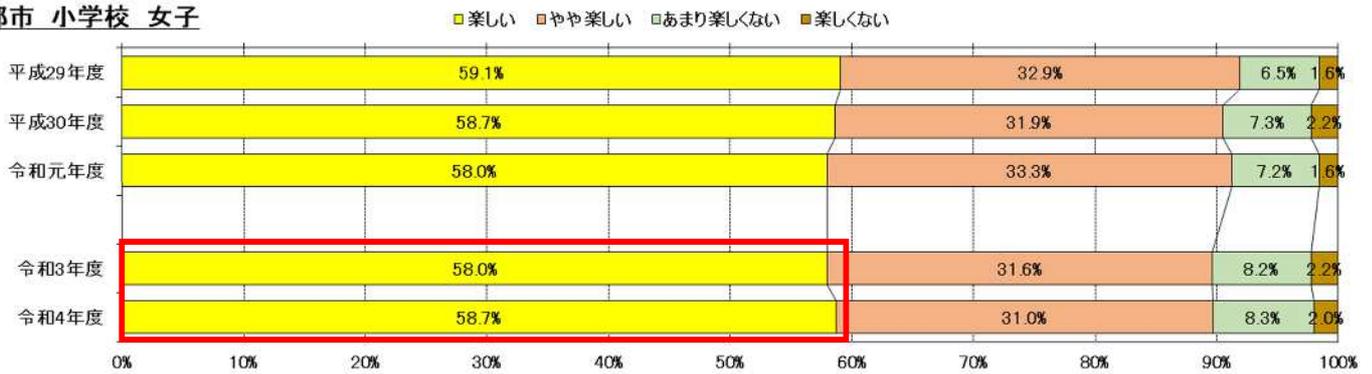
京都市 小学校 男子



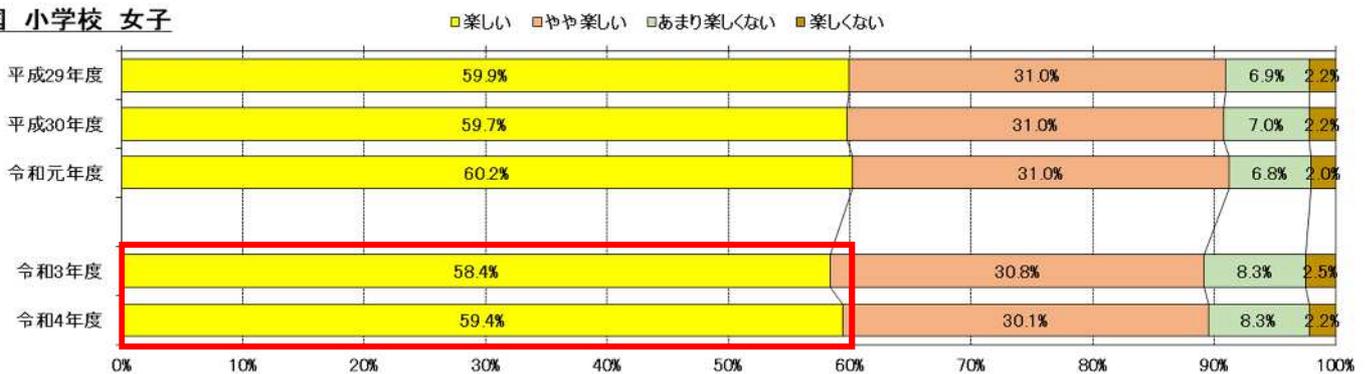
全国 小学校 男子



京都市 小学校 女子



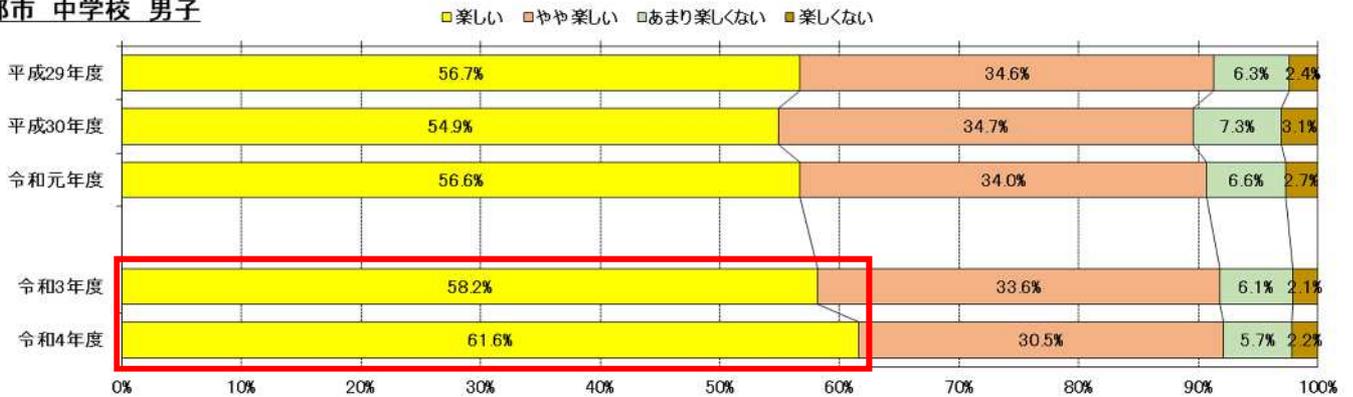
全国 小学校 女子



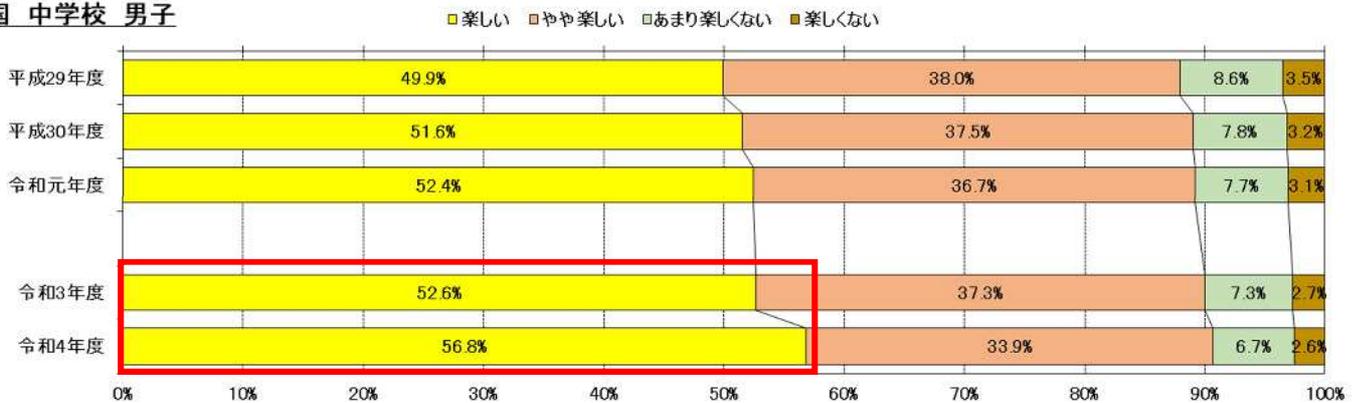
【中学校】

全国では、「体育が楽しい」と答えた生徒は令和3年度より増加し、中学校では過去最高となった。本市においても同様の傾向が伺え、さらに男女とも、全国に比べて「楽しい」と回答する割合が高い。

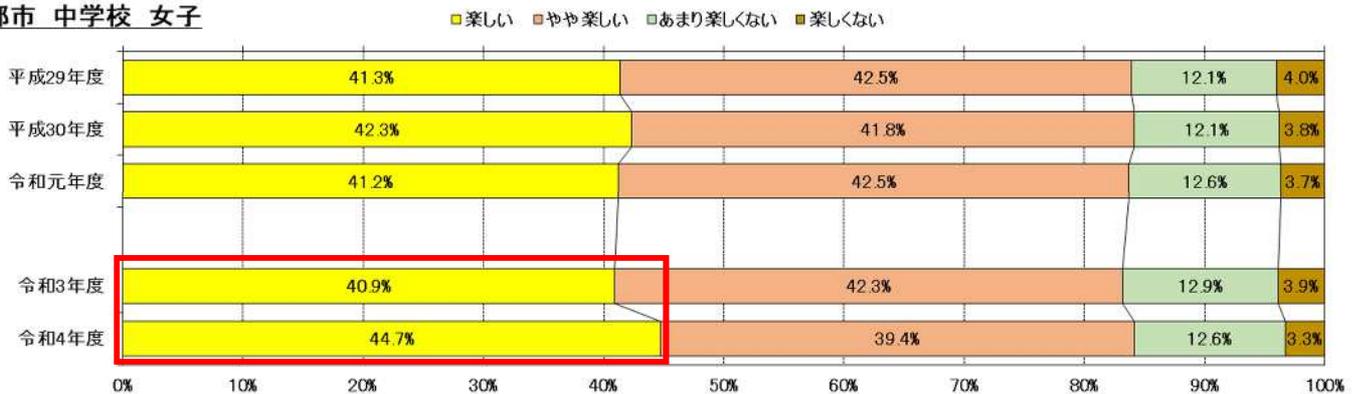
京都市 中学校 男子



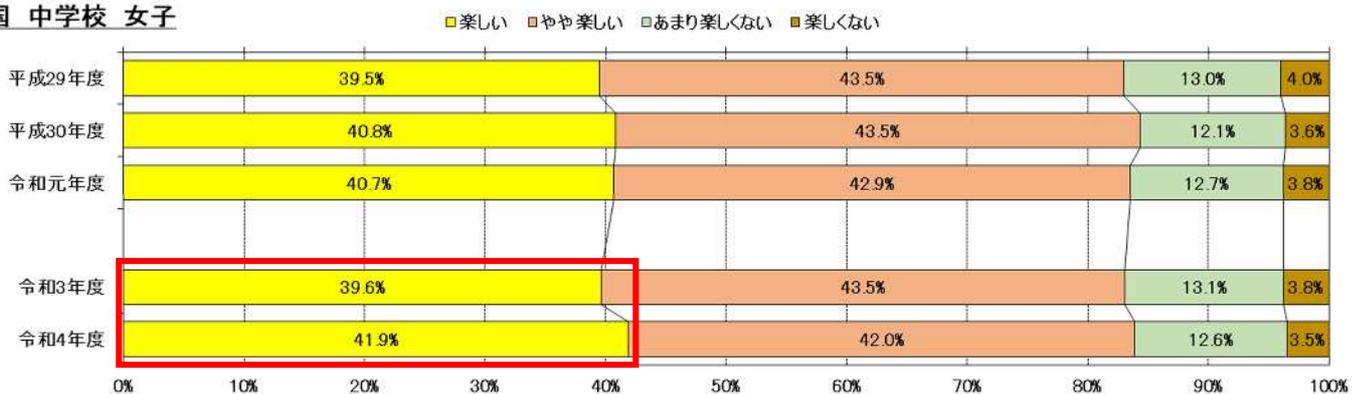
全国 中学校 男子



京都市 中学校 女子



全国 中学校 女子

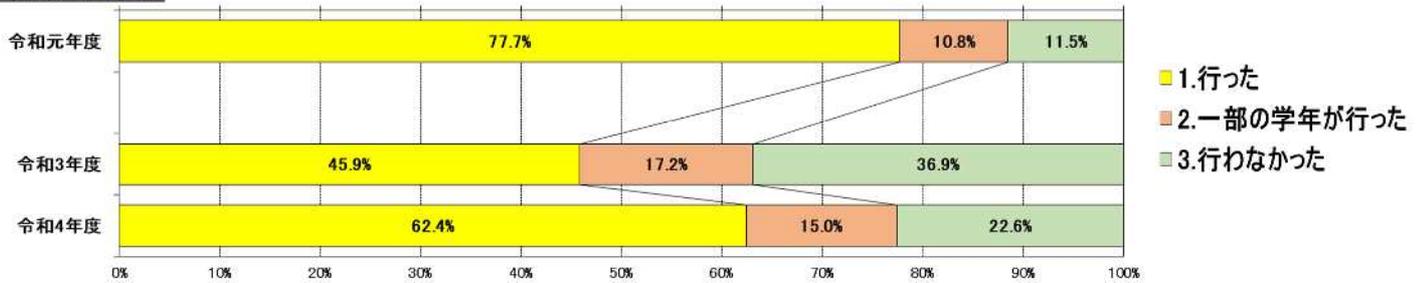


5 学校による授業以外の取組状況

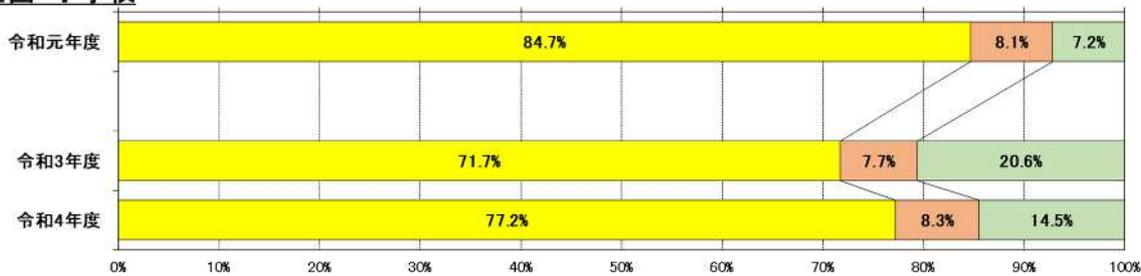
小・中学校ともに、前年度の活動として体育の授業以外で体力向上の取組を行った学校が増加したが、以前の水準には戻っていない。

本市でも同様の傾向であり、特に小学校においては、全国に比べて取組を行っている学校の割合が少ない状況にある。

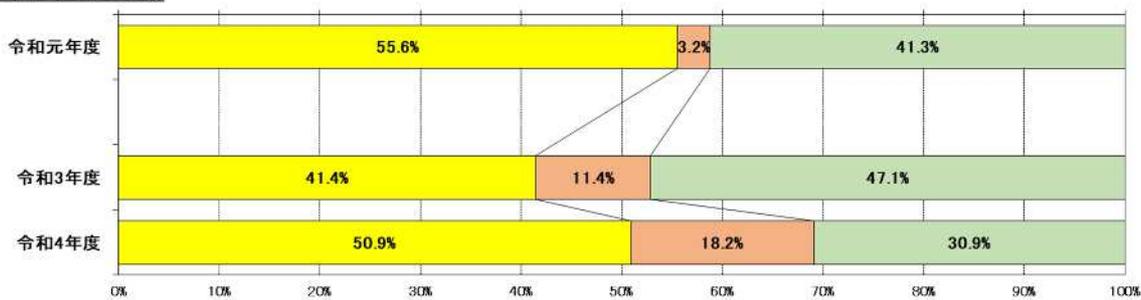
京都市 小学校



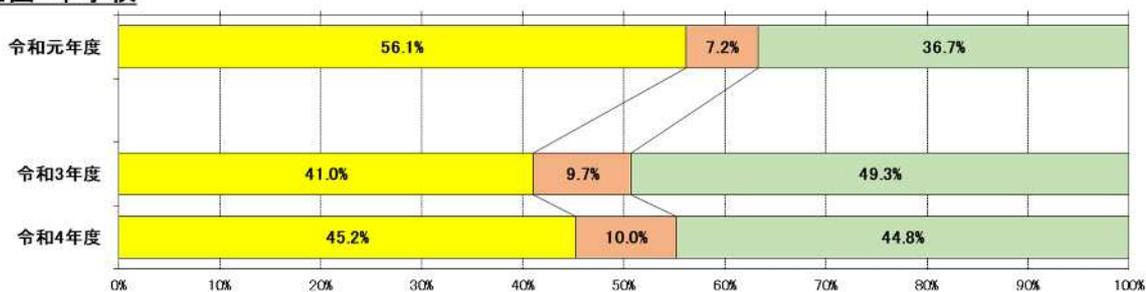
全国 小学校



京都市 中学校



全国 中学校



【参考：「どのような活動を行いましたか（複数回答可）」に対する回答（京都市）】

