

## 令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

### 令和4年度 熊本市の「体力・運動能力、運動習慣等調査」の概要

#### 1 調査の目的

本市児童生徒の体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取り組みを通じて子どもの体力向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、学校における体育・健康に関する指導等の改善に役立てる。

#### 2 調査対象者

熊本市立小・中学生 小学校3年生以上は悉皆調査

#### 3 調査期間

2022年4月～6月

#### 4 調査事項

##### (1) 実技に関する調査(新体力テスト)

ア 小学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、  
反復横跳び(敏捷性)、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード・走能力)、  
立ち幅跳び(瞬発力・跳能力)、ソフトボール投げ(投能力・巧緻性・瞬発力)

イ 中学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、反復横跳び(敏捷性)、  
20mシャトルラン(全身持久力)、持久走<男子1500m、女子1000m>(全身持久力)、  
50m走(スピード・走能力)、立ち幅跳び(瞬発力・跳能力)、ソフトボール投げ(投能力・巧  
緻性・瞬発力) 20mシャトルランか持久走のどちらかを選択して実施

##### (2) 質問紙調査

児童生徒質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

#### 5 参加状況

(1) 小学校・・・第3学年以上 27,230人

(2) 中学校・・・全学年 19,511人

## 6 分析

### (1) 小学校

#### ア 令和3年度の市平均値との比較(上回った項目数)

- ・全体 25項目(64項目中) 39.0%
- ・男子 14項目(32項目中) 43.8%
- ・女子 11項目(32項目中) 34.4%

#### (ア) 向上がみられた種目

握力、上体起こしは、ほとんどの学年で前年度を上回った。

#### (イ) 課題となる種目

20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ボール投げは、ほとんどの学年で前年度を下回った。

#### イ 市基準値との比較(平成30年度より市基準値を設定)

市基準値・・・平成25年度から平成29年度の市平均値を平均した値

#### (ア) 基準値を上回る数が全64項目中19項目(男子:9項目 女子:10項目)

(イ) 握力、長座体前屈は大きく伸びたが、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ボール投げはすべての学年で市基準値を下回っている。

#### ウ 運動習慣アンケート〔学校の運動部や地域のスポーツクラブへの加入(「入っている」の割合)〕

- ・男子 59.1% 女子 41.9%

#### エ 運動への意識アンケート〔体育の授業への好意度(「楽しい」の割合)〕

- ・男子 76% 女子 63.7% (対3年度比...男子2%の向上、女子2.7%の向上)

### (2) 中学校

#### ア 令和3年度の市平均値との比較(上回った項目数)

- ・全体 19項目(54項目中) 35.2%
- ・男子 13項目(27項目中) 48.1%
- ・女子 6項目(27項目中) 22.2%

#### (ア) 向上がみられた種目

握力、長座体前屈

#### (イ) 課題となる種目

上体起こし、20mシャトルラン、持久走が一番の課題と言える。

#### イ 市基準値との比較(平成30年度より市基準値を設定)

市基準値・・・平成25年度から平成29年度の市平均値を平均した値

#### (ア) 基準値を上回る数が全54項目中30項目(男子:15項目 女子:15項目)

(イ) 握力、50m走は男女とも市基準値を全学年で上回った。上体起こし、20mシャトルラン、持久走は全学年で市基準値を下回った。

#### ウ 運動習慣アンケート〔学校の運動部や地域のスポーツクラブへの加入(「入っている」の割合)〕

- ・男子 72.4% 女子 48.3%

#### エ 運動への意識アンケート〔保健体育の授業への好意度(「楽しい」の割合)〕

- ・男子 61.8% 女子 45.1% (対3年度比...男子5.8%の向上、女子0.1%の向上)

## 7 現在の取組と今後の方策

### (1) 現在の取組

- ア ステップアップサポーターを各学校に派遣し、体育・保健体育の授業支援や体力向上に向けた指導助言等を行っている。令和4年度はのべ小学校に46回、中学校に16回実施。
- イ 冬季における運動遊びの習慣化を図るために、平成24年度から全小学校を対象にクラス毎に8の字跳びの記録に挑戦する「わくわくチャレンジ長なわとびフェスタ」を開催している。
- ウ 小学校では、体育授業の充実に資するため、実技を通して体育において基本的な学習指導のあり方について学ぶ機会として、平成29年度から「小学校体育実技研修会」を実施している。
- エ 小学校では、「スポーツ庁委託事業 学校における子供の体力向上課題対策プロジェクト」の結果検証をもとに、平成30年度から「小学校体育の授業づくり支援事業」として小学校にスポーツ指導者を派遣している。令和4年度は24校に派遣した。

また本年度から「中学校保健体育の授業づくり支援事業」として、中学校1校に熊本県剣道連盟から剣道の指導者を派遣している。このことによって、スポーツ指導者による児童生徒への指導を通して体育・保健体育の学習への関心を高めるとともに、教師が学習指導の在り方を学び体育・保健体育授業の充実向上を図ることにつなげている。

- オ 中学校では、生徒の運動への関心や意欲を高める授業のあり方について学ぶ機会として「中学校体育実技指導者講習会」を実施している。

### (2) 現在の取組についての課題及び今後の方策

- ア 体力・運動能力調査結果から、近年一番の課題として取組を行ってきた「長座体前屈(柔軟性)」は、昨年度に続き全体的に向上が見られた。しかし、全国基準値と比較するとほとんどの学年が下回っている。授業時にストレッチを実施したり、家庭でできる動画の活用を促したりするなど今後も重点的に取り組んでいく必要がある。また、長座体前屈の適切な測定方法についても体育担当者会の際に各学校に周知する。

小・中学校に共通して「全身持久力・筋持久力」の低下が挙げられる。コロナ禍において運動する機会・量の減少、運動する場所の制限が大きく影響している。このことから、感染対策を十分に講じながら一定時間有酸素運動を続けられるような運動(走る・なわとび)を体育・保健体育の時間に带状で積極的に実施するほか、各校の実態に応じて休み時間等における取組の工夫を勧めていく。調査結果を踏まえ、各学校において実態に応じた「体力向上推進計画」を作成し、実践を推進していく。

- イ 小学校においては、「ボール投げ(瞬発力・投能力・巧み性)」「20mシャトルラン(全身持久力)」「50m走(走力)」の向上が課題として考えられる。体育の授業において「ゲーム・ボール運動」「体づくり運動」に加え、休み時間を利用した鬼ごっこなどの遊び、ボール遊びの推奨を行っていく。
- ウ 中学校においては、持久走(持久力)、上体起こし(筋持久力)が大きな課題となっている。保健体育の授業において走る運動の習慣化を図るとともに、運動することや持久力の必要性を考えさせ、課題意識を高めていく。また、「体づくり運動」等において個人の課題を設定し、課題解決に向けた取組を推進していく。
- エ アンケート調査の結果から、運動への意識(体育・保健体育の授業が楽しいの割合)が小中学校ともに向上していることから、今後も保健体育の授業においてより一層運動の楽しさや喜び

を味わわせ、進んで運動に親しむ意欲・態度を育成する取組を行っていく。

オ 大学及び他都市との連携を進め、体育・保健体育の授業の充実についての先進事例を積極的に市立学校に提供する。各校の実践事例や指導案、学習カード等をロイロノートに格納し、体育担当で情報共有を図り、マスターガイドや talkroom の活用を促す。また、市教委主催事業及び研修会の改善を図っていく。

# 令和元年度から令和4年度までの市平均値及び前年度との比較

別紙1

前年度の平均値を上回った項目

令和4年度

令和3年度

令和元年度

小学校(64項目)			握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)		20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	向上した項目数
男子	3年	R1	12.72	14.83	28.64	33.11		32.26	10.26	135.13	14.84	4
		R3	12.12	14.81	28.77	33.09		32.51	10.29	134.40	13.90	2
		R4	12.94	15.05	28.21	31.44		30.02	10.37	133.43	13.79	2
	4年	R1	14.38	17.01	30.01	37.47		41.43	9.90	144.11	18.34	3
		R3	14.13	16.48	30.05	35.55		38.45	9.89	142.15	17.38	2
		R4	15.15	16.98	30.37	36.28		39.18	9.89	142.25	17.27	6
	5年	R1	16.88	19.26	32.02	42.01		51.29	9.43	152.58	22.26	1
		R3	16.23	18.42	32.55	40.59		46.87	9.41	151.67	21.21	2
		R4	17.28	18.58	32.16	40.37		45.10	9.48	150.72	20.69	2
	6年	R1	19.72	21.27	34.64	45.37		59.62	9.03	162.60	26.21	2
		R3	19.11	20.26	34.72	44.37		55.09	9.03	162.72	24.75	2
		R4	20.60	20.84	34.82	43.98		54.96	9.00	162.60	24.64	4
女子	3年	R1	12.02	13.96	31.40	31.59		25.16	10.57	126.28	9.14	4
		R3	11.56	14.24	31.76	32.08		25.69	10.58	125.63	9.09	4
		R4	12.31	14.42	30.79	30.15		23.37	10.64	124.47	8.80	2
	4年	R1	13.95	16.07	32.99	35.54		32.52	10.13	135.83	11.29	3
		R3	13.64	15.79	33.38	34.28		31.28	10.09	134.80	11.13	2
		R4	14.50	16.00	33.78	34.66		30.71	10.13	133.51	11.14	5
	5年	R1	16.62	18.30	35.61	40.60		42.33	9.57	145.97	14.02	5
		R3	16.21	17.44	36.43	38.74		38.62	9.63	145.04	13.53	1
		R4	17.16	17.73	36.14	38.71		37.24	9.64	144.22	13.19	2
	6年	R1	19.28	19.32	38.98	43.18		47.51	9.30	153.39	15.97	2
		R3	19.21	18.81	38.75	41.78		43.85	9.24	153.10	15.66	1
		R4	20.31	18.75	39.21	41.49		42.71	9.28	152.31	15.04	2
R4年度に向上した項目数			8	7	4	2		1	1	1	1	25

○小学校:令和4年度に令和3年度の平均値を上回った項目数 全体25/64(39.0%) 男子14/32(43.8%) 女子11/32(34.4%)

○特に向上がみられた種目:握力、上体起こし

○特に課題となる種目:20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ボール投げ

中学校(54項目)			握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)	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)	向上した項目数
男子	1年	R1	23.63	23.50	36.16	47.98	435.00	67.88	8.70	173.90	18.21	0
		R3	24.22	23.27	36.79	48.33	435.00	67.65	8.57	180.94	17.89	5
		R4	25.45	23.22	38.30	47.79	441.86	65.32	8.62	180.69	17.97	3
	2年	R1	29.16	27.09	40.92	52.12	389.00	84.39	8.02	193.49	21.01	2
		R3	29.26	25.96	41.57	52.02	399.90	84.41	8.00	198.69	20.68	5
		R4	31.18	25.91	41.60	52.31	404.42	83.94	7.97	199.68	21.02	6
	3年	R1	34.15	29.22	44.73	55.27	372.00	94.05	7.63	207.32	23.41	2
		R3	33.64	28.08	44.68	55.60	382.00	95.22	7.63	210.97	22.90	3
		R4	35.99	28.04	46.07	55.12	386.18	88.07	7.63	212.60	23.20	4
女子	1年	R1	22.06	20.99	40.09	45.08	298.00	54.62	9.09	161.90	12.14	1
		R3	21.54	20.40	39.85	44.99	306.10	53.42	9.06	164.63	11.75	2
		R4	22.79	19.87	40.96	44.23	314.10	46.72	9.11	163.52	11.58	2
	2年	R1	24.19	23.76	42.88	47.42	284.00	59.34	8.78	169.22	13.06	4
		R3	23.76	22.35	43.22	47.27	294.80	58.73	8.84	170.11	13.17	3
		R4	24.63	21.84	42.61	46.85	299.87	58.14	8.86	170.32	12.86	2
	3年	R1	25.23	24.37	44.36	48.24	286.00	62.10	8.75	171.13	13.84	1
		R3	25.23	23.53	44.99	48.50	294.80	61.89	8.76	174.57	13.89	4
		R4	25.82	23.09	45.18	48.16	296.20	57.03	8.78	172.65	13.77	2
R4年度に向上した項目数			6	0	5	1	0	0	1	3	3	19

○中学校:令和4年度に令和3年度の平均値を上回った項目数 全体19/54(35.2%) 男子13/27(48.1%) 女子6/27(22.2%)

○特に向上がみられた種目:握力、長座地前屈

○特に課題となる種目:上体起こし、持久走、20mシャトルラン

令和4年度 熊本市体力・運動能力テスト (市基準値との比較)

別紙2

【小学校】

項目及び 指標		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び		20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	上回り数
		(kg)	(回)	(cm)	(点)		(回)	(秒)	(cm)	(m)	
		筋力	筋力・筋持久力	柔軟性	敏捷性		全身持久力	スピード・走能力	瞬発力・跳能力	瞬発力・投能力・巧み性	
男子	3年	基準値	12.42	14.79	27.95	33.44	33.56	10.25	133.92	15.32	3
		R4	12.94	15.05	28.21	31.44	30.02	10.37	133.43	13.79	
	4年	基準値	14.36	17.04	29.59	38.13	42.99	9.80	143.19	19.20	2
		R4	15.15	16.98	30.37	36.28	39.18	9.89	142.25	17.27	
	5年	基準値	16.63	19.26	31.83	42.62	53.60	9.35	152.65	23.40	2
	R4	17.28	18.58	32.16	40.37	45.10	9.48	150.72	20.69		
6年	基準値	19.72	21.63	34.44	46.42	63.34	8.92	163.47	27.36	2	
	R4	20.60	20.84	34.82	43.98	54.96	9.00	162.60	24.64		
	計	4	1	4	0	0	0	0	0	0	9
女子	3年	基準値	11.74	13.86	30.78	31.88	25.96	10.55	124.94	9.31	4
		R4	12.31	14.42	30.79	30.15	23.37	10.64	124.47	8.80	
	4年	基準値	13.70	15.78	32.92	36.27	33.24	10.07	134.98	11.52	3
		R4	14.50	16.00	33.78	34.66	30.71	10.13	133.51	11.14	
	5年	基準値	16.26	17.97	35.82	40.54	42.82	9.59	145.41	14.37	2
	R4	17.16	17.73	36.14	38.71	37.24	9.64	144.22	13.19		
6年	基準値	19.32	19.50	38.72	43.77	49.94	9.21	153.92	16.55	2	
	R4	20.31	18.75	39.21	41.49	42.71	9.28	152.31	15.04		
	計	4	2	4	0	0	0	0	0	0	10
合計		8	3	8	0	0	0	0	0	0	19

市基準値...平成25年度～平成29年度の市の平均値

市基準値を上回る割合 (29.7) %

【中学校】

		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	上回り数	
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(秒)	(回)	(秒)	(cm)	(m)		
男子	年1	基準値	23.97	24.07	37.50	48.38	422.84	75.00	8.66	177.41	18.13	4
		R4	25.45	23.22	38.30	47.79	441.86	65.32	8.62	180.69	17.97	
	年2	基準値	29.28	27.90	41.93	52.25	387.47	90.40	8.07	194.79	20.70	5
		R4	31.18	25.91	41.60	52.31	404.42	83.94	7.97	199.68	21.02	
年3	基準値	34.26	30.38	45.84	55.09	373.13	97.55	7.67	208.47	23.18	6	
	R4	35.99	28.04	46.07	55.12	386.18	88.07	7.63	212.60	23.20		
	計	3	0	2	2	0	0	3	3	2	15	
女子	年1	基準値	21.86	20.70	40.57	44.72	297.00	56.16	9.13	162.70	11.84	4
		R4	22.79	19.87	40.96	44.23	314.10	46.72	9.11	163.52	11.58	
	年2	基準値	23.90	23.35	42.91	46.51	286.10	63.15	8.88	169.03	12.85	5
		R4	24.63	21.84	42.61	46.85	299.87	58.14	8.86	170.32	12.86	
年3	基準値	24.95	24.48	45.04	47.44	288.14	63.73	8.84	170.79	13.49	6	
	R4	25.82	23.09	45.18	48.16	296.20	57.03	8.78	172.65	13.77		
	計	3	0	2	2	0	0	3	3	2	15	
合計		6	0	4	4	0	0	6	6	4	30	

市基準値...平成25年度～平成29年度の市の平均値

市基準値を上回る割合 (55.5) %

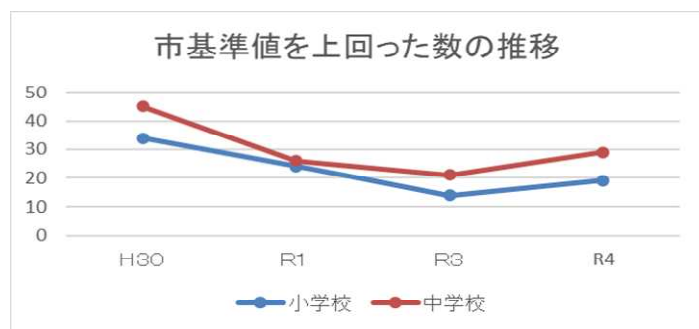
20mシャトルランと持久走の選択

【小学校 体力合計点】

	男子	女子
基準値	51.09	51.76
R4	49.63	50.73

【中学校 体力合計点】

	男子	女子
基準値	39.87	46.48
R4	40.58	46.82

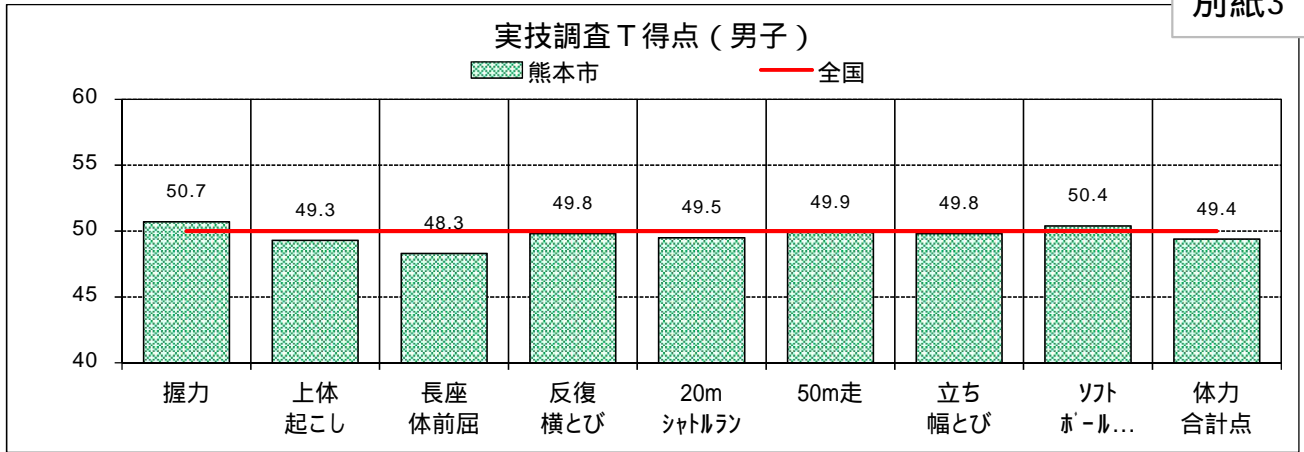




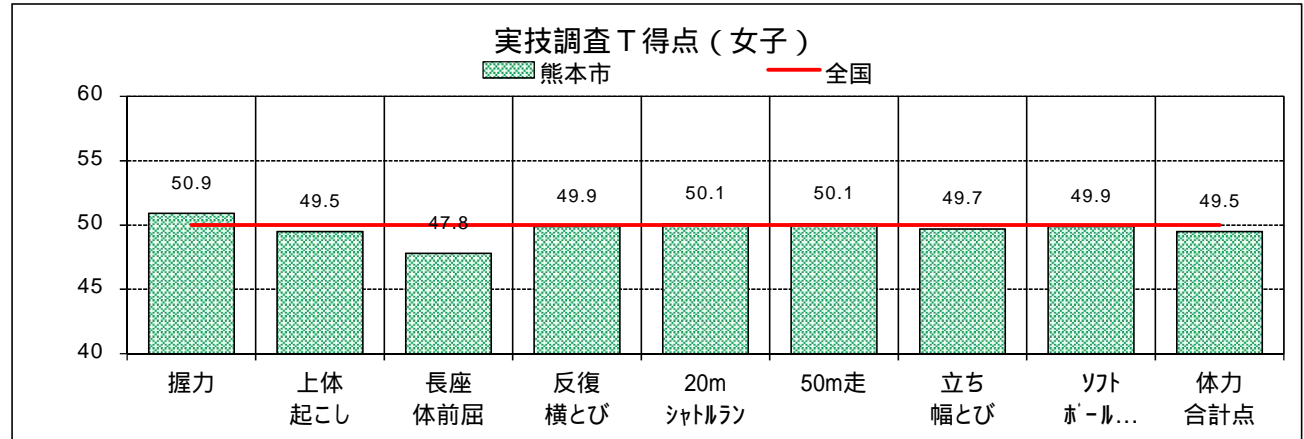
令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査(全国との比較:小5・中2)

別紙3

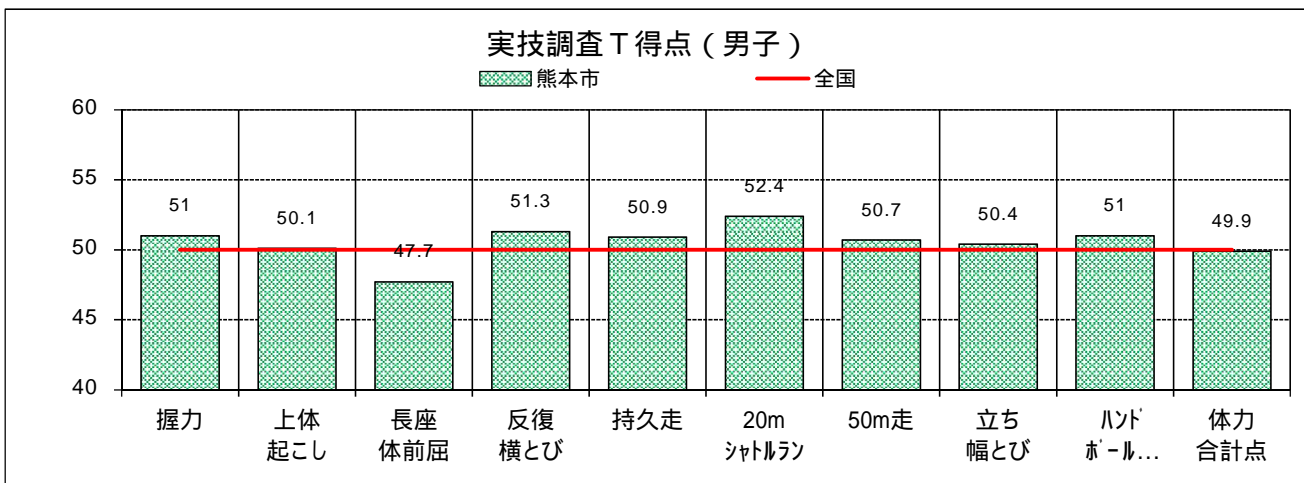
小5男子



小5女子



中2男子



中2女子

