

## 令和4年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果【大阪市の概要】

### 1 調査の目的

- (1) 子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能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。
- (2) 各教育委員会、各国公私立学校が全国的な状況との関係において自らの子供の体力・運動能力の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、そのような取組を通じて、子供の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各国公私立学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

### 2 調査対象者

小学校第5学年

中学校第2学年

(ただし、小・中学校の特別支援学級に在籍している児童生徒については、その障がいの状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断すること。)

### 3 調査事項

#### (1) 実技に関する調査(新体力テスト)

##### ◇小学校調査〔8種目〕

握力、上体起こし、長座体前屈、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

##### ◇中学校調査〔8種目〕

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走(男子 1,500m、女子 1,000m)、  
20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ  
※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択して実施する。

#### (2) 質問紙調査

##### ◇児童・生徒質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査を実施する。

##### ◇学校質問紙調査

子供の体力・運動能力等の向上等に係る取組等に関する質問紙調査を実施する。

### 4 調査実施日

令和4年4月から令和4年7月末までの期間に実施する。

(※1～4はスポーツ庁の実施要領を参照)

### 5 大阪市立学校の参加状況

◇小学校281校、義務教育学校前期課程1校が参加 (参加児童数 18,474人)

◇中学校127校、義務教育学校後期課程1校が参加 (参加生徒数 14,858人)

## 6 調査結果の概要

### (1)実技に関する調査

#### <全国の結果の前年度との比較>(スポーツ庁分析より)

◇小中学生の男女ともに低下した。令和3年度に比べ、

小学生では、男子は「長座体前屈」「反復横跳び」、女子は「握力」「長座体前屈」が上回った。

中学生では、男子は「握力」「長座体前屈」「立ち幅跳び」が上回り、女子はすべての項目において下回った。特に、「20m シャトルラン」は小中学生の男女ともに大きく低下した。「長座体前屈」では、中学性女子以外は昨年度に続き増加がみられた。

#### <令和4年度全国調査結果との比較>

◇小学校では、男女ともすべての項目で全国平均を下回った。

特に、男女とも「反復横跳び」「20m シャトルラン」「立ち幅跳び」において、大きく差があった。

(重点種目:上体起こし・50m 走・ボール投げ・20mシャトルラン)

◇中学校では、男子は「上体起こし」「反復横とび」、女子は「上体起こし」「反復横とび」「20m シャトルラン」で全国平均を上回った。(重点種目:ボール投げ・20m シャトルラン・女子の握力、50m 走)

#### <大阪市の結果の前年度との比較>

◇小学校では、令和3年度と比べ、男子は「長座体前屈」「反復横跳び」「20m シャトルラン」「立ち幅跳び」の8項目中4項目で上回った。女子は「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」の8項目中4項目で上回った。

特に、女子で「20m シャトルラン」において大きく低下した。

◇中学校では、男子は「長座体前屈」「立ち幅とび」の8項目中2項目で上回った。女子は「長座体前屈」の8項目中1項目だけ上回った。一方で、男子は、「20m シャトルラン」、女子は「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「20m シャトルラン」「立ち幅跳び」「ボール投げ」において、大きく低下した。

なお、本市では「20m シャトルラン」を選択し測定するよう周知している。

#### <体力合計点経年比較>

◇本調査において、体力合計点における経年比較について考察すれば、全国平均値との差はあるものの、概ね全国平均値と同様の傾向を示してきた。しかし、令和4年度については、小学生男女では全国平均値ほどの減少をしなかった。

#### <総合評価>

◇小学校では、全国の割合と比べて、男女ともに、A・Bの割合が低く、D・Eの割合が高かった。

特に、大阪市の平成29年度から比べると、DとEを合わせた割合が、小学校男子で4割、小学校女子で3割5分を超えている。

◇中学校では、全国の割合と比べて、男子では、Aの割合が低かった。女子では、Aの割合が低く、D・Eの割合が高かった。

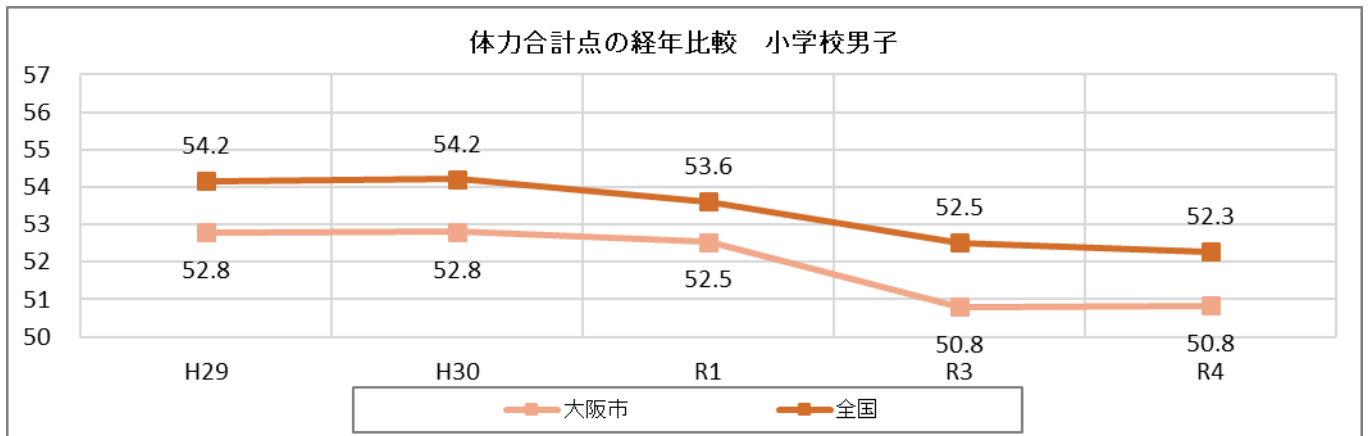
※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

<小学校5年男子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

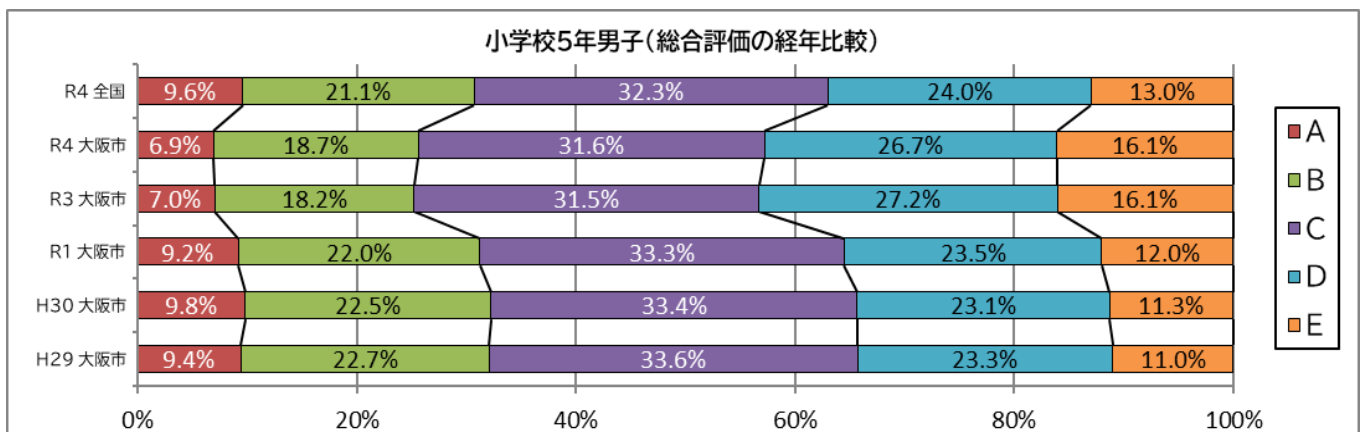
小学校5年男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	合計得点 (80点満点)
	kg	回数	cm	回数	回数	秒	cm	m	
R4 全国	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
R4 大阪市	16.11	18.44	33.14	38.26	42.95	9.59	148.22	20.07	50.83
R3 大阪市	16.11	18.48	32.94	37.73	42.24	9.50	147.79	20.23	50.79
R1 大阪市	16.40	19.40	32.70	39.96	48.15	9.41	149.30	21.44	52.53
H30 大阪市	16.50	19.30	32.69	39.78	49.39	9.37	149.73	21.98	52.80
H29 大阪市	16.49	19.23	32.34	39.54	49.98	9.37	149.36	22.61	52.79
R4 全国との比較	-0.10	-0.42	-0.65	-2.10	-2.97	-0.06	-2.61	-0.24	-1.45
大阪市の前年度との比較	0.00	-0.04	0.20	0.53	0.71	-0.09	0.43	-0.16	0.04

※網掛けは昨年度の大阪市の平均、令和4年度の全国平均を下回っている項目

<小学校5年男子 体力合計点経年比較>



<小学校5年男子 大阪市総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

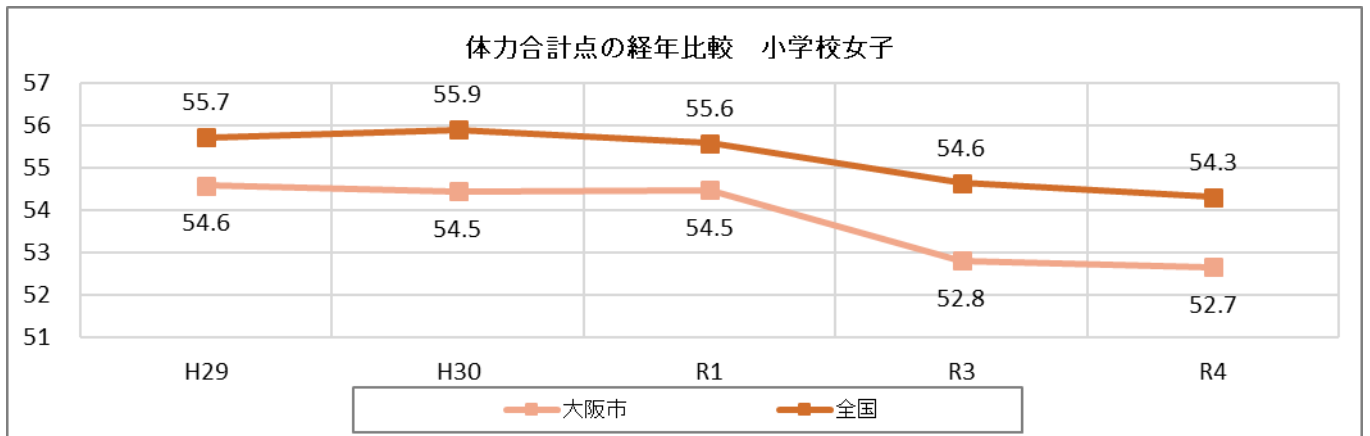
【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<小学校5年女子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

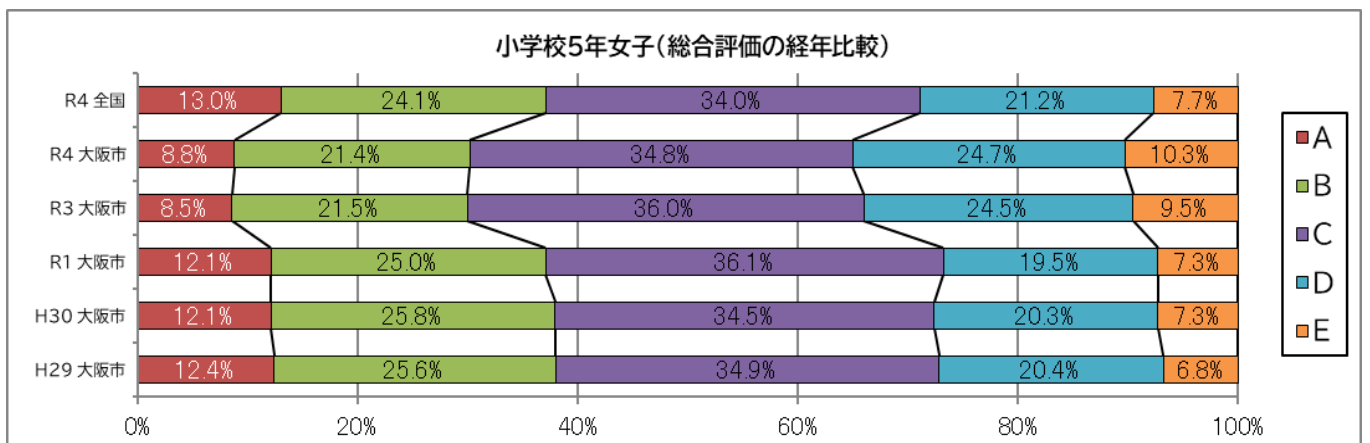
小学校5年女子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	合計得点 (80点満点)
	kg	回数	cm	回数	回数	秒	cm	m	
R4 全国	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
R4 大阪市	16.01	17.55	38.00	36.50	34.13	9.76	140.76	12.77	52.65
R3 大阪市	16.00	17.64	37.71	36.25	34.55	9.70	140.60	12.84	52.81
R1 大阪市	16.15	18.51	37.54	38.38	38.97	9.65	142.68	13.31	54.47
H30 大阪市	16.06	18.33	37.25	37.99	39.25	9.63	142.67	13.71	54.45
H29 大阪市	16.18	18.20	37.06	37.88	39.64	9.60	143.32	14.07	54.58
R4 全国との比較	-0.09	-0.42	-0.18	-2.16	-2.84	-0.06	-3.79	-0.40	-1.66
大阪市の前年度との比較	0.01	-0.09	0.29	0.25	-0.42	-0.06	0.16	-0.07	-0.16

※網掛けは昨年度の大阪市の平均、令和4年度の全国平均を下回っている項目

<小学校5年女子 体力合計点経年比較>



<小学校5年女子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

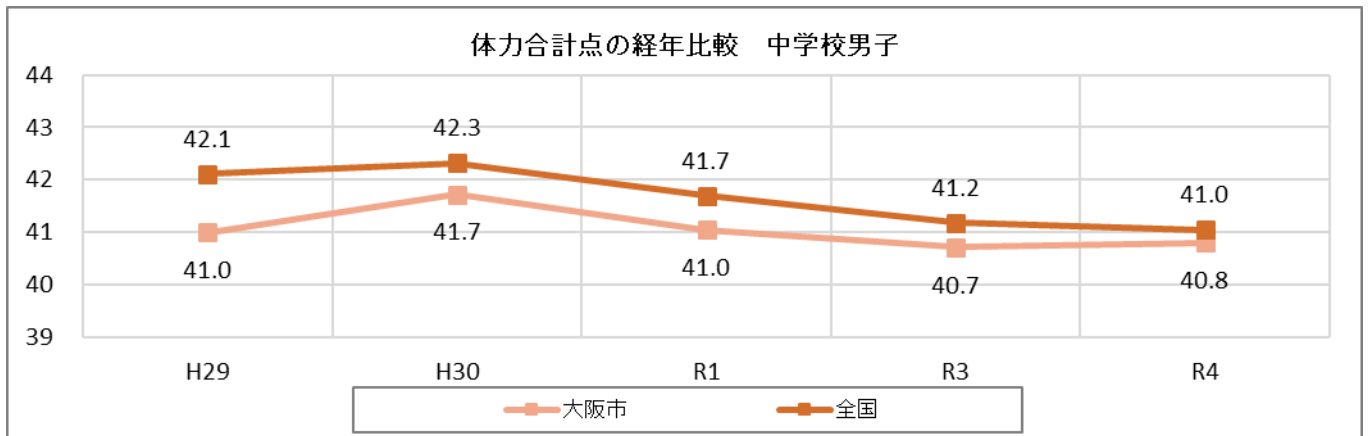
【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<中学校2年男子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

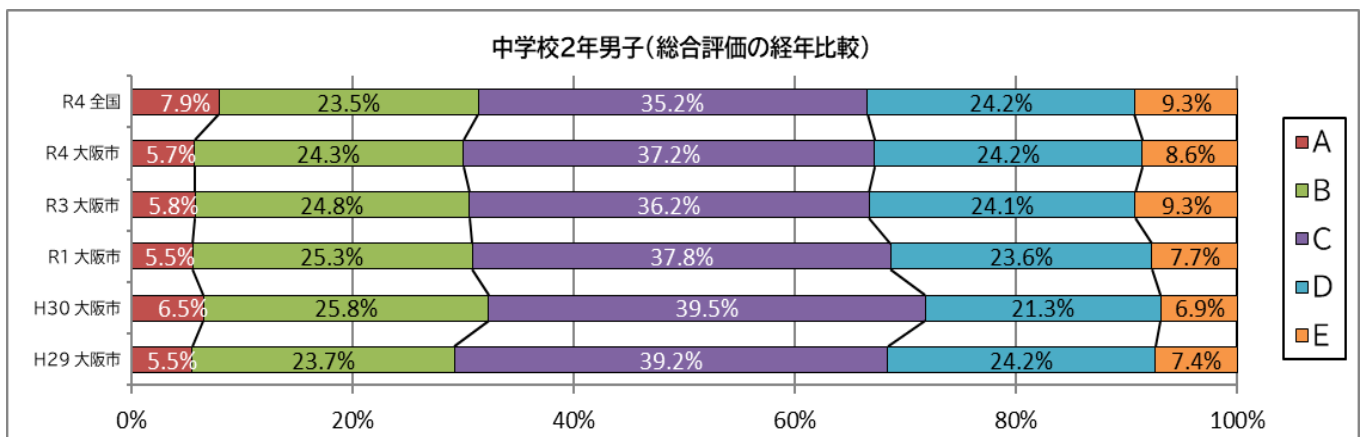
中学校2年男子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	持久走 秒	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R4 全国	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
R4 大阪市	28.88	26.10	42.66	51.66	425.87	77.74	8.08	196.13	19.98	40.80
R3 大阪市	28.90	26.27	42.12	51.88	416.03	78.32	8.08	195.40	20.03	40.71
R1 大阪市	28.76	27.39	41.41	51.68	414.79	82.53	8.11	192.16	20.17	41.04
H30 大阪市	29.05	27.74	41.48	52.14	410.43	85.66	8.06	192.58	20.29	41.72
H29 大阪市	29.00	27.45	41.55	51.39	409.58	84.05	8.10	189.74	20.39	41.00
R4 全国との比較	-0.11	0.36	-1.21	0.61	-16.06	-0.33	-0.02	-0.76	-0.30	-0.24
大阪市の前年度との比較	-0.02	-0.17	0.54	-0.22	-9.84	-0.58	0.00	0.73	-0.05	0.09

※網掛けは昨年度の大阪市の平均、令和4年度の全国平均を下回っている項目

<中学校2年男子 体力合計点経年比較>



<中学校2年男子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

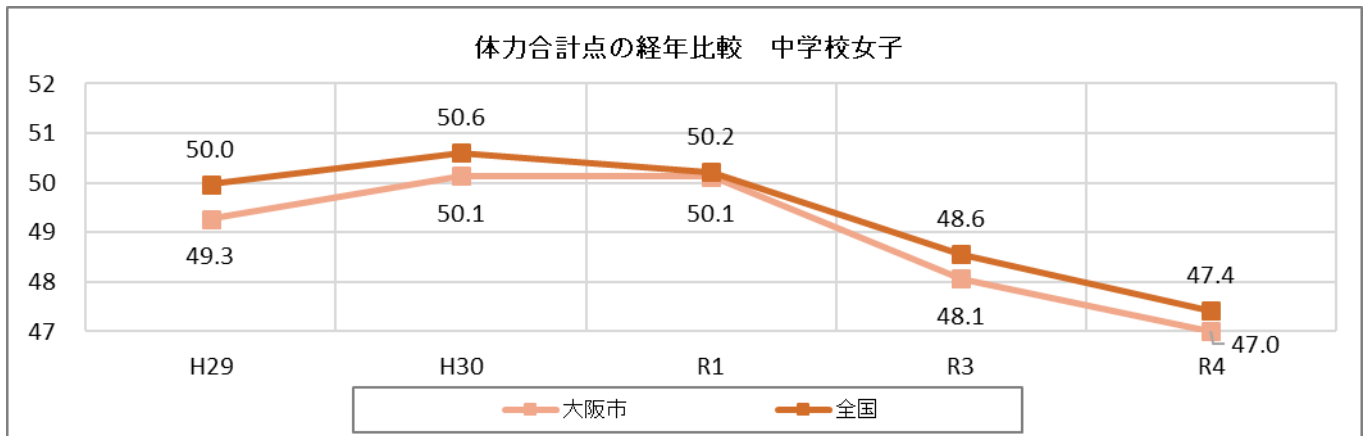
【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

<中学校2年女子 大阪市経年比較> (全国の公立校を対象としたものです)

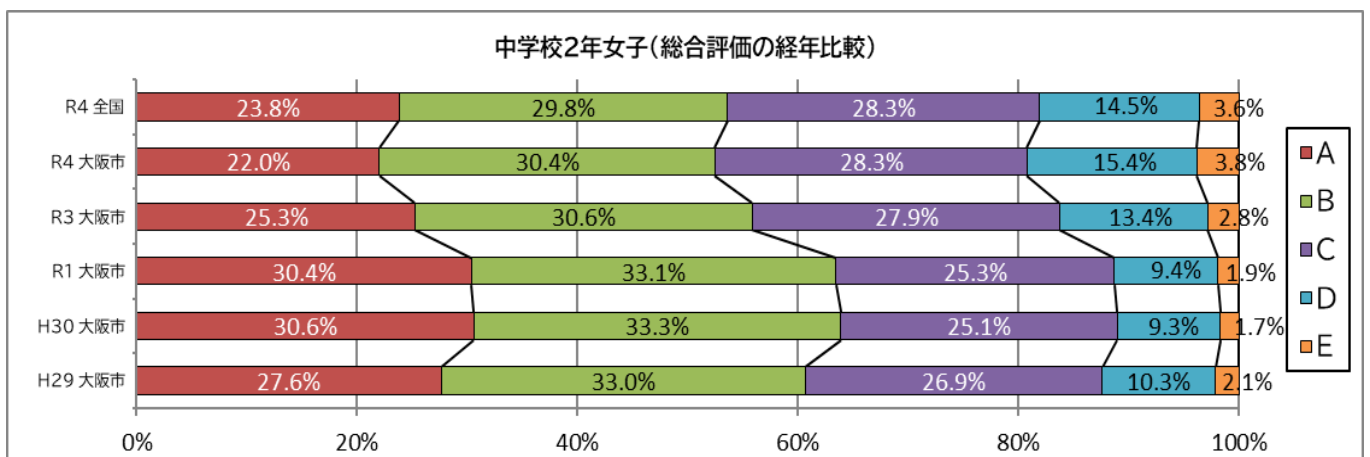
中学校2年女子	握力 kg	上体起こし 回数	長座体前屈 cm	反復横跳び 回数	持久走 秒	20mシャトルラン 回数	50m走 秒	立ち幅とび cm	ボール投げ m	合計得点 (80点満点)
R4 全国	23.21	21.67	46.07	45.81	302.89	51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
R4 大阪市	23.08	21.91	45.40	46.34	321.08	51.72	9.07	166.28	12.26	47.00
R3 大阪市	23.42	22.44	44.71	46.94	306.26	53.61	9.01	167.76	12.62	48.06
R1 大阪市	24.12	24.15	45.67	47.38	307.41	58.40	8.92	169.36	12.99	50.13
H30 大阪市	24.06	23.91	44.95	47.47	304.56	59.88	8.89	168.48	12.96	50.14
H29 大阪市	24.11	23.81	44.70	46.89	303.77	57.92	8.95	165.67	13.06	49.27
R4 全国との比較	-0.13	0.24	-0.67	0.53	-18.19	0.12	-0.11	-0.76	-0.19	-0.42
大阪市の前年度との比較	-0.34	-0.53	0.69	-0.60	-14.82	-1.89	-0.06	-1.48	-0.36	-1.06

※網掛けは昨年度の大阪市の平均、令和4年度の全国平均を下回っている項目

<中学校2年女子 体力合計点経年比較>



<中学校2年女子 総合評価経年比較>



※総合評価とは、合計得点を、年齢別男女別の総合評価基準にしたがって、高い方からA～Eの順に5段階で評定した評価である。

【「新体力テストの得点表および総合評価」を参照】

## (2)質問紙調査

### 〔児童生徒質問紙〕

◇「運動やスポーツをすることが好き」と答えた児童・生徒の割合では、小学校男子は全国を上回ったが、小学校女子、中学校男女は全国と比べて低かった。また、「好き」と答えた児童・生徒ほど、体力合計点が高かった。

昨年度と比べて、小学校・中学校の男女とも上回っている。

◇「毎日朝食を食べる」と答えた児童・生徒の割合は、小学校・中学校の男女ともに、全国と比べて低かった。また、「毎日食べる」児童・生徒は、体力合計点が高かった。

昨年度と比べて、小学校男女、中学校女子で上回っている。

◇「テレビやビデオ・DVD等」の視聴時間に関して、小学校男子は平日4時間以上、小学校女子、中学校男女は平日3時間以上視聴する児童・生徒の割合は、全国と比べて高かった。小学校男女とも「1時間未満」の児童で体力合計点が高かった。中学校男子では、「5時間以上」もしくは「全く見ない」、女子では、「5時間以上」の生徒の体力合計点が低い傾向にある。

◇「体育・保健体育の授業は楽しい」と答えた児童・生徒の割合は、肯定的に回答している小学校男女及び中学校男子が9割前後で、全国同様に高い値であった。

また、肯定的に回答している理由として、小学校男女は「自分が好きな種目、できる種目があるから」、中学校男女は「友達と一緒にできるから」と答えた割合が一番高かった。否定的に回答している児童生徒は「どうすれば楽しめるのか」の理由として、小学校・中学校の男女すべてで「自分のペースで行うことができた」と答えた割合が一番高かった。また、「楽しい」と答えた児童・生徒は、体力合計点が高く、一週間の総運動時間も長かった。

◇「体育・保健体育の授業で、これまでできなかったことができるようになったきっかけ、理由」に関しては、

小学校では、男女とも「1. 授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「2. 授業中に自分で工夫して練習した」「4. 先生や友達のまねをした」「5. 友達に教えてもらった」と答えた割合が高かった。

中学校では、男女とも「1. 授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「2. 授業中に自分で工夫して練習した」「4. 先生や友達のまねをした」「5. 友達に教えてもらった」と答えた割合が高かった。

◇小中学校男女共に「放課後や休日に運動部や地域スポーツクラブ以外での運動をしている」について肯定的な回答をしている割合は、全国より少ない。特に、小学校女子の約3割、中学校男子の4割弱、中学校女子の半数以上が休日には運動をあまり行っていないかった。

### 〔学校質問紙〕

◇児童生徒の体力・運動能力向上に係る取組について、「前年度に、児童・生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していた」学校の割合は、全国と比べて小中学校とも高かった。

◇体育・保健体育授業以外での「体力・運動能力の向上の取組」について、「行った」学校の割合は、全国と比べて、小学校は上回り、中学校は下回った。

取組については、小学校では「中休み」に取り組むことが多く、「なわとび」や「ランニング」などの活動をする学校が多く、自己の成果を記録する取組を行う学校が多い。中学校では「昼休み」に取り組むことが多く、「ボール運動」や「ランニング」などの活動をする学校が多く、学級対抗、自主的な準備・計画をさせるなどの取組を行う学校が多い。

◇学校の体育・保健体育の授業について、「令和3年度の全国体力・運動能力運動習慣等調査結果を踏まえた年間指導計画の改善に反映した」学校は、小学校では7割程度、中学校では8割程度と高かった。



## 7 調査結果から明らかになった大阪市の現状と課題

◇国の調査では、①運動時間は増加しているものの、令和元年度までの水準には至っていない②肥満である児童生徒の増加③朝食欠食(毎日食べる)④睡眠時間(1日8時間以上)⑤学習以外のスクリーンタイムの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としている。

本市においても、同様の傾向がみられるが、各校においては、コロナの感染症拡大防止対策を講じつつ、児童生徒の体力向上の取組は、前年度と比較して「増えた」とする学校が令和3年度より増加したが、令和元年度までの取組をするにはまだ時間を要する。

◇大阪市教育振興基本計画を改定した今年度は、基本的な方向5「健やかな体の育成」において、体力合計点の対全国比(全国体力・運動能力運動習慣等調査)における2025(R7)年度末の目標値(小学校男女1.00、中学校男女1.01)を設定しているが、2022(R4)の体力合計点の対全国比は、小学校男女では0.97、中学校男女では0.99となり、横ばいであった。

◇「運動やスポーツをすることは好きですか」の質問について、小学校では、男子69.9%、女子52.8%、中学校では、男子58.9%、女子40.7%となっており、小学校男子だけが全国を上回った。「運動が好き」の割合が高い児童生徒程、体力合計点が高く、1週間の総運動時間が多くなっている傾向があることから、授業等で運動意欲を高めるとともに、引き続き、「運動が好き」になる授業づくりの工夫・改善をしていく必要がある。

◇1週間の総運動時間では、420分以上の運動する割合が小学校男女で全国を上回っている。中学校男子は全国を下回っている。前年度の大阪市と比べると、小学校男女では増加している。60分未満の割合は、小中学校の男女とも全国よりも多い。また、中学校男女では前年度の大阪市より増加している。しかし、小学校男女では前年度の大阪市より減少している。

一方で、中学校男女で全国と同様、1週間で12時間程度運動している生徒も多く(2極化)、平日2時間、休日3時間程度の活動時間相当で運動を実施していると考えられる。

◇種目別に見ると全国平均との差が大きいのは、小学校では「反復横跳び」、「20mシャトルラン」、「立ち幅跳び」、中学校では、「長座体前屈」「立ち幅とび」に課題が見られた。

◇小中学校共に「放課後や休日に運動部や地域スポーツクラブ以外で運動している」とする、肯定的な回答が全国より少なかった。

◇「令和3年度の全国体力・運動能力運動習慣等調査結果を踏まえた年間指導計画の改善に反映」する小中学校が多かった。「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」を活用することにより、子どもたちの体力の状況や意識について分析し、成果と課題を確認することができている。

## 8 今後の取組

### ○教育委員会事務局の取組

#### (1)教育振興基本計画に基づいた「子どもの体力づくり強化プラン」の推進

- ・大阪市の子どもの体力向上に向けての基本となるものであり、子どもの体力向上に向けて具体的な取組を示す。
- ・「リーフレット『いっしょにのぼそう！子どもの体力』」により保護者あて啓発する。本リーフレットは、学校から保護者に配付するとともに区のホームページにも掲載し、家庭・学校・地域が協力した子どもたちの体力向上の取組に活用する。
- ・「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」【大阪市の結果】を踏まえた次年度の取組について、校園ネットワーク(SKIP ポータルサイト)に掲載する。
- ・積極的に体力向上の取組を実践している学校を紹介する。

#### (2)調査結果より見えてきた課題への取組

##### ①子どもたちの運動機会を増やし、運動意欲を高める取組の推進

- ・子どもの体力向上推進委員会等で検討し、学校の実情に応じた、各種目に対応した運動や活動を日常的に取り入れることや、授業内で運動量を確保する工夫をするよう指導する。
- ・活動の最初に取り組む意欲を向上させるような小学校教員向け研修(シナプソロジー)を実施する。
- ・関係局区等と協力するなどして、運動やスポーツに親しむ機会を提供する。



## ②教員の指導力を向上させる

- ・教育委員会事務局が主催する教員対象の指導方法に関する研修会を開催する。

## ③「新体力テスト」の実施にあたっての指導助言

- ・新体力テストの測定方法の動画資料を校園ネットワーク(waku×2.com-bee)に掲載し校内研修等で活用できるようにする。
- ・小学校教育研究会体育部に協力いただいた、資料「新体力テストの測定に向けて」を配布する。

## ○小中学校の取組

### (1)「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」の作成

- ・校長は、全国及び大阪市の子どもの体力の状況を踏まえ、自校の子どもの体力向上に係る成果と課題を検証し、明らかになった現状等に基づいて、「新しい生活様式」を踏まえたうえで、学校のホームページの公表資料「学校の概要」や「学校のあゆみ(中学校)」等を作成し、課題を分析・工夫・改善するとともに、自校の子どもの体力の現状等を学校協議会等で説明する。

### (2)「リーフレット『いっしょにのぼそう！子どもの体力』」の活用

- ・『いっしょにのぼそう！子どもの体力』リーフレットを配布・活用し、保護者への啓発していく。

### (3)「新体力テスト」の実施にかかる測定方法の徹底

- ・令和3年度から校園ネットワーク(waku×2.com-bee)に掲載している新体力テストの測定方法の動画資料を校内研修等で活用し、正確な測定ができるよう取り組んでいく。

### (4)小学校3・4年生については「新体力テスト」の全種目実施(オール大阪で実施)

- ・令和5年度から小学校3・4年生については大阪府下全域で「新体力テスト」の全項目で実施し、5年生の全国体力・運動能力運動習慣等調査と継続して取り組む。
- ・各校における課題を共有し、継続した日々の授業や活動をととして「学校としての目標値」の明確化に取り組み、子どもたちに意識化させる。

### (5)小学校において、「シナプソロジー」の実践

- ・小学校全校において、「2つのことを同時に」「左右別の動き」を取り入れた運動(シナプソロジー)の講習会を受け、校内で共有し、運動意欲を高める活動を実践する。
- ・実施にあっては、講習を受けた教員の担当学級で週に1, 2回、2か月間取り組んでいく。