

令和4年度 和泉市の調査結果の概要と体力向上の取組みについて

新型コロナウイルス感染症（以下 新型コロナ）拡大の影響により、令和2年から子どもたちの生活は大きな影響を受けました。令和4年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査からは、全国の小中学生の体力数値は低下したままであり、令和4年度についても全国平均値は令和3年度と比べて低い値を示しました。大阪府の結果も全国と同様、体力の数値は低い値を示しています。

《実技に関する調査結果から》

① 体力合計点について（上回った…○、下回った…△）

	小5 男子	小5 女子	中2 男子	中2 女子
前年度和泉市比 (R3)	△	△	△	△
全国比 (R4)	△	△	△	△
大阪府比 (R4)	△	△	○	○

小学校5年生（以下 小5）では、男女とも前年度数値を下回りました。中学2年生（以下 中2）も、男女とも前年度数値を下回りました。小5は男女とも全国平均・大阪府平均を下回りました。中2は男女とも全国平均は下回りましたが、大阪府平均は上回っています。

② 学年・性別ごとの結果について（上回った…○、下回った…△）

小5については、小3の時から新型コロナの影響を受けて過ごしてきました。今までの学年と比べても運動をする機会も大きく減ったことから、小学生は特に数値が低下していると考えられます。

小5は男女ともに多くの種目で前年度平均を下回っています。全国平均・大阪府平均と比べても多くの種目で下回っています。

<小5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	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
前年度和泉市比 (R3)	△	△	△	○	△	△	△	△
全国比 (R4)	△	△	△	△	△	△	△	△
大阪府比 (R4)	△	△	△	○	△	△	△	△

小5男子では、反復横跳びで前年度の記録と大阪府平均を上回りました。

<小5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	立ち幅跳び	ソフトボール投げ
前年度和泉市比 (R3)	△	△	○	○	△	△	△	△
全国比 (R4)	△	△	△	△	△	△	△	△
大阪府比 (R4)	△	△	△	○	○	△	△	△

小5女子では、反復横跳び、20m シャトルランで大阪府平均を上回りました。長座体前屈と反復横跳びは、前年度を上回っています。

中2については、小6の時から新型コロナの影響を受けて過ごしてきました。小学生と比べると大阪府平均や全国平均を上回っている種目もありますが、全体的に数値は低い値のままとなっています。

＜中2男子＞

	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	立ち幅跳び	ハンドボール投げ
前年度和泉市比 (R3)	○	△	△	△	○	○	△	△	○
全国比 (R4)	△	△	△	○	○	△	△	△	△
大阪府比 (R4)	○	△	△	○	○	△	△	○	○

中2男子では、握力・持久走・20mシャトルラン・ハンドボール投げで前年度を上回りました。

反復横跳び・持久走は全国平均を上回っています。

握力・反復横跳び・持久走・立ち幅跳び・ハンドボール投げで大阪府平均を上回っています。

＜中2女子＞

	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	立ち幅跳び	ハンドボール投げ
前年度和泉市比 (R3)	○	△	○	△	△	△	△	△	△
全国比 (R4)	△	△	○	○	△	△	△	△	△
大阪府比 (R4)	○	○	○	○	△	△	△	○	○

中2女子では、握力・長座体前屈で前年度を上回りました。

長座体前屈・反復横跳びは全国平均を上回っています。

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び・ハンドボール投げで大阪府平均を上回っています。

《質問紙の結果から》

①＜運動について、体育授業に関しての意識など＞

小5では「運動やスポーツをすることが好き（やや好き 含む）」と答えた児童は、男子で9割以上、女子で8割以上でした。また、「自分にとって運動やスポーツは大切である（やや大切 含む）」と答えた児童は、男子で9割以上、女子で9割弱でした。これは、全国や大阪府も同じ傾向です。

また、「体育の授業は楽しい（やや楽しい 含む）」と答えた児童は、小5男子で9割以上、小5女子で8割以上でした。楽しい理由としては、男女とも多い回答として「自分が好きな種目、できる種目があるから」、「体を動かすことが好きだから」、「友だちと一緒にできるから」、「できなかったことができるようになるから」、「体を動かすとすっきりとした気分になるから」などが挙げられています。

中2でも「運動やスポーツをすることが好き（やや好き 含む）」と答えた生徒は、男子で8割以上、女子で7割以上でした。また、「自分にとって運動やスポーツは大切である（やや大切 含む）」と答えた生徒は8割以上でした。これは、小5と同様、全国や大阪府も同じ傾向です。

また、「体育の授業は楽しい（やや楽しい 含む）」と答えた生徒は、男子で8割弱、女子で7割以上でした。中学生の楽しい理由で一番多いのは「友だちと一緒にできるから」でした。次いで「自分が好きな種目、できる種目があるから」、「体を動かすことが好きだから」と続きます。

体育や保健体育の授業の中で友達とかかわりながら、できないことができるようになったり、さまざまな運動体験をしたりすることで、体を動かすことが好きになり、生涯を通じた豊かなスポーツライフを切り拓くきっかけとなります。

コロナ禍の中で、子どもたちの日常生活には多くの制限があったり、できなかったりした経験も多くありました。「コロナ禍前と比べて、体を動かす経験が減った」ということが昨年度調査でも明らかになっています。アフターコロナを見据え、体育や保健体育の授業の工夫を行うなど、子どもたちが楽しみながら運動する機会やさまざまな運動に挑戦できる機会を多く作っていくことが大切です。

②生活習慣の状況について

質問紙では、生活習慣についてのことも聞いています。体力と日常の生活リズムは大きく関わっています。体力向上に取り組むためには、まず、土台である生活リズムを整えることが非常に重要です。

「朝食を毎日食べている」と答えた児童生徒は、小5男女、中2男子では8割を下回り、中2女子では7割を下回っています。朝食は規則正しい生活習慣の要素であり、心身ともに健康な成長に必要なものです。学校での取り組みなどで朝食の大切さを伝えつつ、家庭にも協力を求め続ける必要があります。

また、「睡眠時間」については、8時間以上の割合について、小5男女とも7割を下回っており、全国平均・大阪府平均も下回っています。中2男子は3割を下回り、女子は2割を下回っています。男女とも全国・大阪府を下回っています。特に睡眠時間6時間未満の生徒が男女とも全国・大阪府よりも多くなっています。小5・中2ともテレビやタブレット、スマートフォンなどの画面を見ている時間が全国平均よりもかなり多い結果となっています。しっかり睡眠をとることは体力向上も含め、健康づくりにはたいへん重要なことです。引き続き、学校での取り組みを進めるとともに、家庭にも協力を求め続ける必要があります。

《体力向上のために》

以上の結果を踏まえ、引き続き、体力向上を図っていきます。

① 和泉市教育委員会の取り組み

- 体育指導を専門としている大学教員を講師として招いた研修や、小・中学校の教員が合同で各中学校区での情報共有・連携を積極的に行っていく研修など教員研修を充実する。
- 市全体で継続的に体力・運動能力の向上を図る先進的な取り組みをしている事例を、研修を通して広める。
- 各学校において始業前や休憩時間といった短時間を活用した効果的な運動の充実を図るため、市で予算を確保し、なわとび練習台、ラダーなどの短時間で実施できる運動のための用具の整備を行う。

② 各学校の取り組み

- 各校の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果から、児童・生徒の体力状況を把握・分析し、体力向上に向けた取り組みを検証し、年度初めに「体力づくり推進計画」を策定し、運動機会を増やし、PDCA サイクルに基づく体力づくりの取り組みを実施する。
- 体育科における「カリキュラム・マネジメント」の視点に基づいた学習指導を充実する。
- 「主体的・対話的で深い和泉の学び」の実現に向けた、さらなる授業改善を実施する。
- ICT機器などの積極的な活用を行う。
- 大阪府教育委員会が作成した「体育の授業がかわる！ 簡単プログラム」「めっちゃぐんぐん体力アップハンドブック」「小学校教員向け動画教材」などの資料や「子ども元気アッププロジェクト事業」を活用し、

児童・生徒の運動習慣の確立に努める。

○市の「健康教育・体力向上推進事業」を活用し、校内での体育活動の充実を図る。

○義務教育 9 年間の指導及び保幼小中が連携した取組みを検討する。

③ 学校・家庭・地域が一体となった取組みの推進

体力の向上は、よりよい生活習慣や運動習慣に支えられています。学校だけで取り組むのではなく、以下のとおり学校・家庭・地域が連携して体力の向上を図ることをめざします。

○学校の体育活動を活性化するとともに、地域や外部指導者の協力を得ながら、家庭・地域でスポーツに親しむ機会を増やすなど、望ましい運動習慣が身につくよう、家庭・地域と連携した取組みを進めていきます。

○食についての正しい知識と望ましい食習慣が身につくよう、和泉市第3次食育推進計画をもとに取組みを進めます。

○望ましい生活リズムの確立のために、児童生徒に指導や呼びかけ等も行いながら、家庭などと連携した取組みを進めます。

○運動やスポーツが楽しいと感じたことがない児童生徒には「助け合う、役割を果たす」「話し合う」活動を取り入れた取組みが効果的であることから、各学校での運動に関する様々な取組みや互いに助け合ってそれぞれが役割を担う活動、話し合う活動を積極的に取り入れるとともに、家庭や地域でもそのような体験ができるように周知・連携し、生涯にわたって運動に親しむ態度の育成を進めます。

以上のような取組みを推進していくためにも、引き続き、学校からの発信等を通じて啓発を図ります。

※「小学校及び義務教育学校前期課程」は「小学校」と表記しています。

※「中学校及び義務教育学校後期課程」は「中学校」と表記しています。