

子どもたちの体力や運動の状況について 令和5年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果概要

調査の目的

文部科学省では、毎年全国の小学5年生と中学2年生を対象として、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を実施しています。子どもたちの体格や体力、運動習慣や生活習慣を把握して、体力向上の取り組みに役立てることを目的としています。清里町の小中学校では、昨年の5月から7月に調査を実施しました。

調査内容

- ① 体格（身長と体重）
- ② 体力（8種目の実技）
- ③ 生活習慣、食習慣、運動習慣など（質問形式による調査）

調査の結果概要

北海道の子どもたちの体格は、全国平均と同程度となっています。体力や運動能力についても、一部の種目を除いて全国平均と同程度の結果となっています。清里町の子どもたちの体格は、全国平均と同程度となっています。

運動する習慣を心がける

結果については、小中学校でも内容を分析して児童生徒の特性を把握しているところです。教育委員会では幼児と保護者を対象とした運動教室や学童保育における運動や遊び、スポーツ推進委員による「わんぱくジュニアクラブ」などの事業をおして、子どもたちの体力向上に努めています。

学校では、子どもたちが、授業の中で成長し充実感を得ながら、運動・スポーツを好きになってもらう授業づくりに取り組んでいます。また、子どもたちの体力や運動能力の向上には、日々の暮らしが影響しています。ご家庭でもゲームやスマホを使わない時間を作る「アウトメディア」を取り入れる、日々の生活で車を使わずに「歩く」など、体を動かす習慣を身につける取り組みにご協力をお願いします。

問い合わせ

生涯学習課学校教育グループ
0152(25)2139

す。また、体力については、総じて向上傾向が見られますが、中学生男子は全国平均より低い傾向が見られます。

■体格（表1）

【身長】
小学生は男女ともに全国平均を上回っています。中学生男子が全国平均と同程度、女子は上回っています。

【体重】

小学生と中学生の男女ともに全国平均並みとなっています。【肥満傾向】
小学生女子、中学生男子は全国平均を上回っており、小学生男子、中学生女子は全国平均を下回っています。

■体力（表2）

体力の合計点では、小学生男子は全国平均を上回っていますが、それ以外は全国平均を下回っています。小学生は男女共にシャトルラ

ン、ボール投げなどで全国平均を上回りました。

中学生では、男子が上体おし、女子がシャトルラン、ボール投げなどで全国平均を上回っています。

授業や部活動だけでなく、日常生活のなかでも運動の機会が必要であると考えられます。

■運動・生活習慣の意識（表3）

【運動】
「運動が好き」、「体育の授業は楽しい」など、運動への意識は高めとなっていますが、「一週間の総運動時間」が小学生女子以外は全国平均より低い結果となっています。

【生活習慣】

「朝食を毎日食べる」と回答した割合が小学生と中学生の男女ともに全国平均より低い結果となっています。テレビなどの視聴時間では小学生女子、中学生女子が全国平均より高くなっています。

■表2 体力における清里町と全国平均

			合計点	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)
			小学5年生	男子	清里町	52.5	16.90	18.70	33.95	43.80	58.90
		全国	50.0	16.13	19.00	33.98	40.60	46.92	9.48	151.13	20.52
	女子	清里町	48.5	15.80	16.60	34.20	39.65	39.40	10.34	145.80	17.05
		全国	50.0	16.01	18.05	38.45	38.73	36.80	9.71	144.29	13.22
中学2年生	男子	清里町	46.6	25.95	26.32	39.74	49.58	74.11	8.25	193.58	19.32
		全国	50.0	29.02	25.82	44.16	51.22	78.07	8.01	197.02	20.40
	女子	清里町	49.3	22.40	20.70	42.80	46.40	52.70	9.28	161.20	14.40
		全国	50.0	23.15	21.62	46.27	45.65	50.70	8.95	166.34	12.43

■表3 運動・生活習慣における清里町と全国平均

			運動やスポーツが好き (%)	朝食は毎日食べる (%)	毎日8時間以上寝ている (%)	1日3時間以上テレビやゲーム、パソコンなどの画面を見ている (%)	体力・運動能力向上の目標を立てている (%)	体育の授業は楽しい (%)	1週間の総運動時間 (分)
			小学5年生	男子	清里町	100.0	76.2	90.0	42.1
		全国	92.9	80.8	67.8	42.3	76.9	94.7	544.6
	女子	清里町	90.0	73.7	80.0	55.0	60.0	90.0	341.5
		全国	85.7	79.4	70.3	37.0	73.9	89.9	321.6
中学2年生	男子	清里町	94.8	57.9	42.2	36.9	73.7	94.7	637.8
		全国	89.4	79.9	29.8	48.1	71.4	89.7	665.2
	女子	清里町	90.0	40.0	11.1	50.0	80.0	100	587.1
		全国	76.5	72.7	22.2	46.9	66.8	82.7	657.9

■表1 体格における清里町と全国平均

項目	小学5年生 (男子)		小学5年生 (女子)		中学2年生 (男子)		中学2年生 (女子)	
	清里町	全国	清里町	全国	清里町	全国	清里町	全国
身長 (cm)	142.02	139.61	142.67	141.26	160.96	161.17	157.22	154.94
体重 (kg)	35.90	35.35	37.00	35.24	49.98	50.22	48.69	46.87
肥満傾向児 (%)	4.8	13.7	15.0	9.8	15.8	10.6	0.0	7.0