

「令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」

調査結果のポイントについて

～北海道（公立）における調査結果～

北海道教育委員会

令和4年（2022年）12月23日

【 目 次 】

1	調査の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
2	実技に関する調査・・・・・・・・・・・・・・・・	2
	(1) 小学校男子	
	(2) 小学校女子	
	(3) 中学校男子	
	(4) 中学校女子	
3	体格と肥満度に関する調査・・・・・・・・	6
	(1) 小学校男子	
	(2) 小学校女子	
	(3) 中学校男子	
	(4) 中学校女子	
4	児童生徒質問紙調査・・・・・・・・	8
	(1) 運動に対する意識等	
	(2) 生活習慣に対する意識等	
	(3) 体育・保健体育の授業に対する意識	
5	学校質問紙調査・・・・・・・・	16
	(1) 体力向上の取組の状況	
	(2) 体育・保健体育の授業の状況	
	(3) 新体カテストの実施状況	
	【参考1】札幌市を除く北海道の調査結果・・・・・・・・	25
	【参考2】新体カテストの種目及び実施方法等・・・・・・・・	29
	【参考3】新体カテスト項目別得点表及び総合評価基準表・・・・・・・・	30

1 調査の概要

(1) 調査の目的

- 国が全国的な児童生徒の体力・運動能力や運動習慣・生活習慣等を把握・分析することにより、児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等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。
- 各教育委員会が全国的な状況を踏まえ、児童生徒の体力・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、児童生徒の体力・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。
- 各学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣等を把握し、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) 調査の対象及び調査内容

	調査対象	調査内容
児童生徒	<ul style="list-style-type: none"> ・小学校、義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部の5年生全員 ・中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程及び特別支援学校中学部の2年生全員 	<ul style="list-style-type: none"> ・実技に関する調査（以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストと同様（P29を参照）） 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン（中学校は20mシャトルランに替えて持久走も可）、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ（中学校はハンドボール投げ） ・質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）
学 校	<ul style="list-style-type: none"> ・小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校及び小学部もしくは中学部を置く特別支援学校の全校 	<ul style="list-style-type: none"> ・質問紙調査（児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る学校の取組等）

(3) 調査の方法

悉皆調査

(4) 調査の実施期間

令和4年（2022年）4月から令和4年（2022年）7月末までの期間で実施

(5) 実施学校数・児童生徒数（札幌市を含む公立学校）

北海道	実施校数（校）	児童生徒数（人）	全国	実施校数（校）	児童生徒数（人）
小学校	980	38,085	小学校	18,435	973,545
中学校	597	35,278	中学校	9,192	857,594
合計	1,577	73,363	合計	27,627	1,831,139

【用語説明】

用語	解説
体力合計点	種目によって単位が異なる測定値を、単位が共通な10点満点の「ものさし（尺度）」に変換し、8種目の結果を合計した得点（80点満点）
T得点	全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較（全国平均を50とした時の数値）
総合評価	体力合計点の高い順にA～Eの5段階で評価（項目別得点表及び総合評価基準表はP30を参照）

【留意事項】

- 本資料において、北海道及び全国の状況は、いずれも公立学校について示したもの
- 国における実技調査、児童生徒質問紙調査、学校質問紙調査の回答の精査に当たっては、性別不明など一部のデータは集計・分析の対象外
- 児童生徒質問紙と学校質問紙調査のレーダーチャートは、全国の割合を100とした場合の北海道の値（チャート指数：北海道の割合÷全国の割合×100）で表示
- 本調査結果は、児童生徒の体力・運動能力の特定の一部であること、学校における教育活動の一側面

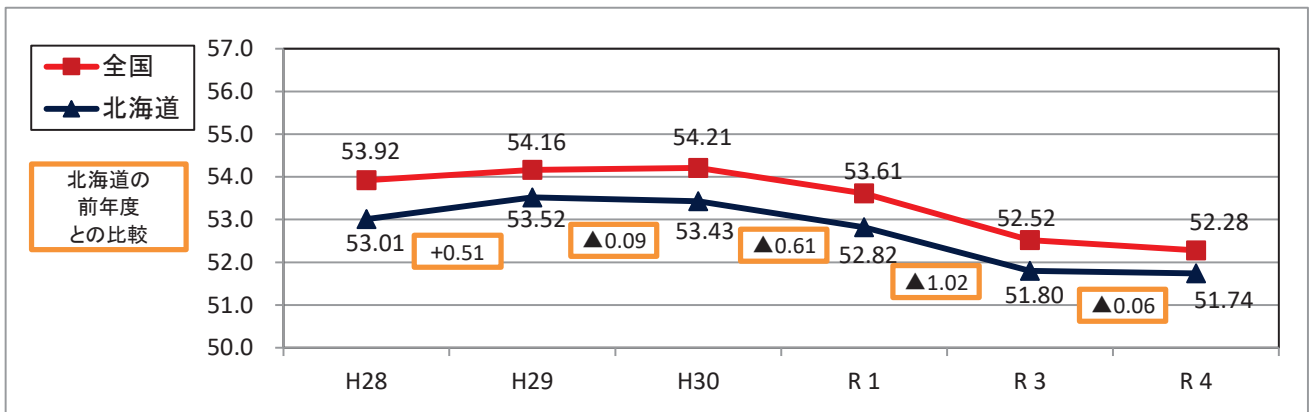
2 実技に関する調査 (～P5)

(1) 小学校男子

① 体力合計点及び各種目の記録

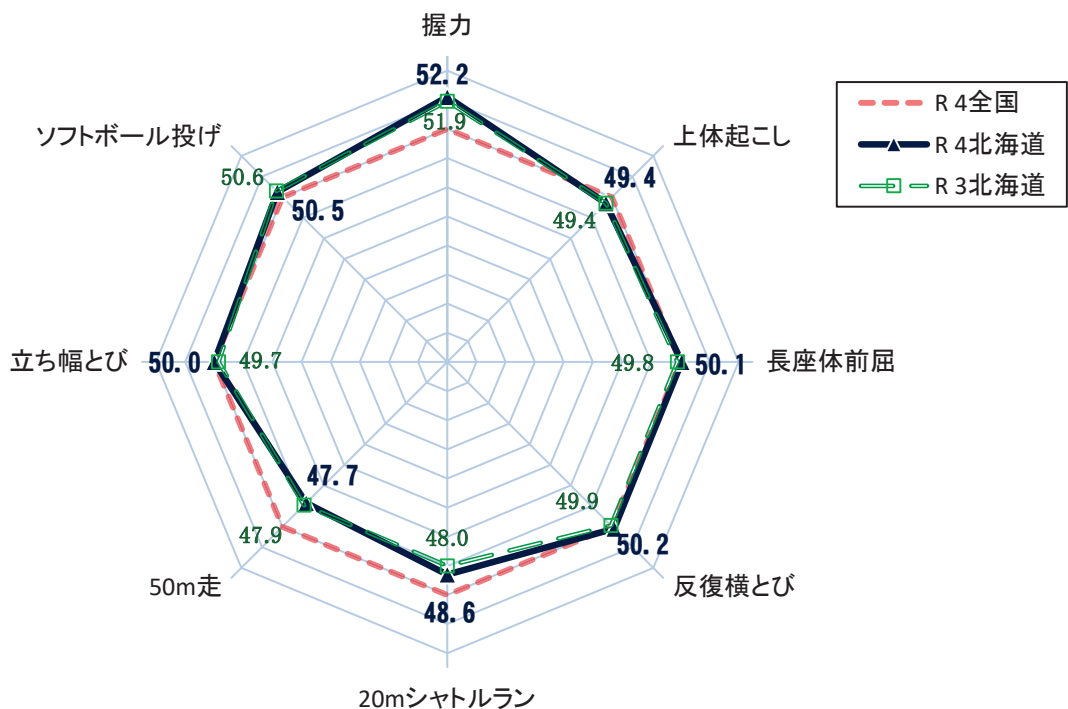
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 4全 国	記録	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
R 4北海道	記録	17.07	18.49	33.92	40.51	42.93	9.82	150.87	20.68	51.74
	全国との差	0.86	▲ 0.37	0.13	0.15	▲ 2.99	▲ 0.29	0.04	0.37	▲ 0.54
	R 3北海道からの増減	0.11	▲ 0.03	0.63	0.25	0.22	▲ 0.14	0.07	▲ 0.39	▲ 0.06
R 3全 国	記録	16.22	18.90	33.48	40.35	46.83	9.45	151.41	20.58	52.52
R 3北海道	記録	16.96	18.52	33.29	40.26	42.71	9.68	150.80	21.07	51.80
	全国との差	0.74	▲ 0.38	▲ 0.19	▲ 0.09	▲ 4.12	▲ 0.23	▲ 0.61	0.49	▲ 0.72
全国との差の増減(R4-R3)		0.12	0.01	0.32	0.24	1.13	▲ 0.06	0.65	▲ 0.12	0.18

② 体力合計点の推移



③ 各種目の昨年度及び全国との比較(T得点)

	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	体力合計点
R 4北海道	52.2	49.4	50.1	50.2	48.6	47.7	50.0	50.5	49.4
R 3北海道	51.9	49.4	49.8	49.9	48.0	47.9	49.7	50.6	49.2

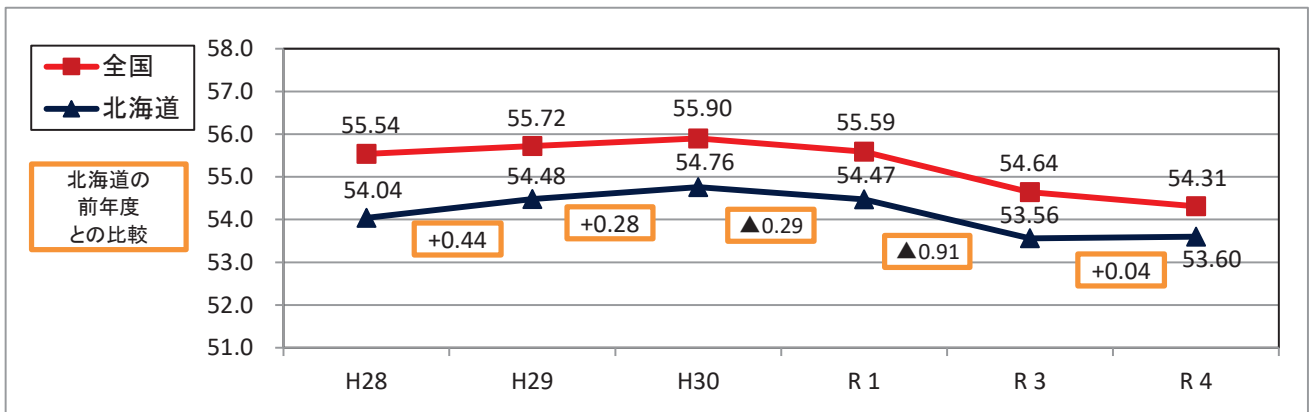


(2)小学校女子

①体力合計点及び各種目の記録

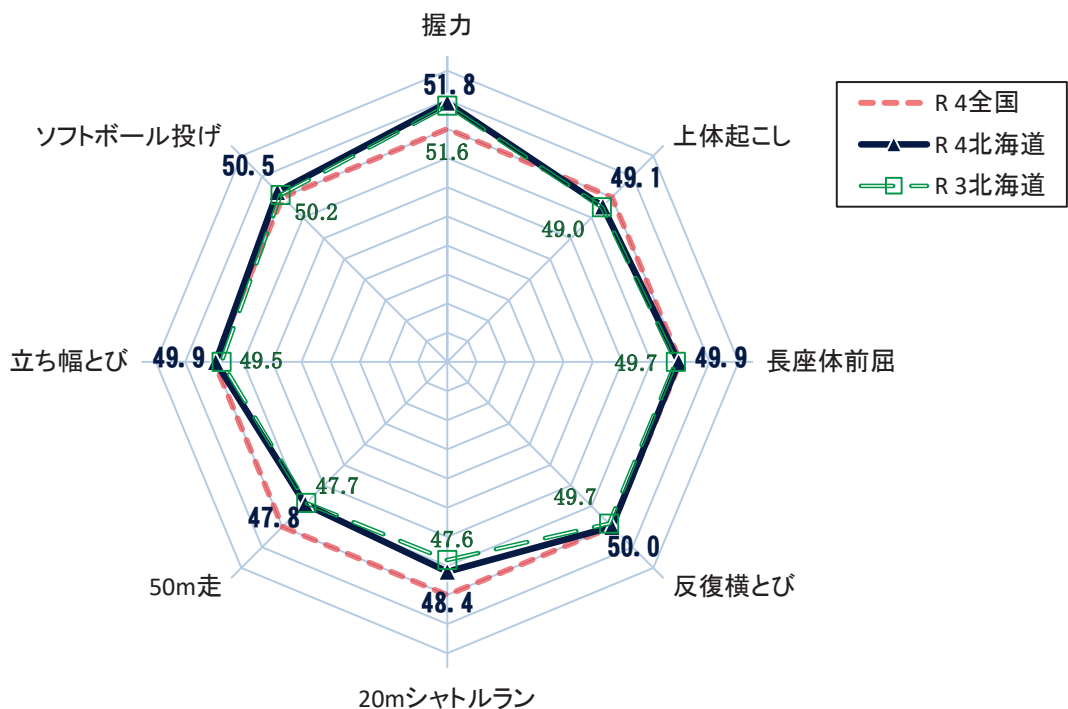
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 4全 国	記録	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
R 4北海道	記録	16.79	17.49	38.05	38.68	34.36	9.92	144.31	13.41	53.60
	全国との差	0.69	▲ 0.48	▲ 0.13	0.02	▲ 2.61	▲ 0.22	▲ 0.24	0.24	▲ 0.71
	R 3北海道からの増減	0.08	▲ 0.05	0.38	0.22	0.03	▲ 0.08	0.28	0.02	0.04
R 3全 国	記録	16.09	18.08	37.90	38.72	38.15	9.64	145.18	13.30	54.64
R 3北海道	記録	16.71	17.54	37.67	38.46	34.33	9.84	144.03	13.39	53.56
	全国との差	0.62	▲ 0.54	▲ 0.23	▲ 0.26	▲ 3.82	▲ 0.20	▲ 1.15	0.09	▲ 1.08
全国との差の増減(R 4-R 3)		0.07	0.06	0.10	0.28	1.21	▲ 0.02	0.91	0.15	0.37

②体力合計点の推移



③各種目の昨年度及び全国との比較(T得点)

	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	体力合計点
R 4北海道	51.8	49.1	49.9	50.0	48.4	47.8	49.9	50.5	49.2
R 3北海道	51.6	49.0	49.7	49.7	47.6	47.7	49.5	50.2	48.8



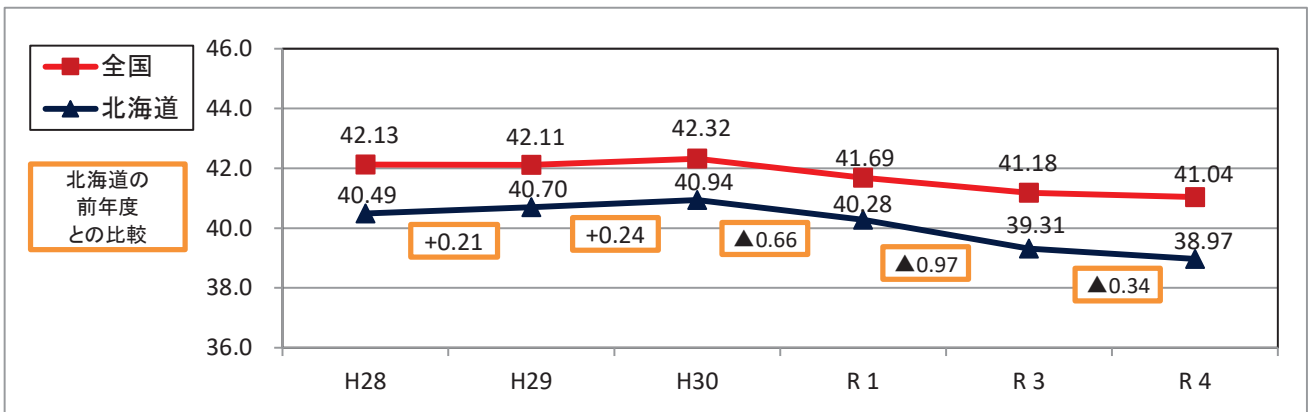
(3)中学校男子

①体力合計点及び各種目の記録

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 4全 国	記録	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
R 4北海道	記録	29.29	24.96	42.39	48.89	428.90	72.18	8.25	192.53	19.69	38.97
	全国との差	0.30	▲ 0.78	▲ 1.48	▲ 2.16	▲ 19.09	▲ 5.89	▲ 0.19	▲ 4.36	▲ 0.59	▲ 2.07
	R3北海道からの増減	0.33	▲ 0.33	▲ 0.05	▲ 0.38	▲ 3.09	▲ 1.10	▲ 0.06	▲ 0.81	▲ 0.08	▲ 0.34
R 3全 国	記録	28.80	25.99	43.67	51.19	406.38	79.88	8.01	196.36	20.31	41.18
R 3北海道	記録	28.96	25.29	42.44	49.27	425.81	73.28	8.19	193.34	19.77	39.31
	全国との差	0.16	▲ 0.70	▲ 1.23	▲ 1.92	▲ 19.43	▲ 6.60	▲ 0.18	▲ 3.02	▲ 0.54	▲ 1.87
全国との差の増減(R 4-R 3)		0.14	▲ 0.08	▲ 0.25	▲ 0.24	0.34	0.71	▲ 0.01	▲ 1.34	▲ 0.05	▲ 0.20

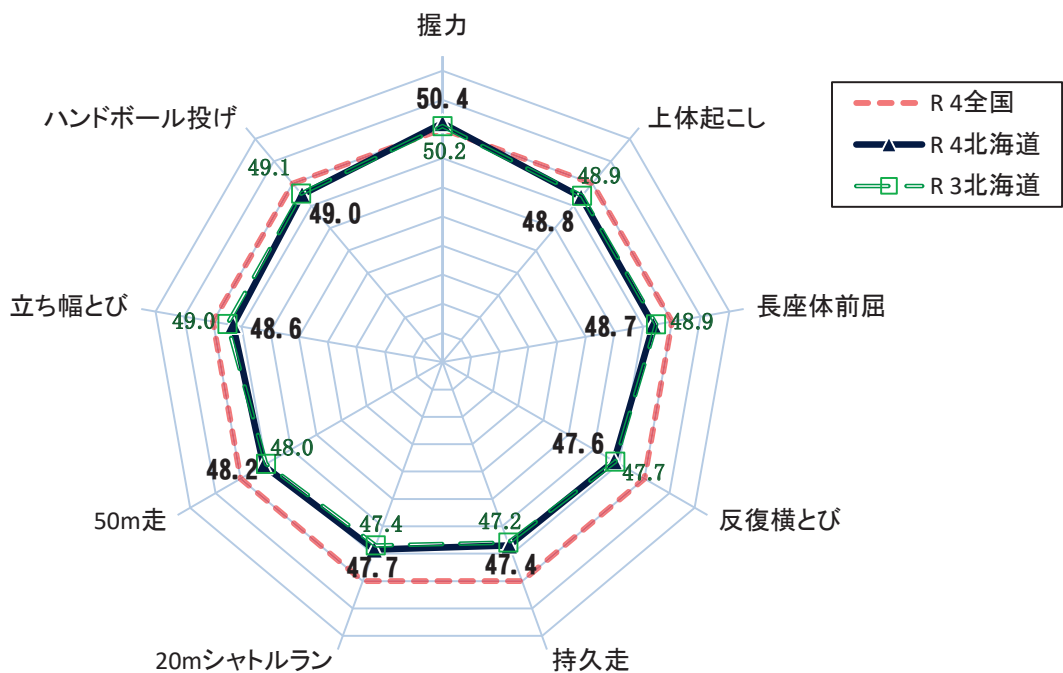
※中学校では、持久走か20mシャトルランのいずれかを選択して実施

②体力合計点の推移



③各種目の昨年度及び全国との比較(T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R 4北海道	50.4	48.8	48.7	47.6	47.4	47.7	48.2	48.6	49.0	48.1
R 3北海道	50.2	48.9	48.9	47.7	47.2	47.4	48.0	49.0	49.1	48.2



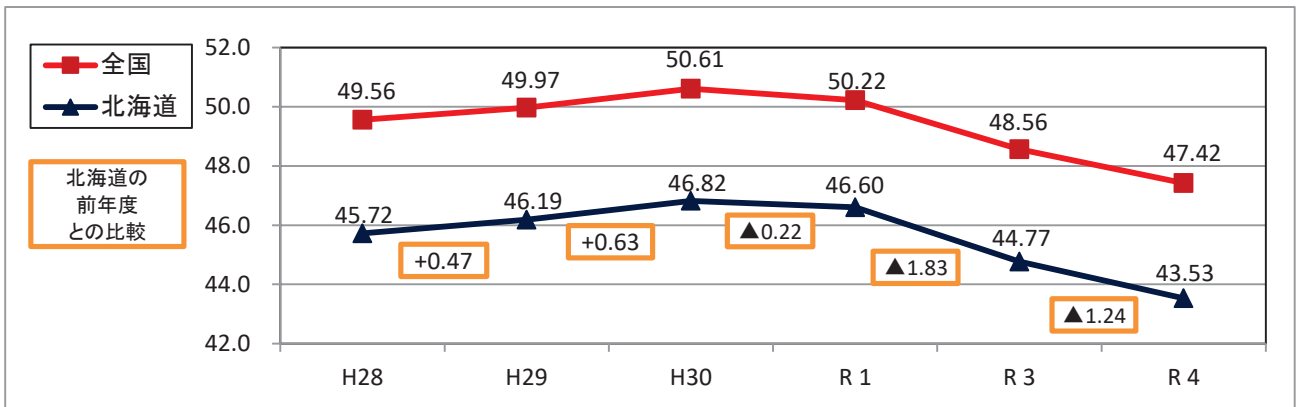
(4)中学校女子

①体力合計点及び各種目の記録

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 4全 国	記録	23.21	21.67	46.07	45.81	302.89	51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
R 4北海道	記録	22.65	20.18	44.72	43.29	315.85	44.96	9.21	159.69	11.72	43.53
	全国との差	▲ 0.56	▲ 1.49	▲ 1.35	▲ 2.52	▲ 12.96	▲ 6.64	▲ 0.25	▲ 7.35	▲ 0.73	▲ 3.89
	R 3北海道からの増減	▲ 0.22	▲ 0.68	▲ 0.05	▲ 0.62	▲ 0.55	▲ 2.06	▲ 0.11	▲ 1.57	▲ 0.27	▲ 1.24
R 3全 国	記録	23.43	22.32	46.20	46.25	297.62	54.24	8.88	168.15	12.72	48.56
R 3北海道	記録	22.87	20.86	44.77	43.91	315.30	47.02	9.10	161.26	11.99	44.77
	全国との差	▲ 0.56	▲ 1.46	▲ 1.43	▲ 2.34	▲ 17.68	▲ 7.22	▲ 0.22	▲ 6.89	▲ 0.73	▲ 3.79
全国との差の増減(R 4-R 3)		0.00	▲ 0.03	0.08	▲ 0.18	4.72	0.58	▲ 0.03	▲ 0.46	0.00	▲ 0.10

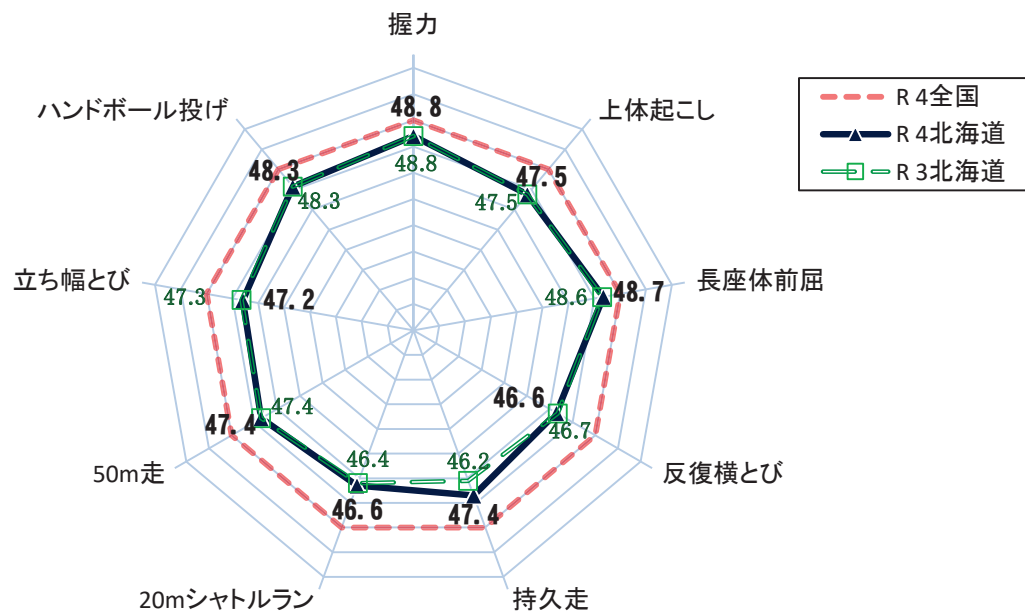
※中学校では、持久走か20mシャトルランのいずれかを選択して実施

②体力合計点の推移



③各種目の昨年度及び全国との比較(T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R 4北海道	48.8	47.5	48.7	46.6	47.4	46.6	47.4	47.2	48.3	46.6
R 3北海道	48.8	47.5	48.6	46.7	46.2	46.4	47.4	47.3	48.3	46.7



3 体格と肥満度に関する調査 (～P7)

(1) 小学校男子

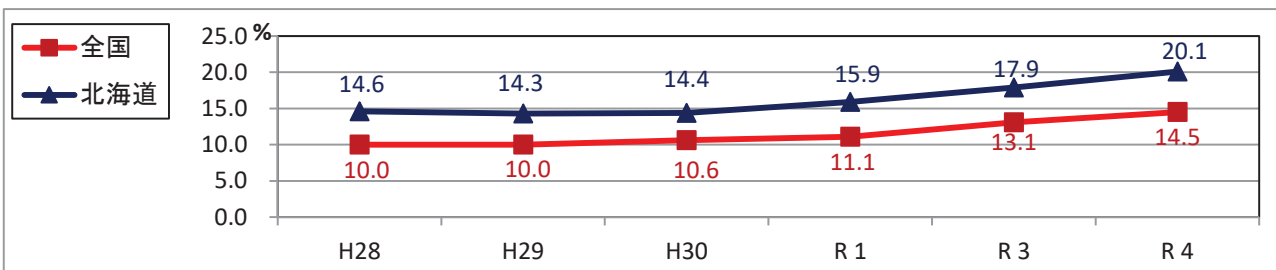
① 体格平均値及び肥満傾向児・痩身傾向児の出現率

	体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
R 4全国	139.52	35.51	14.5	82.9	2.5
R 4北海道	140.02	37.02	20.1	77.6	2.3
R 3全国	139.29	35.08	13.1	84.5	2.4
R 3北海道	139.77	36.38	17.9	80.0	2.1

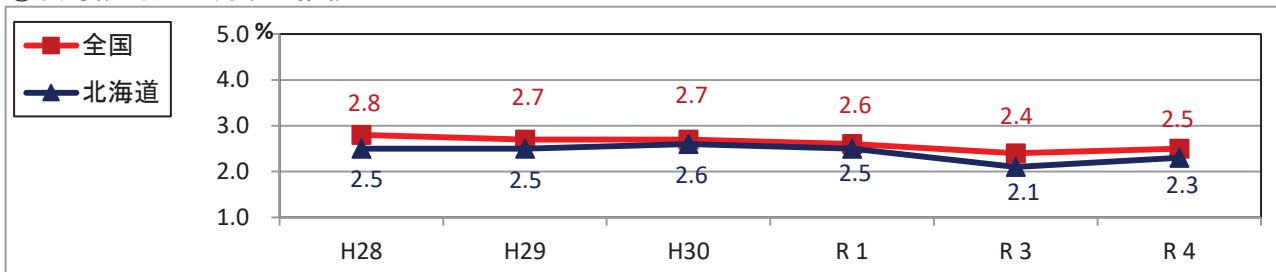
標準体重(kg) = a × 身長(cm) - b (※a, bは標準体重を求める係数)
 肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 100

〔判定基準〕	
肥満度	判定
20%以上	肥満
-19.9～19.9%	正常
-20%以下	痩身

② 肥満傾向児出現率の推移



③ 痩身傾向児出現率の推移



(2) 小学校女子

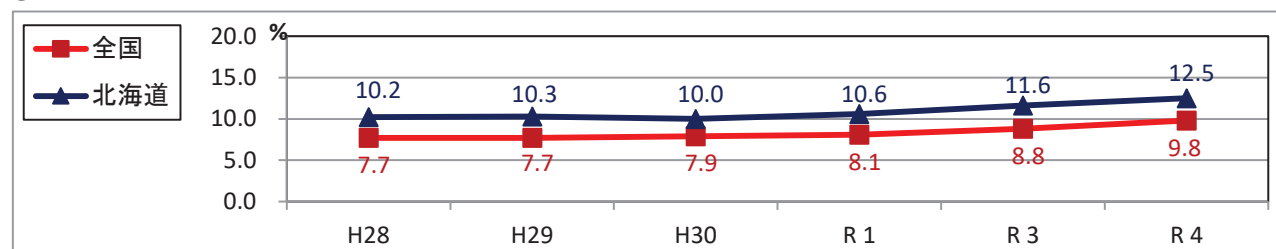
① 体格平均値及び肥満傾向児・痩身傾向児の出現率

	体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
R 4全国	141.30	35.37	9.8	87.6	2.6
R 4北海道	141.79	36.21	12.5	84.6	2.8
R 3全国	140.90	34.90	8.8	88.7	2.4
R 3北海道	141.43	35.69	11.6	85.5	2.9

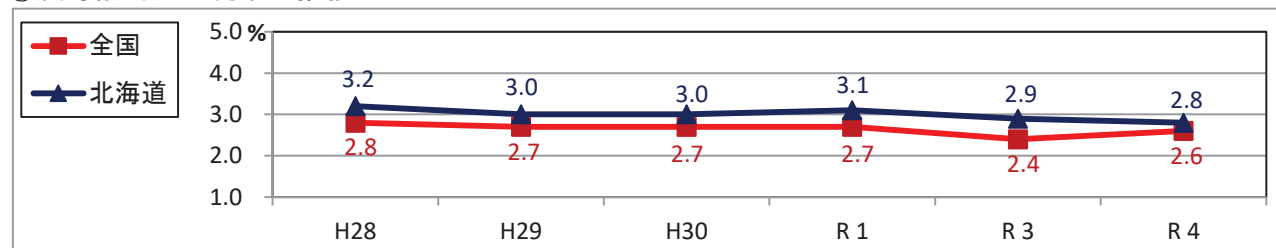
標準体重(kg) = a × 身長(cm) - b (※a, bは標準体重を求める係数)
 肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 100

〔判定基準〕	
肥満度	判定
20%以上	肥満
-19.9～19.9%	正常
-20%以下	痩身

② 肥満傾向児出現率の推移



③ 痩身傾向児出現率の推移



(3)中学校男子

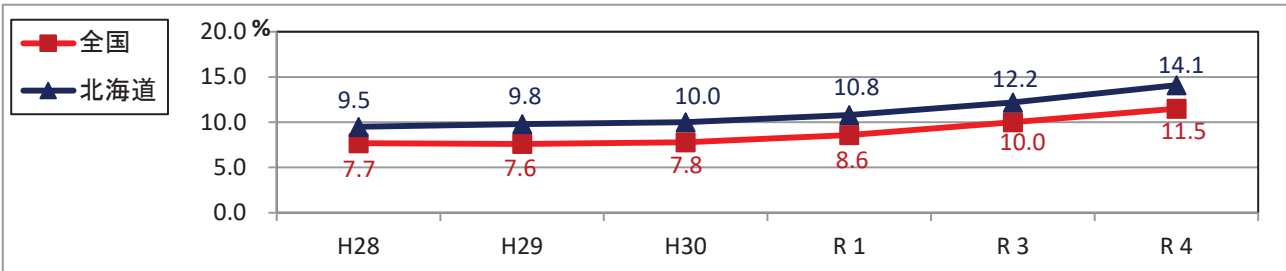
①体格平均値及び肥満傾向児・痩身傾向児の出現率

	体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
R 4全 国	161.05	50.45	11.5	85.4	3.2
R 4北海道	162.06	51.93	14.1	82.3	3.7
R 3全 国	160.62	49.70	10.0	87.0	3.0
R 3北海道	161.68	51.10	12.2	84.3	3.4

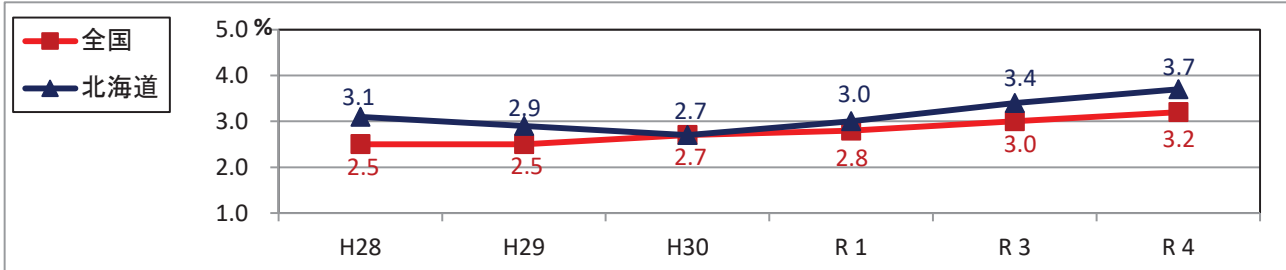
・標準体重(kg) = a × 身長(cm) - b (※a, bは標準体重を求める係数)
 ・肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 100

〔判定基準〕	
肥満度	判定
20%以上	肥満
-19.9～19.9%	正常
-20%以下	痩身

②肥満傾向児出現率の推移



③痩身傾向児出現率の推移



(4)中学校女子

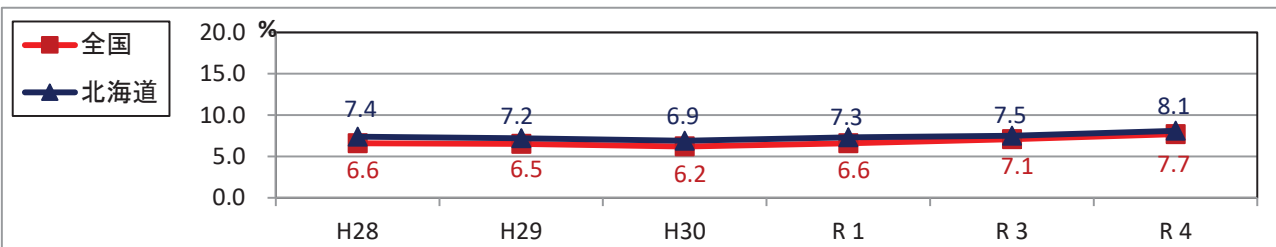
①体格平均値及び肥満傾向児・痩身傾向児の出現率

	体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
	身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
R 4全 国	154.92	47.09	7.7	88.5	3.8
R 4北海道	155.34	47.24	8.1	87.6	4.2
R 3全 国	154.90	47.01	7.1	89.3	3.6
R 3北海道	155.32	47.25	7.5	88.8	3.7

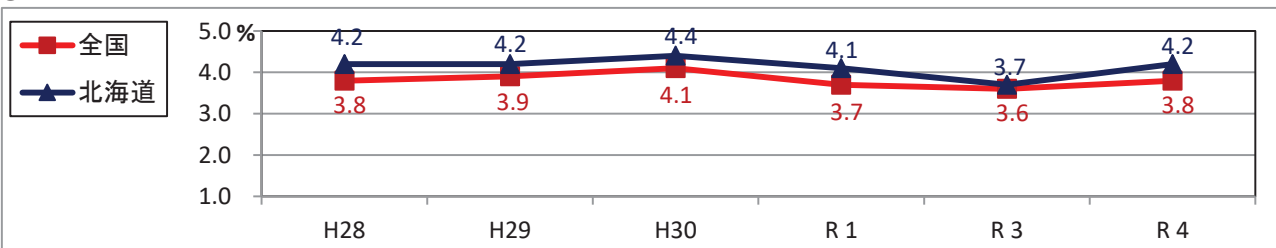
・標準体重(kg) = a × 身長(cm) - b (※a, bは標準体重を求める係数)
 ・肥満度(%) = [自分の体重(kg) - 標準体重(kg)] ÷ 標準体重(kg) × 100

〔判定基準〕	
肥満度	判定
20%以上	肥満
-19.9～19.9%	正常
-20%以下	痩身

②肥満傾向児出現率の推移



③痩身傾向児出現率の推移

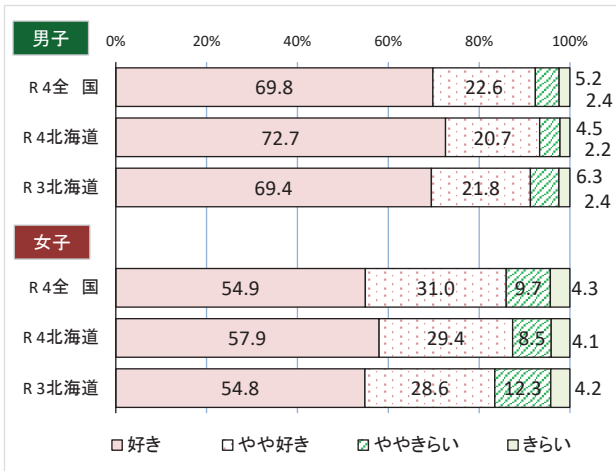


4 児童生徒質問紙調査（～P15）

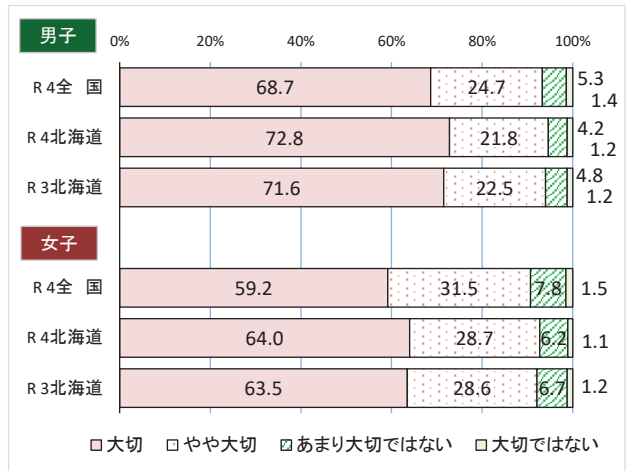
(1) 運動に対する意識等

【小学校】

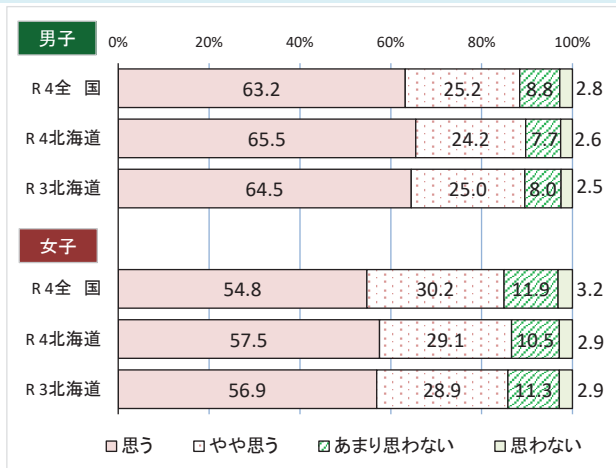
① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



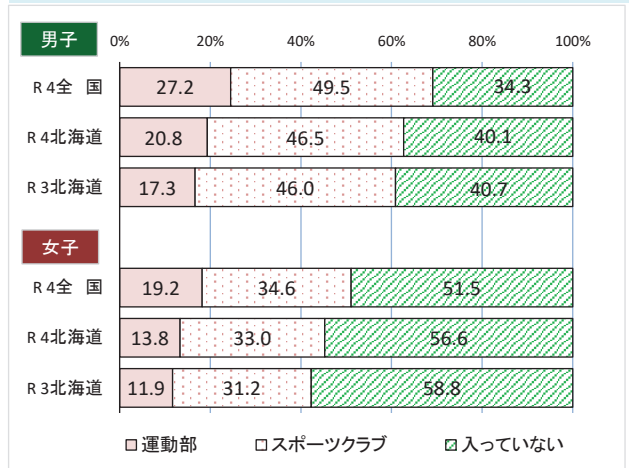
② あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。



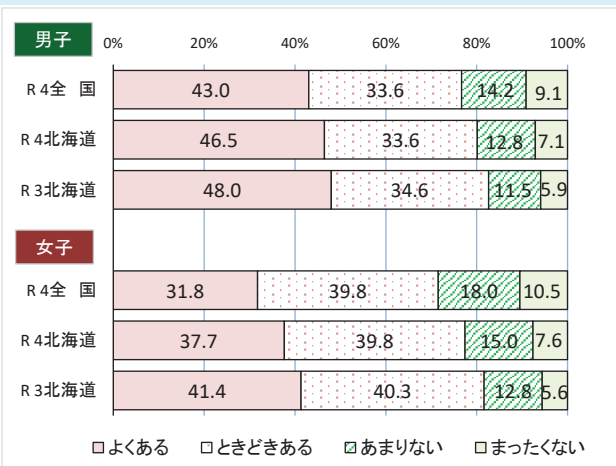
③ 中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



④ 学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか。

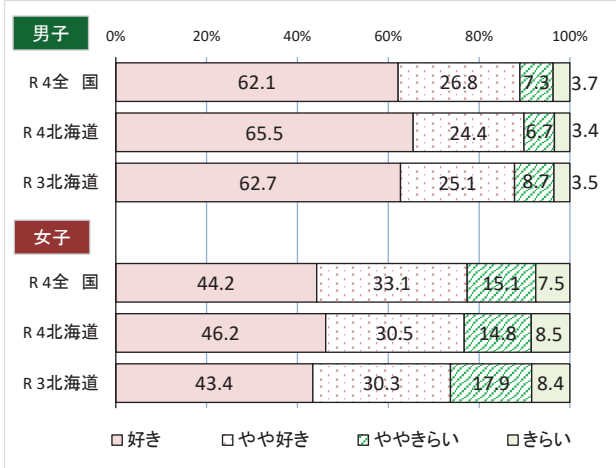


⑤ 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。

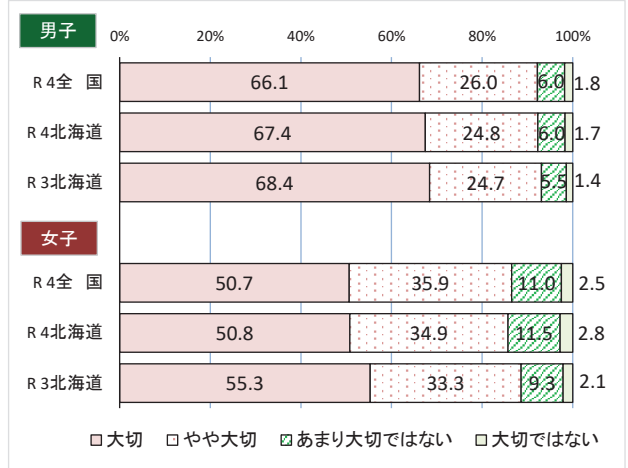


【中学校】

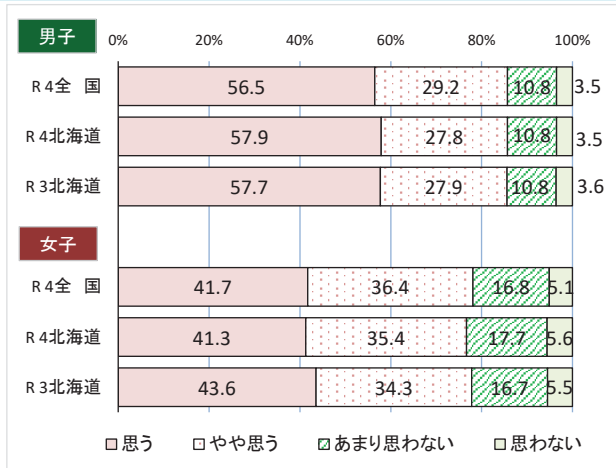
① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



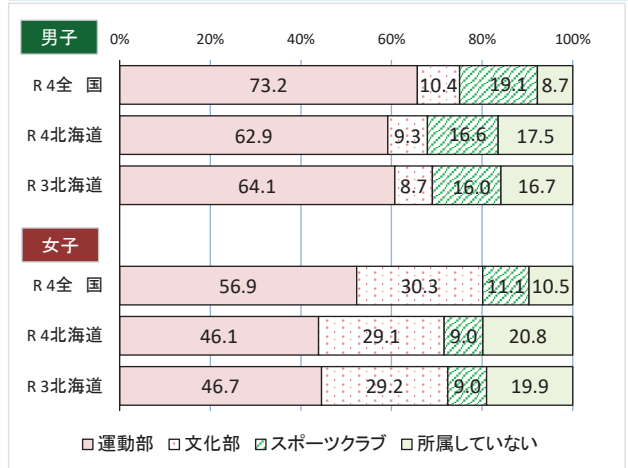
② あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。



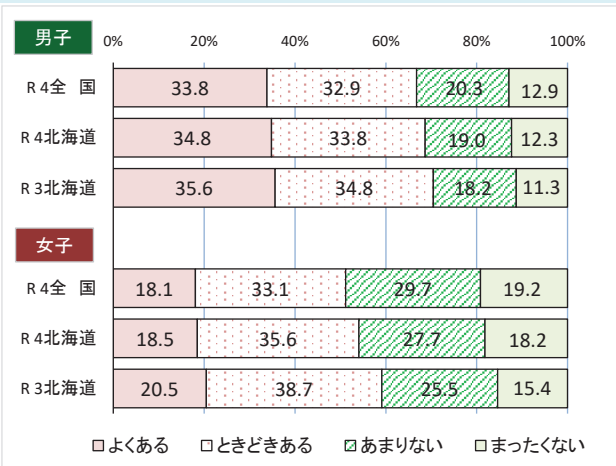
③ 中学校を卒業した後、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



④ 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



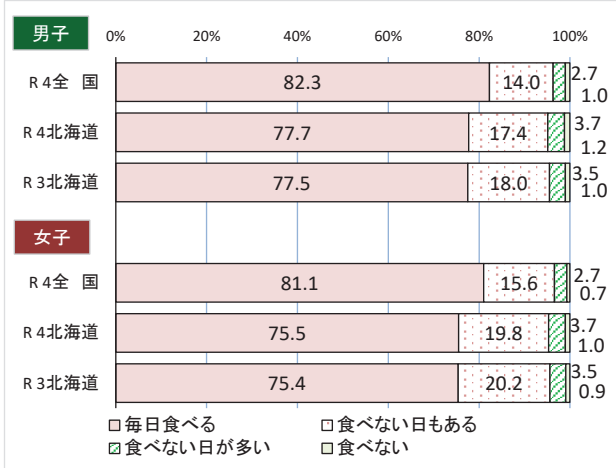
⑤ 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。



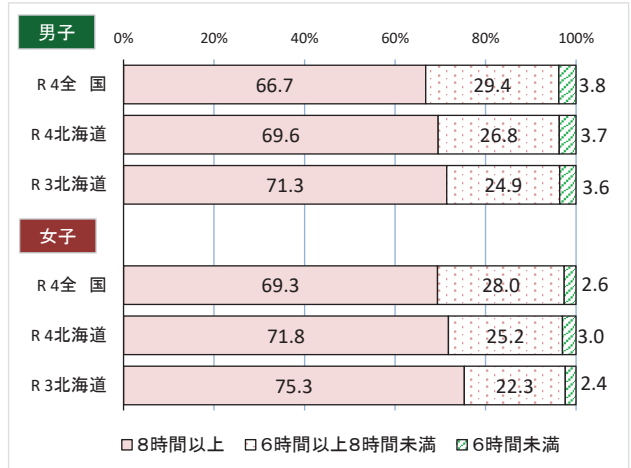
(2) 生活習慣に対する意識等

【小学校】

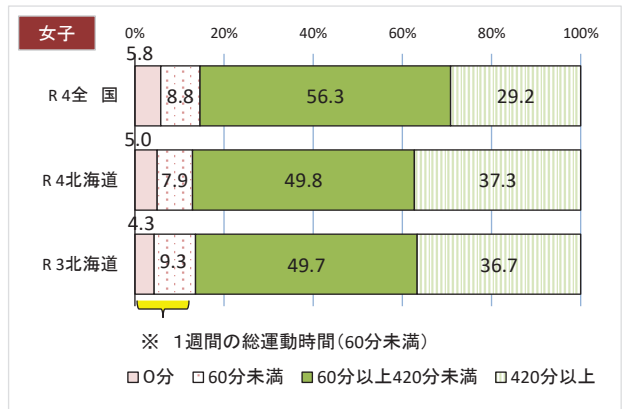
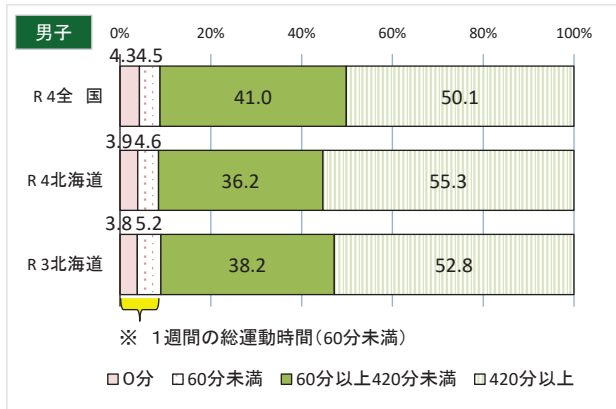
① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)



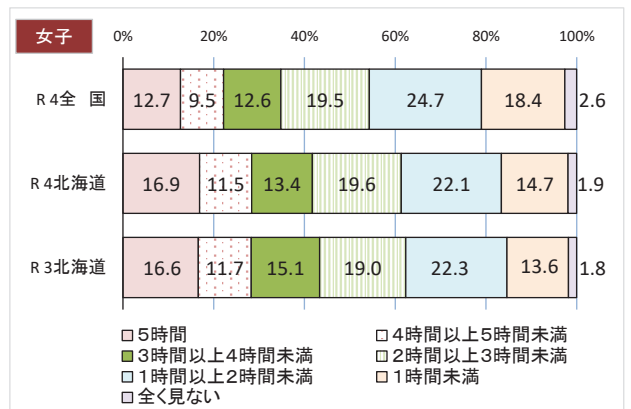
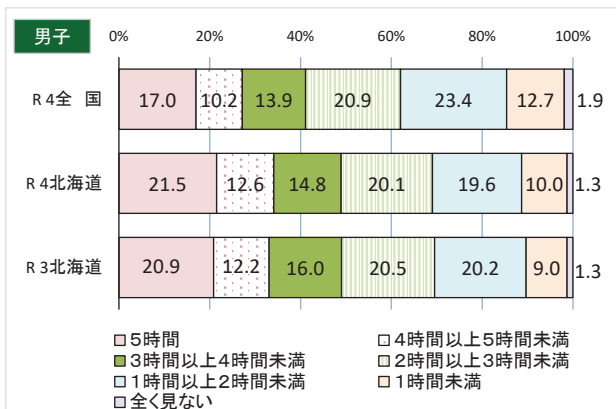
② 毎日どのくらいねていますか。



③ ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。(※月曜日から日曜日までの時間を合計し、1週間の総運動時間として表記)

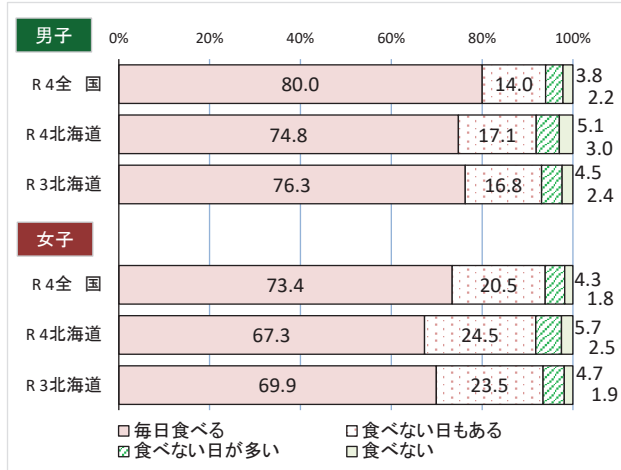


④ 平日、1日どのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

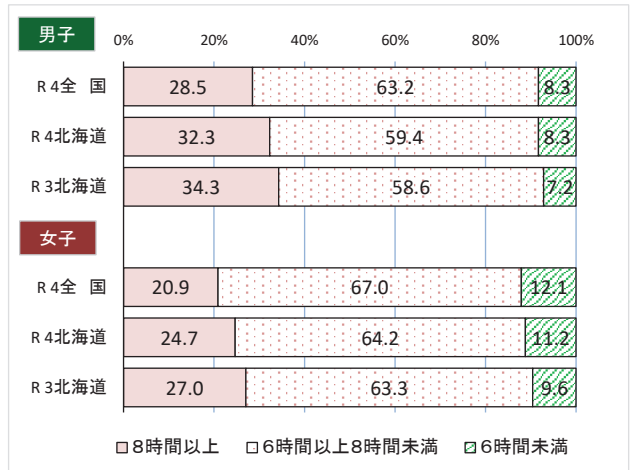


【中学校】

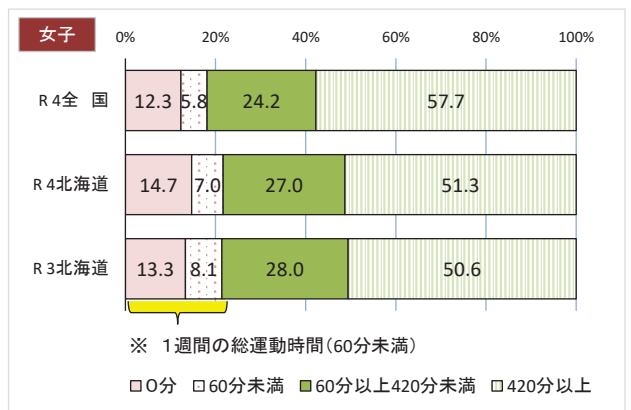
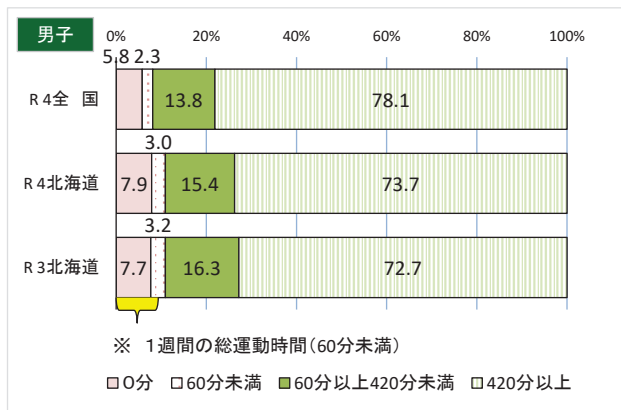
① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)



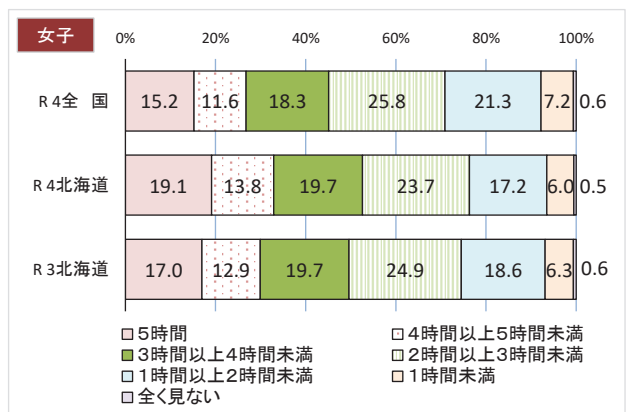
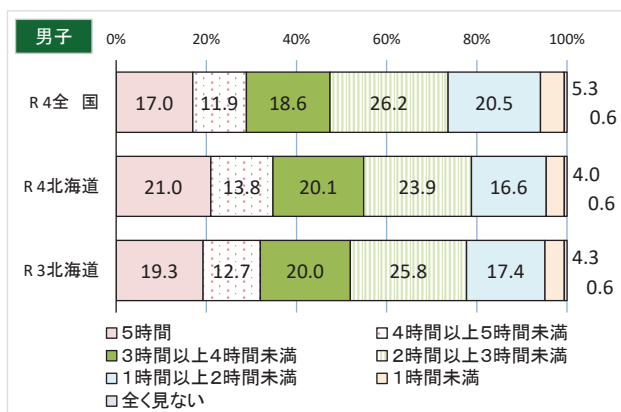
② 毎日どのくらい寝ていますか。



③ ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。(※月曜日から日曜日までの時間を合計し、1週間の総運動時間として表記)



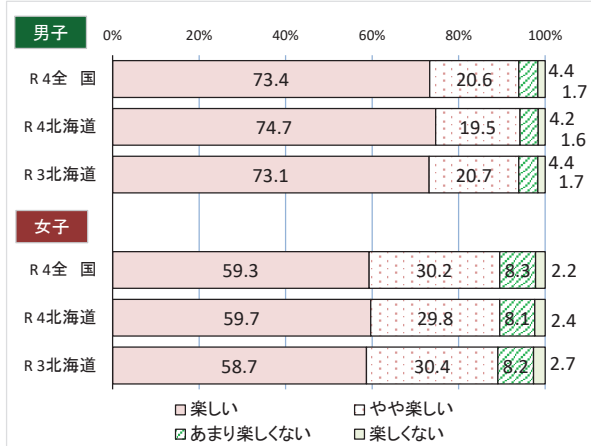
④ 平日、1日どのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



(3) 体育・保健体育の授業に対する意識

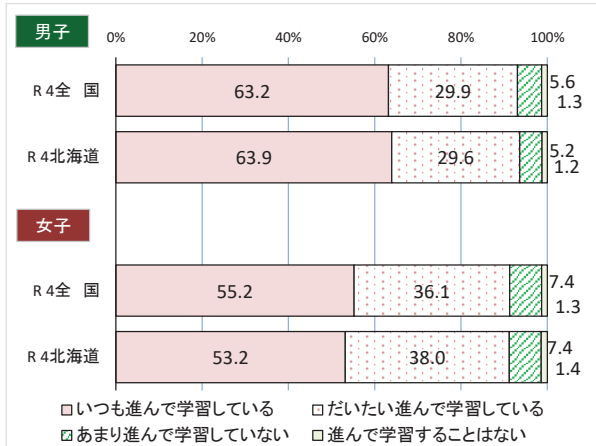
【小学校】

① 体育の授業は楽しいですか。



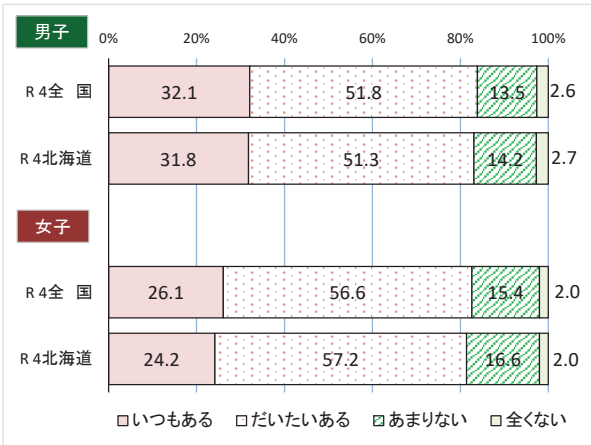
② 体育の授業では、進んで学習していますか。

R4新規項目



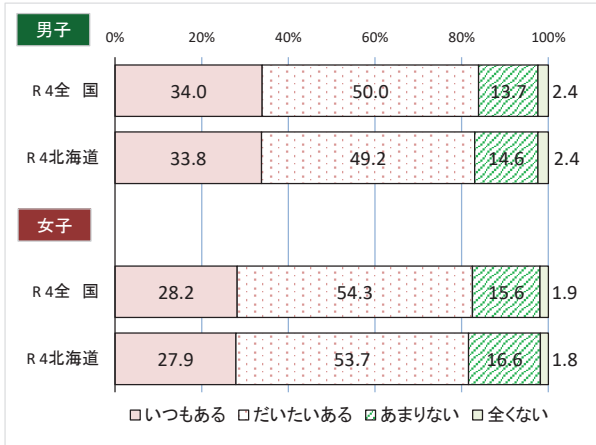
③ 体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



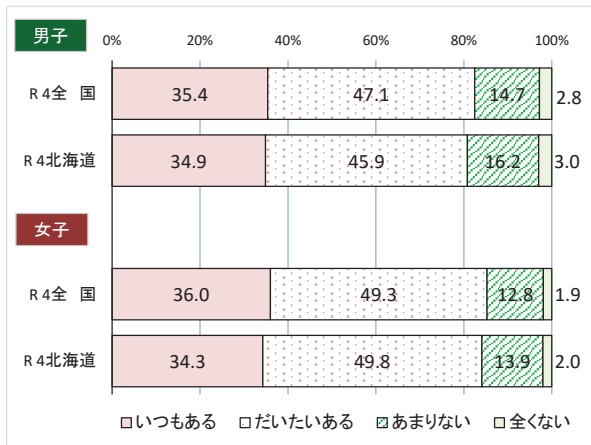
④ 体育の授業で、自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



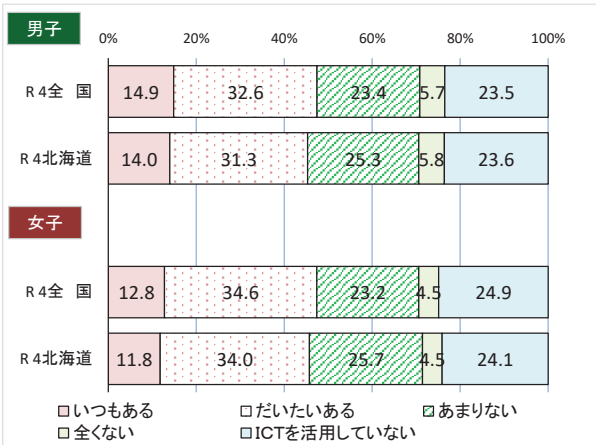
⑤ 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

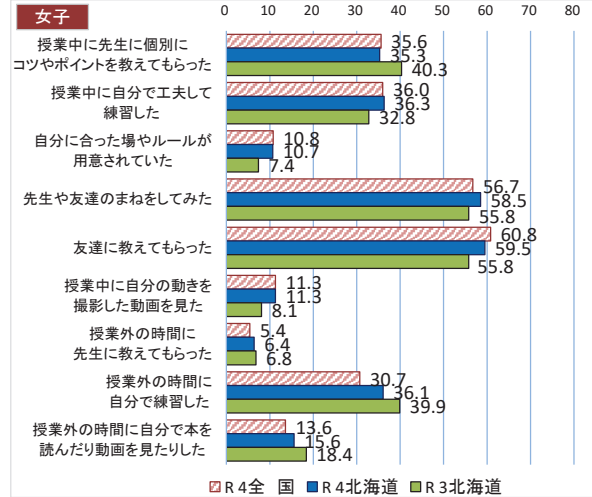
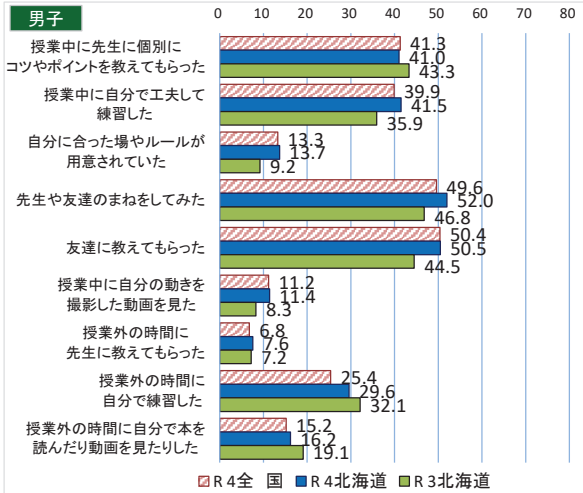


⑥ 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

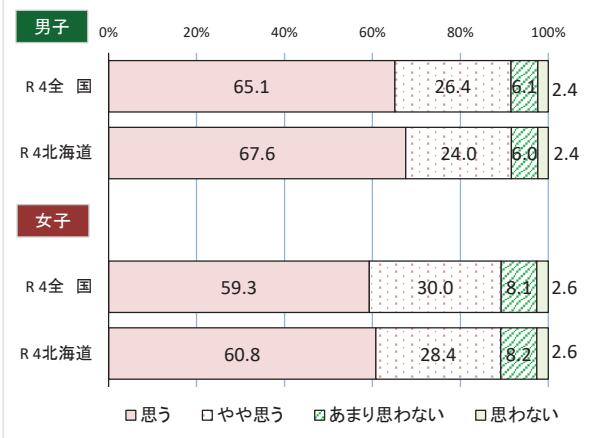


⑦ これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。(複数回答可)

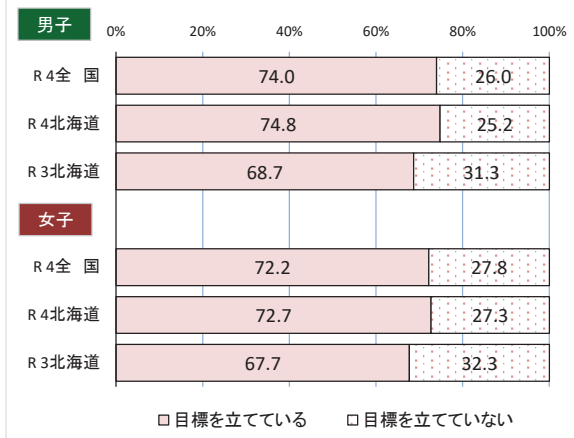


⑧ 体育の授業を受けることは、自分の生活を健康で明るいものにする1つの要素になっていますか。

R4新規項目

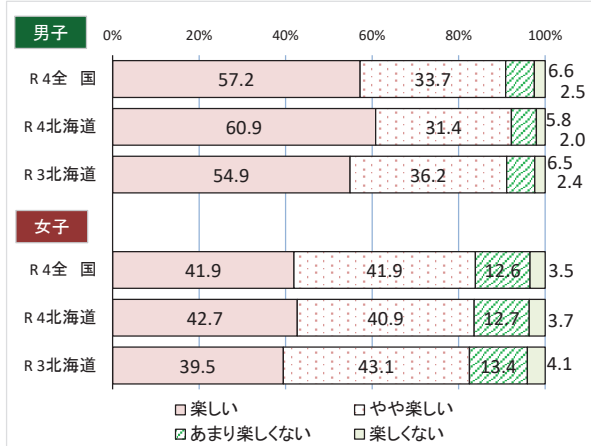


⑨ 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

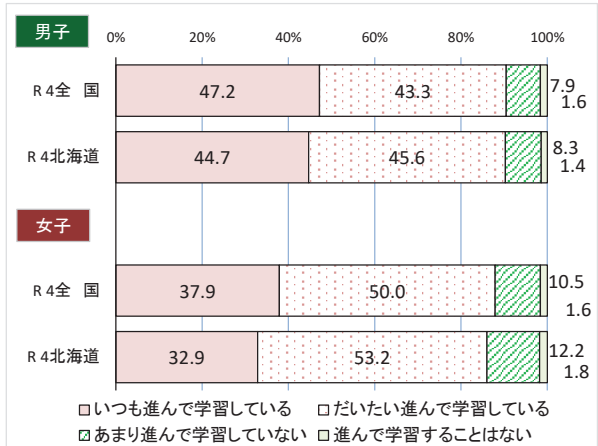


【中学校】

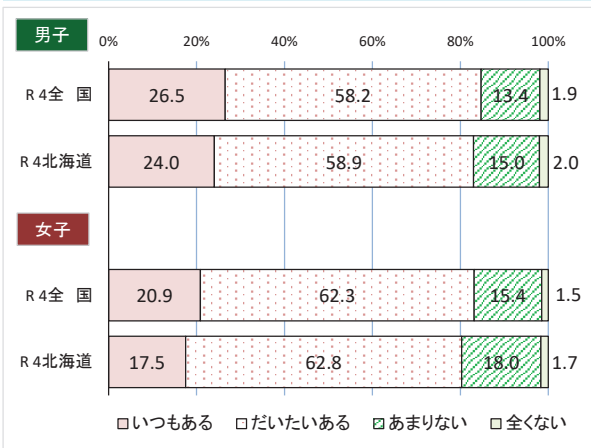
① 保健体育の授業は楽しいですか。



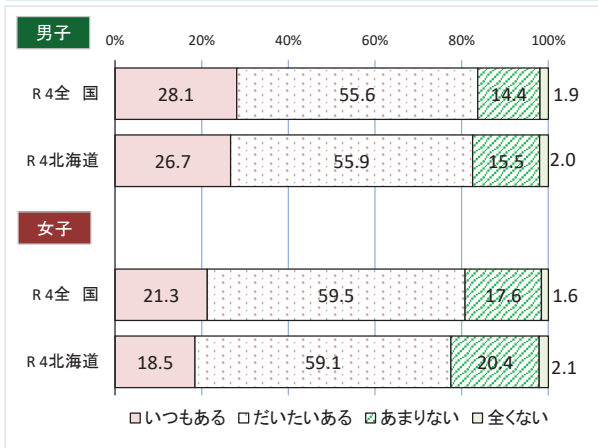
② 保健体育の授業では、進んで学習していますか。



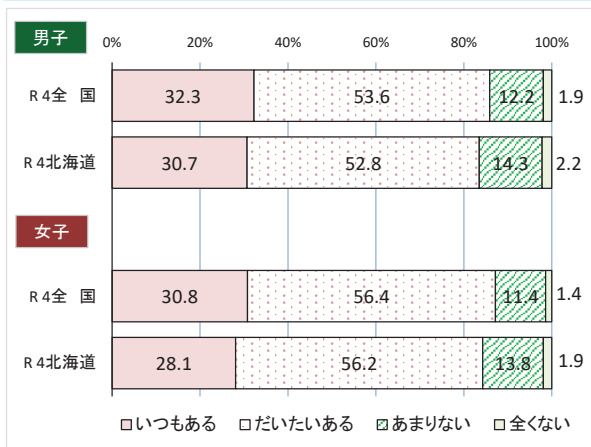
③ 保健体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



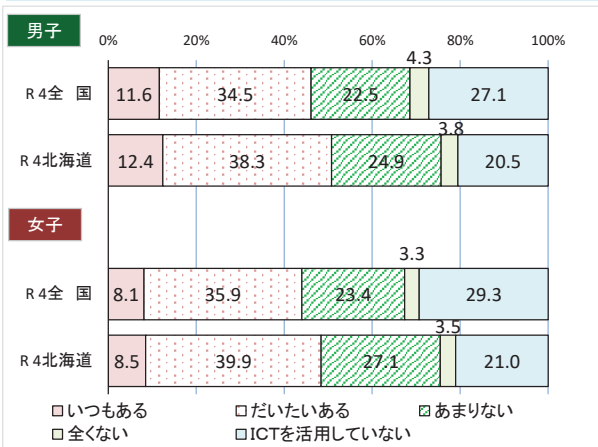
④ 保健体育の授業で、自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



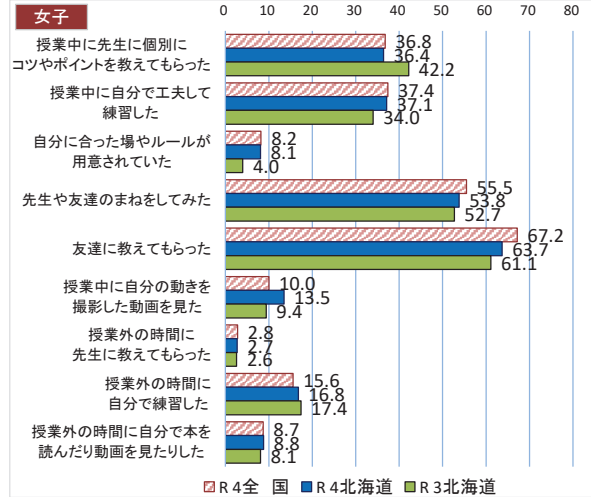
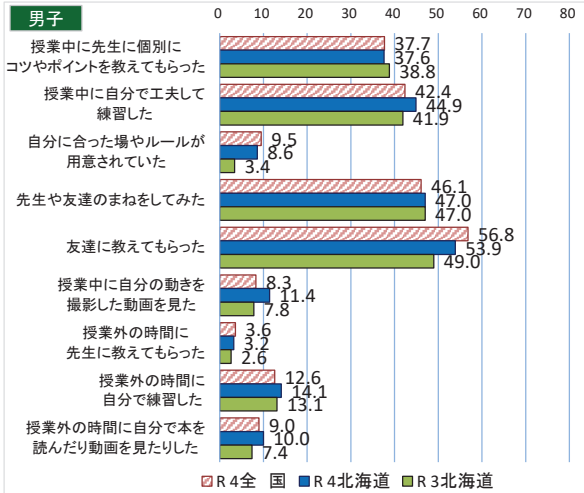
⑤ 保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



⑥ 保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

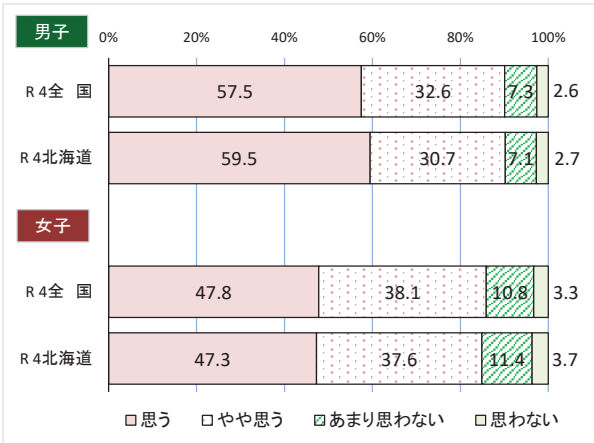


⑦ これまでの保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。(複数回答可)

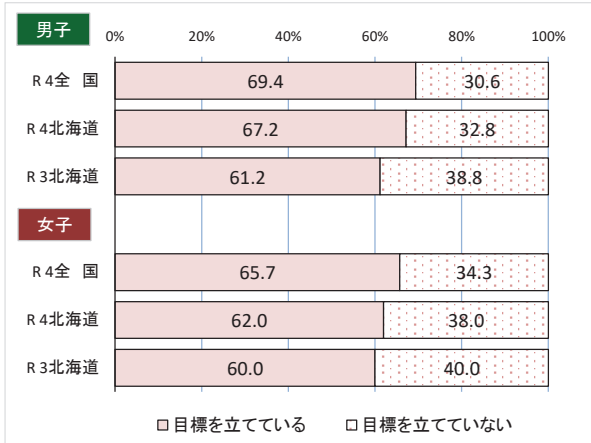


⑧ 保健体育の授業を受けることは、自分の生活を健康で明るいのにする1つの要素になっていますか。

R4新規項目



⑨ 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

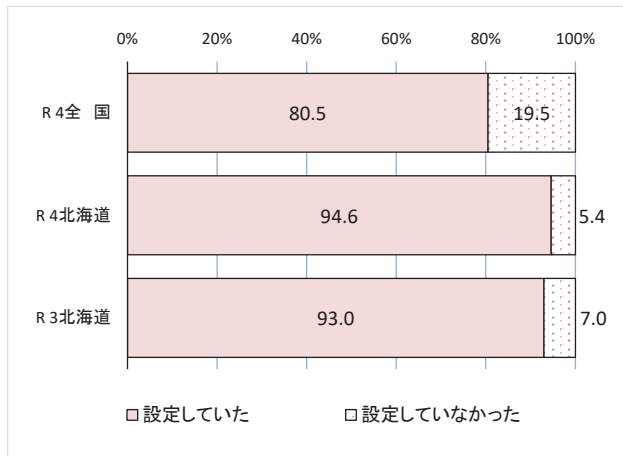


5 学校質問紙調査（～P24）

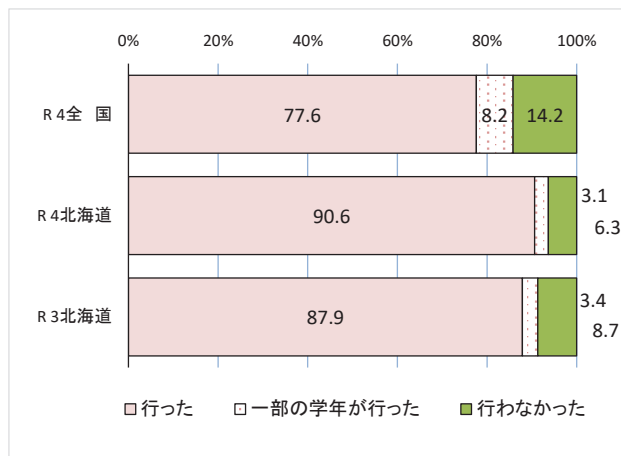
(1) 体力向上の取組の状況

【小学校】

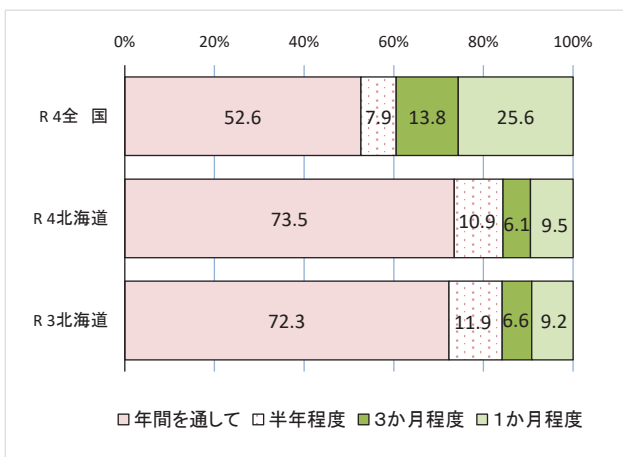
① 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



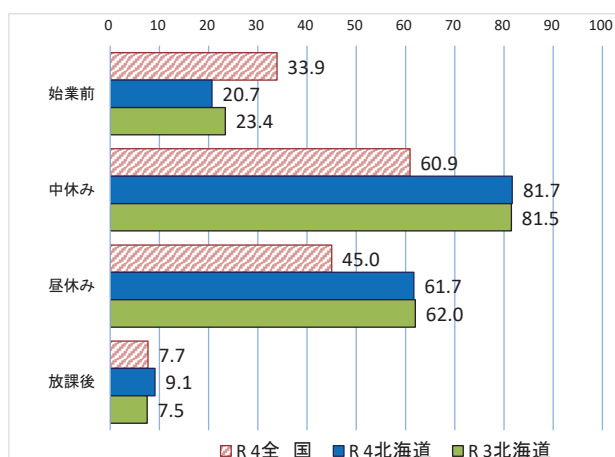
② 体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



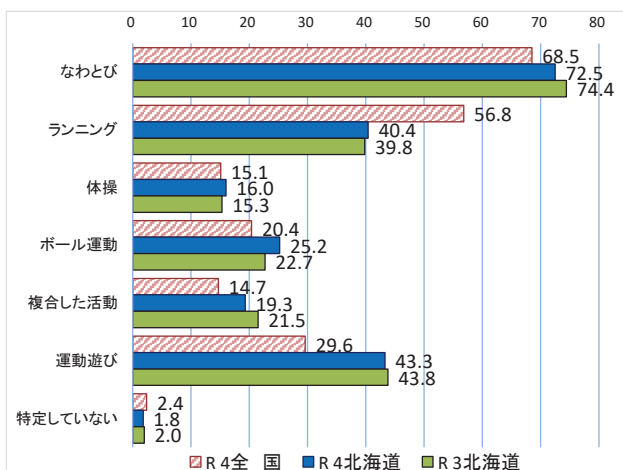
③ 体育の授業以外での取組をどのくらいの期間行いましたか。



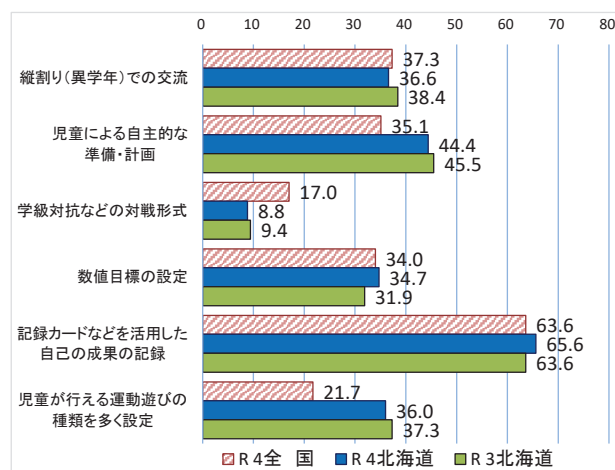
④ 体育の授業以外での取組をいつ行いましたか。



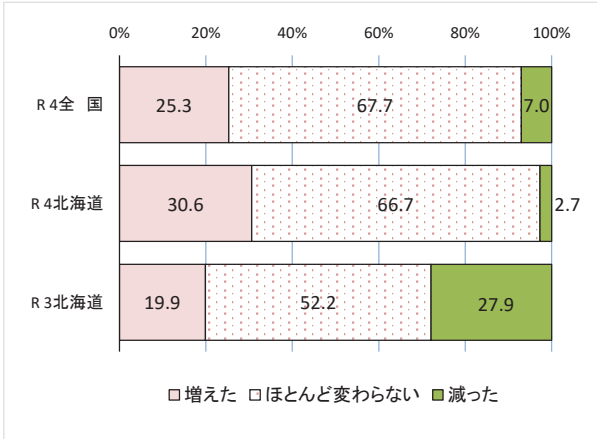
⑤ 体育の授業以外での取組でどのような活動を行いましたか。



⑥ 体育の授業以外における活動を行う上で、どのような取組をしましたか。

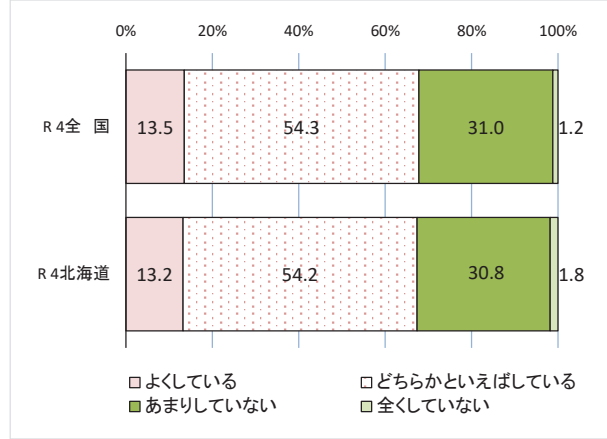


⑦ 体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組時間は、前年度と比べて変わっている。

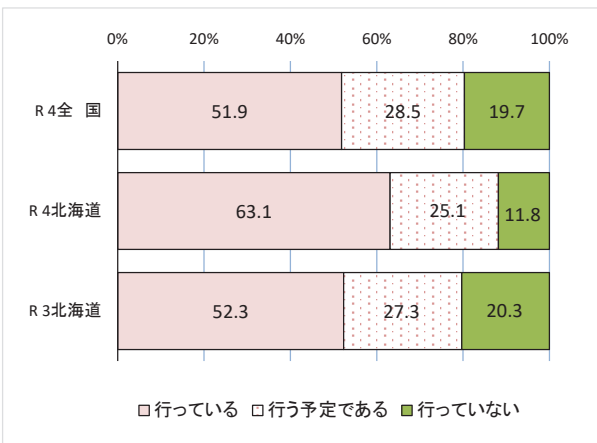


⑧ 自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために、校内外の研修や研究会のような取組に積極的に参加している。

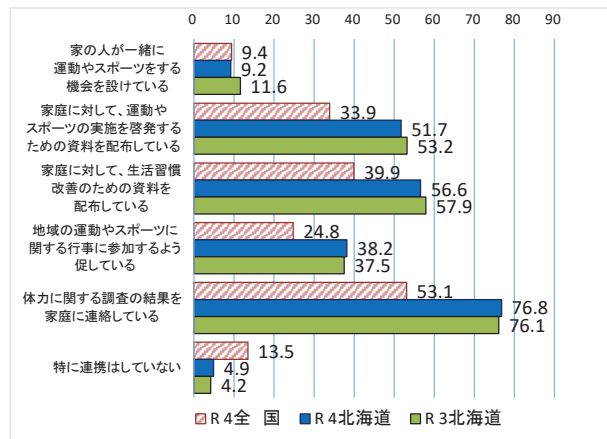
R4新規項目



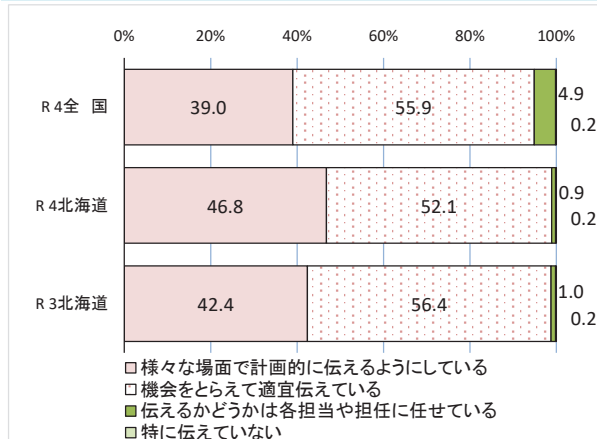
⑨ 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向がある児童向けの取組、または能力差に応じた取組を現在行っていますか。



⑩ 運動やスポーツ、児童の体力について、家庭とどのような連携をしていますか。

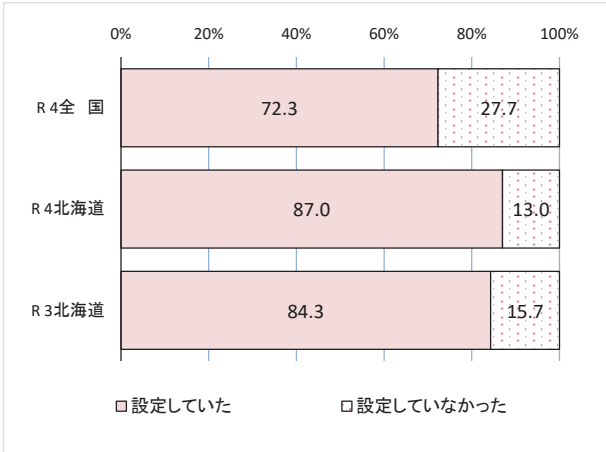


⑪ 健康三原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを、児童に伝えていますか。

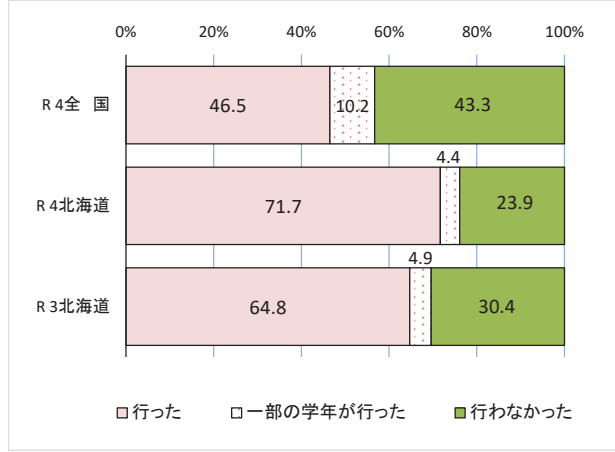


【中学校】

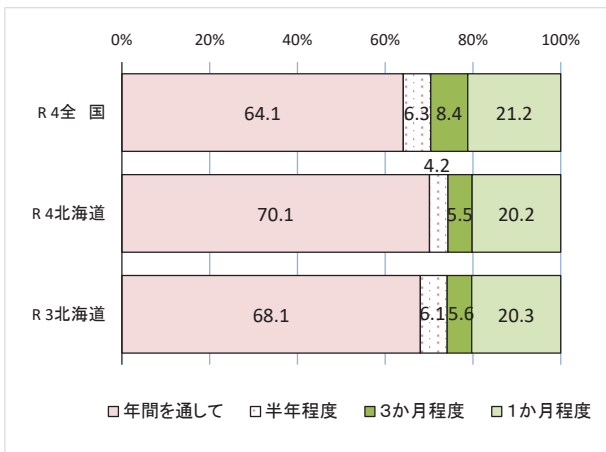
① 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



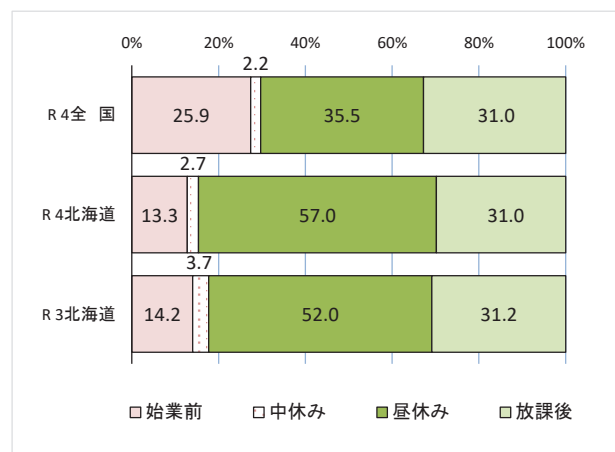
② 保健体育の授業以外で、全ての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



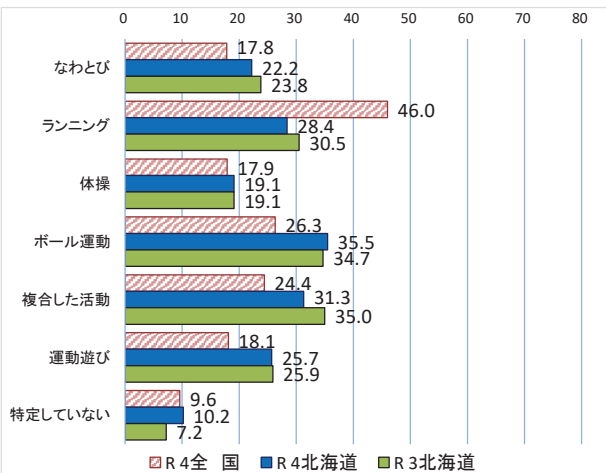
③ 保健体育の授業以外での取組をどのくらいの期間行いましたか。



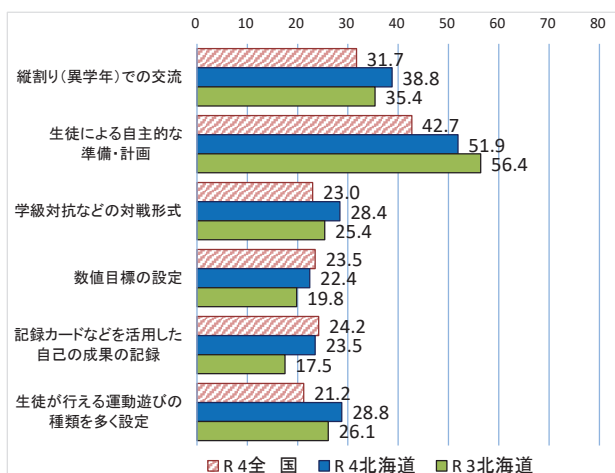
④ 保健体育の授業以外での取組をいつ行いましたか。



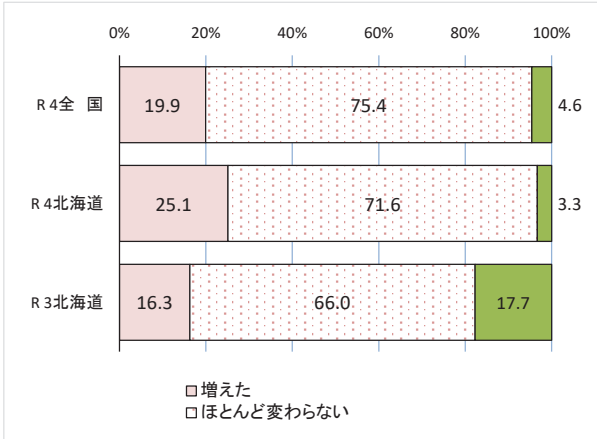
⑤ 保健体育の授業以外での取組でどのような活動を行いましたか。



⑥ 保健体育の授業以外における活動を行う上で、どのような取組をしましたか。

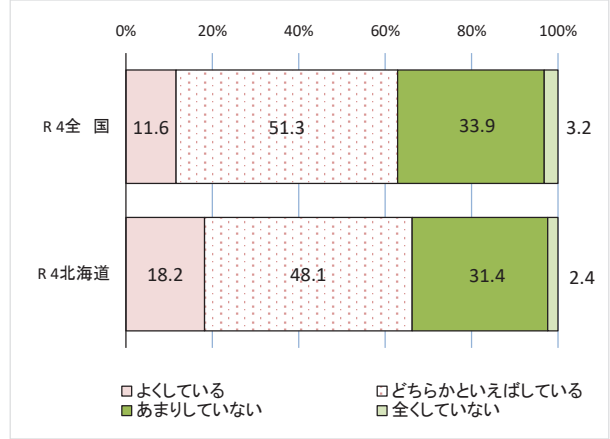


⑦ 保健体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組時間は、前年度と比べて変わっている。

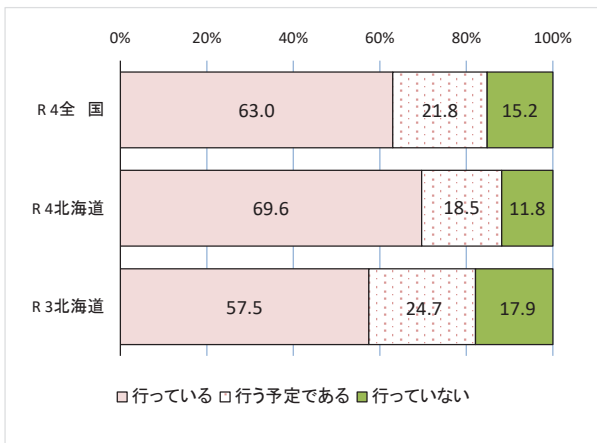


⑧ 自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために、校内外の研修や研究会のような取組に積極的に参加している。

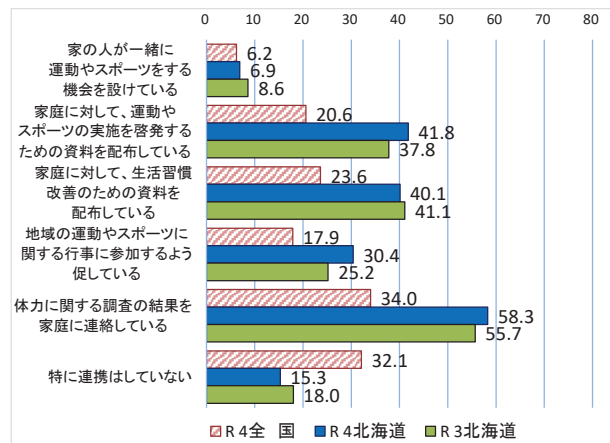
R4新規項目



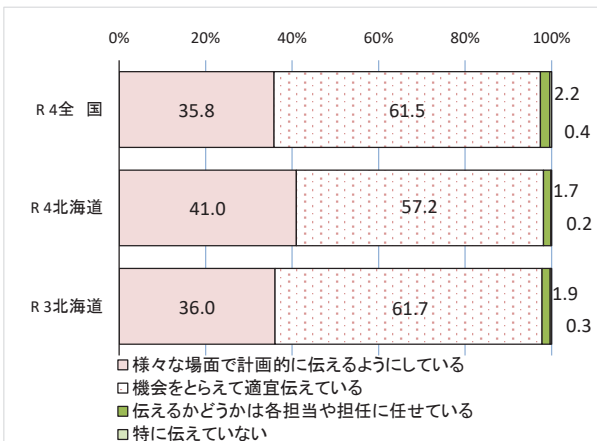
⑨ 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向がある生徒向けの取組、または能力差に応じた取組を現在行っていますか。



⑩ 運動やスポーツ、生徒の体力について、家庭とどのような連携をしていますか。



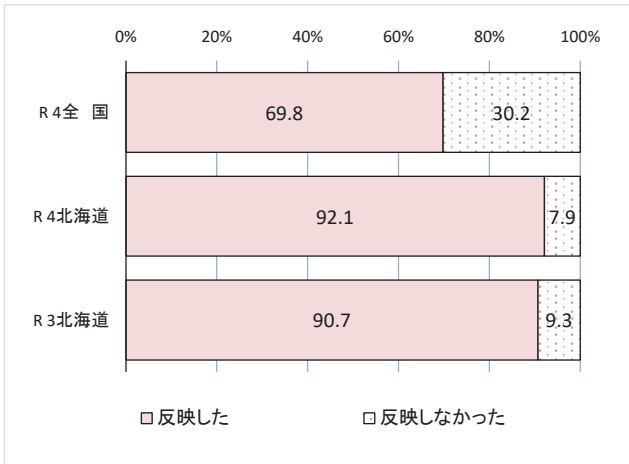
⑪ 健康三原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを、生徒に伝えていますか。



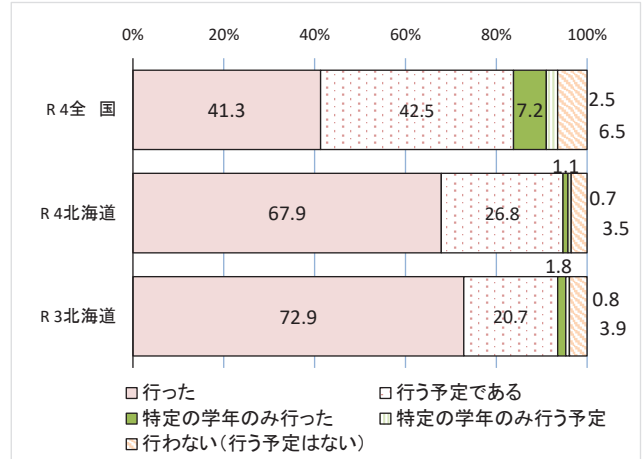
(2) 体育・保健体育の授業の状況

【小学校】

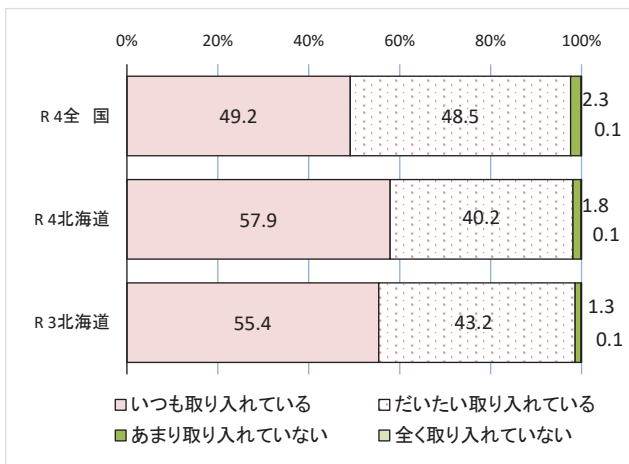
① 令和3年度の調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。



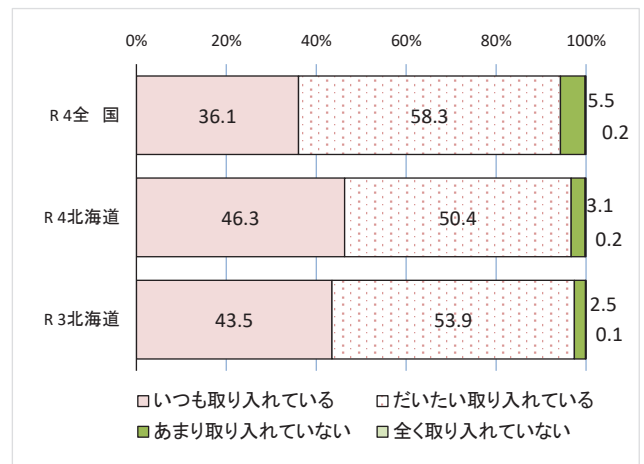
② 令和3年度の調査結果を踏まえて、授業等の工夫・改善を行ったか。



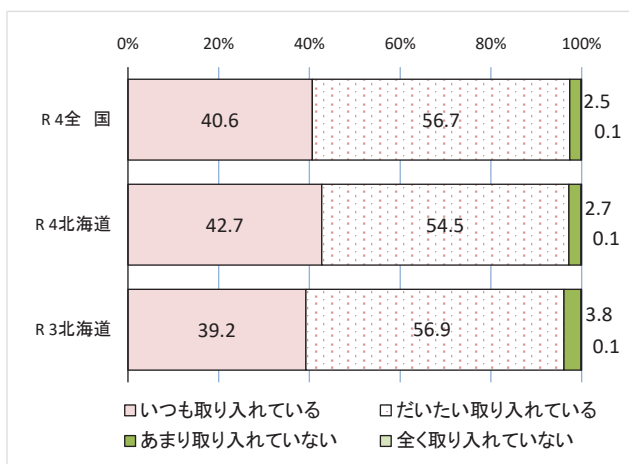
③ 体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動を取り入れていますか。



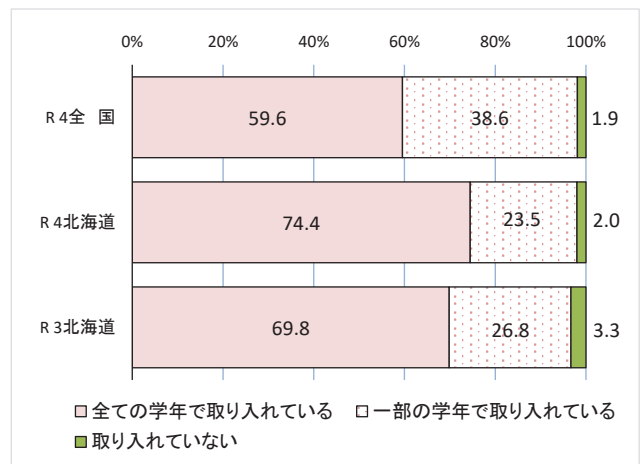
④ 体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。



⑤ 体育の授業では、児童同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。

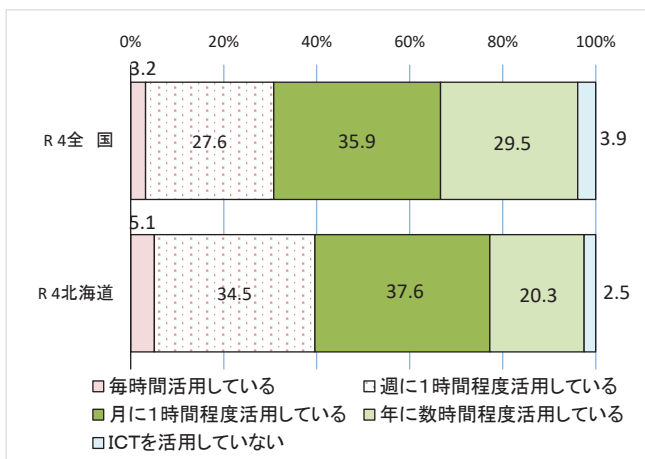


⑥ 体育の授業では、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか。

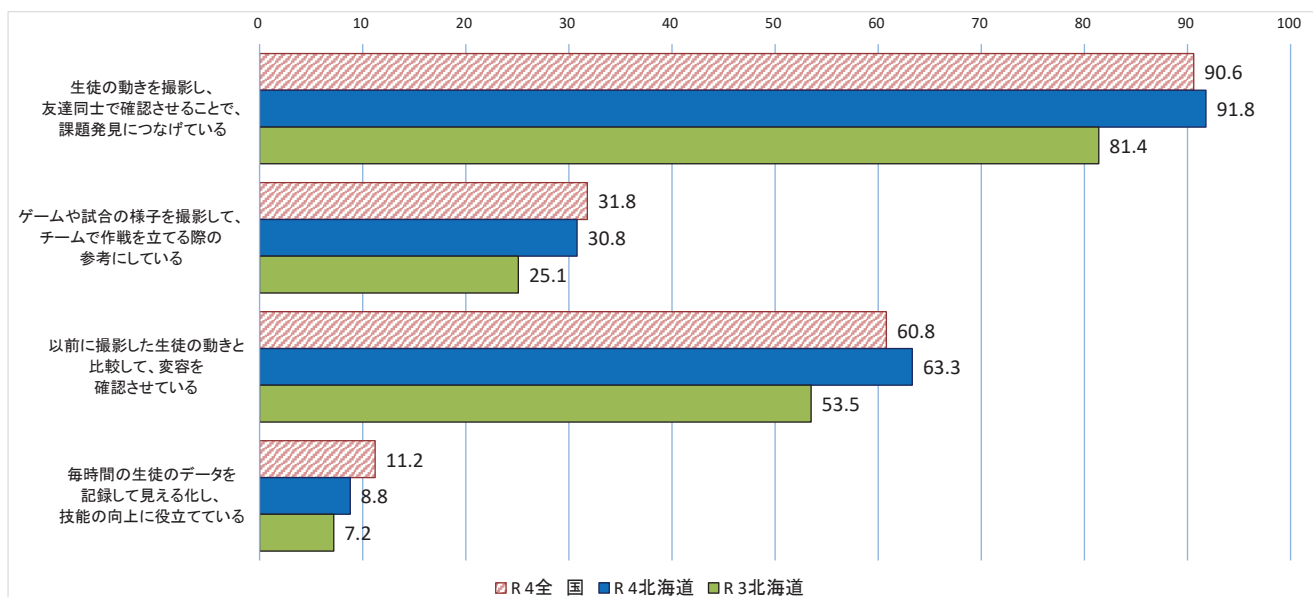


⑦ 体育授業におけるICTの活用について、どのくらいの頻度で活用していますか。

R4新規項目

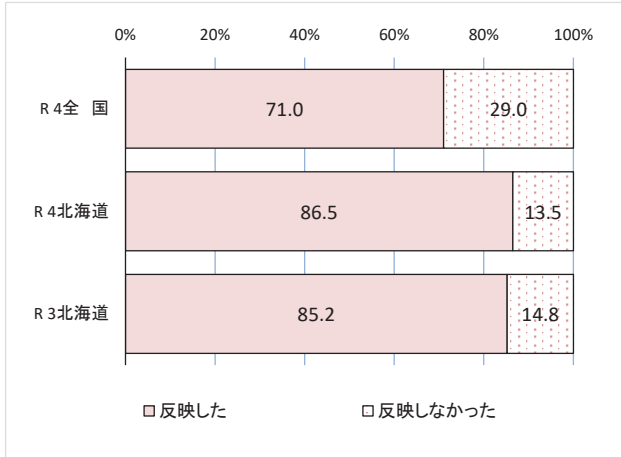


⑧ 体育の指導で、授業中にICTをどのように活用していますか。

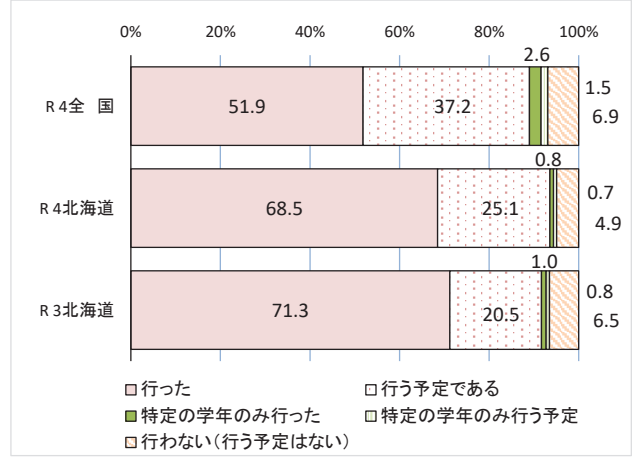


【中学校】

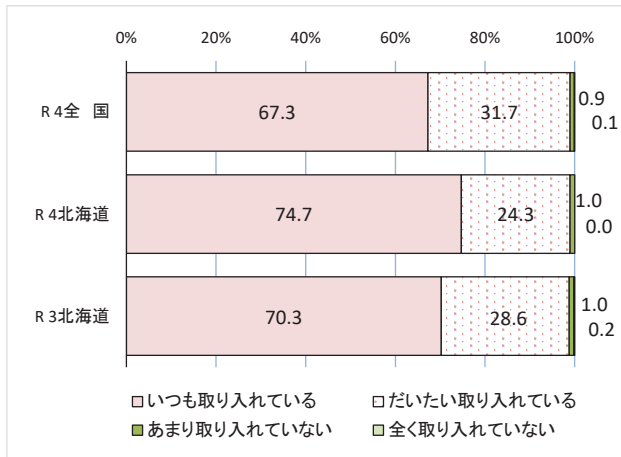
① 令和3年度の調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。



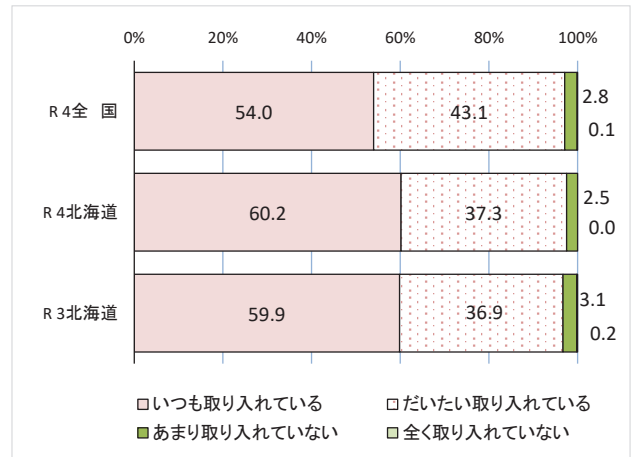
② 令和3年度の調査結果を踏まえて、授業等の工夫・改善を行った。



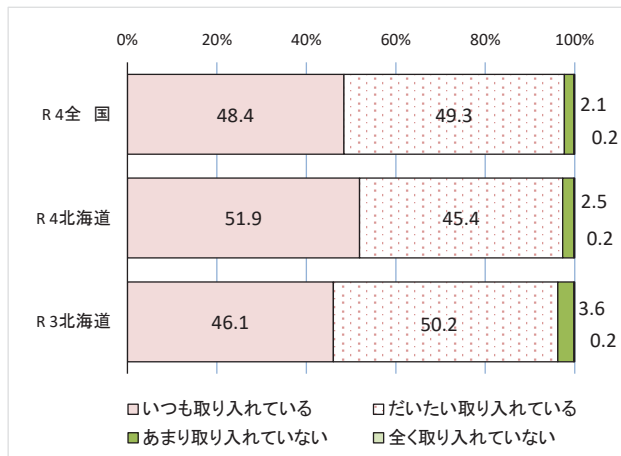
③ 保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を生徒に示す活動を取り入れていますか。



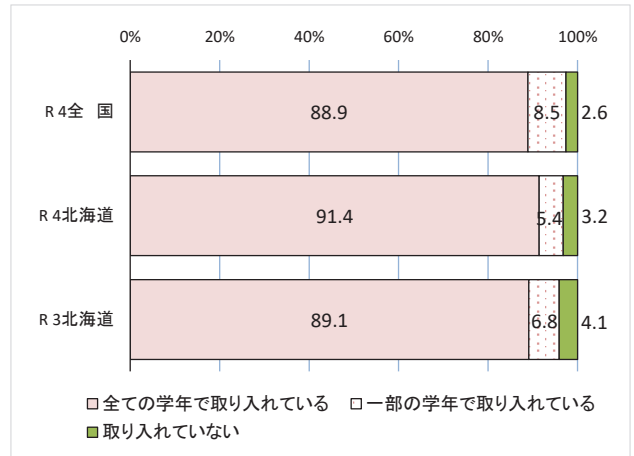
④ 保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。



⑤ 保健体育の授業では、生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。

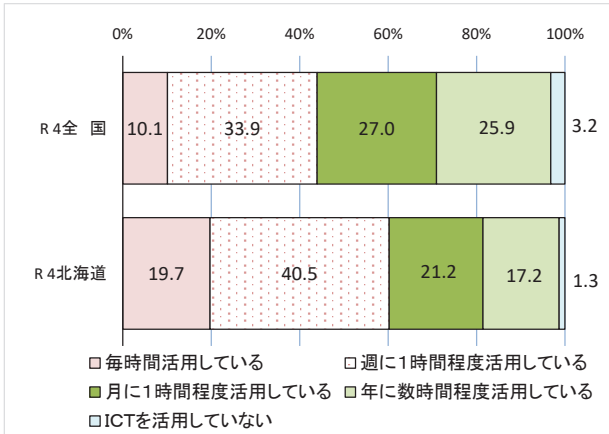


⑥ 保健体育の授業では、生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか。

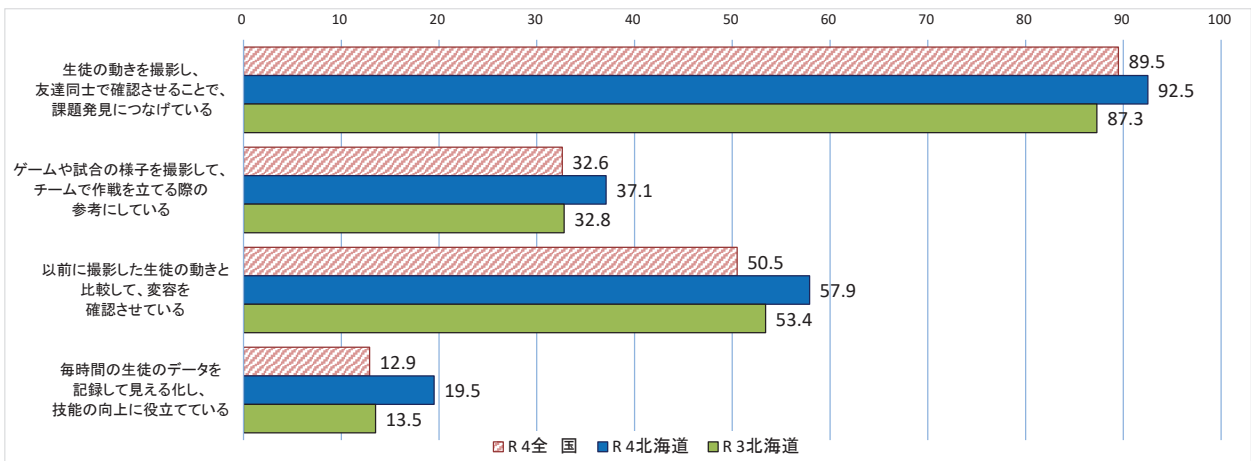


⑦ 保健体育授業におけるICTの活用について、どのくらいの頻度で活用していますか。

R4新規項目

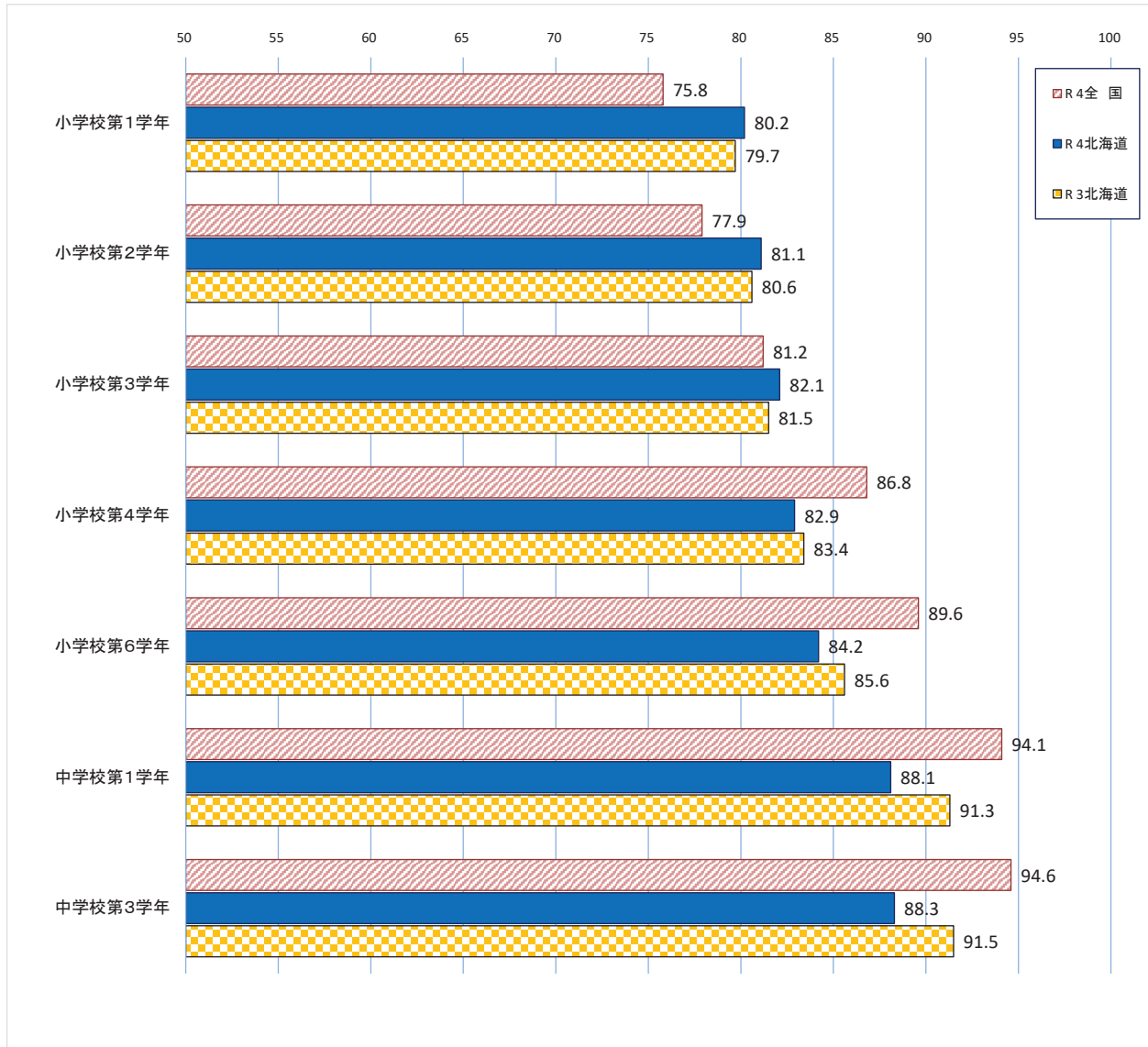


⑧ 保健体育の指導で、授業中にICTをどのように活用していますか。



(3) 新体カテストの実施状況

○ 新体カテストの実施状況について聞きます。実施した学年を選んでください。(複数回答可)



札幌市を除く北海道の調査結果（～P28）

参考1

○ 平成29年度(2017年度)から、国が指定都市を除く都道府県の調査結果も公表していることから、従来から公表している「北海道全体の調査結果」に加え、「札幌市を除いた北海道の調査結果」の概要を参考として掲載しています。

(1) 実技に関する調査

小学校

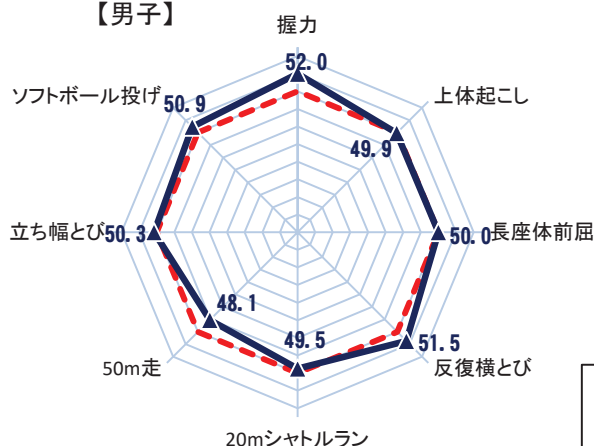
① 体力合計点及び各種目の記録

男子		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)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
全国	記録	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
北海道 (札幌市を除く)	記録	17.15	18.72	34.15	41.46	43.92	9.85	151.15	20.73	52.23
	全国との差	0.94	▲ 0.14	0.36	1.10	▲ 2.00	▲ 0.32	0.32	0.42	▲ 0.05

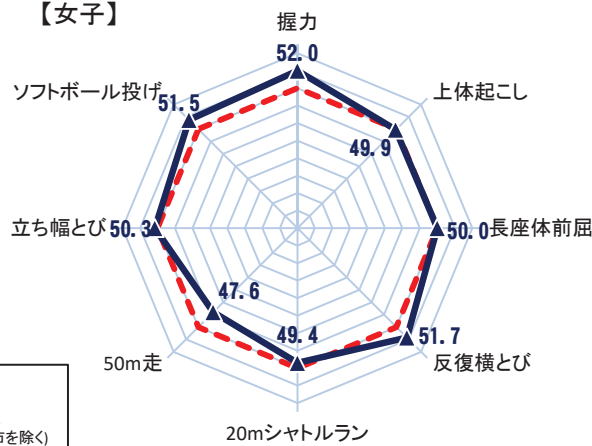
女子		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
全国	記録	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
北海道 (札幌市を除く)	記録	16.90	17.93	38.14	39.95	36.00	9.94	145.16	13.90	54.48
	全国との差	0.80	▲ 0.04	▲ 0.04	1.29	▲ 0.97	▲ 0.24	0.61	0.73	0.17

② 各種目の全国との比較(T得点)

【男子】



【女子】



中学校

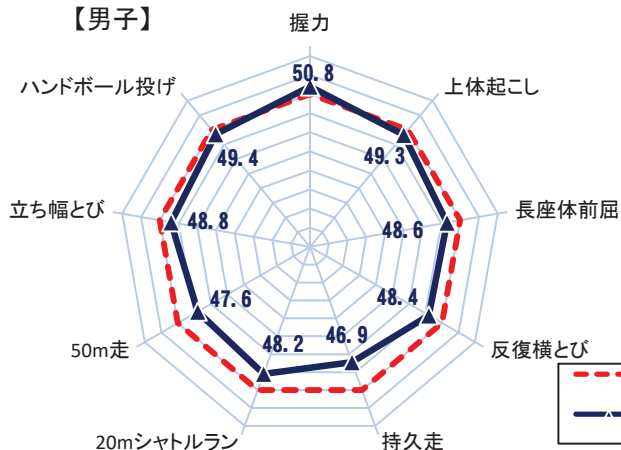
① 体力合計点及び各種目の記録

男子		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
全国	記録	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
北海道 (札幌市を除く)	記録	29.59	25.31	42.33	49.70	431.39	73.63	8.28	193.37	19.92	39.63
	全国との差	0.60	▲ 0.43	▲ 1.54	▲ 1.35	▲ 21.58	▲ 4.44	▲ 0.22	▲ 3.52	▲ 0.36	▲ 1.41

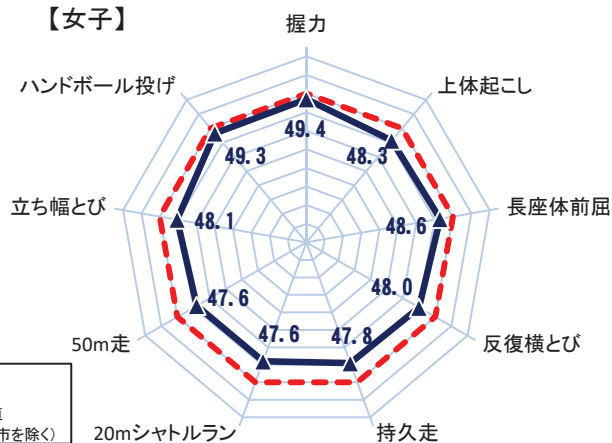
女子		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
全国	記録	23.21	21.67	46.07	45.81	302.89	51.60	8.96	167.04	12.45	47.42
北海道 (札幌市を除く)	記録	22.93	20.69	44.62	44.33	313.68	46.94	9.19	162.10	12.16	44.85
	全国との差	▲ 0.28	▲ 0.98	▲ 1.45	▲ 1.48	▲ 10.79	▲ 4.66	▲ 0.23	▲ 4.94	▲ 0.29	▲ 2.57

② 各種目の全国との比較(T得点)

【男子】



【女子】



(2) 体格と肥満度に関する調査

小学校

		体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
男子	全国	139.52	35.51	14.5	82.9	2.5
	北海道	140.07	37.45	22.2	75.6	2.2
女子	全国	141.30	35.37	9.8	87.6	2.6
	北海道	141.78	36.54	13.8	83.8	2.4

中学校

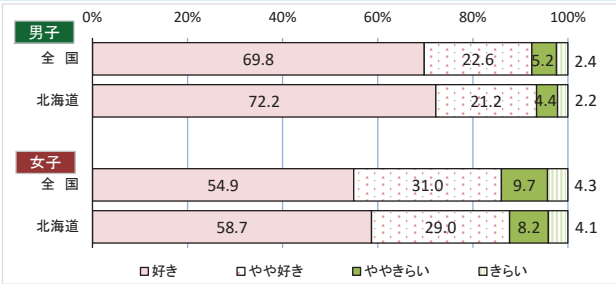
		体格		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	肥満(%)	正常(%)	痩身(%)
男子	全国	161.05	50.45	11.5	85.4	3.2
	北海道	161.92	52.30	15.5	81.2	3.3
女子	全国	154.92	47.09	7.7	88.5	3.8
	北海道	155.20	47.61	9.4	86.8	3.9

(3) 児童生徒質問紙調査

小学校

【運動に関する項目】

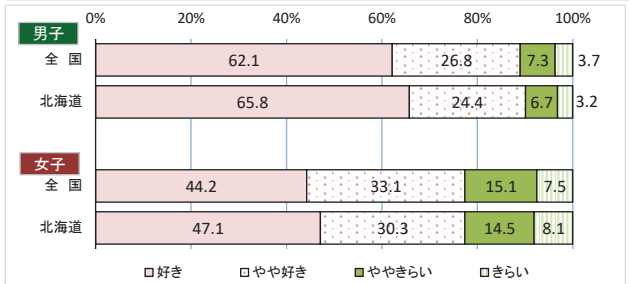
① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



中学校

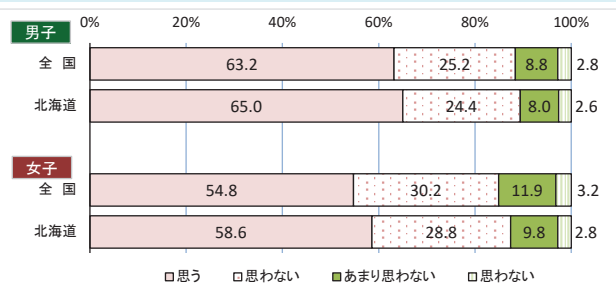
【運動に関する項目】

① 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。



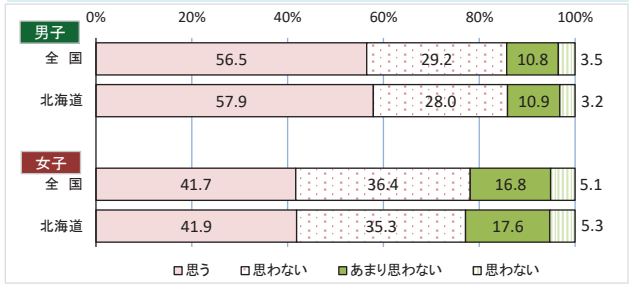
【運動に関する項目】

② 中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



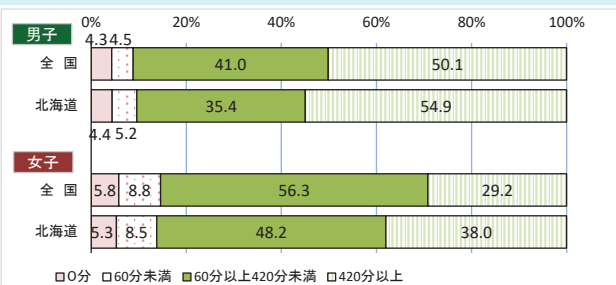
【運動に関する項目】

② 中学校を卒業した後、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



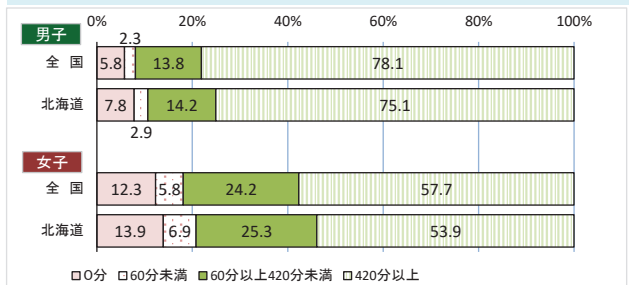
【運動習慣に関する項目】

③ 学校の体育の授業以外で、運動やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。(1週間の総運動時間で表記)



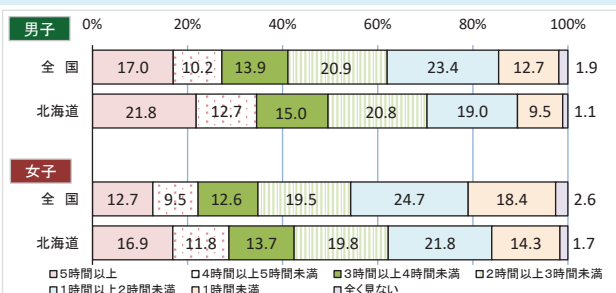
【運動習慣に関する項目】

③ 学校の保健体育の授業以外で、運動やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。(1週間の総運動時間で表記)



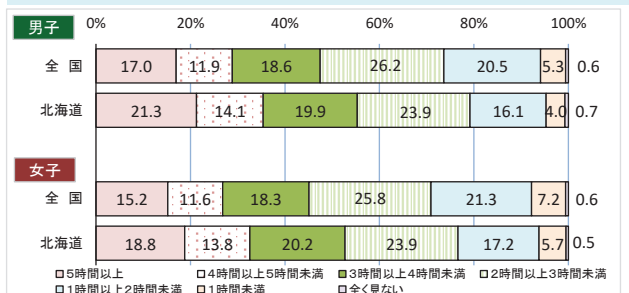
【生活習慣に関する項目】

④ 平日に、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



【生活習慣に関する項目】

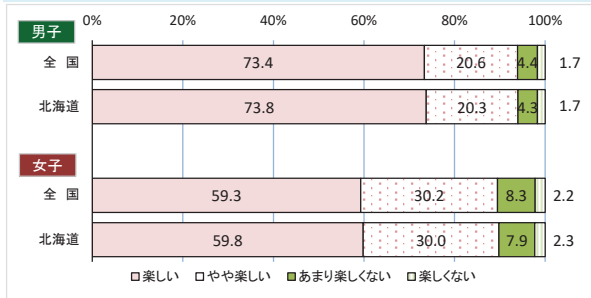
④ 平日に、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



小学校

【体育授業に関する項目】

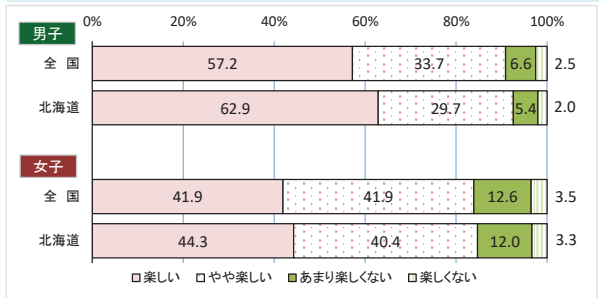
⑤ 体育の授業は、楽しいですか。



中学校

【保健体育授業に関する項目】

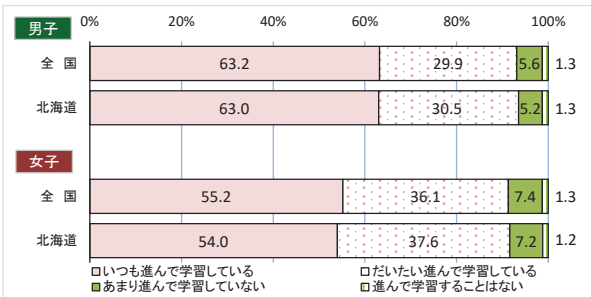
⑤ 保健体育の授業は、楽しいですか。



【体育授業に関する項目】

⑥ 体育の授業では、進んで学習していますか。

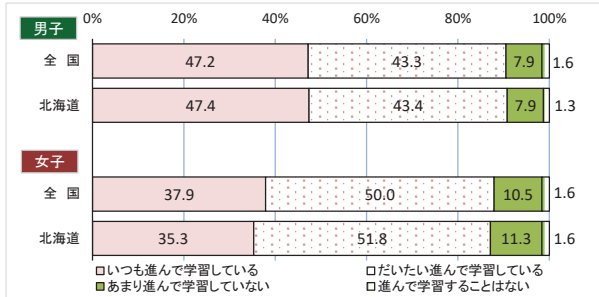
R4新規項目



【保健体育授業に関する項目】

⑥ 保健体育の授業では、進んで学習していますか。

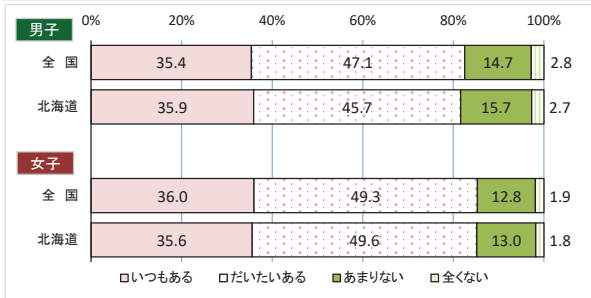
R4新規項目



【体育授業に関する項目】

⑦ 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

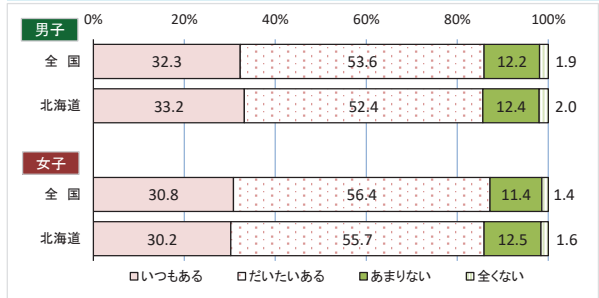
R4新規項目



【保健体育授業に関する項目】

⑦ 保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

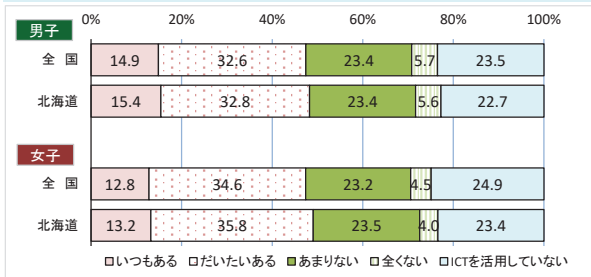
R4新規項目



【体育授業に関する項目】

⑧ 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

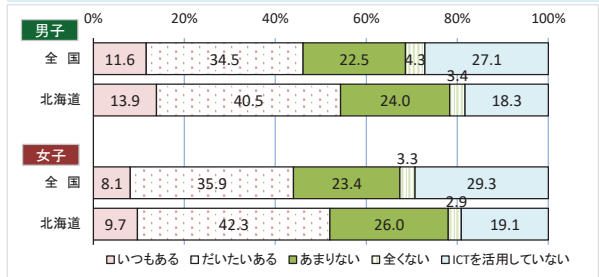
R4新規項目



【保健体育授業に関する項目】

⑧ 保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

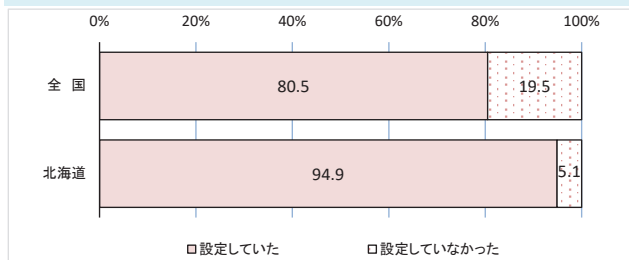
R4新規項目



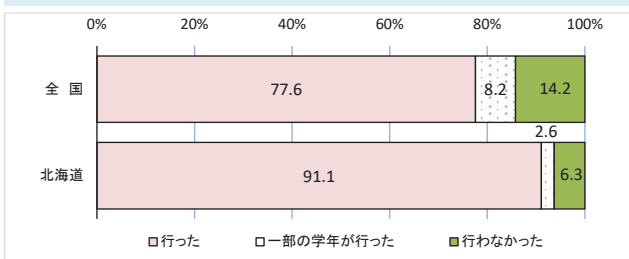
(4) 学校質問紙調査

小学校

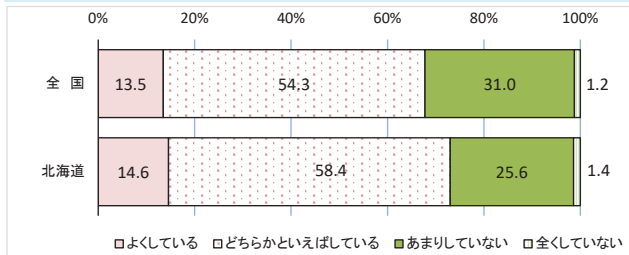
① 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



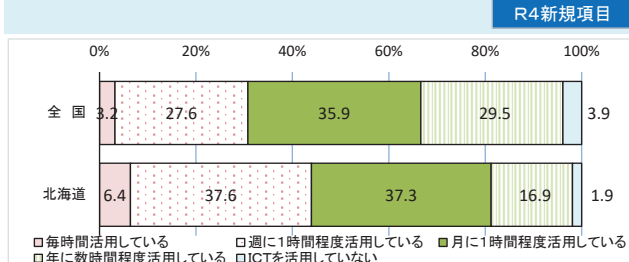
② 体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



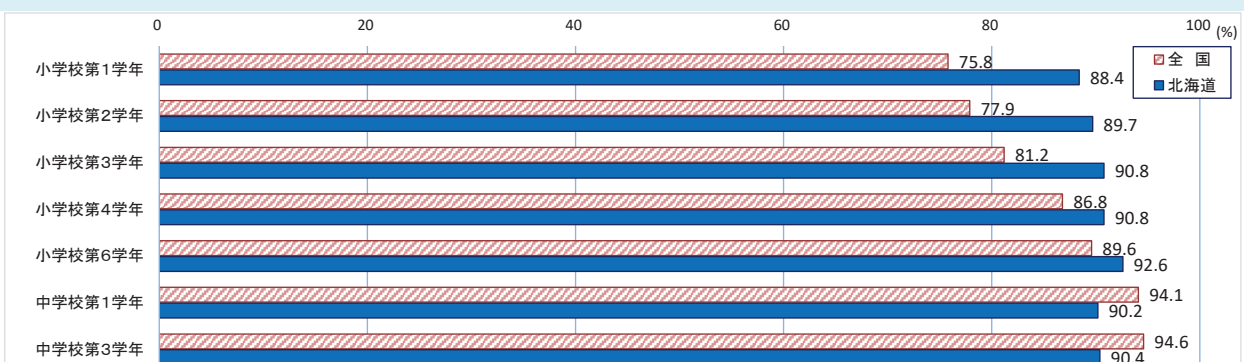
③ 教師は、自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために校内外の研修や研究会のような取組に、積極的に参加していますか。 R4新規項目



④ 体育の授業において、どのくらいの頻度でICTを活用していますか。 R4新規項目

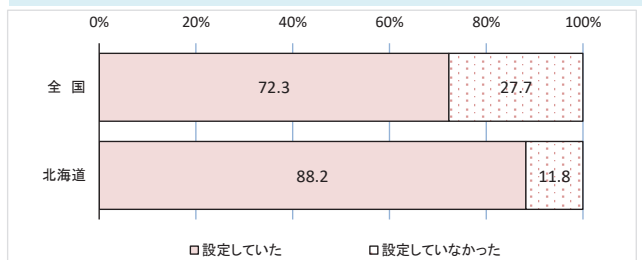


⑤ 新体力テストの実施状況について聞きます。実施した学年を選んでください。(複数回答可)

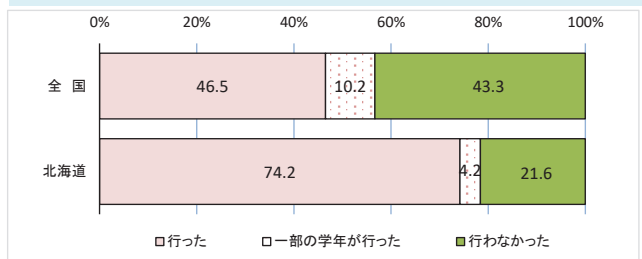


中学校

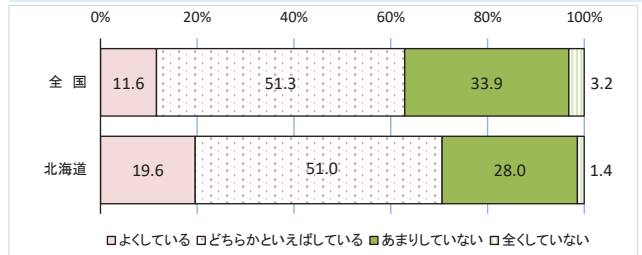
① 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



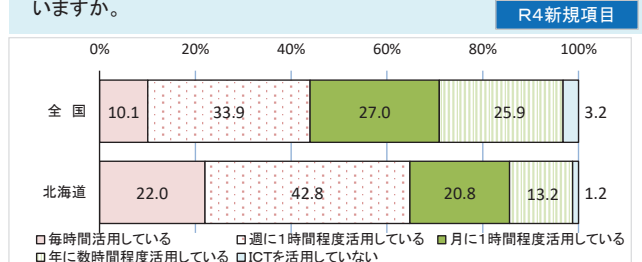
② 保健体育の授業以外で、全ての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



③ 教師は、自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために校内外の研修や研究会のような取組に、積極的に参加していますか。 R4新規項目



④ 保健体育の授業において、どのくらいの頻度でICTを活用していますか。 R4新規項目



新体カテストの種目及び実施方法等

参考 2

握 力

直立の姿勢で両足を左右に開き、腕を自然に下げ、握力計を身体や衣服に触れないようにして力いっぱい握りしめる。

右左交互に2回ずつ実施し、左右おのおののよい方の記録を平均する。



上体起こし

マット上で仰臥姿勢をとり、両手を軽く握り、両腕を胸の前で組む。「始め」の合図で、仰臥姿勢から、両肘と両大腿部がつくまで上体を起こし、すばやく開始時の仰臥姿勢に戻す。

30秒間、前述の上体起こしをできるだけ多く繰り返す。



長座体前屈

被測定者は、両脚を両箱の間に入れ、壁に背・尻をぴったりとつけて長座姿勢をとる。肩幅の広さで両手のひらを下にして、手のひらの中央付近が、両箱の間にある厚紙の手前端にかかるように置く。

被測定者は、両手を厚紙から離さずにゆっくりと前屈して、箱全体を真っ直ぐ前方にできるだけ遠くまで滑らせ、最大に前屈した後に厚紙から手を離す。2回実施してよい方の記録をとる。



反復横とび

中央ラインをまたいで立ち、「始め」の合図で右側のラインを越すか、または、踏むまでサイドステップし、次に中央ラインに戻り、さらに左側のラインを越すか、または、触れるまでサイドステップする。

20秒間繰り返し、それぞれのラインを通過することに1点を与える(右、中央、左、中央で4点になる)。2回実施してよい方の記録をとる。



20mシャトルラン

電子音にあわせて20m先の線に向けて走り出し、次の電子音が鳴るまでに足が線を越えるか、触れたら、その場で向きを変える。この動作を繰り返す。

電子音の間隔は、初めはゆっくりであるが、約1分ごとに間隔が短くなる。設定された速度を維持できなくなり走るのをやめたとき、または、2回続けてどちらかの足で線に触れることができなくなったときに、テストを終了する。線に触れた回数を記録とする。



持久走

男子は1500m、女子は1000mとする。スタートの合図からゴールライン上に胸が到達するまでに要した時間を計測する。スタートはスタンディングスタートで行い、実施は1回とする。



50m走

スタートの合図からゴールライン上に胸が到達するまでに要した時間を計測する。スタートはスタンディングスタート(中学生はクラウチングスタート)で行い、実施は1回とする。



立ち幅とび

両足を軽く開いて、つま先が踏み切り線の前端にそろうように立ち、両足で同時に踏み切って前方へとぶ。2回実施してよい方の記録をとる。



ソフト(ハンド)ボール投げ

投球は地面に描かれた円内(直径2m)から行う。投球中または投球後、円を踏んだり、越したりして円外に出てはならない。小学生はソフトボール1号、中学生はハンドボール2号を使用する。2回実施してよい方の記録をとる。



※中学校は持久走か20mシャトルランのどちらかを選択する。

(1)項目別得点表

①小学校男子

得点	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	得点
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上	80回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上	10
9	23~25	23~25	43~48	46~49	69~79	8.1~8.4	180~191	35~39	9
8	20~22	20~22	38~42	42~45	57~68	8.5~8.8	168~179	30~34	8
7	17~19	18~19	34~37	38~41	45~56	8.9~9.3	156~167	24~29	7
6	14~16	15~17	30~33	34~37	33~44	9.4~9.9	143~155	18~23	6
5	11~13	12~14	27~29	30~33	23~32	10.0~10.6	130~142	13~17	5
4	9~10	9~11	23~26	26~29	15~22	10.7~11.4	117~129	10~12	4
3	7~8	6~8	19~22	22~25	10~14	11.5~12.2	105~116	7~9	3
2	5~6	3~5	15~18	18~21	8~9	12.3~13.0	93~104	5~6	2
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下	7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下	1

②小学校女子

得点	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	得点
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上	64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上	10
9	22~24	20~22	46~51	43~46	54~63	8.4~8.7	170~180	21~24	9
8	19~21	18~19	41~45	40~42	44~53	8.8~9.1	160~169	17~20	8
7	16~18	16~17	37~40	36~39	35~43	9.2~9.6	147~159	14~16	7
6	13~15	14~15	33~36	32~35	26~34	9.7~10.2	134~146	11~13	6
5	11~12	12~13	29~32	28~31	19~25	10.3~10.9	121~133	8~10	5
4	9~10	9~11	25~28	25~27	14~18	11.0~11.6	109~120	6~7	4
3	7~8	6~8	21~24	21~24	10~13	11.7~12.4	98~108	5	3
2	4~6	3~5	18~20	17~20	8~9	12.5~13.2	85~97	4	2
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下	7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下	1

③中学校男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4' 59"以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上	10
9	51~55	33~34	58~63	60~62	5' 00"~5' 16"	113~124	6.7~6.8	254~264	34~36	9
8	47~50	30~32	53~57	56~59	5' 17"~5' 33"	102~112	6.9~7.0	242~253	31~33	8
7	43~46	27~29	49~52	53~55	5' 34"~5' 55"	90~101	7.1~7.2	230~241	28~30	7
6	38~42	25~26	44~48	49~52	5' 56"~6' 22"	76~89	7.3~7.5	218~229	25~27	6
5	33~37	22~24	39~43	45~48	6' 23"~6' 50"	63~75	7.6~7.9	203~217	22~24	5
4	28~32	19~21	33~38	41~44	6' 51"~7' 30"	51~62	8.0~8.4	188~202	19~21	4
3	23~27	16~18	28~32	37~40	7' 31"~8' 19"	37~50	8.5~9.0	170~187	16~18	3
2	18~22	13~15	21~27	30~36	8' 20"~9' 20"	26~36	9.1~9.7	150~169	13~15	2
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9' 21"以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下	1

④中学校女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	得点
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3' 49"以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上	10
9	33~35	26~28	58~62	50~52	3' 50"~4' 02"	76~87	7.8~8.0	200~209	20~22	9
8	30~32	23~25	54~57	48~49	4' 03"~4' 19"	64~75	8.1~8.3	190~199	18~19	8
7	28~29	20~22	50~53	45~47	4' 20"~4' 37"	54~63	8.4~8.6	179~189	16~17	7
6	25~27	18~19	45~49	42~44	4' 38"~4' 56"	44~53	8.7~8.9	168~178	14~15	6
5	23~24	15~17	40~44	39~41	4' 57"~5' 18"	35~43	9.0~9.3	157~167	12~13	5
4	20~22	13~14	35~39	36~38	5' 19"~5' 42"	27~34	9.4~9.8	145~156	11	4
3	17~19	11~12	30~34	32~35	5' 43"~6' 14"	21~26	9.9~10.3	132~144	10	3
2	14~16	8~10	23~29	27~31	6' 15"~6' 57"	15~20	10.4~11.2	118~131	8~9	2
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6' 58"以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下	1

(2)総合評価基準表

段階	小学校(10歳)	中学校(13歳)
A	65以上	57以上
B	58~64	47~56
C	50~57	37~46
D	42~49	27~36
E	41以下	26以下