

# I 全道の状況

ここでは、令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査における本道の結果を掲載しています。

各市町村教育委員会、学校においては、本資料を参考に、全道的な傾向を把握するなど、各地域や学校の状況を分析する際の資料として御活用ください。

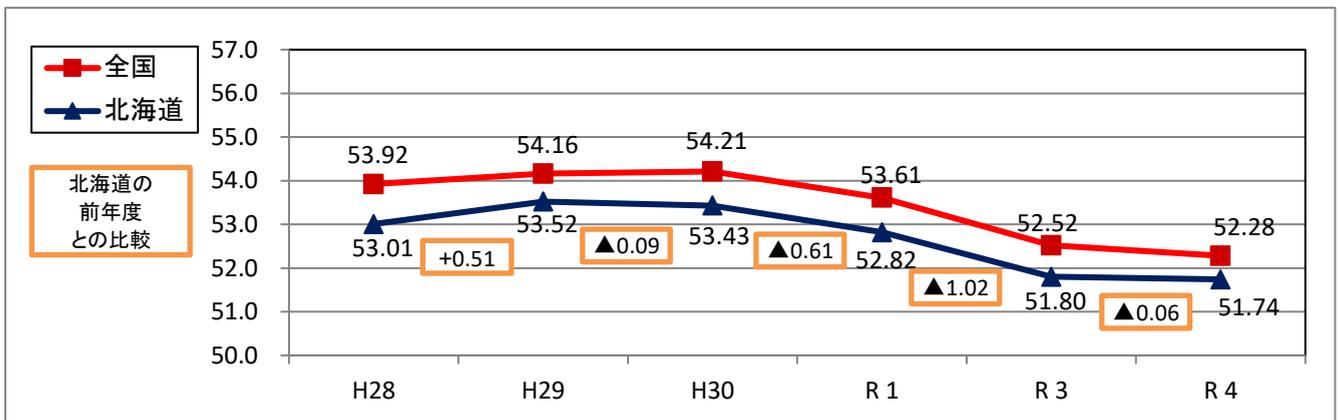
# 1 実技に関する調査 (～P7)

## (1) 小学校男子

### ① 体力合計点及び各種目の記録

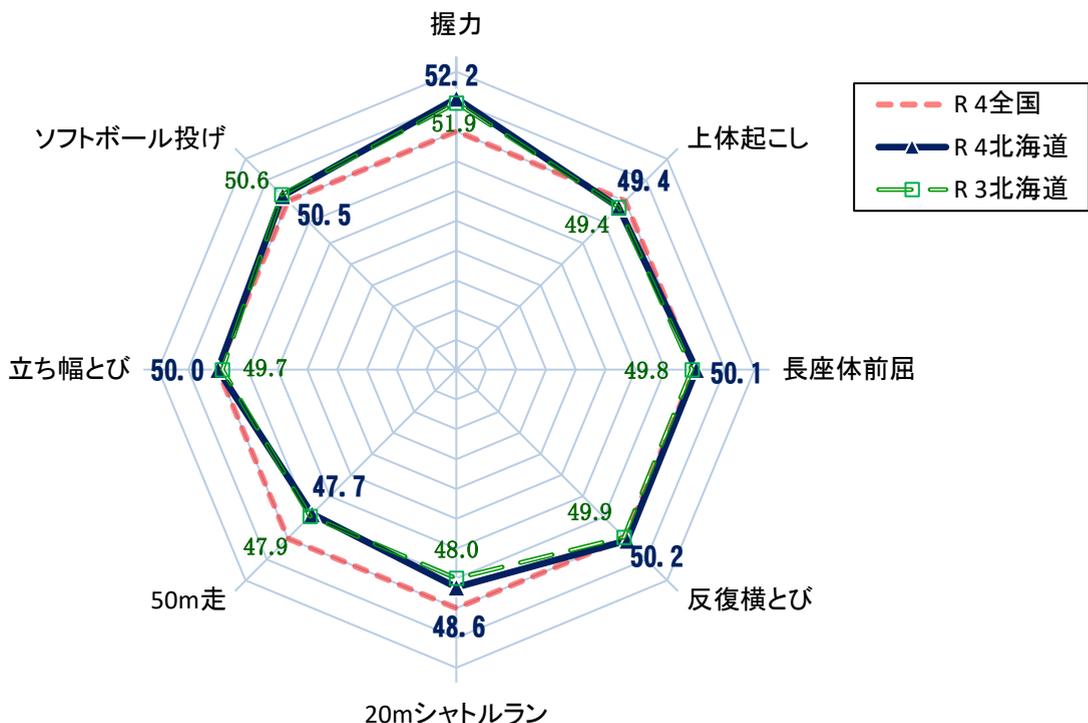
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R4全国	記録	16.21	18.86	33.79	40.36	45.92	9.53	150.83	20.31	52.28
R4北海道	記録	17.07	18.49	33.92	40.51	42.93	9.82	150.87	20.68	51.74
	全国との差	0.86	▲0.37	0.13	0.15	▲2.99	▲0.29	0.04	0.37	▲0.54
	R3北海道からの増減	0.11	▲0.03	0.63	0.25	0.22	▲0.14	0.07	▲0.39	▲0.06
R3全国	記録	16.22	18.90	33.48	40.35	46.83	9.45	151.41	20.58	52.52
R3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
R4北海道	52.2	49.4	50.1	50.2	48.6	47.7	50.0	50.5	49.4
R3北海道	51.9	49.4	49.8	49.9	48.0	47.9	49.7	50.6	49.2

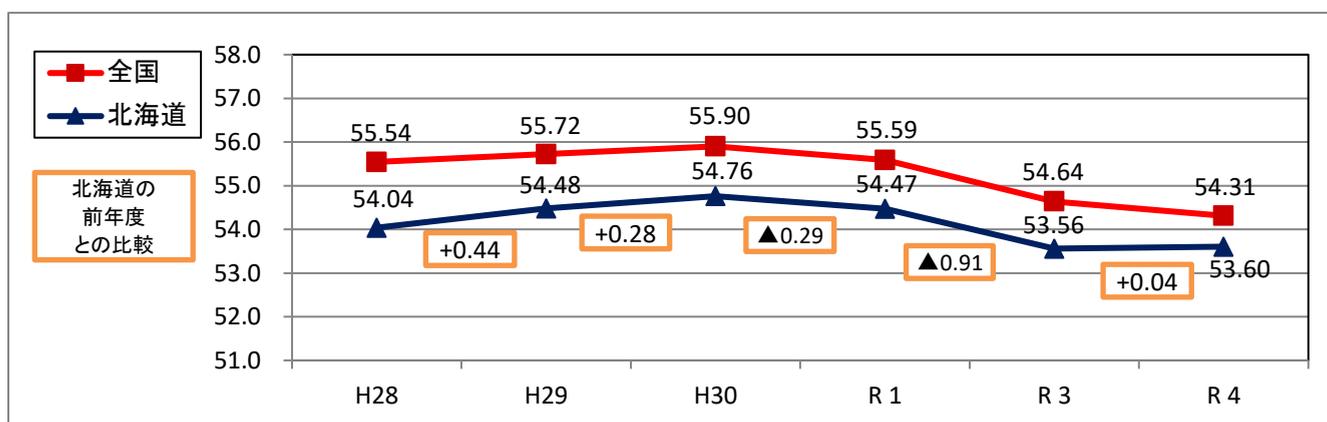


(2)小学校女子

①体力合計点及び各種目の記録

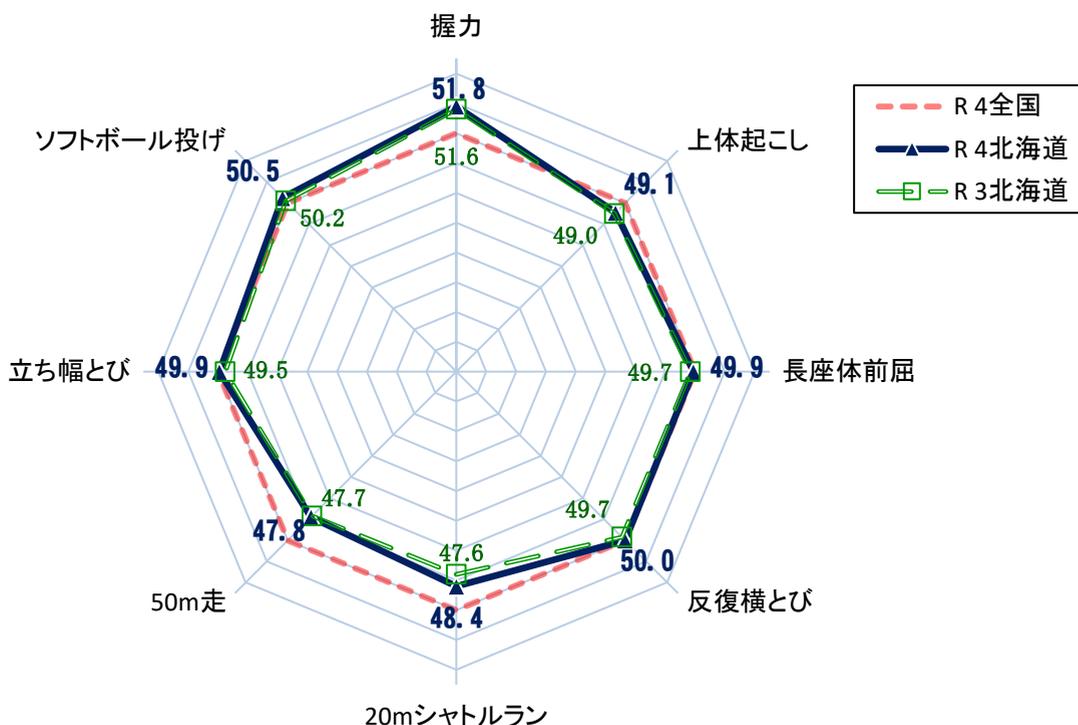
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 4全 国	記録	16.10	17.97	38.18	38.66	36.97	9.70	144.55	13.17	54.31
R 4北海道	記録	16.79	17.49	38.05	38.68	34.36	9.92	144.31	13.41	53.60
	全国との差	0.69	▲ 0.48	▲ 0.13	0.02	▲ 2.61	▲ 0.22	▲ 0.24	0.24	▲ 0.71
	R 3北海道からの増減	0.08	▲ 0.05	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



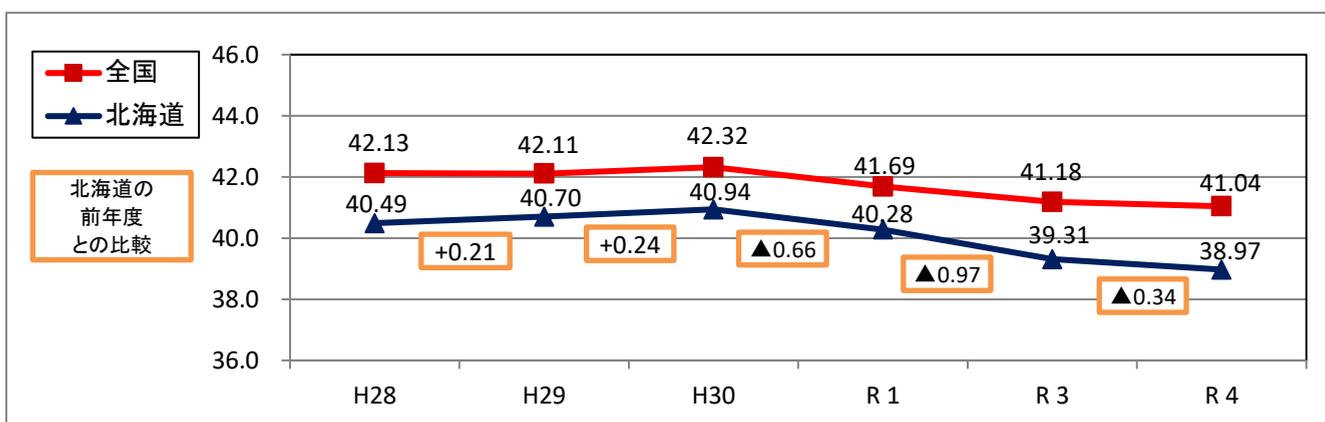
(3)中学校男子

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)
R4全国	記録	28.99	25.74	43.87	51.05	409.81	78.07	8.06	196.89	20.28	41.04
R4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
R3全国	記録	28.80	25.99	43.67	51.19	406.38	79.88	8.01	196.36	20.31	41.18
R3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(R4-R3)		0.14	▲0.08	▲0.25	▲0.24	0.34	0.71	▲0.01	▲1.34	▲0.05	▲0.20

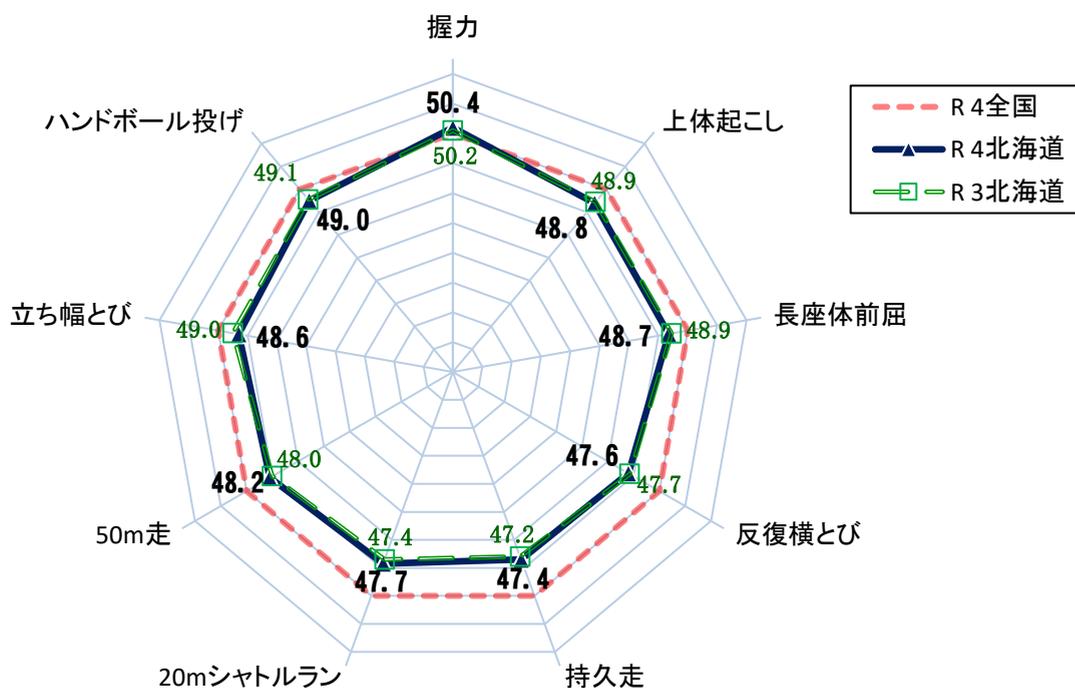
※中学校では、持久走か20mシャトルランのいずれかを選択して実施

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
R4北海道	50.4	48.8	48.7	47.6	47.4	47.7	48.2	48.6	49.0	48.1
R3北海道	50.2	48.9	48.9	47.7	47.2	47.4	48.0	49.0	49.1	48.2



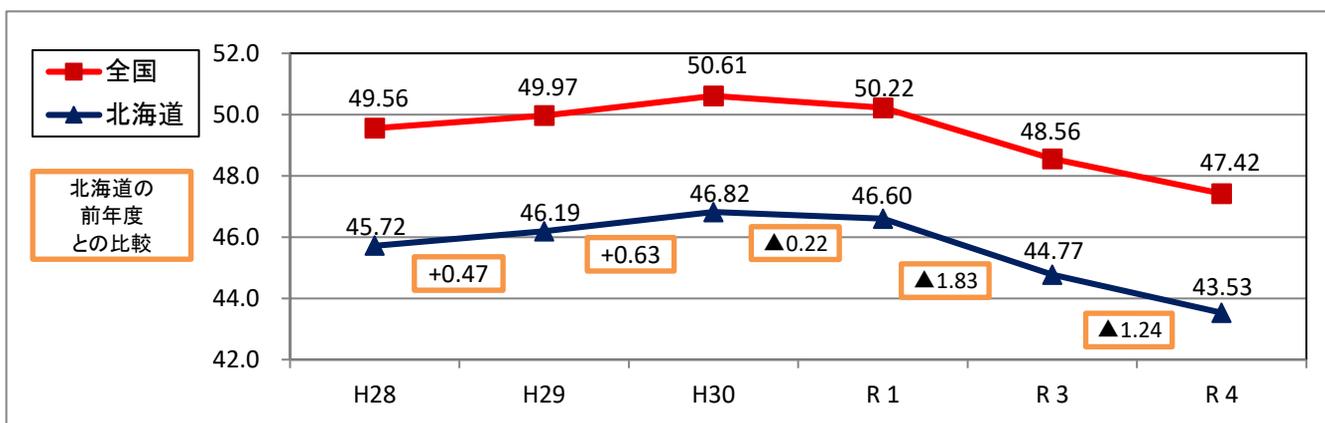
(4)中学校女子

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

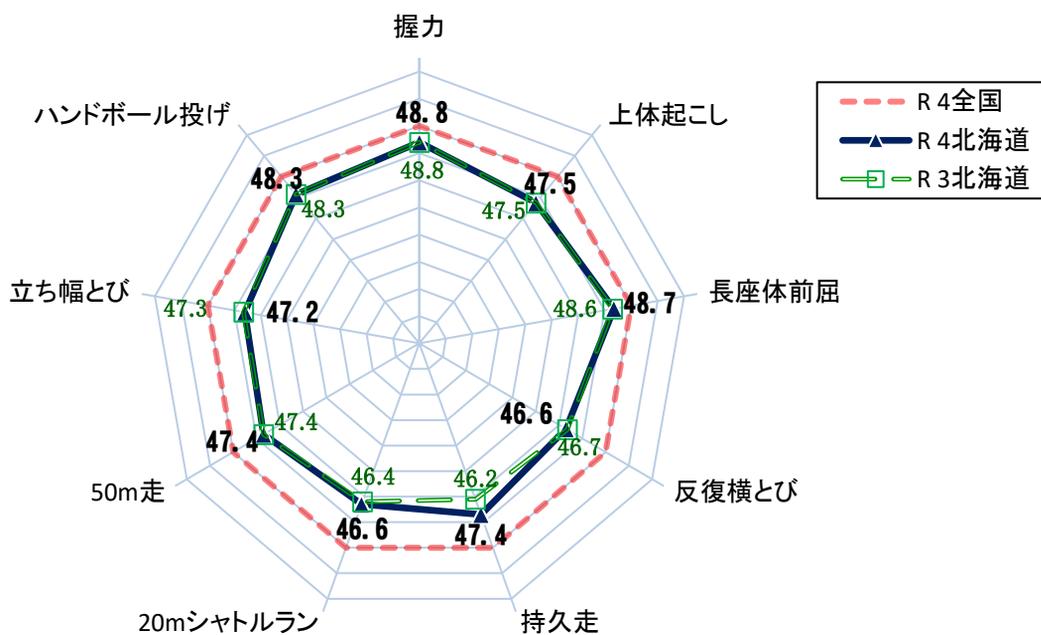
※中学校では、持久走か20mシャトルランのいずれかを選択して実施

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)

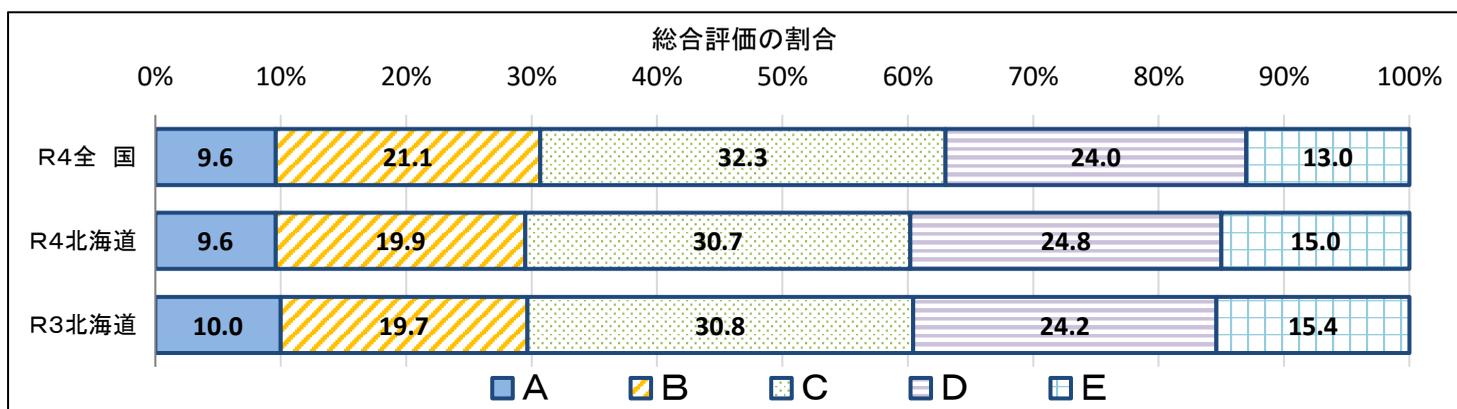
	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R 4北海道	48.8	47.5	48.7	46.6	47.4	46.6	47.4	47.2	48.3	46.6
R 3北海道	48.8	47.5	48.6	46.7	46.2	46.4	47.4	47.3	48.3	46.7



(1) 小学校男子

(%)

	A	B	C	D	E	AB	DE	AB-DE
R4全国	9.6	21.1	32.3	24.0	13.0	30.7	37.0	▲ 6.3
R4北海道	9.6	19.9	30.7	24.8	15.0	29.5	39.8	▲ 10.3
R3北海道	10.0	19.7	30.8	24.2	15.4	29.7	39.6	▲ 9.9

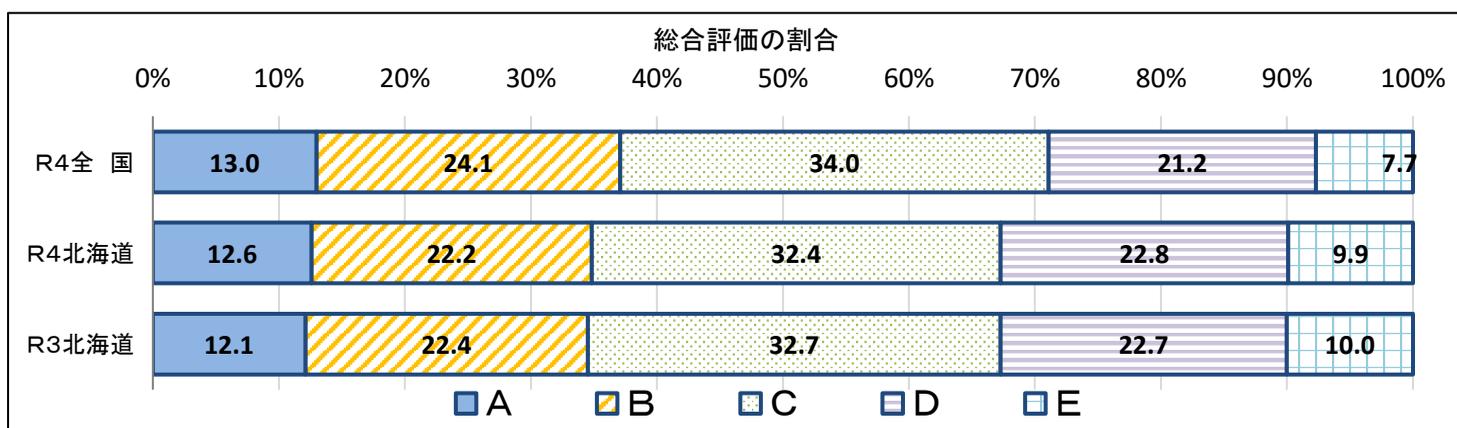


R4小学校男子のAB-DE層の状況	
R4全国との差	R3北海道との差
▲ 4.0	▲ 0.4

(2) 小学校女子

(%)

	A	B	C	D	E	AB	DE	AB-DE
R4全国	13.0	24.1	34.0	21.2	7.7	37.1	28.9	8.2
R4北海道	12.6	22.2	32.4	22.8	9.9	34.8	32.7	2.1
R3北海道	12.1	22.4	32.7	22.7	10.0	34.5	32.7	1.8

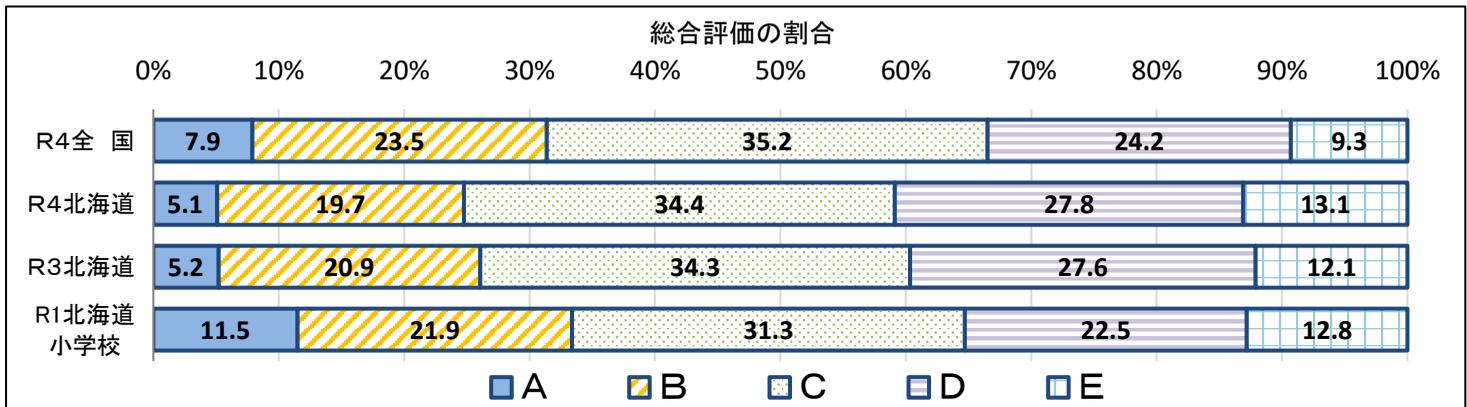


R4小学校女子のAB-DE層の状況	
R4全国との差	R3北海道との差
▲ 6.1	0.3

(3) 中学校男子

(%)

	A	B	C	D	E	AB	DE	AB-DE
R4全国	7.9	23.5	35.2	24.2	9.3	31.4	33.5	▲ 2.1
R4北海道	5.1	19.7	34.4	27.8	13.1	24.8	40.9	▲ 16.1
R3北海道	5.2	20.9	34.3	27.6	12.1	26.1	39.7	▲ 13.6
R1北海道 小学校	11.5	21.9	31.3	22.5	12.8	33.4	35.3	▲ 1.9

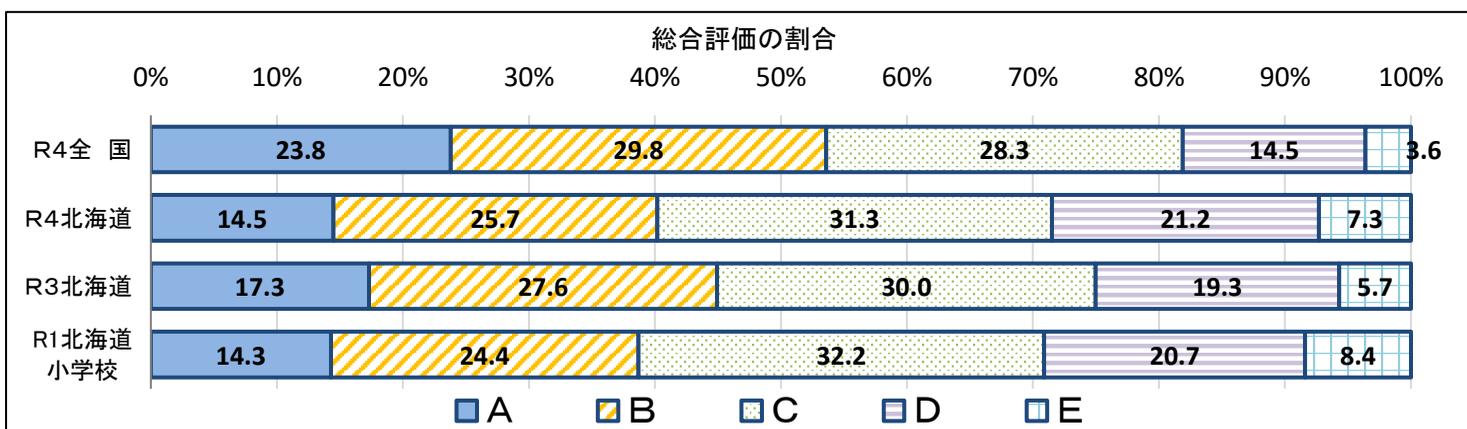


R4中学校男子のAB-DE層の状況		
R4全国との差	R3北海道との差	R1北海道小学校との差
▲ 14.0	▲ 2.5	▲ 14.2

(4) 中学校女子

(%)

	A	B	C	D	E	AB	DE	AB-DE
R4全国	23.8	29.8	28.3	14.5	3.6	53.6	18.1	35.5
R4北海道	14.5	25.7	31.3	21.2	7.3	40.2	28.5	19.8
R3北海道	17.3	27.6	30.0	19.3	5.7	44.9	25.0	19.9
R1北海道 小学校	14.3	24.4	32.2	20.7	8.4	38.7	29.1	11.8



R4中学校女子のAB-DE層の状況		
R4全国との差	R3北海道との差	R1北海道小学校との差
▲ 15.7	▲ 0.1	8.0

※「R1北海道小学校」は、R4中学校第2学年生徒が小学校第5学年児童のときの体力合計点総合評価の結果

### 3 体格と肥満度に関する調査 (～P11)

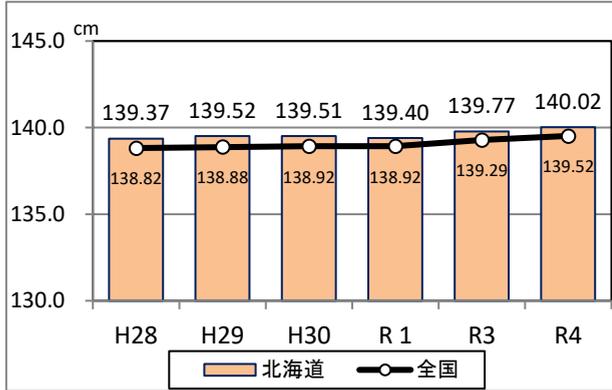
肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法

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

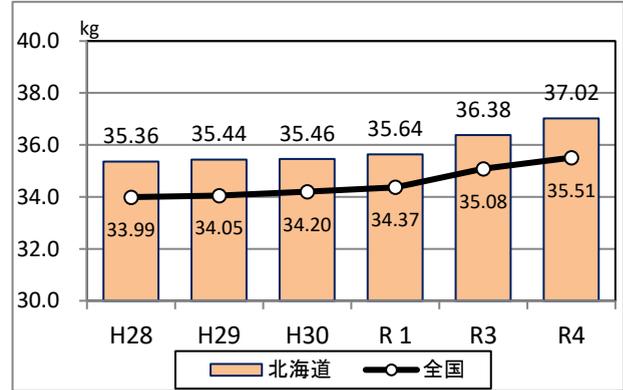
〔判定基準〕	
肥満度	判定
20%以上	肥満
-19.9～19.9%	正常
-20%以下	痩身

#### (1) 小学校男子

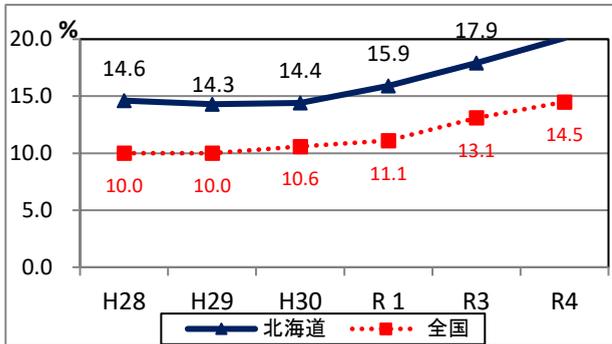
##### ①身長の推移



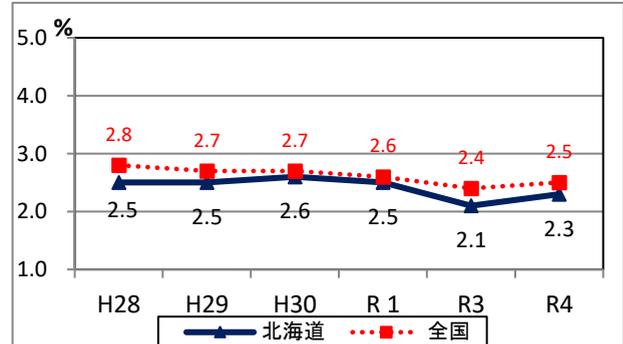
##### ②体重の推移



##### ③肥満傾向児出現率の推移

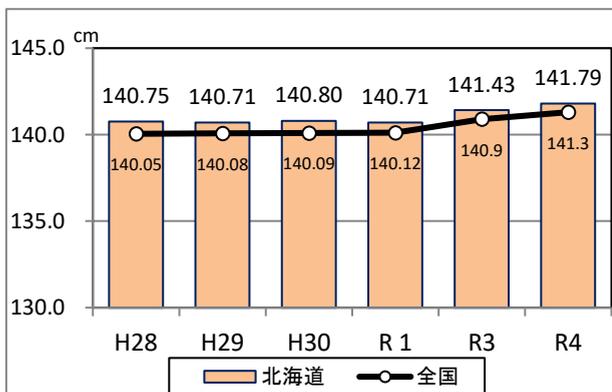


##### ④痩身傾向児出現率の推移

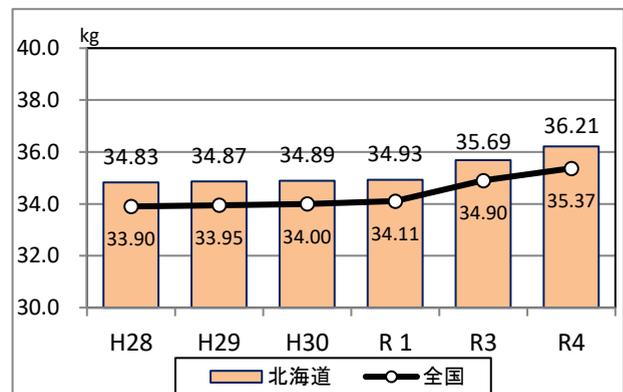


#### (2) 小学校女子

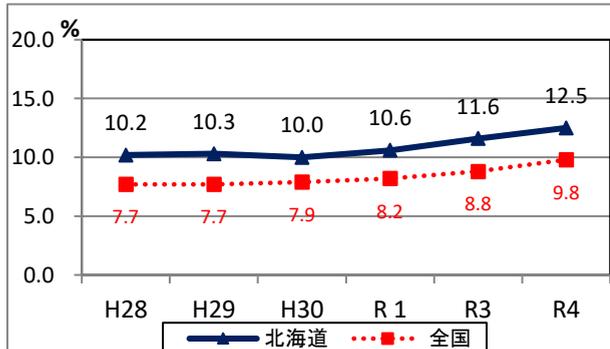
##### ①身長の推移



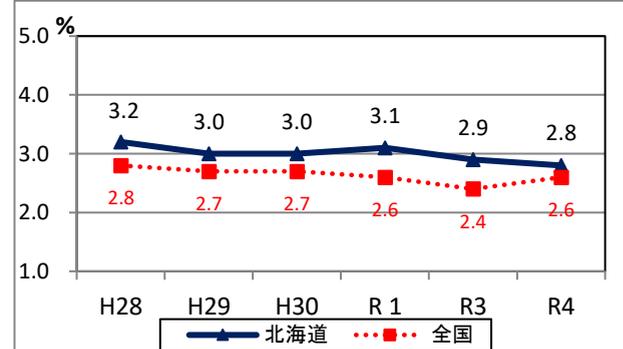
##### ②体重の推移



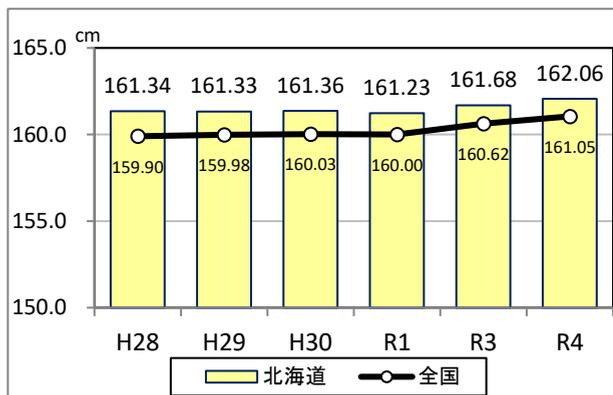
##### ③肥満傾向児出現率の推移



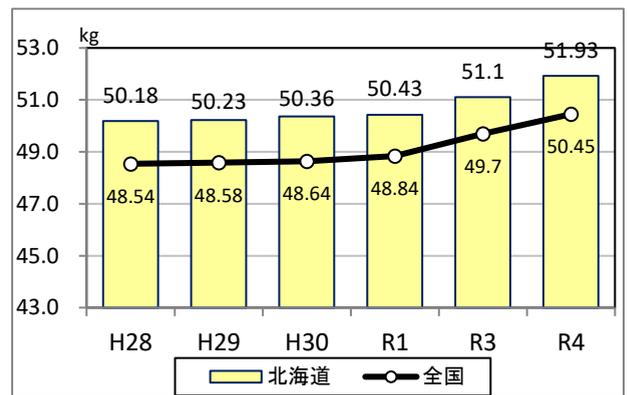
##### ④痩身傾向児出現率の推移



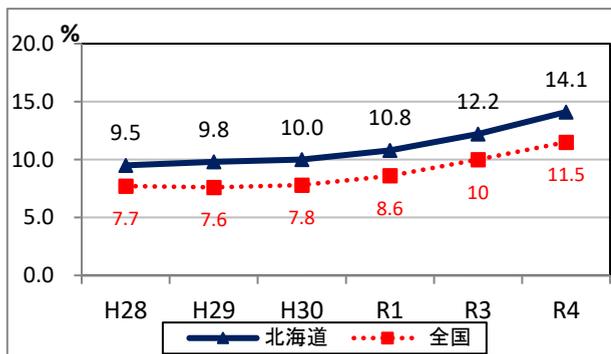
(3) 中学校男子  
①身長の推移



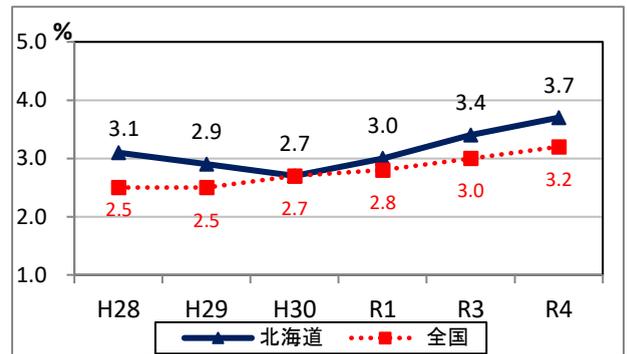
②体重の推移



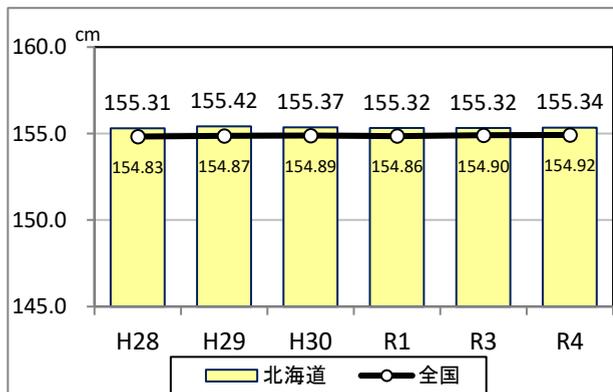
③肥満傾向児出現率の推移



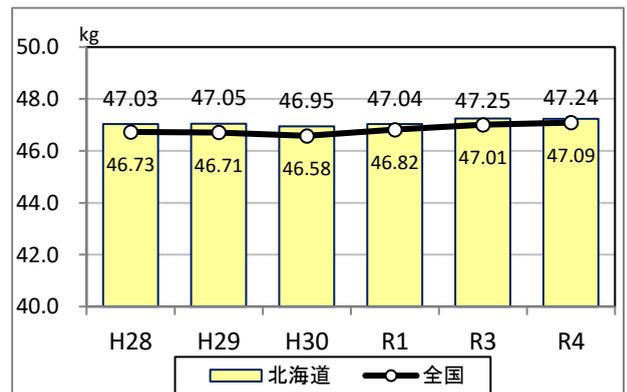
④痩身傾向児出現率の推移



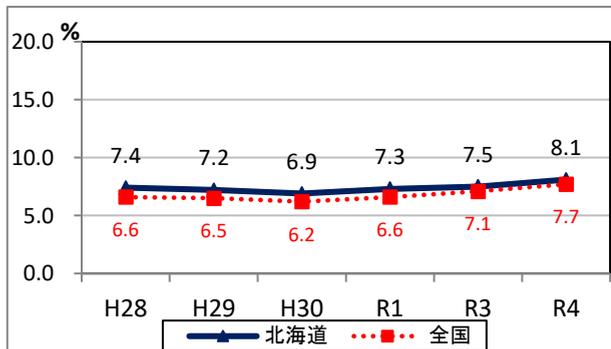
(4) 中学校女子  
①身長の推移



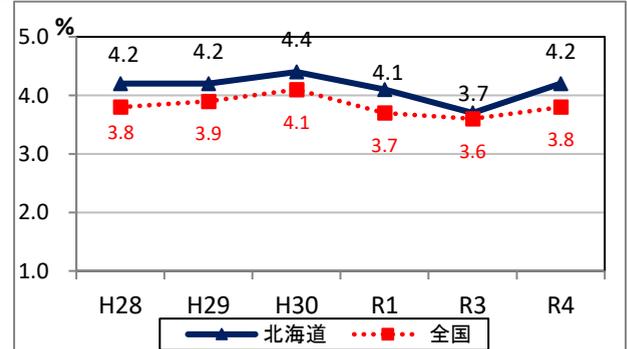
②体重の推移



③肥満傾向児出現率の推移



④痩身傾向児出現率の推移

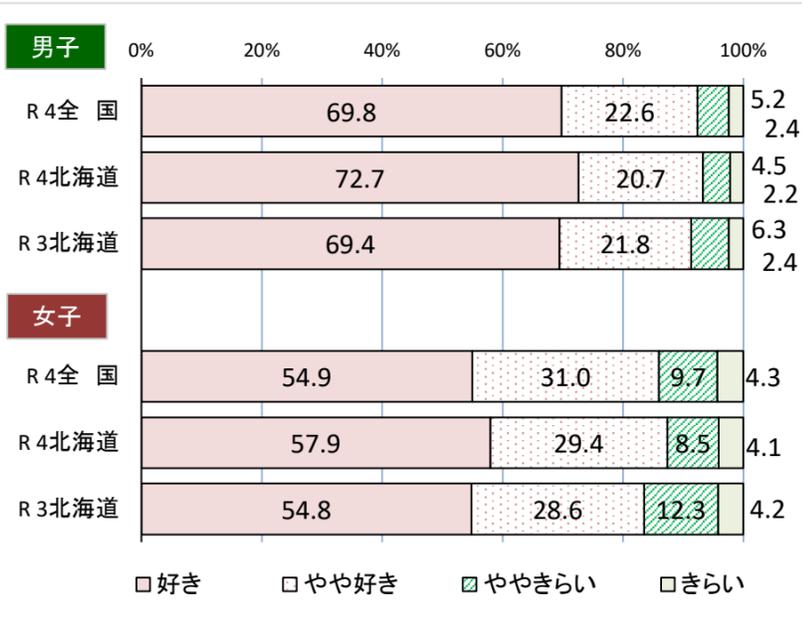


## 4 児童生徒質問紙調査 (～P19)

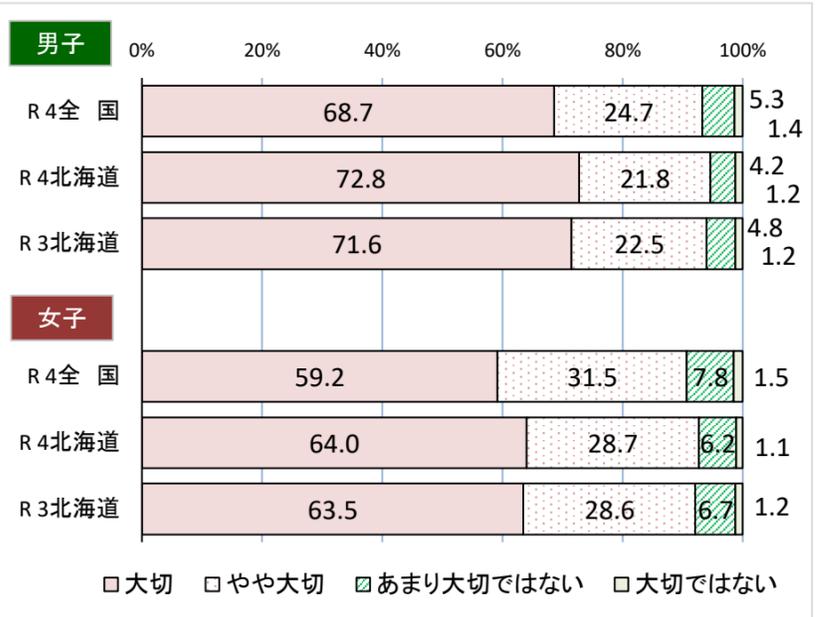
### (1) 運動に対する意識等

#### 【小学校】

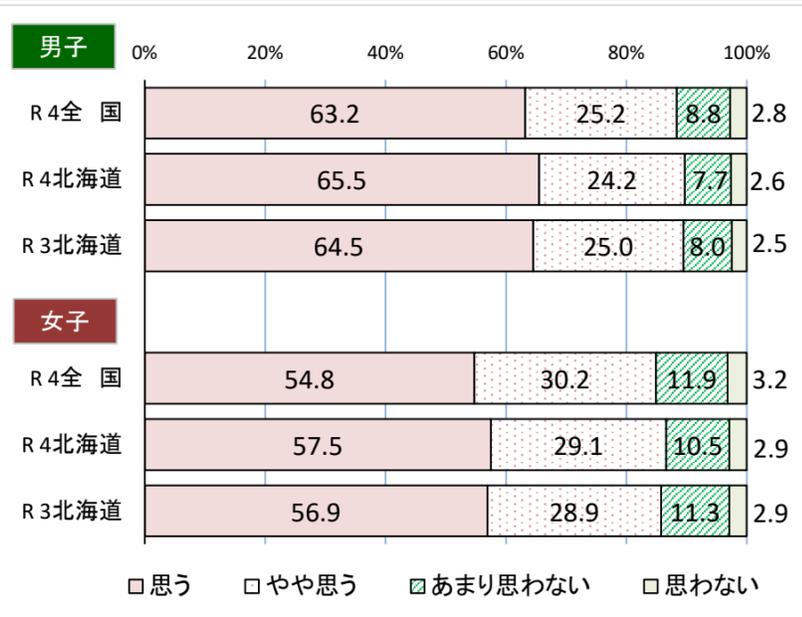
① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



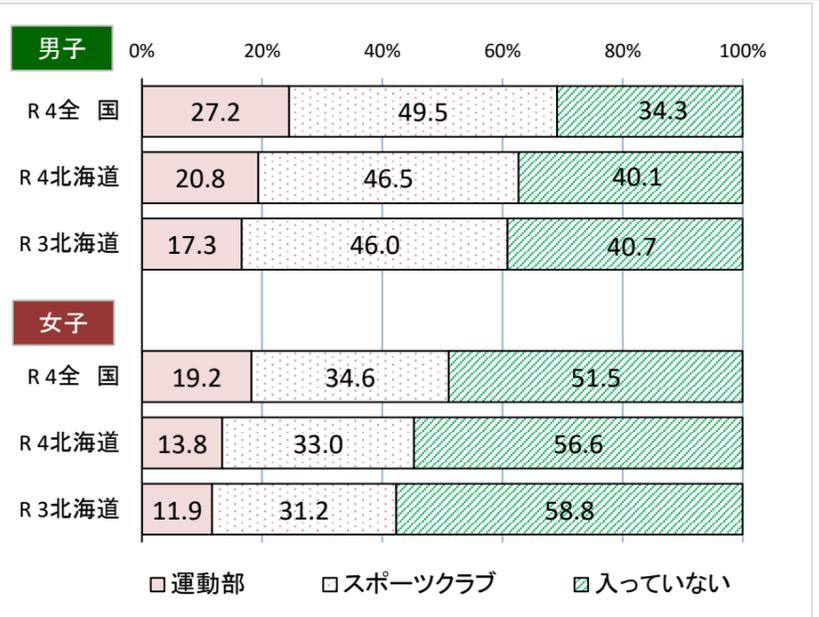
② あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。



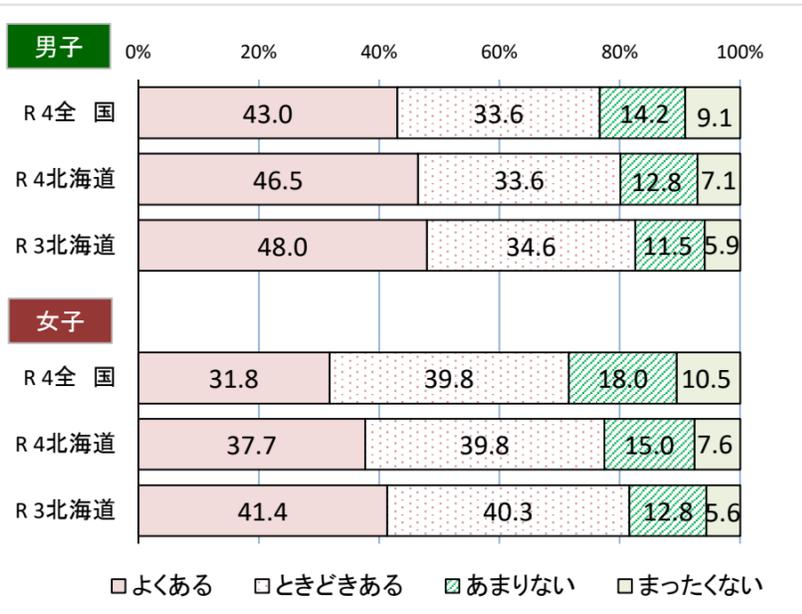
③ 中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



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。

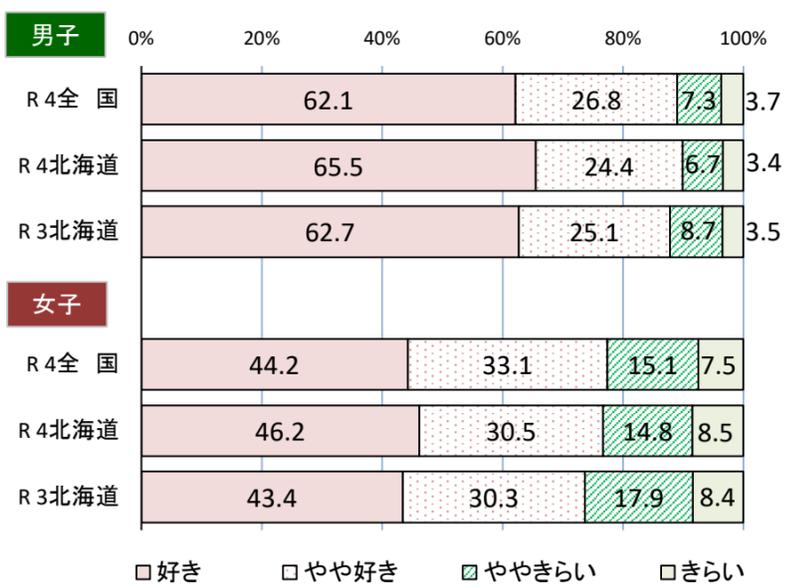


⑤ 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。

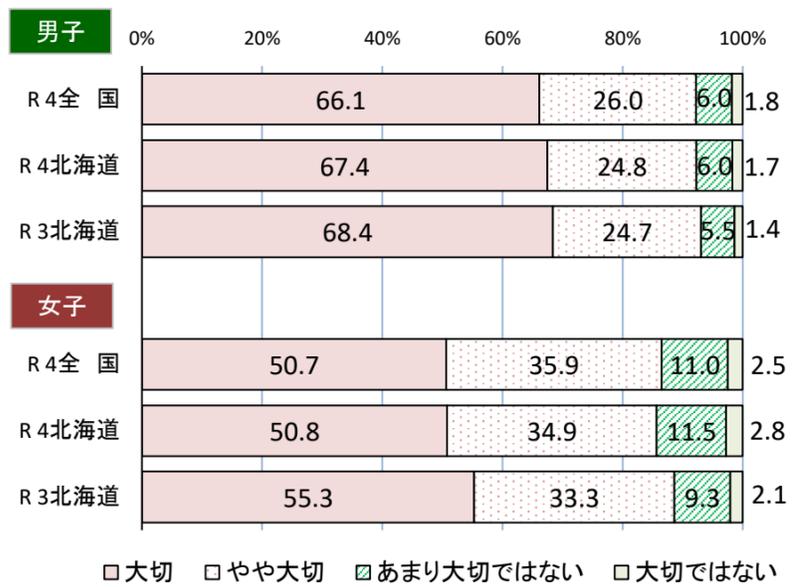


## 【中学校】

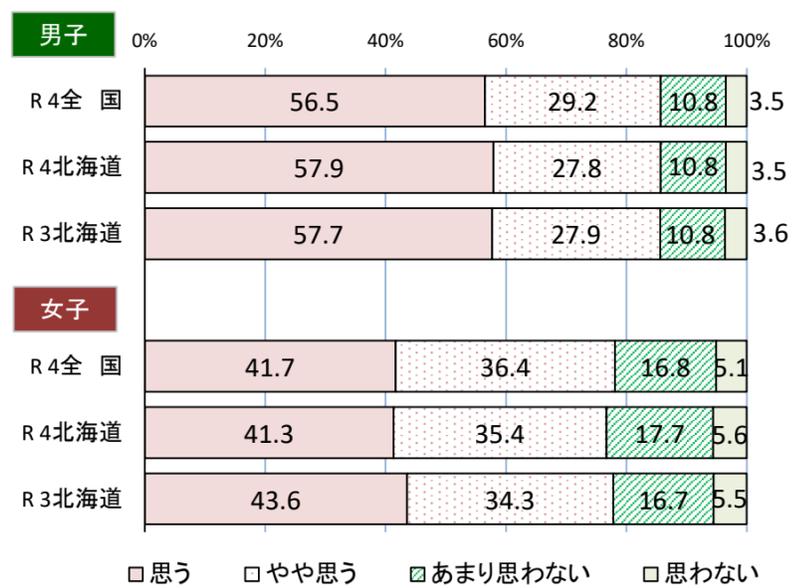
① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



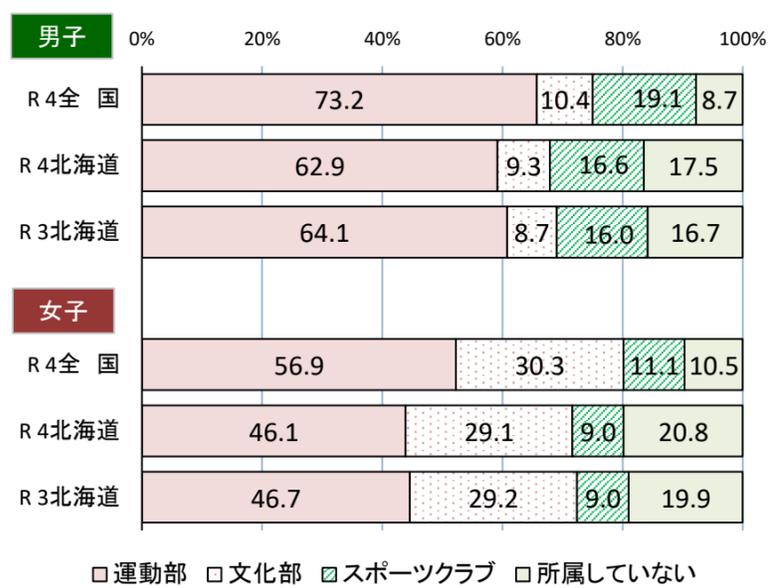
② あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。



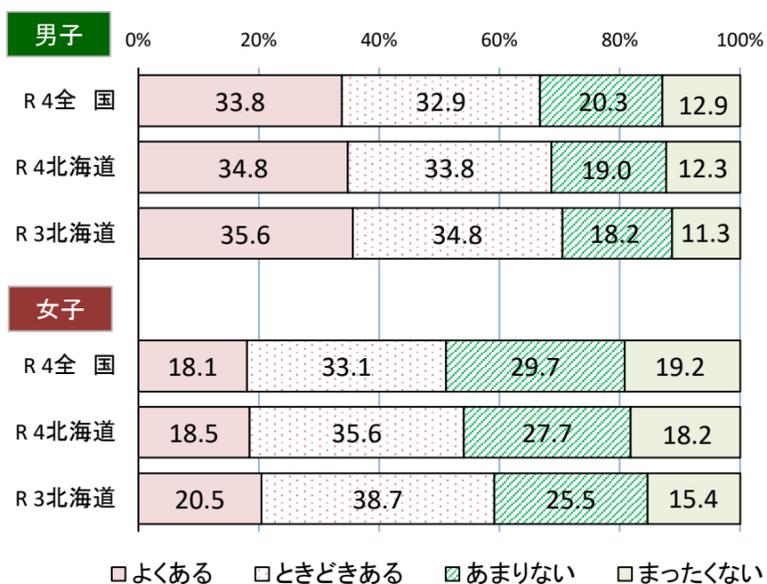
③ 中学校を卒業した後、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



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。



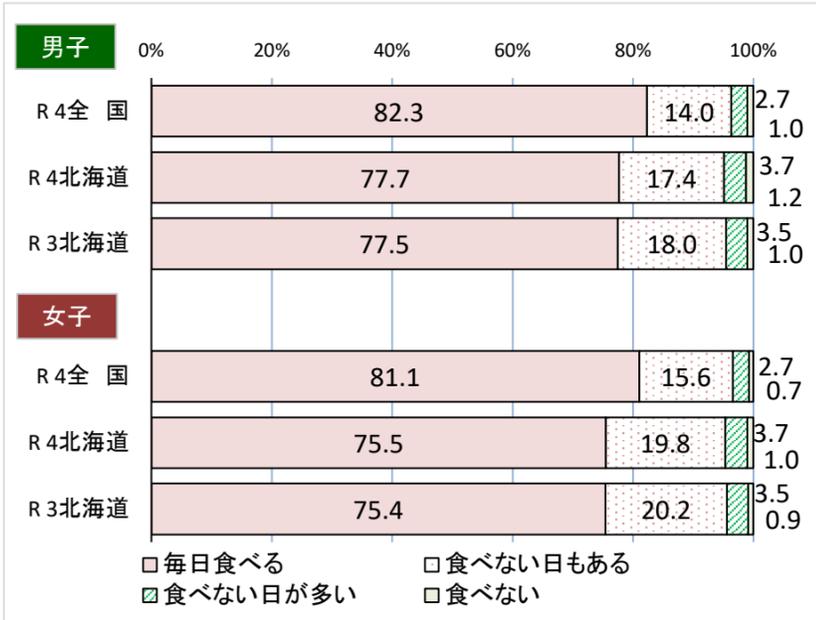
⑤ 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。



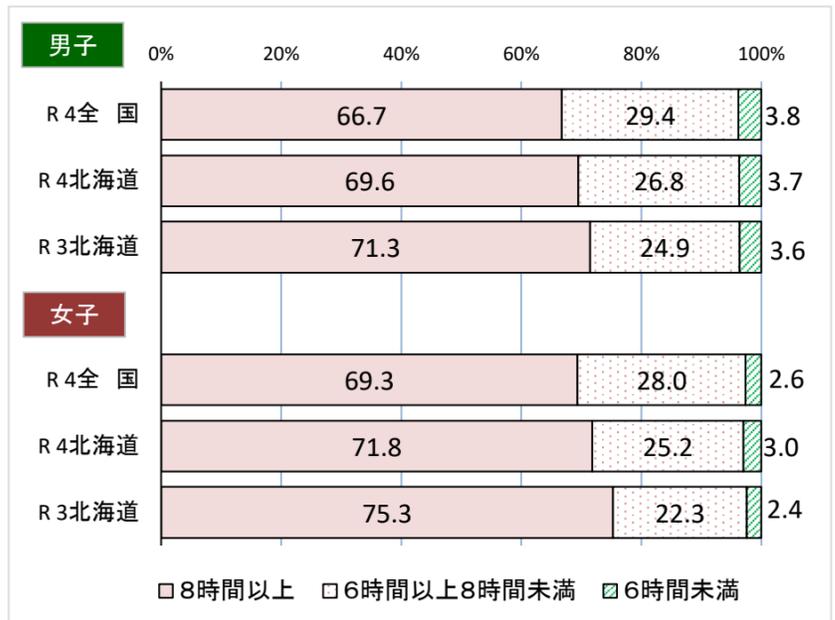
(2) 生活習慣に対する意識等

【小学校】

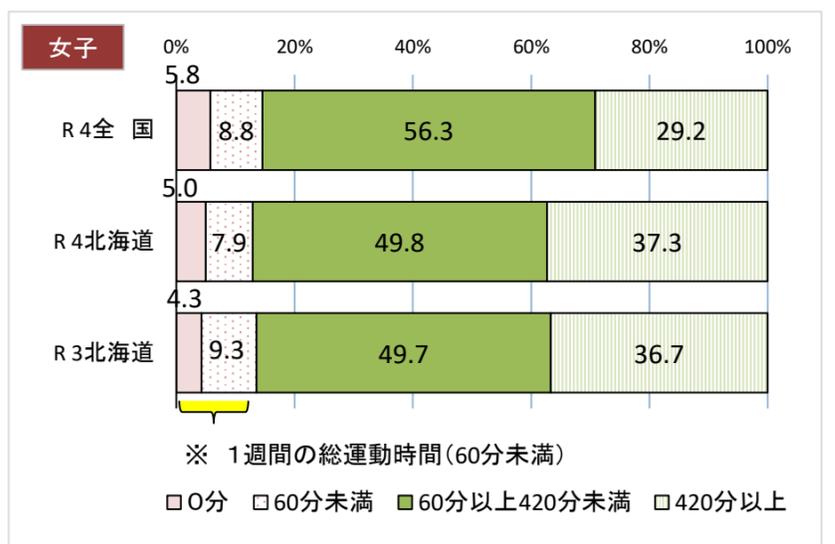
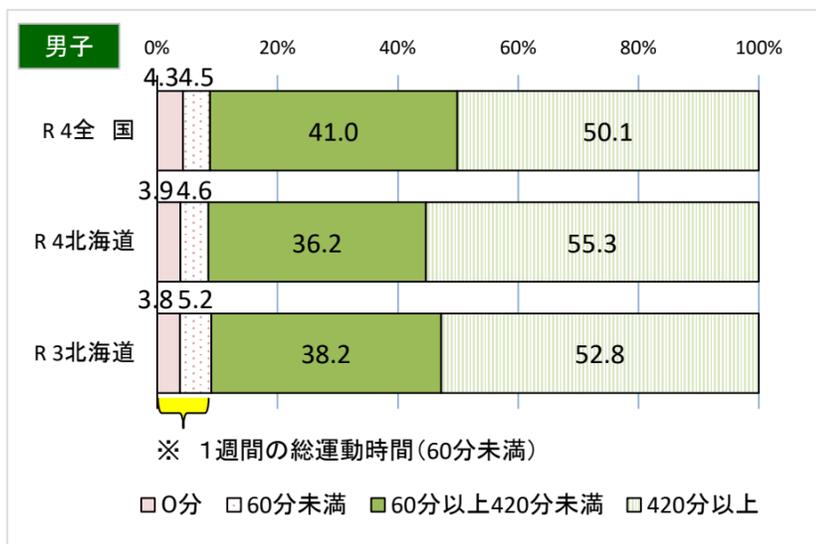
① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)



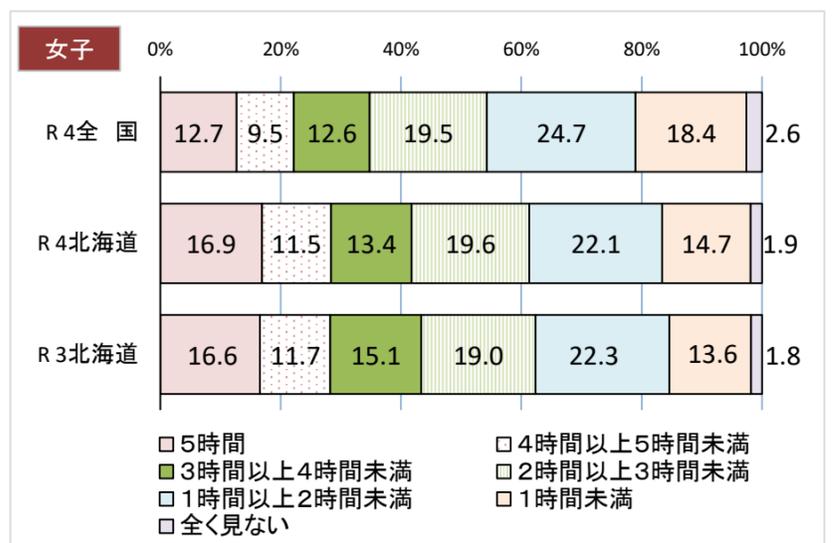
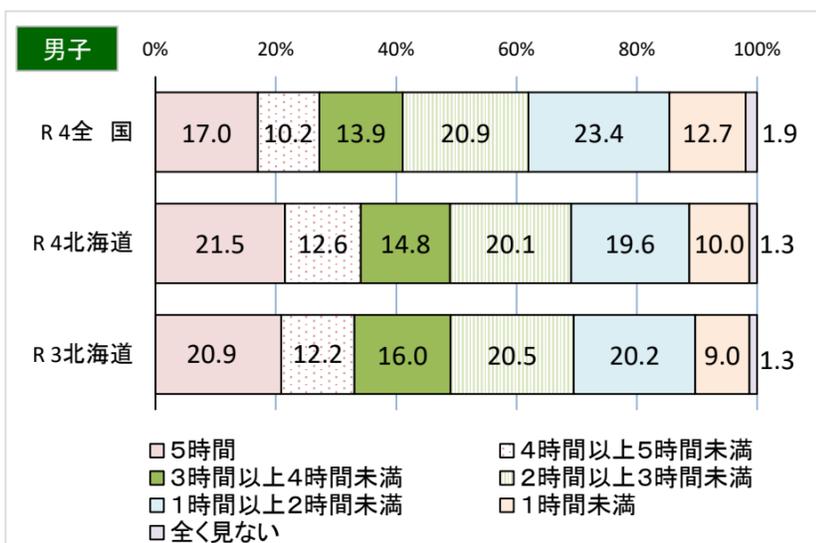
② 毎日どのくらいねていますか。



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)

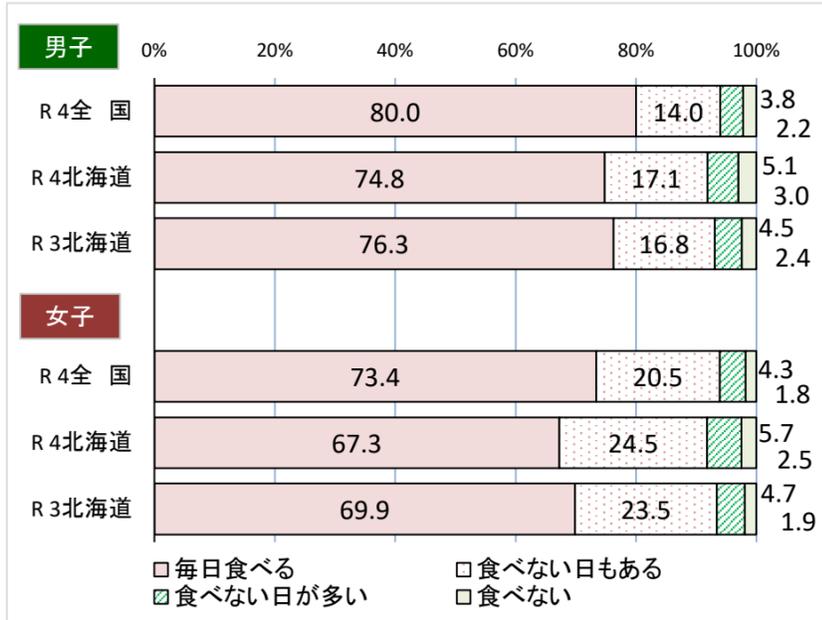


④ 平日、1日どのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

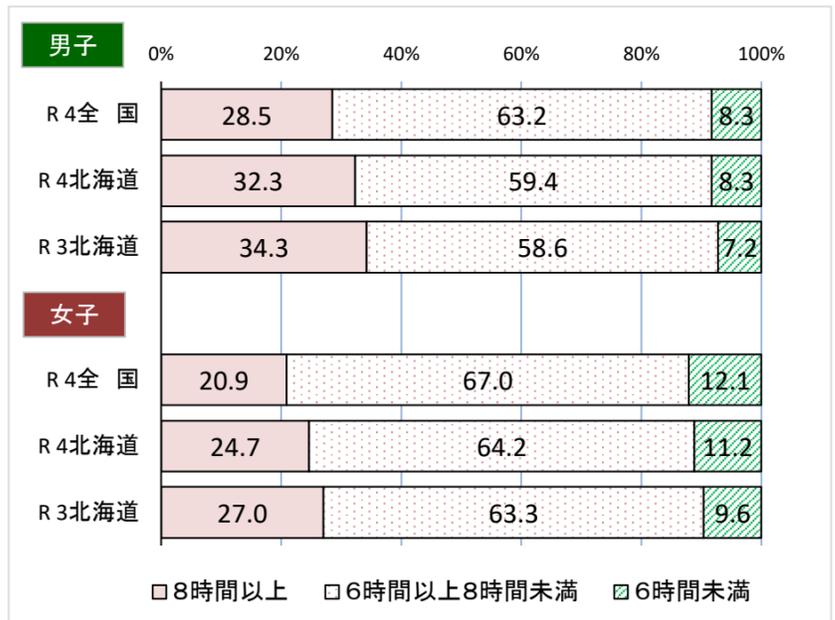


【中学校】

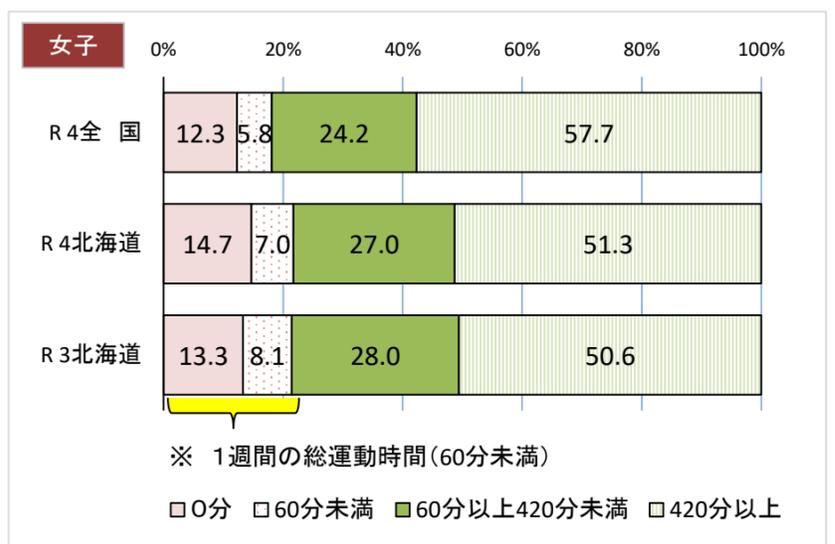
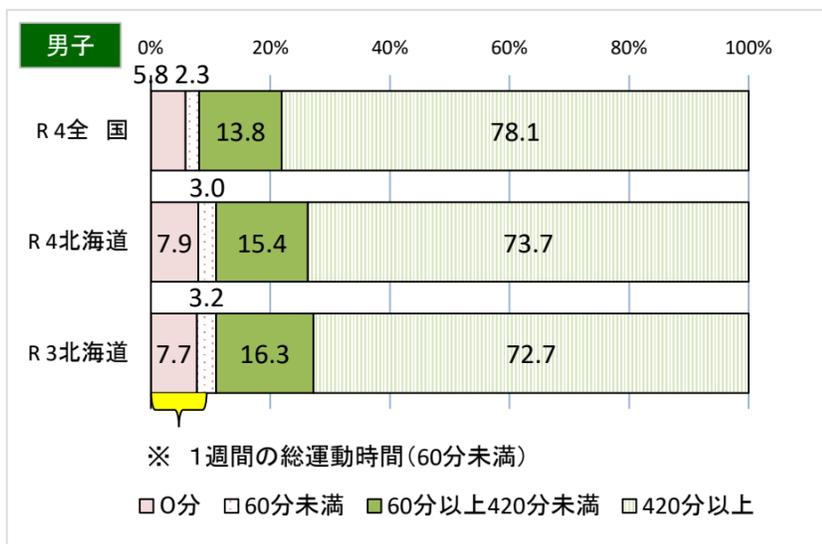
① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)



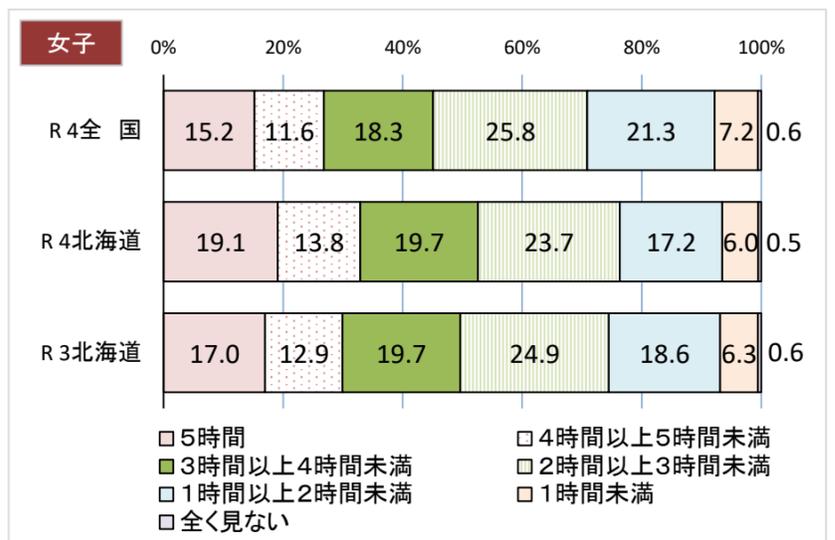
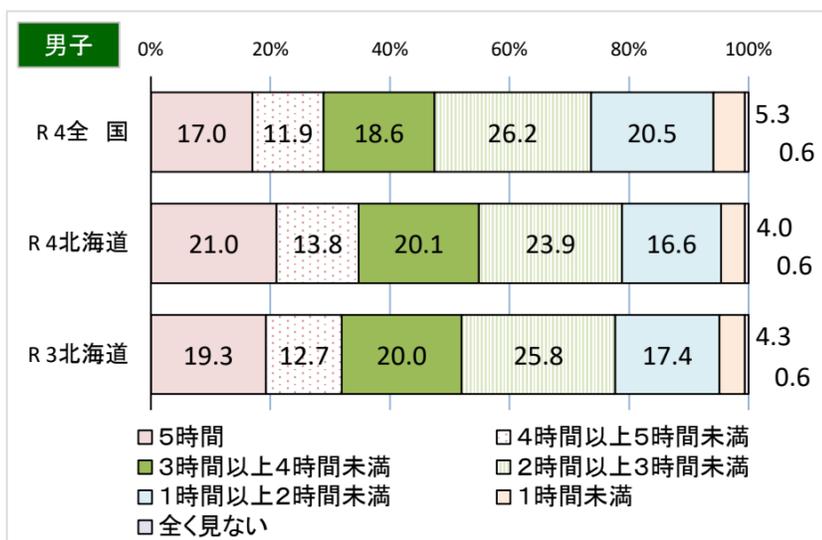
② 毎日どのくらい寝ていますか。



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)



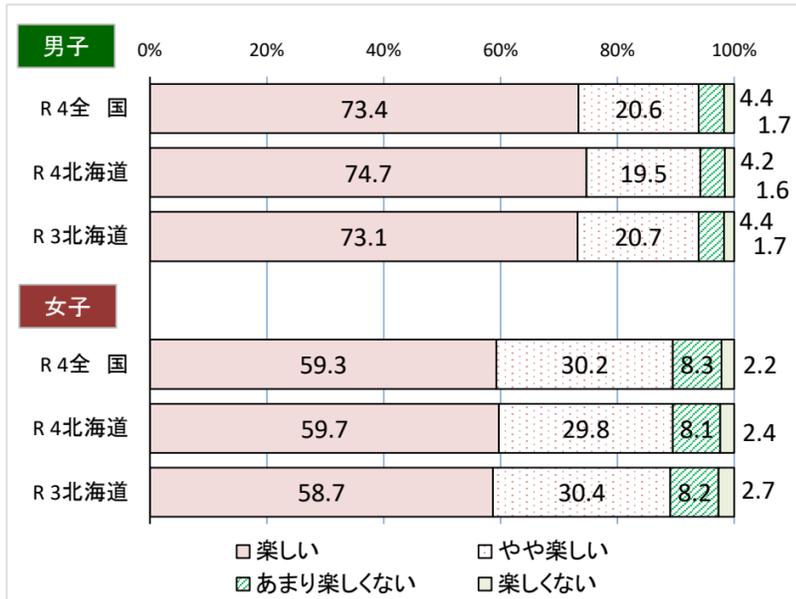
④ 平日、1日どのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



### (3) 体育・保健体育の授業に対する意識

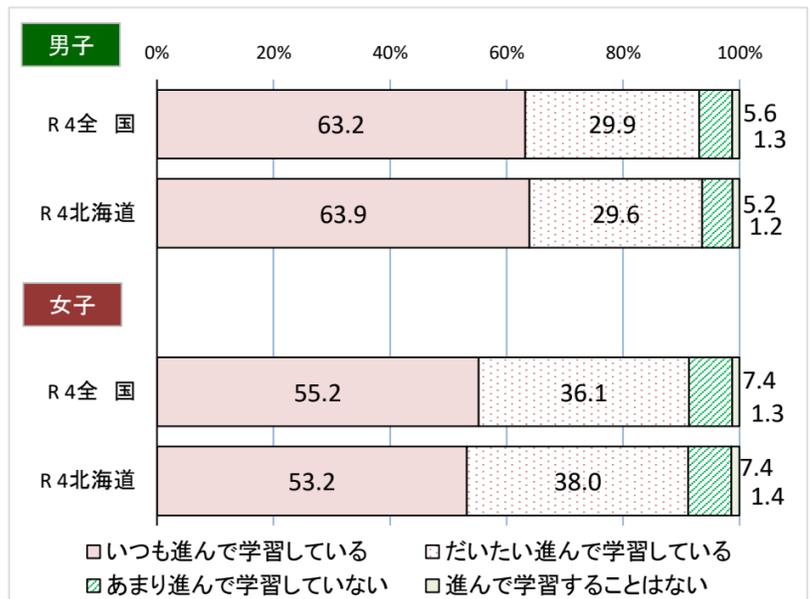
#### 【小学校】

① 体育の授業は楽しいですか。



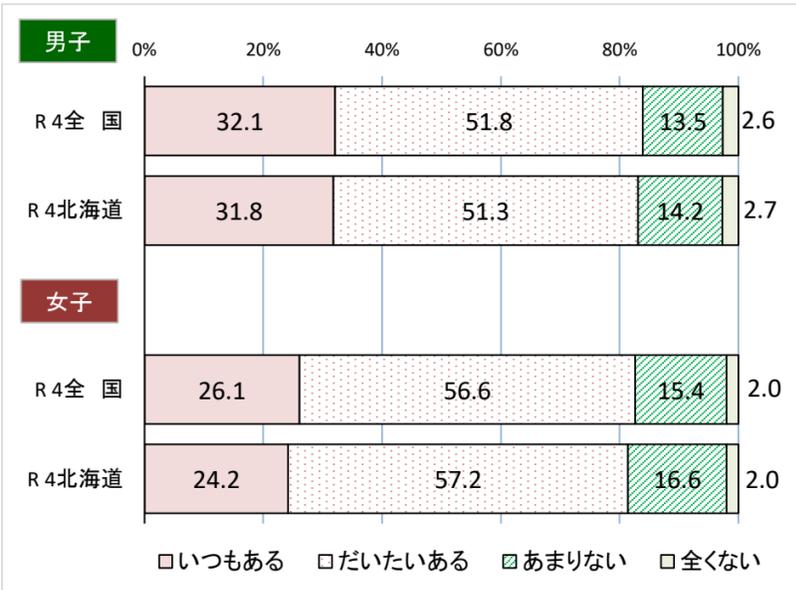
② 体育の授業では、進んで学習していますか。

R4新規項目



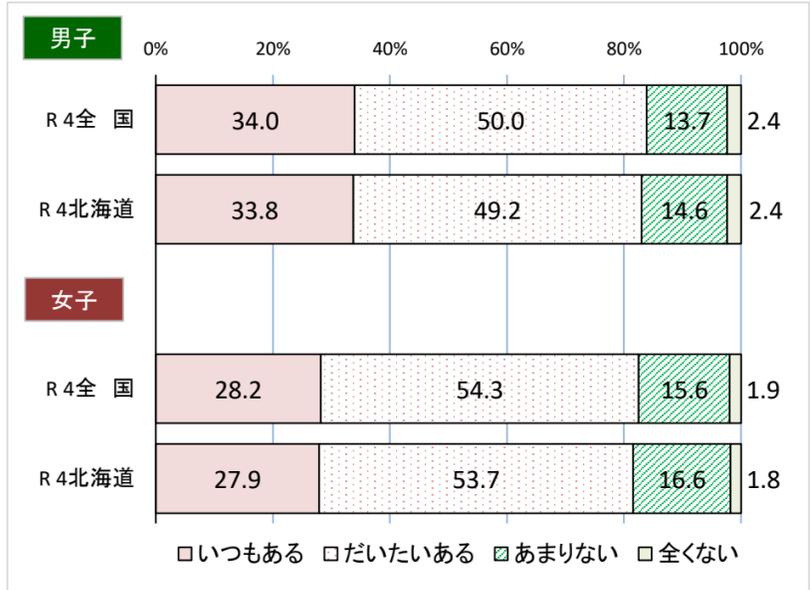
③ 体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



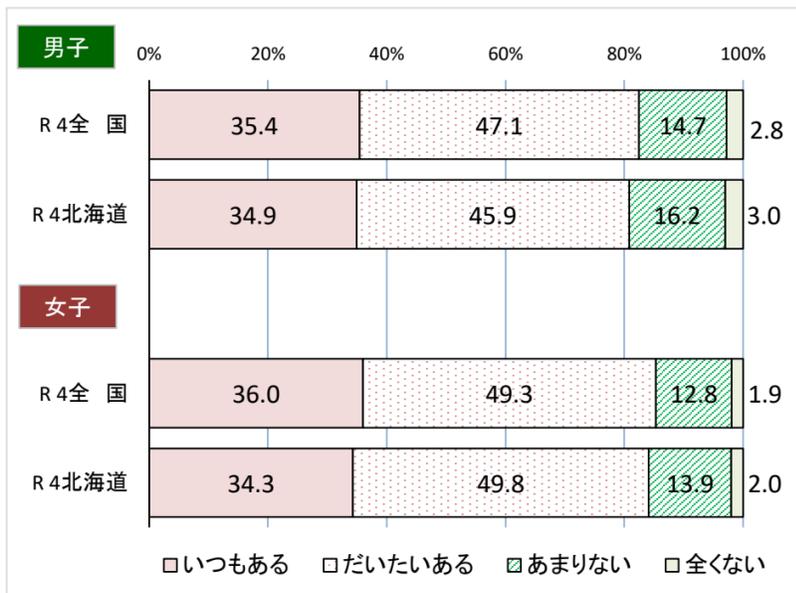
④ 体育の授業で、自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



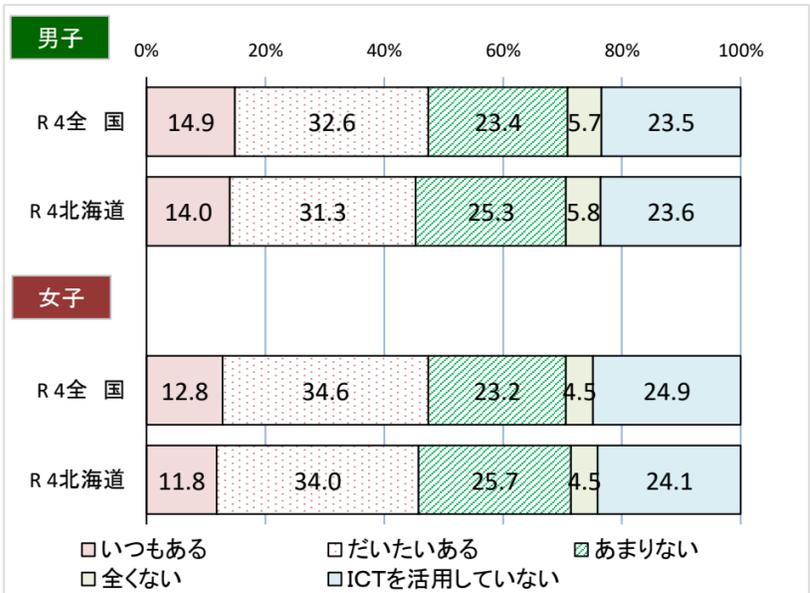
⑤ 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

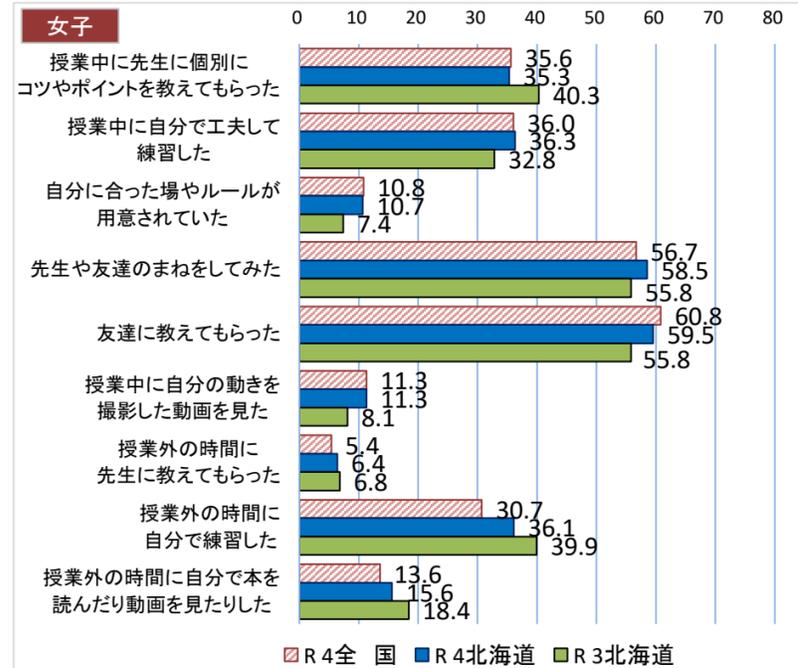
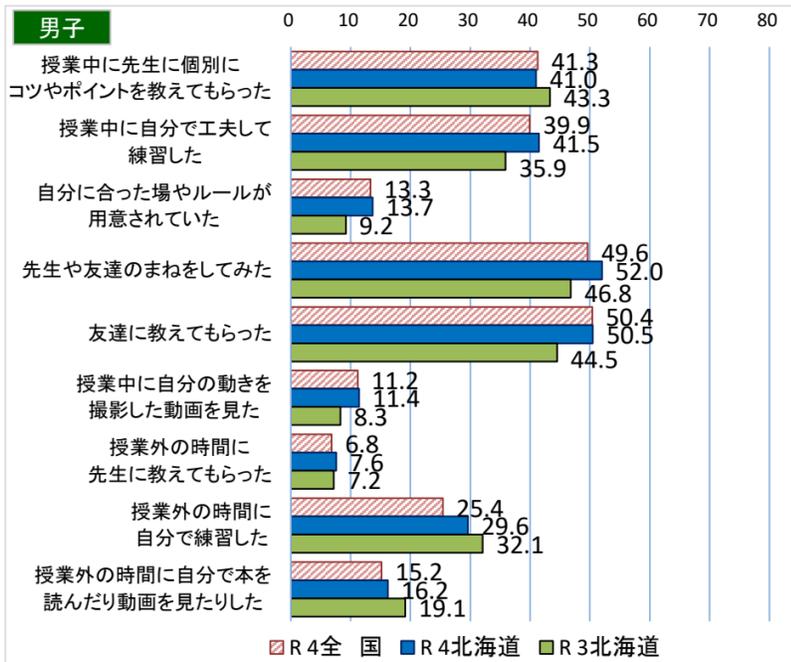


⑥ 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

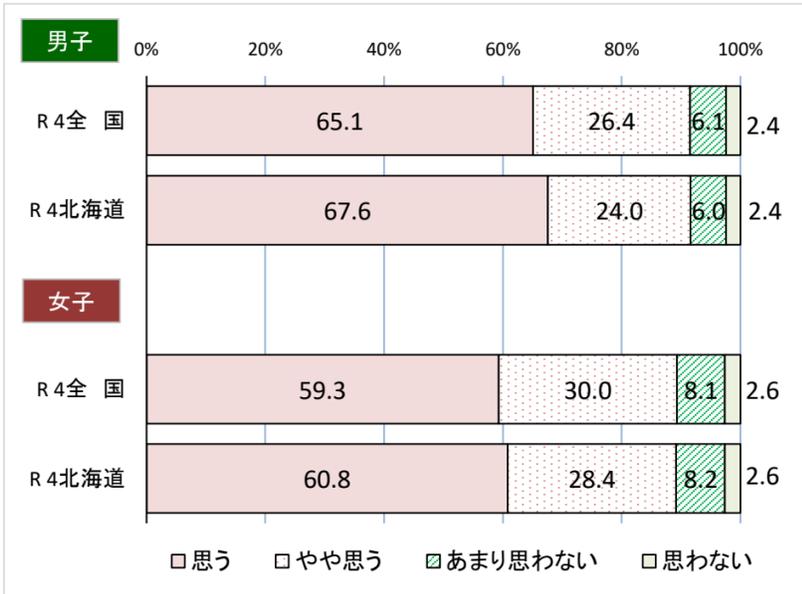


⑦ これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。(複数回答可)

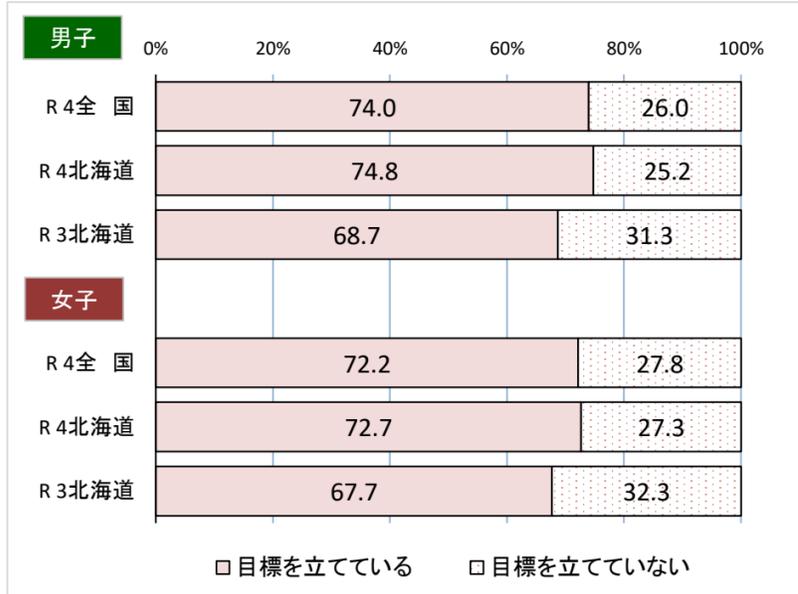


⑧ 体育の授業を受けることは、自分の生活を健康で明るいものにする1つの要素になっていますか。

R4新規項目

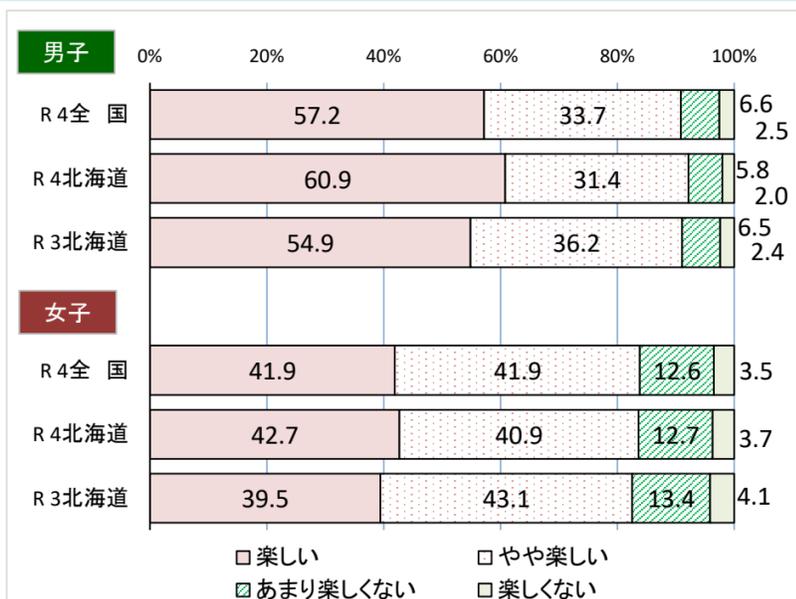


⑨ 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



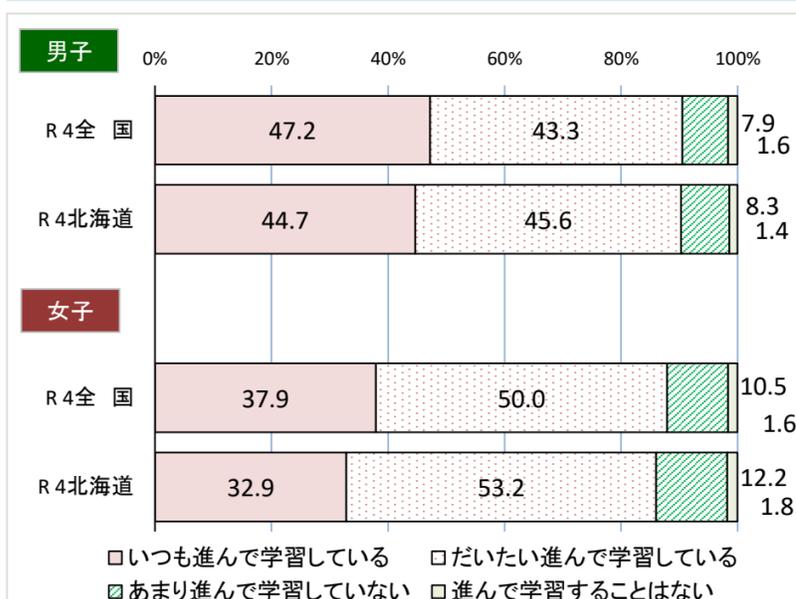
【中学校】

① 保健体育の授業は楽しいですか。



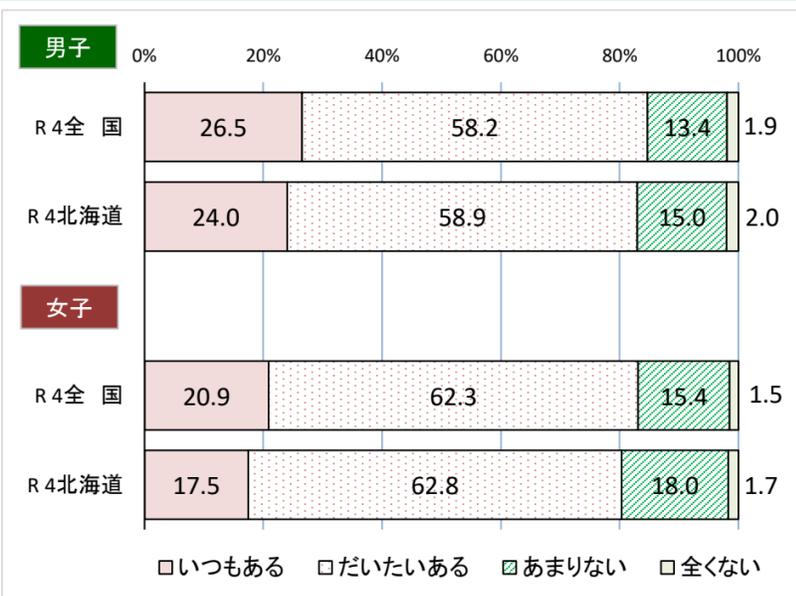
② 保健体育の授業では、進んで学習していますか。

R4新規項目



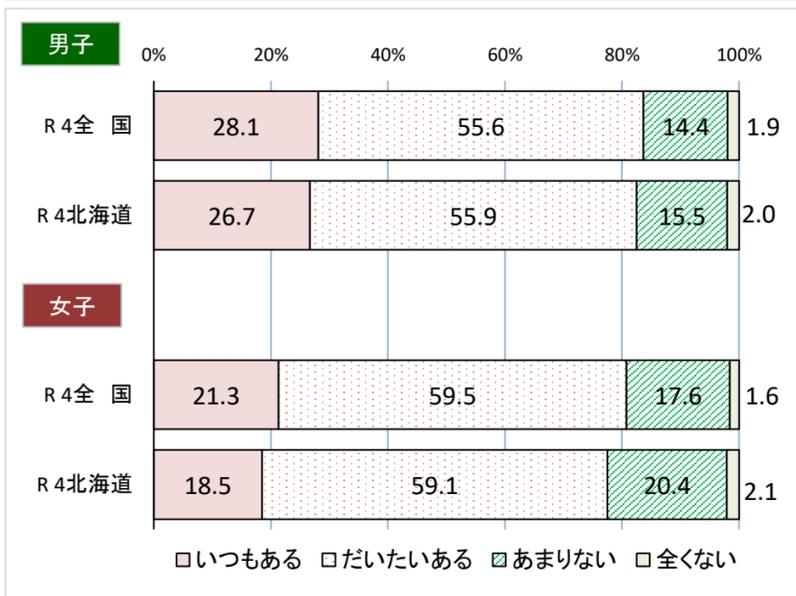
③ 保健体育の授業で、目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



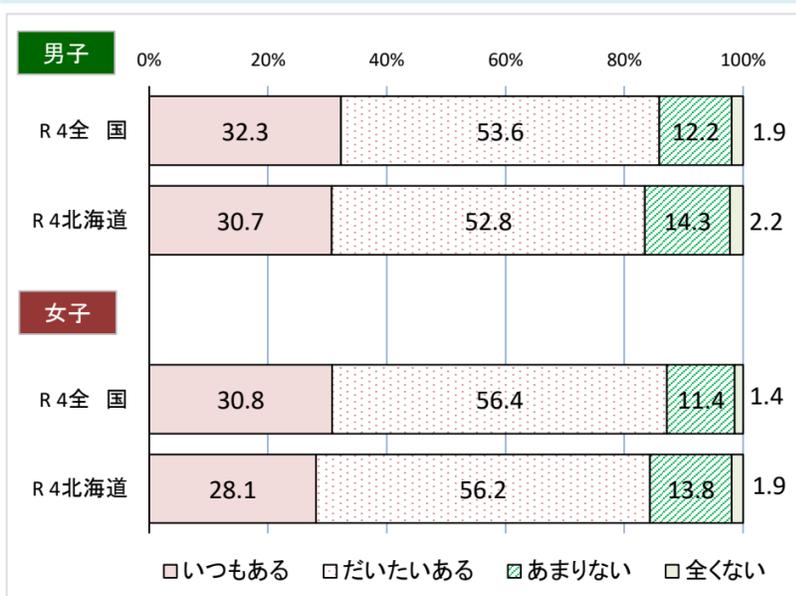
④ 保健体育の授業で、自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目



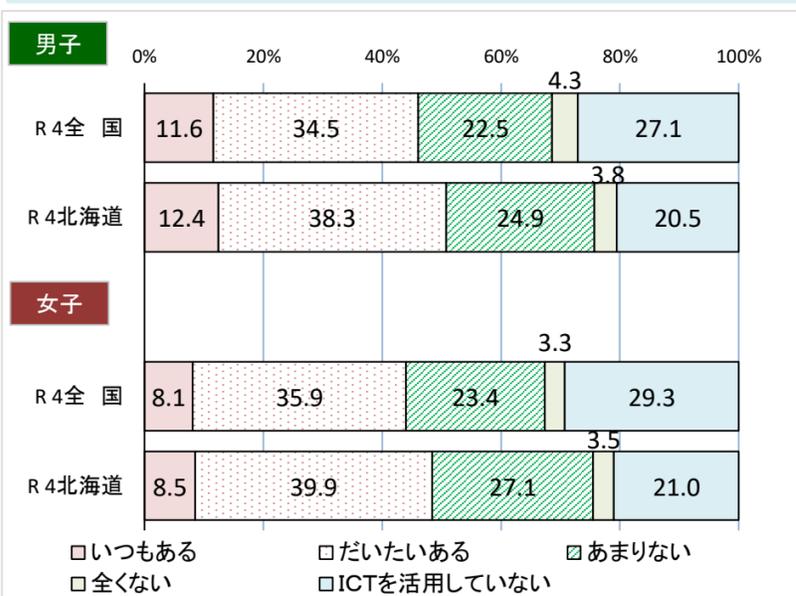
⑤ 保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

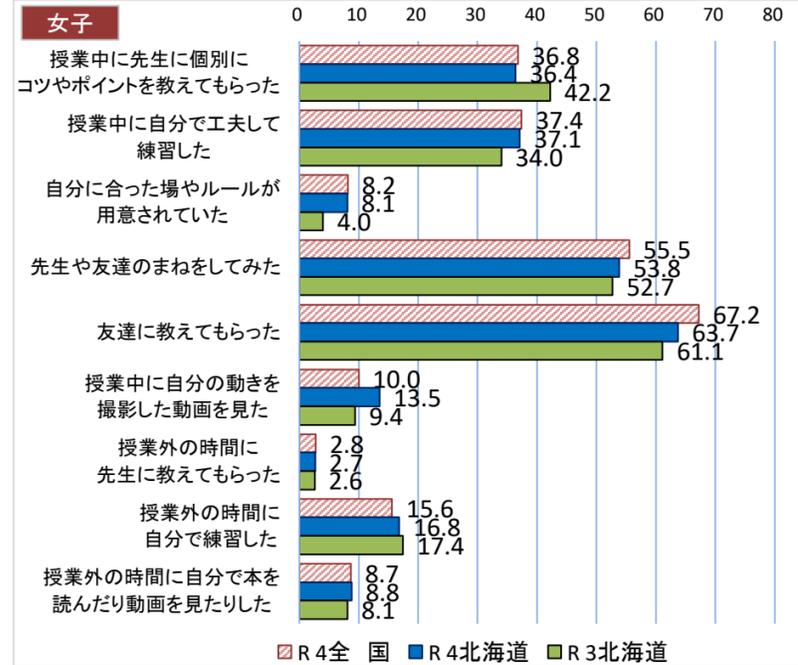
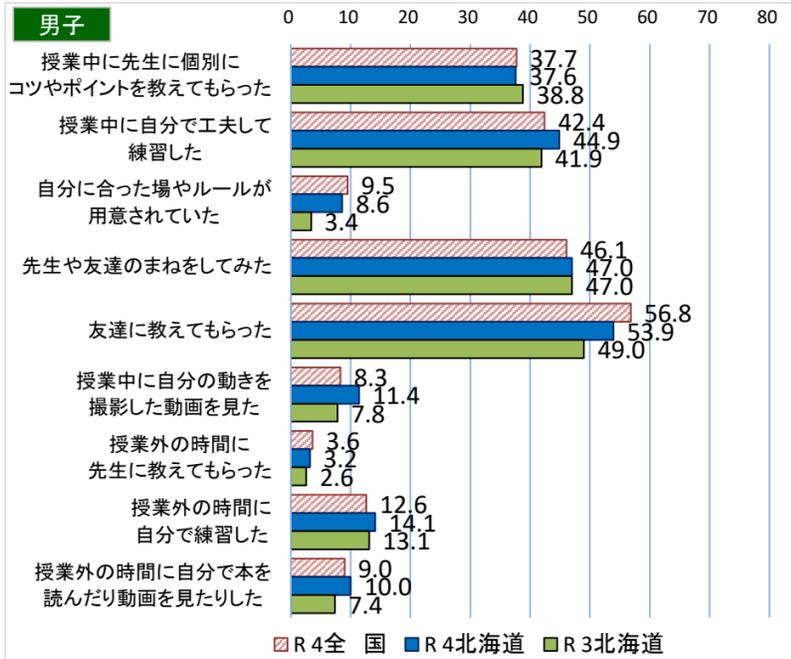


⑥ 保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

R4新規項目

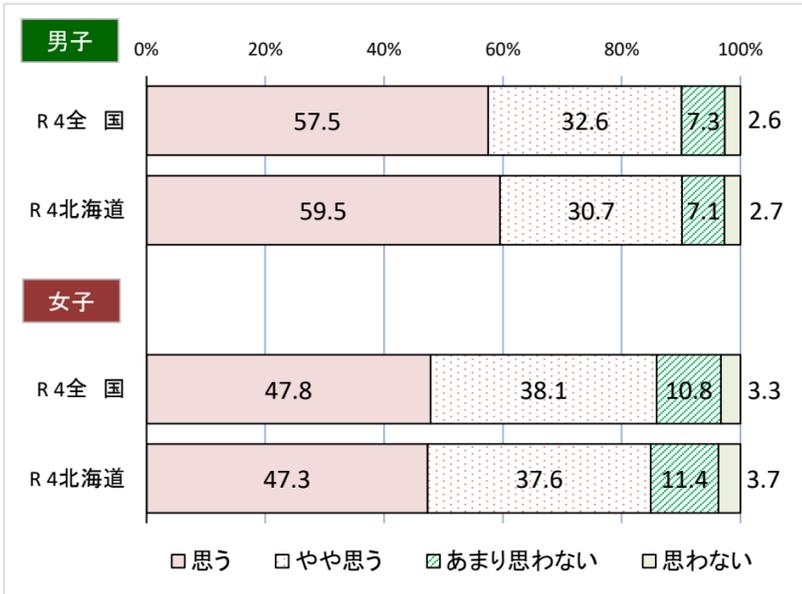


⑦ これまでの保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。(複数回答可)

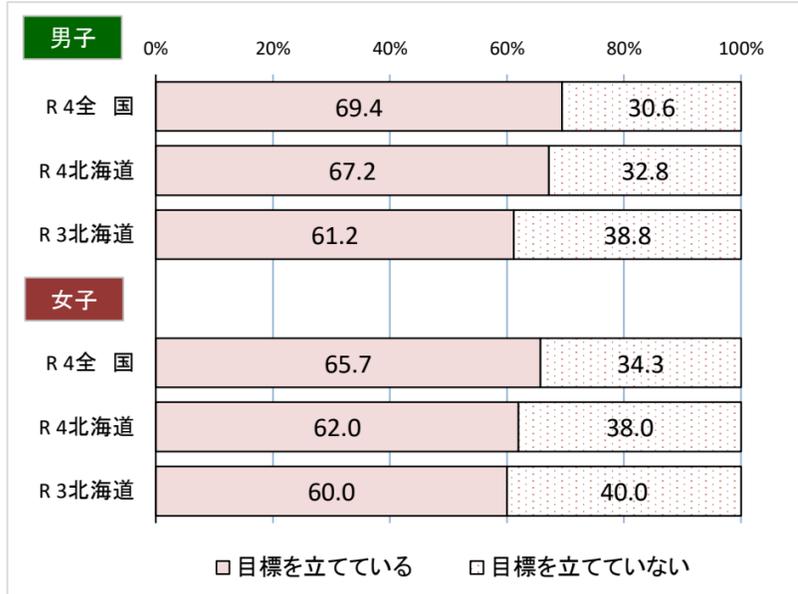


⑧ 保健体育の授業を受けることは、自分の生活を健康で明るいものにする1つの要素になっていますか。

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。

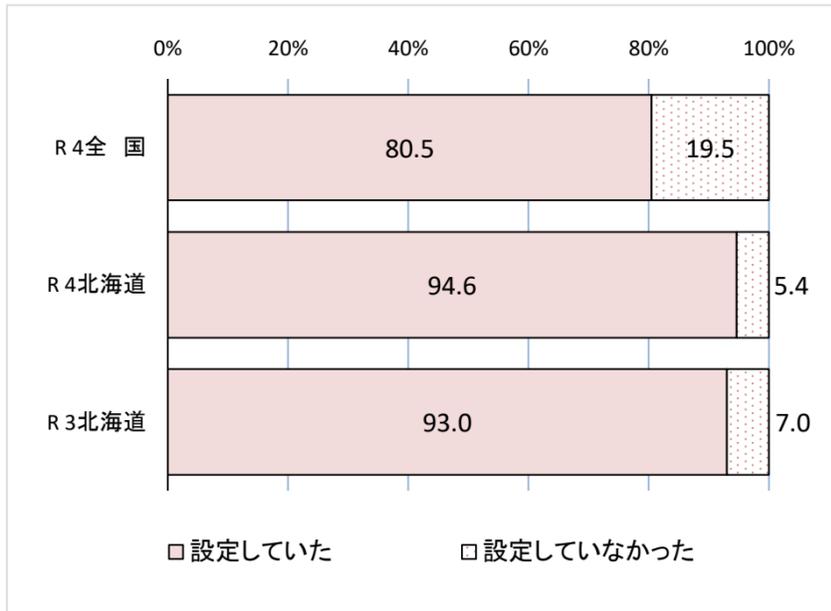


## 5 学校質問紙調査 (～P28)

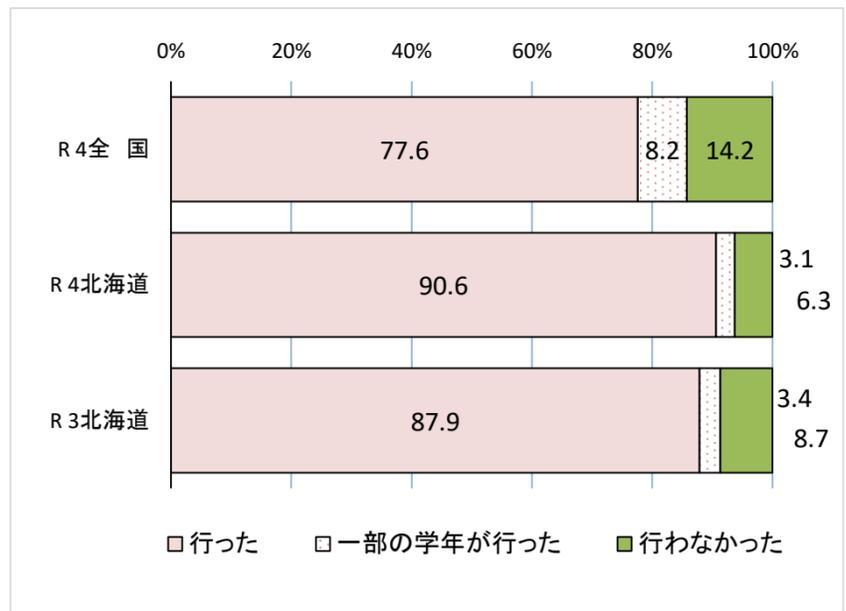
### (1) 体力向上の取組の状況

#### 【小学校】

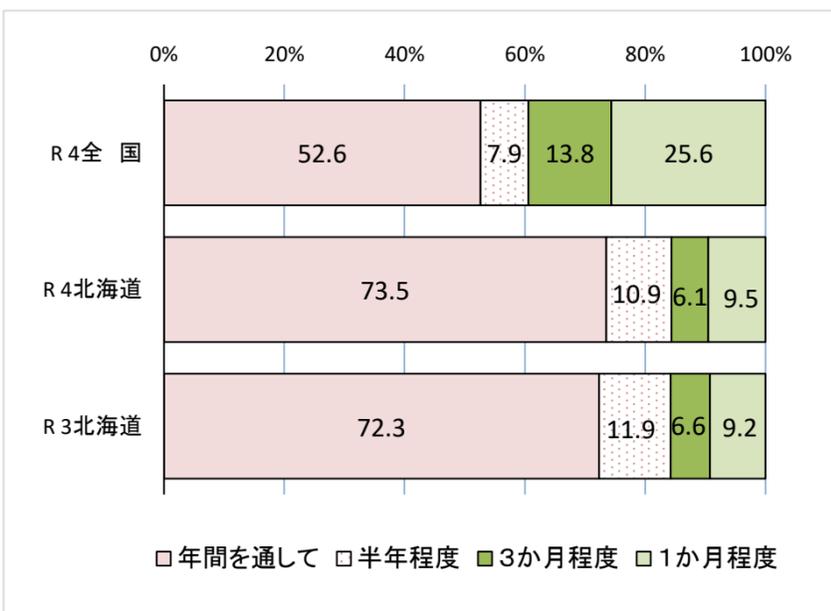
① 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



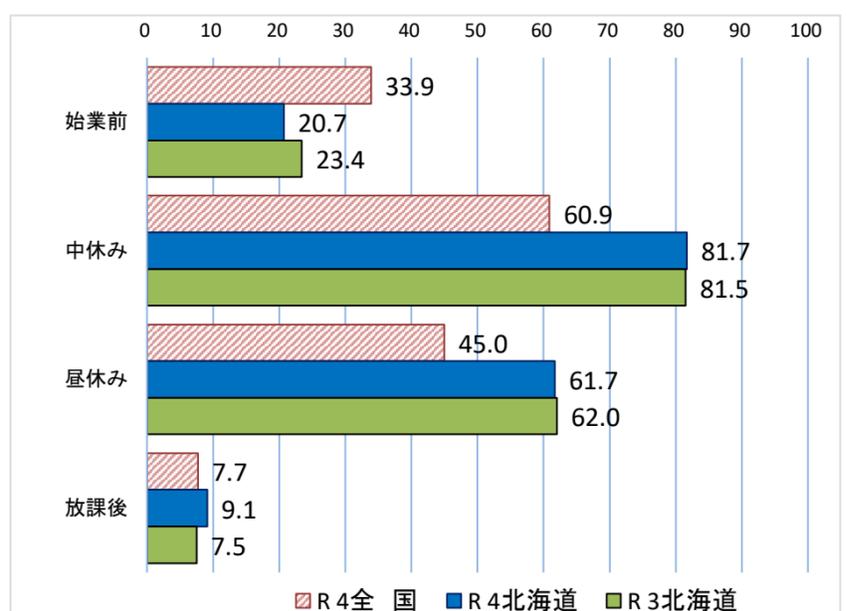
② 体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



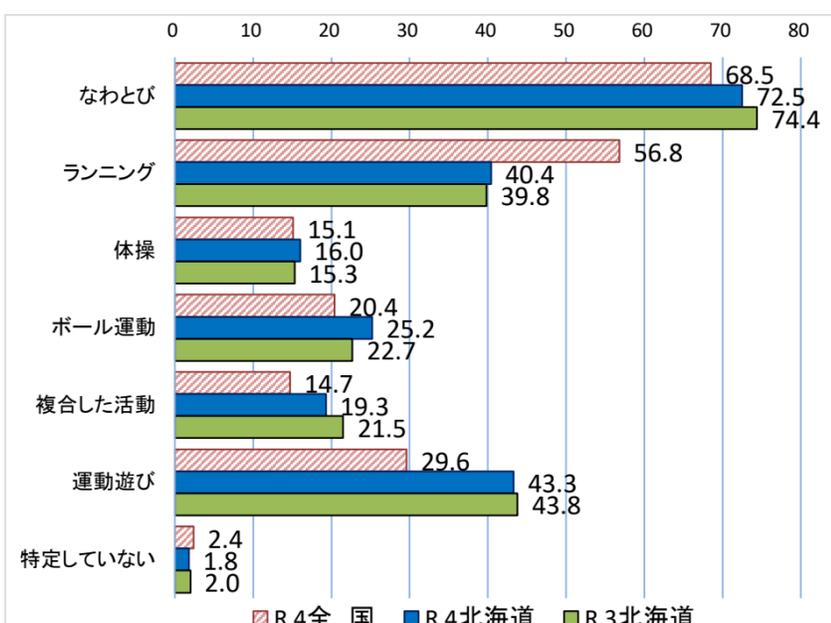
③ 体育の授業以外での取組をどのくらいの期間行いましたか。



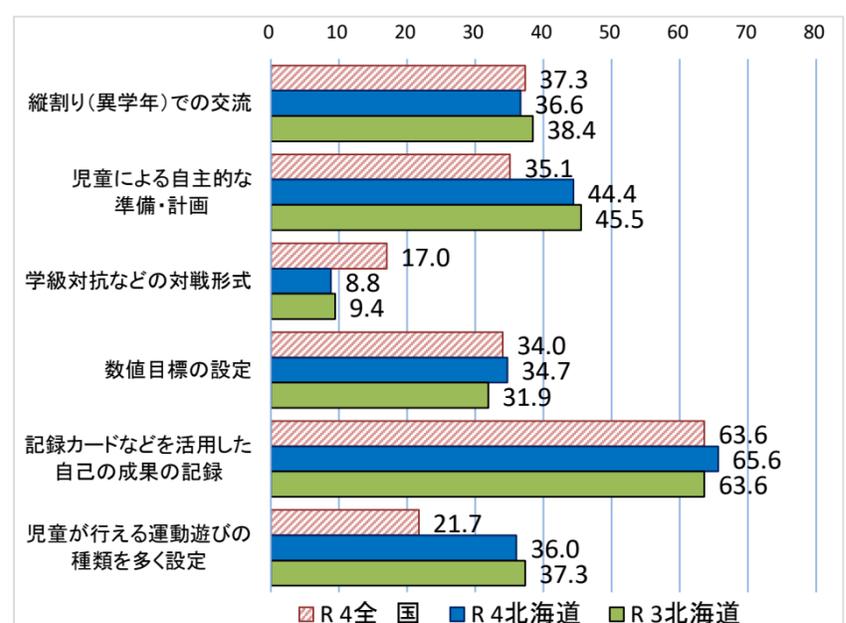
④ 体育の授業以外での取組をいつ行いましたか。



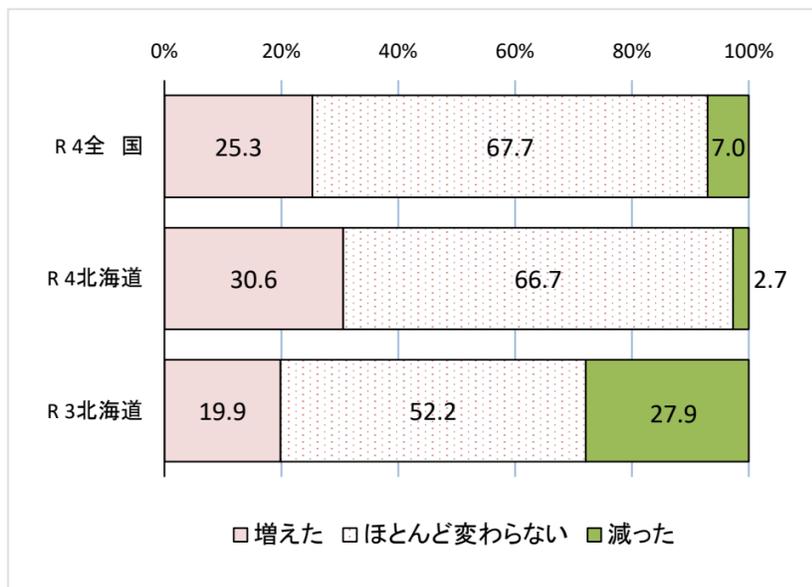
⑤ 体育の授業以外での取組でどのような活動を行いましたか。



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。

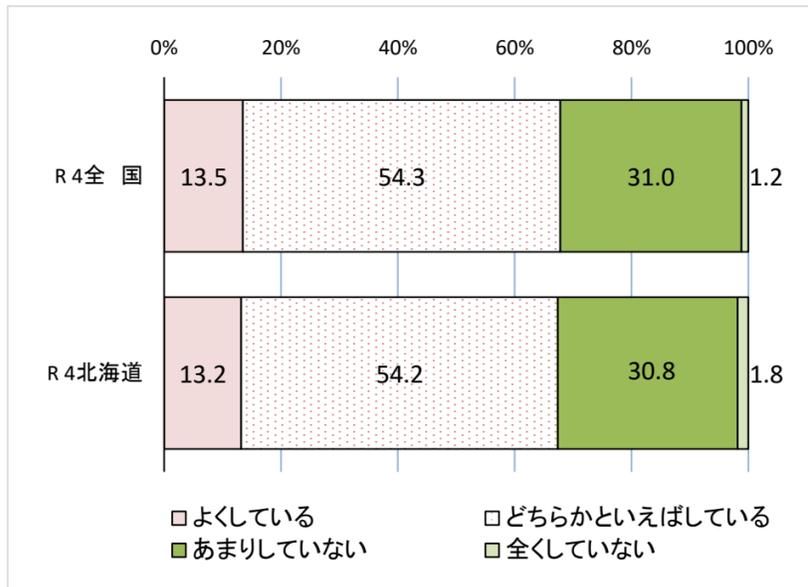


⑦ 体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組時間は、前年度と比べて変わっている。

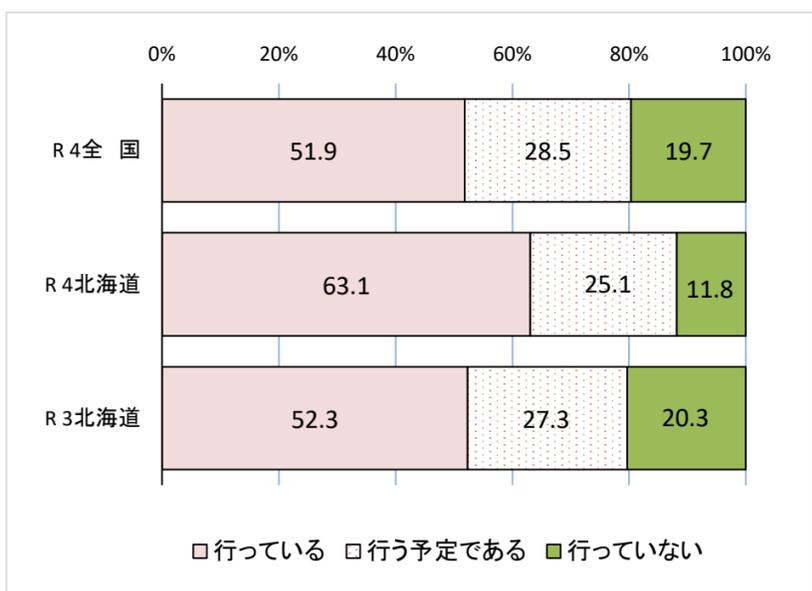


⑧ 自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために、校内外の研修や研究会のような取組に積極的に参加している。

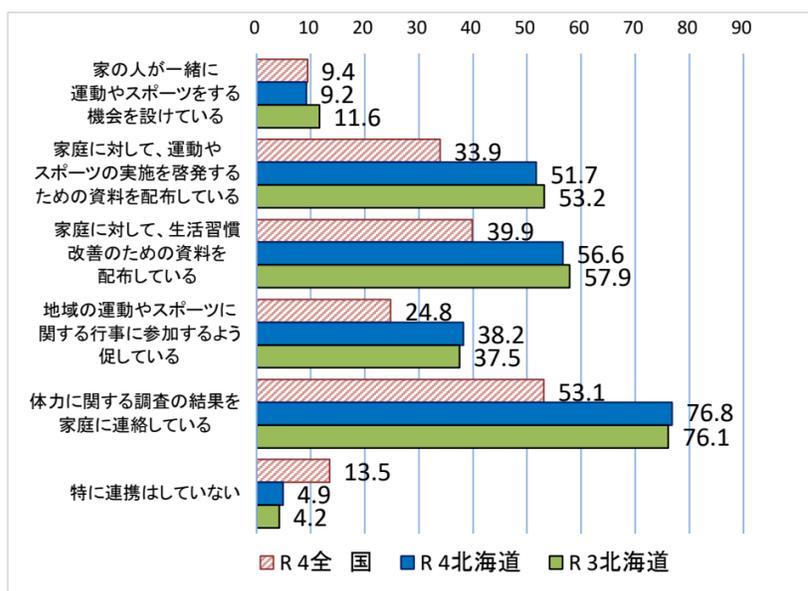
R4新規項目



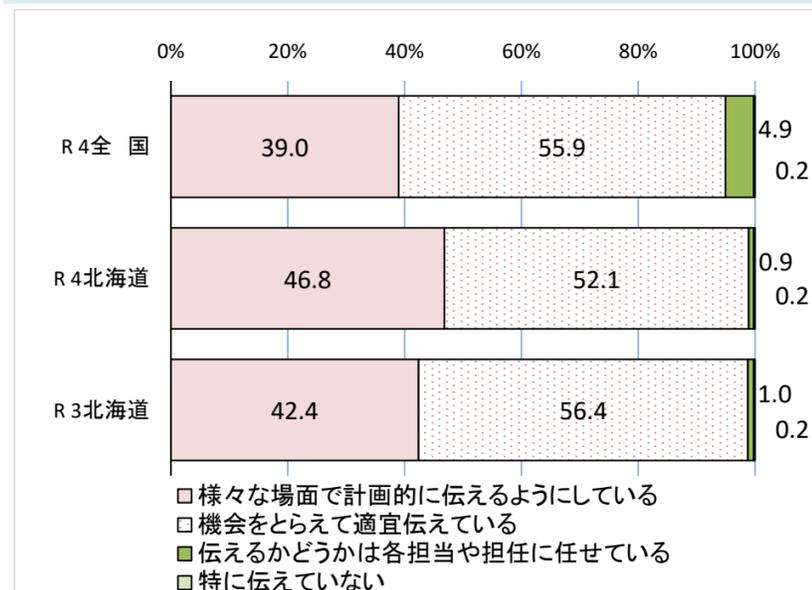
⑨ 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向がある児童向けの取組、または能力差に応じた取組を現在行っていますか。



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。

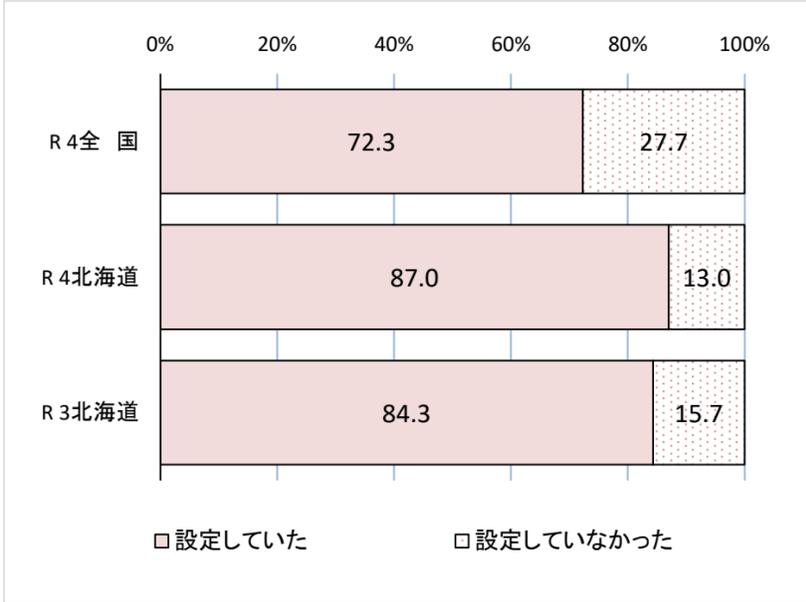


⑪ 健康三原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを、児童に伝えていますか。

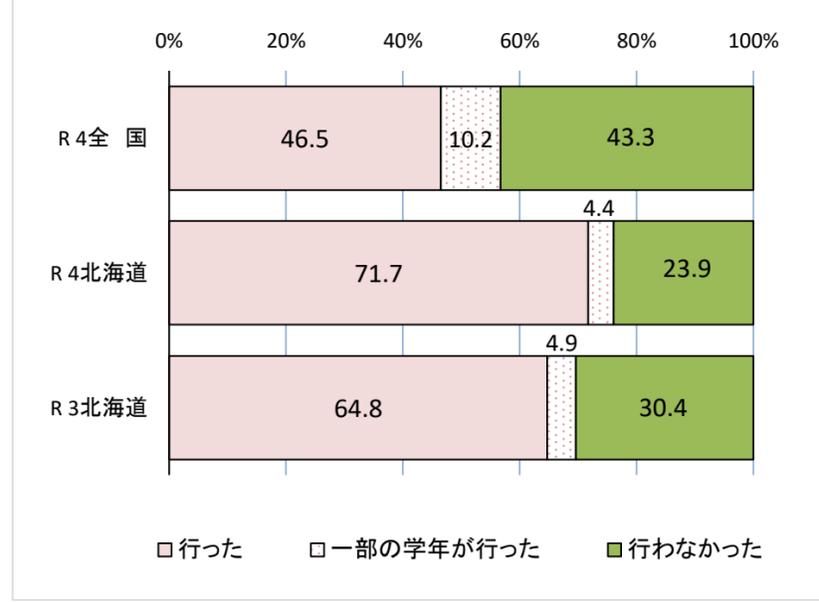


【中学校】

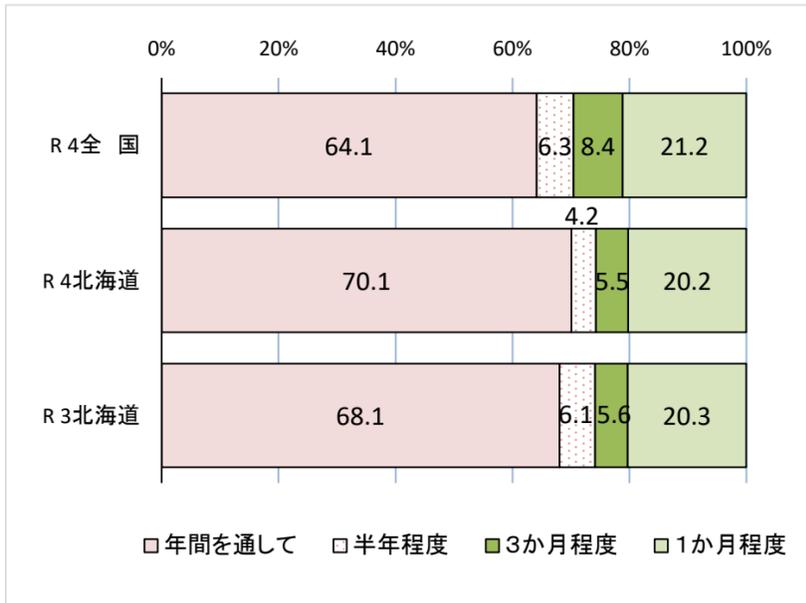
① 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



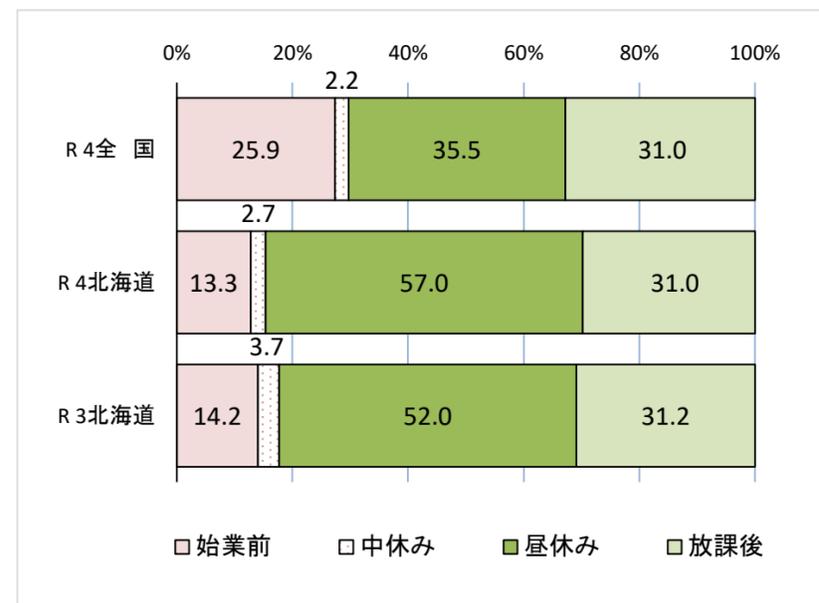
② 保健体育の授業以外で、全ての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



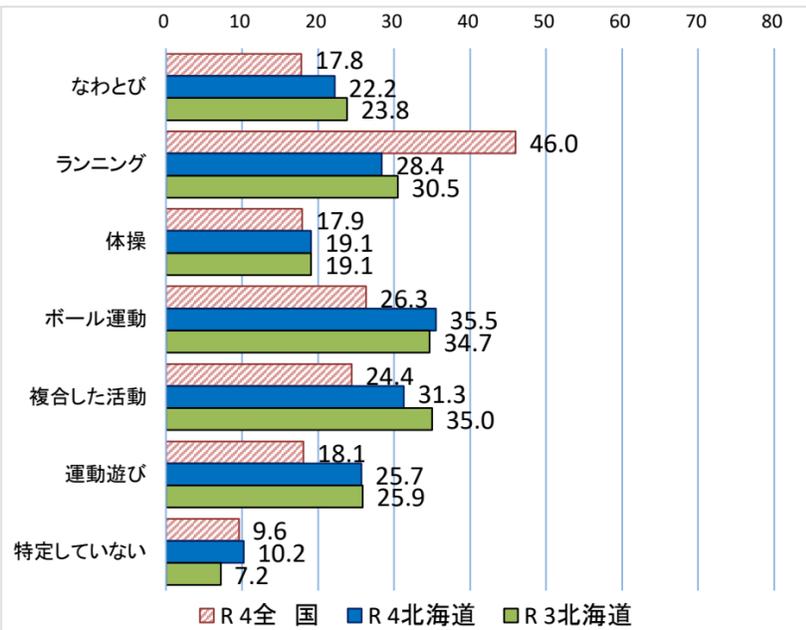
③ 保健体育の授業以外での取組をどのくらいの期間行いましたか。



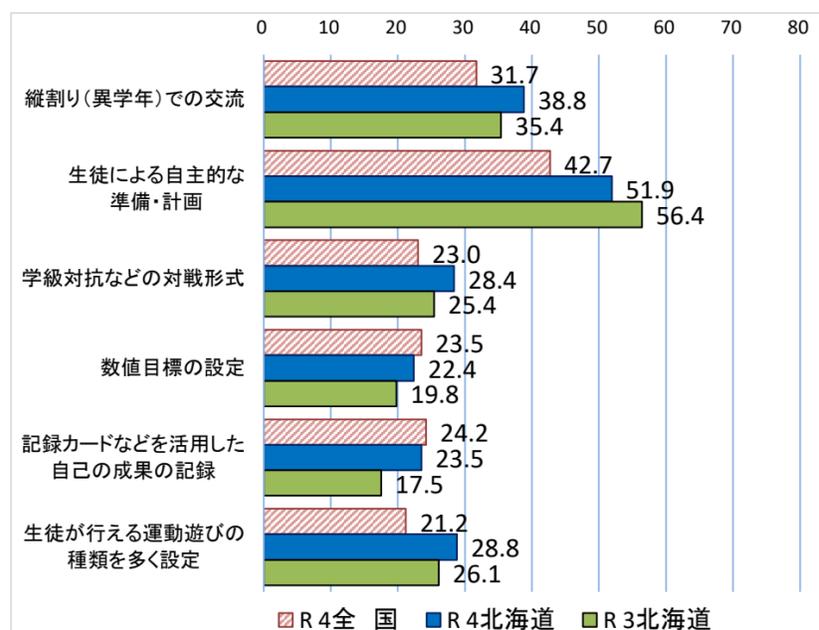
④ 保健体育の授業以外での取組をいつ行いましたか。



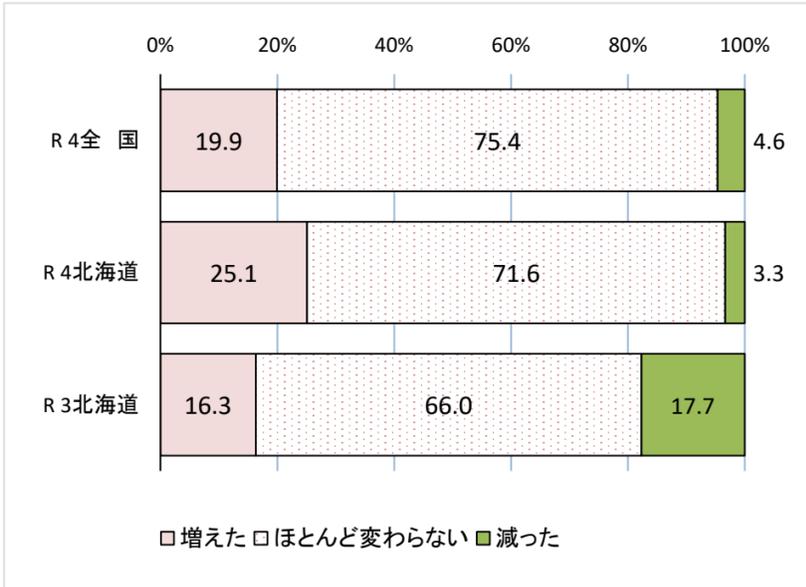
⑤ 保健体育の授業以外での取組でどのような活動を行いましたか。



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。

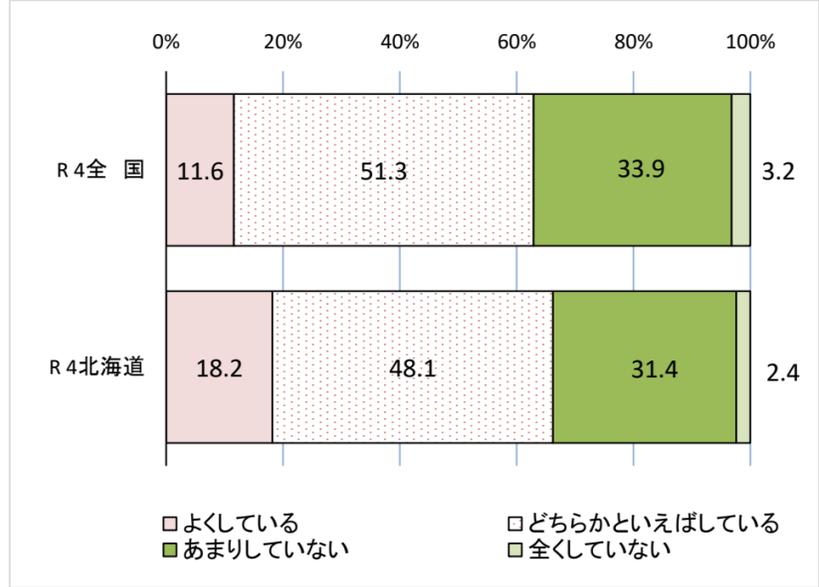


⑦ 保健体育の授業以外で、全ての児童の体力・運動能力の向上に係る取組時間は、前年度と比べて変わっている。

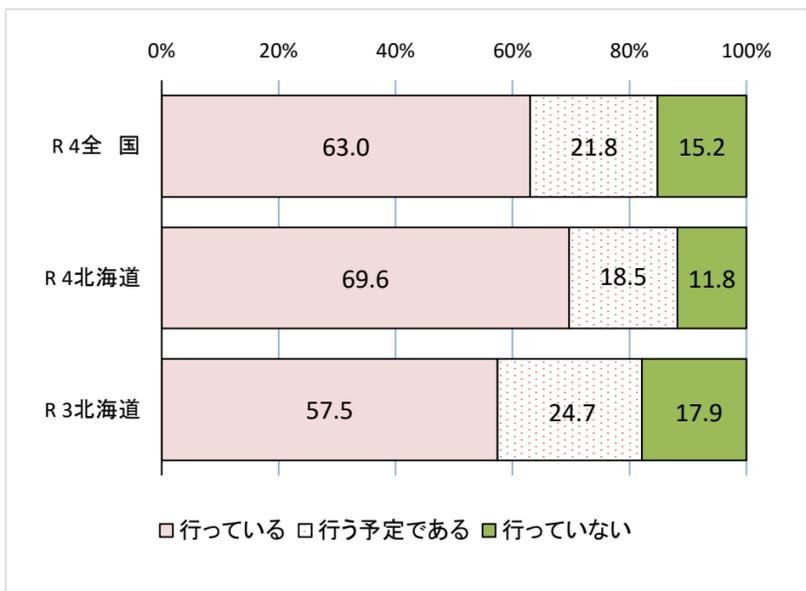


⑧ 自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映させるために、校外の研修や研究会のような取組に積極的に参加している。

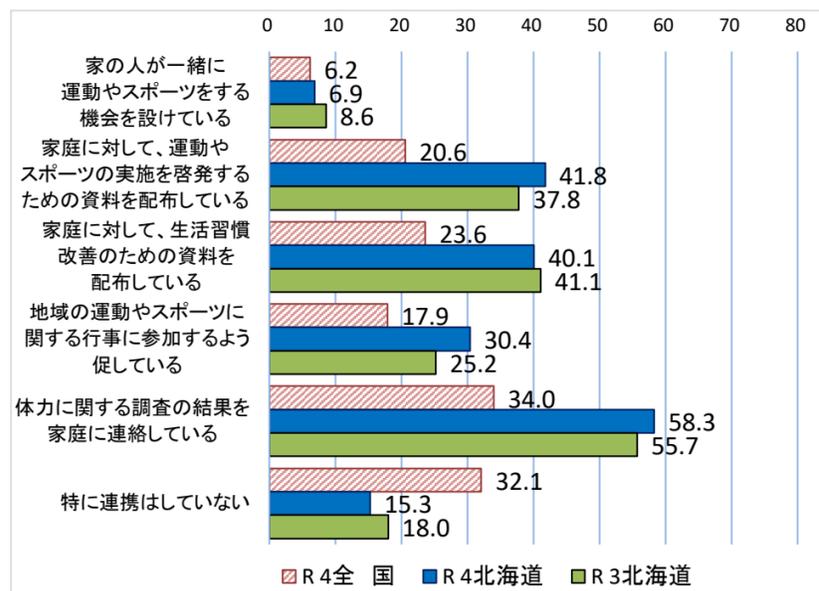
R4新規項目



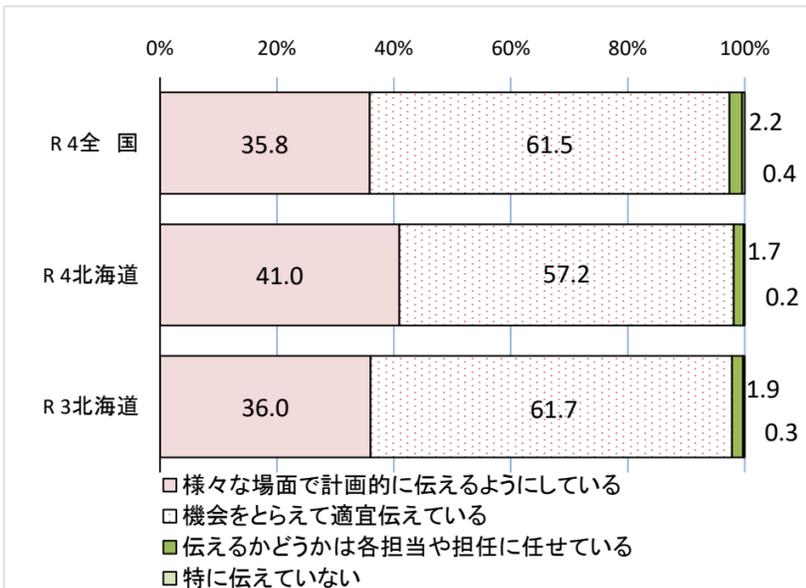
⑨ 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向がある生徒向けの取組、または能力差に応じた取組を現在行っていますか。



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。



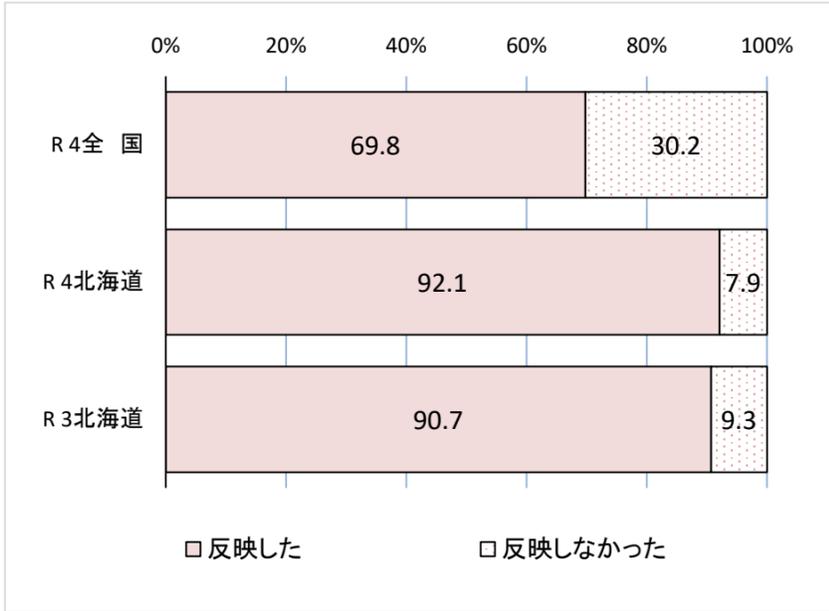
⑪ 健康三原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを、生徒に伝えていますか。



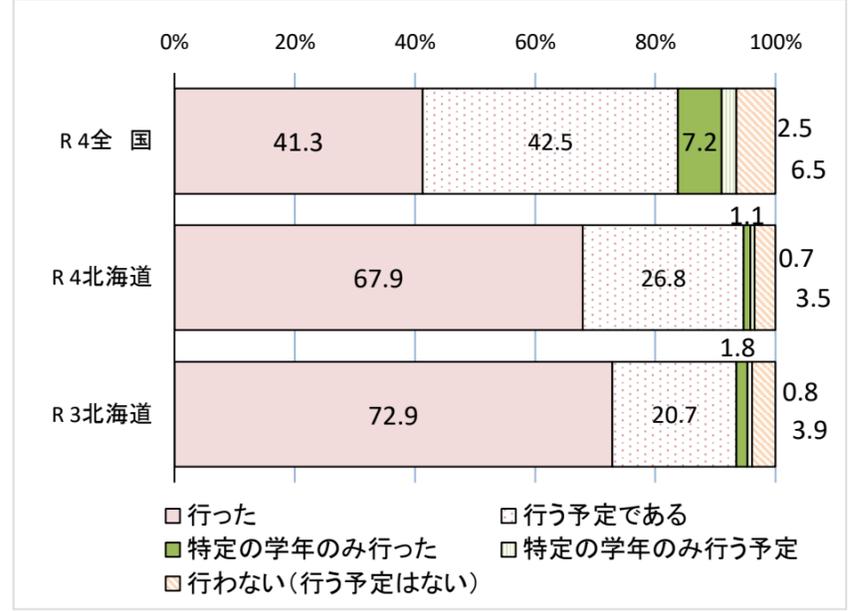
## (2) 体育・保健体育の授業の状況

### 【小学校】

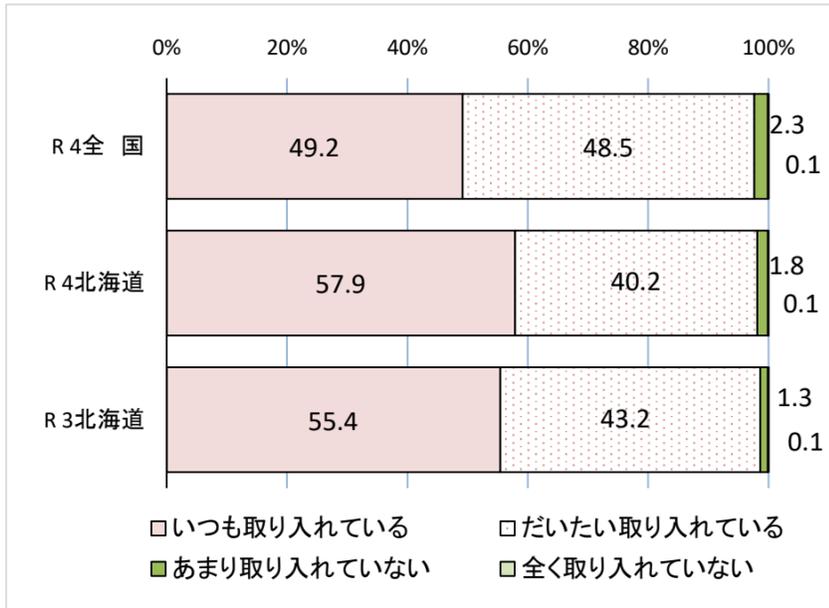
① 令和3年度の調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。



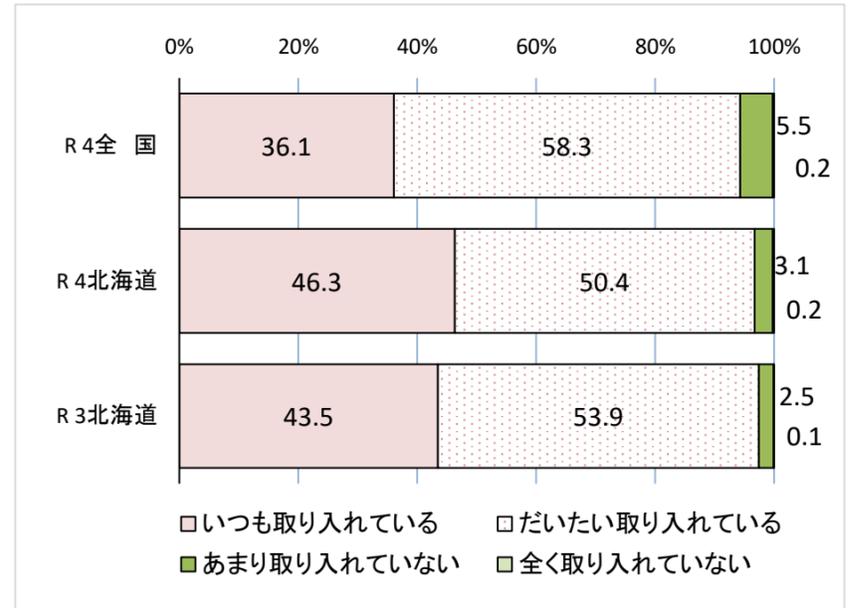
② 令和3年度の調査結果を踏まえて、授業等の工夫・改善を行いましたか。



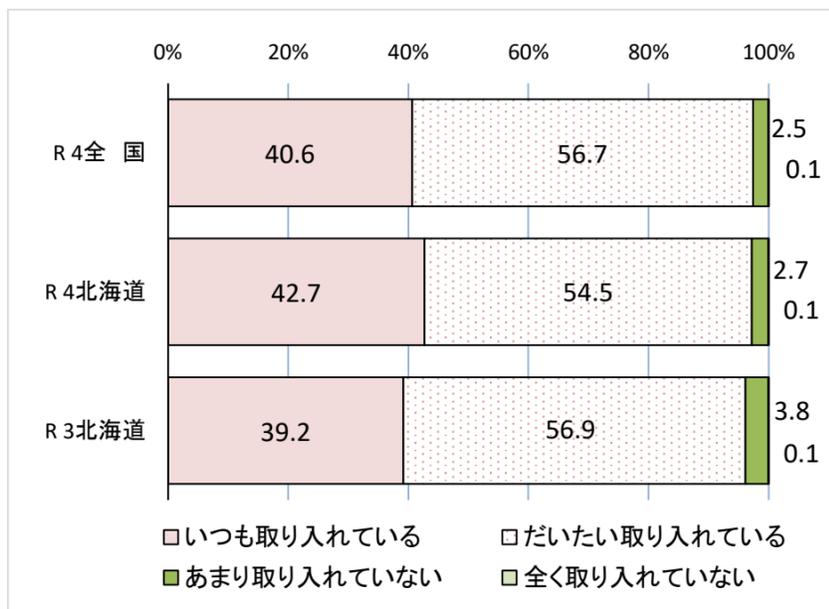
③ 体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動を取り入れていますか。



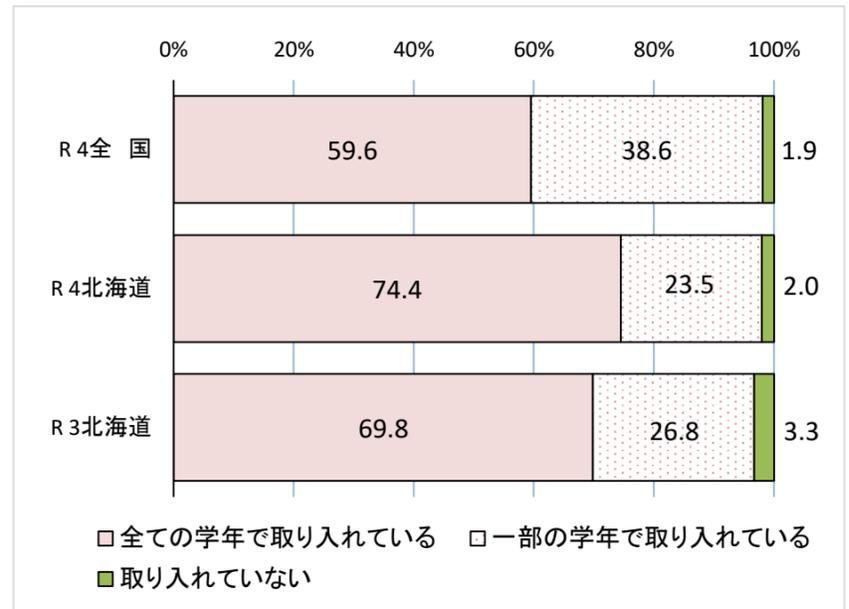
④ 体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。



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。

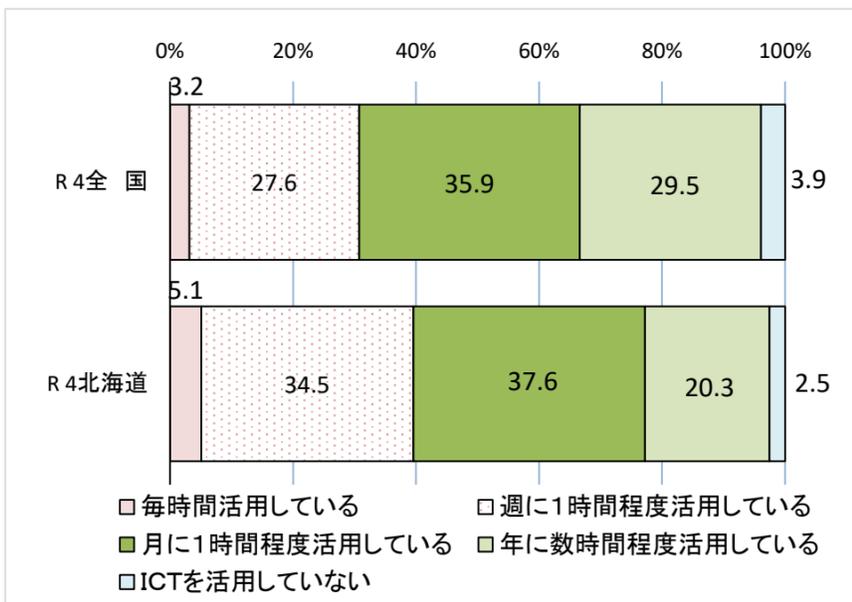


⑥ 体育の授業では、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか。

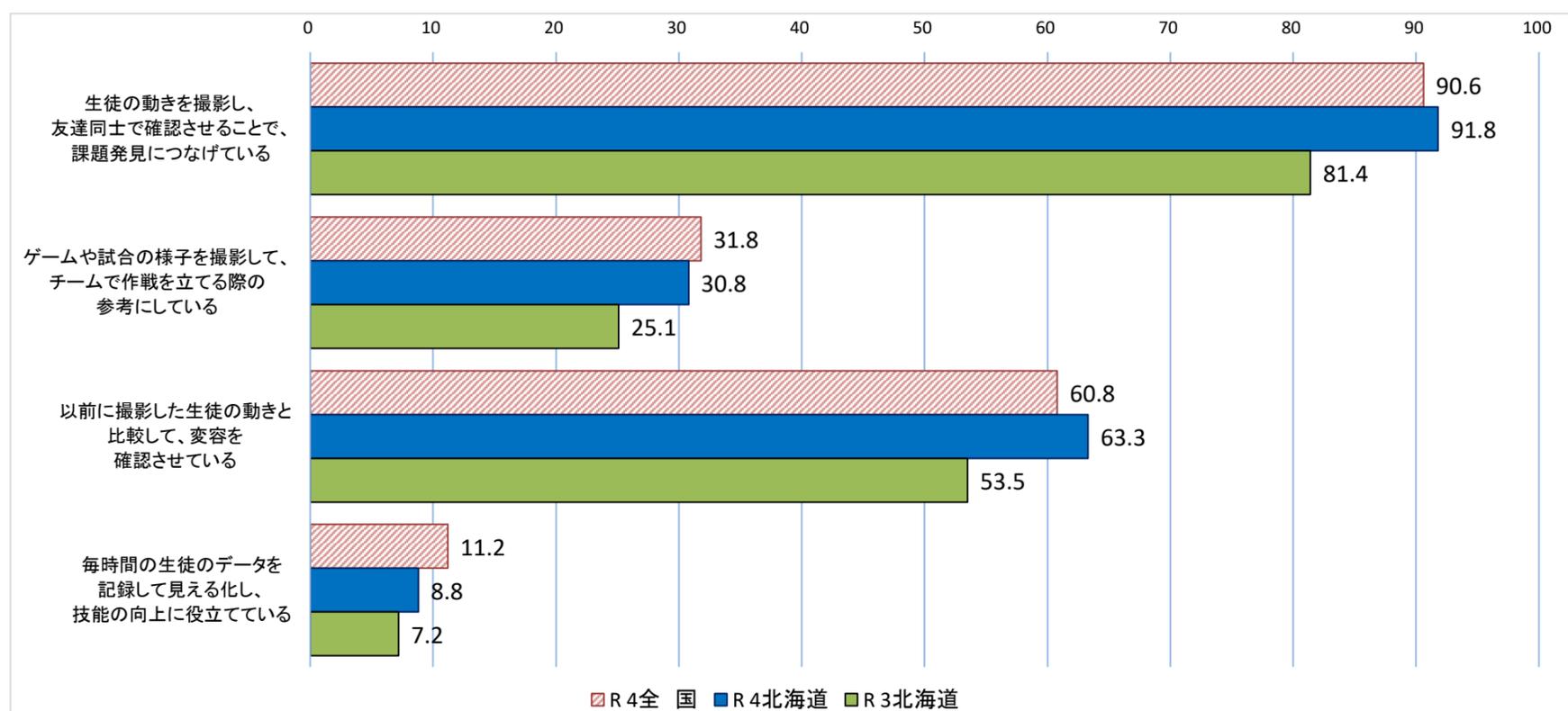


⑦ 体育授業におけるICTの活用について、どのくらいの頻度で活用していますか。

R4新規項目

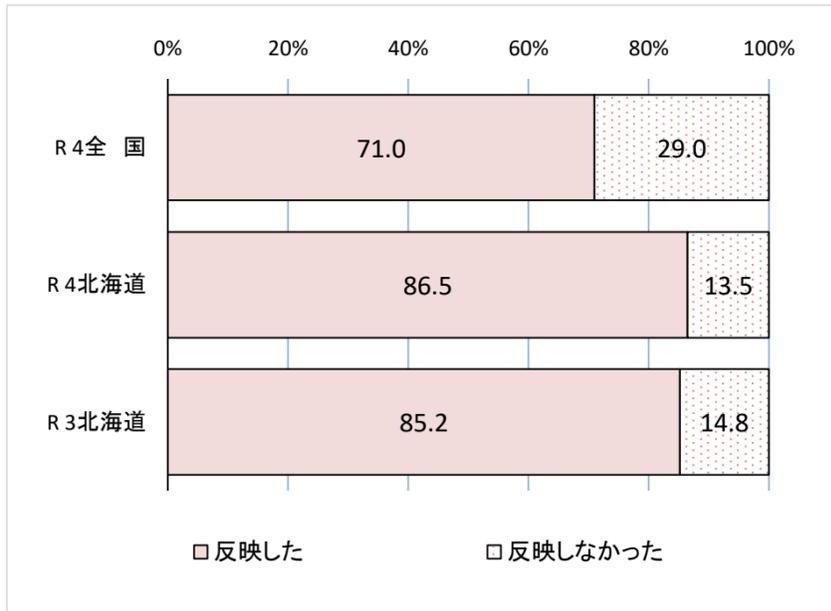


⑧ 体育の指導で、授業中にICTをどのように活用していますか。

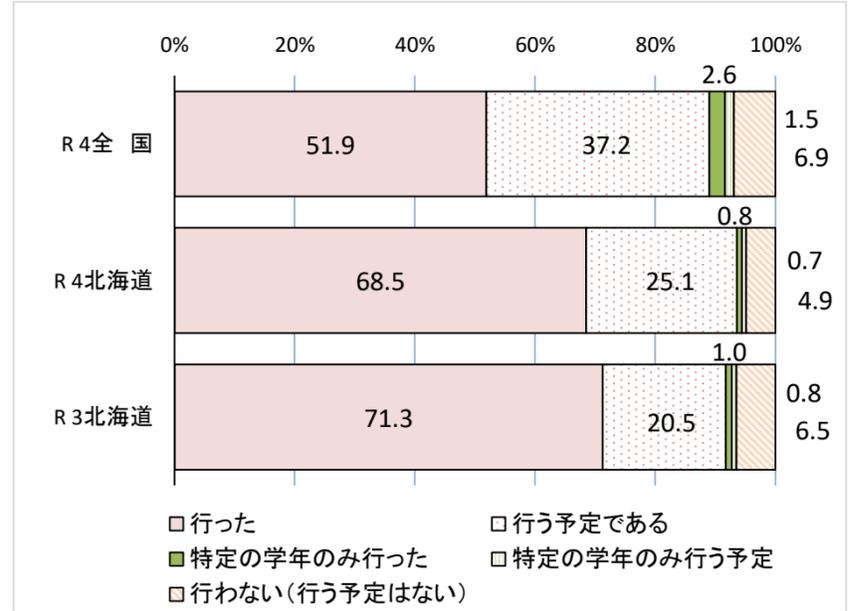


【中学校】

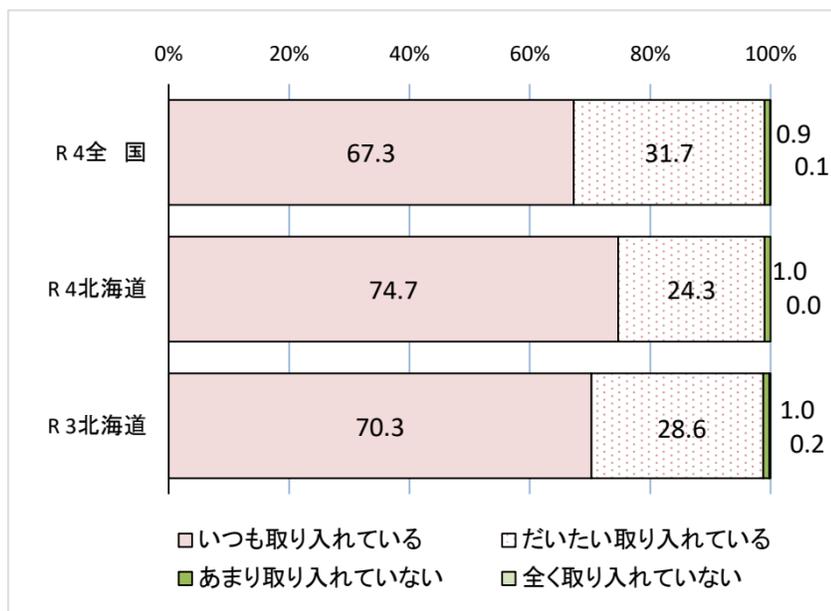
① 令和3年度の調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。



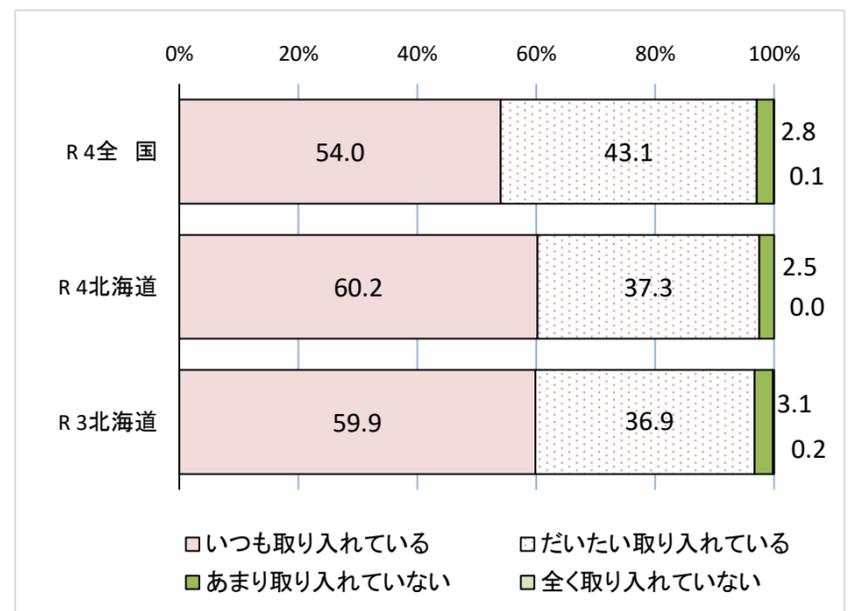
② 令和3年度の調査結果を踏まえて、授業等の工夫・改善を行いましたか。



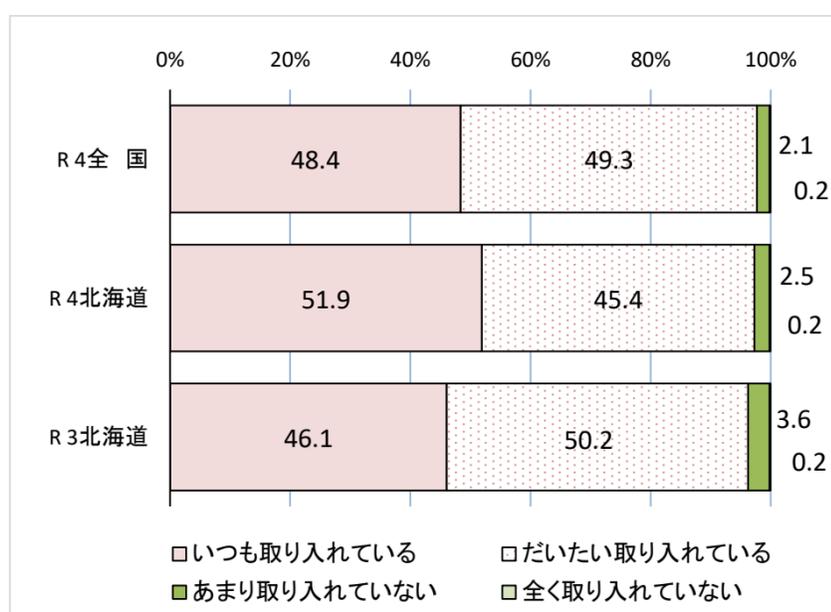
③ 保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を生徒に示す活動を取り入れていますか。



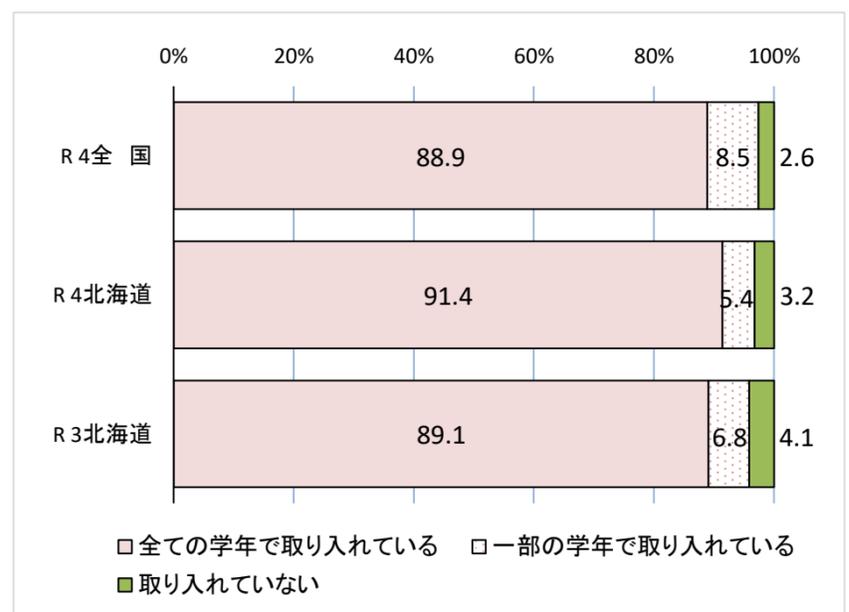
④ 保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。



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。

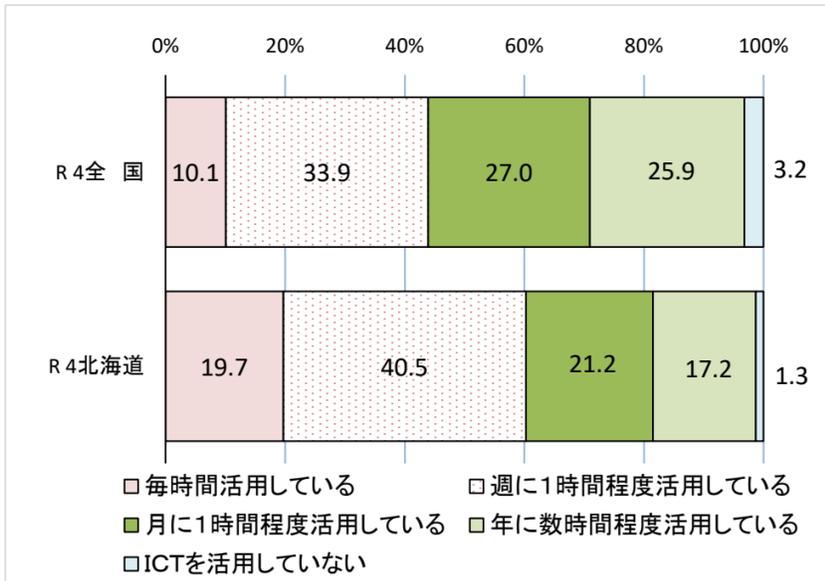


⑥ 保健体育の授業では、生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか。

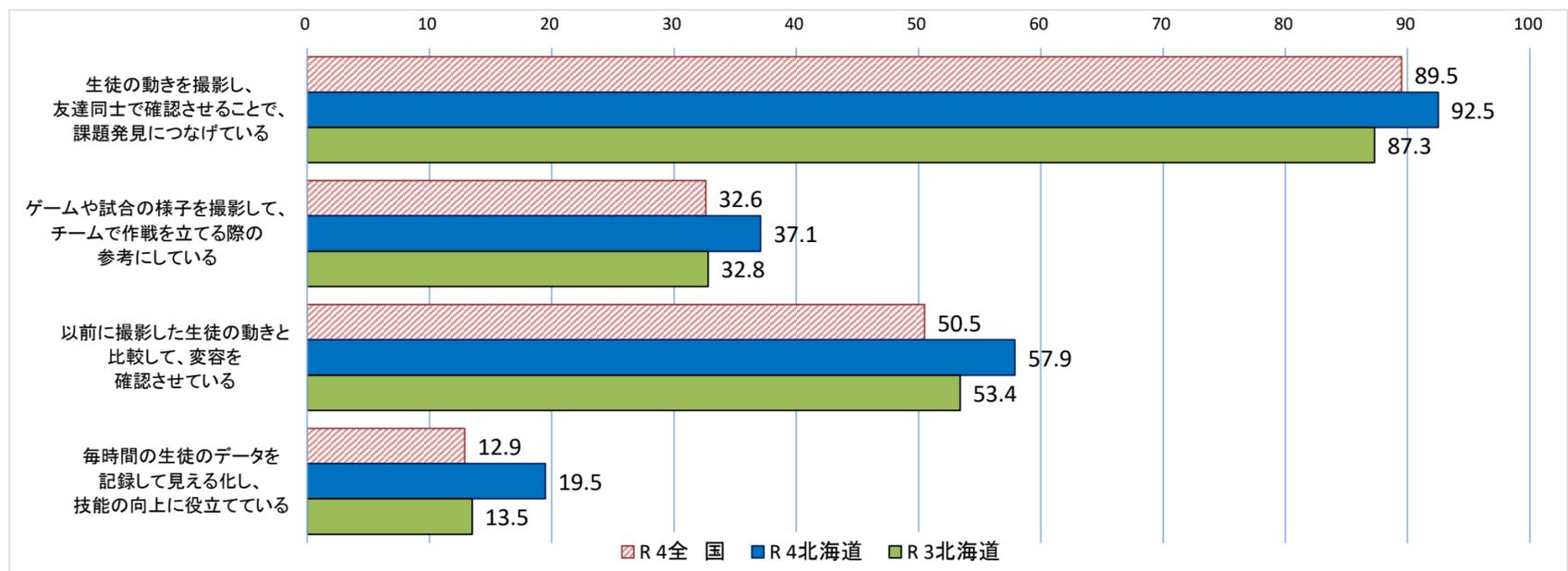


⑦ 保健体育授業におけるICTの活用について、どのくらいの頻度で活用していますか。

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)

