

＜全国の小学生・中学生 400 名に調査＞

小中学生の2割以上が「運動嫌い」

“他人と比べられること”への抵抗感や“足を引っ張ってしまうかも”という不安も

小中学生の運動に関する意識調査

“仲間と一緒に身体を動かすこと”や“自分が得意な運動を知ること”にはポジティブ

J A 共済連（全国共済農業協同組合連合会・代表理事理事長 柳井 二三夫）は、地域の皆さまが健康で安心して暮らせる豊かな地域社会づくりに貢献するため、食育イベント・農業体験の開催支援や文化支援活動をはじめ、健康管理・増進活動や災害救援・復興支援、交通安全対策活動など、地域の実情に応じた様々な活動に取り組んでいます。

また、次代を担う子どもたちに向けては、各種スポーツ大会への協賛活動や、親子で体を動かす楽しさを体感していただく運動プログラム「ちょいむずチャレンジ」（後掲）の提供などを実施しています。

今般、その活動の一環として、スポーツ庁が行った「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果※」を踏まえ、全国の小中学生の男女 400 名を対象に「小中学生の運動に関する意識調査」を実施しました。以下が調査結果となります。

※ 出典：https://www.mext.go.jp/sports/content/20221223-spt_sseisaku02-000026462_2.pdf

「小中学生の運動に関する意識調査」 結果サマリー

TOPIC 1 | 小中学生の2割以上が「運動嫌い」、理由は“人と比べられることが嫌”？

- 運動やスポーツが「やや嫌い」「嫌い」2割以上(Q1)
- 運動やスポーツにおいて人と比べられること「嫌だと思う」7割弱(Q2)
- 小学生の2割強、中学生の4割弱が「体育の授業が嫌い」(Q3)
- 運動・スポーツ嫌いの人でも小学校入学前は運動やスポーツが「好き」「やや好き」だったと3人に1人以上が回答(Q4)
- スポーツが苦手な人(Q5)の半数以上が「自分の運動能力について周りから笑われる、からかわれるという不安」あり(Q6)
- 団体競技において「自分が足を引っ張ってしまうのではないかと心配、7割以上が回答(Q7)
- 学校の授業以外で身体を動かす機会「週2日以下」が半数近く(Q8)

TOPIC 2 | “仲間と一緒に身体を動かすこと”“自分に向けた競技”に対してはポジティブ

- 子どもが楽しいと感じる運動 第一位「バスケットボール」、第二位「ダンス」(Q9)
- 「仲間と一緒に身体を動かすこと」は大多数がポジティブに捉えていることが明らかに(Q10)
- 自分が得意な運動や好きになれそうな競技が分かればやってみたい、9割近くが回答(Q11)

—調査概要—

■実施時期：2023年10月9日～11月10日

■調査方法：インターネット調査 ■調査対象：全国の小中学生男女 400 名

※図表の構成比(%)は小数点第2位以下を四捨五入しているため、合計が必ずしも100%にならない場合があります。

「小中学生の運動に関する意識調査」 総括

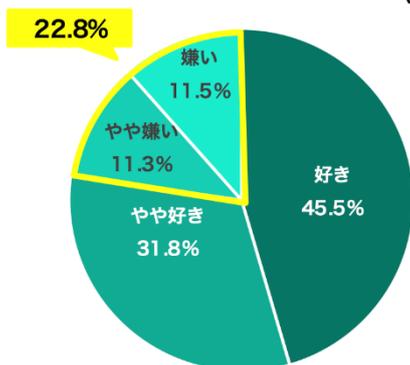
今回の「小中学生の運動に関する意識調査」では、多数派ではないものの、「運動やスポーツが嫌い」「体育の授業嫌い」である小中学生が一定いることがわかります。進学・進級に伴い、「周りとは比べられることへの抵抗感」や、「自分が足を引っ張るのではないかと不安」という不安により、運動やスポーツへの苦手意識が高まるようです。

一方で、仲間と一緒に身体を動かすことや、自分が得意な運動や好きになれそうな競技を知ることによりポジティブな意見が多かったことから、“運動やスポーツ嫌い”を克服する一歩になるのかもしれない。

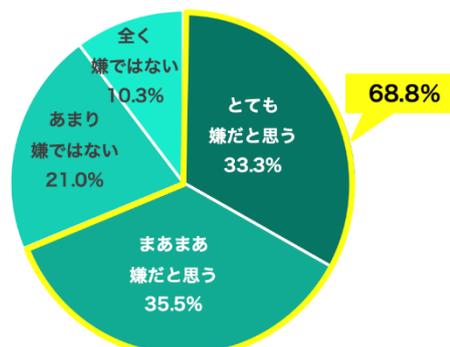
TOPIC 1 | 小中学生の2割以上が「運動嫌い」、理由は“人と比べられることが嫌”？

全国の小学生・中学生の男女 400 名を対象に、運動やスポーツに関する意識について調査しました。まず、運動やスポーツについてどのように感じているか聞いたところ、全体で2割以上(22.8%)が「やや嫌い」「嫌い」と回答しました(Q1)。また、「運動やスポーツにおいて、他人と比べられることについてどのように思うか」については「とても嫌だと思う」「まあまあ嫌だと思う」と7割弱(68.8%)が回答(Q2)。運動嫌いの原因には「人と比べられることへの抵抗感」もあると言えます。

Q1.運動やスポーツについてどのように感じていますか？
(N=400)

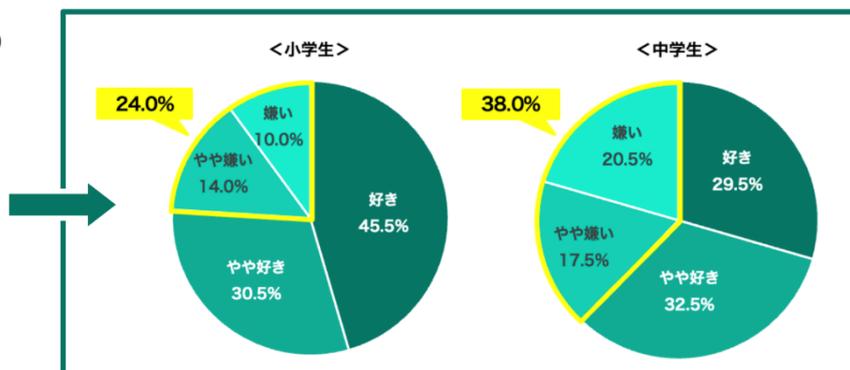
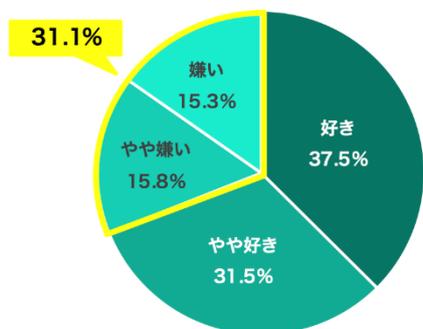


Q2.あなたは運動やスポーツにおいて、他人と比べられることについてどのように思いますか？(N=400)



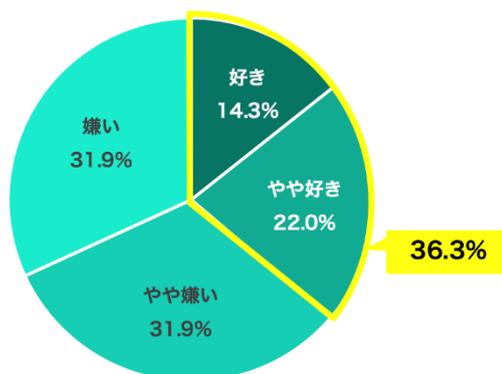
学校の体育の授業については「やや嫌い」「嫌い」と3割以上(31.1%)が回答(Q3)。「運動やスポーツ」よりも「嫌い」である傾向がやや強いようです。また、小中学生別にみると、「やや嫌い」「嫌い」と答えた割合は小学生が2割以上(24.0%)であったのに対し、中学生は4割弱(38.0%)という結果に。心身の成長に伴い“体育の授業嫌い”がより顕著になるのかもしれませんが。

Q3.学校の体育の授業についてどのように感じていますか？
(N=400)

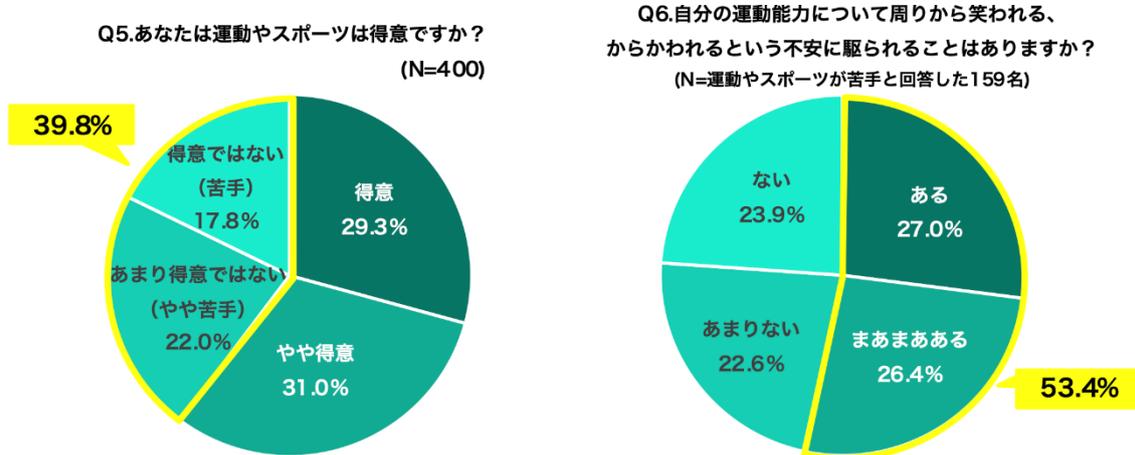


さらに、運動やスポーツが「やや嫌い」「嫌い」と答えた小中学生に幼少期(小学校以前)の運動やスポーツに対する意識について聞いたところ、「好き」「やや好き」だったと3人に1人以上(36.3%)が回答しました。現在運動やスポーツが嫌いでも、幼少期には運動やスポーツに対してポジティブな感情を抱いていたことがわかります(Q4)。

Q4.幼少期(小学校以前)は運動やスポーツについてどのように感じていましたか？
(N=運動やスポーツが「やや嫌い」「嫌い」と回答した91名)

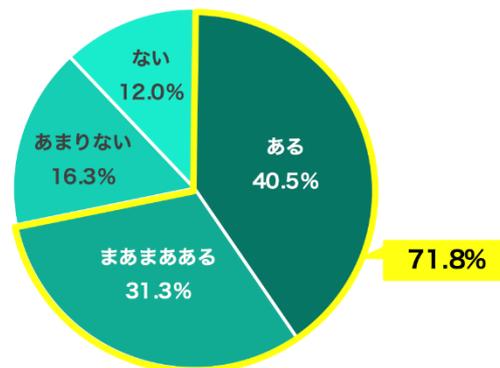


運動やスポーツに関して好き嫌いに加え、得意不得意についても聞いたところ、「やや苦手」「苦手」と答えた割合は4割弱（39.8%）という結果に(Q5)。「自分の運動能力について周りから笑われる、からかわれるという不安に駆られること」に対しては、運動やスポーツを苦手としている小中学生の半数以上（53.4%）が「ある」「まあまあある」と回答しました(Q6)。



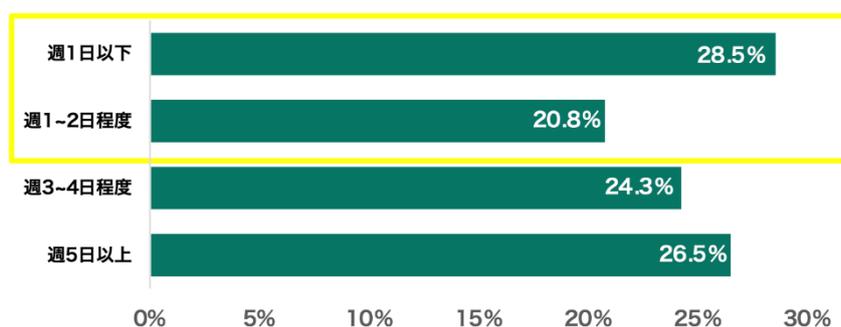
さらに、「団体競技において自分が足を引っ張ってしまうのではないかと心配に思うこと」が「ある」「まあまあある」と回答した割合は7割以上（71.8%）にも上り(Q7)、多くの小中学生が「他人と比べられること」「他人から笑われる、からかわれること」「他人の足を引っ張ってしまうこと」に対してネガティブに感じていることがうかがえます。こうした感情が子どもたちの“運動・スポーツ嫌い”“体育の授業嫌い”を加速させているのかもしれない。

Q7.団体競技において、自分が足を引っ張ってしまうのではないかと心配に思うことはありますか？ (N=400)



また、体育の授業以外の身体を動かす機会について聞いたところ、「週2日以下」（「週1～2日程度」「週1日以下」）と半数近く（49.3%）が回答(Q8)。小中学生の運動頻度の低さが浮き彫りになりました。

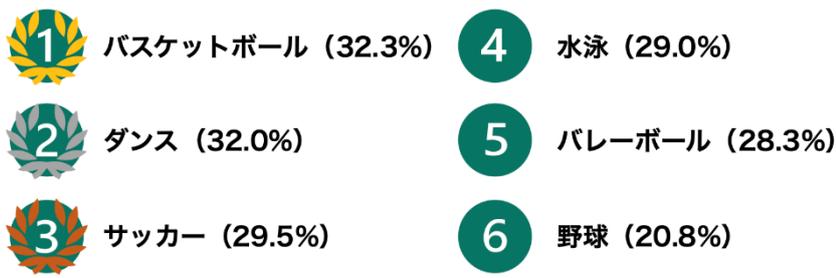
Q8.学校の授業以外で身体を動かす機会はどのくらいありますか？ (N=400)



TOPIC 2 | 「運動嫌い」でも本来は運動好き？ “仲間と身体を動かすこと”にはポジティブ

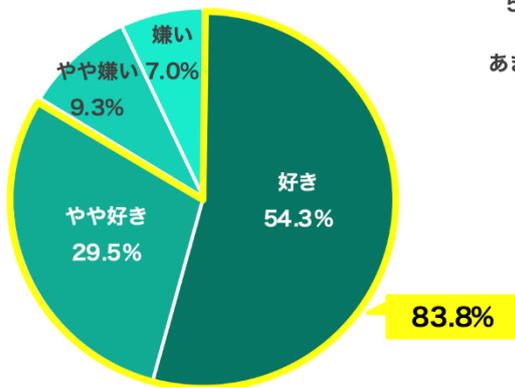
小中学生が楽しいと感じる運動は何か、聞いてみたところ、「バスケットボール（32.3%）」が最も多く、次いで「ダンス（32.0%）」、「サッカー（29.5%）」の順に票が集まりました(Q9)。王道の球技スポーツと並び、「ダンス」の人気も高いことがうかがえます。

Q9.あなたが楽しいと感じる運動をすべて選んでください。(N=400)

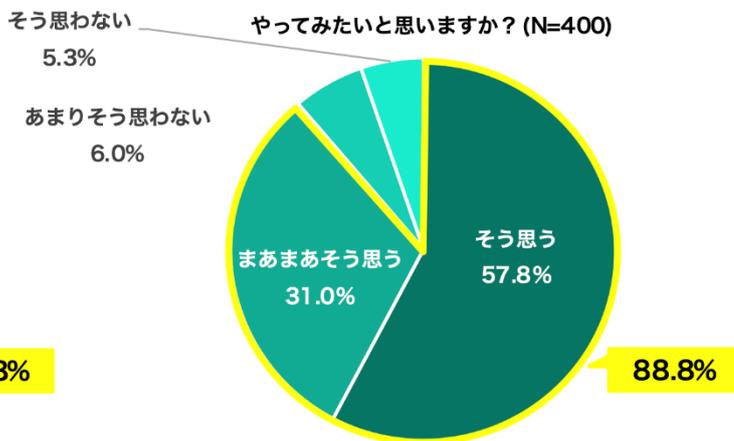


また、「仲間と一緒に運動すること」については8割以上（83.8%）が「好き」「やや好き」と回答し、ポジティブな感情を抱いていることがわかります(Q10)。さらに、「自分が得意な運動や好きになれるような競技が分かれば、やってみたいと思うか」については9割近く（88.8%）が「そう思う」「まあまあそう思う」と回答する結果に(Q11)。仲間と一緒に楽しみながらできる運動や得意な運動を見つけることが運動やスポーツを好きになるきっかけとなりえそうです。

Q10.「仲間と一緒に運動すること」についてどのように感じますか？(N=400)



Q11.自分が得意な運動や好きになれるような競技が分かれば、やってみたいと思いますか？(N=400)



【後掲】JA共済の地域貢献活動 健康増進活動「ちょいムズチャレンジ」について

「ちょいむずチャレンジ」は、親子で体を動かすことの楽しさを体感いただく“カラダをそだてる”運動プログラムです。「幼児期運動指針」（文部科学省）に基づく「幼少期に身に着けたい36の基本動作」のうち、「なげる」「うつ」「ける」の3つの動作を中心に、ゲーム形式で“運動能力の発達に必要な動き”を体験するイベントを提供しています。



【ちょいムズチャレンジ：コロコロチャレンジ 体験の様子】

今回の意識調査では、幼少期には運動・スポーツに対してポジティブな感情を持っていながら、小学校・中学校への進学・進級に伴い、周りと比べられることへの抵抗感や、自分が足を引っ張るのではないかという不安により、運動・スポーツへの苦手意識が高まることが明らかになりました。

一方で、仲間と一緒に体を動かすことや、自分が得意な競技や好きになれる競技を知ることにより、ポジティブな感情を抱いていることが明らかになりました。

こうした意識調査を受け、JA共済では、引き続き「ちょいムズチャレンジ」をはじめ、子どもたちが体を動かすことの楽しさを体験できるイベントやコンテンツの提供を積極的に行ってまいります。

以 上