

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

学校安全・体育課

1 調査名

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査

2 調査の概要

(1) 調査主体 スポーツ庁

(2) 調査期間 令和3年4月～令和3年7月末（学校ごとに期日を設定）

(3) 調査内容

調査対象	○ 国公立の小学校5年生 ○ 国公立の中学校2年生
調査方式	○ 対象学年の全児童生徒を対象に全国悉皆調査
調査事項	○ 実技 <ul style="list-style-type: none"> ・ 小学校8種目 ①握力、②上体起こし、③長座体前屈、④反復横とび、⑤20mシャトルラン、⑥50m走、⑦立ち幅とび、⑧ソフトボール投げ ・ 中学校8種目 ①握力、②上体起こし、③長座体前屈、④反復横とび、⑤持久走または20mシャトルラン、⑥50m走、⑦立ち幅とび、⑧ハンドボール投げ <p style="text-align: center;">※中学校持久走：男子1500m、女子1000m</p>
	○ 質問紙調査 <ul style="list-style-type: none"> ・ 児童生徒質問紙（運動習慣、生活習慣） ・ 学校質問紙（子供の体力向上に係る学校の取組等）

(4) 備考 ・本調査はH20年度から悉皆調査として開始

※H22・24年度は抽出調査、H23・R2年度は調査中止

- ・ 各実技テストの結果を10点満点で換算し、「体力合計点」（合計80点満点）として表記
- ・ 全国数値については、国公立学校の児童生徒が対象、山口県数値については、公立学校の児童生徒が対象

3 調査学校数及び児童生徒数

校種	区分	調査学校数	調査児童生徒数（人）		
			男子	女子	合計
小学校	R3山口県	271	5,607	5,435	11,042
	R3全国	19,213	527,253	503,977	1,031,230
中学校	R3山口県	139	5,161	4,812	9,973
	R3全国	10,153	500,670	475,954	976,624

4 児童生徒の体力の状況

(1) 各種目結果

■	全国平均値以上	■	R1を上回る
---	---------	---	--------

校種	性別	区分	握	上	長	反	2	持	5	立	ハン	体
			力	体	座	復	0	久	0	ち	ソフ	
			(k g)	(回)	(c m)	(回)	m	走	m	幅	ドボ	合
							シ	(秒)	走	跳	ール	計
							ャ			び <th>ル投</th> <th>点</th>	ル投	点
							トル				げ	
							ラン					
小学5年生	男	R1 山口県	15.7	18.9	31.5	41.0	51.4		9.5	149.6	21.2	52.2
		R3 山口県	15.5	18.1	31.6	39.9	49.3		9.5	149.6	20.2	51.3
		R3 全国	16.2	18.9	33.5	40.4	46.9		9.5	151.4	20.6	52.5
	女	R1 山口県	15.5	18.4	36.2	39.8	43.4		9.7	142.9	13.1	54.5
		R3 山口県	15.3	17.5	35.8	38.4	41.1		9.7	143.3	12.9	53.5
		R3 全国	16.1	18.1	37.9	38.7	38.2		9.6	145.2	13.3	54.7
中学2年生	男	R1 山口県	27.6	25.9	41.5	51.6	85.7	395.5	8.1	189.7	19.6	40.3
		R3 山口県	27.7	25.5	41.9	52.1	84.1	401.4	8.0	193.3	19.7	40.6
		R3 全国	28.8	25.9	43.6	51.2	79.5	407.2	8.0	196.3	20.2	41.1
	女	R1 山口県	23.2	23.2	44.3	47.4	61.0	288.2	8.9	167.6	12.8	49.5
		R3 山口県	22.8	22.1	44.5	46.7	57.6	294.5	8.9	166.4	12.4	48.2
		R3 全国	23.4	22.2	46.2	46.3	53.9	298.3	8.9	168.0	12.6	48.4
体力要素	筋力	○	○					○	○	○		
	柔軟性			○								
	敏捷性				○			○				
	持久力		○			○	○					
	調整力				○				○	○		

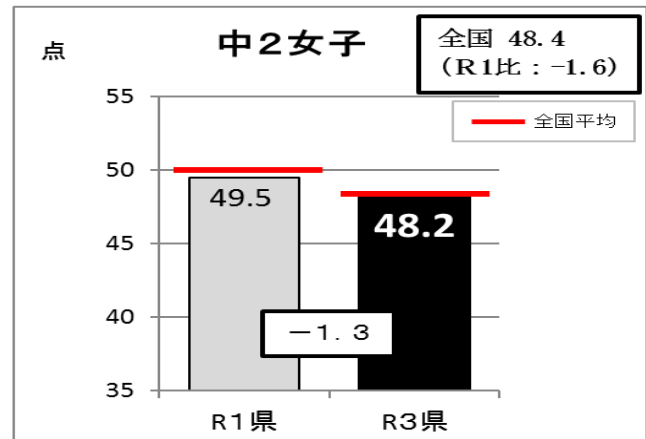
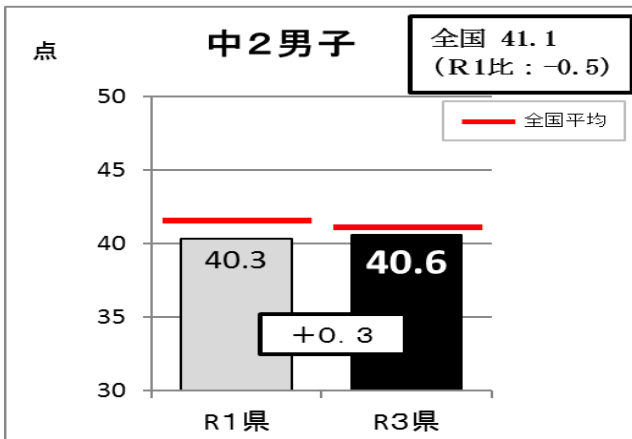
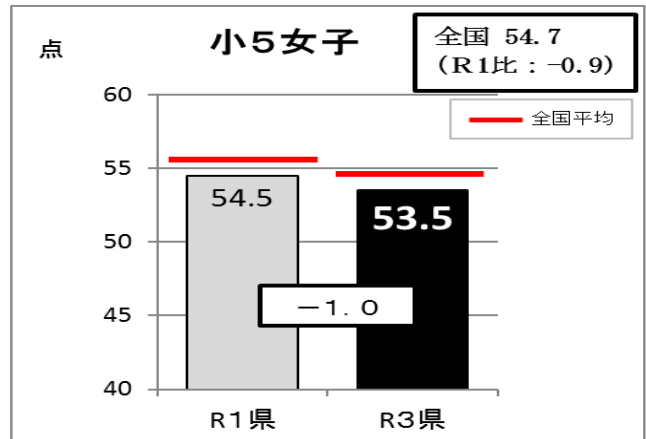
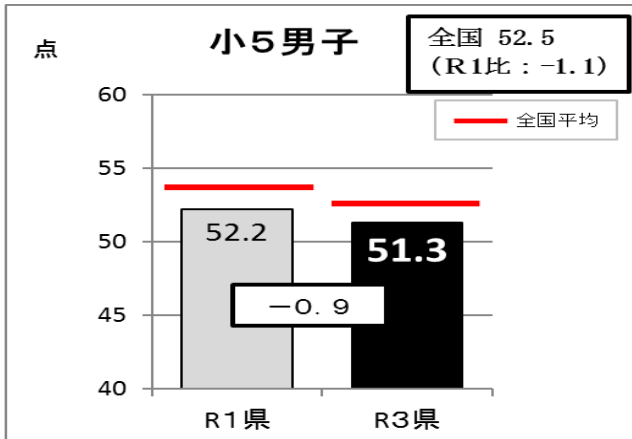
※ 中学生は「20mシャトルラン」または、「持久走」のどちらかを選択して実施

※ 「ソフトボール投げ」は小学生、「ハンドボール投げ」は中学生

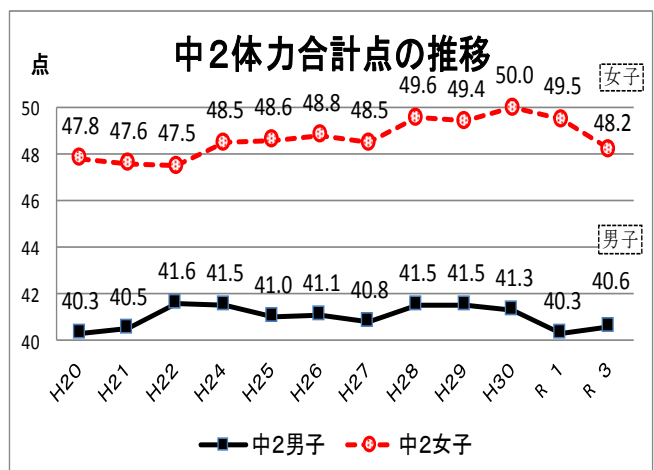
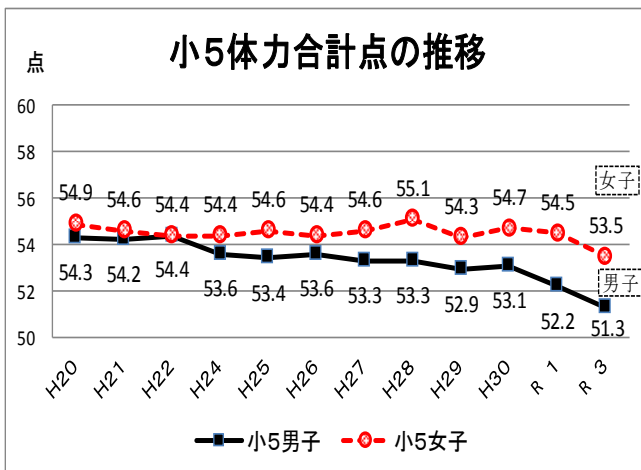
(2) 体力合計点

- 体力の総合的な指標である「体力合計点」は、全国平均と比較して、全ての調査対象学年で下回った。
- 本県の「体力合計点」は、令和元年度の記録と比較して、中2男子は上回ったが、小5男女、中2女子は下回った。
- 小5男女の「体力合計点」は、平成20年の調査開始以来、過去最低値となった。

【令和元年度及び全国平均との比較】



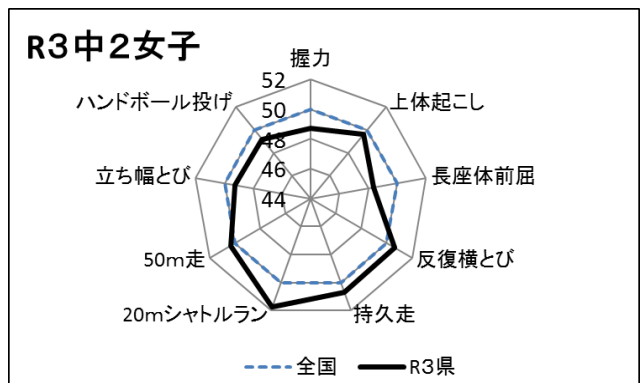
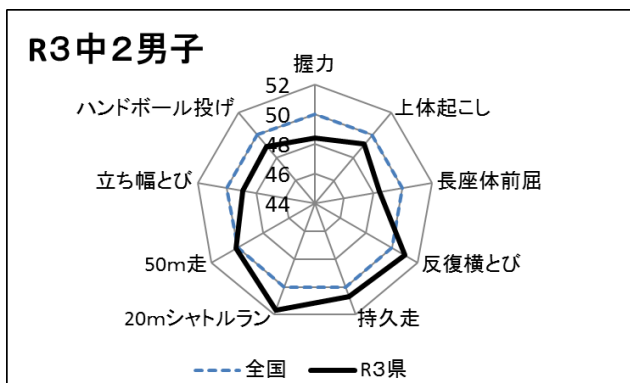
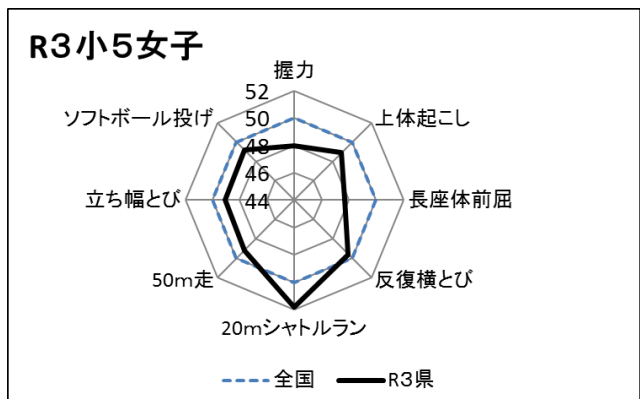
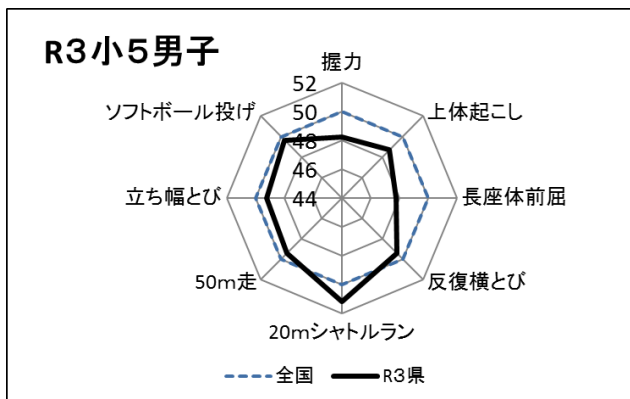
【本県体力合計点の推移】



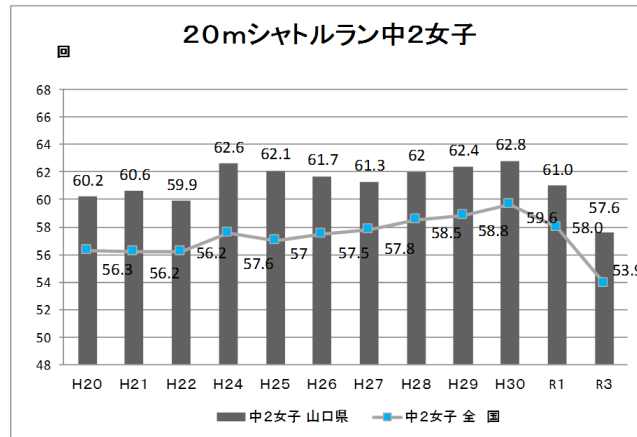
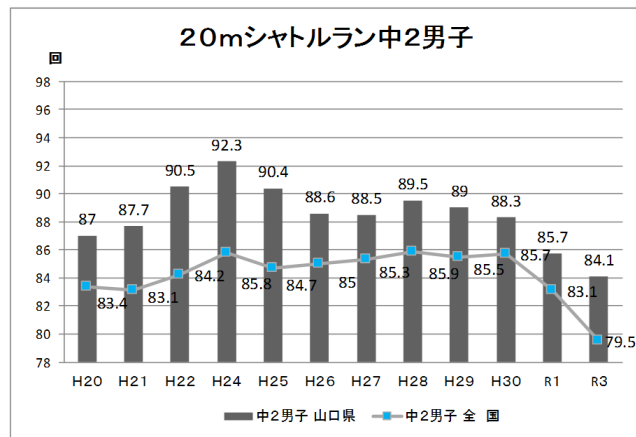
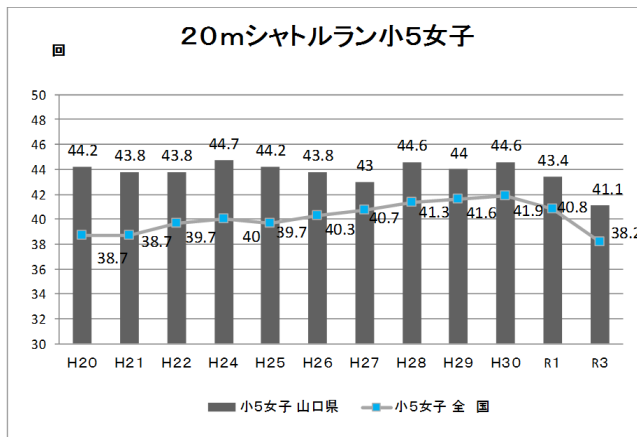
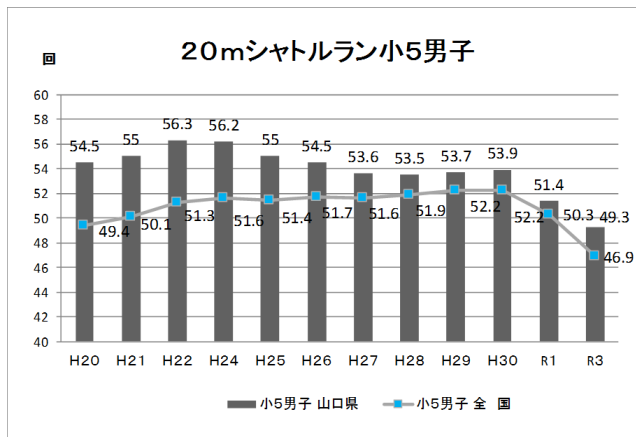
(3) 各種目の主な特徴

- 20mシャトルランは、全ての調査対象学年で全国平均を上回った。
- これまでの課題であった長座体前屈については、小5男子、中2男女が令和元年度の記録を上回り、中2男女は過去最高値を記録した。
- 小5男女、中2女子は、令和元年度と比較して、多くの種目で記録の低下が見られたが、中2男子は、握力、長座体前屈、反復横跳び、50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げにおいて、令和元年度の記録を上回った。
- 握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳び、ソフトボール投げ、ハンドボール投げについては、全ての調査対象学年で全国平均を下回った。

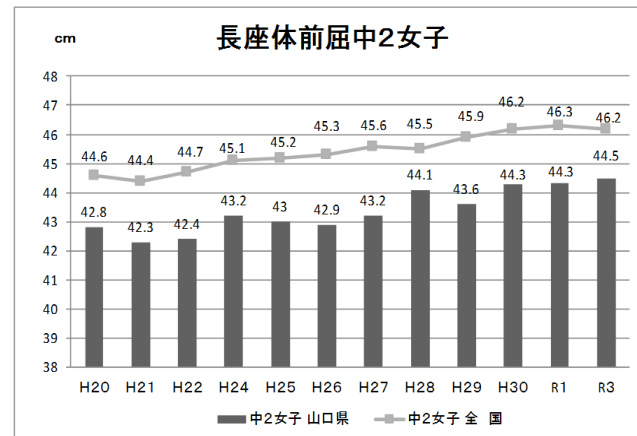
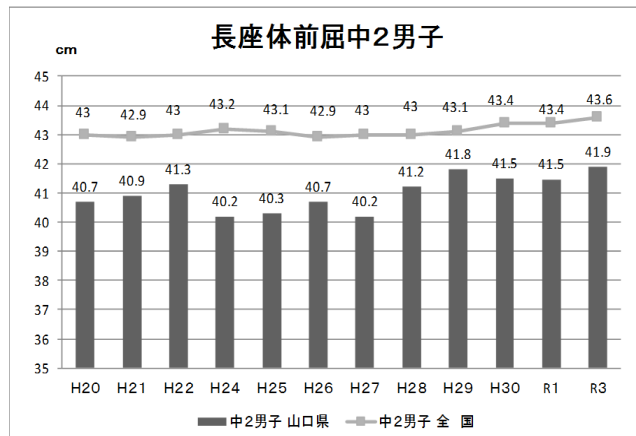
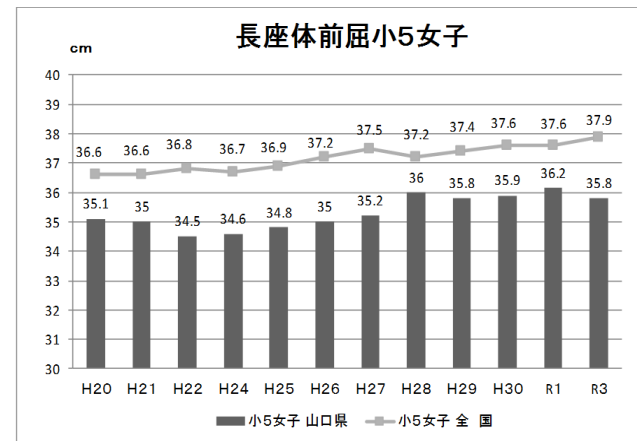
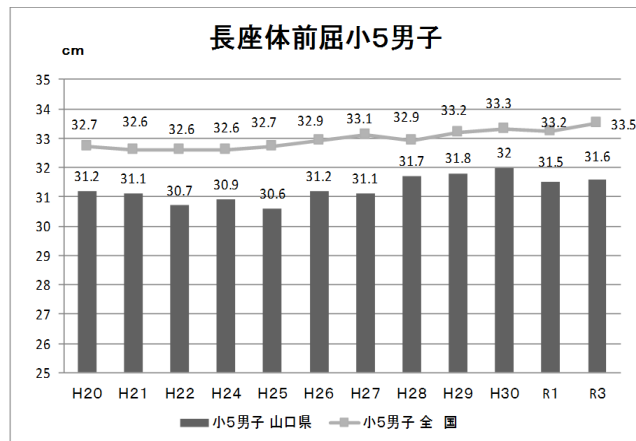
【全国平均を50としたときのT得点による比較】



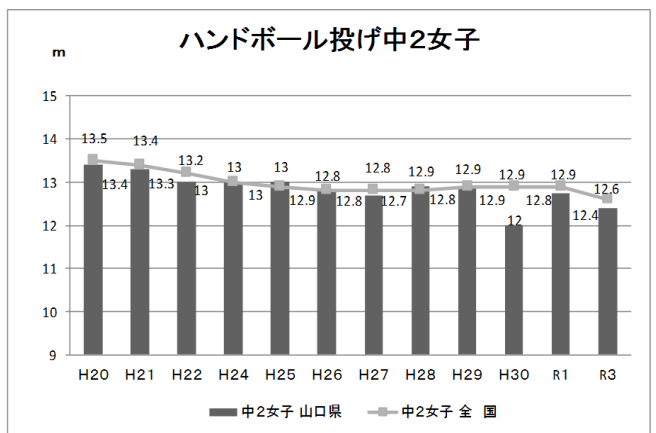
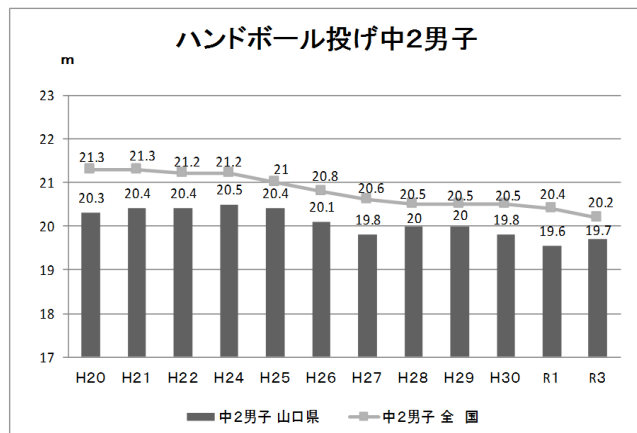
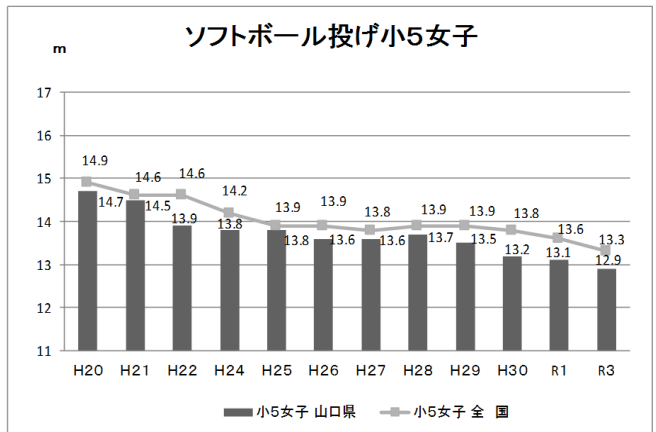
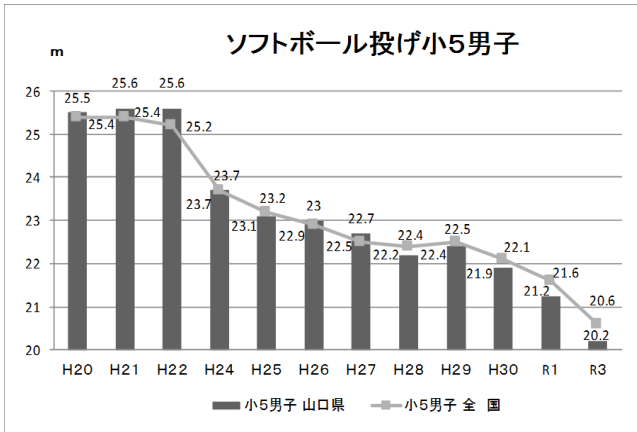
【20mシャトルランの推移】



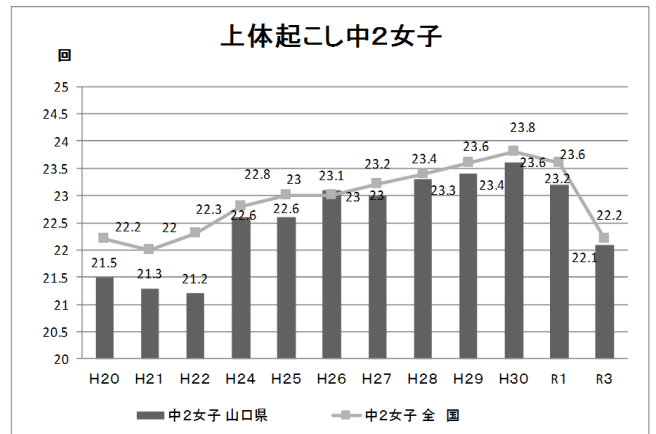
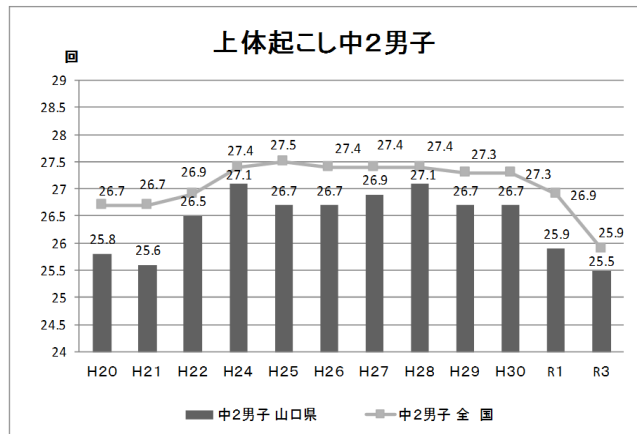
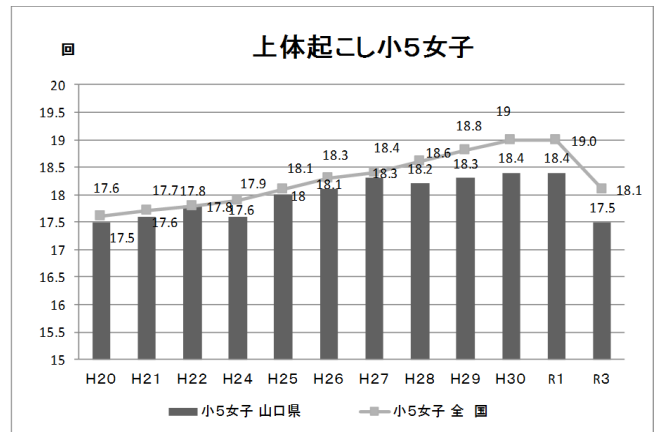
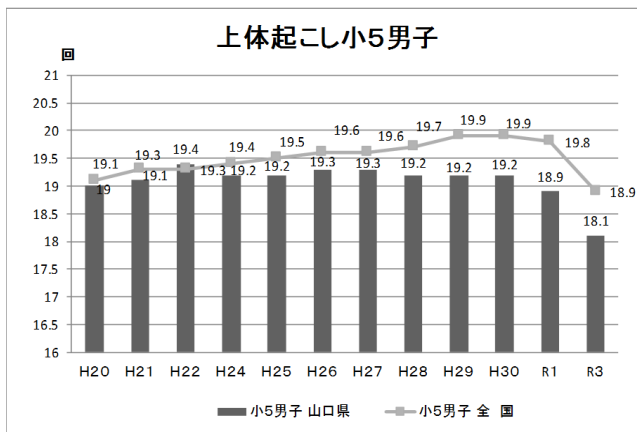
【長座体前屈の推移】



【ボール投げの推移】



【上体起こしの推移】



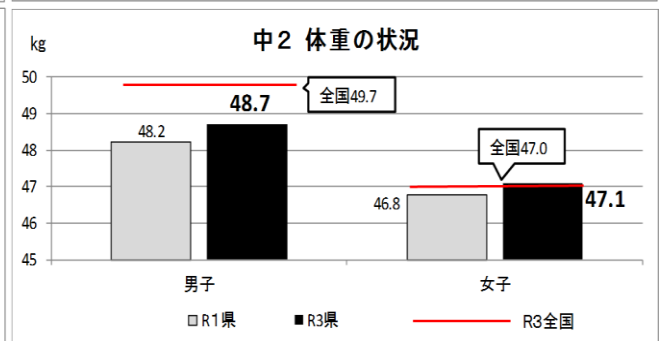
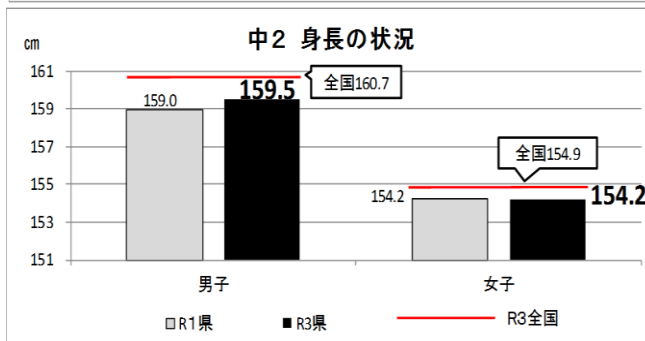
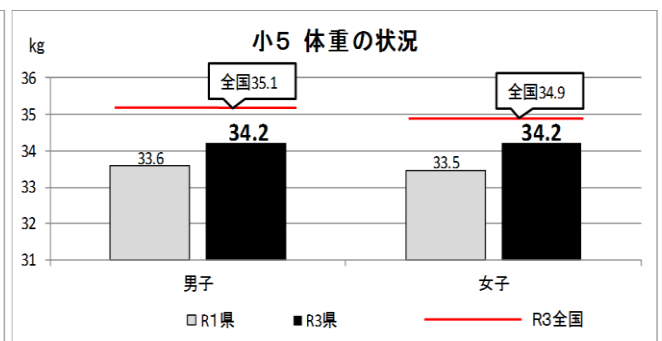
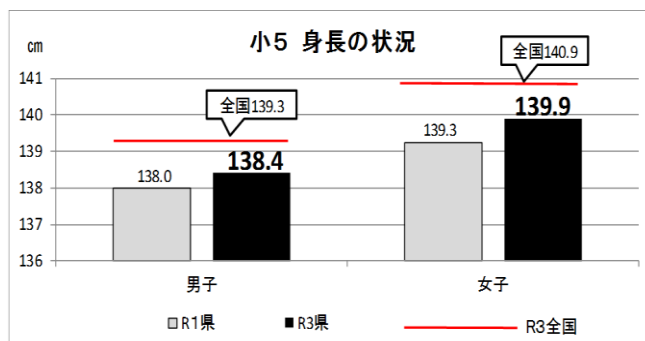
5 児童生徒の体格の状況



校種	性別	区分	身長(cm)	体重(kg)	身長・体重のバランスがとれている児童生徒の割合※1
小学5年生	男	R 1 山口県	138.0	33.6	88.6%
		R 3 山口県	138.4	34.2	86.3%
		R 3 全国	139.3	35.1	84.6%
	女	R 1 山口県	139.3	33.5	90.6%
		R 3 山口県	139.9	34.2	89.3%
		R 3 全国	140.9	34.9	88.7%
中学2年生	男	R 1 山口県	159.0	48.2	89.2%
		R 3 山口県	159.5	48.7	89.0%
		R 3 全国	160.7	49.7	86.9%
	女	R 1 山口県	154.2	46.8	90.2%
		R 3 山口県	154.2	47.1	89.4%
		R 3 全国	154.9	47.0	89.4%

※1 バランスのとれた児童・生徒の割合：全体から、肥満傾向及び痩身傾向の児童・生徒の割合を差し引いた割合

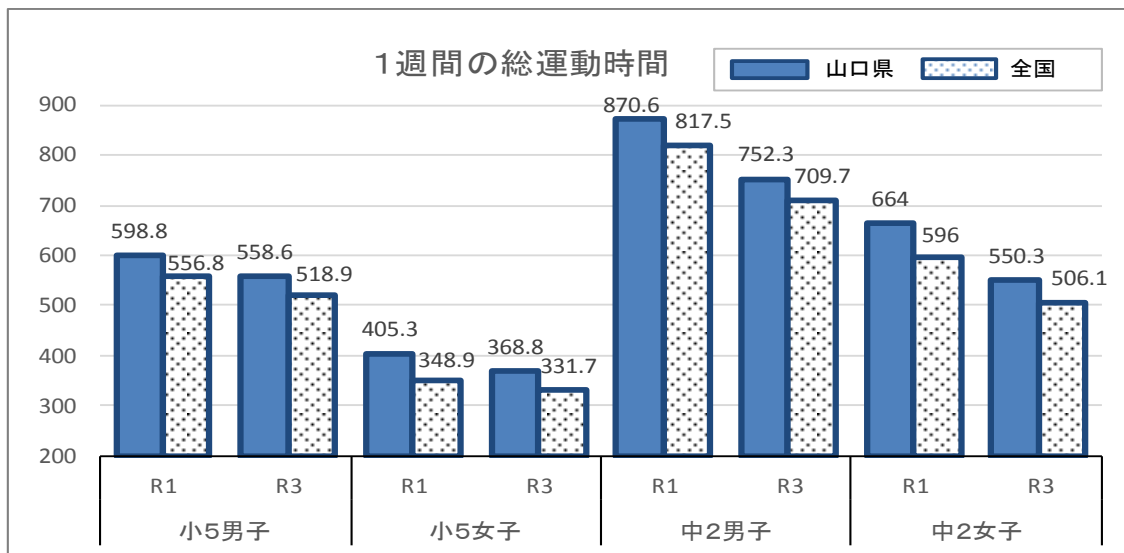
性別、年齢別、身長別標準体重から肥満度を算出し、肥満度が20%以上が肥満傾向児、-20%以下を痩身傾向児とする。「児童・生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(財)日本学校保健会
 (算出式：肥満度(%) = [実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)] ÷ 身長別標準体重(kg) × 100)



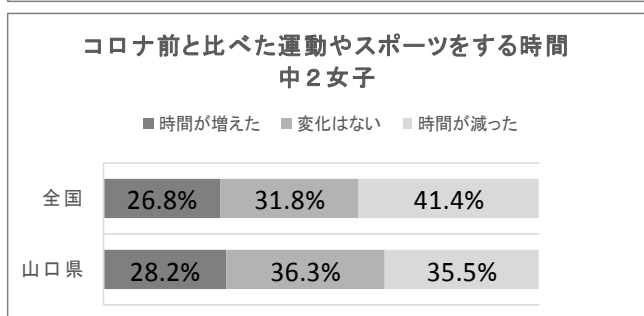
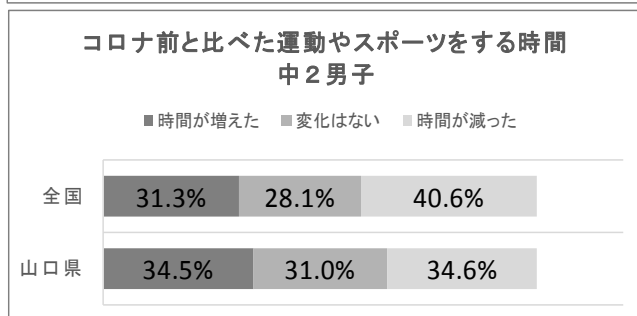
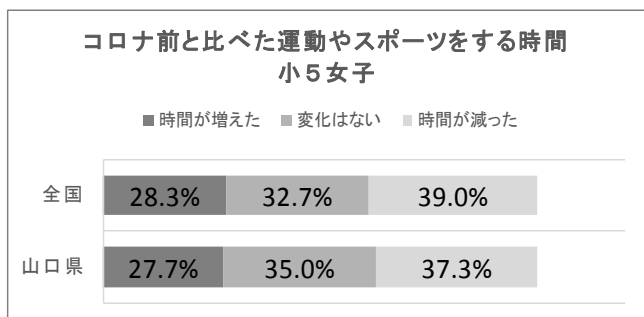
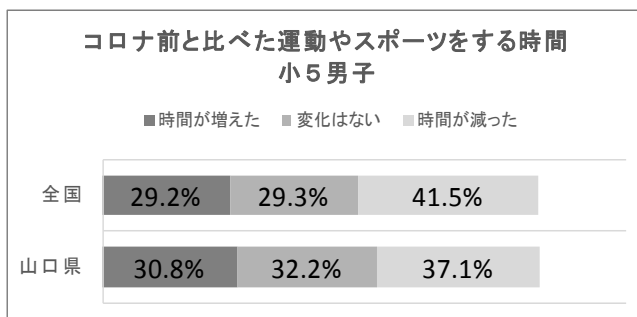
6 運動習慣等の状況

- 1週間の総運動時間は、全ての調査対象学年で全国平均を上回ったものの、全ての調査対象学年で令和元年度を下回った。
- コロナ前と比べた運動やスポーツをする時間について、全ての調査対象学年で「時間が増えた」と「変化はない」を合わせた割合が全国平均を上回った。また、「時間が減った」と回答した割合は、全ての調査対象学年で全国平均を下回った。
- 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることが好きと回答した割合は、全ての調査対象学年で全国平均を上回った。
- 平日、1日当たりの学習時間以外のスクリーンタイムが3時間以上であった割合は、全ての調査対象学年で、全国平均、本県平均ともに令和元年度を上回った。また、小5男子は、全国平均の割合を上回った。

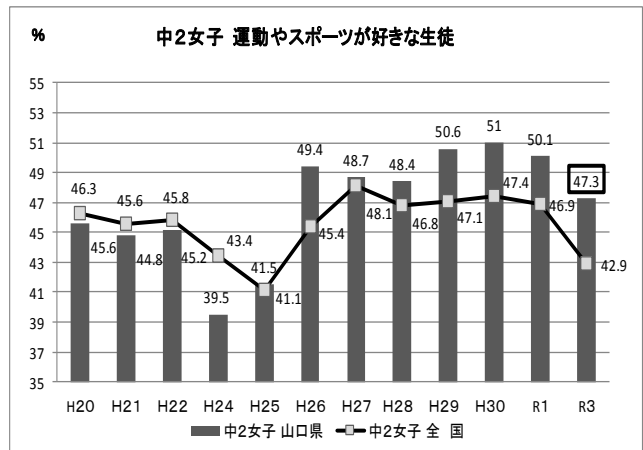
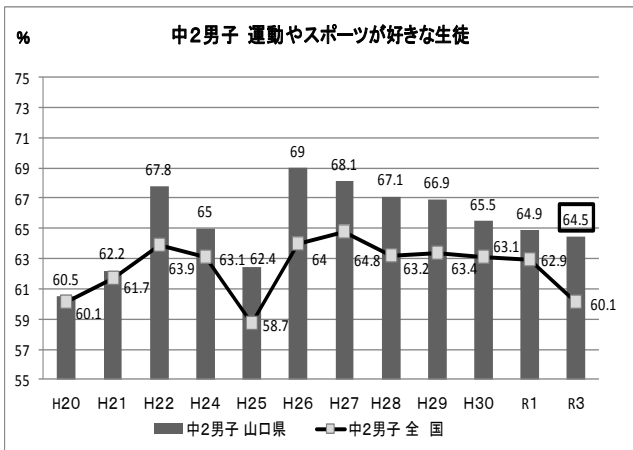
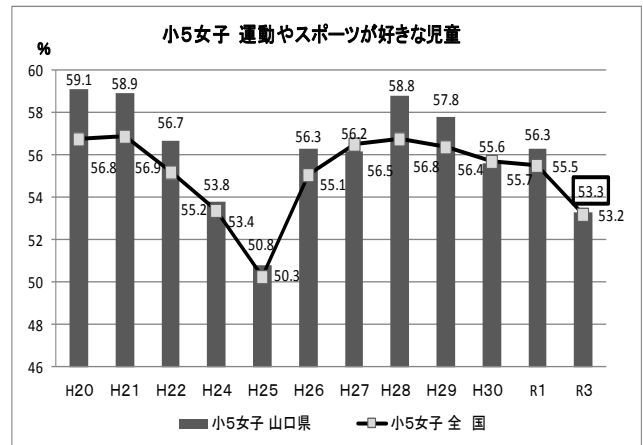
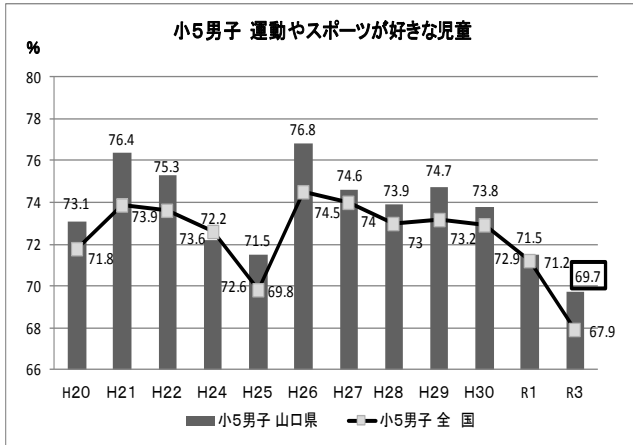
【運動やスポーツの実施時間】（体育の時間以外）



【コロナ前と比べた運動やスポーツをする時間】

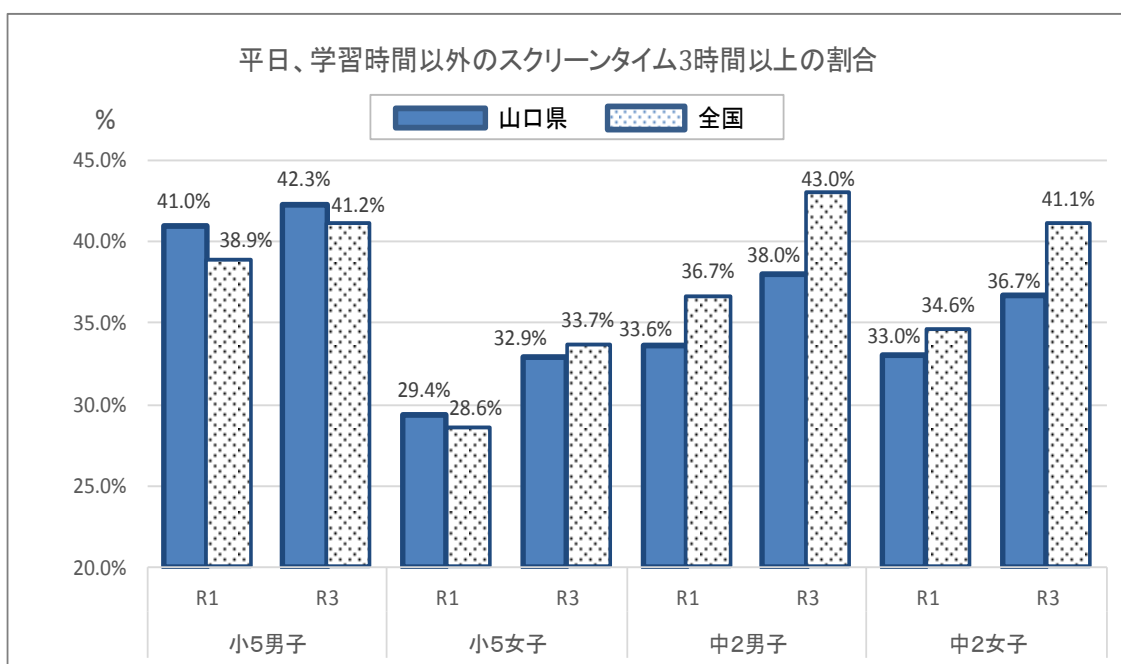


【運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることが好きな児童生徒の割合】



【学習時間以外のスクリーンタイム3時間以上の割合】

※スクリーンタイム・・・平日、1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間



7 今年度の成果と課題及び今後の取組の方向性

(1) 成果

○ 長座体前屈(柔軟性)

・平成28年度からの6年間の取組により一定の成果

〔 小5男子 → H30最高値 ・小5女子 → R1最高値
 中2男子 → R3最高値 ・中2女子 → R3最高値 〕

○ 20mシャトルラン(持久力)

・「1校1取組」など、各学校の特色ある取組により一定の成果

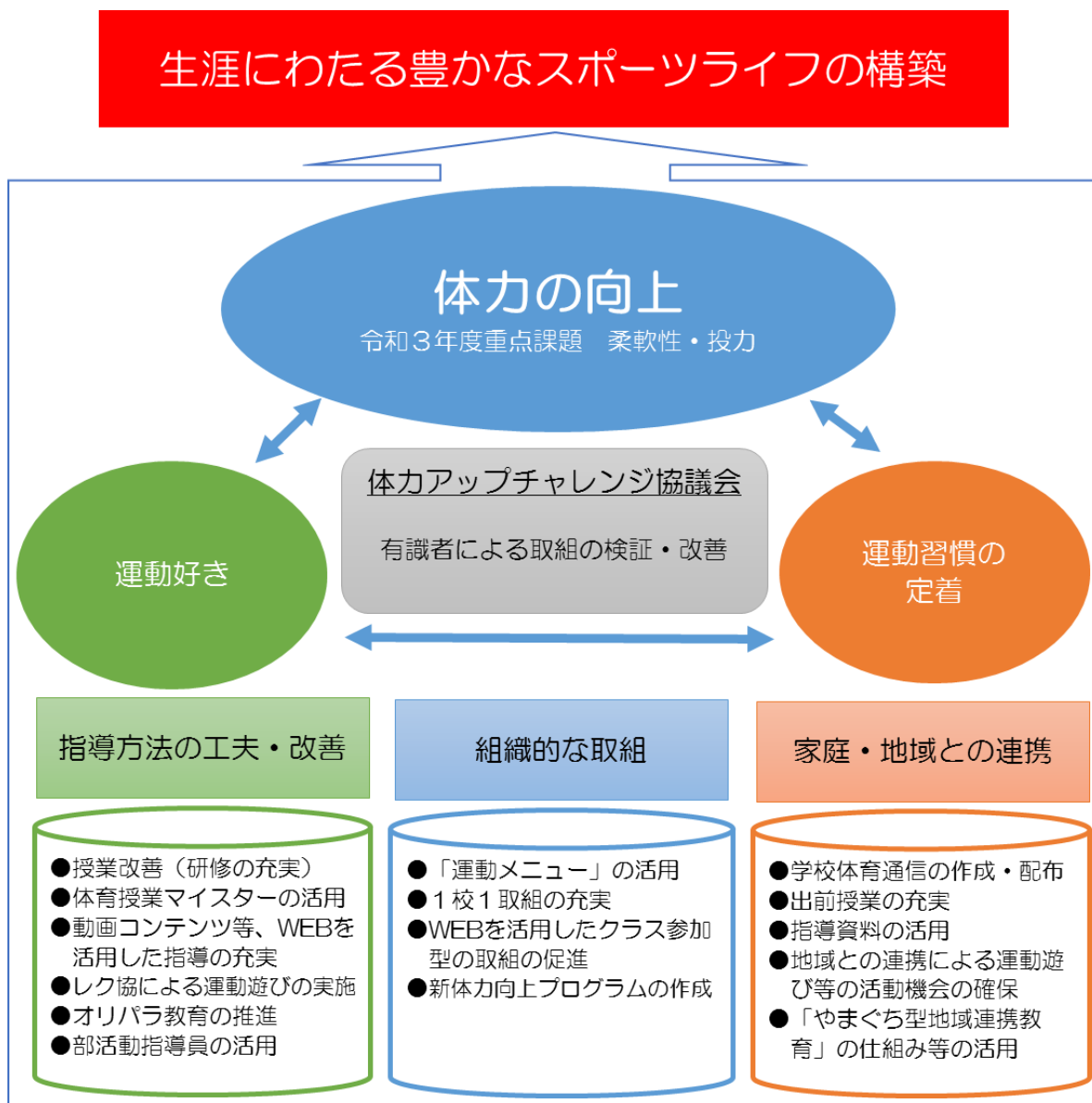
⇒ 全ての調査対象学年で全国平均を上回る。

○ 運動習慣

・「1校1取組」や地域と一体となった各学校の特色ある取組などにより一定の成果

〔 1週間の総運動時間 → 全ての調査対象学年で全国平均を上回る。
 運動やスポーツをすることが好きな児童生徒 → 全ての調査対象学年で全国平均を上回る。 〕

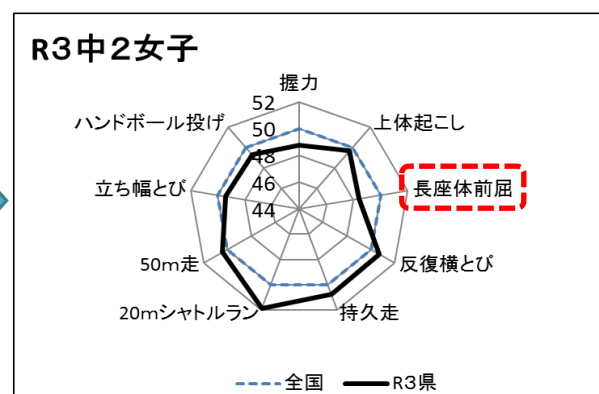
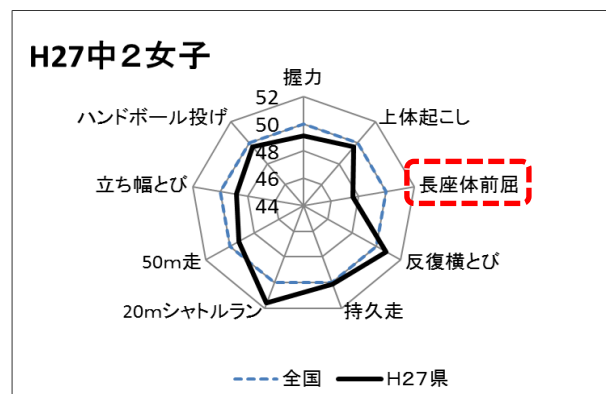
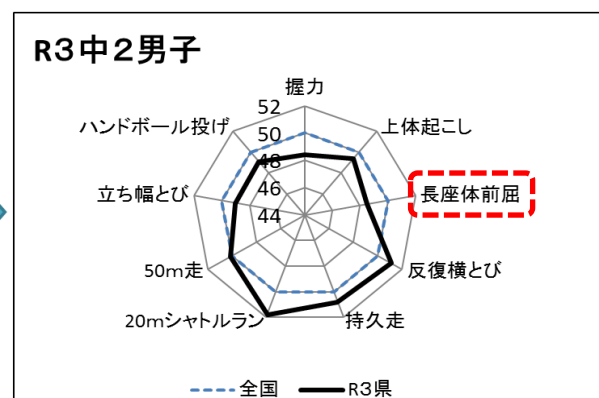
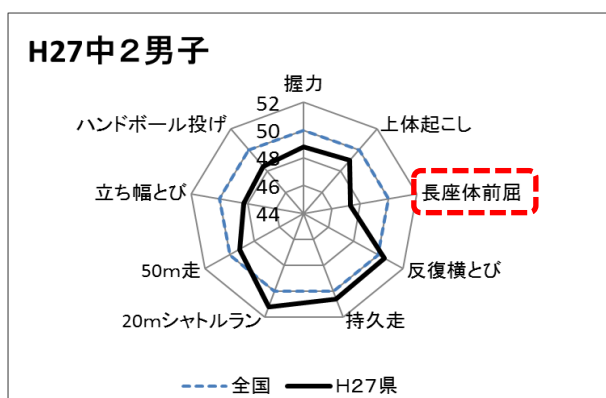
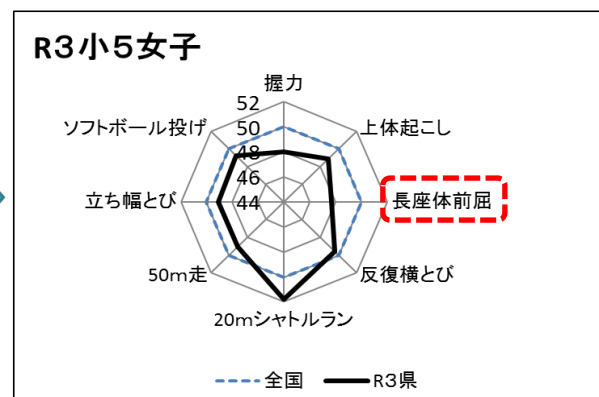
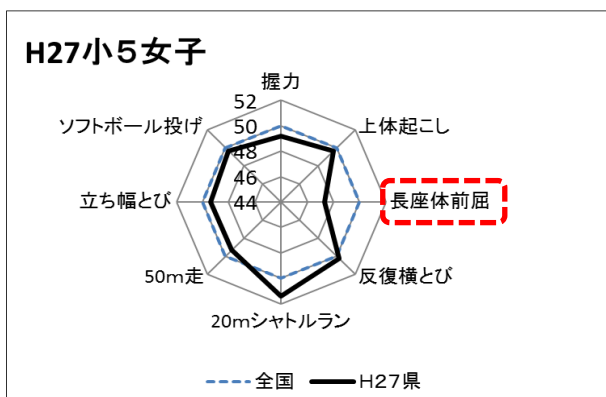
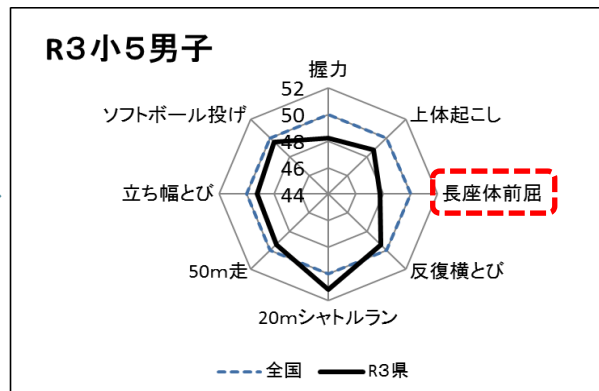
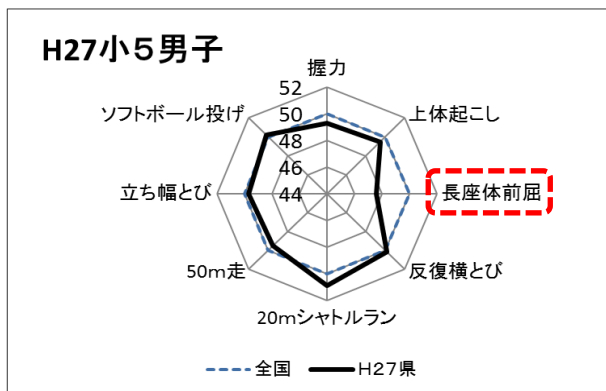
【本県における今年度の取組】



【全国平均を50とした調査種目の平成27年度と今年度の比較】

柔軟性向上に向けた重点的な取組開始前（H27）

（R3）



(2) 課題

- 体力合計点については、全ての調査対象で、全国平均には届いていない。
- 柔軟性向上に一定の成果は見られたものの、柔軟性や投力、筋力などの項目が引き続き全国平均を下回っている。
- 全国と同様に、運動時間の減少、スクリーンタイムの増加が見られる。

(3) 今後の取組の方向性

- **体力向上に向けた組織的な取組の推進**
 - ・ 体力アップチャレンジ協議会[※]による、体力向上や運動習慣定着に向けた取組の検証と改善
 - ・ 「体力向上プログラム」の改善と「1校1取組」などの特色ある取組の充実
- **指導方法の工夫改善による学校体育の充実**
 - ・ 実技講習会等の各種研修会の開催等
 - ・ 体育科・保健体育科授業の充実
 - ・ 体育授業マイスター等の派遣による指導力向上
- **家庭や地域と一体となった取組の推進**
 - ・ ウェブサイトを活用した参加型による体力向上や運動習慣改善に向けた取組
 - ・ 地域の人材を活用した休み時間の運動や体育活動の充実
 - ・ 学校体育通信の家庭配布による広報活動

※体力アップチャレンジ協議会

山口県の子どもの体力課題の解決に向けて、専門家等との連携により、科学的根拠に基づく、子どもの体力向上の施策、取組の見直し、改善を図ることを目的に開催している。主なメンバーは、大学教授、公益財団法人山口県体育協会（やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター）、独立行政法人日本スポーツ振興センター及び学校関係者等で構成している。