

## 「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果の概要

令和3年12月22日  
教育庁健康教育課

## 1 令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

- (1) 実施期間 令和3年4月から令和3年7月末までの期間
- (2) 調査対象者
- 小学校、義務教育学校前期課程、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、特別支援学校中学部の2年生全員
- ※ 特別支援学校に在籍している児童生徒については、その障がいの状態を考慮して参加の是非を判断している。
- (3) 調査事項
- 児童生徒に対する調査  
実技に関する調査（8種目の新体力テスト）、質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）
  - 学校に対する調査  
質問紙調査（子供の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る取組等）
  - 教育委員会に対する調査  
質問紙調査（子供の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る取組等）
- (4) 調査校数と児童生徒数（公立学校） ※完全実施した学校・児童生徒のみが対象

| 校 種    | 調査学校数<br>本県（全国） | 調査対象児童生徒数 |        |         |
|--------|-----------------|-----------|--------|---------|
|        |                 | 男子        | 女子     | 合計      |
| 小学校5年生 | 408校（19,452校）   | 6,844人    | 6,375人 | 13,219人 |
| 中学校2年生 | 218校（9,886校）    | 6,698人    | 6,206人 | 12,904人 |

## 2 本県の結果の概要について

## (1) 体力・運動能力について（別紙資料1、2、3参照）

## ① 体力合計点平均値の比較

|      | 令和3年度全国平均値 | 令和3年度本県平均値 |
|------|------------|------------|
| 小5男子 | 52.53      | 52.38      |
| 小5女子 | 54.66      | ★ 55.72    |
| 中2男子 | 41.05      | ★ 41.34    |
| 中2女子 | 48.41      | ★ 48.96    |

|      | 平成25年度<br>本県平均値 | 平成26年度<br>本県平均値 | 平成27年度<br>本県平均値 | 平成28年度<br>本県平均値 | 平成29年度<br>本県平均値 | 平成30年度<br>本県平均値 | 令和元年度<br>本県平均値 | 令和2年度<br>本県平均値 |
|------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| 小5男子 | 52.33           | 52.62           | 52.86           | 53.42           | <u>53.98</u>    | 53.88           | 53.04          | 調査中止           |
| 小5女子 | 54.36           | 54.85           | 55.23           | 56.22           | 56.39           | <u>56.64</u>    | 56.19          |                |
| 中2男子 | 41.04           | 40.56           | 40.77           | 41.20           | 41.37           | <u>41.62</u>    | 41.28          |                |
| 中2女子 | 47.50           | 47.74           | 47.77           | 48.40           | 49.43           | 49.76           | <u>50.09</u>   |                |

- ※ 現行調査は平成25年度より開始
- ※ 新体力テスト合計点（満点：8種目×10点＝80点）
- ※ ★は、全国平均値を上回った値
- ※ \_\_\_\_\_下線部は、平成25年度からの8年間で最も高い値
- ※ 令和2年度は、新型コロナウイルス感染防止の観点から調査中止

- ① 「体力合計点平均値」について全国平均値と比較すると、小学5年女子は6回連続、中学2年女子は2回連続、中学2年男子は調査開始以来、初めて全国平均値を上回った。
- ② 唯一全国平均値を下回った小学5年男子だが、現行の調査開始以降の全国平均値との差が最も小さくなった。
- ③ 県平均値を見ると、中学2年男子以外はすべて令和元年度よりも下がったが、全国的に合計点が下がっている中で、本県は下げ幅が小さかったため、全国平均値を超えた学年が多かった。
- ④ 中学2年男子では、他の学年と比べて唯一、令和元年度よりも平均値が0.06ポイント上がった。

## (2) 種目別体力・運動能力の概要について【令和3年度全国平均値との比較】

<小学校5年男子>※ 下線部は、全国平均値を上回っている値

|   | 握力<br>(kg)   | 上体<br>起こし<br>(回) | 長座<br>体前屈<br>(cm) | 反復<br>横とび<br>(点) | 持久走<br>(秒) | シャト<br>ルラン<br>(回) | 50m走<br>(秒) | 立ち<br>幅とび<br>(cm) | ソフト<br>ボール<br>投げ<br>(m) | 体力合計<br>(点)  |
|---|--------------|------------------|-------------------|------------------|------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| 国 | 16.22        | 18.89            | 33.49             | 40.36            |            | 46.85             | 9.45        | 151.43            | 20.58                   | 52.53        |
| 県 | <u>16.32</u> | <u>18.66</u>     | <u>32.69</u>      | <u>41.58</u>     |            | <u>46.82</u>      | <u>9.55</u> | <u>152.12</u>     | <u>20.25</u>            | <u>52.38</u> |

○ 上回った種目は「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」である。「20m シャトルラン」は全国平均値とほぼ同程度である。

○ 課題となる種目は「長座体前屈」であり、柔軟性を高める授業の工夫が必要である。

<小学校5年女子>※ 下線部は、全国平均値を上回っている値

|   | 握力<br>(kg)   | 上体<br>起こし<br>(回) | 長座<br>体前屈<br>(cm) | 反復<br>横とび<br>(点) | 持久走<br>(秒) | シャト<br>ルラン<br>(回) | 50m走<br>(秒) | 立ち<br>幅とび<br>(cm) | ソフト<br>ボール<br>投げ<br>(m) | 体力合計<br>(点)  |
|---|--------------|------------------|-------------------|------------------|------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| 国 | 16.09        | 18.07            | 37.92             | 38.73            |            | 38.16             | 9.64        | 145.22            | 13.30                   | 54.66        |
| 県 | <u>16.33</u> | <u>18.23</u>     | <u>37.03</u>      | <u>40.48</u>     |            | <u>40.96</u>      | <u>9.62</u> | <u>148.44</u>     | <u>13.75</u>            | <u>55.72</u> |

○ 上回った種目は「握力」「上体起こし」「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」である。

○ 課題となる種目は「長座体前屈」であり、柔軟性を高める授業の工夫が必要である。

<中学校2年男子>※ 下線部は、全国平均値を上回っている値

|   | 握力<br>(kg)   | 上体<br>起こし<br>(回) | 長座<br>体前屈<br>(cm) | 反復<br>横とび<br>(点) | 持久走<br>(秒)    | シャト<br>ルラン<br>(回) | 50m走<br>(秒) | 立ち<br>幅とび<br>(cm) | ハンド<br>ボール<br>投げ<br>(m) | 体力合計<br>(点)  |
|---|--------------|------------------|-------------------|------------------|---------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| 国 | 28.78        | 25.89            | 43.58             | 51.17            | 407.22        | 79.45             | 8.01        | 196.31            | 20.24                   | 41.05        |
| 県 | <u>29.54</u> | <u>25.52</u>     | <u>42.77</u>      | <u>52.20</u>     | <u>400.81</u> | <u>82.30</u>      | <u>7.96</u> | <u>199.74</u>     | <u>20.38</u>            | <u>41.34</u> |

○ 上回った種目は「握力」「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」である。

○ 課題となる種目は「長座体前屈」であり、柔軟性を高める授業の工夫が必要である。

<中学校2年女子>※ 下線部は、全国平均値を上回っている値

|   | 握力<br>(kg)   | 上体<br>起こし<br>(回) | 長座<br>体前屈<br>(cm) | 反復<br>横とび<br>(点) | 持久走<br>(秒)    | シャト<br>ルラン<br>(回) | 50m走<br>(秒) | 立ち<br>幅とび<br>(cm) | ハンド<br>ボール<br>投げ<br>(m) | 体力合計<br>(点)  |
|---|--------------|------------------|-------------------|------------------|---------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| 国 | 23.38        | 22.22            | 46.20             | 46.25            | 298.34        | 53.92             | 8.88        | 168.00            | 12.64                   | 48.41        |
| 県 | <u>23.73</u> | <u>21.90</u>     | <u>45.39</u>      | <u>46.90</u>     | <u>290.91</u> | <u>57.29</u>      | <u>8.83</u> | <u>171.49</u>     | <u>12.83</u>            | <u>48.96</u> |

- 上回った種目は「握力」「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」である。それ以外の種目はほぼ全国平均値と同等である。
- 課題となる種目は「長座体前屈」であり、柔軟性を高める授業の工夫が必要である。

#### 〔種目別体力・運動能力の全体的な傾向〕

- 令和元年度同様、「握力」「反復横とび」は、すべての学年・男女で全国平均値を上回った。
- 「20mシャトルラン」は、小学5年男子以外が全国平均値を上回った。小学5年男子もほぼ全国平均値程度であった。
- 「立ち幅とび」は、すべての学年・男女で全国平均値を上回った。
- 令和元年度同様、「長座体前屈」は、すべての学年・男女で全国平均値を下回った。

#### (3) 運動習慣等について【令和3年度全国平均値との比較】

| R3全国体力・運動能力調査児童・生徒質問       | 小学校5年(%) |              |        |              | 中学校2年(%) |               |        |               |
|----------------------------|----------|--------------|--------|--------------|----------|---------------|--------|---------------|
|                            | 男子       |              | 女子     |              | 男子       |               | 女子     |               |
|                            | 全国平均     | 本県平均         | 全国平均   | 本県平均         | 全国平均     | 本県平均          | 全国平均   | 本県平均          |
| 運動やスポーツをすることは「好き」          | 67.9%    | 66.8%        | 53.2%  | 51.2%        | 60.1%    | 58.9%         | 42.9%  | 40.6%         |
| 体育・保健体育の授業は「楽しい」           | 72.1%    | 72.1%        | 58.4%  | 58.3%        | 52.6%    | <b>56.0%</b>  | 39.6%  | <b>41.7%</b>  |
| 1週間の総運動時間(月～日)(分)          | 518.8分   | 432.8分       | 331.7分 | 295.7分       | 709.7分   | <b>751.4分</b> | 506.0分 | <b>550.7分</b> |
| 運動部への所属                    | 24.7%    | <b>25.8%</b> | 18.3%  | <b>20.4%</b> | 73.7%    | <b>80.7%</b>  | 57.0%  | <b>62.4%</b>  |
| 地域スポーツクラブへの所属              | 49.3%    | <b>49.5%</b> | 34.0%  | 33.0%        | 18.0%    | 16.5%         | 10.7%  | 10.5%         |
| 毎日朝食を食べる                   | 81.9%    | <b>83.0%</b> | 81.3%  | <b>81.5%</b> | 80.6%    | <b>81.8%</b>  | 75.7%  | <b>77.2%</b>  |
| コロナ前と比べて運動やスポーツをする時間が「減った」 | 41.5%    | <b>39.5%</b> | 39.0%  | <b>36.7%</b> | 40.6%    | <b>34.6%</b>  | 41.4%  | <b>34.9%</b>  |

※太字は全国平均値を上回る数値 ※□は全国平均値より優位な数値

- 運動への意識（運動やスポーツをすることは「好き」の割合）
  - ⇒ 令和元年度同様、すべての調査学年で全国平均値をやや下回った。
  - 体育・保健体育の授業を通じた運動を「する」ことへの意欲の醸成や幼児期からの運動習慣形成への取組が必要である。
- 運動への意識（体育・保健体育の授業は「楽しい」の割合）
  - ⇒ 中学2年男女で、全国平均値を上回った。また、小学5年男女もほぼ全国平均値と同等であった。体育・保健体育における児童生徒の興味・意欲を引き出す「楽しい授業」づくりの効果が現れてきている。
- 1週間の総運動時間（月～日）※体育・保健体育の授業時間を除く
  - ⇒ 小学5年男女で全国平均値を下回ったが、令和元年度調査より縮まった。
  - 学校での運動部活動や地域のスポーツクラブでの練習時間が少なくなっていることが考えられる。
- 運動部への所属割合
  - ⇒ 令和元年度同様、すべての調査学年で全国平均値を上回った。
  - しかし、小学校では令和元年度と比べると低くなっている。標準授業時数の増加に伴い放課後の時間が短くなったことや、コロナ禍で各種大会等が中止となったことから、学校での運動

部活動が減少したことが考えられる。

- 地域のスポーツクラブへの所属
  - ⇒ 中学2年男女では令和元年度同様の結果となったが、小学5年男女では運動部との差が広がった（運動部が減少し、地域スポーツクラブが増加した）。
  - 小学校での運動部活動の数が減少していることが考えられる。
- 朝食を毎日食べる割合
  - ⇒ 令和元年度同様、すべての調査学年で全国平均値を上回った。
  - 「ふくしまっ子食育指針」に沿った食育指導の取組効果が大きいと考えられる。
- コロナ前と比べた運動やスポーツの時間
  - ⇒ 今年度新たに調査した項目。全国平均値よりも優位な結果であった。
  - 中学校2年男女とも、感染予防に配慮しながらも運動やスポーツに取り組む姿勢がうかがえる。

#### （4）児童生徒の体力・運動能力向上のための取組について

- 震災後の様々な活動制限に伴って本県の児童生徒の体力が著しく低下したことから、本県では児童生徒の体力向上に向けた取組を推進してきた。
  - ・ 本県独自に開発した「運動身体づくりプログラム」の実践を通じた動きたい体・動ける体づくり
  - ・ 本県独自の「自分手帳」を開発・配付し、児童生徒の体力・健康に対する課題把握・解決に向けた健康マネジメント能力の育成
  - ・ 「ふくしまっ子児童期運動指針」を作成し、児童期における望ましい運動の在り方の提示
  - ・ 自校の体力的課題に応じた「体力向上推進計画書」の作成と実践
- 今回のコロナ禍においても、活動制限による体力低下を防ぐため、コロナウイルス感染拡大防止に努めながらも、上記の取組を継続し、児童生徒の体力の維持向上に努めてきた。
- その結果、全国に比べると本県は体力の低下率を低く抑えることができ、震災以降、全国平均値を下回っていた体力の課題が克服されてきた。
  - ⇒ しかし、依然として全国平均値以下の小学5年男子を中心に、今後も注視していく必要がある。
  - 全学年において課題となっている柔軟性（長座体前屈）については、体育・保健体育の授業の中で柔軟性を高める補助運動を継続的に取り入れるなど、改善に努める。
- 今後については、
  - ・ 「運動身体づくりプログラム」の継続的な活用
  - ・ 「ふくしまっ子児童期運動指針」を参考にした児童の身体活動時間の確保
  - ・ 「自分手帳」を活用しての児童生徒への健康マネジメント能力の育成
  - ・ 自校の体力的課題に応じた「体力向上推進計画書」の作成と実践
  - ・ 体育・保健体育の授業改善を通し、児童生徒が運動・スポーツを「する」ことに対する意欲の向上を継続して推進し、自ら進んで運動に取り組む習慣づくり を推進する。

#### 参考資料

- 「運動身体づくりプログラム」⇒ 福島県教育センターHPを参照
- 「自分手帳」⇒ 福島県教育庁健康教育課HPを参照
- 「ふくしまっ子児童期運動指針」⇒ 福島県教育庁健康教育課HPを参照