

2021 年度全国体力・運動能力、  
運動習慣等調査の結果について

# 2021年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

## 1 全国調査の概要

### (1) 調査の目的

- ① 国が全国的な子供の体力の状況を把握・分析することにより、子供の体力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。
- ② 各教育委員会が自らの子供の体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、子供の体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。
- ③ 各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、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) 調査の対象及び内容

#### ① 調査対象者

- ア 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
- イ 中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校及び特別支援学校中学部の2年生全員

#### ② 調査の方式

スポーツ庁が調査対象としている学校における前述①の学年の全児童生徒を対象とした全国的な調査を行う。

#### ③ 調査内容

##### ア 児童・生徒に対する調査

- ・ 実技に関する調査

[小学校8種目] 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

[中学校8種目] 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび

持久走（男子1500m、女子1000m）、20mシャトルラン

50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

(※持久走か20mシャトルランのどちらかを選択)

- ・ 質問紙調査：運動習慣、生活習慣等

##### イ 学校に対する調査

- ・ 質問紙調査：子供の体力向上に係る学校の取組等

### (3) 調査の実施時期

2021年4月～7月

## 2 調査学校数、児童生徒数

### (1) 全国の調査学校数、児童生徒数

	調査学校数	調査児童生徒数
小学校	19,213校	1,031,230人
中学校	10,153校	976,624人

### (2) 愛知県の調査学校数、児童生徒数

	調査学校数	調査児童生徒数
小学校	977校	67,163人
中学校	435校	61,759人

3 実技調査結果 (愛知県の結果は、名古屋市・特別支援学校含む。国立・私立除く。)

(1) 全国と愛知県の体力合計点、種目別結果比較

※ 体力合計点：8種目の調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点(80点満点)

- ・ 本県の体力合計点を全国平均と比較すると、小学校・中学校の男女、全てで下回った。
- ・ 2019年度の本県平均と比較すると、小学校・中学校の男女、全てで下回った。
- ・ 全国平均を上回っているのは、小学校女子の立ち幅とびの1種目である。

① 2021年度・2019年度の体力合計点比較

		2021年度		2019年度	
		全国平均	本県平均(順位)	全国平均	本県平均(順位)
小学校	男	52.53	50.64(47)	53.61	51.58(47)
	女	54.66	52.80(47)	55.59	53.50(47)
中学校	男	41.05	38.56(47)	41.56	39.61(47)
	女	48.41	46.44(45)	50.03	48.80(44)

② 過去5年間の体力合計点比較



2021年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 実技調査結果(種目別平均値)

数値の単純比較

○ は、全国平均を上回る種目

☆ は、2019年度を上回る種目 (2020年度未実施)

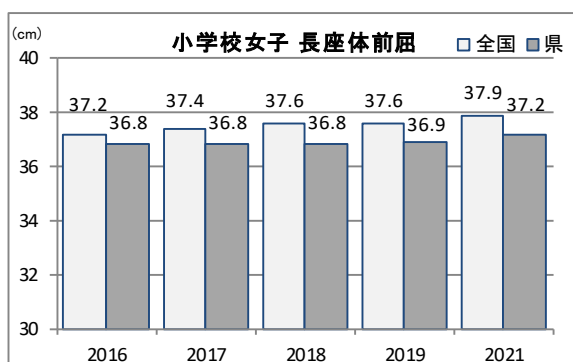
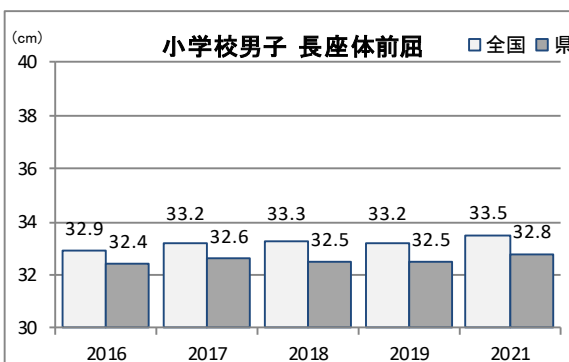
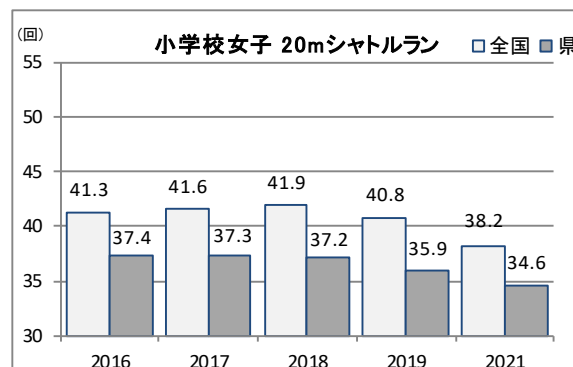
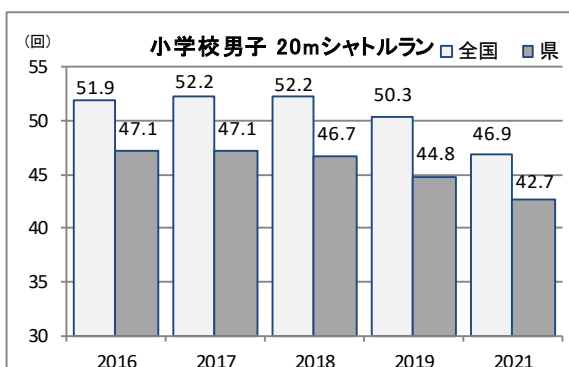
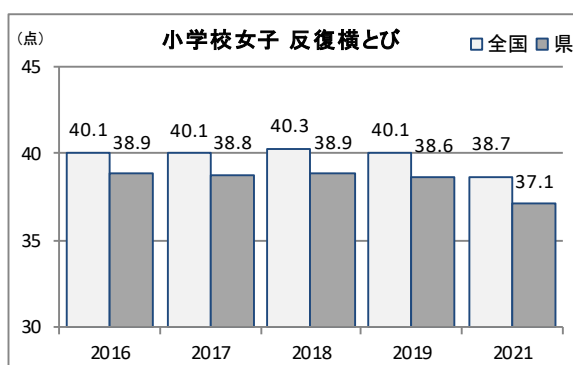
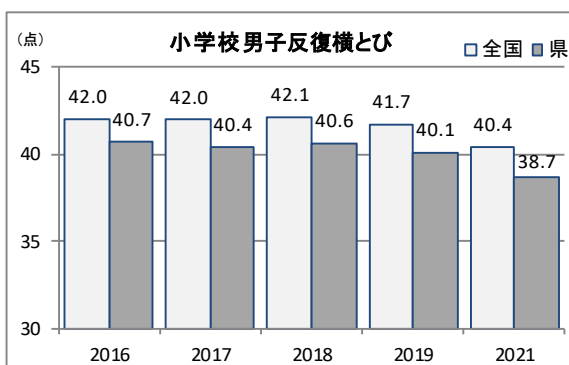
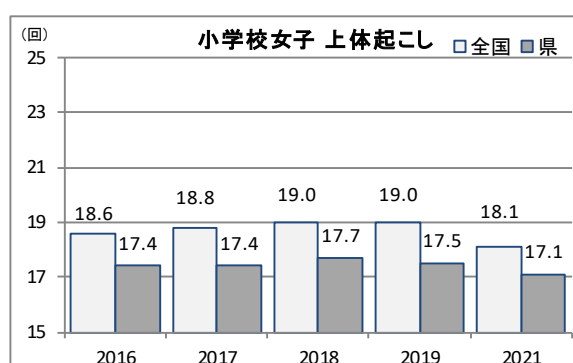
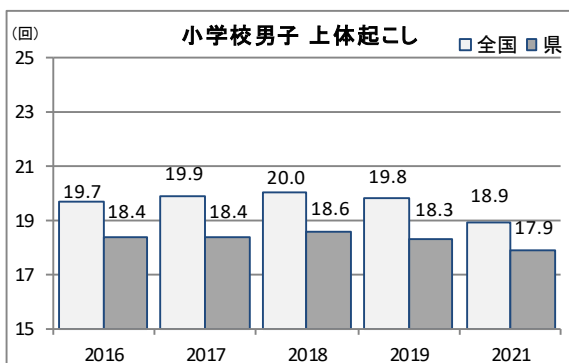
愛知県は、名古屋市・特別支援学校を含み、国立・私立を除く。

校種		小学校				中学校			
性別		男子		女子		男子		女子	
握力(kg)	全 国	/	16.22	/	16.09	/	28.78	/	23.38
	愛知県		15.66	☆	15.68	☆	27.85		22.94
上体起こし(回)	全 国	/	18.89	/	18.07	/	25.89	/	22.22
	愛知県		17.85		17.06		24.91		21.38
長座体前屈(cm)	全 国	/	33.49	/	37.92	/	43.58	/	46.20
	愛知県	☆	32.82	☆	37.23		42.44		45.13
反復横とび(点)	全 国	/	40.36	/	38.73	/	51.17	/	46.25
	愛知県		38.71		37.11		50.49		45.91
20mシャトルラン(回)	全 国	/	46.85	/	38.16	/	79.45	/	53.92
	愛知県		42.72		34.56		74.63		50.53
持久走(秒)	全 国	/	/	/	/	/	407.22	/	298.34
	愛知県		/		/		417.57		304.14
50m走(秒)	全 国	/	9.45	/	9.64	/	8.01	/	8.88
	愛知県		9.51		9.69		8.17		9.00
立ち幅とび(cm)	全 国	/	151.43	/	145.22	/	196.31	/	168.00
	愛知県		150.33	○	145.31	☆	192.44		166.00
ボール投げ(m)	全 国	/	20.58	/	13.30	/	20.24	/	12.64
	愛知県		19.37		12.62		19.62		12.59
合計点	全 国	/	52.53	/	54.66	/	41.05	/	48.41
	愛知県		50.64		52.80		38.56		46.44

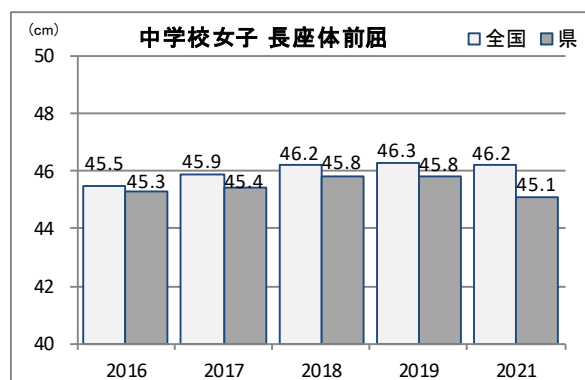
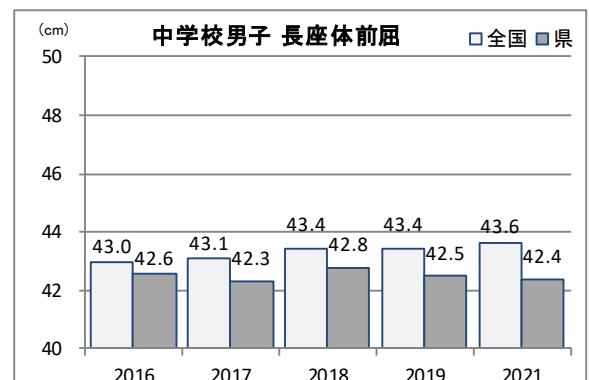
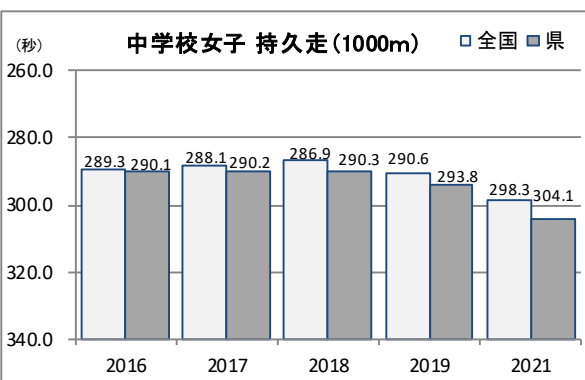
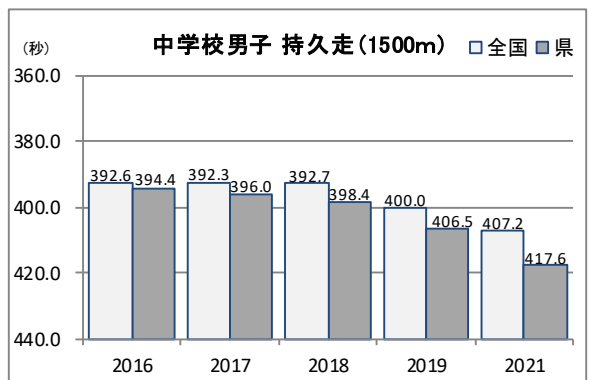
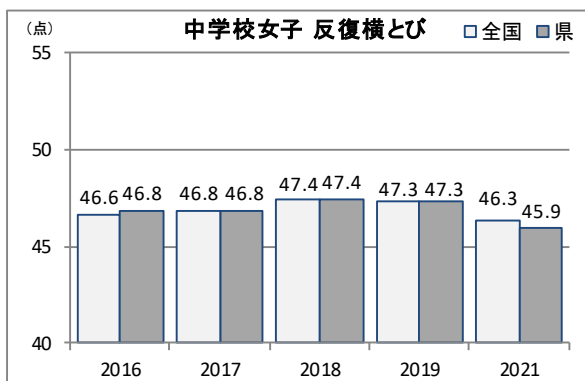
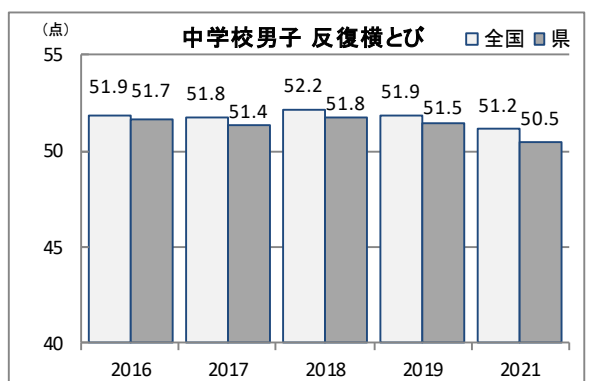
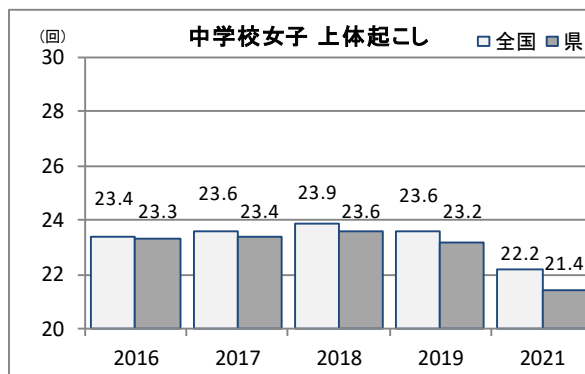
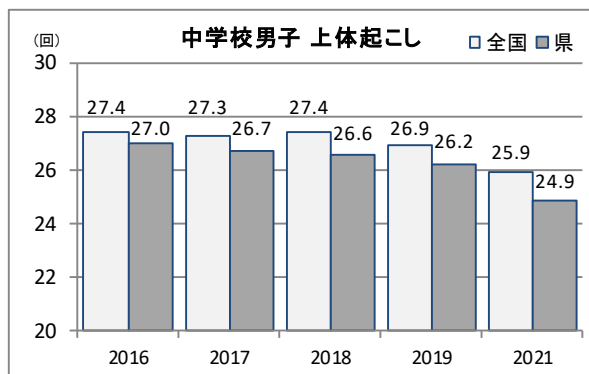
## (2) 児童生徒の各種目実技結果の経年変化<2016年度から2021年度>

- ・ 種目別に見ると、男女とも2019年度に比べ、「反復横とび」、「20mシャトルラン」、「持久走」で大きく低下した一方、小学校男女の「長座体前屈」において向上傾向がみられる。

### 【小学校】



## 【中学校】



#### 4 愛知県の児童生徒の運動習慣、生活習慣【質問紙調査】

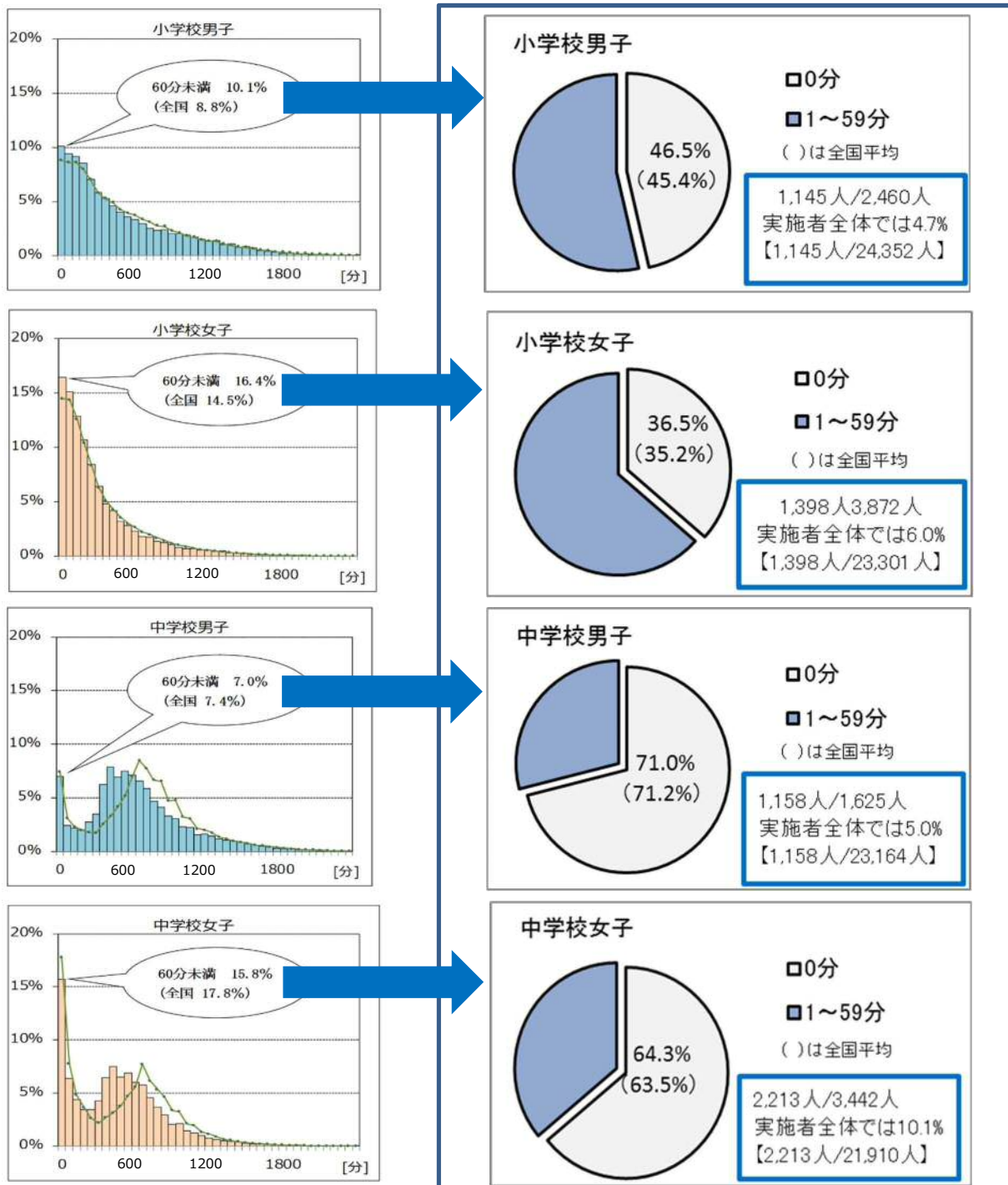
※全国は公立。県は名古屋市・国立・私立を除く。特別支援を含む。

##### (1) 1週間の総運動時間の状況

- 1週間の総運動時間の分布は、全国と同様で、小学校・中学校の女子に運動をほとんどしない児童生徒が多かった。
- 中学校においては男女ともに、運動する生徒としない生徒の二極化が見られ、特に女子においては、全体の約10.1%の生徒が1週間の総運動時間が0分であった。

※1週間の総運動時間は、平日の総運動時間（学校の体育・保健体育の授業以外）と土曜日、日曜日の運動時間を合計して算出した時間

<運動60分未満のうち0分の児童>

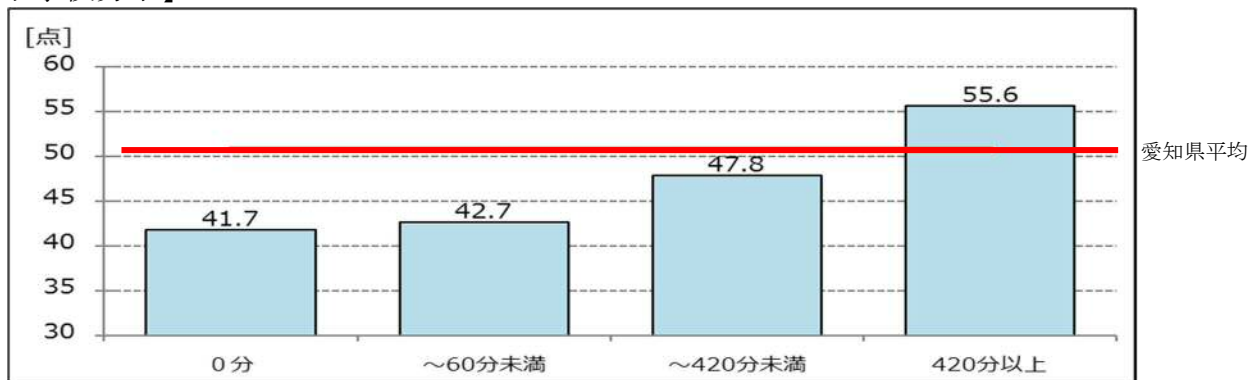


※棒グラフが愛知県、折れ線グラフが全国（公立）の値

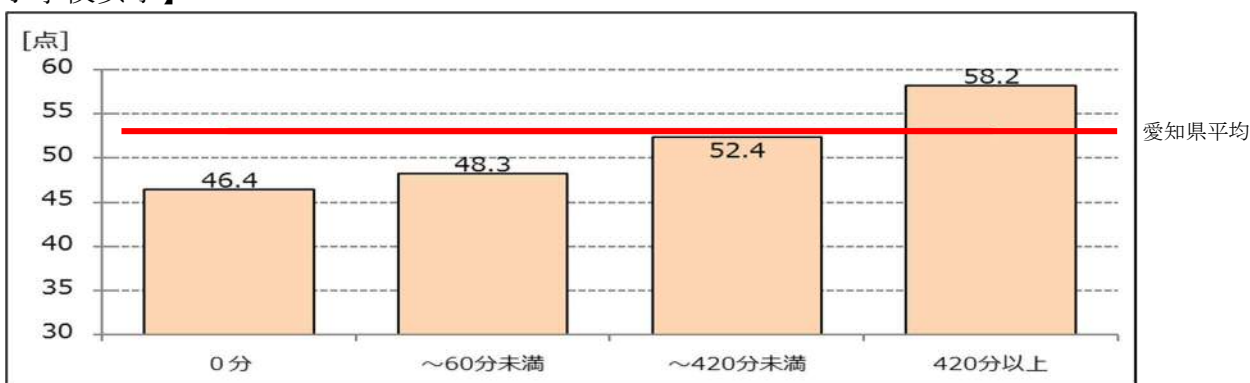
## (2) 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

- 男女とも、「1週間の総運動時間」が「420分以上」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

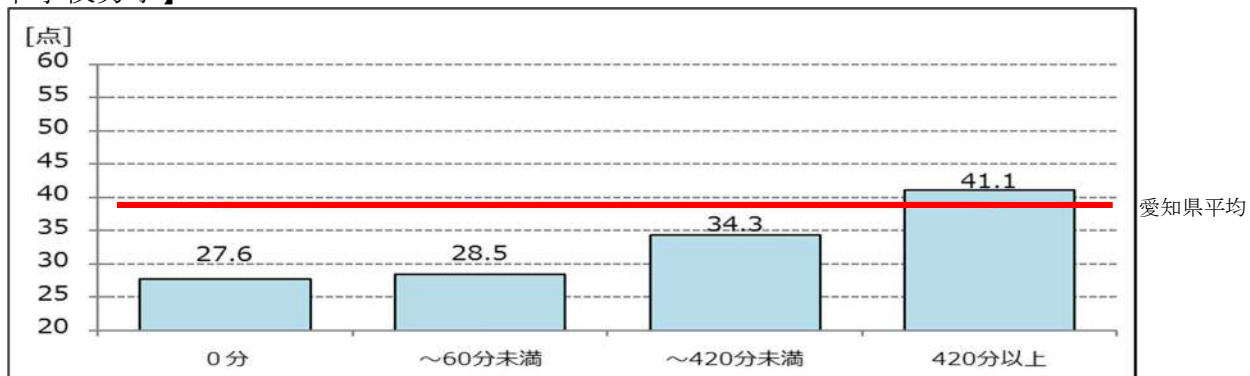
### 【小学校男子】



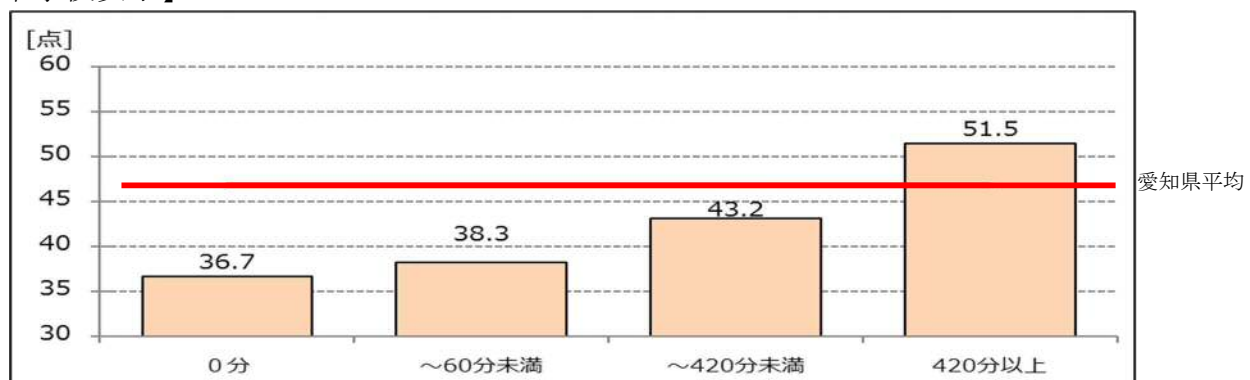
### 【小学校女子】



### 【中学校男子】



### 【中学校女子】

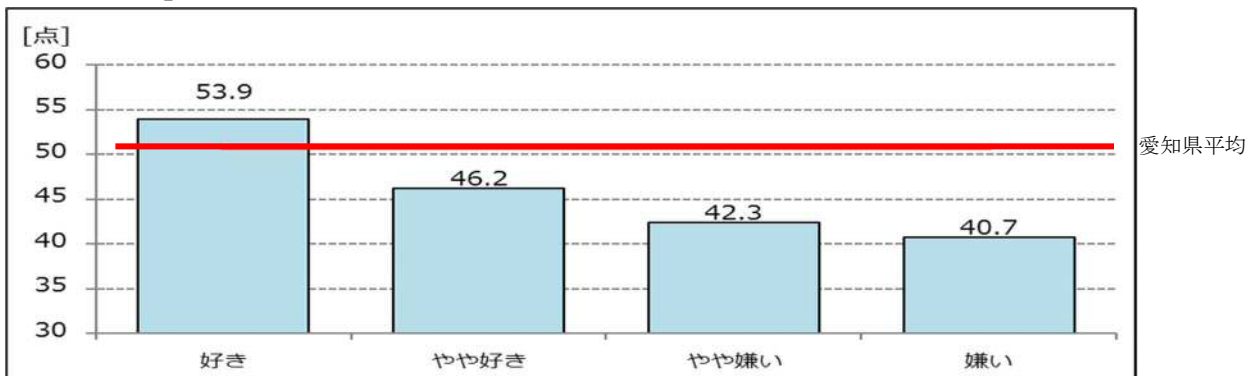




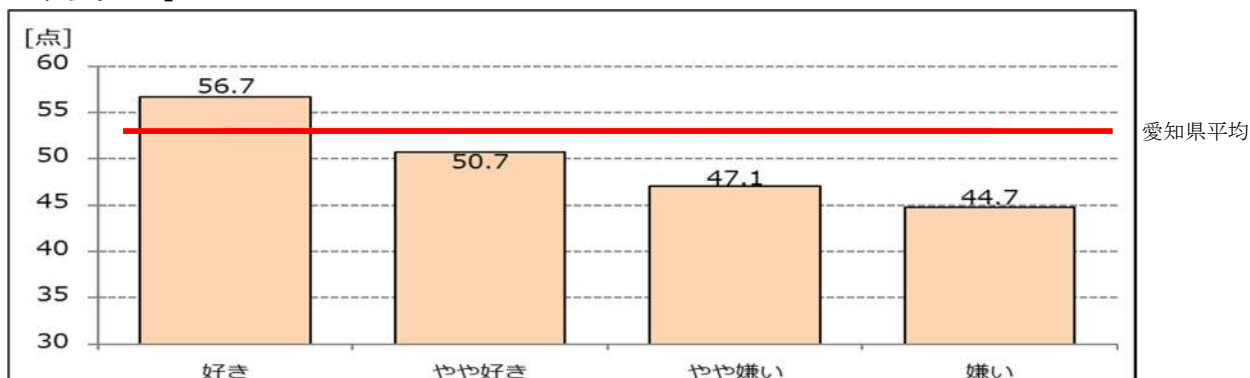
### (3) 「運動やスポーツの好き・嫌い」と体力合計点との関係

- 男女とも、運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

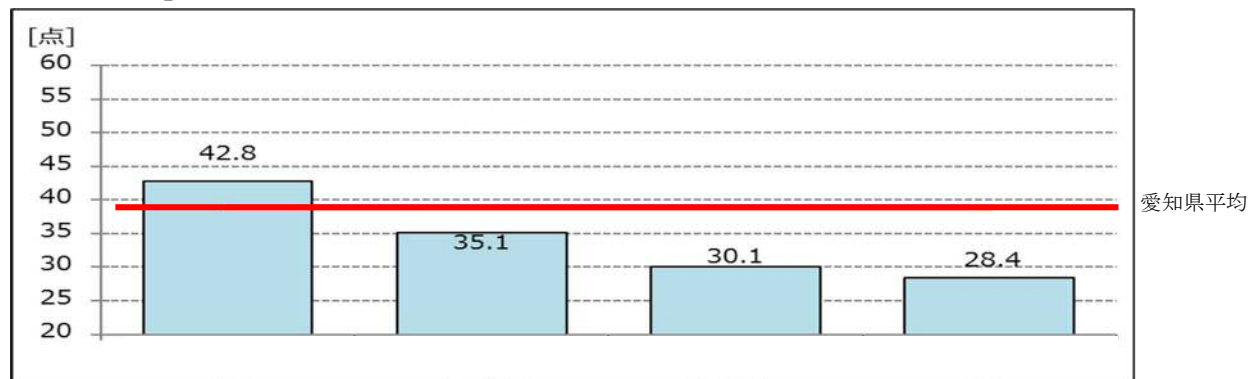
#### 【小学校男子】



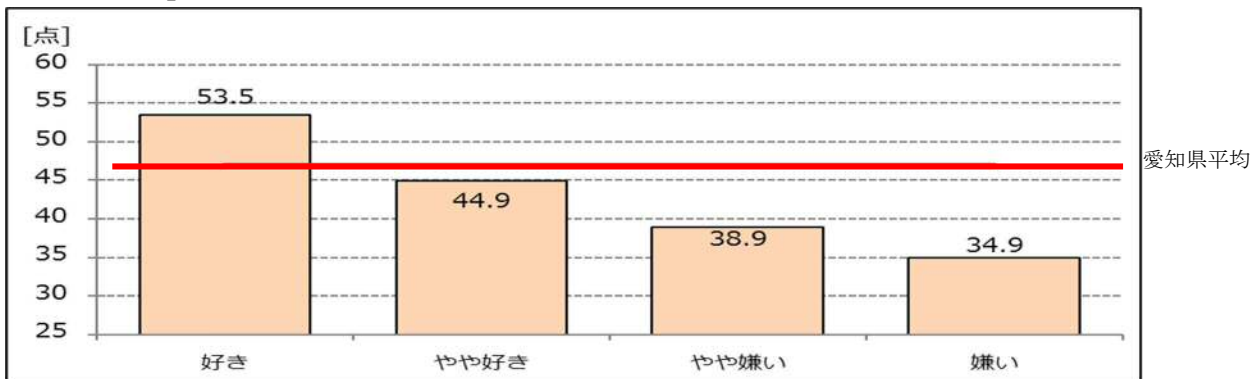
#### 【小学校女子】



#### 【中学校男子】



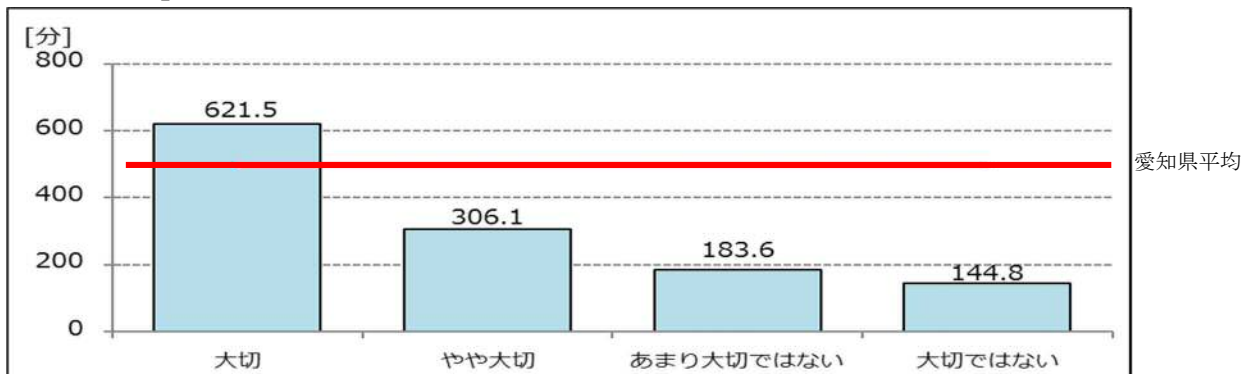
#### 【中学校女子】



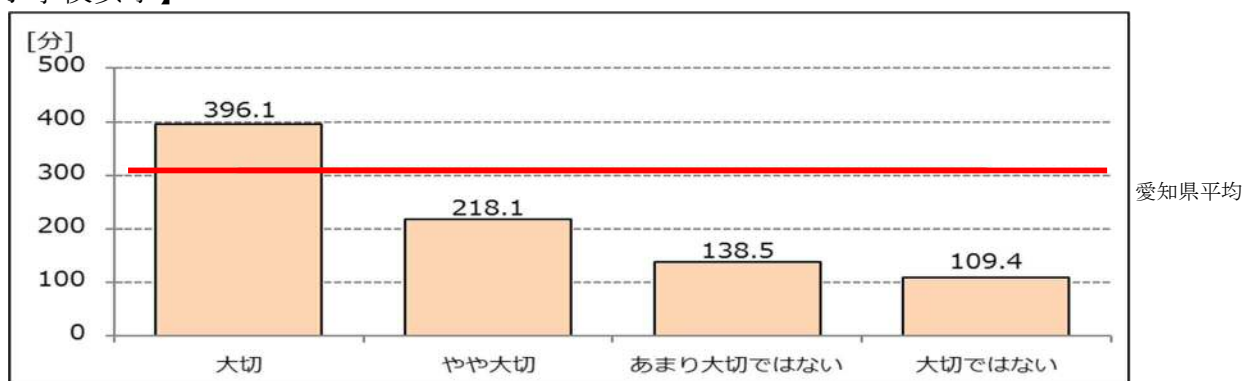
#### (4) 「運動やスポーツが大切」と1週間の総運動時間との関係

- 男女とも、運動やスポーツが「大切」の集団は、それ以外の集団に比べて、「1週間の総運動時間」が長い傾向がみられた。

##### 【小学校男子】



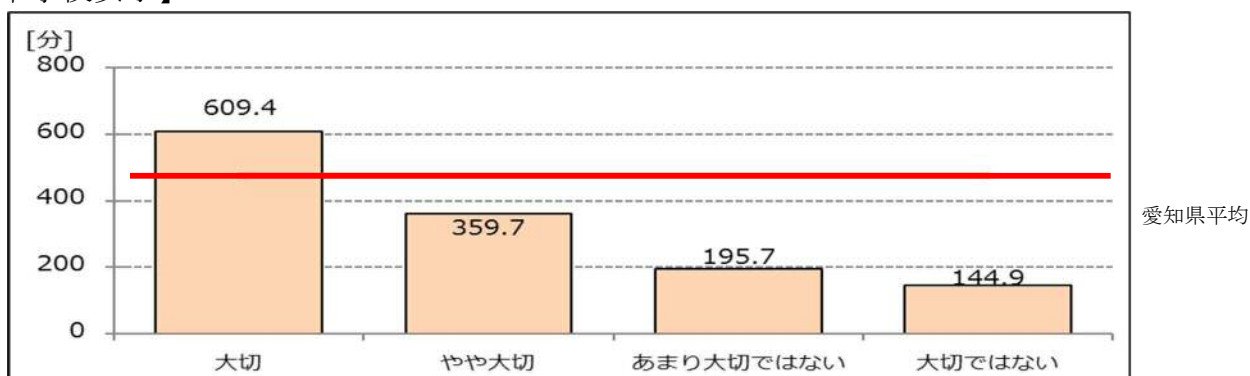
##### 【小学校女子】



##### 【中学校男子】



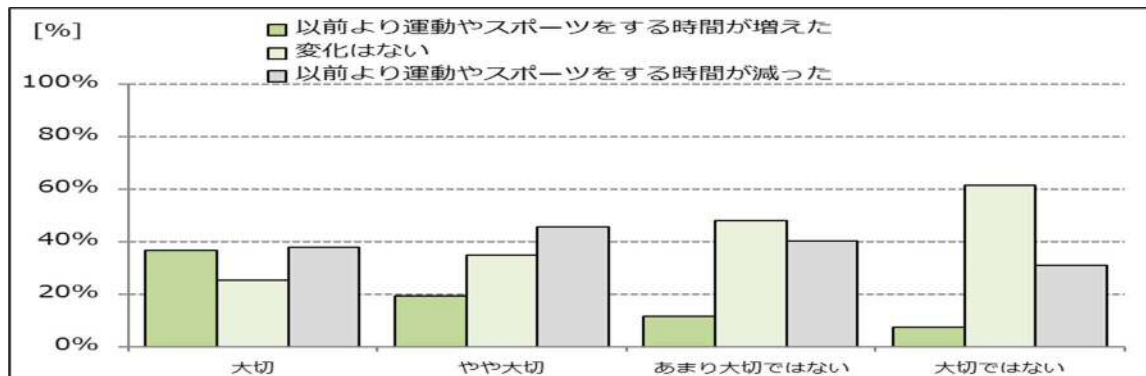
##### 【中学校女子】



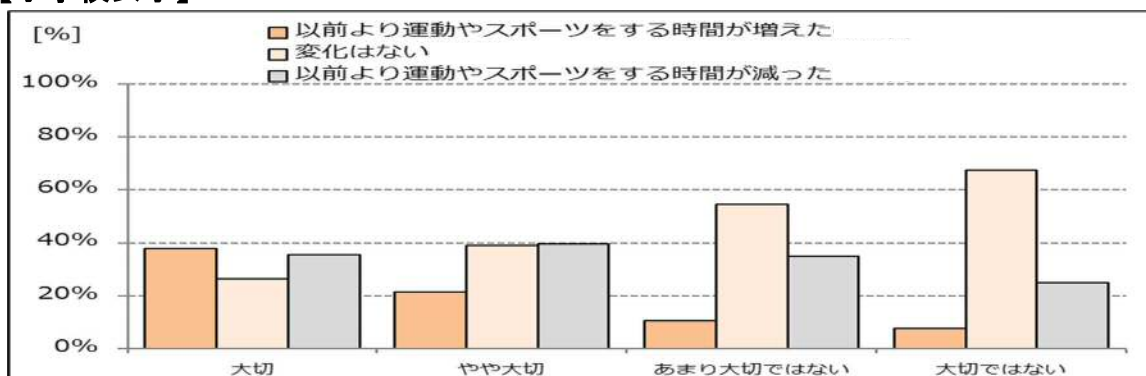
(5) 「運動やスポーツが大切」と「コロナ影響前と現在との児童生徒の運動やスポーツへの取組の変化」との関係

- ・ 運動やスポーツが「大切」と回答した集団は、それ以外の集団に比べてコロナ影響前よりもスポーツをする時間が増えたと回答する割合が高い傾向が見られた。

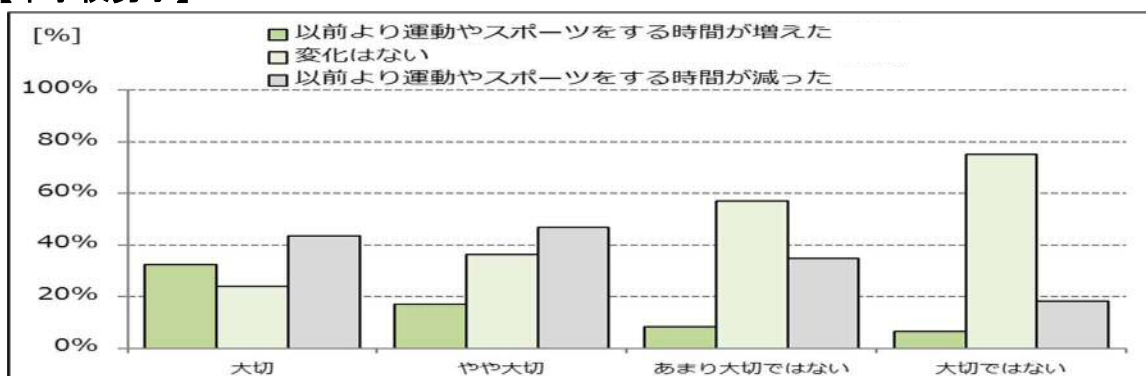
【小学校男子】



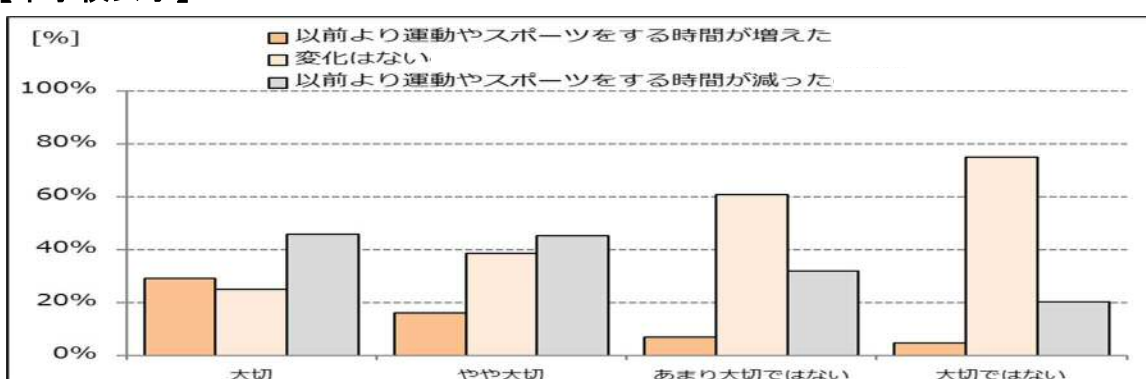
【小学校女子】



【中学校男子】



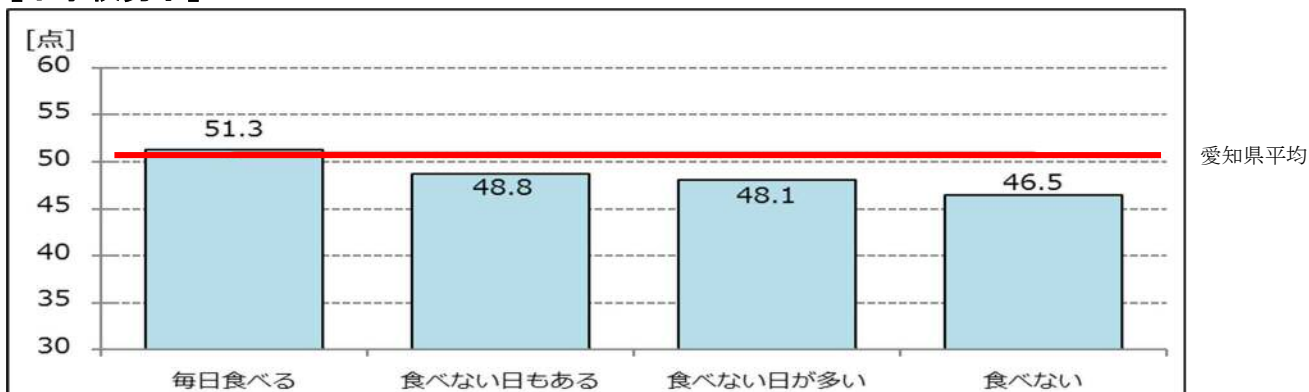
【中学校女子】



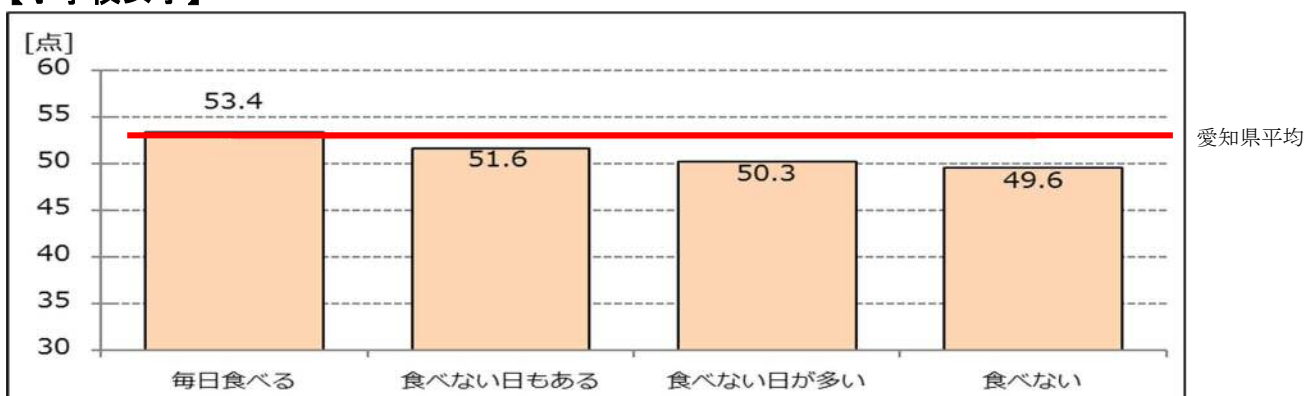
### (6) 「朝食を毎日食べる」と体力合計点との関係

- 男女とも、「朝食を毎日食べる」集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高い傾向がみられた。

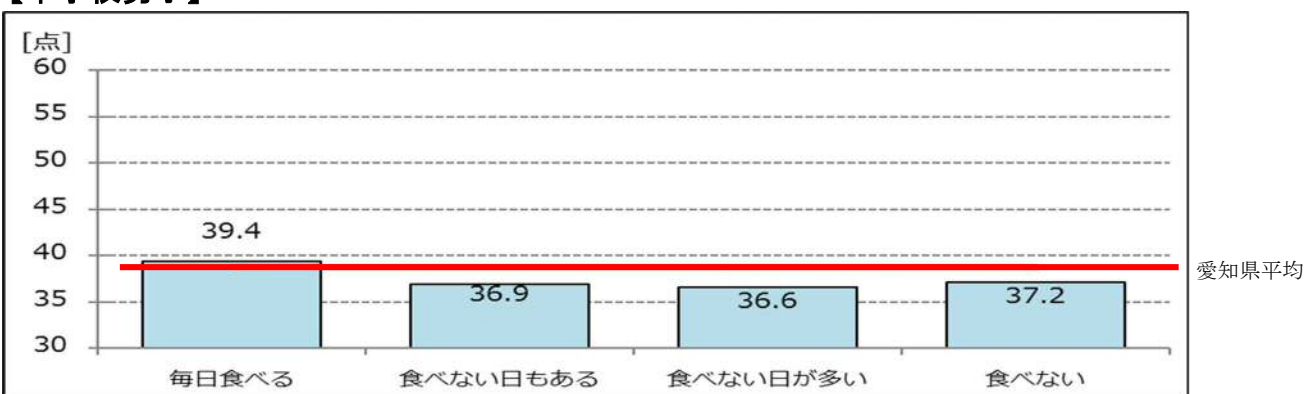
#### 【小学校男子】



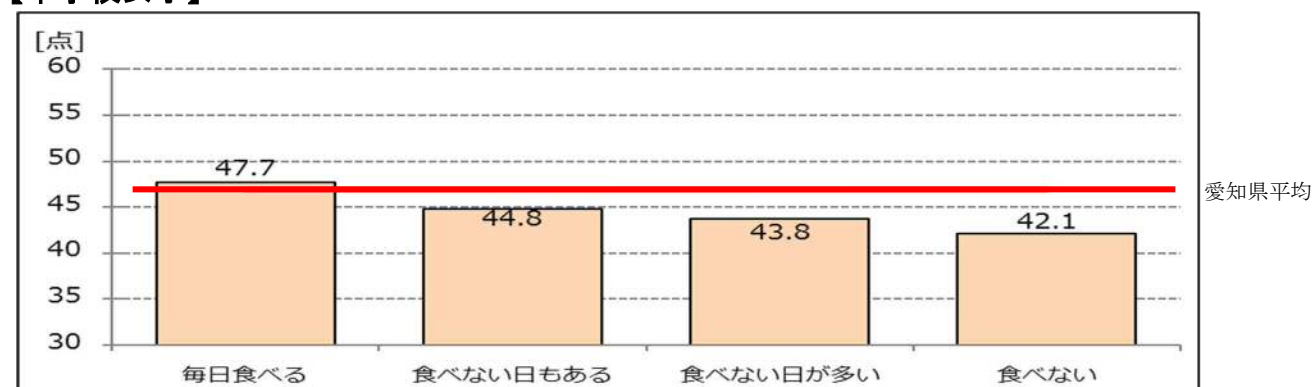
#### 【小学校女子】



#### 【中学校男子】



#### 【中学校女子】



## 5 今後の取組

「運動が好き」と答えた児童生徒や「1週間の総運動時間」が長い児童生徒は「体力合計点」が高く、新型コロナウイルス感染症の影響がある中でも、運動時間が増えたと回答する児童生徒の割合は、運動やスポーツを「大切」と感じている児童生徒ほど高かった。

運動することが「好き」と感じ「大切」にする児童生徒を育てるとともに運動に親しむ機会を増やし、体力向上を図るため、以下の取組を行う。

- (1) 各学校に対して、改めて本調査が体力向上のための重要な指標であること及び目的や実施方法等を周知徹底し、次年度に向けた改善を促す。
- (2) コロナ禍における児童生徒の体力向上の取組として、スポーツ庁が示す「授業外の時間の充実を図る取組」「ICT 機器を効果的に活用」などの好事例を周知する。
- (3) 全ての小学生・中学生を対象とした新たな「体力向上運動プログラム」の活用をはじめとして、教員、児童生徒及び保護者や地域に向けて、体力の必要感の醸成と普及啓発のムーブメントづくりに計画的に取り組む。
- (4) 運動を苦手とする小学生と家族がゲストと共に運動する「楽しく運動みんなで笑顔事業」を開催して、家庭における運動の大切さを広く伝える。(別紙参照)  
※2021年度は新型コロナウイルス感染症予防の観点から実施が困難と判断し中止

## 楽しく運動みんなで笑顔事業 (2021年度 中止)

## 1 目的

運動を苦手とする小学生が家族と共に参加し、学校での体力向上に向けた取組をゲストと共に体験することで、運動の楽しさに触れてもらうイベントを開催する。運動好きな子供を増やすことで、日常的な運動機会を増やし、運動時間の増加を目指す。

## 2 期日・会場・講師

地区	期日	会場	講師・ゲスト
東尾張	8月21日(土)	メディアス体育館おおぶ (大府市民体育館) 大府市横根町平地 191 番地	【講師】 和光 理奈 (中京大学)
東三河	8月25日(水)	豊橋市総合体育館 豊橋市神野新田町字メノ割 1-3	【ゲスト】 いとう まゆ (NHK Eテレ4代目 ダンスおねえさん)
西三河	8月26日(木)	岡崎中央総合公園総合体育館 岡崎市高隆寺町峠 1	
西尾張	8月27日(金)	エナジーサポートアリーナ (犬山市体育館) 犬山市大字羽黒字竹ノ腰 17-2	

## 3 講習会の内容

- ・ゲストのトークショー
- ・ゲストと一緒に運動体験

## 4 応募人数

8月21日(大府)	252名	(保護者 114名、児童 138名)
8月25日(豊橋)	260名	(保護者 112名、児童 148名)
8月26日(岡崎)	259名	(保護者 116名、児童 143名)
8月27日(犬山)	214名	(保護者 97名、児童 117名)