

# 令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

## 体力・運動能力の状況（岡山県公立学校の状況）

### 1 調査の実施状況

#### (1) 調査の目的

- 本県における、これまでの体力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、子ども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。
- 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、学校における指導などの改善に役立てる。

#### (2) 調査期間 令和3年4月～7月

#### (3) 岡山県の実施人数（公立学校：岡山市を含む）

	小学校<5年生対象>	中学校<2年生対象>
児童生徒数（実施校数）	16,131人（379校）	15,025人（155校）

※小学校には特別支援学校小学部、中学校には中等教育学校、特別支援学校中学部を含む

#### (4) 調査内容

- ア 実技に関する調査（新体力テスト8種目で実施）  
握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン(中学校：持久走も可)  
50m走、立ち幅とび、ボール投げ(小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール)
- イ 質問紙調査 □児童生徒：運動習慣、体育授業等の項目  
□学 校：子どもの体力向上に係る取組等に関する項目

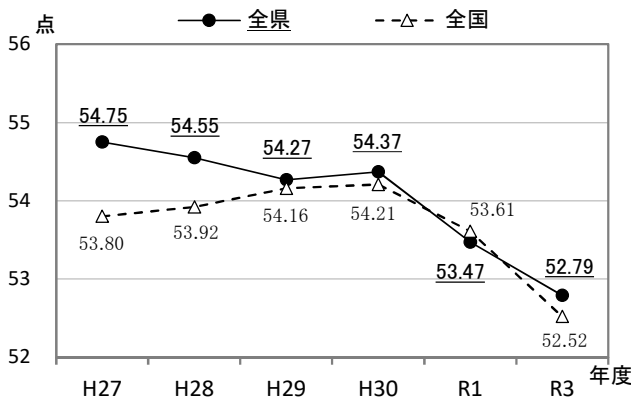
### 2 調査の結果（公立学校）

#### (1) 体力合計点の年次推移

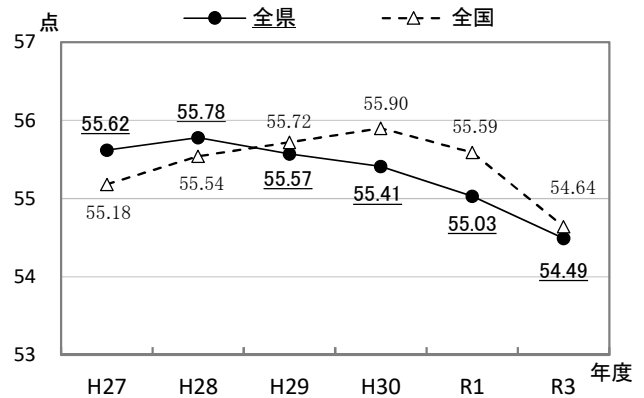
体力合計点：8種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計点

※R2は新型コロナウイルスの影響により未実施

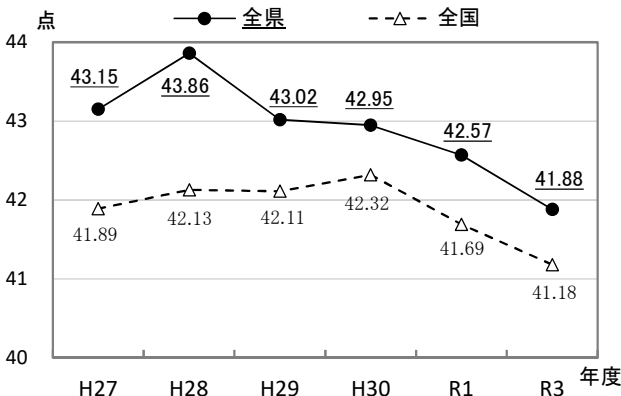
#### ○小学校男子



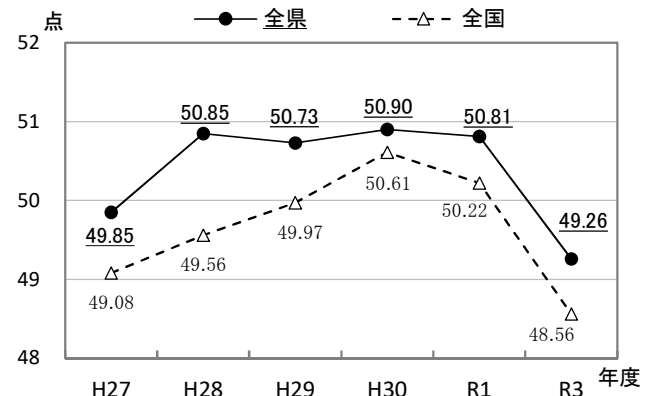
#### ○小学校女子



#### ○中学校男子



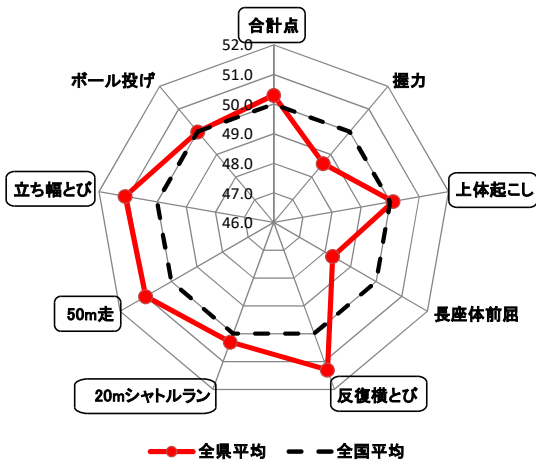
#### ○中学校女子



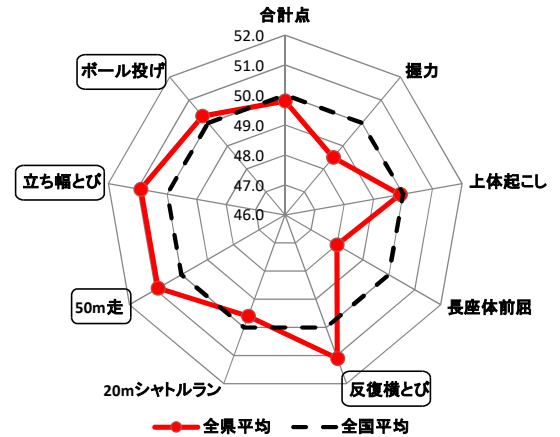
## (2) 体力合計点と各種目ごとの平均値

※項目を囲む   は、全国平均以上のもの

### 【小学校男子】



### 【小学校女子】

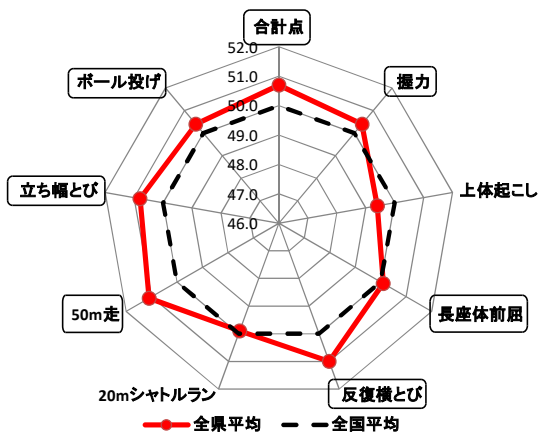


※全国平均を50とするTスコアによる比較

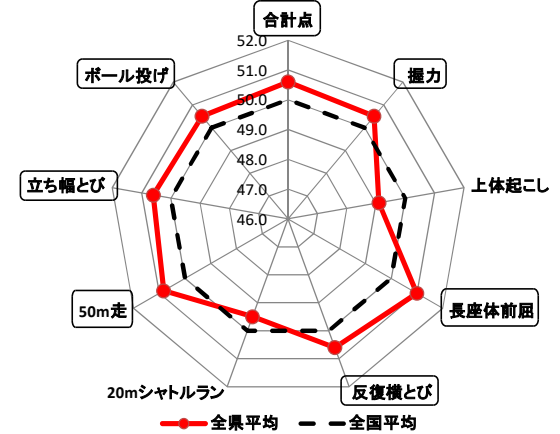
### 体力・運動能力について（小学校）

- 体力合計点は、男子は前回調査で初めて全国平均より低くなったが、今回は、全国平均より高くなった。女子は4年連続で全国平均より低くなっている。
- 種目別で見ると、男女ともに反復横とび、50m走、立ち幅とびといった瞬発力系の種目は全国平均より高く、握力、長座体前屈は、全国平均より低くなっている。

### 【中学校男子】



### 【中学校女子】



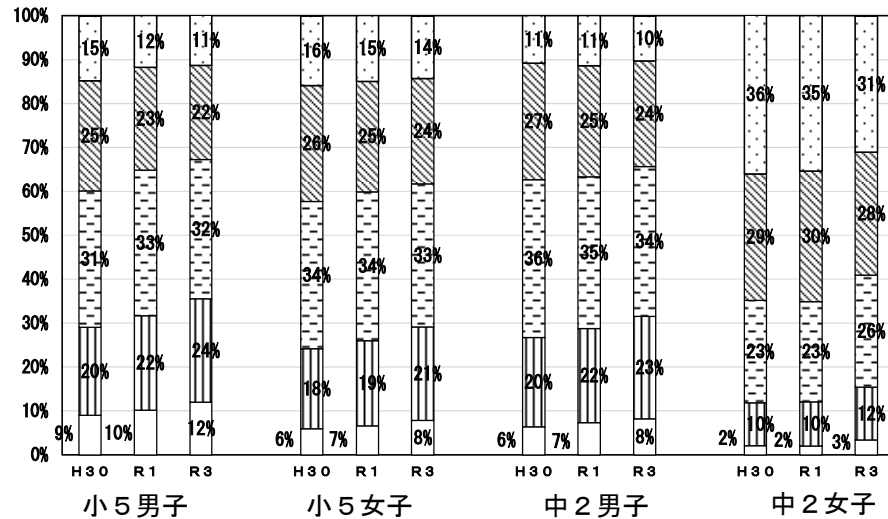
※全国平均を50とするTスコアによる比較

### 体力・運動能力について（中学校）

- 体力合計点は、男女ともに全国平均より高くなっている。
- 種目別で見ると、男女ともに上体起こし、20mシャトルランの結果が全国平均より低くなっているが、その他6種目が全国平均より高くなっている。

### (3) 総合評価の割合の年次推移 (全県)

※体力合計点によりA～Eの5段階で評価



- 小5 中2
- A (65以上) (57以上)
  - B (58～64) (47～56)
  - C (50～57) (37～46)
  - D (42～49) (27～36)
  - E (41以下) (26以下)

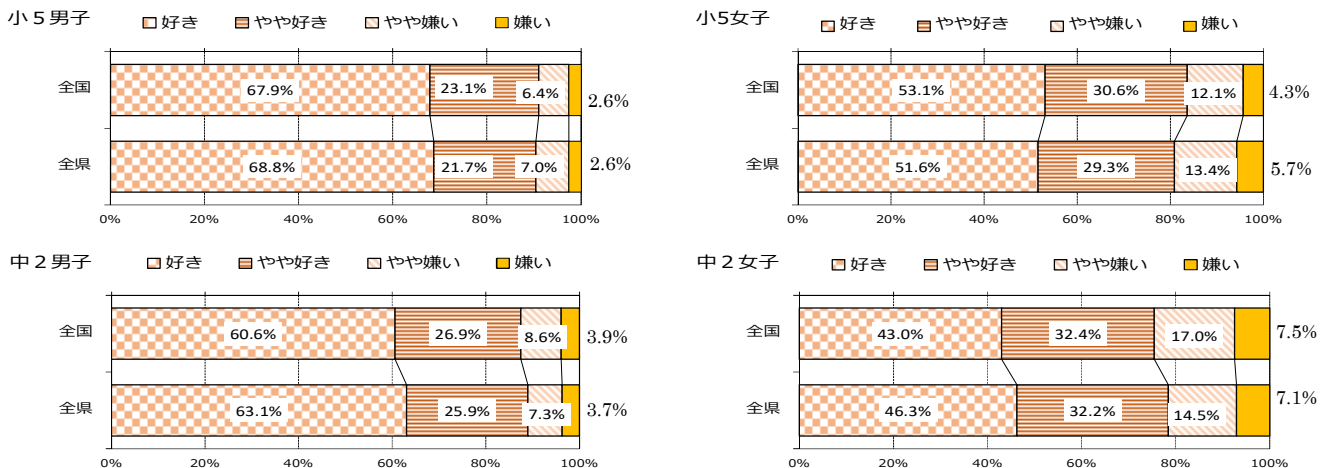
#### 【総合評価の割合について】

○ 小・中学校ともに体力総合評価A B群が微減し、D E群が微増している

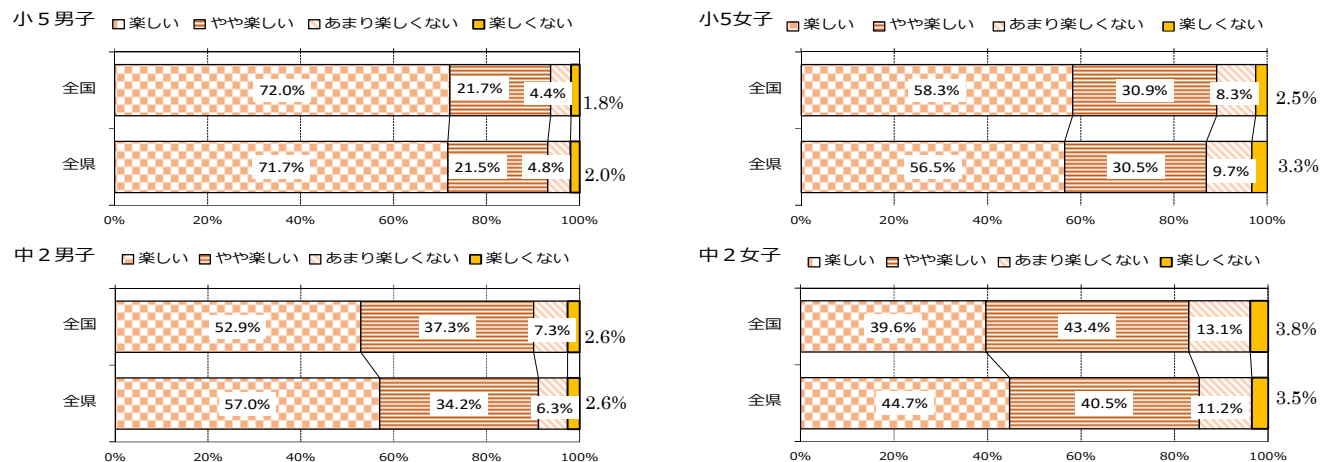
## 運動習慣の状況 (岡山県公立学校の状況)

### 3 児童生徒質問紙調査の結果から見える特徴

#### (1) 「運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることが好きですか。」



#### (2) 「体育・保健体育の授業は楽しいですか。」

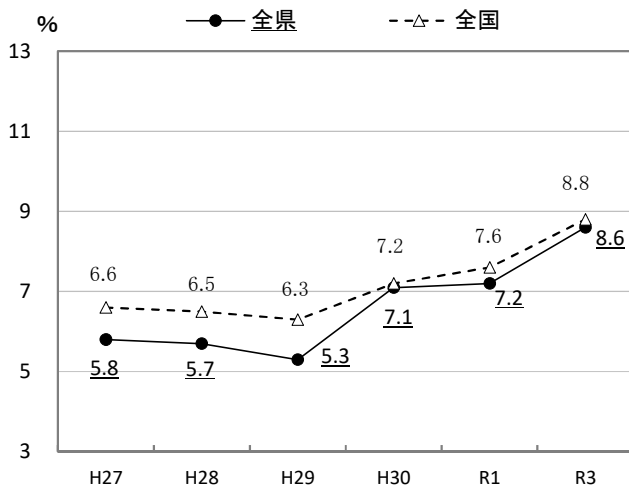


#### 【児童生徒の意識について】

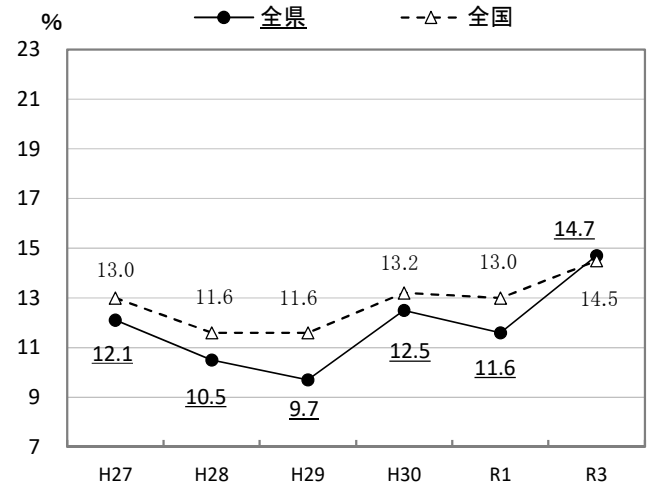
- 「運動やスポーツをすることが好き」と感じている児童生徒の割合は、小学校女子を除き全国平均より高くなっている。
- 「体育・保健体育の授業が楽しい」と感じている児童生徒の割合は、小学校では全国平均より低く、中学校では全国平均より高くなっている。

(3) 運動時間について（1週間の総運動時間数が60分未満の児童生徒の割合の推移）

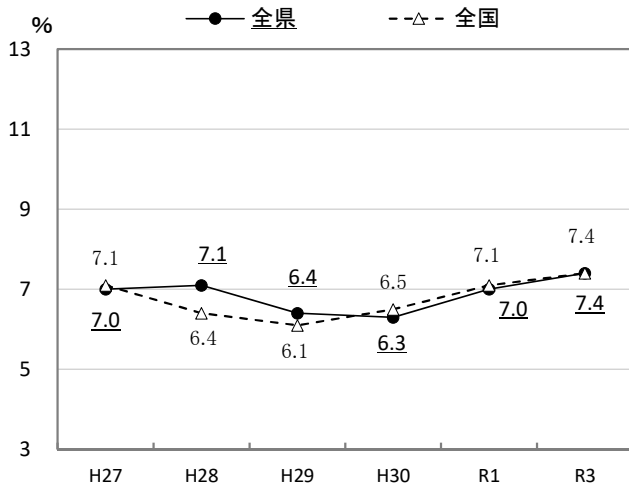
○小学校男子



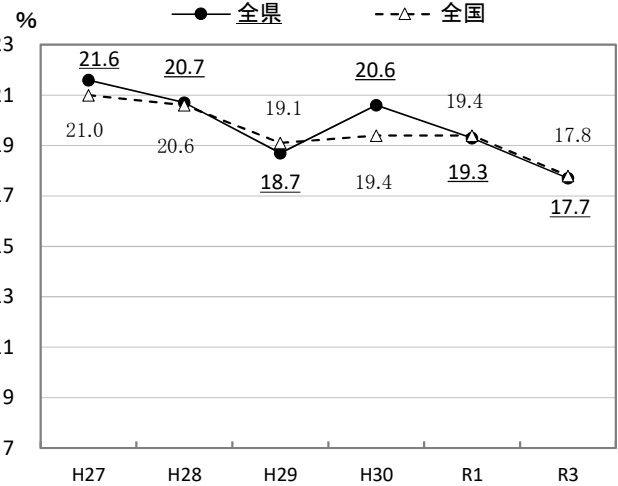
○小学校女子



○中学校男子



○中学校女子



【児童生徒の運動習慣について】

○ 「1週間の総運動時間数が60分未満」（つまり、1週間に60分も運動しない）と回答した割合は、小学校男子と中学校女子は全国平均より低く（少なく）、小学校女子と中学校男子は全国平均と同等かわずかに高く（多く）なっている。

## 結果からの考察と課題及び今後の取組について

### 4 結果からの考察と課題

#### (1) 結果からの考察

○小学校男子は、前回（令和元年度）、本調査開始以来初めて体力合計点が全国平均より低くなったが、今年度は全国平均より高くなった。小学校女子は、全国平均より低い状態が続いているが、全国平均との差は小さくなっている。

→児童の「運動への肯定感」を向上させるため、「達成感」「成功体験」を与える各事業に継続的に取組んできた結果と考えている。

○中学校は、男女とも全国平均より高い水準を維持している。

→全国の傾向と同様、本県でもコロナの影響を受け、十分な結果を残せてはいないが、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、生徒が主体的に取組む保健体育の授業や運動部活動の取組の成果が見られていると考えている。

#### (2) 課題

ア 低下傾向にある本県児童生徒への体力向上の取組（特に小学生への取組）

イ 体を動かす楽しさや喜びを味わい、運動を継続して実践することができる児童生徒が増えるよう、体育・保健体育授業の一層の充実

ウ 運動習慣の定着、コロナ禍における運動時間の確保

エ 全国平均より低い傾向が続いている種目への対応

小学校 - 握力、長座体前屈

中学校 - 上体起こし、20mシャトルラン

### 5 今後の取組

各学校において、本調査結果から明らかになった課題の解決に向けた実践が進むよう、市町村教育委員会と連携して、次のような体力向上に向けた取組を進めていく。

#### (1) 教員の指導力向上及び授業改善への対応

○授業改善への支援【課題イ】

・体育授業力アップモデル校事業（R2～）

・体育授業スペシャルサポーター派遣事業（R3～）

・「岡山型学習指導のスタンダード」の普及（授業目標の提示、振り返りの実施等）

・効果的な実践の紹介（運動やスポーツに苦手意識のある児童生徒への配慮や取組等）

・中央講習会等への教員派遣

○指導力向上への支援【課題イ】

・体育授業エキスパート派遣事業（R2～）

○各種研修会等【課題イ】

・小・中学校体育連盟との連携、情報共有

## (2) 児童生徒への体力向上の意欲づけ及び運動習慣の定着等への対応

### ■体力向上の意欲づけ

#### ○優秀賞バッジ(H11～)【課題ア】

- ・新体力テスト総合評価「A」を獲得した児童生徒に配付



#### ○マイベストバッジ(R1～)【課題ア、エ】

- ・新体力テストの結果から、自分が選んだ2種目の合計点が4点以上アップする又は体力合計点が75点以上の児童生徒に配付



#### ○運動マスターバッジ(R2～)【課題ア、ウ】

- ・ビンゴカードの要素を取り入れた運動習慣カードを使用し、年間3回以上運動習慣カードを活用した運動習慣づくりを行い、かつ年間2回以上16ビンゴ以上達成した児童に配付



### ■運動習慣の定着

#### ○みんなでチャレンジランキング(幼・小:H18～、中・高:H26～)【課題ア】

- ・インターネット上で県内の他の学校とさまざまな運動(運動遊び)の記録を競う取組(みんなでチャレンジランキング)の積極的な参加を呼びかけ、運動遊びを通して、体を動かす楽しさを体験させる。
- ・平成30年度追加した握力と柔軟性を高める運動遊びの普及

#### ○新体力クエスト(R2～)【課題ア、ウ、エ】

- ・新体力テストの正しい実施方法や体力アップにつながる運動等の動画(新体力クエスト)をYouTubeに掲載



### ■体育授業等での体力向上

#### ○体力アッププログラム(H25～)【課題ア、エ】

- ・追加プログラムを作成し(H30～)、各学校での活用を促進

<参考資料>

各種目平均値と体力合計点

【小学校】

市町村名等		性別	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(回)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	体力合計点
全国平均		男	16.22	18.90	33.48	40.35	46.83	9.45	151.41	20.58	52.52
		女	16.09	18.08	37.90	38.72	38.15	9.64	145.18	13.30	54.64
県平均		男	15.66	18.95	31.96	41.44	47.52	9.34	154.05	20.56	52.79
		女	15.52	18.01	36.12	39.58	37.57	9.59	147.12	13.42	54.49
1	岡山市	男	15.03	18.75	30.56	40.64	47.05	9.35	153.86	20.31	51.83
		女	14.85	17.65	34.92	38.30	35.14	9.64	145.41	12.89	52.79
2	倉敷市	男	16.00	19.08	32.34	41.04	46.70	9.33	153.70	20.41	52.85
		女	15.78	18.19	36.66	39.63	37.91	9.54	147.15	13.25	54.90
3	津山市	男	16.40	18.80	33.67	42.02	47.57	9.38	154.33	20.74	53.53
		女	16.44	18.29	37.12	40.30	38.49	9.57	147.19	13.68	55.53
4	玉野市	男	15.83	19.38	30.83	39.02	42.59	9.44	153.64	20.81	52.06
		女	16.22	17.60	34.11	37.70	35.27	9.68	146.58	13.93	53.53
5	笠岡市	男	16.45	19.09	34.07	43.24	49.26	9.31	153.08	21.54	54.12
		女	16.53	17.55	36.93	42.13	42.22	9.47	147.01	14.82	56.46
6	井原市	男	17.03	19.39	35.01	44.37	52.05	9.24	158.70	22.35	55.72
		女	16.32	18.41	38.96	41.40	39.50	9.48	154.85	14.86	57.43
7	総社市	男	15.99	19.75	34.25	43.40	48.89	9.27	156.14	21.14	54.73
		女	15.99	18.54	38.19	41.86	42.69	9.44	151.39	14.79	57.63
8	高梁市	男	17.49	21.80	32.93	44.07	52.12	9.32	156.96	21.62	55.71
		女	16.67	18.32	36.90	40.41	40.54	9.53	153.01	15.22	56.50
9	新見市	男	15.85	20.21	33.47	43.44	51.45	9.30	158.13	22.79	54.95
		女	15.57	18.30	37.35	41.43	42.07	9.61	150.29	14.47	56.43
10	備前市	男	15.16	19.80	30.75	41.99	47.85	9.63	148.52	20.34	51.66
		女	14.79	18.02	35.04	39.82	35.88	9.92	140.87	13.46	52.69
11	瀬戸内市	男	14.47	18.58	32.70	43.49	47.69	9.32	157.09	20.20	52.99
		女	14.42	17.75	35.68	42.05	41.42	9.48	150.50	12.97	55.23
12	赤磐市	男	15.87	18.51	31.91	41.88	45.92	9.30	155.56	18.68	52.39
		女	16.15	18.60	36.19	39.67	36.73	9.65	147.33	12.01	54.33
13	真庭市	男	16.60	19.88	34.35	43.87	51.02	9.33	157.37	22.28	55.16
		女	16.37	18.96	38.92	42.23	41.98	9.60	151.29	14.70	57.29
14	美作市	男	15.02	16.82	30.17	41.06	48.04	9.49	149.56	19.76	50.76
		女	15.10	18.10	35.76	40.04	41.50	9.69	147.65	13.53	54.50
15	浅口市	男	15.82	19.37	32.12	43.75	50.35	9.37	155.71	21.11	54.22
		女	15.04	18.34	34.64	41.34	38.97	9.60	149.25	13.62	54.98
16	和気町	男	15.20	18.17	32.80	43.44	48.83	9.49	159.05	21.02	53.20
		女	15.00	17.80	37.16	40.14	38.24	9.61	150.82	15.72	55.56
17	早島町	男									
		女									
18	里庄町	男	14.76	17.09	29.52	45.10	50.83	9.24	147.79	21.02	52.17
		女	15.49	18.00	33.88	45.07	39.08	9.53	139.49	14.10	55.55
19	矢掛町	男	15.69	19.57	34.38	44.26	47.31	9.22	160.60	20.43	54.74
		女	17.05	19.45	39.82	42.02	41.36	9.20	158.20	17.82	59.86
20	新庄村	男									
		女									
21	鏡野町	男	16.91	20.31	35.81	42.57	49.70	9.20	151.63	19.93	54.47
		女	16.47	17.64	38.84	39.50	37.05	9.64	153.60	13.48	55.24
22	勝央町	男	15.98	18.84	37.94	43.67	51.20	9.40	156.35	20.65	54.88
		女	15.38	19.72	41.31	44.47	40.53	9.69	149.05	14.29	58.21
23	奈義町	男									
		女									
24	西粟倉村	男									
		女									
25	久米南町	男	16.10	19.40	33.90	43.20	54.30	9.23	141.10	24.20	54.40
		女	16.81	21.13	37.81	41.56	42.81	9.54	146.75	17.50	58.63
26	美咲町	男	15.70	18.48	34.77	45.00	55.15	8.98	153.71	23.79	55.85
		女	16.77	16.34	37.59	40.58	39.94	9.53	145.91	15.21	55.31
27	吉備中央町	男	16.80	18.29	33.63	41.35	46.51	9.19	151.12	22.57	53.41
		女	15.97	19.18	39.94	41.70	41.30	9.33	149.52	15.36	58.27
28	県立学校	男									
		女									

体力合計点：8種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計点

【中学校】

市町村名等		性別	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(回)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	体力合計点
全国平均		男	28.80	25.99	43.67	51.19	79.88	8.01	196.36	20.31	41.18
		女	23.43	22.32	46.20	46.25	54.24	8.88	168.15	12.72	48.56
県平均		男	29.09	25.63	43.74	52.06	79.55	7.91	198.80	20.55	41.88
		女	23.68	21.80	47.22	46.64	53.16	8.81	169.68	12.92	49.26
1	岡山市	男	28.65	24.86	43.16	51.17	78.96	7.92	196.58	19.94	40.84
		女	23.36	20.87	46.33	45.76	52.80	8.83	167.84	12.50	47.71
2	倉敷市	男	29.06	26.17	44.53	52.90	81.34	7.93	200.10	21.50	42.92
		女	23.54	21.88	47.83	47.07	52.90	8.83	169.45	13.41	49.71
3	津山市	男	29.06	25.81	44.31	52.09	75.12	7.96	199.82	20.81	41.87
		女	23.14	21.74	46.45	44.46	50.20	8.88	165.77	12.39	47.32
4	玉野市	男	29.32	26.85	46.08	51.91	73.28	7.99	196.26	19.66	41.83
		女	24.06	22.70	47.69	47.41	49.61	9.02	169.30	13.36	49.34
5	笠岡市	男	30.96	25.93	45.25	52.29	79.45	7.98	200.12	20.50	42.43
		女	24.91	22.23	49.15	46.76	49.25	8.90	169.11	12.86	49.45
6	井原市	男	32.61	27.03	45.38	52.40	79.68	7.88	206.49	21.98	44.03
		女	26.21	22.52	52.07	48.02	55.94	8.54	175.38	13.32	53.76
7	総社市	男	29.04	26.78	43.80	53.35	81.26	7.70	197.72	20.47	43.38
		女	24.22	24.52	49.30	48.19	57.57	8.51	173.46	13.19	52.89
8	高梁市	男	29.16	25.02	39.35	49.78	83.99	8.07	193.69	23.40	41.45
		女	24.13	22.93	45.48	47.23	54.12	8.67	165.47	15.72	51.82
9	新見市	男	32.31	27.08	46.87	54.03	81.34	7.66	207.65	20.17	45.10
		女	24.46	22.74	48.38	47.57	56.73	8.60	175.97	13.52	52.69
10	備前市	男	29.59	24.69	39.81	51.95	77.92	7.92	198.98	20.98	40.67
		女	23.18	21.77	43.68	46.19	58.32	8.95	169.79	12.61	47.84
11	瀬戸内市	男	28.42	24.21	41.36	51.75	83.27	7.99	196.39	19.83	40.54
		女	23.45	20.14	45.81	47.05	58.05	8.86	173.62	13.43	49.34
12	赤磐市	男	28.39	24.13	46.25	53.49	73.85	7.71	202.43	19.18	41.67
		女	23.67	19.86	46.70	47.51	49.57	8.87	169.86	11.82	47.64
13	真庭市	男	29.50	27.13	42.93	52.13	81.83	7.99	199.15	21.01	42.34
		女	24.44	25.94	50.09	48.64	55.41	8.61	174.48	14.58	53.90
14	美作市	男	29.27	24.64	39.21	51.14	74.38	7.94	193.20	18.79	38.28
		女	23.29	21.71	44.31	46.90	52.99	8.89	167.82	12.59	47.88
15	浅口市	男	26.70	25.77	42.03	52.59	82.29	7.89	194.85	17.97	40.43
		女	22.20	22.41	45.29	48.31	52.79	8.63	173.14	11.65	48.63
16	和気町	男	31.26	25.45	42.09	49.26	83.02	8.09	203.87	19.19	40.89
		女	23.40	22.48	46.43	46.48	57.49	8.88	176.40	12.76	50.20
17	早島町	男									
		女									
18	里庄町	男									
		女									
19	矢掛町	男									
		女									
20	新庄村	男									
		女									
21	鏡野町	男									
		女									
22	勝央町	男									
		女									
23	奈義町	男									
		女									
24	西粟倉村	男									
		女									
25	久米南町	男									
		女									
26	美咲町	男	26.38	24.25	37.41	52.14	73.90	8.04	199.10	19.82	38.40
		女	22.97	21.10	41.16	47.32	50.72	9.02	164.36	11.38	46.18
27	吉備中央町	男									
		女									
28	県立学校	男	30.70	27.94	47.50	53.35	83.14	7.85	207.19	21.67	45.42
		女	24.71	23.98	51.77	47.74	55.65	8.73	176.48	13.04	53.13

体力合計点:8種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計点