

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

令和 3 年度熊本市の「体力・運動能力、運動習慣等の調査」概要

1 調査の目的

本市児童生徒の体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取り組みを通じて子どもの体力向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、学校における体育・健康に関する指導等の改善に役立てる。

2 調査対象者 熊本市立小・中学生 小学校 3 年生以上は悉皆調査

3 調査期間

2021年4月～6月

4 調査事項

(1) 実技に関する調査(新体力テスト)

ア 小学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、
反復横跳び(敏捷性)、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード・走能力)、
立ち幅跳び(瞬発力・跳能力)、ソフトボール投げ(投能力・巧緻性・瞬発力)

イ 中学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、反復横跳び(敏捷性)、
20mシャトルラン(全身持久力)、持久走<男子 1500m、女子 1000m>(全身持久力)、
50m走(スピード・走能力)、立ち幅跳び(瞬発力・跳能力)、ソフトボール投げ(投能力・巧
緻性・瞬発力) 20mシャトルランか持久走のどちらかを選択して実施

(2) 質問紙調査

児童生徒質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

5 参加状況

(1) 小学校・・・第3学年以上 26,864人

(2) 中学校・・・全学年 17,391人

令和3年度 熊本市体力・運動能力テスト（市基準値との比較）

小学校		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)		20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	上回り数
		筋力	筋力・筋持久力	柔軟性	敏捷性		全身持久力	スピード・走能力	瞬発力・跳能力	瞬発力・投能力・巧み性	
男子	3年	基準値	12.42	14.79	27.95	33.44	33.56	10.25	133.92	15.32	3
		R3	12.12	14.81	28.77	33.09	32.51	10.29	134.40	13.90	
	4年	基準値	14.36	17.04	29.59	38.13	42.99	9.80	143.19	19.20	1
		R3	14.13	16.48	30.05	35.55	38.45	9.89	142.15	17.38	
	5年	基準値	16.63	19.26	31.83	42.62	53.60	9.35	152.65	23.40	1
		R3	16.23	18.42	32.55	40.59	46.87	9.41	151.67	21.21	
	6年	基準値	19.72	21.63	34.44	46.42	63.34	8.92	163.47	27.36	1
		R3	19.11	20.26	34.72	44.37	55.09	9.03	162.72	24.75	
	計		0	1	4	0	0	0	1	0	6
	女子	3年	基準値	11.74	13.86	30.78	31.88	25.96	10.55	124.94	9.31
		R3	11.56	14.24	31.76	32.08	25.69	10.58	125.63	9.09	
4年		基準値	13.70	15.78	32.92	36.27	33.24	10.07	134.98	11.52	2
		R3	13.64	15.79	33.38	34.28	31.28	10.09	134.80	11.13	
5年		基準値	16.26	17.97	35.82	40.54	42.82	9.59	145.41	14.37	1
		R3	16.21	17.44	36.43	38.74	38.62	9.63	145.04	13.53	
6年		基準値	19.32	19.50	38.72	43.77	49.94	9.21	153.92	16.55	1
		R3	19.21	18.81	38.75	41.78	43.85	9.24	153.10	15.66	
計		0	2	4	1	0	0	1	0	8	
合計		0	3	8	1	0	0	2	0	14	

市基準値...平成25年度～平成29年度の市の平均値

市基準値を上回る割合 (21.8) %

中学校		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	持久走 (秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	上回り数	
男子	年1	基準値	23.97	24.07	37.50	48.38	422.84	75.00	8.66	177.41	18.13	3
		R3	24.22	23.27	36.79	48.33	435.00	67.65	8.57	180.94	17.89	
	年2	基準値	29.28	27.90	41.93	52.25	387.47	90.40	8.07	194.79	20.70	2
		R3	29.26	25.96	41.57	52.02	399.90	84.41	8.00	198.69	20.68	
	年3	基準値	34.26	30.38	45.84	55.09	373.13	97.55	7.67	208.47	23.18	3
		R3	33.64	28.08	44.68	55.60	382.00	95.22	7.63	210.97	22.90	
計		1	0	0	1	0	0	3	3	0	8	
女子	年1	基準値	21.86	20.70	40.57	44.72	297.00	56.16	9.13	162.70	11.84	3
		R3	21.54	20.40	39.85	44.99	306.10	53.42	9.06	164.63	11.75	
	年2	基準値	23.90	23.35	42.91	46.51	286.10	63.15	8.88	169.03	12.85	5
		R3	23.76	22.35	43.22	47.27	294.80	58.73	8.84	170.11	13.17	
	年3	基準値	24.95	24.48	45.04	47.44	288.14	63.73	8.84	170.79	13.49	5
		R3	25.23	23.53	44.99	48.50	294.80	61.89	8.76	174.57	13.89	
計		1	0	1	3	0	0	3	3	2	13	
合計		2	0	1	4	0	0	6	6	2	21	

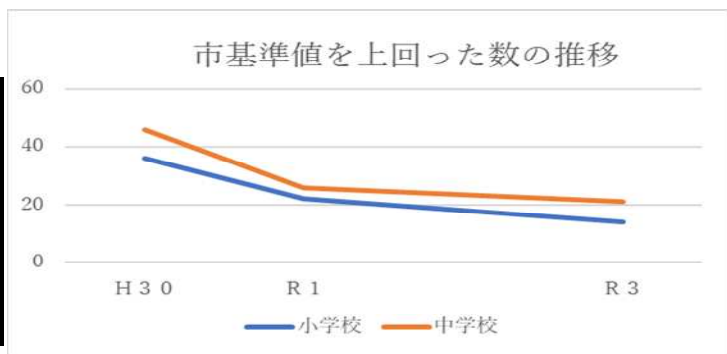
市基準値...平成25年度～平成29年度の市の平均値

市基準値を上回る割合 (38.8) %

20mシャトルランと持久走の選択

R3年度 体力合計点

小学校	男子	女子
基準値	51.09	51.76
R3	48.60	48.90
中学校	男子	女子
基準値	39.87	46.48
R3	38.90	44.90



6 分析

(1) 小学校

市基準値との比較（平成30年度に市基準値を設定）

市基準値・・・平成25年度から平成29年度の市平均値を平均した値

- ・基準値を上回る数が全64項目中14項目（男子：6項目 女子：8項目）
- ・長座体前屈は大きく伸びたが、握力、シャトルラン、50m走、ボール投げはすべての学年で市基準値を下回っている。

運動習慣アンケート〔1週間の総運動時間（週に3日以上 of 運動への従事の割合）〕

- ・男子51% 女子34%（対元年度比...男子0.1%の低下、女子1.3%の向上）

運動への意識アンケート〔体育の授業への好意度（「楽しい」の割合）〕

- ・男子74% 女子61%（対元年度比...男子0.4%の向上、女子2.7%の向上）

(2) 中学校

市基準値との比較（平成30年度に市基準値を設定）

市基準値・・・平成25年度から平成29年度の市平均値を平均した値

- ・基準値を上回る数が全54項目中21項目（男子：8項目 女子：13項目）
- ・50m走、立ち幅跳びは、男女とも市基準値を上回る学年が多かった。上体起こし、持久走、20mシャトルランは全学年で市基準値を下回っている。

運動習慣アンケート〔1週間の総運動時間（週に3日以上 of 運動への従事の割合）〕

- ・男子75% 女子53%（対元年度比...男子4.8%の向上、女子3.5%の向上）

運動への意識アンケート〔保健体育の授業への好意度（「楽しい」の割合）〕

- ・男子56% 女子45%（対元年度比...男子3%の低下、女子0.1%の低下）

7 現在の取組と今後の方策

(1) 現在の取組

ステップアップサポーターを各学校に派遣し、体育の授業や体力向上に向けた指導助言等を行っている。

冬季における運動遊びの習慣化を図るために、平成24年度から全小学校を対象にクラス毎に8の字跳びの記録に挑戦する「わくわくチャレンジ長なわとびフェスタ」を開催している。

小学校では、体育授業の充実に資するため、実技を通して体育において基本的な学習指導のあり方について学ぶ機会として、平成29年度から「小学校体育実技研修会」を実施している。

小学校では、「スポーツ庁委託事業 学校における子供の体力向上課題対策プロジェクト」の結果検証をもとに、平成30年度から「小学校体育の授業づくり支援事業」として小学校24校にスポーツ指導者を派遣している。このことによって、スポーツ指導者による児童への指導を通して児童の体育学習への関心を高めるとともに、教師が学習指導の在り方を学び体育授業の充実向上を図ることにつなげている。

中学校では、学習指導要領改訂の趣旨を踏まえ、生徒の運動意欲を高める授業のあり方について学ぶ機会として「中学校体育実技指導者講習会」を実施している。

(2) 現在の取組についての課題及び今後の方策

体力・運動能力調査結果から、近年一番の課題として取組を行ってきた「長座体前屈(柔軟性)」は全体的に向上が見られた。昨年の休校期間中に「くまもっとまなびたいム」において大村詠一さんによるストレッチやリズム体操の放映、各学校からタブレットによる家でできる運動の紹介などが功を奏したと考えられる。

課題としては、小・中学校に共通して「全身持久力」の低下が挙げられる。コロナ禍において運動する機会・量の減少、運動する場所の制限が大きく影響している。このことから、感染対策を十分に講じながら一定時間有酸素運動を続けられるような運動(走る・なわとび)を体育・保健体育の時間に帯状で積極的に実施するほか、各校の実態に応じて休み時間等における取組の工夫を勧めていく。調査結果を踏まえ、各学校において実態に応じた「体力向上推進計画」を作成し、実践を推進していく。

小学校においては、体力・運動能力調査結果から、「ボール投げ(瞬発力・投能力・巧ち性)」「握力(筋力)」「50m走(走力)」の向上が課題として考えられる。体育の授業において「ゲーム・ボール運動」に加え、休み時間や放課後の時間を利用したボール遊びの推奨を行っていく。

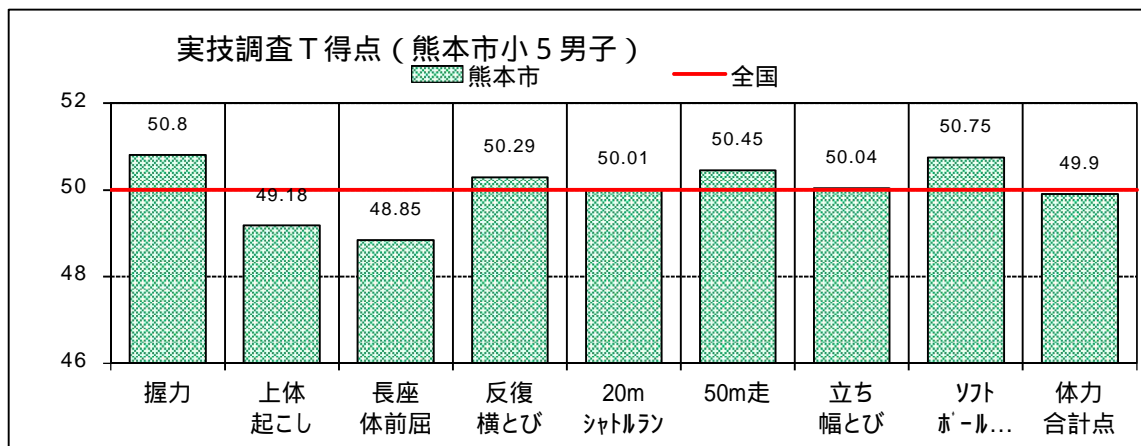
中学校においては、持久走(持久力)、上体起こし(筋持久力)が大きな課題となっている。保健体育の授業において走る運動の習慣化を図るとともに、運動することや持久力の必要性を考えさせ、課題意識を高めていく。

アンケート調査の結果から、小・中学校とも1週間の総運動時間(週に3日以上運動への従事の割合)の減少はあまりみられなかった。しかし、中学校においては、運動への意識(保健体育の授業が楽しいの割合)が若干減少していることから、保健体育の授業においてより一層運動の楽しさや喜びを味わわせ、進んで運動に親しむ意欲・態度を育成する取組を行っていく。

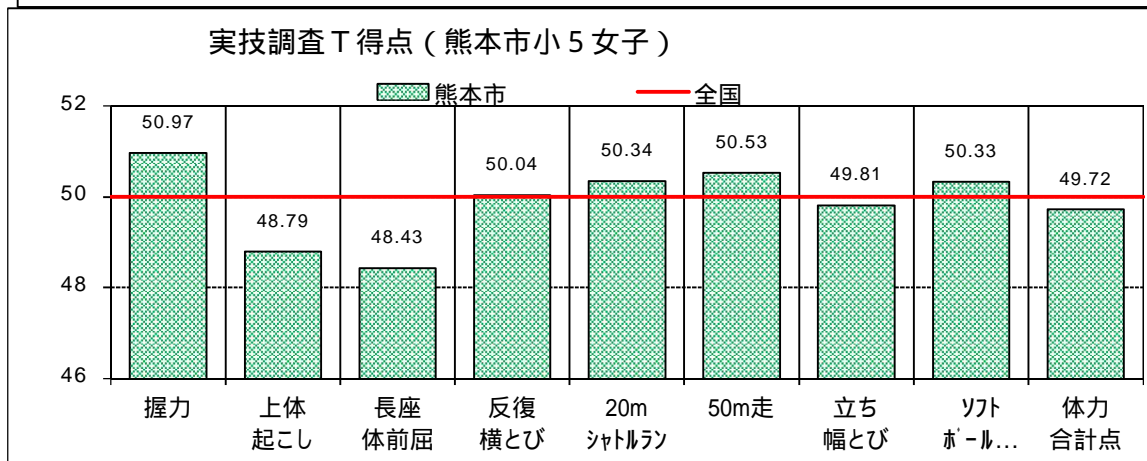
大学及び他都市との連携を進め、体育・保健体育の授業の充実についての先進事例を積極的に市立学校に提供する。そこで実践された検証結果をもとに、市教委主催事業及び研修会の改善を図っていく。

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（全国との比較：小5・中2）

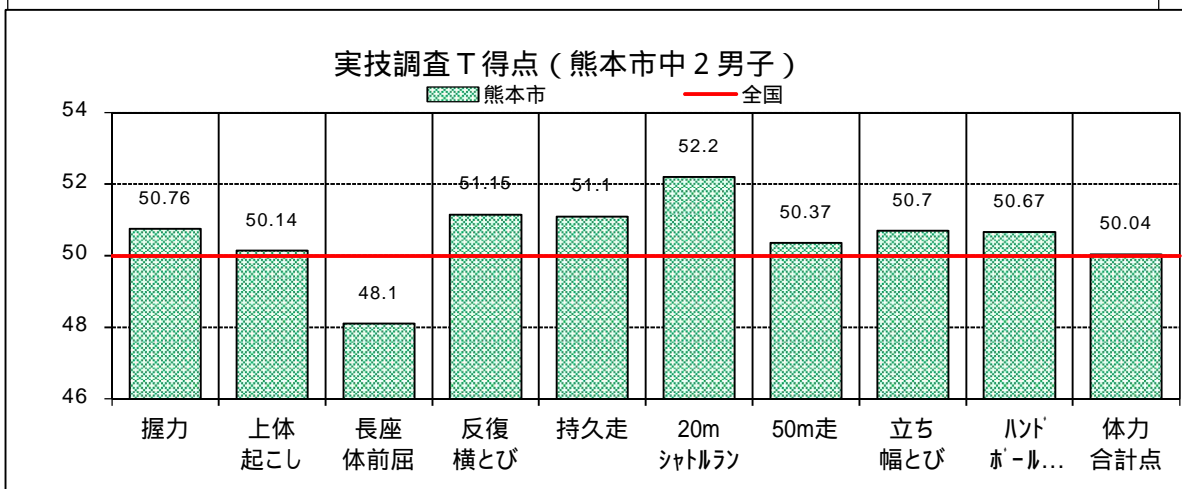
小5男子



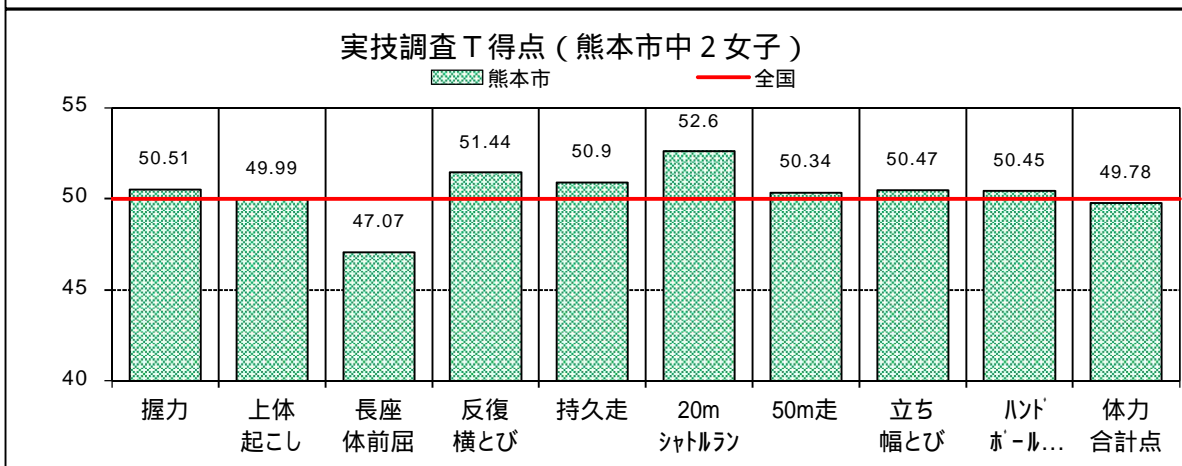
小5女子



中2男子



中2女子



平成30年度から令和3年度までの市平均値及び前年度との比較

前年度の平均値を上回った項目

令和3年度

令和元年度

平成30年度

小学校(64項目)			握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)		20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	向上した項目数
男子	3年	H30	12.27	15.09	28.10	33.60		33.73	10.30	135.62	14.80	5
		R1	12.72	14.83	28.64	33.11		32.26	10.26	135.13	14.84	4
		R3	12.12	14.81	28.77	33.09		32.51	10.29	134.40	13.90	2
	4年	H30	14.16	17.37	29.89	37.80		43.61	9.79	143.99	18.82	6
		R1	14.38	17.01	30.01	37.47		41.43	9.90	144.11	18.34	3
		R3	14.13	16.48	30.05	35.55		38.45	9.89	142.15	17.38	2
	5年	H30	16.45	19.35	32.18	42.41		52.58	9.36	153.22	23.02	6
		R1	16.88	19.26	32.02	42.01		51.29	9.43	152.58	22.26	1
		R3	16.23	18.42	32.55	40.59		46.87	9.41	151.67	21.21	2
	6年	H30	19.26	21.75	34.26	46.22		62.80	8.95	163.94	26.64	1
		R1	19.72	21.27	34.64	45.37		59.62	9.03	162.60	26.21	2
		R3	19.11	20.26	34.72	44.37		55.09	9.03	162.72	24.75	2
女子	3年	H30	11.70	14.18	30.65	31.77		26.53	10.59	126.51	9.10	5
		R1	12.02	13.96	31.40	31.59		25.16	10.57	126.28	9.14	4
		R3	11.56	14.24	31.76	32.08		25.69	10.58	125.63	9.09	4
	4年	H30	13.34	16.15	32.77	36.49		34.79	10.04	135.58	11.52	6
		R1	13.95	16.07	32.99	35.54		32.52	10.13	135.83	11.29	3
		R3	13.64	15.79	33.38	34.28		31.28	10.09	134.80	11.13	2
	5年	H30	16.04	18.16	36.12	40.92		42.70	9.59	145.49	14.12	5
		R1	16.62	18.30	35.61	40.60		42.33	9.57	145.97	14.02	5
		R3	16.21	17.44	36.43	38.74		38.62	9.63	145.04	13.53	1
	6年	H30	19.13	19.91	38.94	43.90		50.18	9.22	155.76	16.53	3
		R1	19.28	19.32	38.98	43.18		47.51	9.30	153.39	15.97	2
		R3	19.21	18.81	38.75	41.78		43.85	9.24	153.10	15.66	1
R3年度に向上した項目数			0	1	7	1		2	4	1	0	16

○小学校:令和3年度に令和元年度の平均値を上回った項目数 全体16/64(25.0%) 男子8/32(25.0%) 女子8/32(25.0%)

○特に向上がみられた種目:長座体前屈

○特に課題となる種目:握力、ボール投げ

中学校(54項目)			握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	向上した項目数
男子	1年	H30	23.69	24.49	37.36	49.29	421.31	75.44	8.58	179.36	18.44	6
		R1	23.63	23.50	36.16	47.98	435.00	67.88	8.70	173.90	18.21	0
		R3	24.22	23.27	36.79	48.33	435.00	67.65	8.57	180.94	17.89	5
	2年	H30	29.12	27.54	42.05	52.32	386.39	93.32	7.98	195.45	20.93	5
		R1	29.16	27.09	40.92	52.12	389.00	84.39	8.02	193.49	21.01	2
		R3	29.26	25.96	41.57	52.02	399.90	84.41	8.00	198.69	20.68	5
	3年	H30	33.78	30.00	46.47	55.88	370.92	104.82	7.58	210.63	23.27	6
		R1	34.15	29.22	44.73	55.27	372.00	94.05	7.63	207.32	23.41	2
		R3	33.64	28.08	44.68	55.60	382.00	95.22	7.63	210.97	22.90	3
女子	1年	H30	21.79	21.62	40.79	46.17	292.55	58.36	9.02	165.80	12.28	8
		R1	22.06	20.99	40.09	45.08	298.00	54.62	9.09	161.90	12.14	1
		R3	21.54	20.40	39.85	44.99	306.10	53.42	9.06	164.63	11.75	2
	2年	H30	23.56	23.48	43.53	47.41	285.29	66.21	8.80	169.81	13.33	5
		R1	24.19	23.76	42.88	47.42	284.00	59.34	8.78	169.22	13.06	4
		R3	23.76	22.35	43.22	47.27	294.80	58.73	8.84	170.11	13.17	3
	3年	H30	24.63	24.73	45.64	48.84	283.71	69.61	8.68	173.78	13.85	7
		R1	25.23	24.37	44.36	48.24	286.00	62.10	8.75	171.13	13.84	1
		R3	25.23	23.53	44.99	48.50	294.80	61.89	8.76	174.57	13.89	4
R3年度に向上した項目数			2	0	4	3	0	2	3	6	2	22

○中学校:令和3年度に令和元年度の平均値を上回った項目数 全体22/54(40.7%) 男子13/27(48.1%) 女子9/27(33.3%)

○特に向上がみられた種目:立ち幅跳び

○特に課題となる種目:上体起こし、持久走