

## 令和3年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査の結果

令和3年度、町内の小学校5年生（8校92人）と中学校2年生（4校86人）を対象に実施されました、「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」の結果についてお知らせします。

本調査結果からわかる、子どもたちの体力や運動習慣等の状況を把握し、令和4年度以降の体育・健康に関する指導の改善に役立ててまいります。

### 1 調査概要

(1) 実施日 令和3年4月～7月

(2) 調査実施人数 小学校5年生 92人 中学校2年生 86人

(3) 実施内容

#### ①体力に関する調査

##### 小学校実施種目

体力テスト種目	体力要素	測定
① 握力	筋力	左右握力の平均値.
② 上体起こし	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.
③ 長座体前屈	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④ 反復横とび	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤ 20mシャトルラン	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥ 50m走	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦ 立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧ ソフトボール投げ	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離.

##### 中学校実施種目

体力テスト種目	体力要素	測定
① 握力	筋力	左右握力の平均値.
② 上体起こし	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数.
③ 長座体前屈	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④ 反復横とび	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤-1 持久走	全身持久力・長距離走能力	男子1500m, 女子1000mの走行時間.
⑤-2 20mシャトルラン	全身持久力	20m走行の折り返し回数.
⑥ 50m走	疾走能力	50mの疾走時間.
⑦ 立ち幅とび	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧ ハンドボール投げ	巧緻性・投球能力	ハンドボール2号球を遠投した距離.

#### ②運動や運動習慣等に関する質問紙調査

- ・児童生徒に対する調査
- ・学校に対する調査

## 2 紀北町における特徴的な傾向

### (1) 体力に関する調査結果の分析

#### ①小学校男子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

- 筋力（握力）
- 敏捷性（反復横とび）
- 巧緻性・投球能力（ソフトボール投げ）

★弱み

- 柔軟性（長座体前屈）
- 筋パワー・筋持久力（上体起こし）
- 全身持久力（20mシャトルラン）
- 疾走能力（50m走）
- 筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

#### ②小学校女子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

- 筋力（握力）
- 敏捷性（反復横とび）
- 全身持久力（20mシャトルラン）
- 巧緻性・投球能力（ソフトボール投げ）

★弱み

- 柔軟性（長座体前屈）
- 筋パワー・筋持久力（上体起こし）
- 疾走能力（50m走）
- 筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

#### ③中学校男子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

- 筋力（握力）
- 俊敏性（反復横とび）
- 巧緻性・投球能力（ハンドボール投げ）

★弱み

- 筋パワー・筋持久力（上体起こし）
- 柔軟性（長座体前屈）
- 全身持久力（20mシャトルラン）
- 疾走能力（50m走）
- 筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび）

#### ④中学校女子

☆強み（全国平均を上回っているもの）

- |                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| ○筋力（握力）             | ○筋パワー・筋持久力（上体起こし） |
| ○敏捷性（反復横とび）         | ○全身持久力（20mシャトルラン） |
| ○疾走能力（50m走）         | ○筋パワー・跳躍能力（立ち幅とび） |
| ○巧緻性・投球能力（ハンドボール投げ） |                   |

★弱み

- 柔軟性（長座体前屈）

## （2）質問紙調査の結果から見た紀北町の子どもたちの傾向

### ①小学校

○「運動やスポーツが好き・やや好き」と答えた小学生は、男子では 86.8%（全国平均 91.0%）、女子では 90.3%（全国平均 83.7%）で、運動やスポーツが好きと肯定的にとらえている児童の割合は、男子は全国平均より低く、女子は全国平均より高い。

○学校の体育以外での運動やスポーツについて、「1 週間の総運動時間(月～日)」は、男子の平均値が 444 分（全国平均 520 分）、女子の平均値が 420 分（全国平均 332 分）で、男子は全国平均値を下回り、女子は全国平均値を上回っている。

○「1日（平日）にテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見る時間」で、4時間以上と答えた小学生は、男子では 32.1%（全国平均 26.3 %）、女子では 24.4%（全国平均 20.6%）で、全国平均より高い。

○「新型コロナウイルス感染症の影響前より運動やスポーツをする時間」が減ったと答えた小学生は、男子では 41.5%（全国平均 41.5%）、女子では 24.4%（全国平均 39.0%）で、男子は全国平均と同値で、女子は全国平均より低い。

## ②中学校

- 「運動やスポーツが好き・やや好き」と答えた中学生は、男子では 80.2%（全国平均 87.5%）、女子では 86.3%（全国平均 75.5%）で、運動やスポーツが好きと肯定的にとらえている生徒の割合は、男子は全国平均より低く、女子は全国平均より高い。
  
- 学校の体育以外での運動やスポーツについて「1 週間の総運動時間(月～日)」では男子の平均値が 550 分（全国平均 666 分）、女子の平均値が 560 分（全国平均 656 分）で、全国平均値を下回っている。
  
- 「1日（平日）にテレビやDVD，ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見る時間」で、4時間以上と答えた中学生は、男子では 36.0%（全国平均 25.2 %）、女子では 20.5%（全国平均 23.9%）で、男子は全国平均より高く、女子は全国平均より低い。
  
- 「新型コロナウイルス感染症の影響前より運動やスポーツをする時間」が減ったと答えた中学生は、男子では 51.0%（全国平均 40.4%）、女子では 36.4%（全国平均 41.2%）で、男子は全国平均より高く、女子は全国平均を下回っている。

## 3 紀北町教育委員会及び学校における今後の取組

### （1）体カテストの継続実施

- 全小中学校で全児童生徒に「体カテスト」を実施します。
- 体カテストの結果の個人記録カードを活用し、児童生徒それぞれに応じたためあてを持たせることで、運動に対する関心・意欲を高めていきます。

## (2) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の活用

- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果分析を活用して、自校の強み・弱みを把握し、授業改善に役立てていきます。

## (3) 運動機会の拡充

- 「1学校1運動」の取組を推進します。

## (4) 研修の充実

- 元気アップ研修会に参加し、授業の工夫や改善による魅力ある授業づくりを進めます。
- 各校の要請に基づき、体力向上アドバイザーや指導主事等を派遣して校内研修の指導・支援を図ります。

## (5) 家庭・地域との連携

- 規則正しい生活習慣づくりや体力づくりの推進に取り組むと共に、生涯にわたってスポーツに親しむ子どもを家庭・地域と連携しながら育てていきます。