

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

調査対象 小学第5学年、中学第2学年の児童生徒
 調査時期 令和3年4月～7月
 調査校数、児童生徒数 市立小学校6校 476人、市立中学校3校 497人

【体力・運動能力調査の結果】総合T得点（全国を50とする）全国、大阪府、前回との比較
 ※T得点とは全国を50点とし、それと比べたときの得点。50点より点が高いと、全国を上回ったことになります。

小学校5年T得点		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	体力合計点
男子	R3府	49.6	49.4	49.7	47.9	48.6	50.4	49.8	49.2	49.0
	R3市	47.4	47.5	46.6	↑ 47.4	↑ 46.9	↑ 49.8	◎↑ 51.4	◎↑ 50.0	47.3
	R1市	49.9	47.7	47.6	46.2	49.3	49.3	49.0	49.4	47.5
女子	R3府	49.5	49.1	49.5	47.4	48.2	49.9	49.3	48.6	48.5
	R3市	49.1	↑ 48.3	46.6	◎↑ 48.7	47.9	◎↑ 51.9	◎↑ 51.7	◎↑ 50.0	↑ 48.8
	R1市	50.9	45.3	49.0	44.4	48.5	48.3	48.6	47.4	46.6

中学校2年T得点		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	体力合計点
男子	R3府	48.6	50.0	48.4	49.1	49.8	49.4	48.4	48.7	48.8
	R3市	◎↑ 49.8	48.7	◎↑ 52.1	↑ 48.7	49.1	◎↑ 50.5	48.3	◎↑ 50.4	48.3
	R1市	49.3	52.1	48.4	47.2	53.1	48.5	48.7	47.7	49.2
女子	R3府	48.5	49.8	49.0	49.3	49.9	48.8	48.4	48.4	48.6
	R3市	◎ 50.0	49.1	◎↑ 51.2	↑ 49.1	49.1	◎↑ 49.5	◎↑ 49.5	48.4	◎↑ 49.8
	R1市	51.9	51.3	48.9	46.6	52.8	48.5	46.5	48.6	49.2

◎：全国（50.0）を上回っている ○：R3大阪府を上回った ↑：前回（R1市）よりも記録が改善

◆**体力合計点**は小中学校ともに全国を下回り、また、大阪府と比べても、中学校女子以外が下回りました。

◇**全国を上回った種目**は、小学校では50m走（女子）、立ち幅とび（男女）、中学校では長座体前屈（男女）、50m走（男子）、ソフトボール投げ（男子）です。

◇**大阪府を上回った種目**は、小学校では反復横とび（女子）、50m走（女子）、立ち幅とび（男女）、ソフトボール投げ（男女）、中学校では握力（男女）、長座体前屈（男女）、50m走（男女）、立ち幅とび（女子）、ソフトボール投げ（男子）です。

◇**前回から改善のあった種目**は、小学校では上体起こし（女子）、反復横とび（男女）、シャトルラン（男子）、50m走（男女）、立ち幅とび（男女）、ソフトボール投げ（男女）、中学校では握力（男子）、長座体前屈（男女）、反復横とび（男女）、50m走（男女）、立ち幅とび（女子）、ソフトボール投げ（男子）です。

◇**前回から改善のあった種目の内、全国を上回った種目**は、小学校では50m走（女子）、立ち幅とび（男女）、中学校では長座体前屈（男女）、50m走（男子）、ソフトボール投げ（男子）です。

【運動習慣等調査（運動習慣、生活習慣等に関するもの）の結果】

◇「**体育の授業が楽しい**」「**やや楽しい**」と回答した割合は、小学校では男女ともに全国と大阪府を上回りました。中学校では男女とも全国とほぼ同じ割合で、大阪府を上回りました。

◇「**保健体育の授業以外での運動時間**」は、小学校は男女ともに全国を上回りました。中学校では、男子は全国とほぼ同じ、女子は全国を下回る傾向がありました。

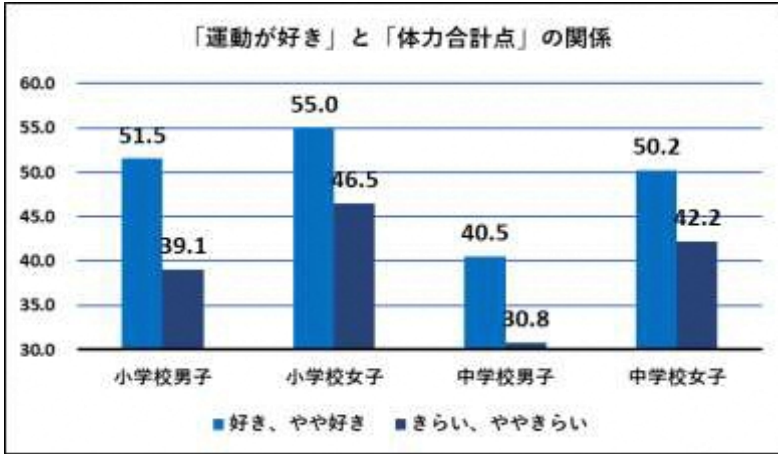
◆**新型コロナウイルス感染症の影響前と現在**とを比較して、「**運動時間が減った**」と回答した割合は、小・中学校のどちらも、男女ともに全国、大阪府を大きく上回りました。

◆「**平日、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどを見る時間**」が5時間以上と回答した割合は、小・中学校のどちらも、男女ともに全国上回りました。特に、男子が小中学校ともに全国と大阪府を大きく上回りました。

◆**朝食摂取**について、「**毎日食べる**」と回答した割合は、小・中学校のどちらも、男女ともに全国を下回りました。また、「**食べない**」と回答した割合は、小・中学校とも、男子は全国を上回り、女子は全国を下回りました。

【児童・生徒へのアンケート（生活習慣、意識調査）と体力合計点との関連】

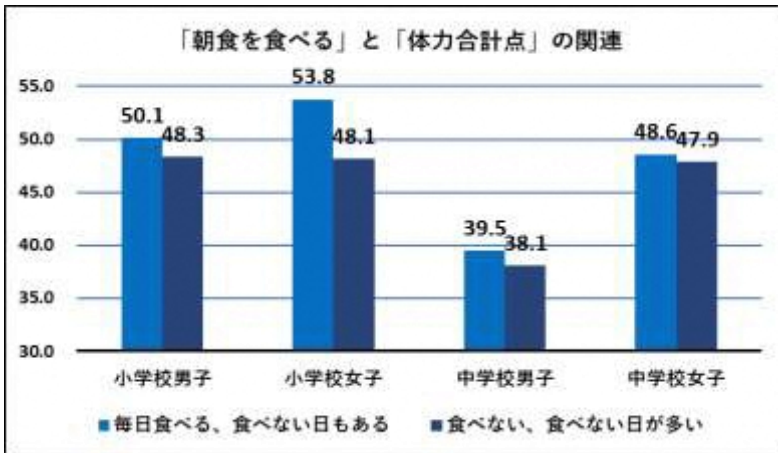
①「運動好き」な子どもほど体力合計点が高い



「運動が好き」と「体力合計点」との関連
 運動が好きな子どもは、嫌いな子どもより体を動かす経験が多くなり、その結果として運動能力が向上すると考えます。授業や遊びを通じて、体を動かすことが楽しいと思える機会を作り、体力向上につなげることが大切です。

運動が好きな子どもと嫌いな子どもの体力合計点の差
 小5男子 12.4 ポイント
 小5女子 8.5 ポイント
 中2男子 9.7 ポイント
 中2女子 8.0 ポイント

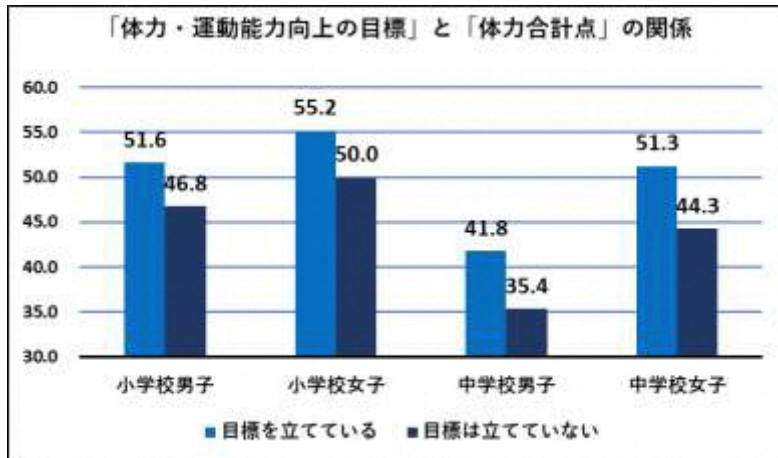
②朝ごはんをきちんと食べている子どもほど体力合計点が高い



「朝食を食べる」と「体力合計点」との関連
 学校では、健康が学力、体力に影響することから、規則正しい生活習慣を身につけるように指導しています。また、携帯電話等の使い過ぎが生活習慣に悪影響を及ぼす可能性があることから、使用方法の指導も保護者と連携し取り組んでいます。

朝食をきちんと摂取できている子どもは、早寝早起きの習慣もついていることが多いと思われます。今後も「早寝早起き朝ごはん」について声掛けを行っていきます。

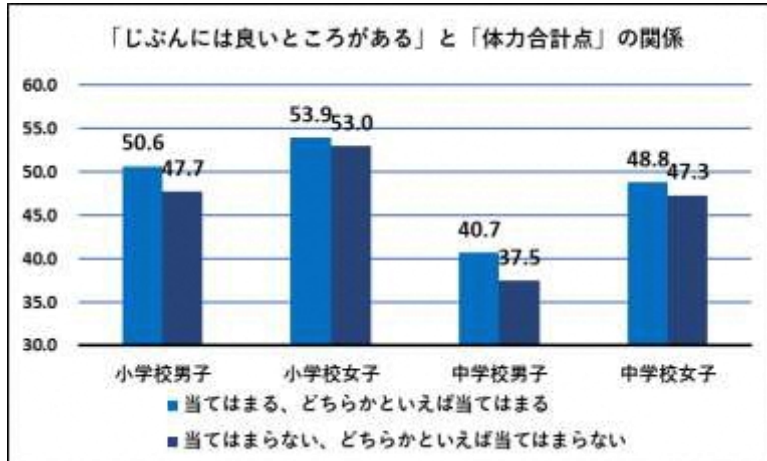
③目標を立てて運動に取り組んでいる子どもほど体力合計点が高い



「体力・運動能力向上の目標」と「体力合計点」との関連

学力と同様に、体力向上も目標を持つことが大切です。何気なく練習するのではなく、自分の能力を把握し、目標を立てて練習すれば意欲が湧き、練習も継続できます。体育科の授業においても「めあてを示して授業を行う」ことで、主体的に運動を行えるように工夫していきます。

④自己肯定感の高い子どもは体力合計点が高い



「自分には良いところがある」と「体力合計点」との関連

運動能力は楽しみながら身につける場合がありますが、苦手な運動になると、成功体験のない子どもはすぐにあきらめてしまいます。自己肯定感の高い子どもは粘り強く取り組み、そのことが体力向上に繋がると考えます。成功体験を持っている子どもは、何事にも継続して取り組むことができます。

各小中学校は、児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、体育・健康に関する指導などの改善に役立っています。

