

令和3年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査

釧路市児童生徒の傾向（概要）

文部科学省（スポーツ庁）では、令和3年12月24日（金）に、今年度実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を公表しました。

この調査において、子供たちの体力・運動能力については、全国的に下降しており、釧路市においても同様の傾向がみられます。小学校においては、全国平均と比べて高い結果となっています。

また、体格の調査では、肥満傾向の子供の割合が全国平均と比べてやや高い結果となっています。

目 次

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施要領	2
1. 小学校第5学年 実技に関する調査結果	3
2. 小学校第5学年 児童に対する調査—体格と肥満度の状況	3
3. 小学校第5学年 児童質問紙調査	
(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか	4
(2) 中学進学後、授業以外でも運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか	5
(3) 1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか	5
(4) 体育の授業は楽しいですか	6
(5) 学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか	7
4. 小学校第5学年 学校質問紙調査	
(1) 体育の授業以外で、体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。	8
(2) 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか	8
(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動を取り入れていますか	8
5. 中学校第2学年 実技に関する調査結果	9
6. 中学校第2学年 生徒に対する調査—体格と肥満度の状況	9
7. 中学校第2学年 生徒質問紙調査	
(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか	10
(2) 中学卒業後、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか	11
(3) 1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか	11
(4) 保健体育の授業は楽しいですか	12
(5) 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか	13
8. 中学校第2学年 学校質問紙調査	
(1) 体育の授業以外で、体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。	14
(2) 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか	14
(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか	14
9. 全国体力・運動能力実技に関する釧路市の平均値の経年数値	15
10. 児童生徒質問紙 体格に関する釧路市の平均値の経年数値	15
11. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のまとめ	16

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実施要領

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・健康に関する指導などの改善に役立てる。

2. 調査の対象とする児童生徒

- ・小学校、義務教育学校前期課程第5学年全員 ・中学校、義務教育学校後期課程第2学年全員

3. 調査事項

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（以下、「実技調査」という。測定方法は新体力テストと同様。）

(ア) 小学校調査では、以下の種目を実施する。

(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

(イ) 中学校調査では、以下の種目を実施する。

(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シャトルランから選択)

イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査（以下「児童生徒質問紙調査」という。）

(2) 学校に対する質問紙調査

子供の体力向上に係る取組等に関する質問紙調査（以下「学校質問紙調査」という。）

4. 調査期間

2021年4月～2021年7月

5. 今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の調査参加校ならびに参加者数

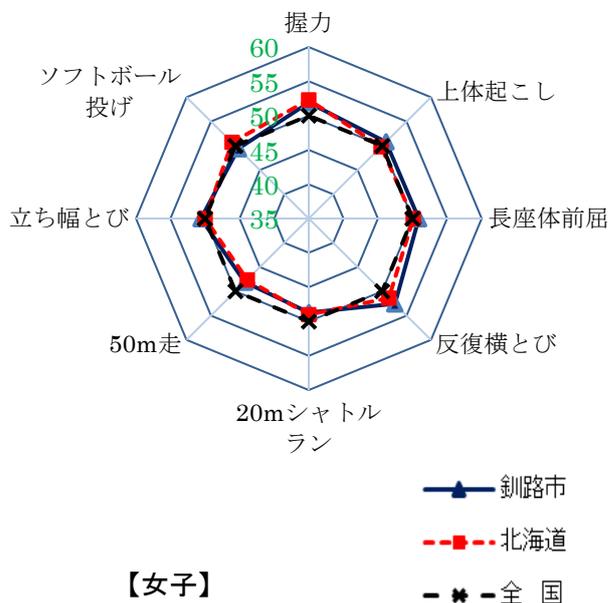
区 分	調査校(小学校)		調査校(中学校)	
	児童数	学校数	生徒数	学校数
釧路市	1,162 人	26 校	1,237 人	15 校
北海道	38,872 人	990 校	36,308 人	599 校
全 国	1,032,357 人	19,725 校	977,456 人	10,575 校

6. 調査結果に関する注意事項

- (1) 報告書に掲載している数値は、元の数値を四捨五入して示している。
- (2) 集計結果における百分率は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までで示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある。（複数回答を除く）

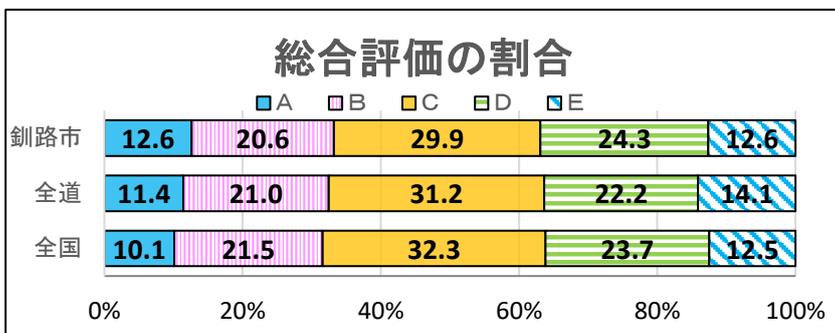
1. 小学校第5学年 実技に関する調査結果

※全国を50とした時の偏差値（T得点）をレーダーチャートで表示
【男子】

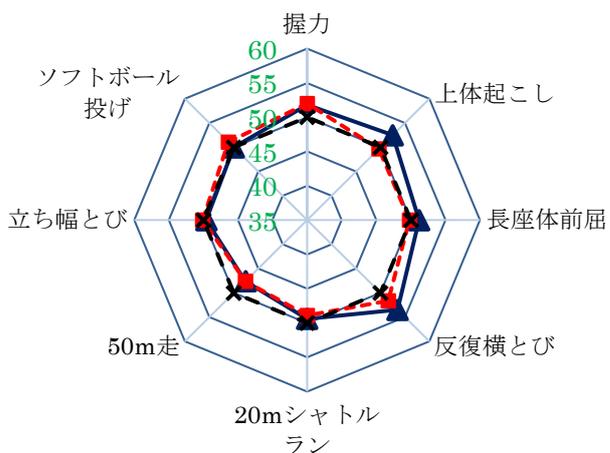


（網掛けは、全国平均を超えている種目）

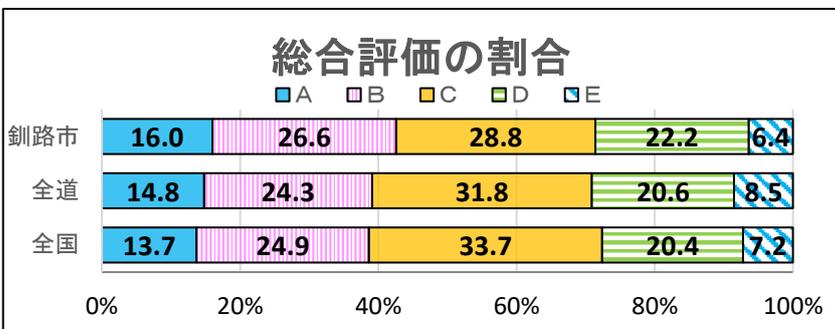
	種目別平均								体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	
釧路市	16.97	19.40	34.26	42.49	44.08	9.66	152.81	20.05	52.78
北海道	17.11	18.75	33.52	41.56	44.71	9.71	151.48	21.15	52.51
全国	16.22	18.90	33.48	40.35	46.83	9.45	151.41	20.58	52.52



【女子】



	種目別平均								体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	
釧路市	16.80	19.38	38.98	41.33	37.11	9.85	144.33	13.30	55.27
北海道	16.87	17.93	37.75	39.94	36.38	9.85	145.35	13.80	54.56
全国	16.09	18.08	37.90	38.72	38.15	9.64	145.18	13.30	54.64



2. 小学校第5学年 児童に対する調査—体格と肥満度の状況

【男子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
釧路市	139.36	36.74	20.8%	77.3%	1.8%
北海道	139.73	36.70	19.6%	78.6%	1.9%
全国	139.29	35.08	13.1%	84.5%	2.4%

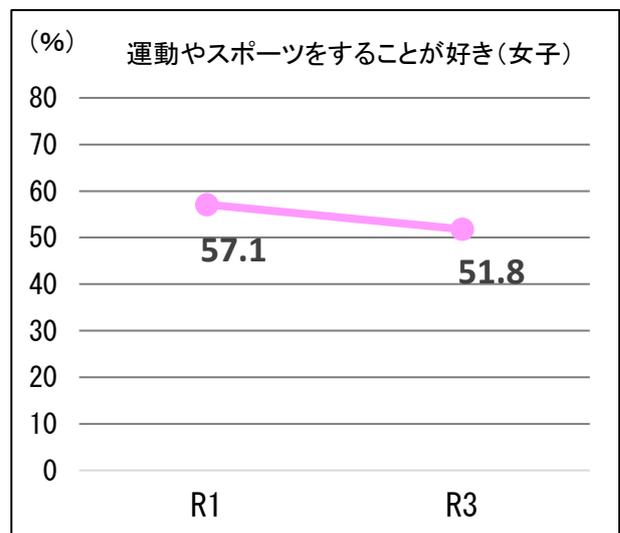
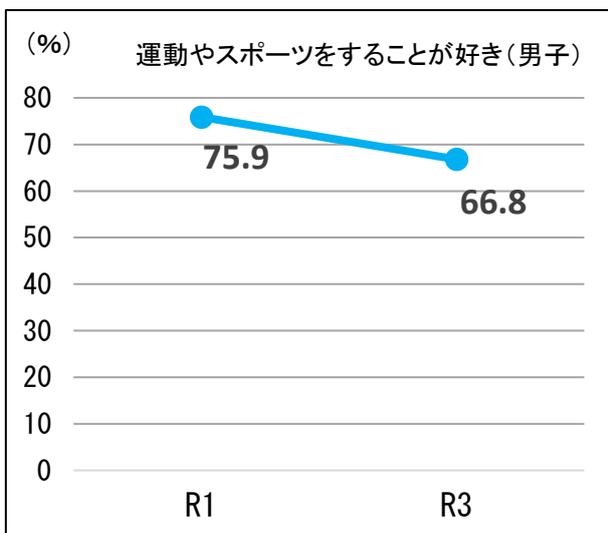
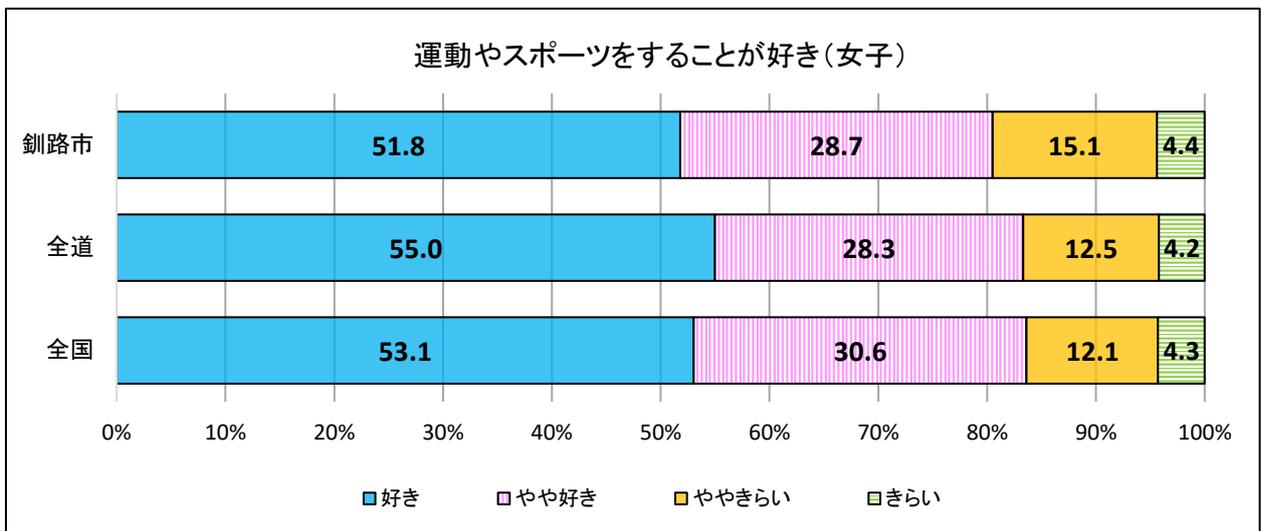
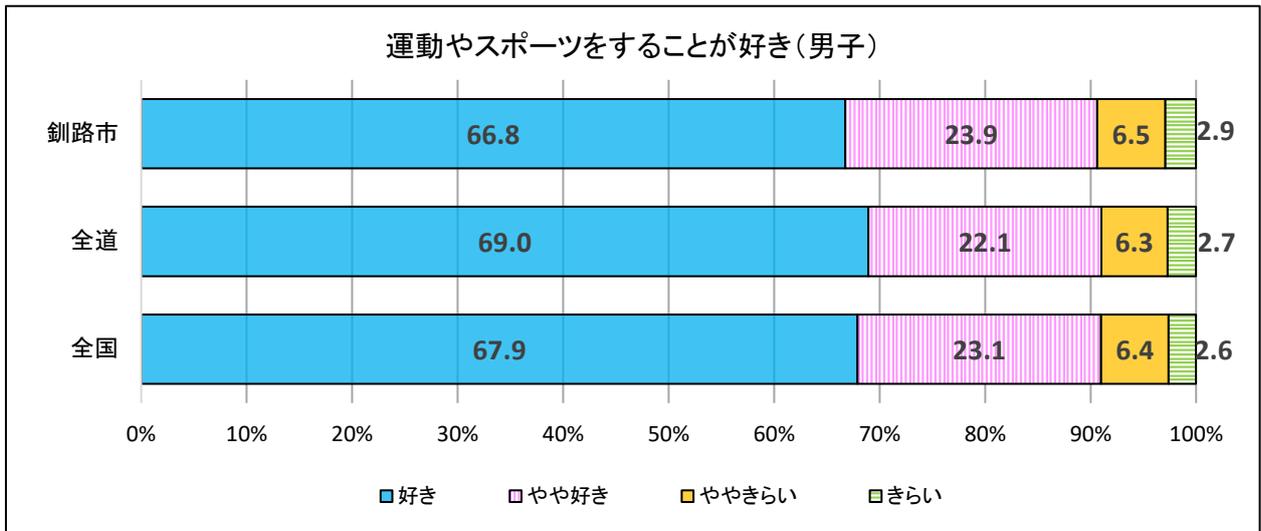
【女子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
釧路市	141.31	36.34	16.1%	81.3%	2.6%
北海道	141.44	36.05	12.9%	84.7%	2.4%
全国	140.90	34.90	8.9%	88.7%	2.5%

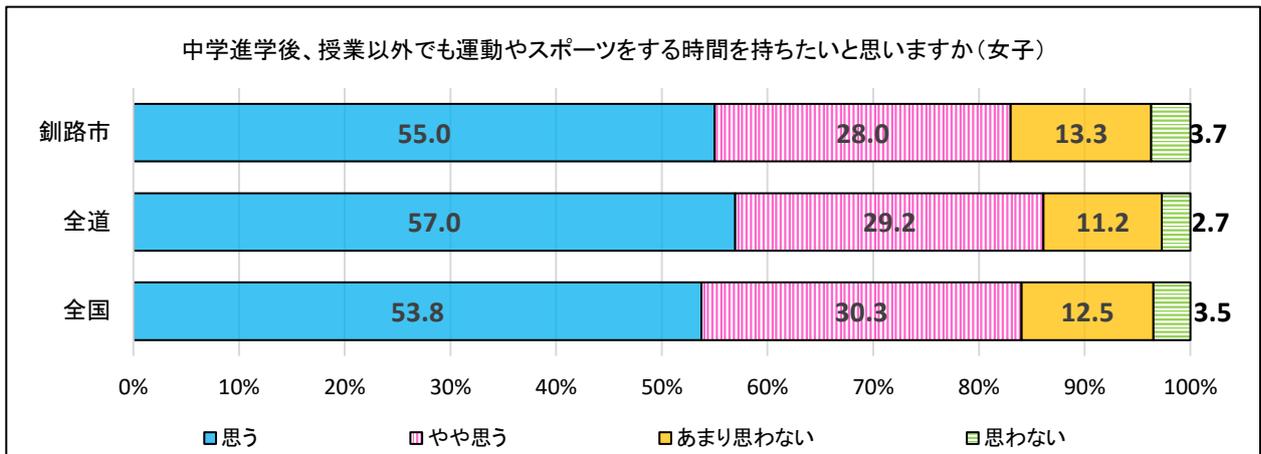
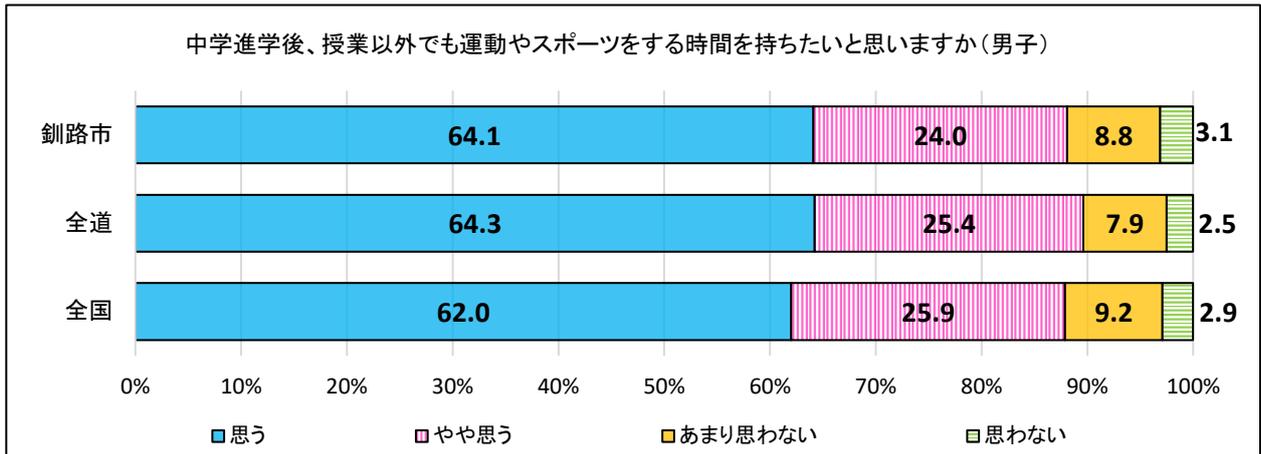
3. 小学校第5学年 児童質問紙調査

○児童質問紙の質問項目の中から、釧路市の児童の傾向があらわれているものを取り上げた。

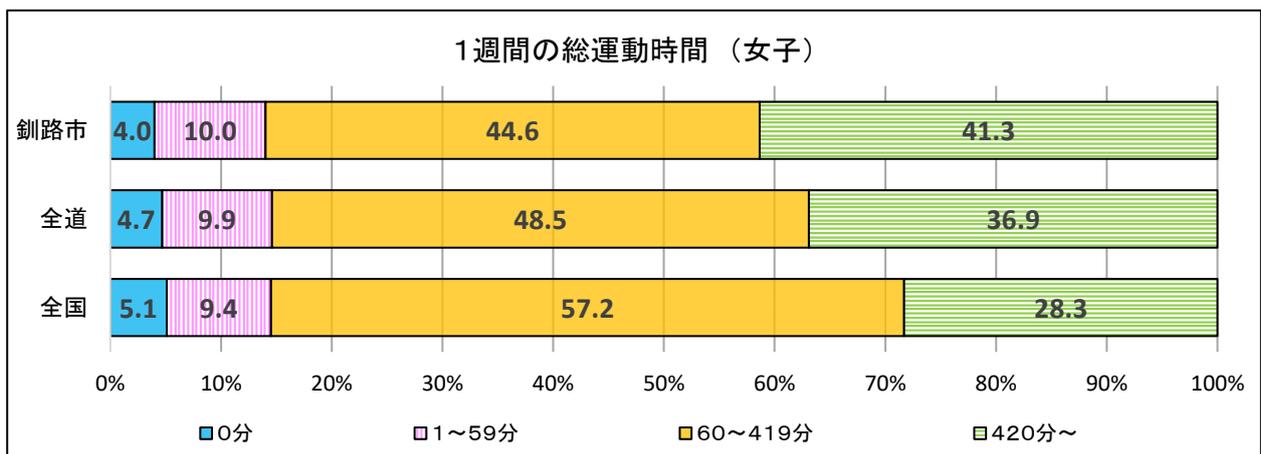
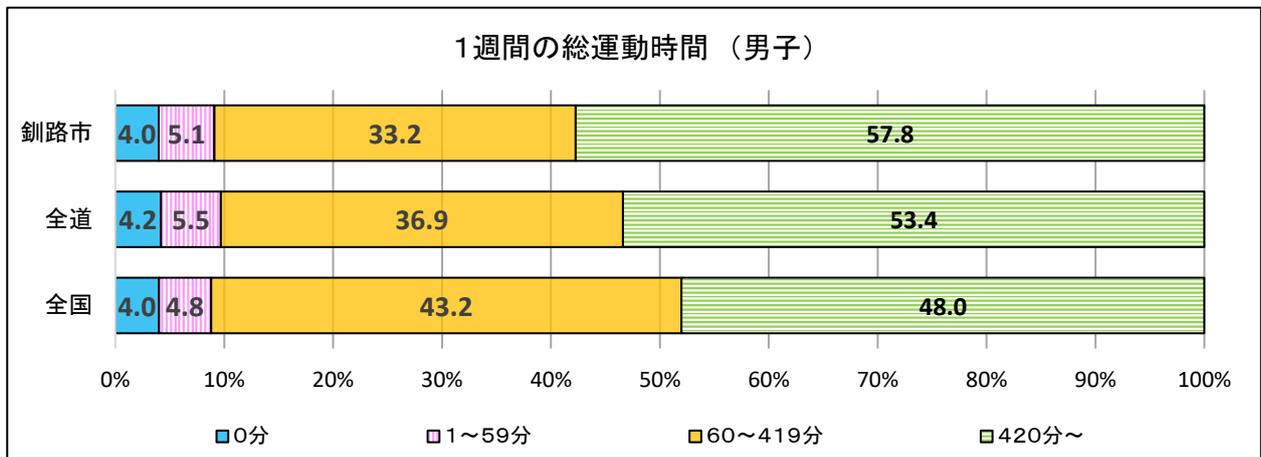
(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。



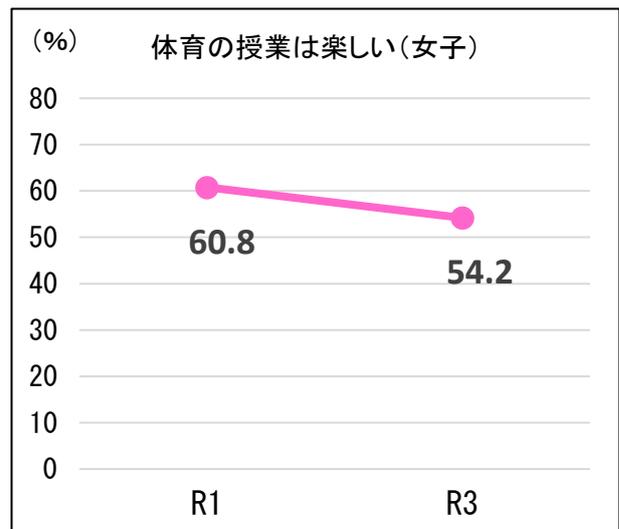
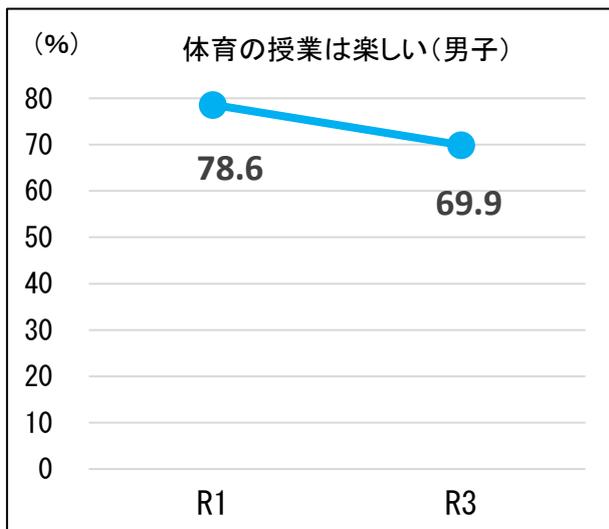
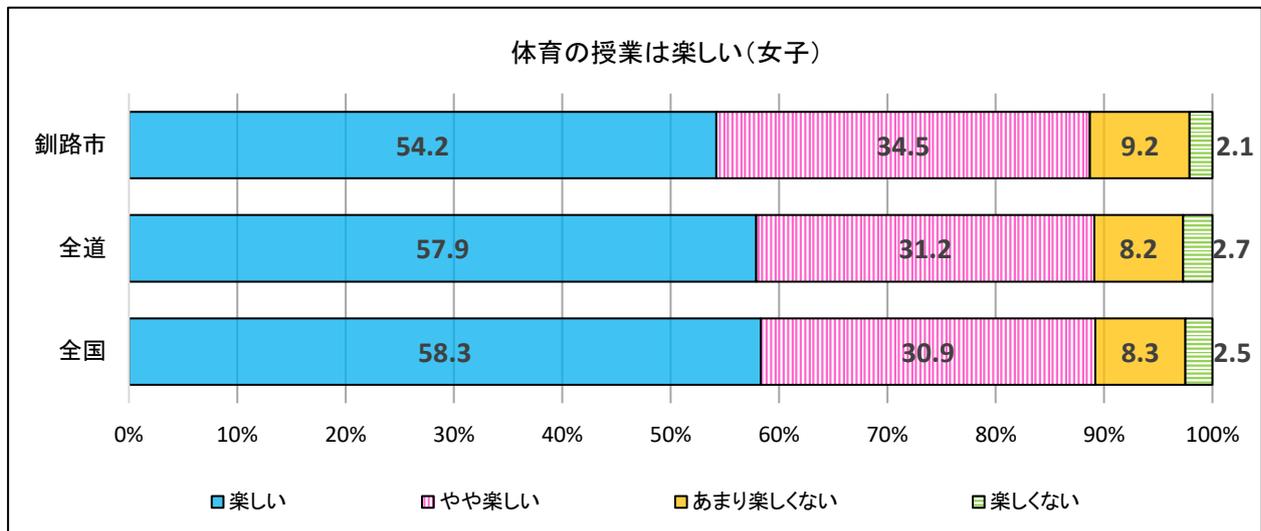
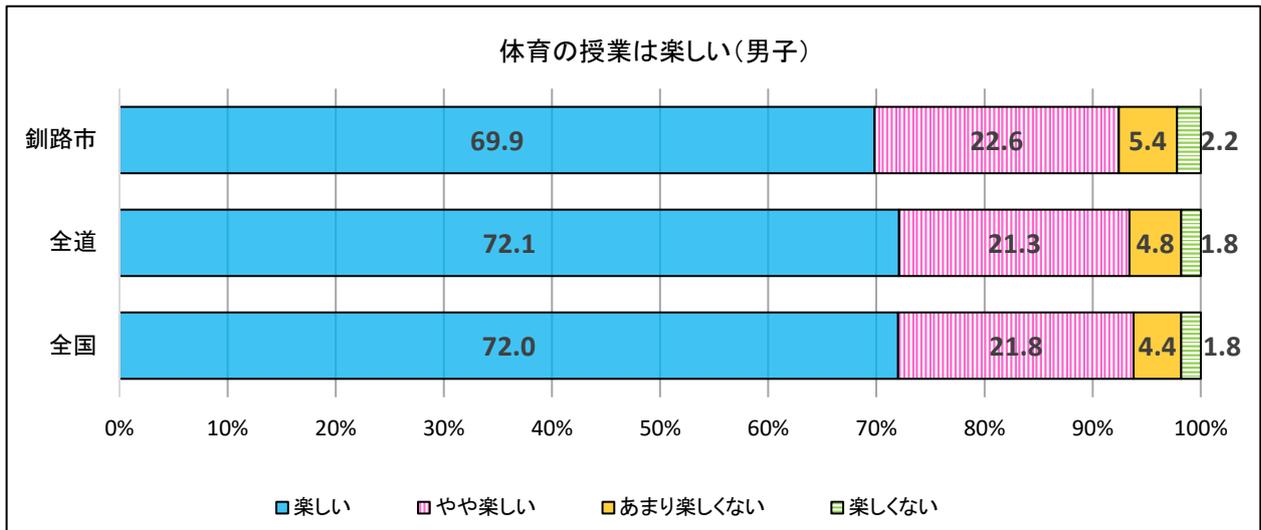
(2) 中学進学後、授業以外でも運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



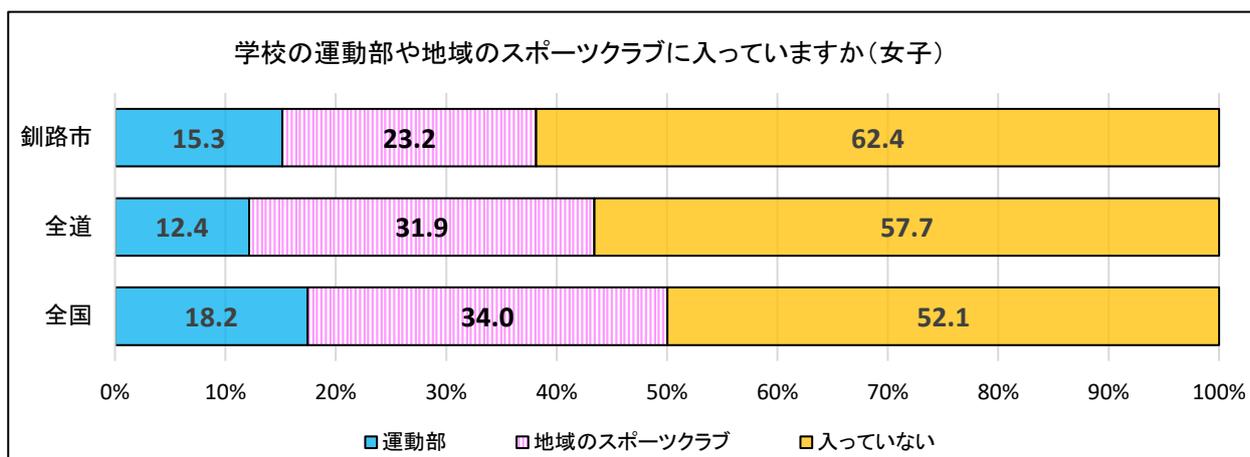
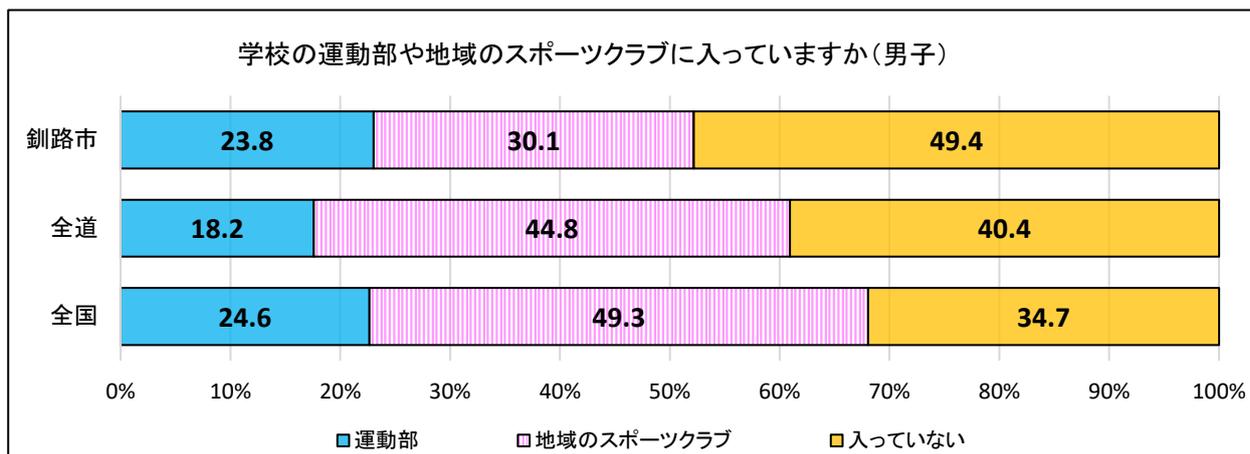
(3) 1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか。



(4) 体育の授業は楽しいですか。



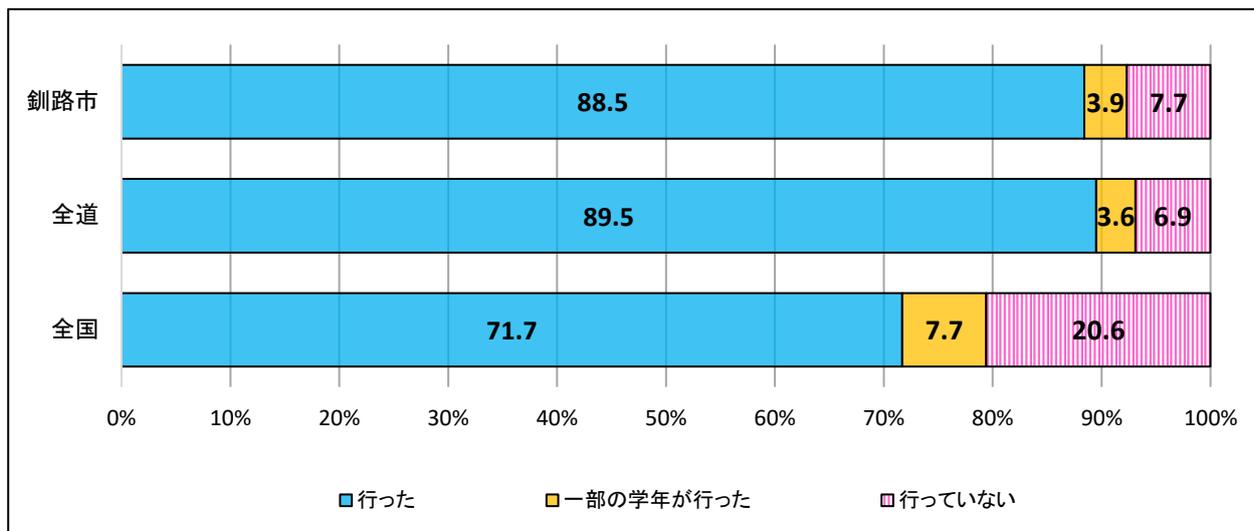
(5) 学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っていますか。



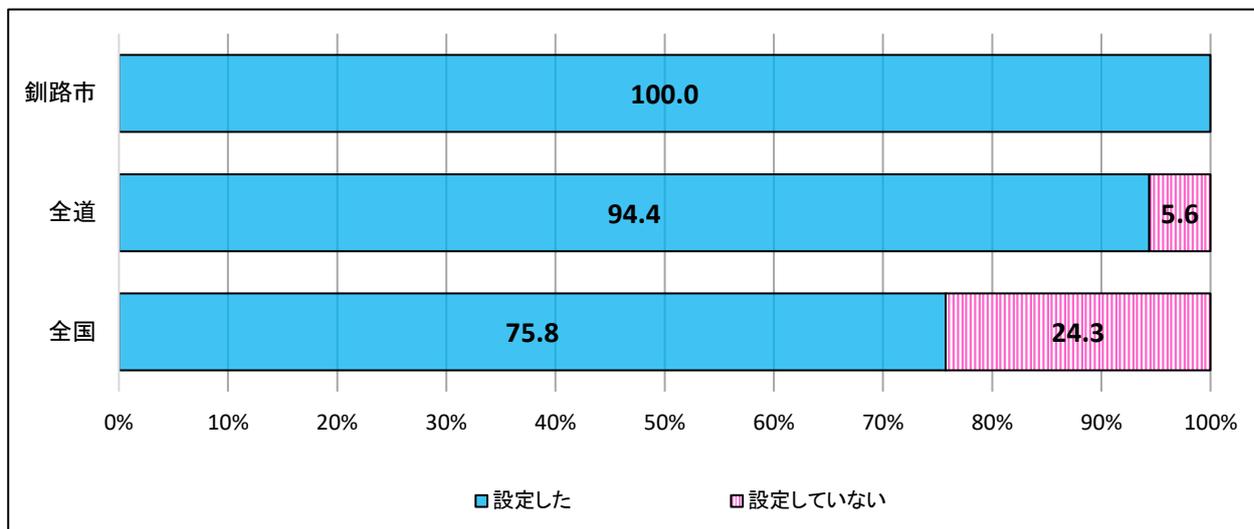
4. 小学校 学校質問紙調査

○学校の体力向上に関する取組の質問項目の中で、釧路市の状況があらわれているものを取り上げた。

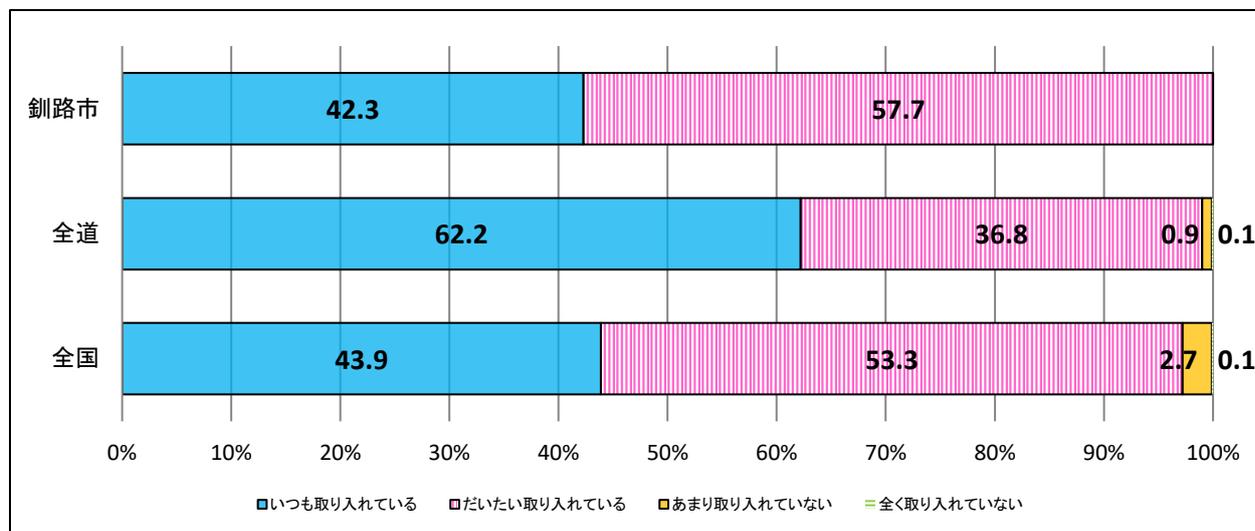
(1) 体育の授業以外で、体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



(2) 児童の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動を取り入れていますか。

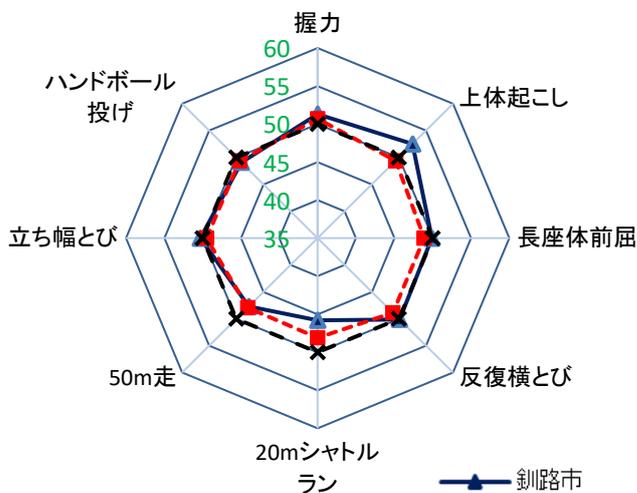


5. 中学校第2学年 実技に関する調査結果

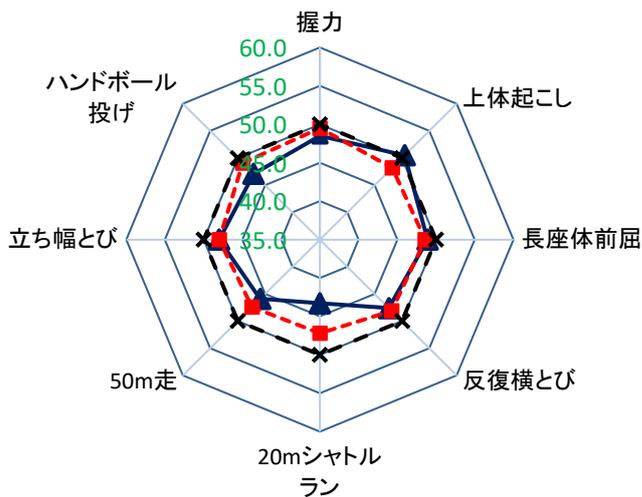
(網掛けは、全国平均を超えている種目)

※全国を50とした時の偏差値（T得点）をレーダーチャートで表示

【男子】

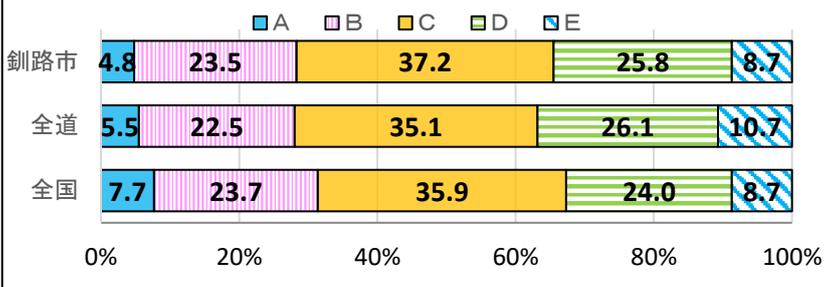


【女子】



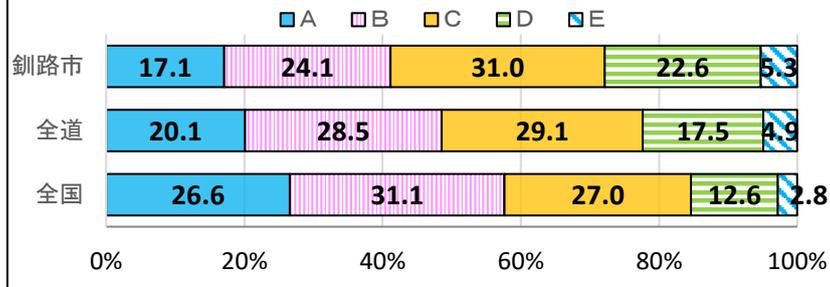
	種目別平均									体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (m)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	
釧路市	29.74	27.54	43.52	51.24	427.59	69.21	8.23	197.33	19.80	40.44
北海道	29.31	25.61	42.50	50.24	426.12	75.14	8.21	194.85	19.94	40.01
全国	28.80	25.99	43.67	51.19	406.38	79.88	8.01	196.36	20.31	41.18

総合評価の割合



	種目別平均									体力合計点
	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (m)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	
釧路市	22.72	22.63	45.04	44.54	327.82	40.90	9.21	163.09	11.49	44.06
北海道	23.19	21.25	44.77	44.93	313.41	48.73	9.09	163.10	12.34	45.82
全国	23.43	22.32	46.20	46.25	297.62	54.24	8.88	168.15	12.72	48.56

総合評価の割合



6. 中学校第2学年 生徒に対する調査—体格と肥満度の状況

【男子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
釧路市	161.44	51.73	14.8	82.5	2.7
北海道	161.54	51.36	13.3	83.7	3.0
全国	160.62	49.70	10.0	87.0	3.0

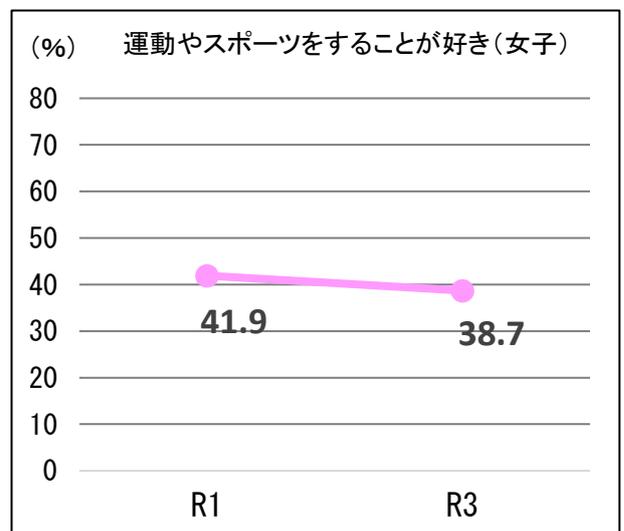
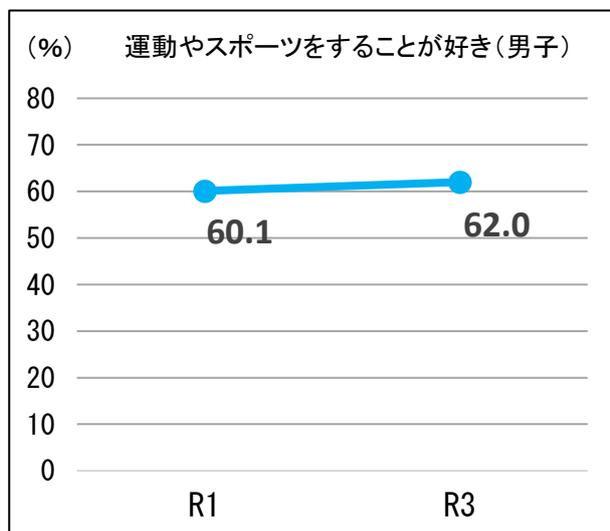
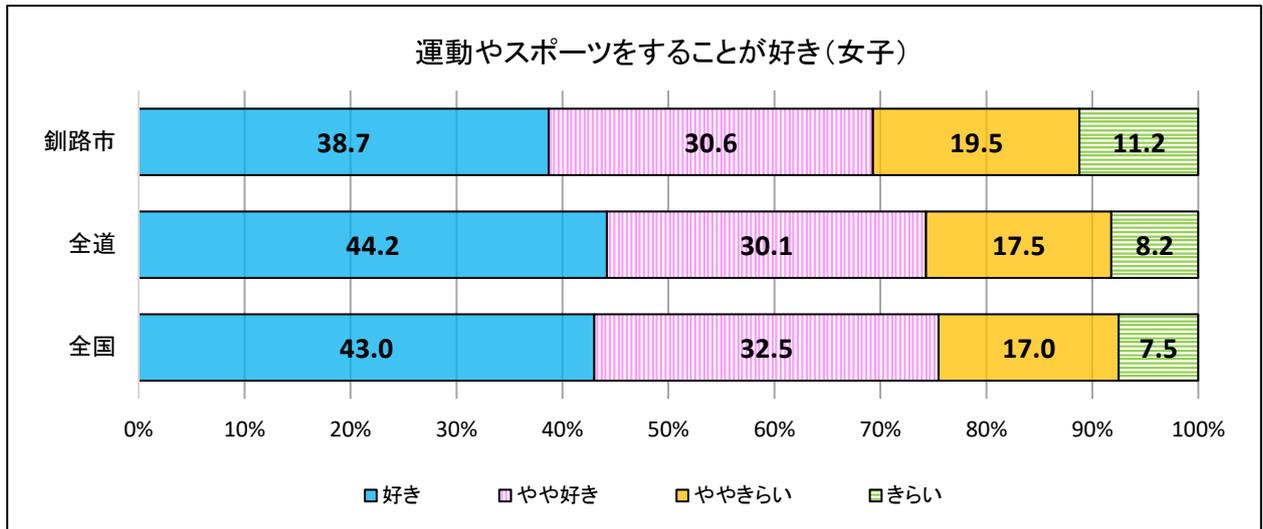
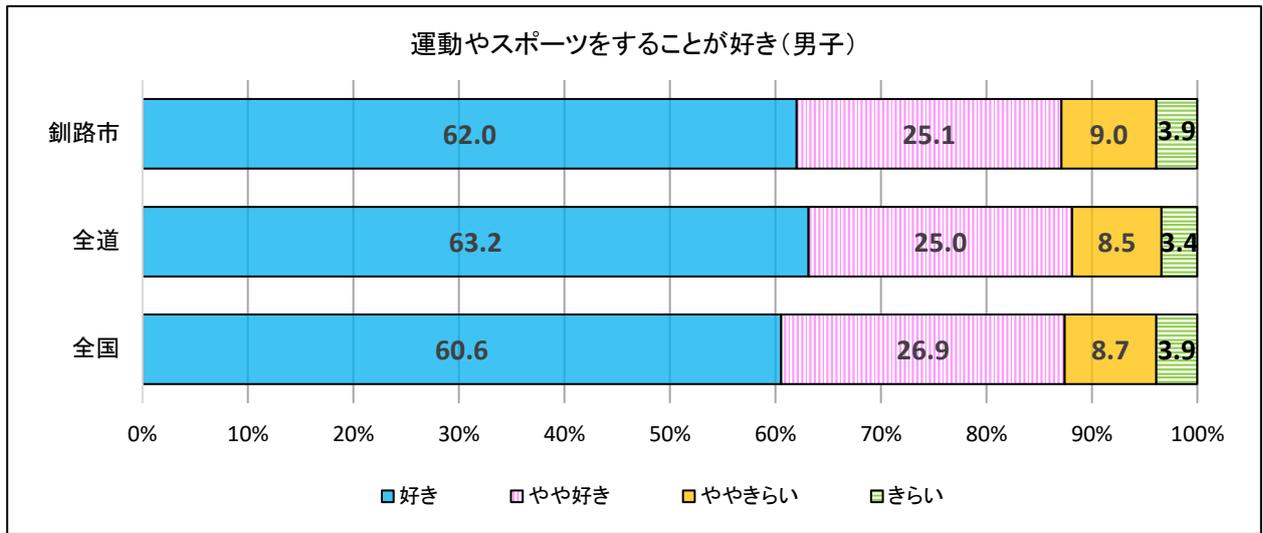
【女子】

	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
釧路市	154.82	47.16	8.1	88.7	3.2
北海道	155.10	47.63	8.8	88.1	3.1
全国	154.90	47.01	7.1	89.3	3.5

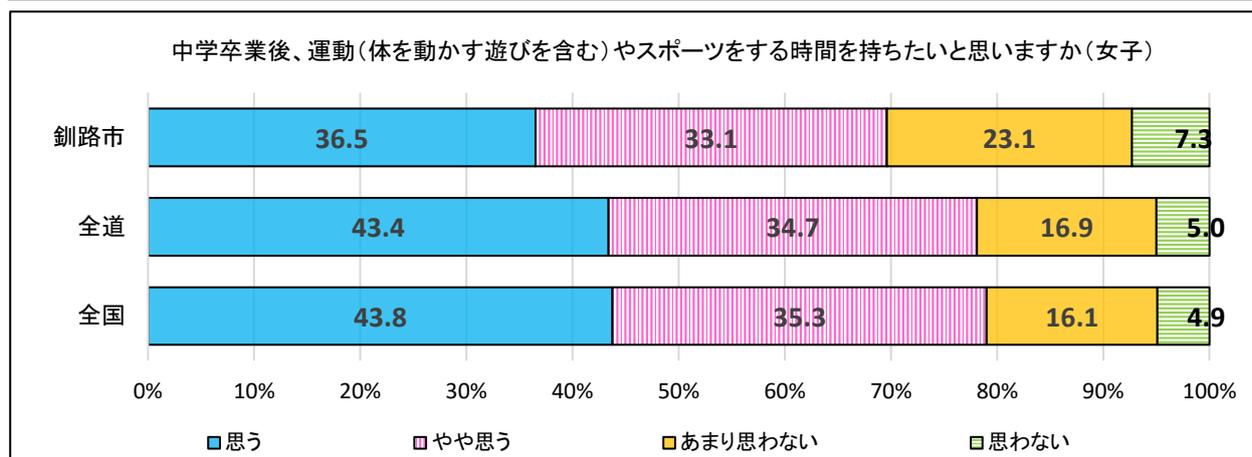
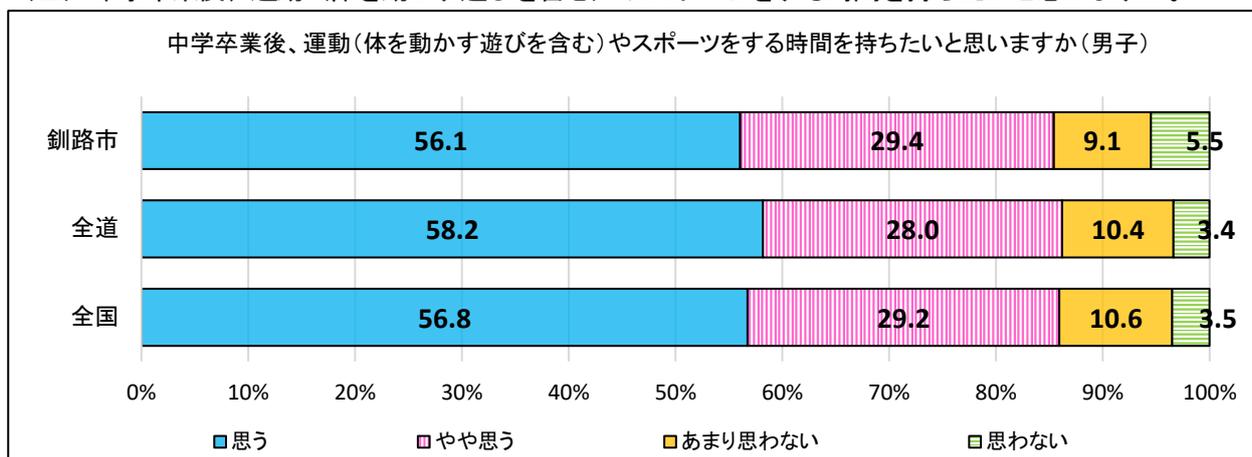
7. 中学校第2学年 生徒質問紙調査

○生徒質問紙の質問項目の中から、釧路市の子供の傾向があらわれているものを取り上げた。

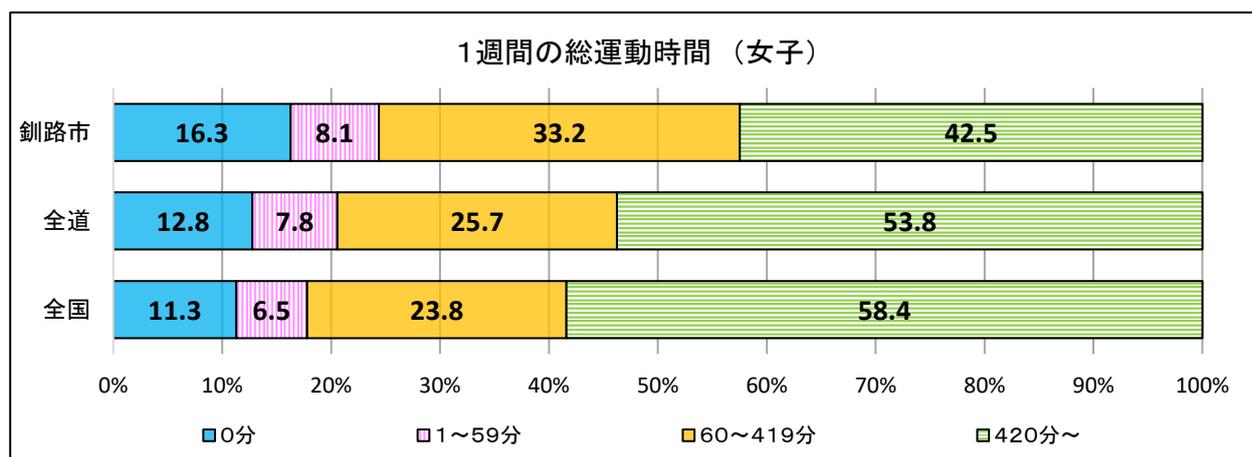
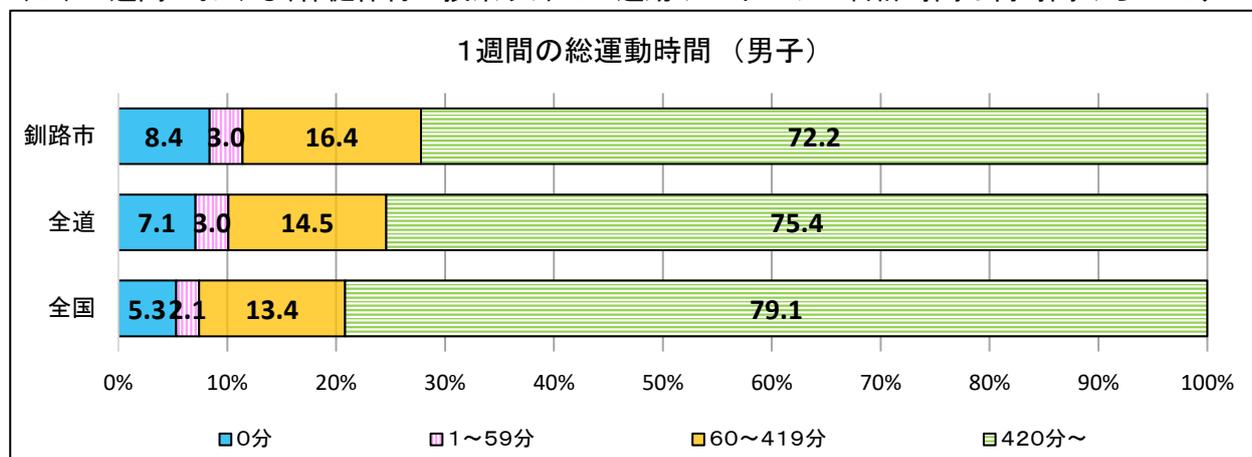
(1) 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。



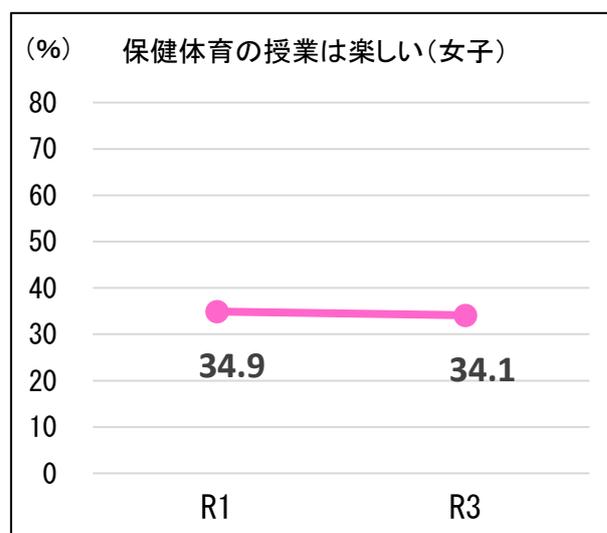
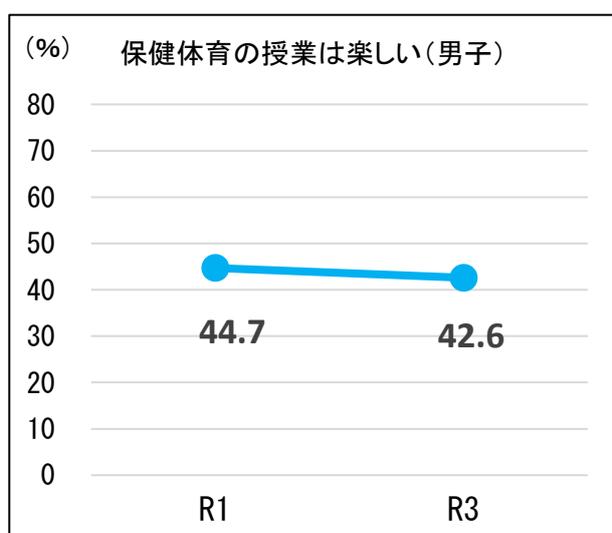
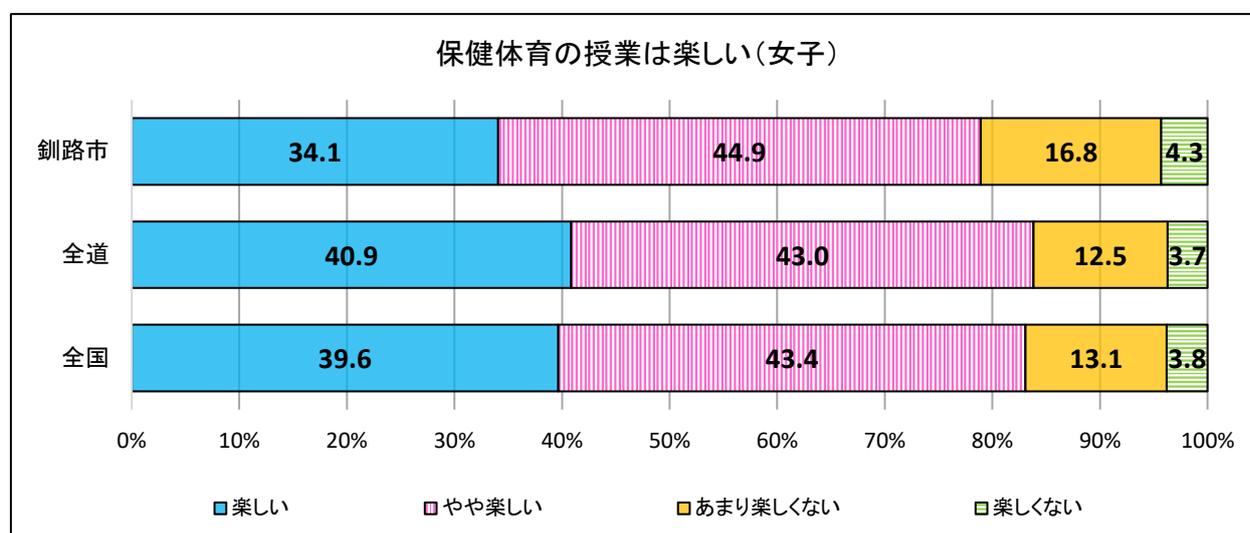
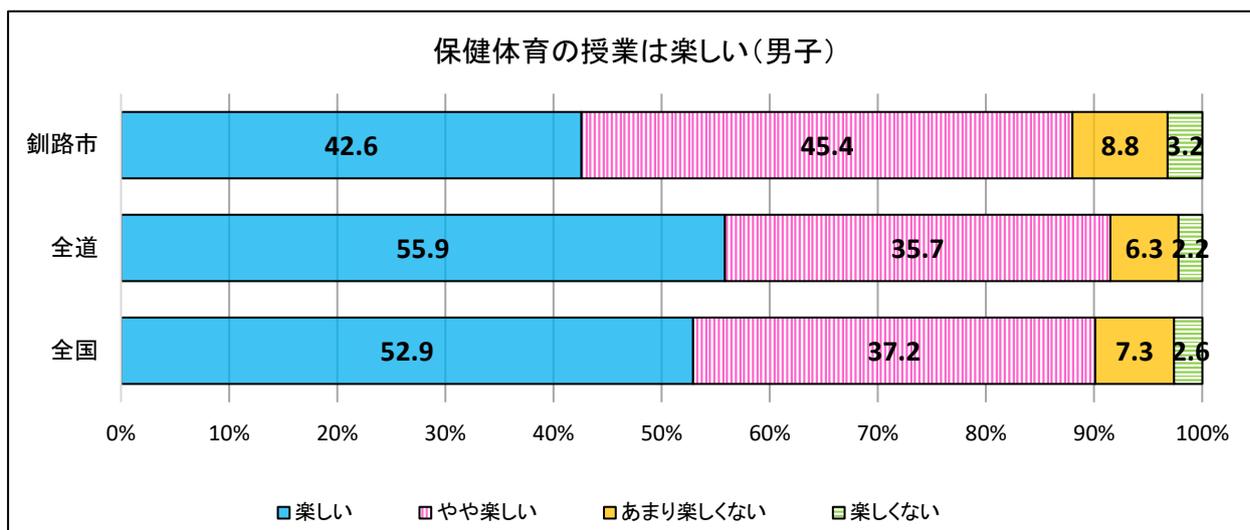
(2) 中学卒業後、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



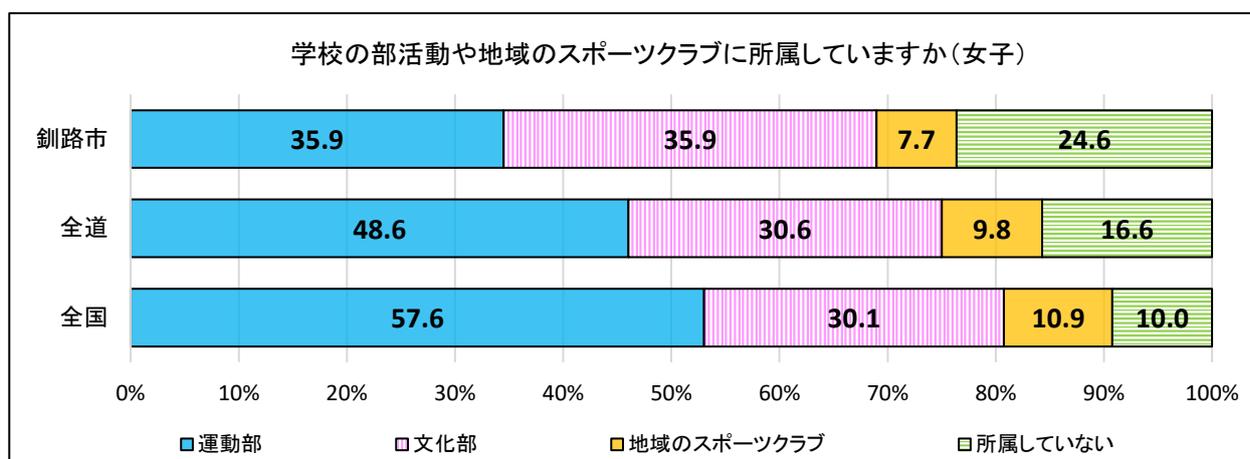
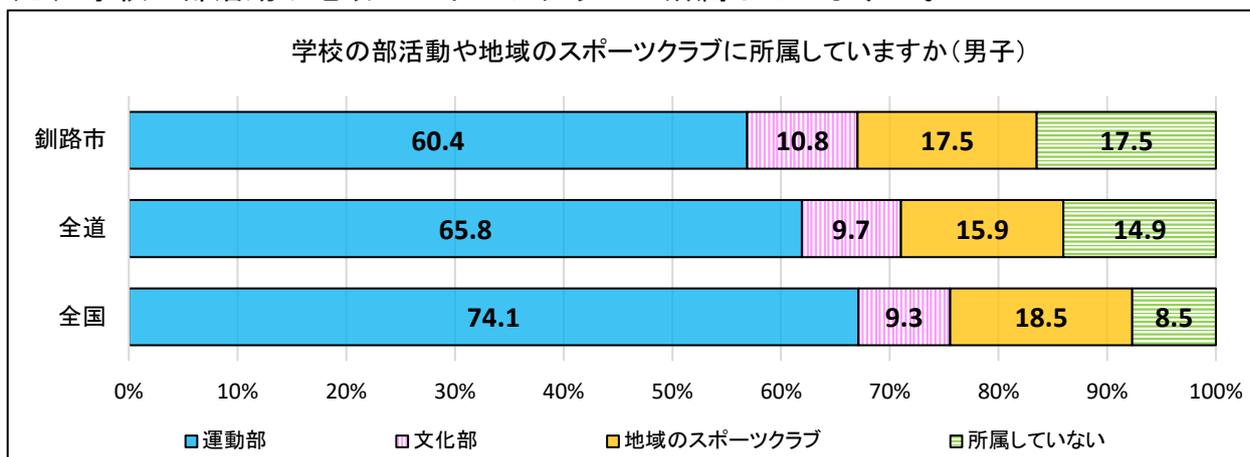
(3) 1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は何時間くらいですか。



(4) 保健体育の授業は楽しいですか。



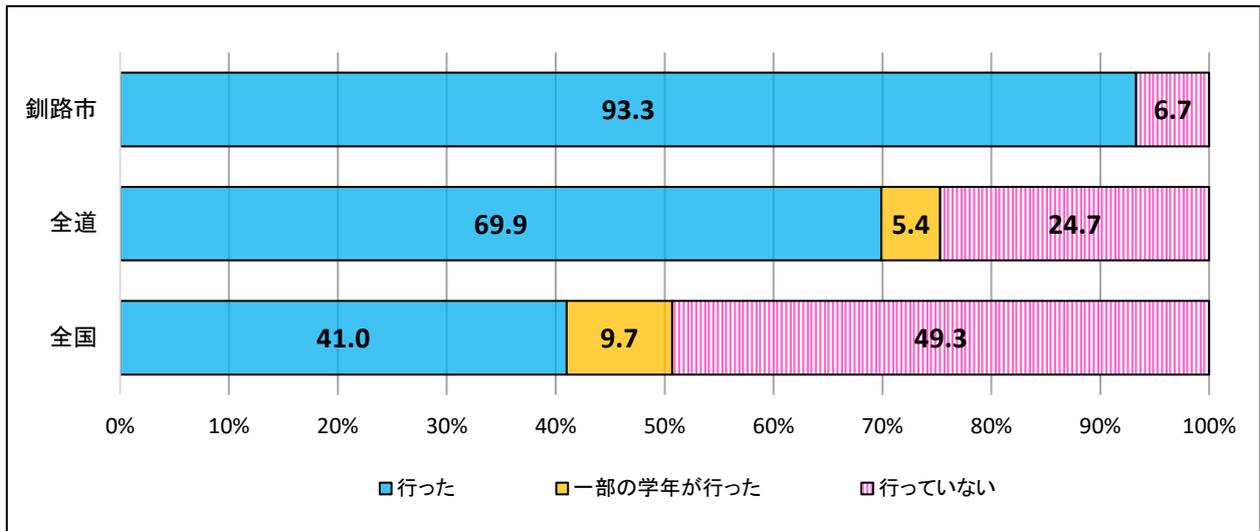
(5) 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



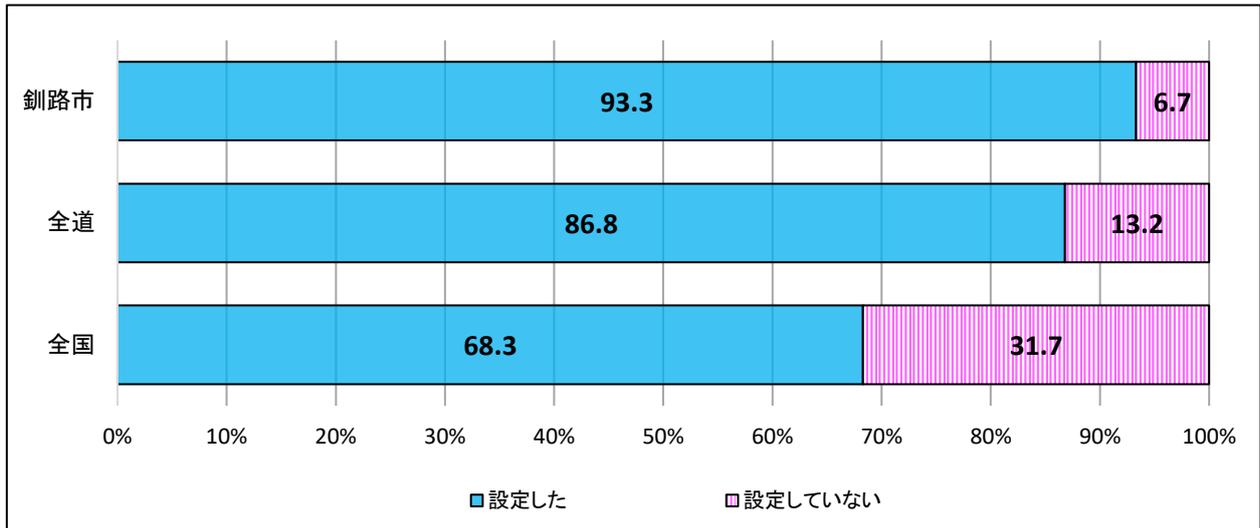
8. 中学校 学校質問紙調査

○学校の体力向上に関する取組の質問項目の中で、釧路市の状況があらわれているものを取り上げた。

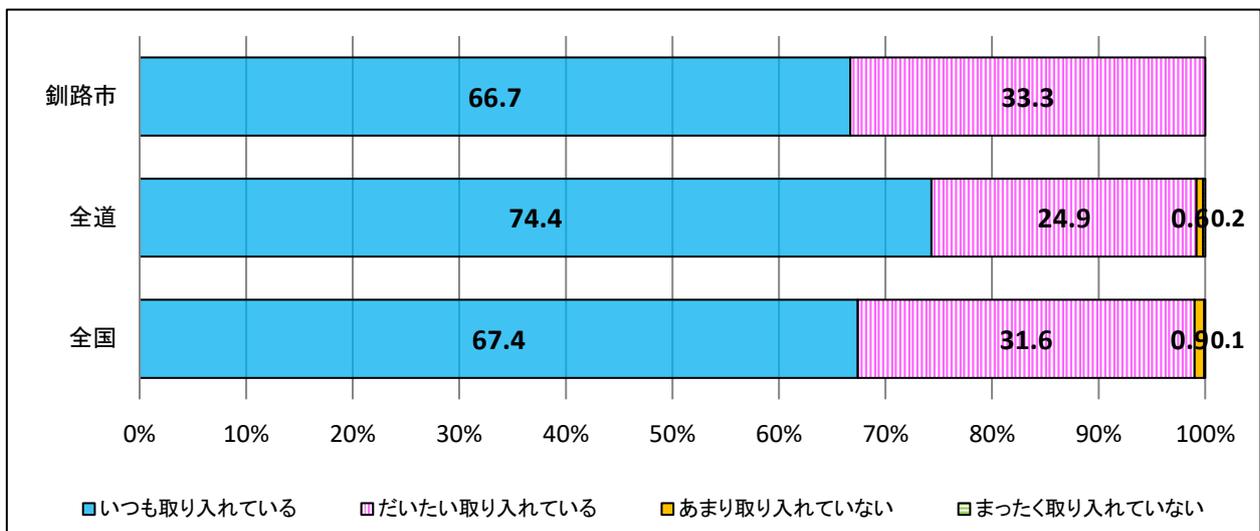
(1) 体育の授業以外で、体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。



(2) 生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。



(3) 授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか。



9. 全国体力・運動能力実技に関する釧路市の平均値の経年数値

【小学校5年生男子】

小5男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
R1 年度	17.33	20.58	34.73	43.81	51.29	9.64	153.02	21.07	54.39
R3 年度	16.97	19.40	34.26	42.49	44.08	9.66	152.81	20.05	52.78
前年度比	-0.36	-1.18	-0.47	-1.32	-7.21	0.02	-0.21	-1.02	-1.61

【小学校5年生女子】

小5女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点
R1 年度	17.07	19.98	37.92	42.24	41.39	9.84	146.30	13.72	56.19
R3 年度	16.80	19.38	38.98	41.33	37.11	9.85	144.33	13.30	55.27
前年度比	-0.27	-0.60	1.06	-0.91	-4.28	0.01	-1.97	-0.42	-0.92

【中学校2年生男子】

中2男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	体力合計点
R1 年度	30.25	26.99	44.59	52.03	411.73	76.05	8.14	194.37	19.39	40.89
R3 年度	29.74	27.54	43.52	51.24	427.59	69.21	8.23	197.33	19.80	40.44
前年度比	-0.51	0.55	-1.07	-0.79	15.86	-6.84	0.09	2.96	0.41	-0.45

【中学校2年生女子】

中2女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン	50m 走 (秒)	立ち幅とび (m)	ハンドボール投げ (m)	体力合計点
R1 年度	23.86	23.29	44.28	46.03	298.97	47.72	9.07	163.24	12.10	46.25
R3 年度	22.72	22.63	45.04	44.54	327.82	40.90	9.21	163.09	11.49	44.06
前年度比	-1.14	-0.66	0.76	-1.49	28.85	-6.82	0.14	-0.15	-0.61	-2.19

10. 児童生徒質問紙 体格に関する釧路市の平均値の経年数値

【小学校5年生】

小学生	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
R1 男子	139.02	36.06	19.0%	79.7%	1.3%
R3 男子	139.36	36.74	20.8%	77.3%	1.8%
R1 女子	140.52	35.29	14.6%	82.3%	3.1%
R3 女子	141.31	36.34	16.1%	81.3%	2.6%

【中学校2年生】

中学生	肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				
	身長 (cm)	体重 (kg)	肥満 (%)	正常 (%)	痩身 (%)
R1 男子	161.33	51.19	13.2%	84.3%	2.4%
R3 男子	161.44	51.73	14.8%	82.5%	2.7%
R1 女子	154.92	47.47	7.5%	90.8%	1.8%
R3 女子	154.82	47.16	8.1%	88.7%	3.2%

11. 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のまとめ

今年度の調査結果から、釧路市の児童生徒の体力・運動能力は、令和元年度との比較では全体的に下降している。体力合計点において、小学校では、男女ともに全国平均を上回っている。また、中学校では、男子は全国平均とほぼ同水準の結果で、女子は全国平均に比べ低い結果となっている。

体格の調査では、小・中学校ともに、身長は全国平均と同水準の結果となり、体重は全国平均を上回っている。また、令和元年度に比べ、男女とも肥満傾向児の出現率は増加傾向にあり、全国平均との比較においては、全体的に、肥満傾向児の出現率が高い傾向が見られる。

【小学校】

(1) 実技に関する調査結果

- ① 男女とも握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とびの4種目で全国平均を上回っている。また、男子は、立ち幅とびにおいても全国平均を上回っている。
- ② 体力合計点においては、男女ともに全国平均を上回っている。
- ③ 男女の50m走、シャトルランは全国平均を下回っている。また、女子のソフトボール投げは全国平均と同水準の結果となった。

(2) 体格と肥満度の状況

- ① 男女ともに身長・体重の項目で全国平均を上回っている。また、北海道の肥満傾向児の出現率は全国でも高い状況であるが、本市においても同様の傾向が見られる。
- ② 男女ともに肥満傾向児の出現率は全国平均より高い。

(3) 児童質問紙調査結果

- 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と回答している児童の割合は、全国平均を下回っている。
- ② 中学進学後、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思うと回答している児童の割合は、全国平均を上回っている。
- ③ 1週間における、体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は、まったく運動しないと回答した児童の割合が男子で全国平均と同水準である。また、420分以上運動をしていると回答した児童の割合は、男女とも全国平均を上回っている。
- ④ 体育の授業は楽しいと回答している児童の割合は、全国平均を下回っている。
- ⑤ 学校の運動・部活動や地域のスポーツクラブへの所属については、入っていない（所属していない）と回答した児童の割合が全国平均を上回っている。

(4) 学校質問紙調査結果

- ① 学校質問紙調査において、体育の授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組を行った学校の割合は、全国平均を上回っている。
- ② 学校質問紙調査において、児童の体力・運動能力の向上のための目標を設定した学校の割合は、全国平均を上回っている。
- ③ 学校質問紙調査において、授業の目標（目当て・ねらい等）を児童に示す活動をいつも取り入れている学校の割合は、全国平均と同水準である。

【中学校】

(1) 実技に関する調査結果

- ① 男女とも上体起こしが全国平均を上回った。また、男子は握力、反復横とび、立ち幅とびにおいても全国平均を上回っている。
- ② 男子は長座体前屈、持久走、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げが全国平均を下回っているほか、女子は上体起こし以外のすべての種目で全国平均を下回っている。
- ③ 男女ともに特に持久走、20mシャトルランの結果が顕著に低く、全身持久力が低い傾

向にある。

(2) 体格と肥満度の状況

- ① 体格の調査では、男女ともに体重の項目と男子の身長で全国平均を上回っている。
- ② 本市の男子は特に肥満傾向児の出現率が高い。

(3) 生徒質問紙調査結果

- 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と回答している生徒の割合は、男子は全国平均を上回っている。また、女子は全国平均を下回っている。
- ② 中学卒業後、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思うと回答している生徒の割合は、男女ともに全国平均を下回っている。
- ③ 1週間における、保健体育の授業以外での運動やスポーツの合計時間は、まったく運動しないと回答した生徒の割合が男女とも全国平均を上回っている。また、小学校とは対照的に420分以上運動をしていると回答した生徒の割合は、男女とも全国平均を下回っている。
- ④ 保健体育の授業は楽しいと回答している生徒の割合は、全国平均を下回っている。
- ⑤ 学校の運動・部活動や地域のスポーツクラブへの所属については、入っていない（所属していない）と回答した生徒の割合が全国平均を上回っている。

(4) 学校質問紙調査結果

- ① すべての生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った学校の割合は、全国平均を上回っている。
- ② 生徒の体力・運動能力の向上のための目標を設定した学校の割合は、全国平均を上回っている。
- ③ 授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動をいつも取り入れている学校の割合は、全国平均を下回っている。

生涯にわたって健康を保持増進し、明るく豊かな生活を営むためには、その基盤である体力や心身の健康に関する知識を身に付けるとともに、より良い生活習慣を形成していくことが大切である。特に、心と体が大きく成長するこの時期に運動習慣を確立することは、子供たちの未来に向けた大きな財産となる。

今年度の体力・運動能力の調査結果における体力の合計点は、全国的に下降しており、釧路市においても同様の傾向がある。特に、中学校の全身持久力については、これまで同様に課題となっている。

今年度の釧路市の結果を全国の結果と比較すると、小学校の体力合計点において全国平均を上回る結果となり、中学校の体力合計点においては、全国平均を下回る結果となった。保健体育の授業以外に運動やスポーツに取り組む時間の調査では、小学校、中学校共に下降しているが、中学校においては運動を全くしないと回答している生徒の割合が、全国平均や小学校の結果と比べて高い実態がある。

これらは、新型コロナウイルス感染症の影響による、体育や保健体育の授業内容の変更や、行動抑制等による運動機会の減少に依るものと推測される。

さらに、学校の運動部やスポーツクラブに所属していない子供の割合は、小・中学校ともに全国平均と比べて高く、これまで同様に、よく運動をしている子供としていない子供の二極化の傾向が見られる。

今後子供たちの体力・運動能力の向上には、運動習慣と健康についての理解はもとより、コロナ禍における子供たちの運動時間の確保や、運動することの楽しさや喜びを味わう機会の創出が求められる。

また、体育・保健体育の授業においては、感染防止対策を講じながら、子供たちが運動の楽しさに十分に触れる機会を生み出すとともに、授業以外の時間においても、子供たちが運動習慣を確立するための取組を、学校・家庭・地域が連携を深めながら一体となって進めていくことが重要な課題である。