

令和3年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

宮城県の調査結果

目 次

1	調査の概要	P 1
2	調査結果（実技、児童生徒・学校質問紙）の概要	
(1)	体力合計点の推移	P 2
(2)	体力合計点における総合評価の分布	P 3
(3)	種目別の状況	P 4
(4)	一週間の総運動時間の状況	P 6
(5)	「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 答えた児童生徒の割合	P 7
(6)	健康三原則（運動・食事・睡眠）に対する生活の状況	P 8
(7)	質問紙による調査（児童生徒、学校）	P 11
(8)	運動部活動等の加入率及び小学生の曜日ごとの運動時間の状況	P 12

1 調査の概要

(1) 調査期間 令和3年4月から7月末まで

(2) 調査対象 全国の小5男女、中2男女全員（悉皆調査）

○全国調査では、国立、公立、私立学校全ての学校を対象としている。

○使用した全国平均のデータ…公立学校のみデータを用いている。

○本県のデータ…仙台市立学校を含むものと含まないものを使用している。

・「宮城県全体」と表示しているもの…仙台市立学校を含み、経年比較に使用。

・「仙台市を除く」と表示しているもの…仙台市立学校を含まず、主に今年度の報告・分析に使用。

(3) 調査参加学校・児童生徒数

	小学校5年生 男・女		中学校2年生 男・女	
	学校数(校)	調査児童数(人)	学校数(校)	調査生徒数(人)
宮城県全体 (仙台市を含む)	362	18,453	198	18,040
全 国	18,981	1,018,564	9,533	916,758

(4) 調査事項及び内容

① 実技に関する調査…新体力テスト（8種目）

1) 握力

2) 上体起こし

3) 長座体前屈

4) 反復横とび

5) 持久走、20mシャトルラン

※小5男女は20mシャトルランを行い、中2男女はどちらか1種目を選択して行う。

6) 50m走

7) 立ち幅とび

8) ソフトボール投げ、ハンドボール投げ

※小5男女はソフトボール投げ、中2男女はハンドボール投げを行う。

② 児童生徒に対する質問紙調査

○ 運動習慣、生活習慣等

③ 学校に対する質問紙調査

○ 子どもの体力向上に係る学校の取組等

2 調査結果の概要

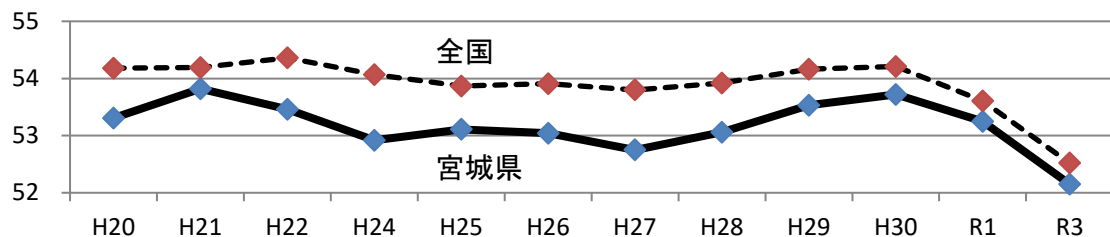
(1) 体力合計点の推移(H20年度から)

宮城県全体

小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	53.31	53.82	53.46	52.92	53.11	53.04	52.75	53.06	53.53	53.72	53.25	52.15
全 国	54.18	54.19	54.36	54.07	53.87	53.91	53.80	53.92	54.16	54.21	53.61	52.52
順 位	36	30	35	41	36	40	42	38	33	34	28	30

【考察】

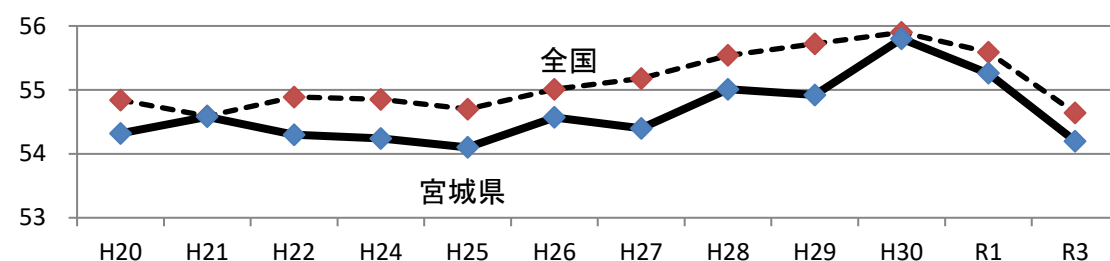
体力合計点は全国とほぼ同じ割合で低下している。



小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	54.32	54.58	54.30	54.24	54.10	54.57	54.40	55.01	54.92	55.80	55.26	54.20
全 国	54.84	54.59	54.89	54.85	54.70	55.01	55.18	55.54	55.72	55.90	55.59	54.64
順 位	31	25	28	32	32	33	37	32	37	31	33	36

【考察】

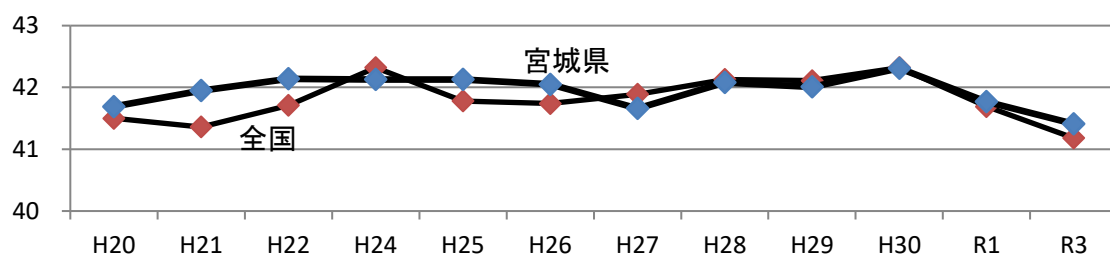
体力合計点は全国とほぼ同じ割合で低下している。



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	41.69	41.95	42.14	42.13	42.13	42.05	41.66	42.08	42.01	42.31	41.77	41.41
全 国	41.50	41.36	41.71	42.32	41.78	41.74	41.89	42.13	42.11	42.32	41.69	41.18
順 位	22	18	17	23	19	21	32	27	27	30	26	31

【考察】

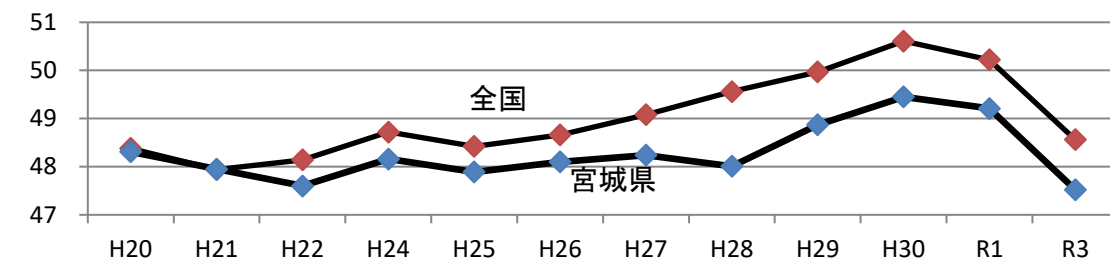
令和元年度に続いて体力合計点は全国を上回り、その差にわずかながら開きが見られる。



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	48.31	47.95	47.60	48.16	47.89	48.10	48.24	48.01	48.87	49.45	49.21	47.52
全 国	48.38	47.94	48.14	48.72	48.42	48.66	49.08	49.56	49.97	50.61	50.22	48.56
順 位	24	24	30	27	29	26	34	45	41	39	37	41

【考察】

体力合計点は全国とほぼ同じ割合で低下している。



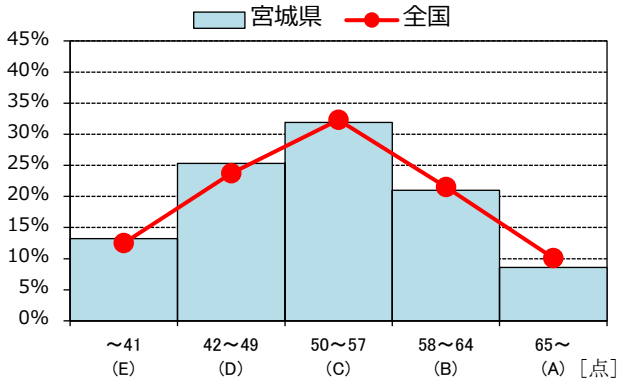
※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化（1～10点）し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、「±0.5～1未満」は「わずかに高（低）かった。」、「±1以上」は「高（低）かった」としている。

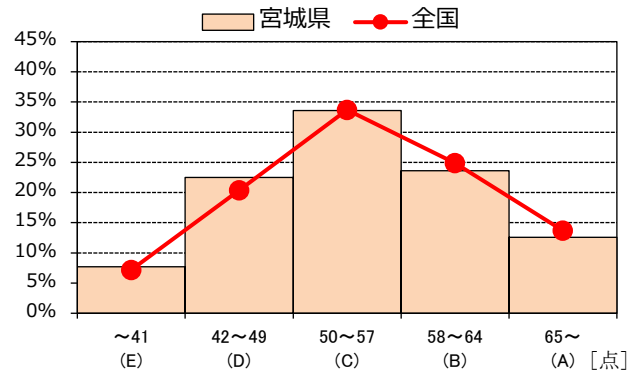
※順位は宮城県独自集計による。

(2) 体力合計点における総合評価の分布（仙台市を除く）

【小5男子】



【小5女子】

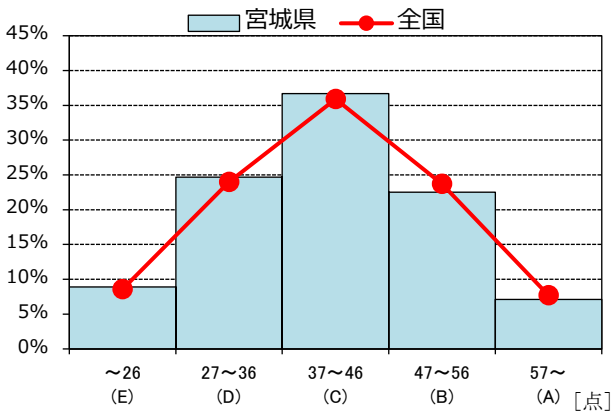


	E	D	C	B	A
宮城県	13.2	25.3	31.9	21.0	8.6
全 国	12.5	23.7	32.3	21.5	10.1

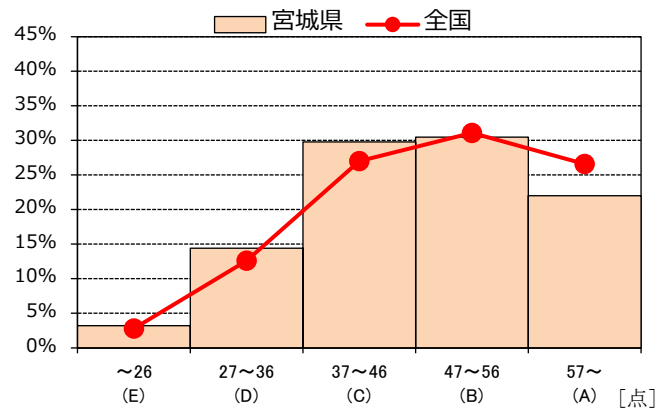
	E	D	C	B	A
宮城県	7.7	22.5	33.6	23.6	12.6
全 国	7.2	20.4	33.7	24.9	13.7

○小5男女ともに、全国と比較し、A・B・C判定児童の割合が低く、D・E判定児童の割合が高い。

【中2男子】



【中2女子】



	E	D	C	B	A
宮城県	8.9	24.7	36.7	22.5	7.1
全 国	8.6	24.0	35.9	23.7	7.7

	E	D	C	B	A
宮城県	3.2	14.4	29.8	30.5	22.0
全 国	2.8	12.6	27.0	31.1	26.6

○中2男子において、全国よりA・B判定の生徒の割合が低く、C・D・E判定の生徒の割合が高い。
 ○中2女子において、全国よりA・B判定生徒の割合が低く、C・D・E判定生徒の割合が高い。

(3) 種目別の状況

【小学校5年生男子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較		【参考】 R1 仙台市 を除く
				宮城県 全体	仙台市 を除く	
握力 (kg)	16.32	16.22	16.33	+0.10	+0.11	16.40
上体起こし(回)	18.73	18.90	18.67	-0.17	-0.23	19.42
長座体前屈 (cm)	33.25	33.48	33.15	-0.23	-0.33	33.03
反復横とび(点)	40.83	40.35	40.58	+0.48	+0.23	41.65
20mシャトルラン(回)	45.00	46.83	44.85	-1.83	-1.98	47.28
50m走(秒)	9.55	9.45	9.58	+0.10	+0.13	9.56
立ち幅とび (cm)	148.33	151.41	147.89	-3.08	-3.52	147.55
ソフトボール投げ(m)	21.27	20.58	20.99	+0.69	+0.41	22.01
体 力 合 計 点	52.15	52.52	51.98	-0.37	-0.54	52.66

【小学校5年生女子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較		【参考】 R1 仙台市 を除く
				宮城県 全体	仙台市 を除く	
握力 (kg)	16.26	16.09	16.34	+0.17	+0.25	16.37
上体起こし(回)	17.88	18.08	17.76	-0.20	-0.32	18.55
長座体前屈 (cm)	37.54	37.90	37.18	-0.36	-0.72	36.58
反復横とび(点)	39.10	38.72	39.02	+0.38	+0.30	40.64
20mシャトルラン(回)	36.90	38.15	36.74	-1.25	-1.41	39.32
50m走(秒)	9.71	9.64	9.73	+0.07	+0.09	9.72
立ち幅とび (cm)	142.18	145.18	142.08	-3.00	-3.10	143.36
ソフトボール投げ(m)	13.30	13.30	13.39	0.00	+0.09	13.97
体 力 合 計 点	54.20	54.64	54.06	-0.44	-0.58	55.06

【中学校2年生男子】

区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較		【参考】 R1 仙台市 を除く
				宮城県 全体	仙台市 を除く	
握力 (kg)	29.23	28.80	29.33	+0.43	+0.53	29.17
上体起こし(回)	26.37	25.99	26.08	+0.38	+0.09	26.50
長座体前屈(cm)	44.42	43.67	43.76	+0.75	+0.09	42.87
反復横とび(点)	51.59	51.19	51.35	+0.40	+0.16	51.64
持久走(秒)	416.68	406.38	418.37	+10.30	+11.99	411.36
20mシャトルラン(回)	78.69	79.88	77.97	-1.19	-1.91	79.74
50m走(秒)	8.02	8.01	8.03	+0.01	+0.02	8.02
立ち幅とび(cm)	196.00	196.36	193.76	-0.36	-2.60	192.24
ハンドボール投げ(m)	19.73	20.31	19.50	-0.58	-0.81	19.70
体 力 合 計 点	41.41	41.18	40.82	+0.23	-0.36	40.95

【中学校2年生女子】

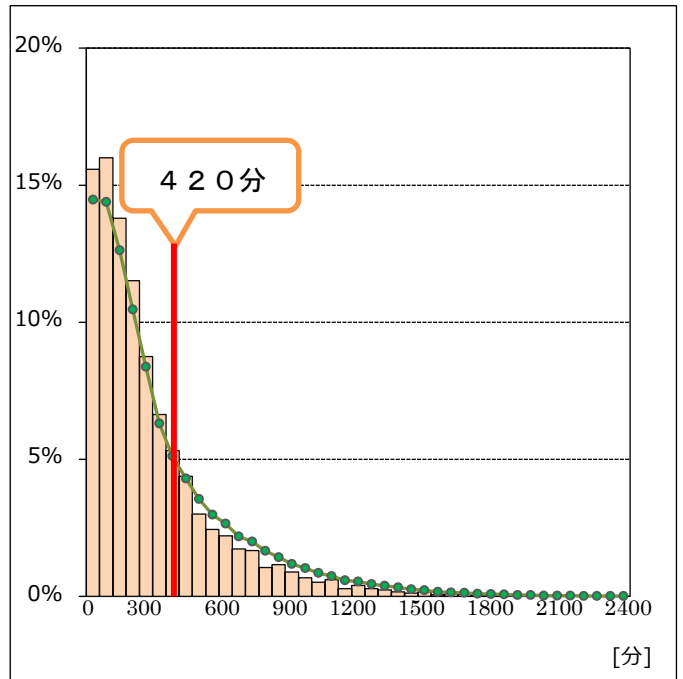
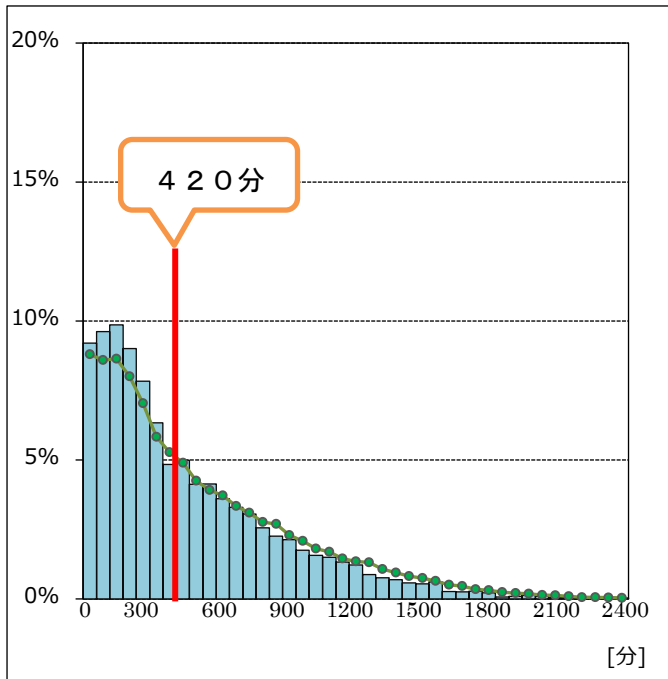
区分 調査項目	宮城県 全体	全 国	仙台市 を除く	全国平均との比較		【参考】 R1 仙台市 を除く
				宮城県 全体	仙台市 を除く	
握力 (kg)	23.36	23.43	23.41	-0.07	-0.02	23.65
上体起こし(回)	22.31	22.32	22.11	-0.01	-0.21	23.25
長座体前屈(cm)	46.40	46.20	46.04	+0.20	-0.16	44.97
反復横とび(点)	46.11	46.25	45.93	-0.14	-0.32	46.83
持久走(秒)	304.45	297.62	305.20	+6.83	+7.58	299.81
20mシャトルラン(回)	52.21	54.24	51.87	-2.03	-2.37	54.74
50m走(秒)	8.96	8.88	8.96	+0.08	+0.08	8.85
立ち幅とび(cm)	165.66	168.15	163.88	-2.49	-4.27	164.71
ハンドボール投げ(m)	11.89	12.72	11.98	-0.83	-0.74	12.34
体 力 合 計 点	47.52	48.56	47.23	-1.04	-1.33	48.54

(4) 一週間の総運動時間の状況（宮城県全体）

（宮城県：棒グラフ 全国：折れ線グラフ）

【小5男子】

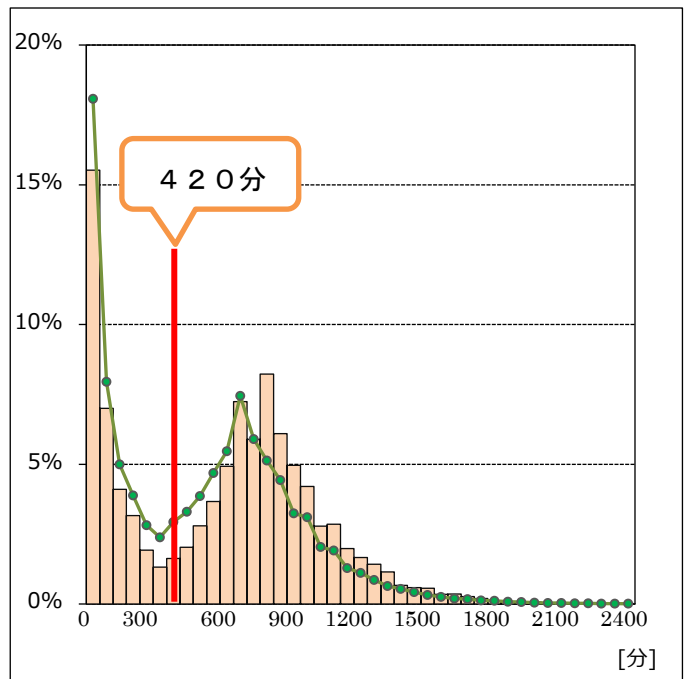
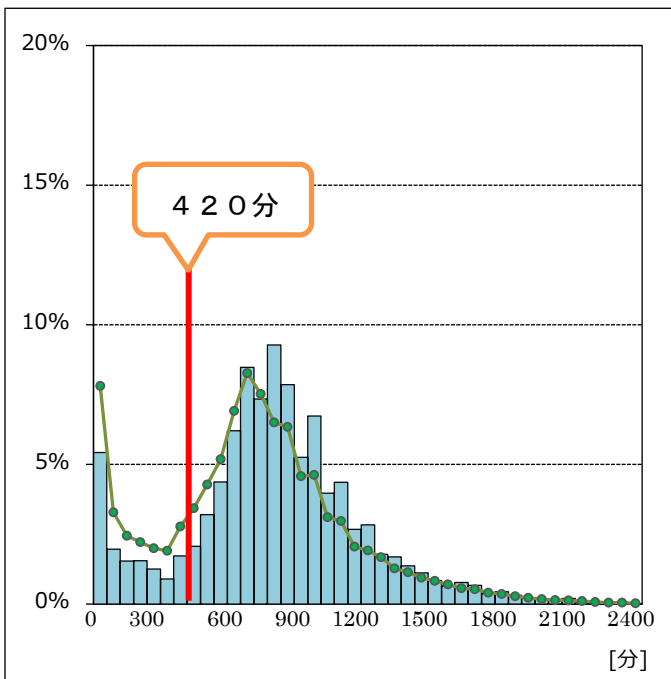
【小5女子】



- 男女ともに1週間の総運動時間が420分以上の児童の割合は、全国よりもやや低い傾向にある。
- 1週間の総運動時間が極端に少ない女子の割合が多く、全国を上回っている。

【中2男子】

【中2女子】



- 1週間の総運動時間が多い生徒の割合は、男女ともに全国よりも高い傾向にある。
- 女子では、1週間の総運動時間が60分未満の生徒の割合が15.5%程度である。

※420分は、運動習慣が身につけている目安とされる「1日60分の運動」を週7日間行った場合の時間。

(5)「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」と答えた児童生徒の割合

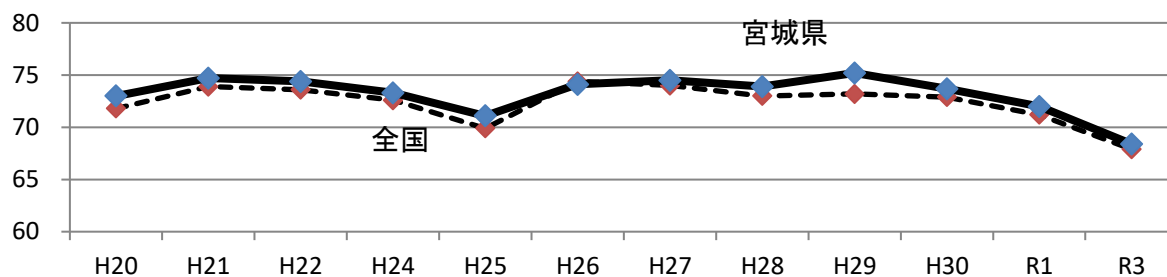
宮城県全体

(単位:%)

小5男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	73.00	74.70	74.40	73.30	71.10	74.10	74.50	73.90	75.20	73.70	72.00	68.40
全国	71.80	73.90	73.60	72.60	69.90	74.40	74.00	73.00	73.20	72.90	71.20	67.90

【考察】

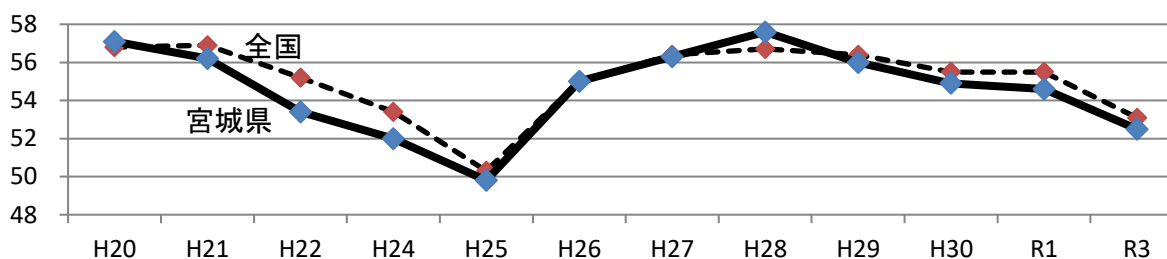
○「運動が好き」という割合が全国を上回る状況が数年続いているが、全国とほぼ同様の推移で減少している。



小5女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	57.10	56.20	53.40	52.00	49.80	55.00	56.30	57.60	56.00	54.90	54.60	52.50
全国	56.80	56.90	55.20	53.40	50.30	55.00	56.40	56.70	56.40	55.50	55.50	53.10

【考察】

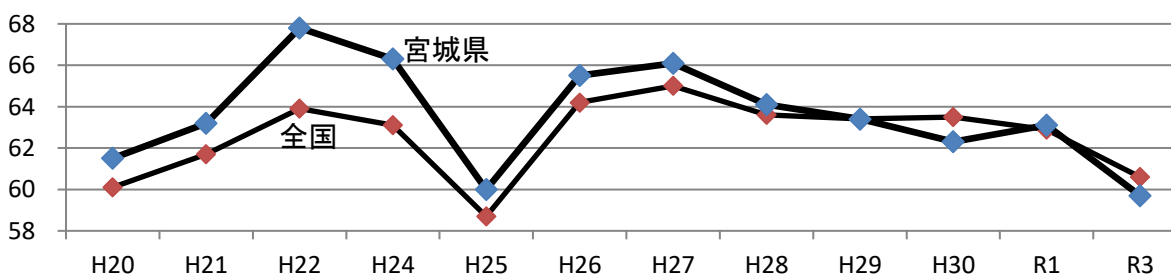
○「運動が好き」という割合が全国を下回っており、全国とほぼ同様の推移で減少している。



中2男子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	61.50	63.20	67.80	66.30	60.00	65.50	66.10	64.10	63.40	62.30	63.10	59.70
全国	60.10	61.70	63.90	63.10	58.70	64.20	65.00	63.60	63.40	63.50	62.90	60.60

【考察】

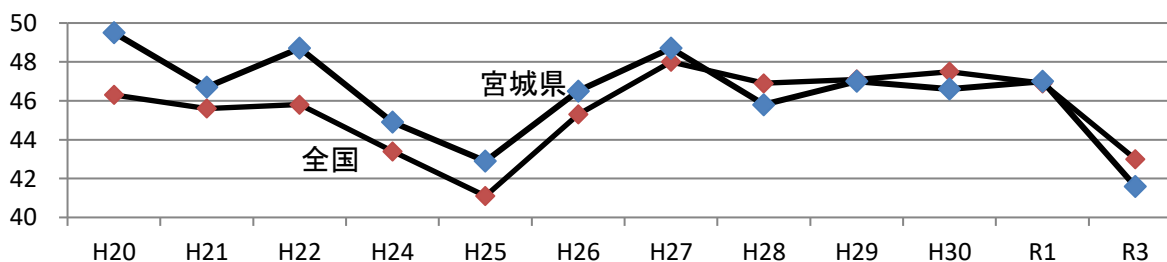
○「運動が好き」という割合が減少し、わずかに全国を下回った。



中2女子	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R3
宮城県全体	49.50	46.70	48.70	44.90	42.90	46.50	48.70	45.80	47.00	46.60	47.00	41.60
全国	46.30	45.60	45.80	43.40	41.10	45.30	48.00	46.90	47.10	47.50	46.90	43.00

【考察】

○「運動が好き」という割合が減少し、わずかに全国を下回った。

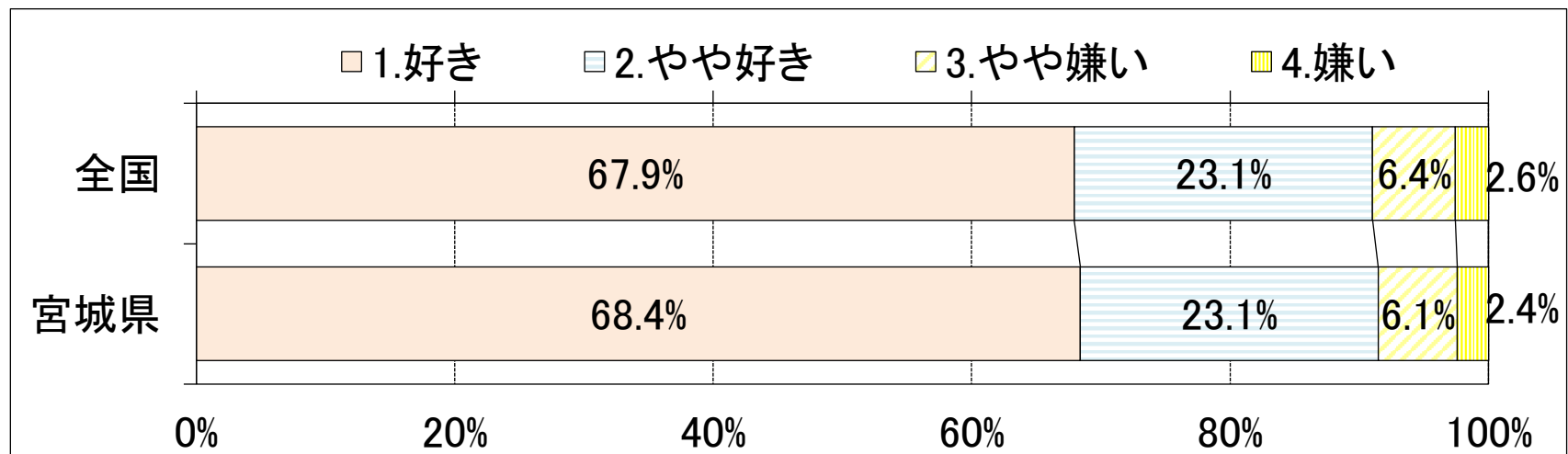


※ 「好き・やや好き・やや嫌い・嫌い」の項目のうち「好き」と答えた児童生徒の割合の推移

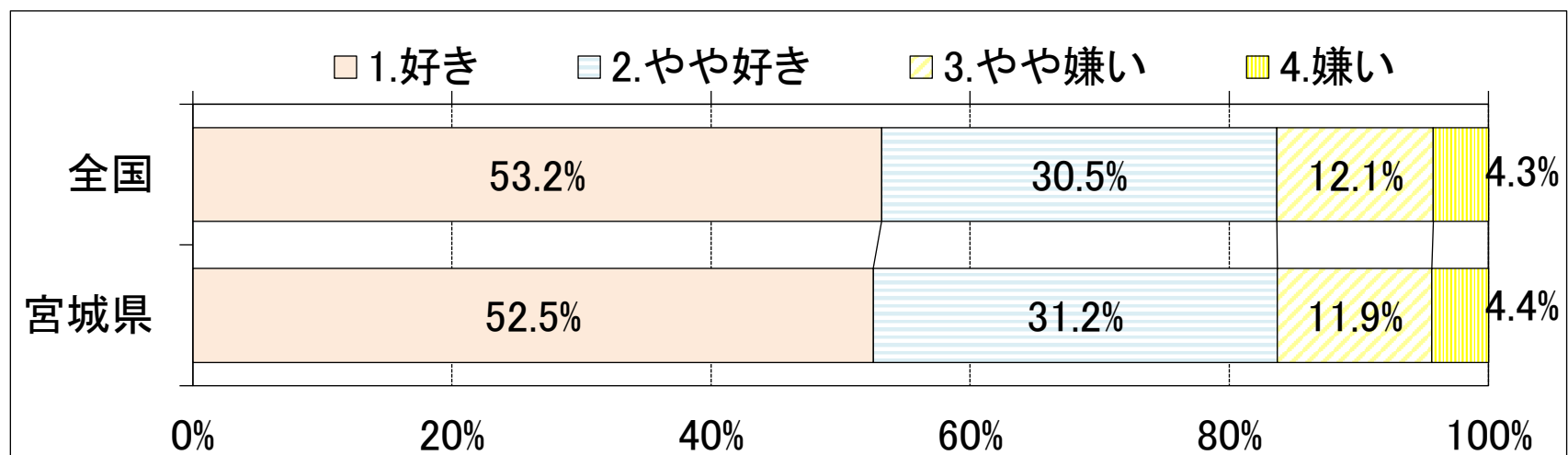
(6)健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する生活の状況(宮城県全体)

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。

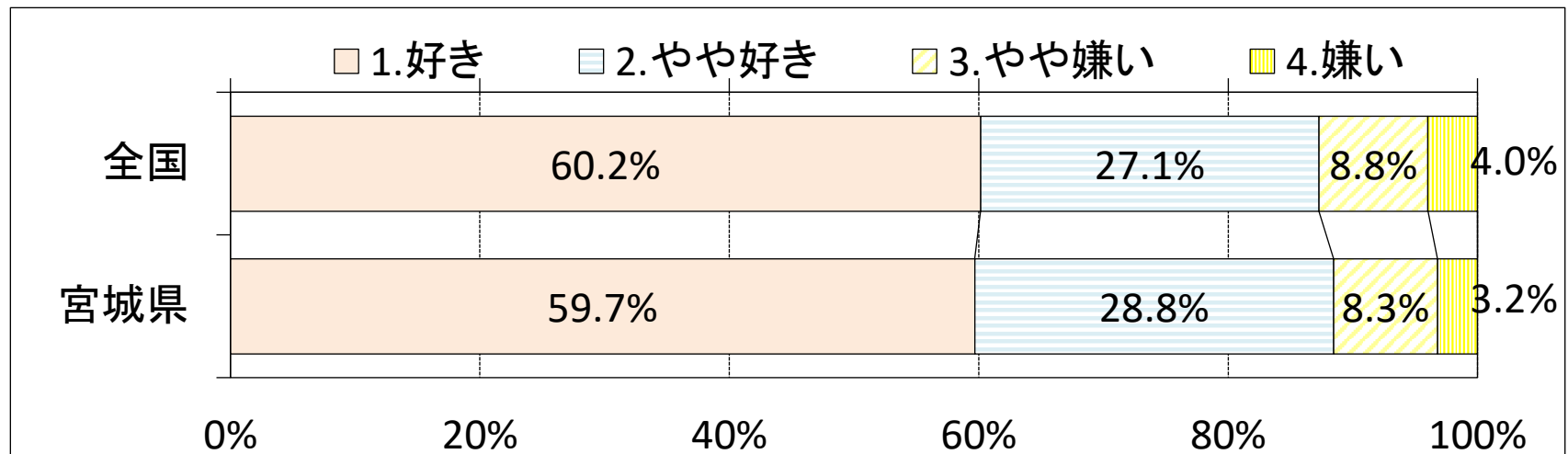
【小5男子】



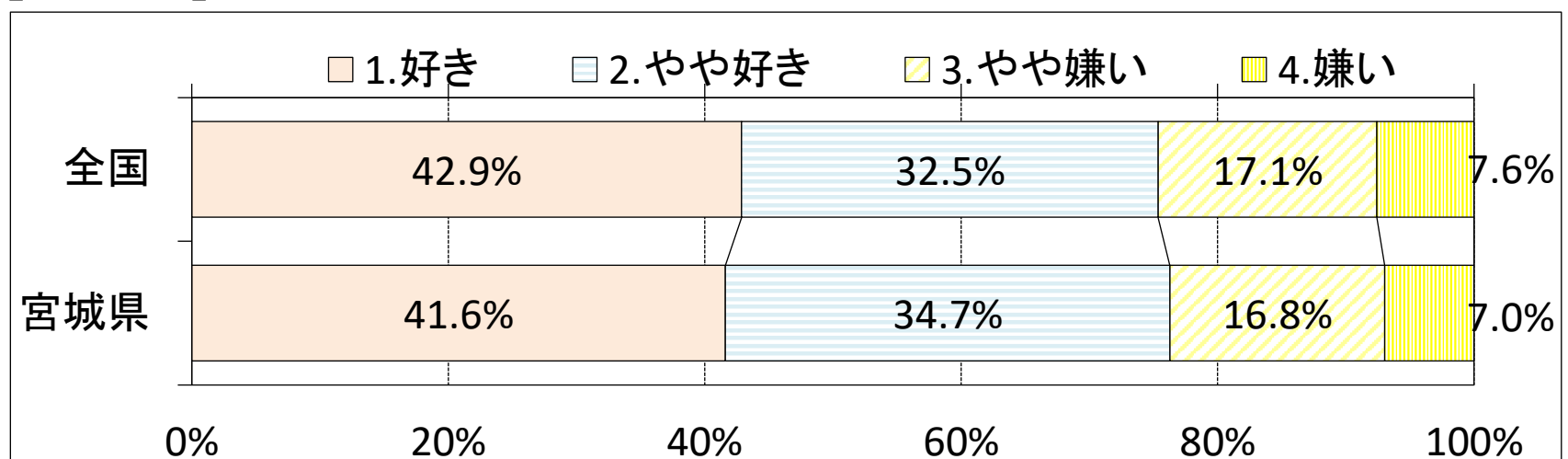
【小5女子】



【中2男子】



【中2女子】

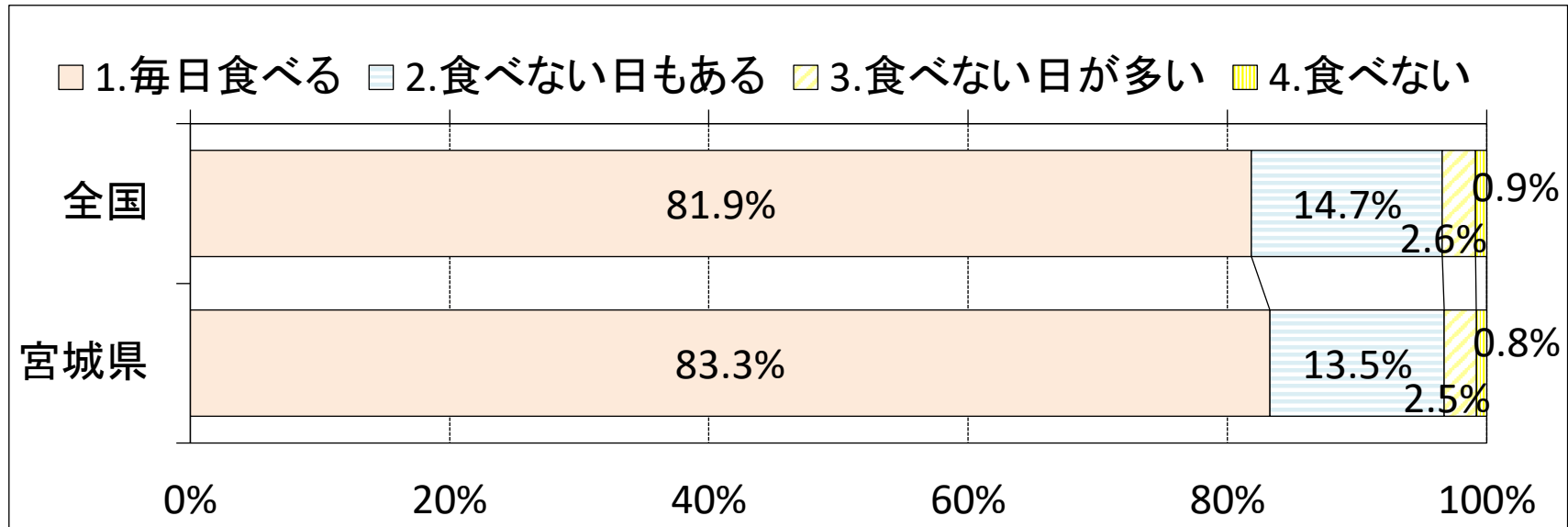


○小5, 中2ともに男子に比べ, 女子は「運動やスポーツをすることが好き」と回答した児童生徒は全国・宮城県ともに少ない。

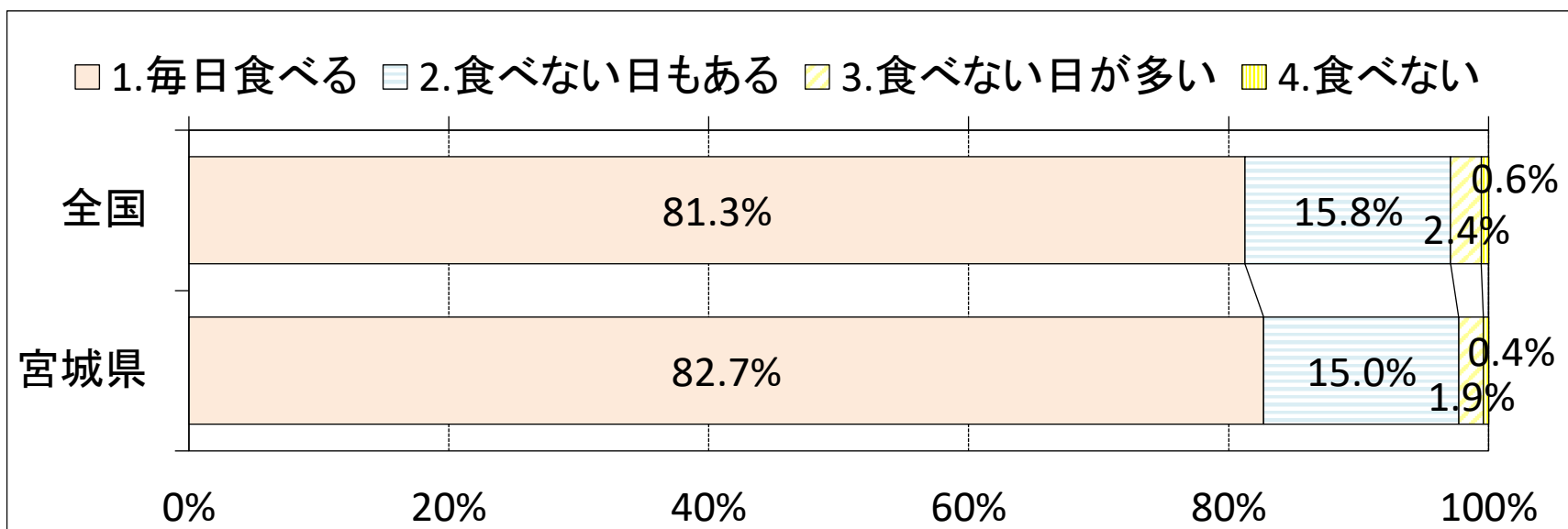
(6)健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する生活の状況(宮城県全体)

②朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)

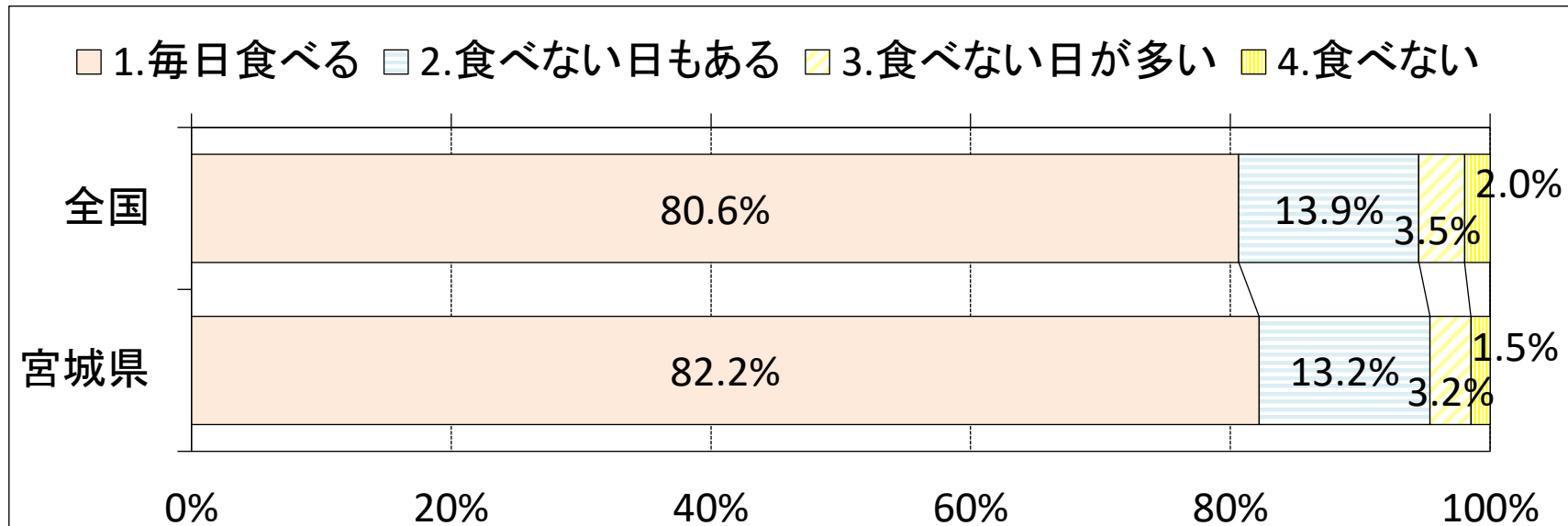
【小5男子】



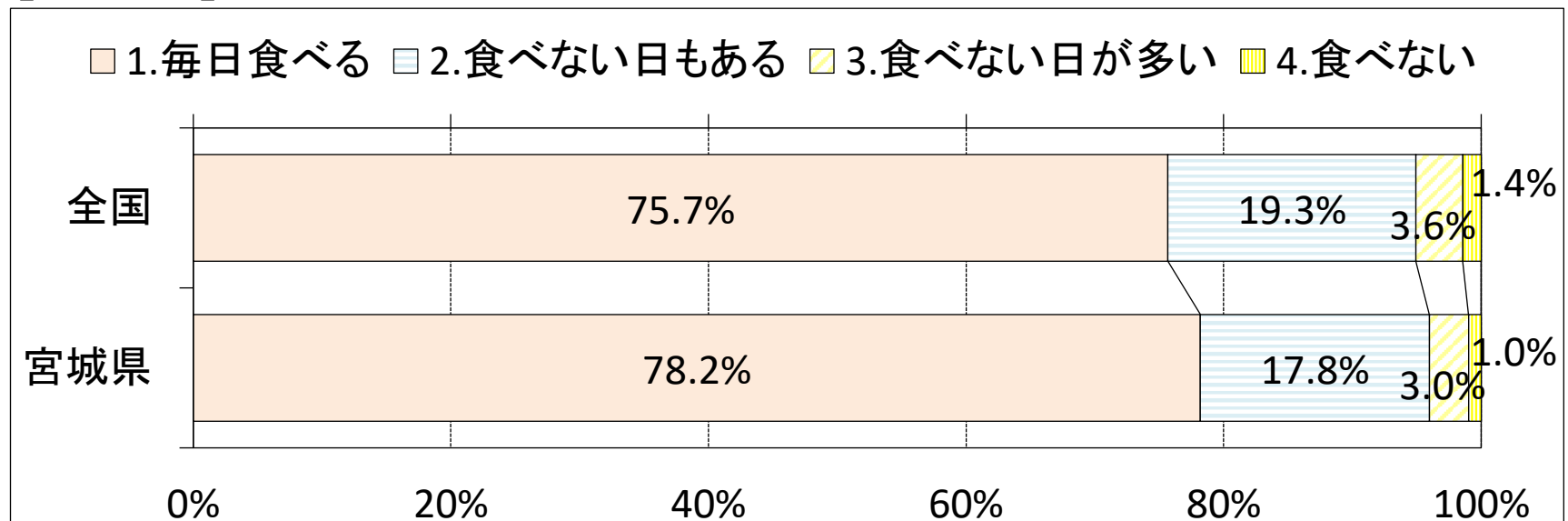
【小5女子】



【中2男子】



【中2女子】

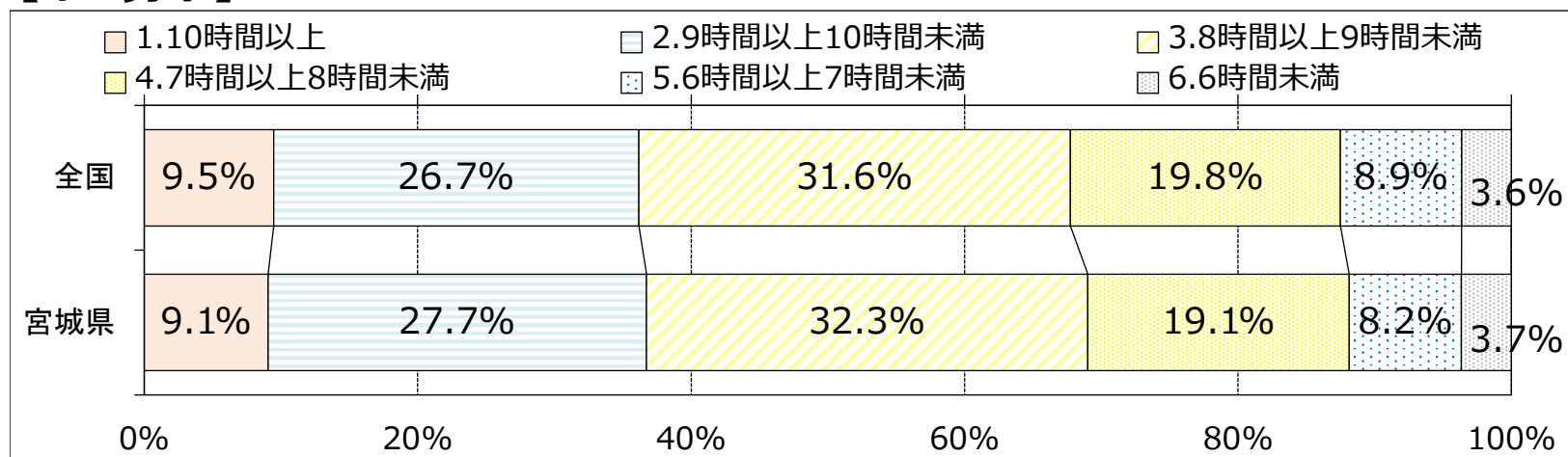


○全国と比較して、「朝食を毎日食べる」児童生徒が多い。

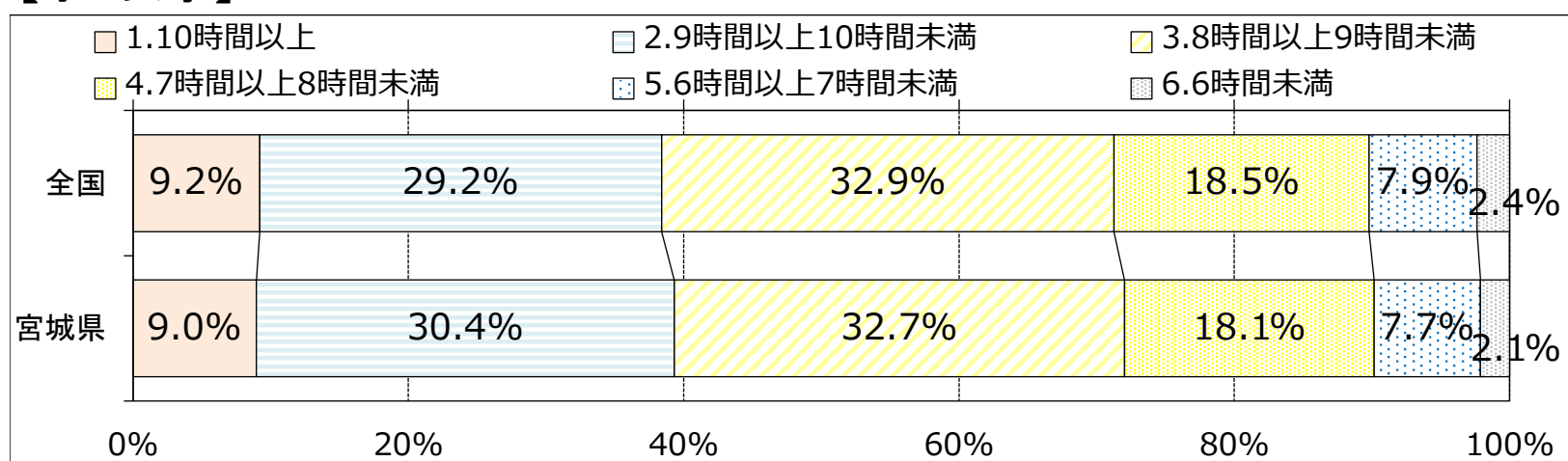
(6)健康三原則(運動・食事・睡眠)に対する生活の状況(宮城県全体)

③毎日どのくらいねていますか。

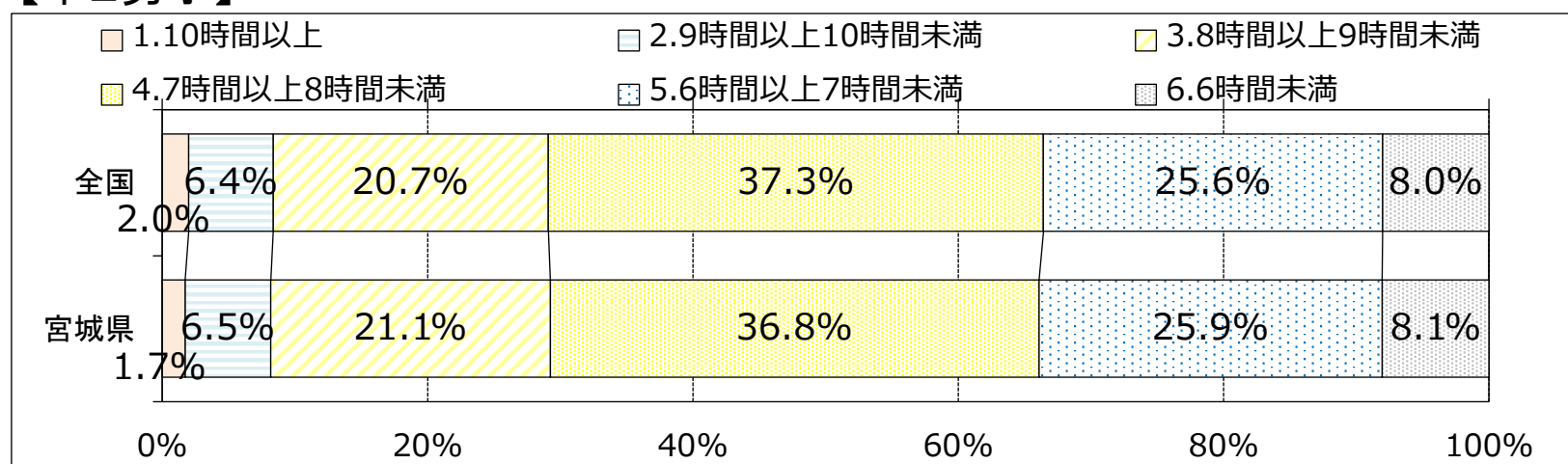
【小5男子】



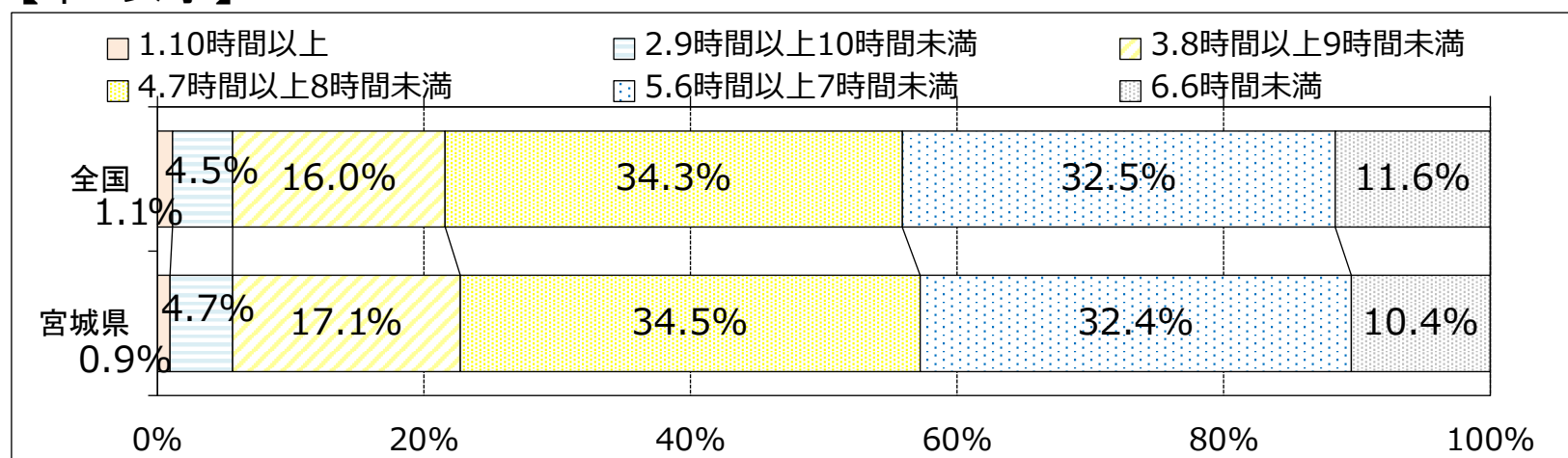
【小5女子】



【中2男子】



【中2女子】



(7) 質問紙による調査（仙台市を除く）

【児童生徒質問紙調査】

児童生徒質問紙調査 (%)	校種	性別	宮城県	全国	差
① 体育の授業は楽しいですか。 (楽しい, やや楽しいと回答した割合)	小5	男子	94.3	93.7	0.6
		女子	89.1	89.2	△0.1
	中2	男子	92.8	90.1	2.7
		女子	83.7	83.0	0.7
② 体育の授業では, たくさん運動しますか。 (たくさん運動する, だいたい運動すると回答した割合)	小5	男子	96.1	96.0	0.1
		女子	95.4	95.0	0.4
	中2	男子	95.8	95.0	0.8
		女子	93.2	93.1	0.1
③ 体育の授業で, 自分の動きの質が向上している (例; 正しいフォームでボールを投げられるようになった) ことを実感することはありますか。 (よく実感する, 少し実感すると回答した割合)	小5	男子	77.7	79.7	△2.0
		女子	72.8	75.2	△2.4
	中2	男子	80.7	79.6	1.1
		女子	71.4	74.4	△3.0
④ 新型コロナウイルス感染症の影響前(令和2年3月前)と現在とを比較してあなたの運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツへの取組はどのように変化しましたか。 (時間が増えた, 変化はないと回答した割合)	小5	男子	62.7	58.5	4.2
		女子	64.6	61.0	3.6
	中2	男子	67.9	59.7	8.2
		女子	65.9	58.8	7.1

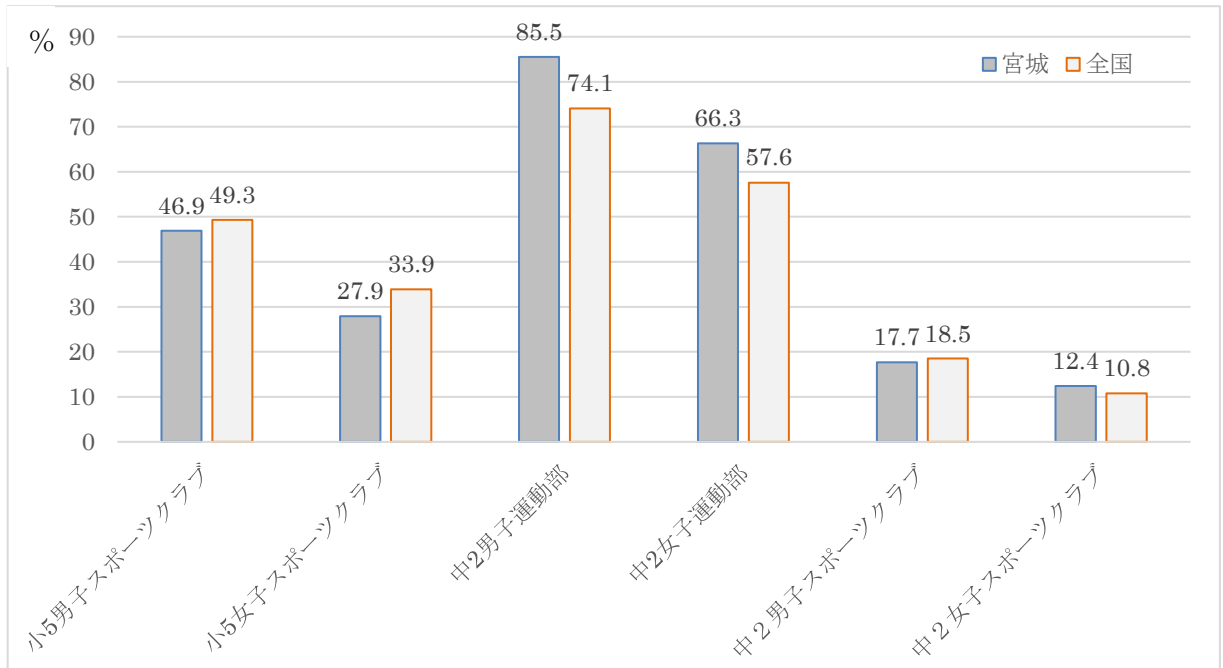
- 「体育の授業は楽しい・やや楽しい」と回答した児童生徒の割合は, 小5女子以外, 全国を上回っている。
- 「体育の授業では, たくさん運動する, だいたい運動する」と回答した児童生徒の割合は, 小中男女すべてにおいて全国を上回っている。
- 「体育の授業で, 自分の動きの質が向上していることをよく実感する, 少し実感する」と回答した児童生徒の割合は, 中2男子以外, 全国を下回っている。
- 「新型コロナウイルス感染症の影響前と現在とを比較して, 運動やスポーツへ取り組む時間が増えた, 変化はない」と回答した児童生徒の割合は, 小中男女すべてにおいて, 全国を上回っている。

【学校質問紙調査】

学校質問紙調査 (%)	校種	宮城県	全国	差
① 令和2年度に, 児童・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。 (設定していたと回答した割合)	小学校	78.8	75.8	3.0
	中学校	54.5	68.3	△13.8
② 運動・スポーツが苦手(嫌い)な傾向がある児童・生徒向けの取組, または性別に応じた取組を現在行っていますか。 (行う予定はありますか。) (行っている, 行う予定があると回答した割合)	小学校	68.6	69.1	△0.5
	中学校	74.3	76.9	△2.6
③ 体育の授業の冒頭でその授業の目標(めあて・ねらい等)を児童・生徒に示す活動を取り入れていますか。(いつも取り入れている, だいたい取り入れていると回答した割合)	小学校	98.0	97.2	0.8
	中学校	100	99.0	1.0
④ 体育の授業の最後に, その授業で学習したことをふり返る活動を取り入れていますか。(いつも取り入れている, だいたい取り入れていると回答した割合)	小学校	93.1	94.4	△1.3
	中学校	97.7	97.0	0.7

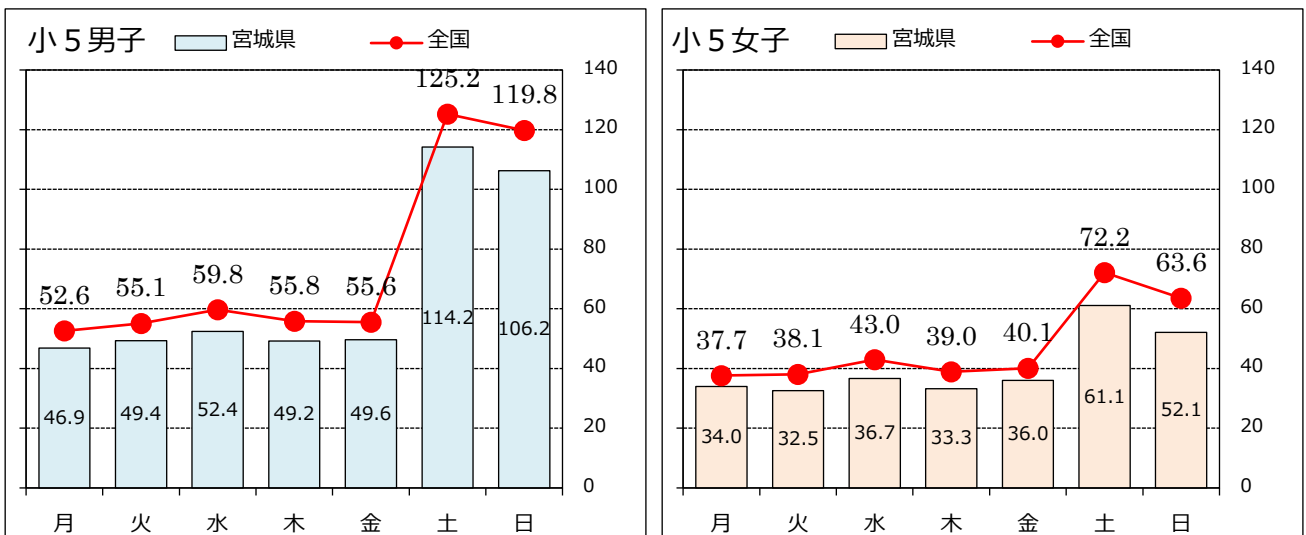
(8) 運動部活動等の加入率及び小学生の曜日ごとの運動時間の状況

① 運動部活動やスポーツクラブ（スポーツ少年団を含む）の加入率（仙台市を除く）



- 小5男女においては、全国の割合よりもスポーツクラブ加入率が低い。
- 中2男女においては、男子のスポーツクラブ以外は全国の割合を上回っている。

② 小学生の曜日ごとの運動時間の状況（学校の体育の授業以外）【分】（宮城県全体）



- 小5男子においては、平日は3～7分、土日は11～13分程度、全国の平均運動時間より短い。
- 小5女子においては、平日は4～6分、土日は11分程度、全国の平均運動時間より短い。
- 女子は男子より、平日は13～17分程度、休日は53～56分程度、平均運動時間が短く、全国と宮城県は同様の傾向にある。