

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

1 調査対象学年

小学校第5学年、中学校第2学年

2 調査内容

① 実技に関する調査（新体力テスト8種目で実施）

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、50m走、立ち幅跳び、
ボール投げ、20mシャトルラン

② 質問紙調査……児童生徒：運動習慣、生活習慣、体育授業等の項目

学 校：子どもの体力向上に係る取組等に関する項目

3 各種目平均値と体力合計点

【小学校5年】

◎・・・岡山県平均および全国平均を上回っている。
▲・・・岡山県平均および全国平均を下回っている。

※50m走は数値が低い方が記録はよい。

性別	男 子								
種目	体力合計点 (点)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
全国平均	53.61	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.45	21.61
県平均	53.63	15.95	19.85	32.49	42.31	49.31	9.37	152.83	21.67
倉敷市	◎53.65	▲15.87	◎20.27	32.69	41.92	▲48.67	◎9.33	◎153.06	▲21.44

性別	女 子								
種目	体力合計点 (点)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
全国平均	55.59	16.09	18.95	37.62	40.14	40.79	9.64	145.68	13.61
県平均	55.44	15.83	18.74	36.52	40.57	39.60	9.56	146.48	13.56
倉敷市	▲54.67	▲15.66	18.74	▲36.29	▲39.76	▲38.22	◎9.55	▲144.90	▲12.97

【中学校2年】

◎・・・岡山県平均および全国平均を上回っている。
▲・・・岡山県平均および全国平均を下回っている。

※50m走は数値が低い方が記録はよい。

性別	男 子								
種目	体力合計点 (点)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
全国平均	41.69	28.65	26.96	43.50	51.91	83.53	8.02	195.03	20.40
県平均	42.83	29.09	26.70	44.84	53.17	80.90	7.91	197.13	20.91
倉敷市	42.38	▲28.25	▲26.08	44.25	◎53.65	81.52	◎7.90	▲194.02	◎21.17

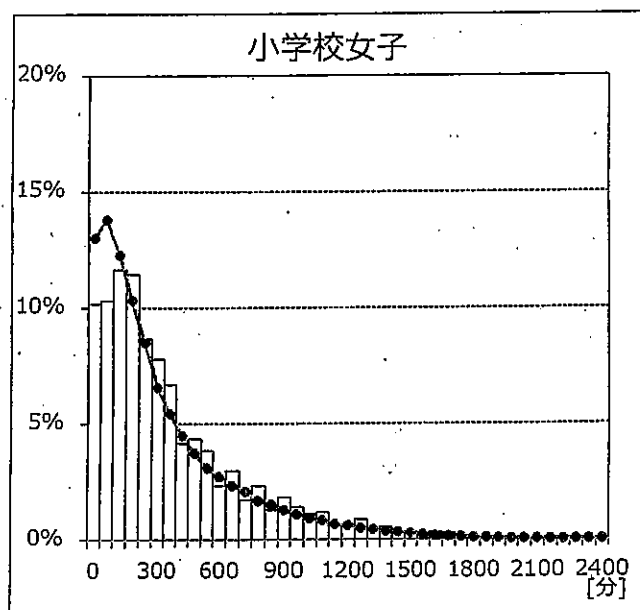
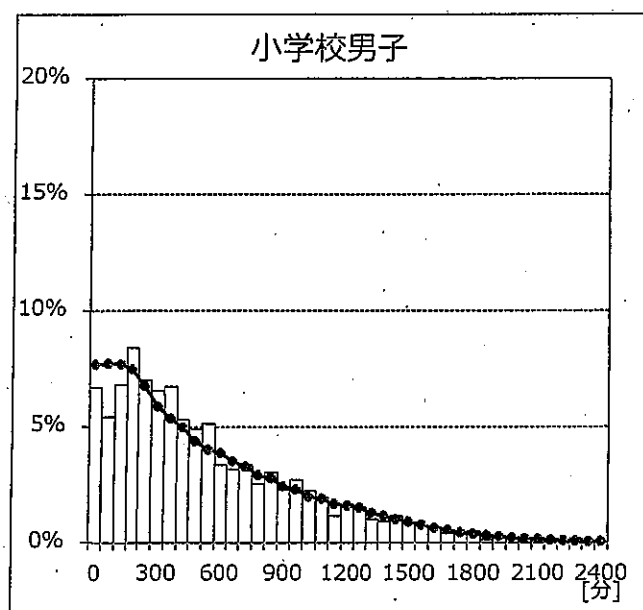
性別	女 子								
種目	体力合計点 (点)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
全国平均	50.22	23.79	23.69	46.32	47.28	58.31	8.81	169.90	12.96
県平均	51.40	24.24	23.03	47.19	48.02	56.04	8.72	171.93	13.54
倉敷市	51.14	23.80	▲22.99	46.54	◎48.34	56.52	8.72	170.69	◎13.66

4 1週間の総運動時間の分布

1週間の総運動時間の分布を、横軸を60分ごとの階級、縦軸を割合で表している。
(0～59分, 60分～119分, 120分～179分・・・, 2400分～2459分)

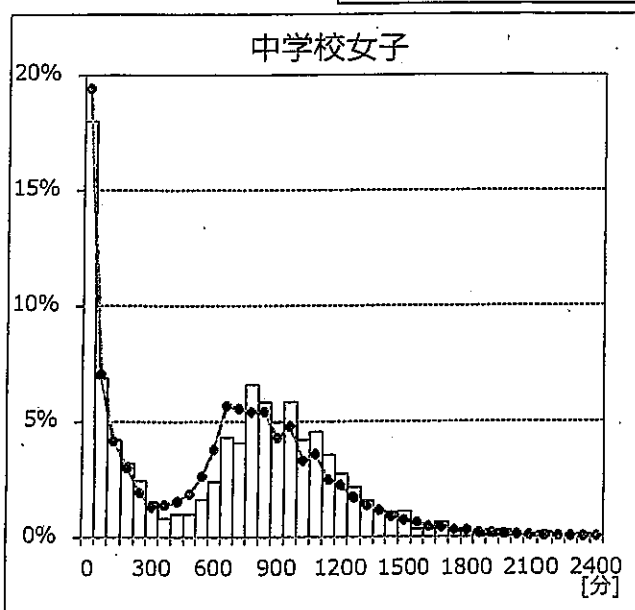
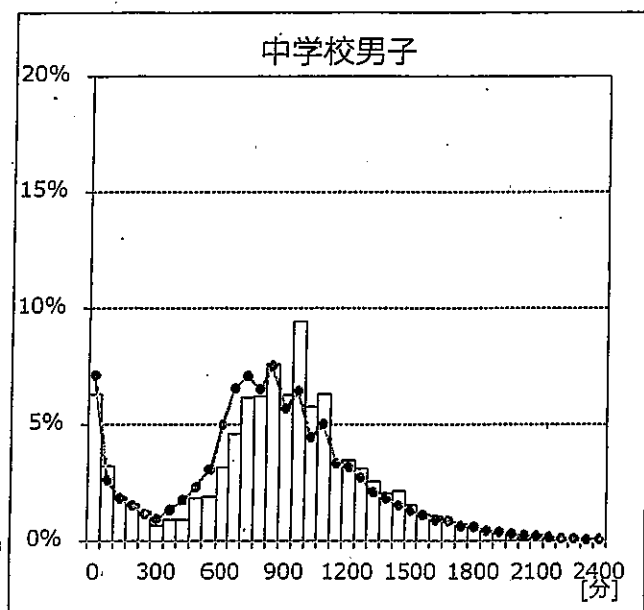
【小学校5年】 ※全児童が回答

折れ線は全国の分布



【中学校2年】 ※ 全生徒が回答

折れ線は全国の分布



5 用語解説と説明

体力テスト種目		単位	体力要素	測定方法
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値
②	上体起こし	回	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	cm	柔軟性	足を延ばして座った状態から前屈した時の両手の前方への移動距離
④	反復横跳び	回	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	回	全身持久力	20m 区間の折り返し回数
⑥	50m 走	秒	疾走能力	50m の疾走時間
⑦	立ち幅跳び	cm	筋パワー・跳躍能力	静止状態から両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧	ボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ボールを遠投した距離 ・小学校はソフトボール ・中学校はハンドボール
体力合計点		点	8種目の体力テストの成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	