

## 件 名

---

「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について

## 提出理由

---

本年度実施された全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果等について、別紙のとおり報告します。

## 概 要

---

- 1 「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果
  - (1) 調査の概要
    - ア 調査の目的
    - イ 調査方法
    - ウ 結果の公表
  - (2) 県平均値と全国平均値との比較
    - ア 体力合計点について
    - イ 総合評価について
    - ウ 運動習慣等について

## 2 令和3年度調査結果から

- (1) 成果
- (2) 課題
- (3) 改善に向けて

## 3 資料

# 1 「令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果

## (1) 調査の概要

### ア 調査の目的

- (ア) 国が全国的な児童生徒の体力・運動能力等の状況を把握・分析することにより、児童生徒の体力・運動能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。
- (イ) 各教育委員会が自らの児童生徒の体力・運動能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、児童生徒の体力・運動能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。
- (ウ) 各学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

### イ 調査方法

- (ア) 実施期間 令和3年4月から7月まで
- (イ) 対 象 国公立の小学校5年生、中学校2年生（悉皆調査）

## (ウ) 実施項目

### 実技に関する調査（8項目）、質問紙調査

		テスト項目						
小学校 5年生	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	20mシャトルラン※1	50m走	立ち幅 とび	ソフトボール 投げ
中学校 2年生					20mシャトルランか 持久走※2の選択			ハンドボール 投げ

※1 往復持久走（一定の間隔で鳴る電子音に従って20mを走り、折り返し回数を測定）

※2 男子は1500m、女子は1000m

## (エ) 参加校数

小学校 19,725校（97.6%）

中学校 10,575校（95.3%）

## ウ 結果の公表

令和3年12月24日

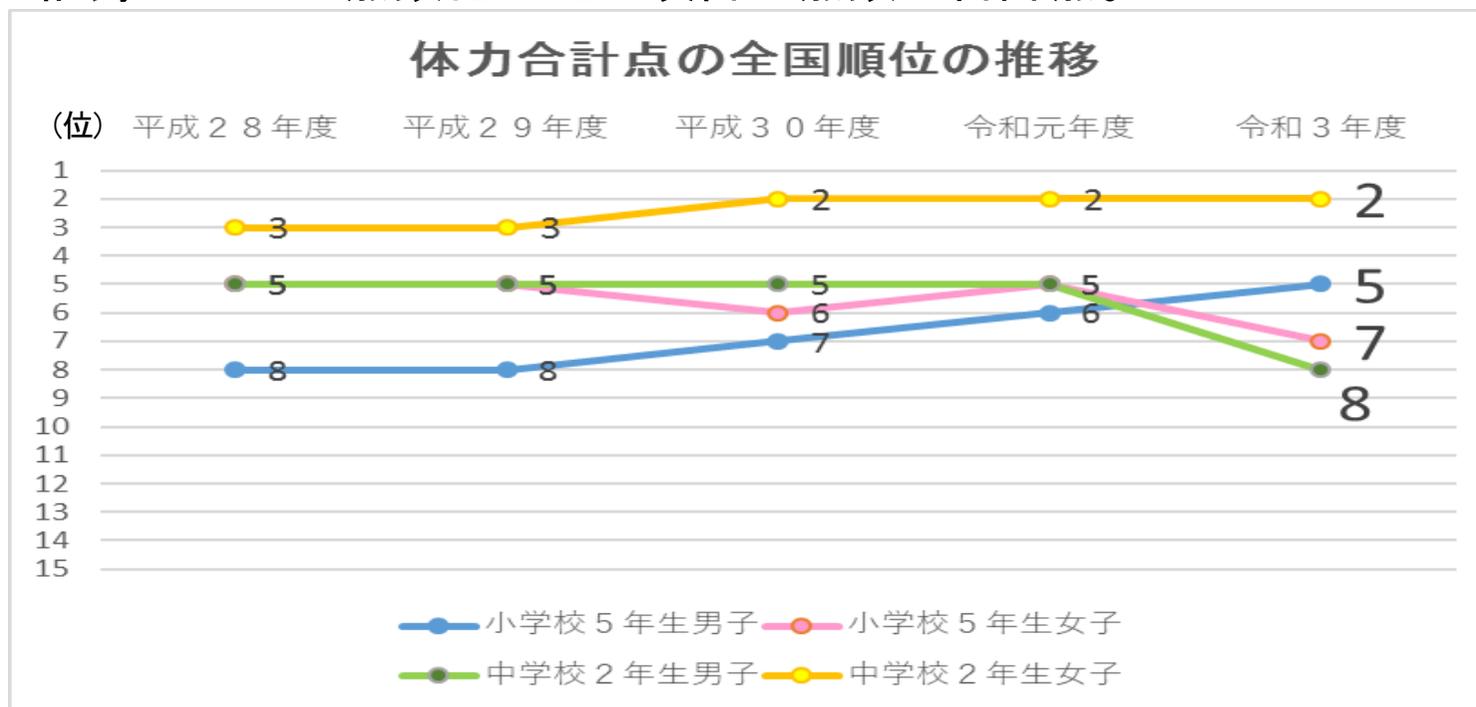
## (2) 県平均値（さいたま市を含む。）と全国平均値との比較

(※ 割合の合計は、四捨五入の関係で100%にならない場合がある。)

### ア 体力合計点について

#### (ア) 体力合計点

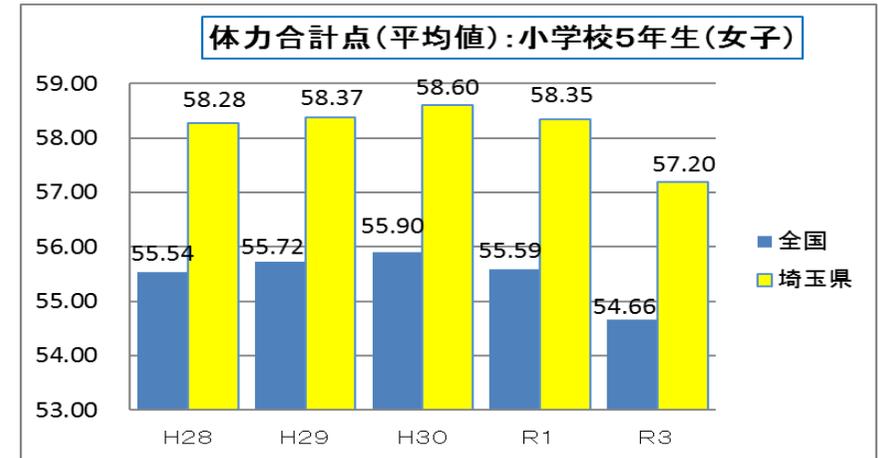
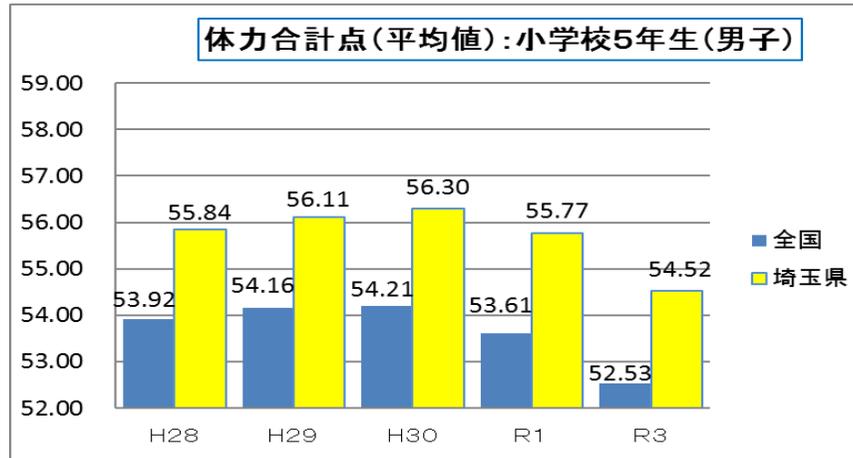
スポーツ庁が示す基準（15～18ページ参照）に従って、年齢と項目別の記録に応じて点数化した8項目の点数の合計点。



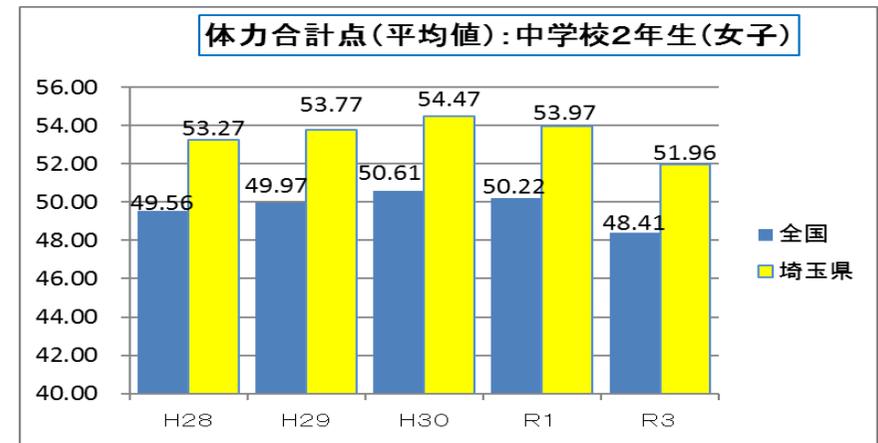
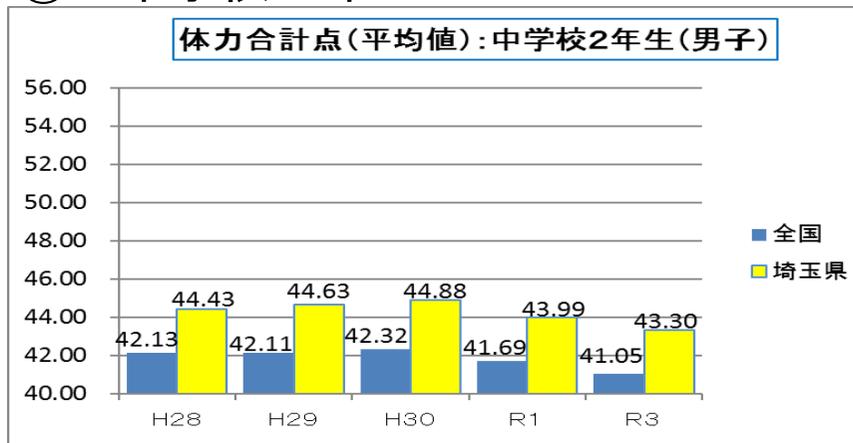
○埼玉県：体力合計点の県平均値と全国平均値を比較すると、男女ともに高い値であった。

# (イ) 体力合計点の推移

## ① 小学校5年生



## ② 中学校2年生



○埼玉県：体力合計点の県平均値の推移は、全国平均値と同様に男女とも一昨年度を下回った。

## イ 総合評価について

体力合計点によるAからEの5段階の評価（15～18ページ参照）

### （ア）小学校5年生

区分	男子						女子					
	A	B	C	D	E	A+B+C	A	B	C	D	E	A+B+C
令和元年度 埼玉県	15.9%	29.3%	32.5%	16.4%	5.9%	77.7%	23.9%	32.6%	29.2%	11.4%	2.8%	85.7%
令和3年度 埼玉県	13.0%	26.4%	33.3%	19.3%	8.1%	72.6%	20.1%	30.8%	31.5%	13.6%	4.0%	82.4%
令和3年度 全国	10.1%	21.5%	32.3%	23.7%	12.5%	63.9%	13.8%	24.9%	33.7%	20.4%	7.2%	72.4%

### （イ）中学校2年生

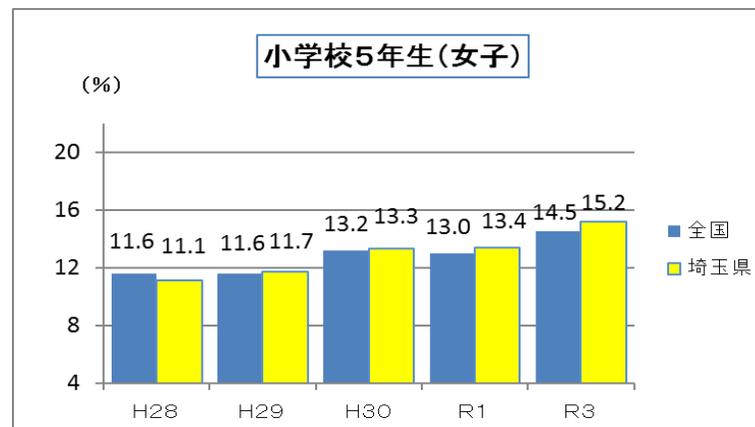
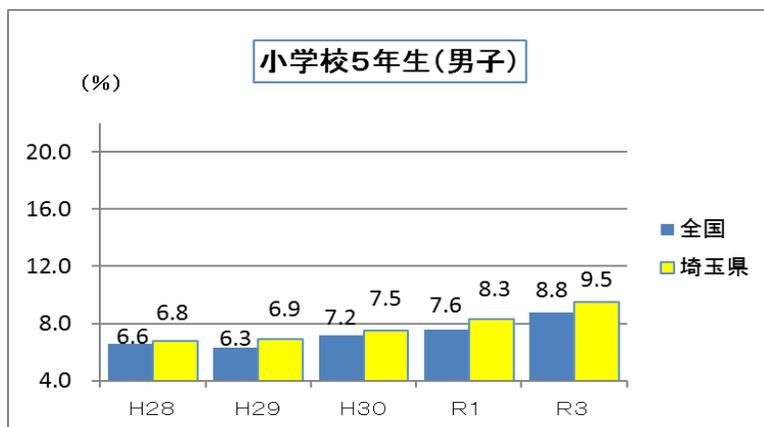
区分	男子						女子					
	A	B	C	D	E	A+B+C	A	B	C	D	E	A+B+C
令和元年度 埼玉県	11.1%	30.5%	35.5%	17.8%	5.0%	77.1%	43.8%	32.4%	18.1%	5.0%	0.7%	94.3%
令和3年度 埼玉県	10.8%	27.8%	35.7%	20.1%	5.6%	74.4%	36.8%	32.5%	22.1%	7.7%	1.1%	91.3%
令和3年度 全国	7.6%	23.4%	35.9%	24.3%	8.8%	66.9%	26.1%	31.0%	27.3%	12.9%	2.8%	84.4%

○埼玉県：男女ともにA+B+Cの児童の割合は減少したものの、全国と比較して高かった。

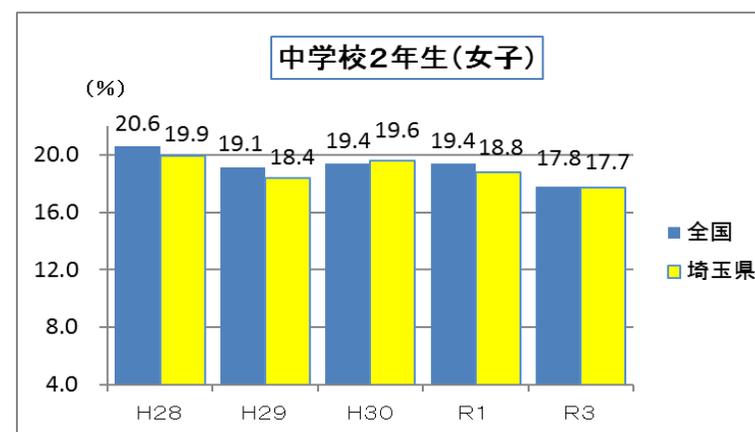
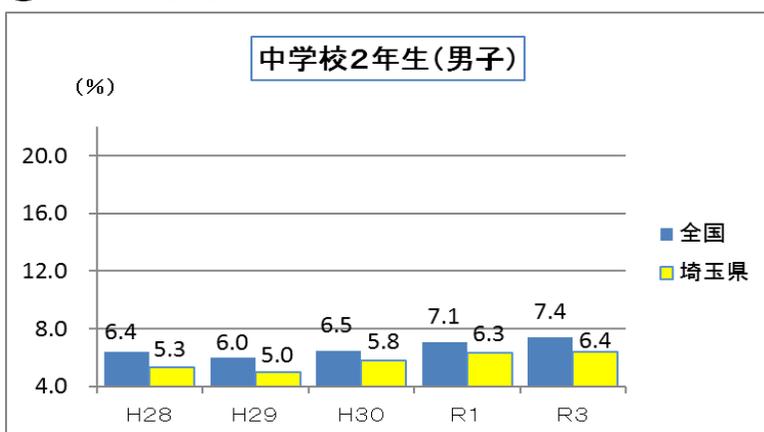
## ウ 運動習慣等について（さいたま市を除く。）

（ア）1週間の総運動時間（体を動かす遊びを含む。）が60分未満の児童生徒の割合（H28まではさいたま市を含む。）

### ① 小学校5年生



### ② 中学校2年生

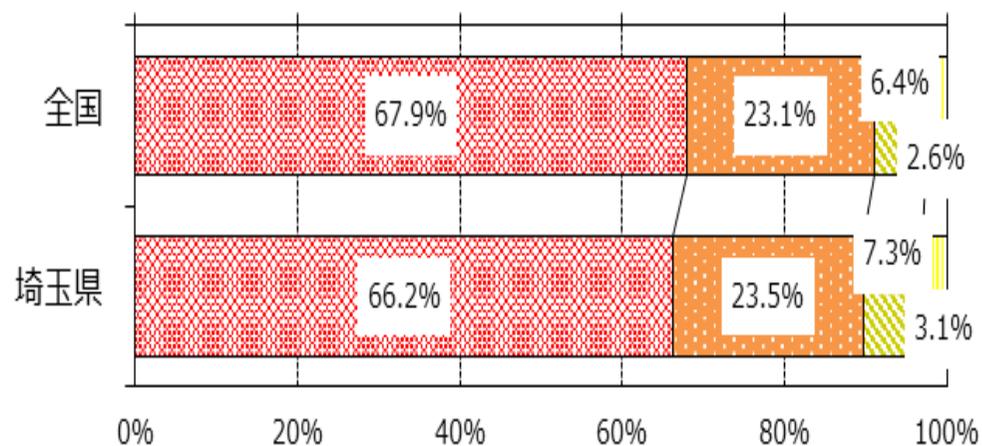


○埼玉県：小学校5年生男女は全国平均を上回り、中学校2年生男女は全国平均を下回った。

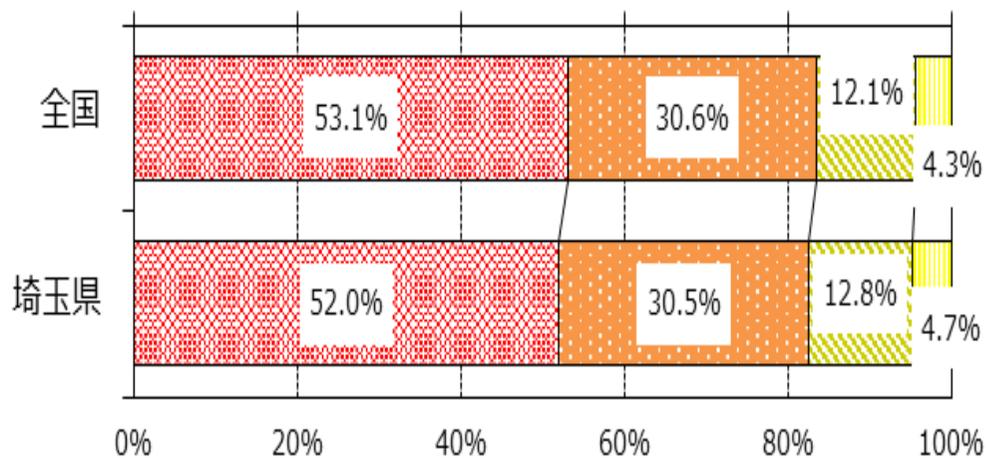
# (イ) 運動やスポーツが好きな児童生徒の割合

## ① 小学校5年生

### 男子



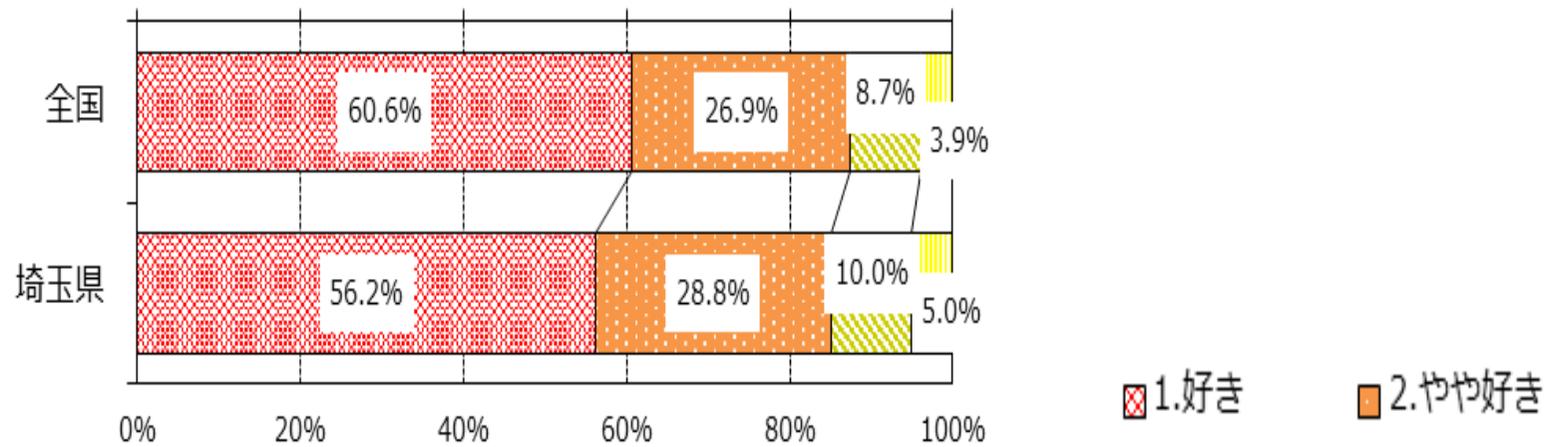
### 女子



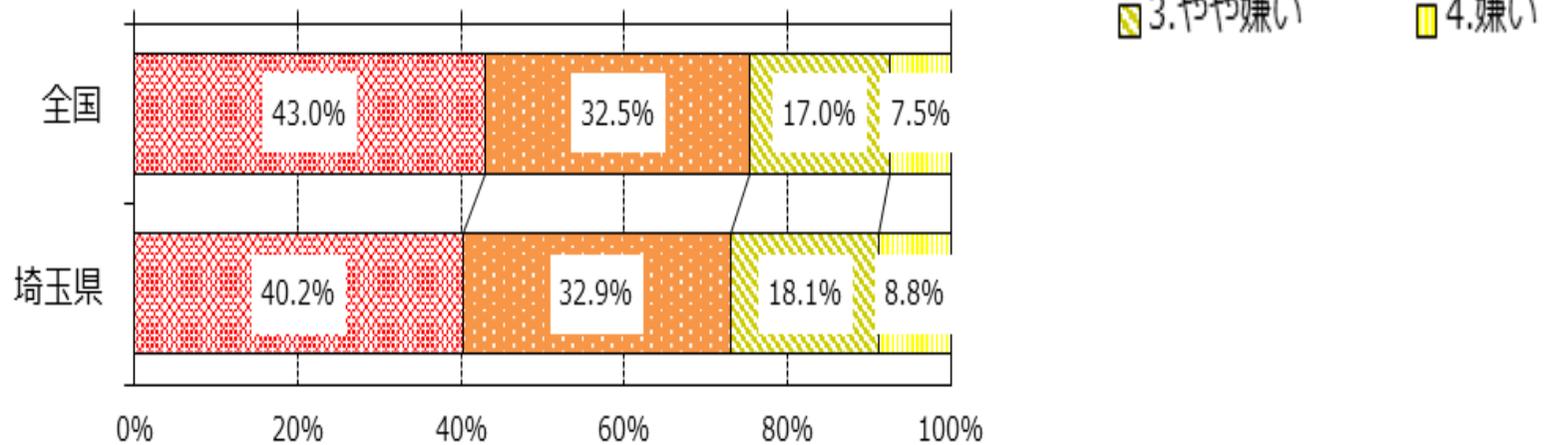
- 1.好き
- 2.やや好き
- 3.やや嫌い
- 4.嫌い

## ② 中学校2年生

男子



女子

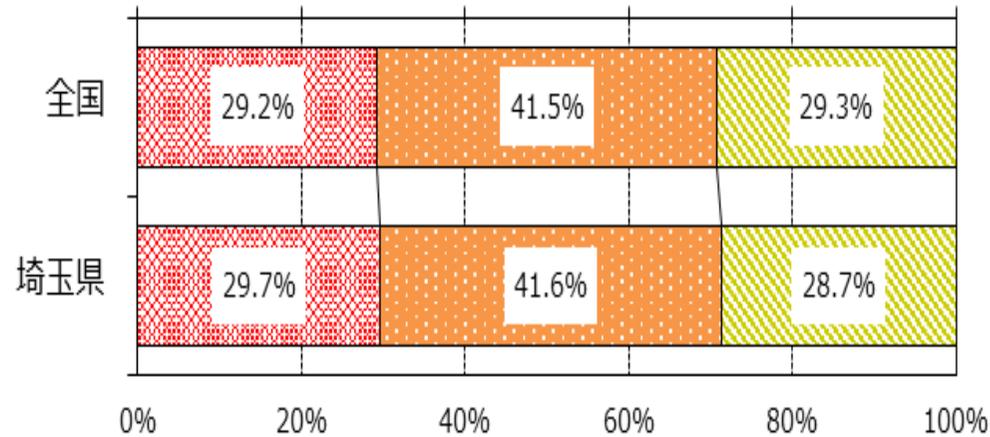


○埼玉県：「好き・やや好き」の割合が、全国平均と比較して男女とも低い数値であった。

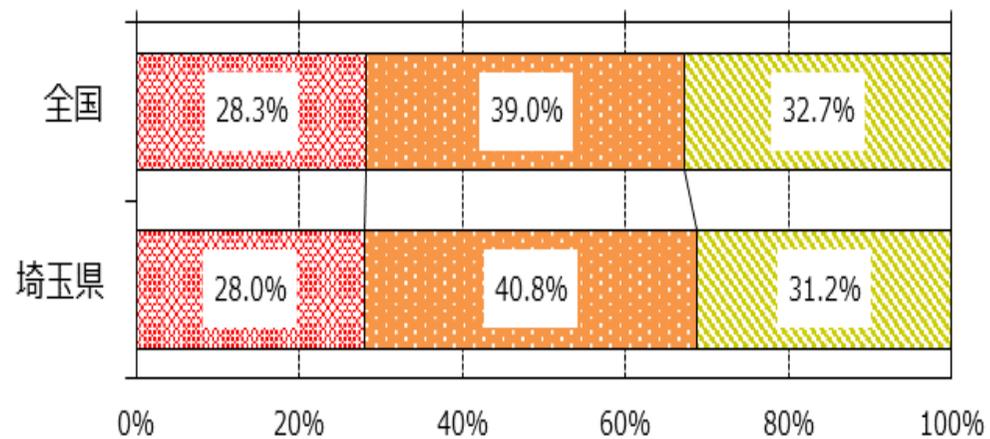
(ウ) コロナ前と比べた運動やスポーツをする時間の割合

① 小学校5年生

男子

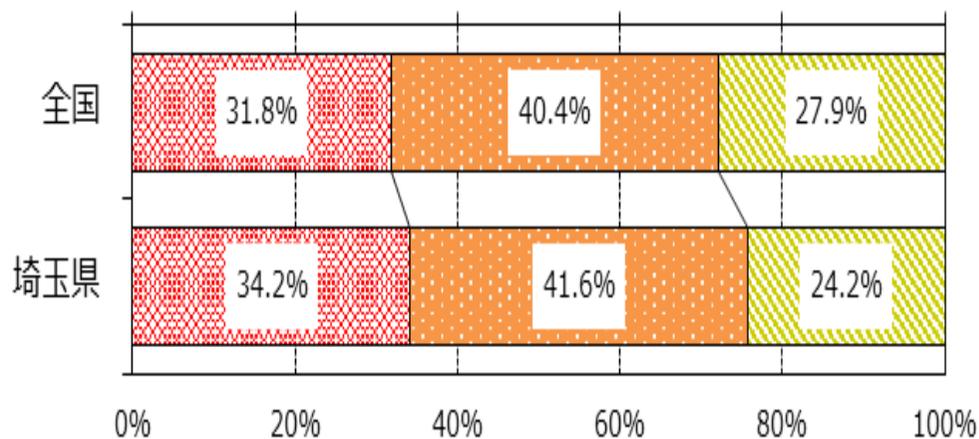


女子

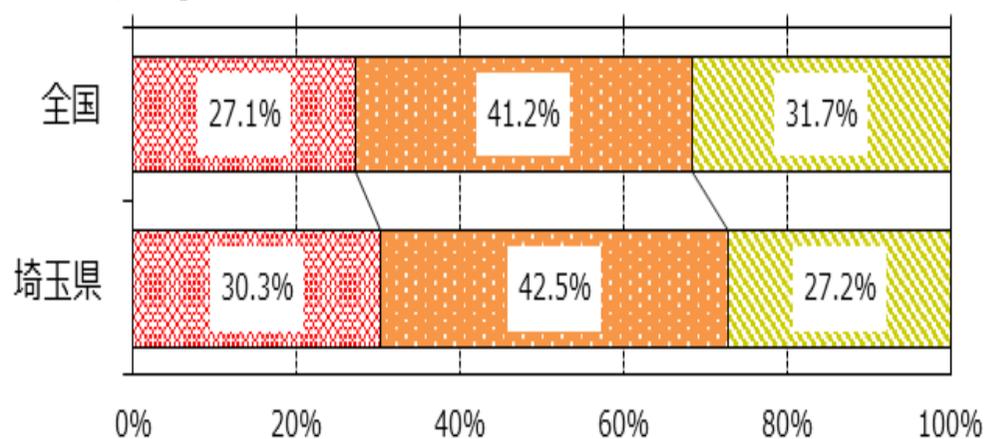


- 1. 以前より運動やスポーツをする時間が増えた
- 2. 以前より運動やスポーツをする時間が減った
- 3. 変化はない

② 中学校2年生  
男子



女子



○埼玉県：「時間が減った」と回答している児童生徒の割合の方が、「時間が増えた」と回答している児童生徒の割合よりも約10%程度上回っている。

## 2 令和3年度調査結果から

### (1) 成果

- ア 本県の児童生徒の体力（実技）の数値は減少したものの、全国的に高い数値を維持
- イ 県独自の体力プロフィールシートの活用の成果
- ウ 新型コロナウイルス感染拡大防止に努めつつ、体力課題解決研究指定校発表会や授業研究等で児童生徒が主体的に運動する体育の授業づくりの成果

### (2) 課題

- ア 令和元年度の本県の平均値と比較すると、体力合計点は低下
- イ 新型コロナウイルス感染症予防のための体育時における活動内容の変更や運動部活動の制限等による運動量の減少
- ウ 外出自粛による日常の運動不足
- エ 全国と比較して低い「運動・スポーツが好き」という児童生徒の割合

(3) 改善に向けて

- ア 新体カテスト等の結果による児童生徒一人一人の実態と分析に基づく指導  
(県独自の体カプロフィールシート等の一層の活用・推進)
- イ 運動が好きな児童生徒を育成するための授業改善  
(「運動好きな児童生徒育成のために(リーフレット)」(令和4年3月配付予定)の活用及び体力課題解決研究指定校の授業実践研究等を研修会や実践事例集等で周知)
- ウ 新型コロナウイルスの感染状況に応じた適切な体育授業の実施

### 3 資料

#### <資料1>

##### 【総合評価の求め方】

それぞれのテスト項目の成績を年齢及び性別ごとに区分した項目別得点表に当てはめ、1点から10点の10段階で点数化する。次にそれらの8項目の合計点（体力合計点）を年齢別の総合評価基準表に当てはめ、AからEの5段階で総合評価する。

#### 新体力テスト項目別得点表及び総合評価基準表（6～11歳） 項目別得点表

##### 男子

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	得点
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上	80回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上	10
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39	9
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34	8
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29	7
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23	6
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17	5
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12	4
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9	3
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6	2
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下	7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下	1

## 女子

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	得点
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上	64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上	10
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24	9
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20	8
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16	7
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13	6
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10	5
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7	4
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5	3
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4	2
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下	7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下	1

## 総合評価基準表

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	段階
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上	A
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70	B
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62	C
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54	D
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下	E
学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6	学年

新体力テスト項目別得点表及び総合評価基準表（12～18歳） 項目別得点表

男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンド ボール投げ	得点
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4'59"以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上	10
9	51～55	33～34	58～63	60～62	5'00"～5'16"	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36	9
8	47～50	30～32	53～57	56～59	5'17"～5'33"	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33	8
7	43～46	27～29	49～52	53～55	5'34"～5'55"	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30	7
6	38～42	25～26	44～48	49～52	5'56"～6'22"	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27	6
5	33～37	22～24	39～43	45～48	6'23"～6'50"	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24	5
4	28～32	19～21	33～38	41～44	6'51"～7'30"	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21	4
3	23～27	16～18	28～32	37～40	7'31"～8'19"	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18	3
2	18～22	13～15	21～27	30～36	8'20"～9'20"	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15	2
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9'21"以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下	1

## 女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンド ボール投げ	得点
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3'49"以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上	10
9	33～35	26～28	58～62	50～52	3'50"～4'02"	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22	9
8	30～32	23～25	54～57	48～49	4'03"～4'19"	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19	8
7	28～29	20～22	50～53	45～47	4'20"～4'37"	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17	7
6	25～27	18～19	45～49	42～44	4'38"～4'56"	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15	6
5	23～24	15～17	40～44	39～41	4'57"～5'18"	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13	5
4	20～22	13～14	35～39	36～38	5'19"～5'42"	27～34	9.4～9.8	145～156	11	4
3	17～19	11～12	30～34	32～35	5'43"～6'14"	21～26	9.9～10.3	132～144	10	3
2	14～16	8～10	23～29	27～31	6'15"～6'57"	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9	2
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6'58"以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下	1

## 総合評価基準表

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	段階
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	A
B	41～50	47～56	51～59	52～60	53～62	54～64	54～64	B
C	32～40	37～46	41～50	41～51	42～52	43～53	43～53	C
D	22～31	27～36	31～40	31～40	31～41	31～42	31～42	D
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	E
学年	中1	中2	中3	高1	高2	高3	高4	学年

## <資料2> 令和3年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果

### <小学校5年生：埼玉県（さいたま市含む）>

表1 全国の平均値の推移

小学校5年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	16.96	19.28	32.55	40.81	—	50.08	9.37	153.64	25.41	54.19
	平成22年度	16.91	19.28	32.56	41.47	—	51.29	9.38	153.44	25.26	54.36
	平成24年度	16.70	19.44	32.60	41.58	—	51.58	9.37	152.31	23.80	54.07
	平成25年度	16.63	19.54	32.73	41.41	—	51.41	9.38	152.07	23.19	53.87
	平成26年度	16.55	19.56	32.87	41.61	—	51.67	9.38	151.70	22.90	53.91
	平成27年度	16.45	19.58	33.05	41.60	—	51.64	9.38	151.24	22.52	53.80
	平成28年度	16.47	19.67	32.87	41.97	—	51.89	9.38	151.39	22.42	53.92
	平成29年度	16.51	19.92	33.15	41.95	—	52.24	9.37	151.71	22.53	54.16
	平成30年度	16.54	19.95	33.31	42.10	—	52.15	9.37	152.24	22.15	54.21
	令和元年度	16.37	19.80	33.24	41.74	—	50.32	9.42	151.45	21.61	53.61
	令和3年度	16.22	18.89	33.49	40.36	—	46.85	9.45	151.43	20.58	52.53
女子	平成21年度	16.35	17.65	36.62	38.48	—	38.73	9.64	145.11	14.62	54.59
	平成22年度	16.37	17.74	36.74	39.17	—	39.65	9.65	145.20	14.58	54.89
	平成24年度	16.23	17.92	36.68	39.23	—	39.89	9.64	144.84	14.25	54.85
	平成25年度	16.14	18.06	36.87	39.06	—	39.66	9.64	144.55	13.94	54.70
	平成26年度	16.09	18.26	37.21	39.36	—	40.29	9.64	144.76	13.90	55.01
	平成27年度	16.05	18.42	37.44	39.55	—	40.69	9.62	144.77	13.77	55.18
	平成28年度	16.13	18.60	37.21	40.06	—	41.29	9.61	145.31	13.88	55.54
	平成29年度	16.12	18.81	37.43	40.06	—	41.62	9.60	145.47	13.94	55.72
	平成30年度	16.15	18.96	37.62	40.32	—	41.88	9.60	145.94	13.77	55.90
	令和元年度	16.09	18.95	37.62	40.14	—	40.79	9.64	145.68	13.61	55.59
	令和3年度	16.09	18.07	37.92	38.73	—	38.16	9.64	145.22	13.30	54.66

表2 埼玉県の実験値の推移

全国平均値を下回る

小学校5年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	16.62	20.44	33.26	43.03	—	55.19	9.29	156.60	23.88	55.65
	平成22年度	16.44	20.40	33.17	42.76	—	54.19	9.27	157.19	23.28	55.34
	平成24年度	16.23	20.40	32.72	43.03	—	54.43	9.23	155.40	21.79	54.87
	平成25年度	16.61	21.06	33.46	43.81	—	57.13	9.27	155.98	22.18	55.85
	平成26年度	16.57	21.10	33.83	43.94	—	57.09	9.27	155.66	21.98	55.90
	平成27年度	16.44	21.16	34.05	43.82	—	56.44	9.28	154.90	21.52	55.67
	平成28年度	16.50	21.28	34.22	44.01	—	56.82	9.29	155.09	21.36	55.84
	平成29年度	16.51	21.61	34.32	44.19	—	56.99	9.27	155.72	21.50	56.11
	平成30年度	16.57	21.73	34.75	44.42	—	57.22	9.26	155.72	21.23	56.30
	令和元年度	16.40	21.65	34.82	44.15	—	55.26	9.32	155.14	20.70	55.77
	令和3年度	16.19	20.67	34.56	42.42	—	51.62	9.35	154.07	19.75	54.52
女子	平成21年度	16.26	19.12	37.67	40.73	—	43.86	9.54	149.16	13.94	56.82
	平成22年度	15.97	19.27	37.89	40.85	—	42.92	9.53	149.60	13.64	56.59
	平成24年度	15.90	19.10	37.45	40.81	—	42.75	9.46	148.24	13.32	56.34
	平成25年度	16.24	19.80	37.93	41.43	—	45.46	9.53	149.32	13.66	57.33
	平成26年度	16.21	20.02	38.46	41.74	—	46.09	9.52	149.71	13.67	57.71
	平成27年度	16.20	20.22	38.95	41.76	—	45.96	9.50	149.51	13.56	57.82
	平成28年度	16.38	20.41	38.88	42.23	—	46.80	9.50	150.44	13.75	58.28
	平成29年度	16.32	20.72	39.04	42.28	—	46.79	9.50	150.24	13.79	58.37
	平成30年度	16.31	20.88	39.41	42.58	—	47.03	9.49	150.36	13.73	58.60
	令和元年度	16.22	20.96	39.58	42.40	—	46.24	9.53	150.07	13.55	58.35
	令和3年度	16.19	19.91	39.40	40.63	—	42.80	9.54	148.47	13.26	57.20

表3 各項目の全国順位の推移

小学校5年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	41	5	7	8	—	9	7	6	47	10
	平成22年度	42	5	10	14	—	13	6	5	47	11
	平成24年度	44	5	16	12	—	14	6	8	47	14
	平成25年度	26	3	8	6	—	6	4	4	43	6
	平成26年度	24	2	7	7	—	7	5	4	45	6
	平成27年度	28	2	7	7	—	8	5	4	45	7
	平成28年度	20	1	4	8	—	5	6	4	47	8
	平成29年度	23	2	5	7	—	7	4	3	45	8
	平成30年度	24	1	5	6	—	7	5	5	42	7
	令和元年度	24	1	4	5	—	7	5	2	43	6
	令和3年度	26	1	6	8	—	7	6	6	45	5
女子	平成21年度	29	5	6	10	—	12	5	5	45	6
	平成22年度	42	4	7	12	—	15	5	6	45	10
	平成24年度	38	6	9	10	—	16	2	8	46	7
	平成25年度	20	3	7	5	—	7	4	4	41	5
	平成26年度	23	2	5	7	—	6	3	2	39	5
	平成27年度	19	2	4	7	—	7	3	3	39	5
	平成28年度	13	2	3	8	—	6	3	3	37	5
	平成29年度	15	2	4	8	—	6	4	2	37	5
	平成30年度	19	2	4	9	—	7	3	3	37	6
	令和元年度	20	1	3	7	—	7	4	3	35	5
	令和3年度	21	1	5	9	—	9	4	5	39	7

## 〈中学校2年生：埼玉県（さいたま市含む）〉

表1 全国の平均値の推移

中学校2年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	29.82	26.73	42.91	50.50	396.19	83.27	8.05	194.62	21.27	41.36
	平成22年度	29.70	26.98	43.08	51.04	395.46	84.49	8.04	195.37	21.23	41.71
	平成24年度	29.65	27.58	43.27	51.55	391.04	86.24	8.01	195.37	21.23	42.32
	平成25年度	29.21	27.58	43.11	51.08	393.90	84.98	8.04	193.68	21.01	41.78
	平成26年度	29.00	27.45	42.92	51.31	392.89	85.29	8.03	193.43	20.86	41.74
	平成27年度	28.93	27.43	43.08	51.62	392.62	85.56	8.01	194.05	20.65	41.89
	平成28年度	28.91	27.46	43.06	51.93	391.72	86.24	8.03	194.69	20.59	42.13
	平成29年度	28.89	27.45	43.20	51.89	391.23	85.99	7.99	194.54	20.56	42.11
	平成30年度	28.84	27.36	43.44	52.24	392.65	86.06	7.99	195.62	20.55	42.32
	令和元年度	28.65	26.96	43.50	51.91	398.98	83.53	8.02	195.03	20.40	41.69
	令和3年度	28.78	25.89	43.58	51.17	407.22	79.45	8.01	196.31	20.24	41.05
女子	平成21年度	23.98	22.08	44.39	44.56	294.25	56.35	8.90	166.02	13.40	47.94
	平成22年度	23.88	22.33	44.59	44.97	294.77	56.45	8.90	166.63	13.29	48.14
	平成24年度	23.98	22.84	45.00	45.46	292.23	57.87	8.87	167.13	13.12	48.72
	平成25年度	23.76	23.03	45.12	45.27	292.71	57.20	8.88	166.18	12.97	48.42
	平成26年度	23.70	23.07	45.23	45.63	290.64	57.77	8.87	166.53	12.88	48.66
	平成27年度	23.68	23.26	45.53	46.09	290.03	58.06	8.84	167.28	12.83	49.08
	平成28年度	23.75	23.48	45.46	46.60	288.51	58.80	8.83	168.28	12.85	49.56
	平成29年度	23.82	23.73	45.86	46.76	287.36	59.14	8.80	168.57	12.96	49.97
	平成30年度	23.87	23.87	46.22	47.37	286.85	59.87	8.78	170.26	12.98	50.61
	令和元年度	23.79	23.69	46.32	47.28	289.82	58.31	8.81	169.90	12.96	50.22
	令和3年度	23.38	22.22	46.20	46.25	298.34	53.92	8.88	168.00	12.64	48.41

表2 埼玉県のア平均値の推移

全国平均値を下回る

中学校2年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	30.07	28.81	45.18	51.58	382.34	87.43	7.91	197.28	21.59	43.35
	平成22年度	29.27	29.01	45.19	52.42	381.88	84.62	7.94	195.75	21.53	43.23
	平成24年度	29.46	29.10	45.40	52.42	379.18	89.61	7.96	197.26	21.35	43.49
	平成25年度	29.51	30.01	46.10	52.03	378.05	88.60	7.89	196.62	21.64	44.07
	平成26年度	29.37	30.11	46.20	52.66	376.32	91.35	7.89	197.48	21.46	44.38
	平成27年度	29.29	29.92	46.31	52.60	375.93	91.81	7.88	197.00	21.19	44.25
	平成28年度	29.25	29.93	46.27	52.81	374.45	91.30	7.93	197.36	21.16	44.43
	平成29年度	29.29	29.91	46.92	53.10	374.61	88.97	7.86	198.00	21.20	44.63
	平成30年度	29.29	30.04	47.27	53.27	375.85	90.13	7.86	198.72	21.13	44.88
	令和元年度	29.04	29.39	47.15	52.92	382.04	88.73	7.91	198.42	20.84	43.99
	令和3年度	29.17	28.15	47.39	52.05	391.45	82.65	7.88	198.80	20.87	43.30
女子	平成21年度	24.57	24.73	46.78	45.69	279.47	62.65	8.70	171.16	13.64	51.18
	平成22年度	24.31	25.13	47.09	46.33	278.15	61.12	8.70	171.05	13.32	51.28
	平成24年度	24.62	25.48	47.39	46.59	278.90	65.40	8.72	171.94	13.36	51.65
	平成25年度	24.44	26.17	48.05	46.36	277.39	63.79	8.66	170.97	13.57	52.09
	平成26年度	24.52	26.32	48.42	47.06	275.36	65.24	8.64	172.90	13.51	52.66
	平成27年度	24.39	26.35	48.75	47.26	275.11	66.48	8.63	172.70	13.49	52.88
	平成28年度	24.56	26.60	48.57	47.67	274.58	66.17	8.62	173.70	13.53	53.27
	平成29年度	24.63	26.73	49.44	47.98	273.95	65.91	8.59	173.79	13.70	53.77
	平成30年度	24.74	27.10	49.96	48.61	273.24	65.46	8.58	175.43	13.72	54.47
	令和元年度	24.66	26.74	49.93	48.62	276.46	65.12	8.61	175.40	13.68	53.97
	令和3年度	24.16	25.05	49.95	47.21	285.33	58.89	8.69	172.14	13.47	51.96

表3 各項目の全国順位の推移

中学校2年生		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	体力 合計点
男子	平成21年度	18	1	5	21	2	9	4	15	15	8
	平成22年度	36	2	6	11	8	27	8	22	17	11
	平成24年度	29	3	9	14	5	11	14	18	19	12
	平成25年度	20	1	3	15	2	8	4	13	13	7
	平成26年度	19	1	2	7	2	2	3	9	12	4
	平成27年度	20	1	2	10	2	3	4	12	13	7
	平成28年度	24	1	2	11	2	2	7	12	13	5
	平成29年度	20	1	1	7	2	10	3	9	12	5
	平成30年度	22	1	1	8	2	4	4	12	13	5
	令和元年度	21	1	1	6	2	3	4	9	15	5
令和3年度	21	1	1	16	5	16	4	18	14	8	
女子	平成21年度	5	1	2	15	2	4	4	7	14	4
	平成22年度	11	2	5	7	2	7	3	7	25	5
	平成24年度	7	1	5	7	3	3	5	6	14	4
	平成25年度	3	1	4	12	2	3	3	7	7	4
	平成26年度	1	1	1	4	2	2	2	2	4	3
	平成27年度	2	1	2	5	2	2	4	2	8	3
	平成28年度	1	1	1	4	3	2	2	3	6	3
	平成29年度	2	1	2	3	3	3	2	3	5	3
	平成30年度	1	1	1	3	2	3	2	4	7	2
	令和元年度	1	1	2	2	4	2	2	2	5	2
令和3年度	5	1	1	10	4	5	3	6	5	2	

# <資料3> 体カプロフィールシート

## あなたの体カプロフィールを知ろう

— 埼玉県体カ標準値、全国平均値比較 —

「体カ」は、元来のものです。「体カ」があると「やってみよう!」「がんばろう!」という気持ちにもなります。みなさんの「生きるカ」によって、とても大切なものです。

あなたの今年度の体カ向上目標値の達成状況および次年度の体カ向上目標値がわかります。あなたの体カプロフィールを作成し、埼玉県体カ標準値および全国平均値と比べてみましょう。第1目標(キック)、第2目標(スラップ)、第3目標(ジャンプ)の達成にむけて、がんばりましょう!

あなたの記録、得点、目標値

令和元年	あなたの記録	選力	上体起こし	真座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立幅とび	ボール投げ
令和元年	あなたの記録	15kg	22回	37cm	37点	45回	9.9秒	150cm	17m
令和3年	あなたの記録	24kg	30回	46cm	40点	42回	9.0秒	160cm	19m
令和3年	得点	9点	10点	9点	8点	7点	8点	8点	8点
目標	第1目標	17kg	23回	39cm	39点	51回	9.5秒	158cm	19m
目標	第2目標	19kg	24回	42cm	41点	56回	9.3秒	164cm	21m
目標	第3目標	20kg	26回	44cm	43点	61回	9.1秒	170cm	22m

※目標値を達成するとコバトンが表示されます!

令和4年	第1目標	第2目標	第3目標
選力	27kg	28kg	29kg
上体起こし	31回	33回	34回
真座体前屈	49cm	52cm	55cm
反復横とび	40点	42点	44点
20mシャトルラン	48回 持久313秒	53回 持久302秒	58回 持久292秒
50m走	8.9秒	8.7秒	8.5秒
立幅とび	167cm	173cm	180cm
ボール投げ	ポトボール 14m	ポトボール 15m	ポトボール 16m

※来年度から、20mシャトルランが持久走のどちらかを選択します。ボール投げは、ポトボールに変わります。

### あなたの記録と全国平均値との比較

令和3年	あなたの記録	選力	上体起こし	真座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立幅とび	ボール投げ
あなたの記録	24kg	30回	46cm	40点	42回	9.0秒	160cm	19m	
全国平均値	19.23	20.84	41.02	44.19	51.56	9.15	156.01	16.38	

【あなたの記録と全国平均値との比較】

※( )内の数字:あなたのTスコア  
※ 全国平均値と同じ記録を出した場合、50点になるように計算されています。

### あなたの記録と県体カ標準値との比較

※( )内の数字:左の数字:前年度のあなたのTスコア 右の数字:今年度のあなたのTスコア  
※ 埼玉県体カ標準値と同じ記録を出した場合、50点になるように計算されています。

### 新体カテストの得点と総合評価

得点合計 67点

評価 B

※評価 A:71以上 B:70~63 C:62~55 D:54~46 E:45以下

第1目標達成の割合

■ 第1目標達成(コバトン)数  
■ 未達成数

敏しよ性を高める運動例

全身持久力を高める運動例

### アドバイス

あなたの総合的な体カは、同じ学年の友達の平均よりすぐれています。それぞれの体カをバランスよく高めることができると、さらによくなります。「敏しよ性」と「全身持久力」を中心に体カを高める努力をしてみましょう。あと4点ががんばると評価A段階になります。評価A段階をめざし、目標を立てて努力してください。

反復横とびはあなたの「敏しよ性」をテストするものです。いろいろなスポーツを友達や家の人とトライしてみましょう。

20mシャトルランは、「全身の持久力」のテストです。毎日ランニングをすると高まります。はじめは自分のペースで走りましょう。だんだん持久力がついてきたらペースをあげましょう。

コメント

令和元年度の記録から今年度の目標が設定され、目標を達成すると、コバトンが表示されます。

今年度の記録から、来年度の目標が第1から第3まで表示されます。

アドバイス文には、今回の総合評価を1段階上げるために、あと何点必要かを記載しています。