

「平成21年度体力・運動能力調査」の概要

1 目的

国民の体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、体育・スポーツの指導と行政上の基礎資料を得る。

2 調査内容及び対象

(1) <調査対象> 小学生（6～11歳）

<テスト項目> ①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横とび
⑤20mシャトルラン(往復持久走) ⑥50m走 ⑦立ち幅とび
⑧ソフトボール投げ

(2) <調査対象> 中学生～大学生（12～19歳）

(中学12～14歳，高校全日制15～17歳，高校定時制15～18歳，
高等専門学校(男子)18・19歳，短期大学(女子)18・19歳，
大学18・19歳)

<テスト項目> 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 ⑥20mシャトルラン(往復持久走) ⑦50m走
⑧立ち幅とび ⑨ハンドボール投げ
※持久走と20mシャトルラン(往復持久走)は選択実施

(3) <調査対象> 成年（20～64歳）

<テスト項目> ①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横とび ⑤急歩
⑥20mシャトルラン(往復持久走) ⑦立ち幅とび
※急歩と20mシャトルラン(往復持久走)は選択実施

(4) <調査対象> 高齢者（65～79歳）

<テスト項目> ①ADL(日常生活活動テスト) ②握力 ③上体起こし
④長座体前屈 ⑤開眼片足立ち ⑥10m障害物歩行
⑦6分間歩行

3 調査実施期間

平成21年5月～10月（小・中・高校生は5月～7月）

4 調査票回収状況

区分	標本数	回収数	回収率
小学校	13,536	13,533	100.0%
中学校	8,460	8,429	99.6%
高等学校(全日制)	7,614	7,513	98.7%
高等学校(定時制)	1,504	1,348	89.6%
高等専門学校(男子)	600	600	100.0%
短期大学(女子)	600	569	94.8%
大学	2,400	2,280	95.0%
成年	33,840	29,343	86.7%
高齢者	5,640	5,621	99.7%
合計	74,194	69,236	93.3%

(注) %数値は小数点以下第2位を四捨五入して表記してある。