

令和元年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果について

1 調査の概要

(平成 23 年度から全児童・生徒を対象として全校で実施 通称「東京都統一体力テスト」)

- (1) 調査時期 令和元年6月
 (2) 調査対象 (都内公立学校 全児童・生徒)
 小学校 1,278 校 (584,916 人)、中学校 617 校 (213,638 人)、中等教育学校 6 校 (5,468 人)、高等学校全日制 173 校 (121,165 人)、
 定時制・通信制 55 校 (9,403 人)、特別支援学校 42 校 (5,472 人) 計 2,171 校 計 940,062 人

(3) 調査内容

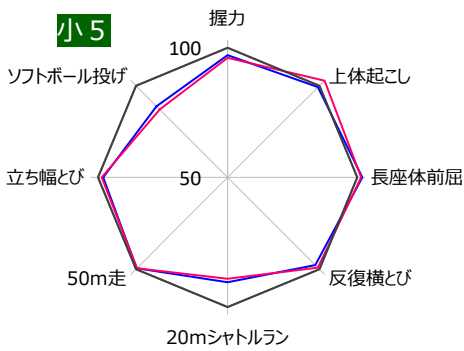
- ①児童・生徒に関する調査
 ア 体力・運動能力調査 (文部科学省指定 新体力テスト実技 8 種目)
 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走・20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンド (ソフト) ボール投げ
 イ 生活・運動習慣等の実態に関する質問紙調査
 ②学校に対する質問紙調査

2 結果の概要

- ①…アクティブプラン to 2020 体力テストにおける目標値との比較
 目標値：体力合計点平均値が、小学校は都道府県別の上位、中学校・高等学校は全国平均値程度
 (グラフは目標値が 100、男子…青線 女子…赤線)
 ②…種目別傾向、前年度東京都統一体力テストとの比較
 ③…体力合計点の分布状況、東京都統一体力テストを開始した平成 23 年度との比較
 (A から E は 5 段階の総合評価、折れ線グラフ…平成 23 年度 棒グラフ…令和元年度)

(1) 小学校 ～5年生の結果を抜粋～

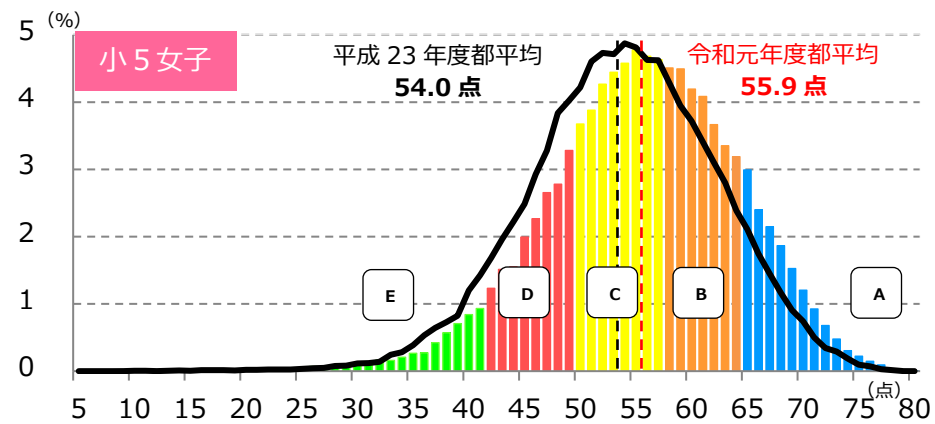
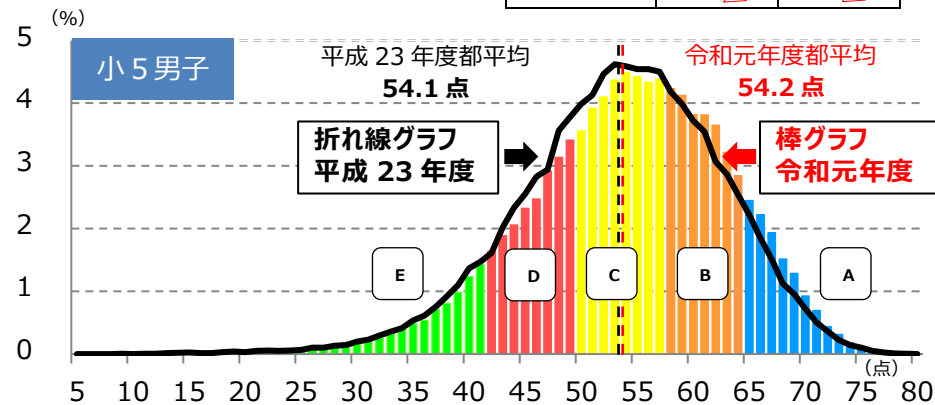
①目標値との比較



②種目別傾向 (前年度との比較)

	小5男子	小5女子
握力	↘	↘
上体起こし	↘	↘
長座体前屈	↘	→
反復横とび	↘	↘
シャトルラン	↘	↘
50m走	→	→
立ち幅とび	↘	↘
ボール投げ	↘	↘

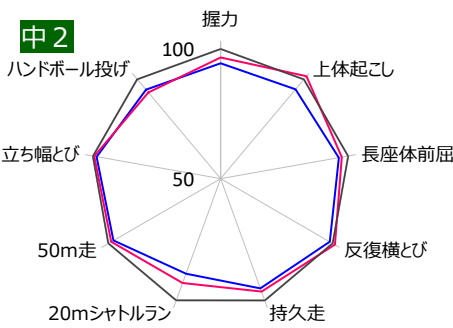
③体力合計点の分布状況



- 目標値と比較すると、男女の「20m シャトルラン」「ソフトボール投げ」の値が低い。
- 前年度との比較では、向上した種目はなく、男女の「50m走」、女子の「長座体前屈」の値が横ばい。
- 体力合計点平均値は、東京都統一体力テストを開始した平成 23 年度から向上傾向を示しており、特に、女子の値が上昇している。

(2) 中学校 ～2年生の結果を抜粋～

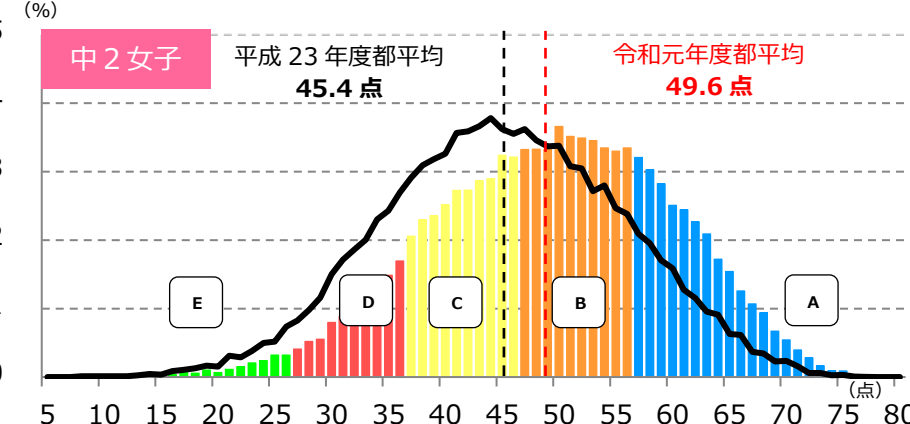
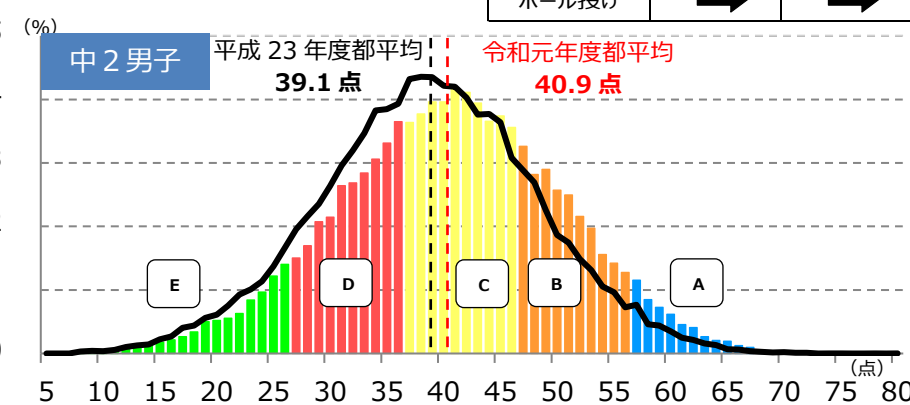
①目標値との比較



②種目別傾向 (前年度との比較)

	中2男子	中2女子
握力	↘	→
上体起こし	↘	↘
長座体前屈	→	→
反復横とび	→	→
持久走	↘	↘
シャトルラン	↘	↘
50m走	↘	→
立ち幅とび	↘	→
ボール投げ	→	→

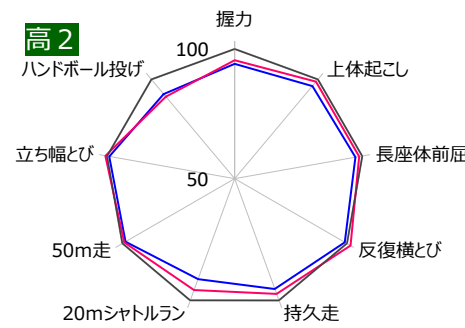
③体力合計点の分布状況



- 目標値と比較すると、男女の「20m シャトルラン」「ハンドボール投げ」、男子の「握力」「上体起こし」の値が低い。
- 前年度との比較では、男女の「長座体前屈」、女子の「反復横とび」の値が向上している。
- 体力合計点平均値は、東京都統一体力テストを開始した平成 23 年度から向上傾向を示しており、特に、女子の値が上昇している。

(3) 高等学校 ～全日制2年生の結果を抜粋～

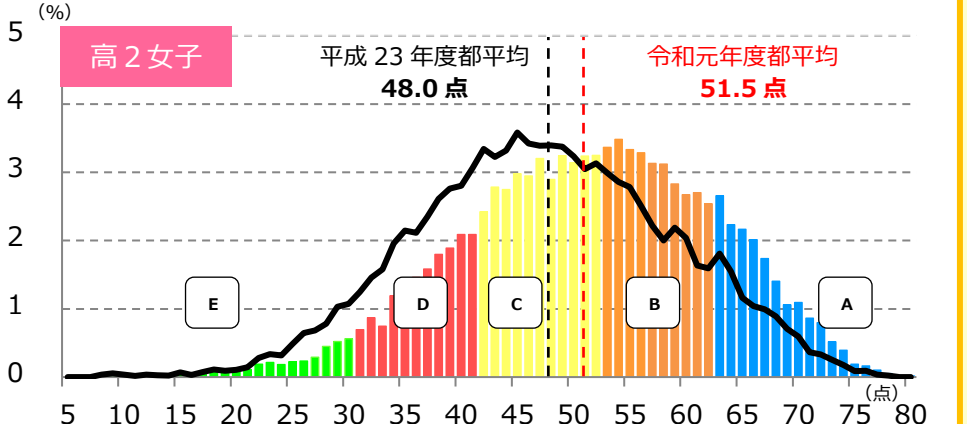
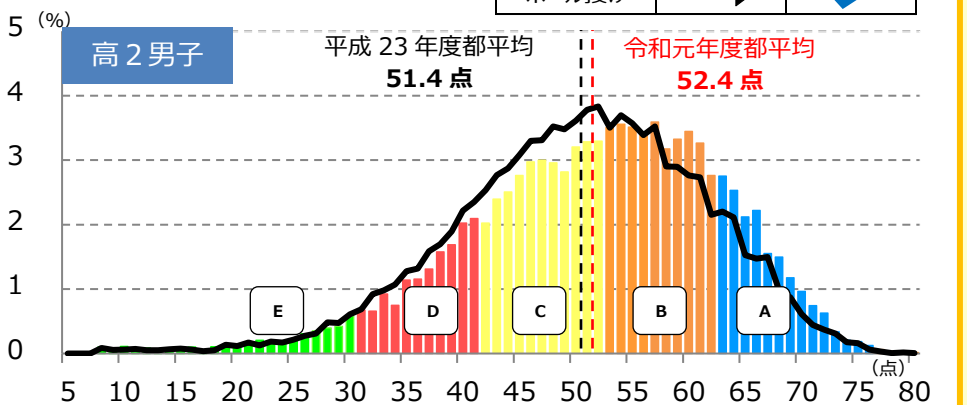
①目標値との比較



②種目別傾向 (前年度との比較)

	高2男子	高2女子
握力	↘	↘
上体起こし	→	→
長座体前屈	→	→
反復横とび	→	→
持久走	↘	↘
シャトルラン	↘	↘
50m走	→	→
立ち幅とび	↘	→
ボール投げ	→	→

③体力合計点の分布状況



- 目標値と比較すると、男女の「ハンドボール投げ」、男子の「握力」「20m シャトルラン」の値が低い。
- 前年度との比較では、男女の「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」、女子の「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」の値が向上している。
- 体力合計点平均値は、東京都統一体力テストを開始した平成 23 年度から向上傾向を示しており、特に、女子の値が上昇している。

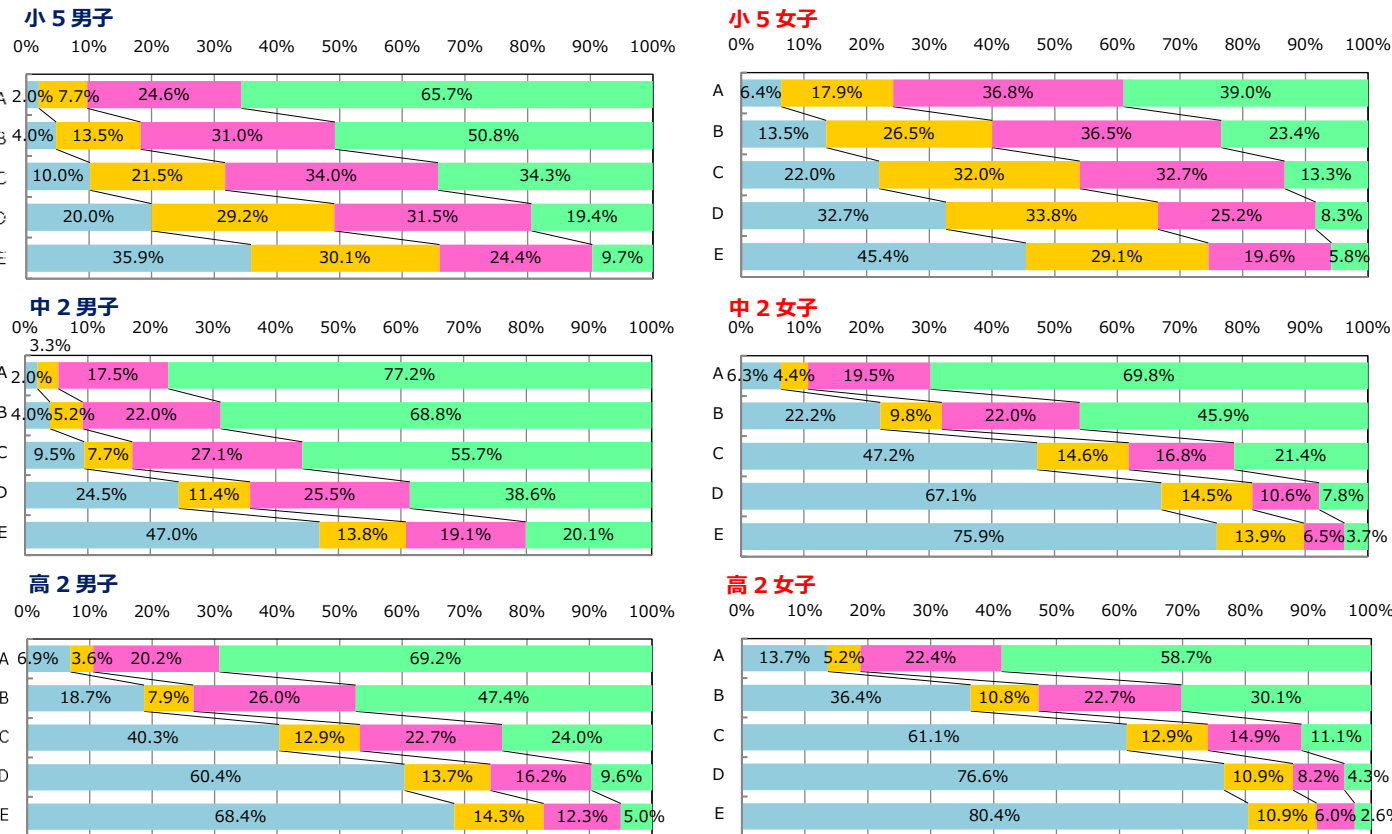
(4) 体力合計点平均値の前年度との比較

性別	学年	H30	R1	比較
【男子】	小1	29.8	29.4	↘
	小2	37.4	37.0	↘
	小3	43.6	43.2	↘
	小4	49.5	48.9	↘
	小5	54.6	54.2	↘
	小6	60.3	59.6	↘
【女子】	小1	29.7	29.3	↘
	小2	37.5	37.2	↘
	小3	44.0	43.6	↘
	小4	50.4	50.0	↘
	小5	56.2	55.9	↘
	小6	61.7	61.1	↘
【男子】	中1	33.1	32.7	↘
	中2	41.2	40.9	↘
	中3	48.2	47.8	↘
【女子】	中1	44.6	44.2	↘
	中2	49.6	49.6	→
	中3	51.8	51.7	↘
【男子】	高1	49.0	49.2	↗
	高2	52.3	52.4	↗
	高3	54.2	54.1	↘
【女子】	高1	50.4	51.1	↗
	高2	51.3	51.5	↗
	高3	51.7	51.7	→

- 小・中学校では、中学2年生女子以外の全学年で男女共に低下している。
- 高等学校では、3年生男子が低下し、1・2年生は、男女共に向上している。
- 最も大きく向上したのは、男子では高等学校1年生(+0.2)、女子では高等学校1年生(+0.7)であった。
- 小・中・高等学校全ての校種において、学年が上がるにつれて、男女共に向上している。

(5) 運動習慣と総合評価

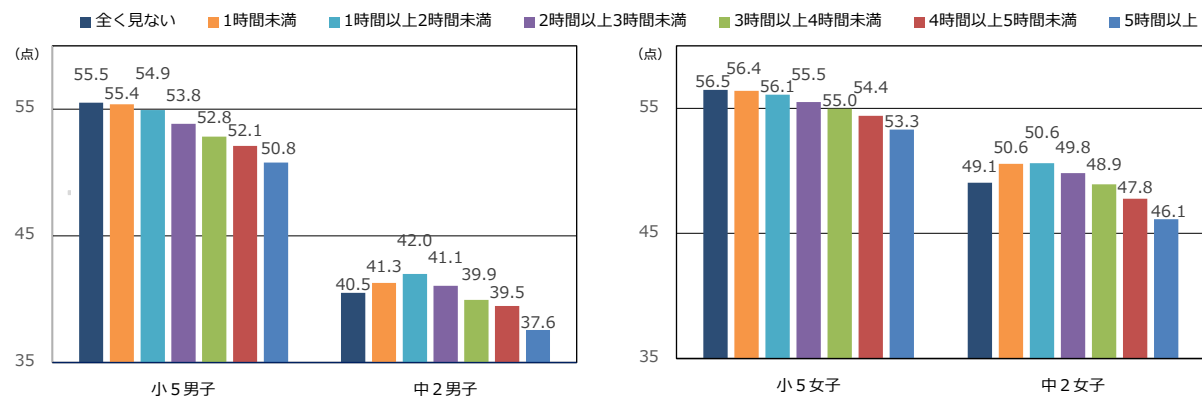
1日の運動・スポーツ実施時間と総合評価の相関



- A層の児童・生徒は、1日の運動・スポーツ実施時間が2時間以上の割合が多く、E層は30分未満の割合が多い。
- D・E層の30分未満の児童・生徒に対して、これまでの取組に加え運動習慣が身に付く取組を講じる必要がある。

(6) スクリーンタイム※と体力合計点平均値

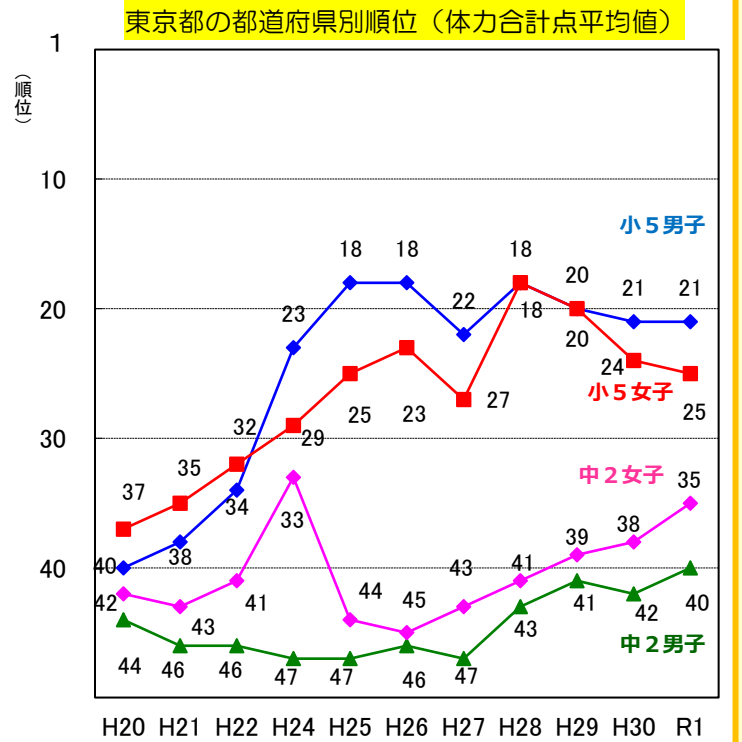
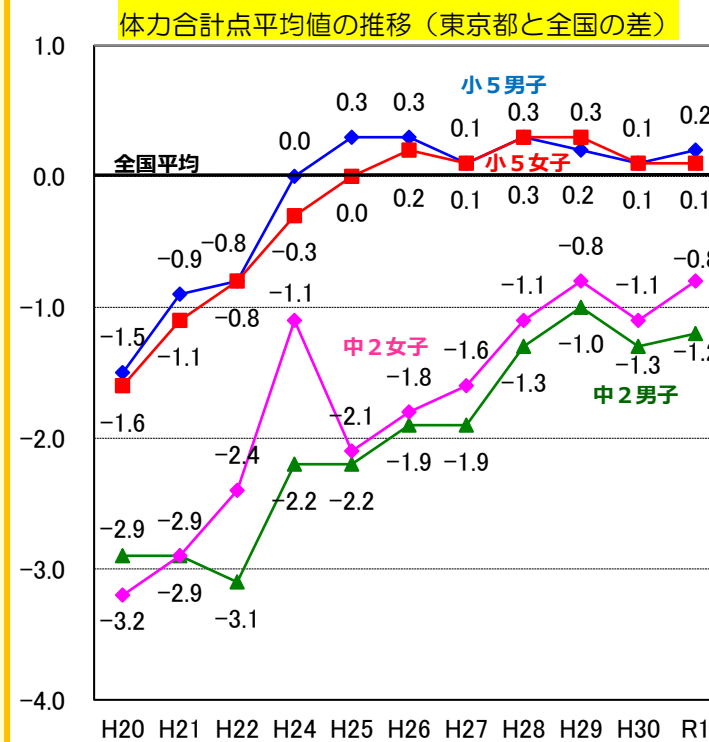
※スクリーンタイム…平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間



- スクリーンタイムが長いほど、体力合計点が低い傾向が見られる。

(7) 体力合計点平均値の推移・都道府県別順位 ~全国との比較から~

※平成23年度は「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が中止となった。



- 体力合計点平均値は、小学校で男女共に全国平均値を上回っており、中学校で男女共に全国平均値に近付いている。
- 都道府県別順位は、中学校で男女共に上がっている。
- 種目別得点は、小学校で「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」が男女共に全国平均値を上回っている。中学校で女子の「上体起こし」が全国平均値を上回っている。

(8) 体力向上の取組「国際的なスポーツ大会を契機とした体力向上事業」

国際的なスポーツ大会を契機とし、スポーツへの興味・関心を高めより運動に親しむことで、「運動が苦手」「運動が嫌い」な児童・生徒をなくして体力の向上を図る（令和元・2年度、10地区指定）。

千代田区教育委員会の取組

- 【内容】
- **小学校全校でラグビーの実施**
体育の授業においてラグビーに取り組むとともに、教員対象の指導者講習会を実施
 - **中学生ランニング講座の実施**
箱根駅伝優勝経験者を特別コーチとして招へいし、効果的な走法に関する講座を実施
 - **部活動指導者研修会の実施**
近隣の大学から講師を招へいし、効果的で医学的なトレーニングに関する研修会を実施
〈体育の授業〉 〈指導者講習会〉



八王子市教育委員会の取組

- 【内容】
- **国際的なスポーツ大会の種目に親しむ**
ラグビーワールドカップや世界クライミング選手権を契機に、体育の授業等においてラグビーやボルダリングを実施
 - **運動の苦手な生徒がスポーツに親しむ機会の充実**
スポーツに親しみ、体を動かすことの楽しさを感じられるレクリエーション部を創設
 - **誰もが楽しめるスポーツの普及**
中学校においてフライングディスク講座を実施
〈ラグビー〉 〈ボルダリング〉



体力の二極化等に対応した取組を全地区展開（令和3年度～）