



東京都統一体力テスト児童調査票

数字を入力した数字を記入しなす。

2回テストをする種目については、よい方の記録の左欄に○を付けてください。

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Table with columns for Test Item (種目), Record (記録), and Unit (単位). Items include Grip strength, Sit-ups, Forward bend, etc.

質問紙調査

※あてはまる番号を○で囲んでください。□は数字を記入してください。

Questionnaire form with numbered questions (1-27) regarding physical education, sports participation, and school activities.

質問はあまであります。裏面に続きます。

Continuation of the questionnaire form, including questions 11-27 and a calendar grid for recording monthly sports activities.

質問はこれで終わります。



東京都統一体力テスト学校質問紙調査票

School questionnaire form for physical fitness tests, including a table for student counts by grade and sex.

学校番号(6ケタ)を記入してください。
※6ケタの公立学校コード調査学校番号を記入してください。

※学校全体の体力向上の取組や体育の授業についてよく分かる方が回答してください。

Main body of the school questionnaire with 17 numbered questions regarding physical education implementation and results.

裏面に調査項目も必ず記入してください。



Continuation of the school questionnaire form, including questions 18-17 and a section for free text responses.

令和5年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

中学校 東京都統一体力テスト生徒調査票

1234567890

実技に関する調査

2項目以上をやる場合は、よい方の結果の欄に記入してください。

種目	右	1回目	2回目	kg	左	1回目	2回目	kg
① 握力								
② 上体起こし								
③ 長座体前屈				cm				cm
④ 反復横たび				点(回)				点(回)
⑤ 持久走				分				秒
⑥ 20mシャトルラン(往復持久走)				回				回
⑦ 50m走				秒				秒
⑧ 立ち幅とび				cm				cm
⑨ ハンドボール投げ				m				m

質問紙調査

No. 学校名 学年 性別 1 男 2 女

ふりがな 氏名

保護者(小親1名まで) 身長 体重

握力(1〜4で表してください) アイテムも測定している場合は両方記入する。アイテムごとの結果は選択して記入する。

保護者の授業は楽しんでいただけますか。

保護者の授業で、上手に体を動かして運動ができるようになってきている(例えば、ボール投げでボールが、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があります。

保護者の授業で「できることが増えてきた」「楽しんでいる」「友達と楽しんでいる」などを感じていますか。

あなたにとって運動(体を動かす遊び)は、好きですか。

運動や地域のスポーツクラブなどに参加していますか。(スポーツ少年団を含みます。)

運動部に入っている方に聞きます。(入っていない人は該当欄へ記入してください。)

運動部に入っている方に聞きます。(入っていない人は該当欄へ記入してください。)

運動部で1・2と入った人は、なぜそのように入ったのか、理由を教えてください。

1 ほとんど毎日(週に3日以上) 2 とときどき(週に1〜2日くらい) 3 ときたま(月に1〜3日くらい)

1 30分未満 2 30分以上1時間未満 3 1時間以上2時間未満 4 2時間以上

1 思う 2 やや思う 3 あまり思わない 4 思わない

①-2 中学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持たたいと思いますか。

1 思う 2 やや思う 3 あまり思わない 4 思わない

ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で運動(体を動かす遊びを含みます。)やスポーツを合計して1日おおよそどのくらいしていますか。それぞれの曜日の欄に記入してください。*運動やスポーツをしない場合は0と記入してください。

平日(月曜日から金曜日)では、平均して1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育(保健体育)の授業を除きます。)

1 朝起床前 2 昼休み 3 放課後 4 その他

①-2 放課後に運動やスポーツをしている人は、平日(月曜日から金曜日)にどこで運動やスポーツをしていますか。(複数回答可)

1 学校の部活動 2 地域スポーツクラブ 3 どこにも入らないでいる 4 よくしている(月に3回) 5 ややしている(月に2回) 6 あまりしていない(月に1回)

①-2 土曜日と日曜日に運動やスポーツをしている人は、どこで運動やスポーツをしていますか。(複数回答可)

1 学校の部活動 2 地域スポーツクラブ 3 どこにも入らないでいる 4 よくしている(月に3回) 5 ややしている(月に2回) 6 あまりしていない(月に1回)

体力・運動能力(運動習慣)の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

1 立てている 2 立てていない

朝食は食べますか。

1 毎日食べる 2 とときどき食べない 3 毎日食べない

1日どのくらいの時間、テレビやDVD、スマートフォン、パソコン、タブレット端末などの画面を見ますか。(平日)

1 6時間未満 2 6時間以上8時間未満 3 8時間以上

寝る時刻は決まっていますか。

1 毎日決まった時刻に寝る 2 ほぼ決まった時刻に寝る 3 日によって寝る時刻が異なる

①-2 質問①で「毎日決まった時刻に寝る」「ほぼ決まった時刻に寝る」と答えた人は、何時ごろに寝ますか。

1 午後9時以前 2 午後9時以降、午後10時以前 3 午後11時以降、午後11時以前 4 午後11時以降、午前0時以前 5 午前0時以降、午前1時以前 6 午前1時以降

睡眠時間は十分とれていると思いますか。

1 思う 2 やや思う 3 あまり思わない 4 思わない

普段の生活の中で疲れて感じますか。

1 感じている 2 やや感じている 3 あまり感じている 4 感じていない

運動(体を動かす遊びを含みます。)やスポーツをすることは好きですか。

1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

スポーツをみることは好きですか。

1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

スポーツを支える(教え合い、大会のサポートなど)ことは好きですか。

1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

スポーツを知る(話を聞く、調べるなど)ことは好きですか。

1 好き 2 やや好き 3 やや嫌い 4 嫌い

あなたに合った運動(体を動かす遊びを含みます。)やスポーツの関わり方は何ですか。(複数回答可)

1 する 2 みる 3 支える 4 知る 5 わからない

どんな自分の目標でも、失敗を恐れずに挑戦していますか。

1 している 2 ややしている 3 あまりしていない 4 していない

質問はこれで終わります。質問紙を回収してください。

令和5年度東京都生徒・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査 [中学校]

中学校 東京都統一体力テスト学校質問紙調査票

学校番号 市区町村立・東京都立

学校名 中学校(義務教育学校) 特別支援学校(中学校) 管理職名

在籍生徒数 1 学年 2 学年 3 学年 合計

男子 女子 合計

提出調査数 1 学年 2 学年 3 学年 合計

男子 女子 合計

学校番号(6ケタ)を記入してください。 ※6ケタの公立学校統計調査学校番号を併記してください。(東京都教育委員会ホームページに掲載しています)

(例) 301150

※学校全体の体力向上の取組や体育の授業についてよく分かる方が回答してください。 ※回答は該当する数字を○で囲んでください。()には数字等を記入してください。

① 学校全体で、生徒の体力・運動能力向上のための目標を設定していますか。	1 している(予定している) 2 していない
② 目標に対して、取組の分析及び改善策の立案をしていますか。	1 している(予定している) 2 していない
②-2 質問②で「している(予定している)」と回答した学校は、どの組織で分析していますか。(複数回答可)	1 分掌(委員会等) 2 学年 3 教科 4 その他
②-3 質問②で「している(予定している)」と回答した学校は、分析及び改善策の立案をいつ行っていますか。(複数回答可)	1 毎学期末 2 年度末 3 東京都統一体力テストの結果が届いたとき 4 その他
③ 教師は生徒の体力向上に関する校内の研修や研究会に参加し、自校の体力・運動能力の向上に係る取組に反映していますか。	1 している 2 していない
④ 生徒の生活・運動習慣の確立・改善、体力・運動能力の向上に関して、教師の意識は高いと思いますか。	1 思う 2 やや思う 3 あまり思わない 4 思わない
⑤ 生徒の体力・運動習慣の確立・改善、体力・運動能力の向上のための取組を積極的に広報していますか。	1 している 2 していない
⑤-2 質問⑤で「している(予定している)」と回答した学校は、どのような方法で広報していますか。(複数回答可)	1 ホームページ 2 保護者会 3 便り 4 その他
⑥ 生徒の生活・運動習慣の確立・改善、体力・運動能力の向上に関して、家庭の関心は高いと思いますか。	1 思う 2 やや思う 3 あまり思わない 4 思わない
⑦ ICT機器の活用状況で当てはまるものを選んでください。(複数回答可)	1 生徒の実態を把握・分析 2 授業の工夫・改善 3 運動習慣の確立・定着・改善 4 生活習慣の確立・定着・改善 5 活用していない
⑧ 前年度の体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて、年間指導計画の改善に反映しましたか。	1 している 2 していない
⑧-2 質問⑧で「している」と回答した学校は、改善の際に重視したスポーツの関わり方は何ですか。(複数回答可)	1 する 2 みる 3 支える 4 知る
⑨ 保護者の授業で努力を要する生徒がいる場合に、どのような取組をしていますか。(複数回答可)	1 授業中にコツやポイントを重点的に教えている 2 授業中に生徒が工夫して行えるようにしている 3 その生徒に合った場やルール等で伝えるようにしている 4 生徒の実態に応じ、運動課題を段階的に準備している 5 教師や友達との真似を促している 6 友達同士で教え合いを促している 7 授業中に自分の動きを撮影した映像を見られるようにしている 8 授業外の時間にも教えている 9 授業外の時間に生徒自ら練習するように促している 10 授業外の時間に生徒が本や映像を見られるようにしている 11 特にしていない 12 努力を要する生徒はいない

裏面の「調査票」も、必ずご記入ください。

中学校

⑩ 生徒の実態を把握・分析し、その結果に基づいた「保健体育」の授業の工夫・改善を行いましたか。(行う予定ですか。)

1 している(予定している) 2 していない

⑩-2 質問⑩で「している(予定している)」と回答した学校は、どのような取組を行いましたか。(複数回答可)

1 体を動かすことの楽しさを実感すること 2 技や動きができるようになること 3 仲間と協力して課題を解決すること 4 仲間と協力して課題を解決すること 5 苦手意識を持たせないこと 6 運動量を確保すること 7 規律を守ること 8 体育で学習したことを実生活に生かすこと 9 動きのポイントなどの知識を理解すること 10 自ら工夫して練習やゲームなどを行うことができること

⑪ 生徒の実態を把握・分析し、その結果に基づいた「運動習慣」の確立・定着・改善に係る取組(例)を行っていますか。

1 行っている(予定している) 2 行っていない

⑪-2 質問⑪で「行っている(予定している)」と回答した学校は、どのような取組をしていますか。(複数回答可)

1 自分の運動習慣を振り返る機会を設定 2 運動機会や場の創出 3 教科等横断的な取組 4 外部人材・団体の活用 5 家庭との連携(便り、ホームページ等) 6 生徒主体の取組 7 その他

⑪-3 質問⑪で「行っている(予定している)」と回答した学校は、取組の成果は見られましたか。

1 見られた 2 見られない 3 わからない

⑪-4 質問⑪-3で「見られた」と回答した学校は、具体的な取組及び成果内容を記載してください。(自由記述)

⑫ 生徒の実態を把握・分析し、その結果に基づいた「生活習慣」の確立・定着・改善に係る取組(健康原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを伝える取組等)を計画的に行っていますか。

1 行っている(予定している) 2 行っていない

⑫-2 質問⑫で「行っている(予定している)」と回答した学校は、どのような取組をしていますか。(複数回答可)

1 自分の生活習慣を振り返る機会を設定 2 教科等横断的な取組 3 外部人材・団体の活用 4 家庭との連携(便り、ホームページ等) 5 生徒主体の取組 6 その他

⑫-3 質問⑫で「行っている(予定している)」と回答した学校は、取組の成果は見られましたか。

1 見られた 2 見られない 3 わからない

⑫-4 質問⑫-3で「見られた」と回答した学校は、具体的な取組及び成果内容を記載してください。(自由記述)

⑬ 学校部活動の地域連携に向けて、地域のスポーツ団体等との関係者と協議する場を設けていますか。

1 設けている 2 設けていない 3 今後設ける予定

⑭ 競技志向ではない、誰もが参加できる運動部活動を設置していますか。

1 している 2 していない

⑮ 運動部では、専門的な技術指導ができる指導者(教師を含む)が不在の運動部活動はどのくらいありますか。

全 部

⑯ 科学的なトレーニングを積極的に取り入れ、合理的かつ効率的・効果的な活動をしていますか。

1 すべての運動部でしている 2 一部の運動部でしている 3 すべての運動部でしていない

東京都統一体力テスト生徒調査票

Physical fitness test form for high school students. Includes sections for personal information, physical measurements (strength, body composition, endurance), and a questionnaire about physical education and sports habits.

Questionnaire for high school students regarding physical education and sports. Contains 28 numbered questions with multiple-choice and short-answer options.

質問はこれで終わりです。

東京都統一体力テスト学校質問紙調査票

Questionnaire for school principals/teachers regarding physical education. Includes fields for school information, enrollment numbers by grade, and a questionnaire about physical education implementation.

※学校全体の体力向上の取組や体育の授業についてよく分かる方が回答してください。 ※回答は該当する数字を○で囲んでください。()には数値等を記入してください。

Questionnaire for school principals/teachers regarding physical education (continued). Contains 11 numbered questions about physical education goals, implementation, and resources.

裏面の「調査票」も、必ずご記入ください。

Questionnaire for school principals/teachers regarding physical education (continued). Contains 11 numbered questions about physical education implementation, resources, and student participation.