

調査結果の概要

I 児童生徒に対する調査 ●8

- 1 実技に関する調査 ●8
- 2 1週間の総運動時間と体力・運動能力 ●16
- 3 運動やスポーツに対する意識 ●20
- 4 体育・保健体育の授業に対する意識 ●22
- 5 生活習慣と体力 ●26
- 6 体格と体力、運動習慣 ●32

II 学校に対する調査 ●34

III 教育委員会に対する調査 ●36

I 児童生徒に対する調査

→ 1 実技に関する調査

→ 1-1 実技結果と経年変化(国・公・私立学校)【小学校】

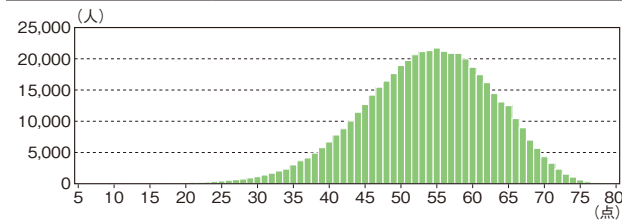
〈実技結果（令和元年度）〉

令和元年度調査の体力合計点の平均値は男子が53.61点、女子が55.59点であった。なお、各種目の実技結果の分布、及び、平均値と総合評価の段階別の割合は次のとおりである。

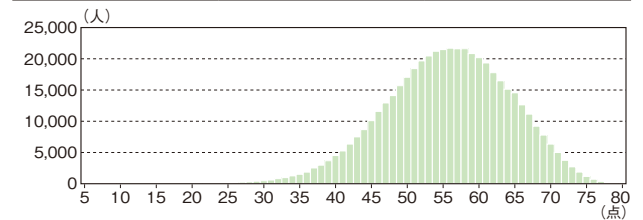
〈体力合計点（令和元年度）〉

※得点基準は男女により異なる。

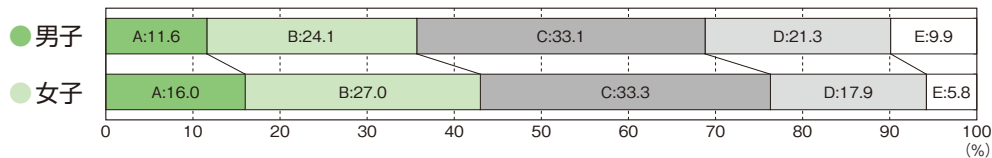
男子	標本数	平均値	標準偏差
●	501,094人	53.61点	9.22



女子	標本数	平均値	標準偏差
●	485,935人	55.59点	8.72

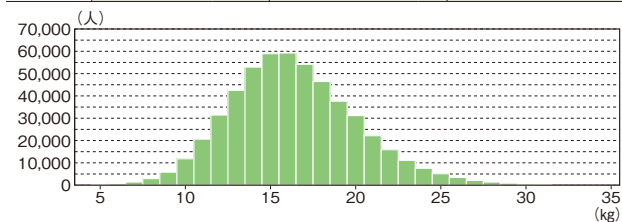


〈総合評価・段階別（令和元年度）〉

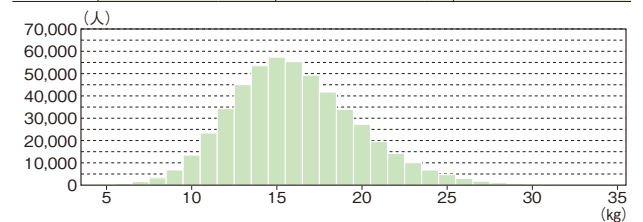


握力

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	528,675人	16.37kg	3.77

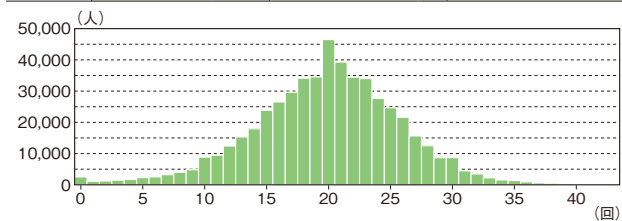


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	510,821人	16.09kg	3.80

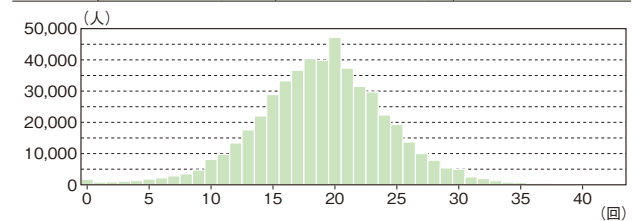


上体起こし

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	527,113人	19.80回	6.00

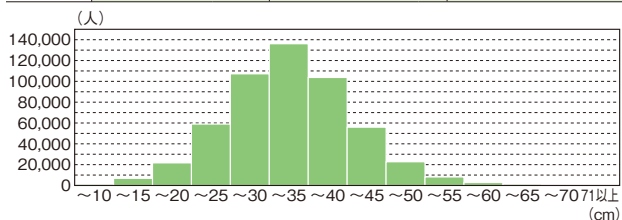


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	509,181人	18.95回	5.41

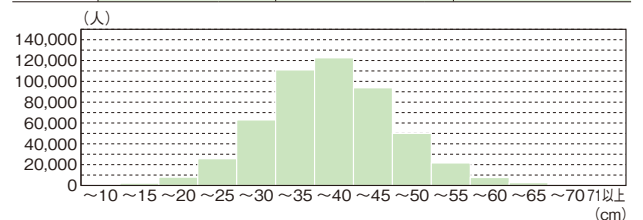


長座体前屈

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	527,203人	33.24cm	8.28

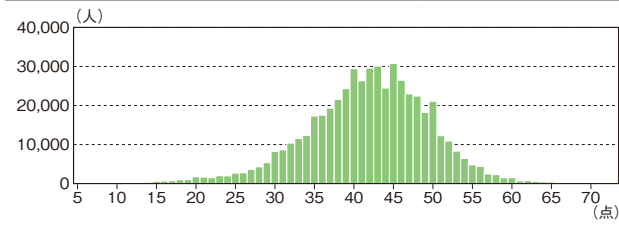


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	509,390人	37.62cm	8.50

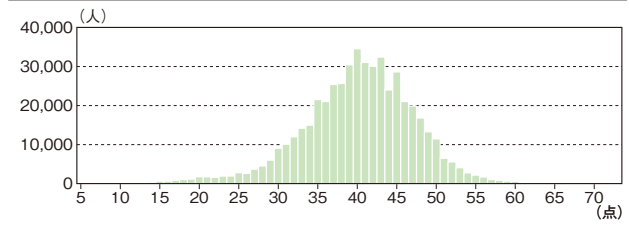


反復横とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	525,624人	41.74点	7.99

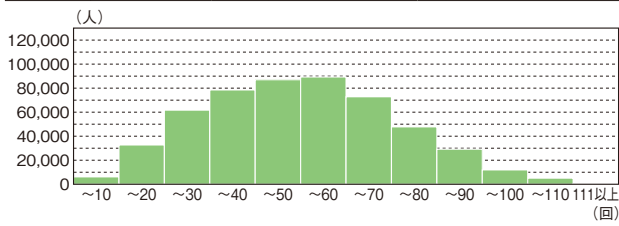


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	507,797人	40.14点	7.17

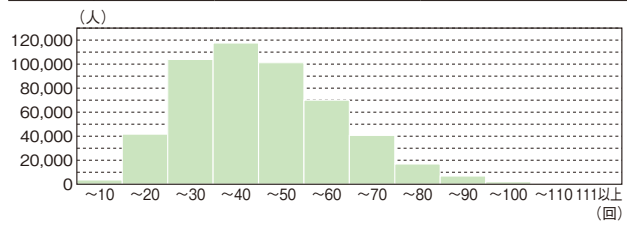


20m シャトルラン

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	522,728人	50.32回	21.08

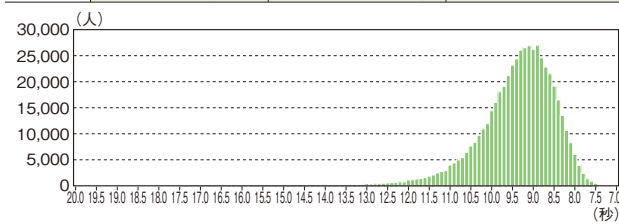


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	504,769人	40.80回	16.47

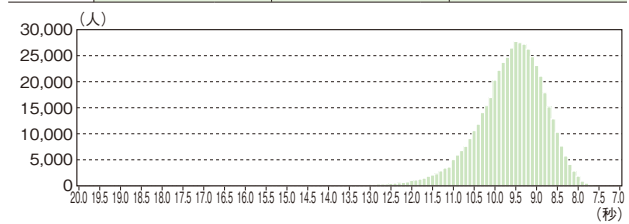


50m 走

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	524,549人	9.42秒	1.03

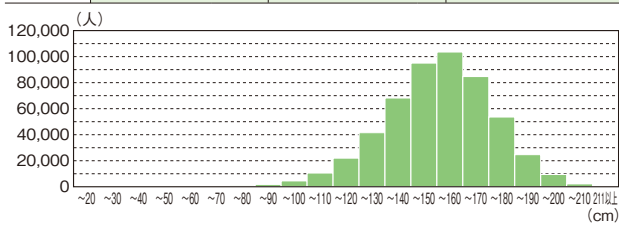


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	506,138人	9.63秒	0.86

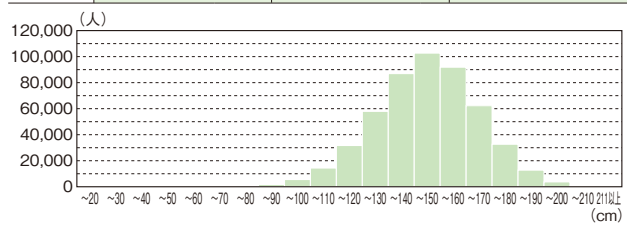


立ち幅とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	525,636人	151.47cm	22.06

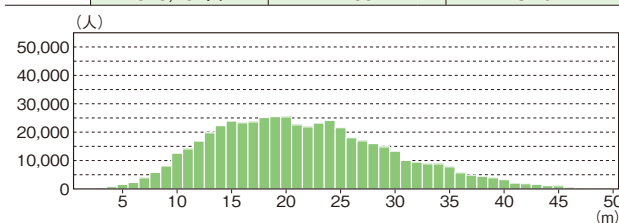


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	507,569人	145.70cm	20.70

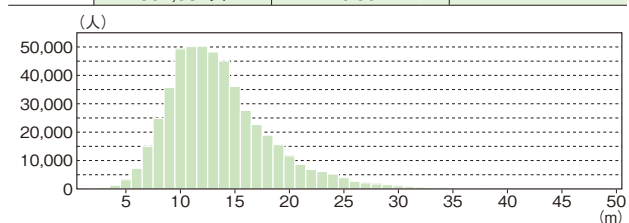


ソフトボール投げ

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	525,231人	21.60m	8.19



女子	標本数	平均値	標準偏差
●	507,082人	13.59m	4.77

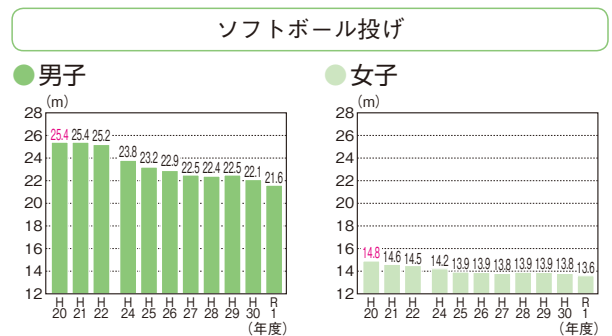
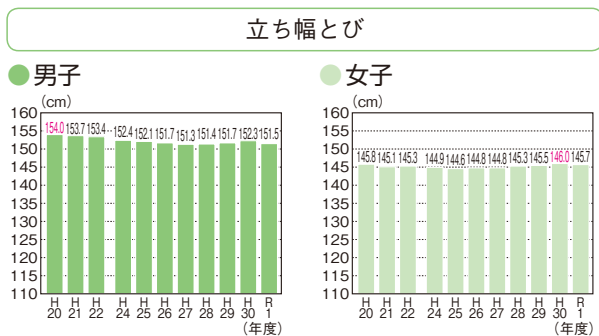
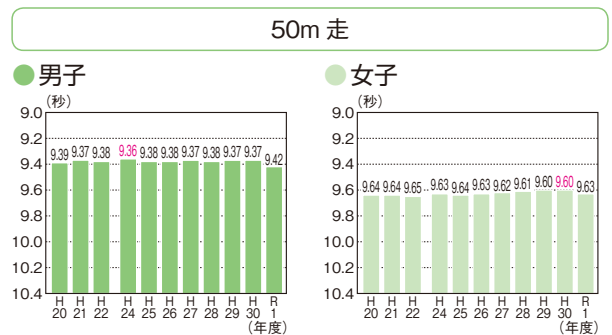
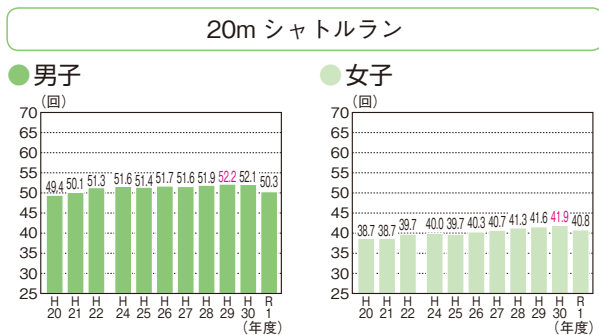
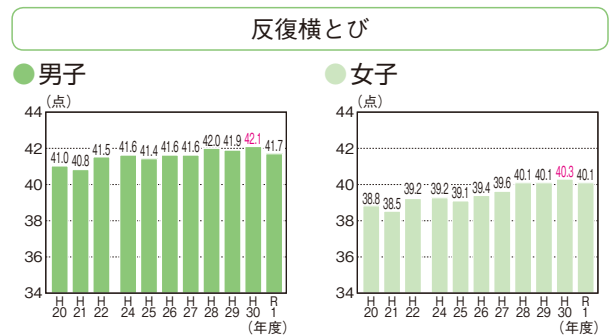
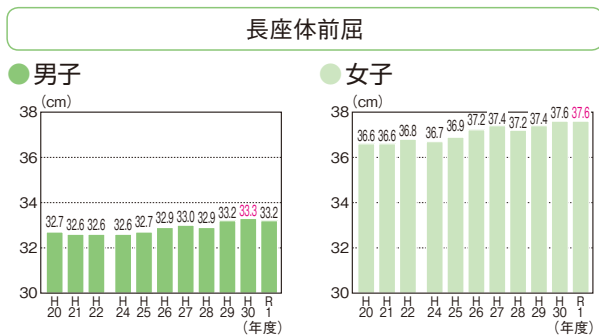
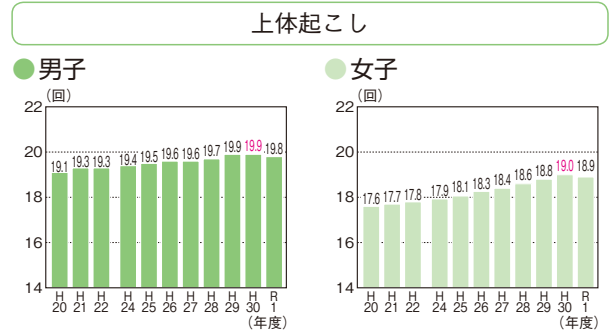
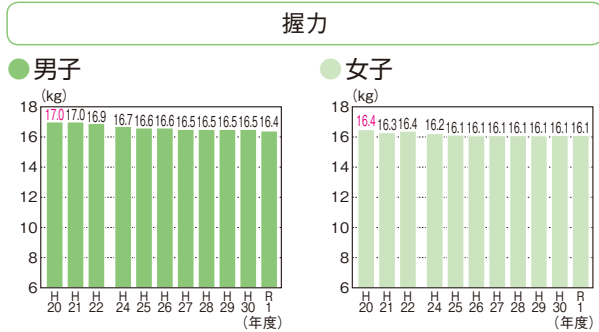


〈各種目の経年変化〉

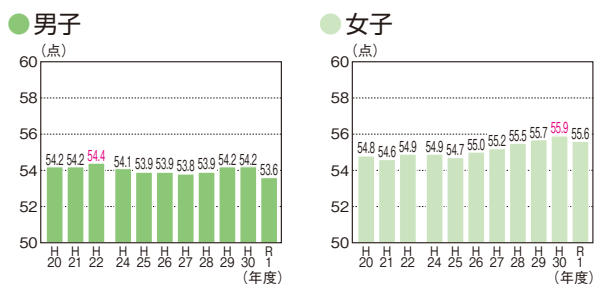
種目別に見ると、平成20年度の調査開始以降、上体起こし、長座体前屈で男女ともにゆるやかな向上傾向が見られる一方、握力、ソフトボール投げでは低下傾向が見られる。

また、体力合計点については、特に女子において向上傾向が見られる。

※赤い数値は最高値（小数第2位まででの比較）

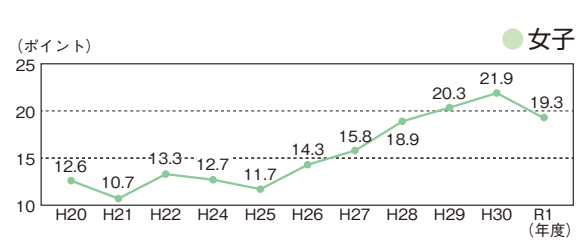
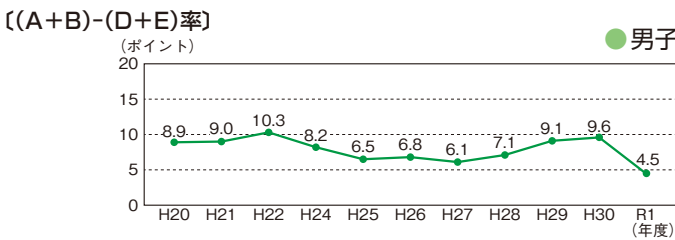
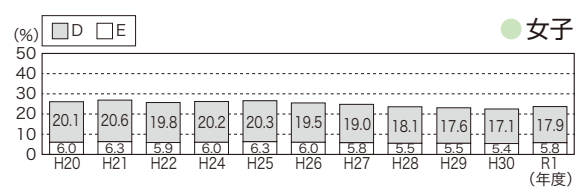
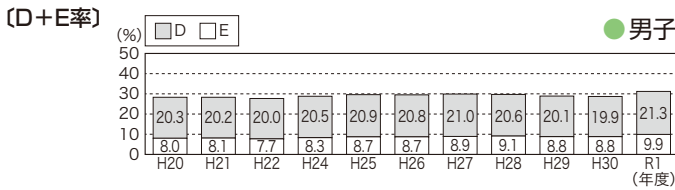
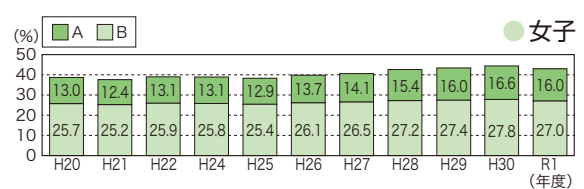
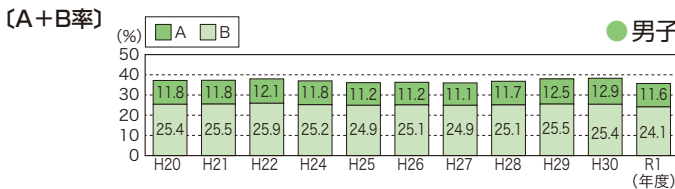
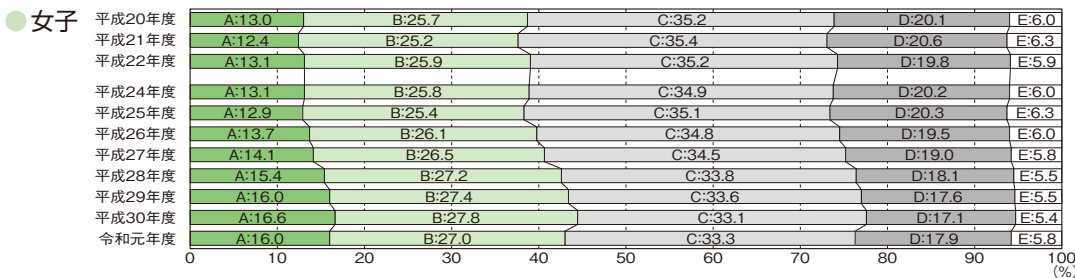
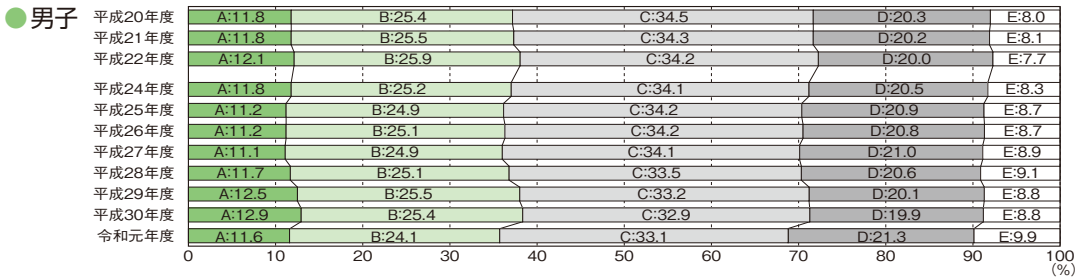


〈体力合計点の経年変化〉



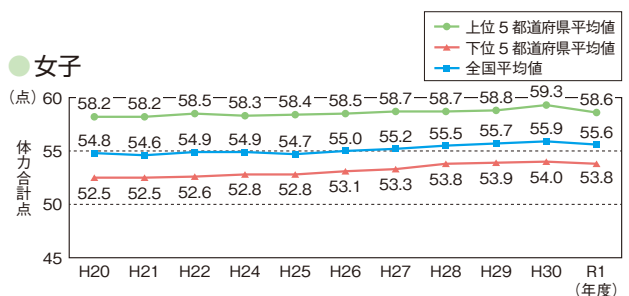
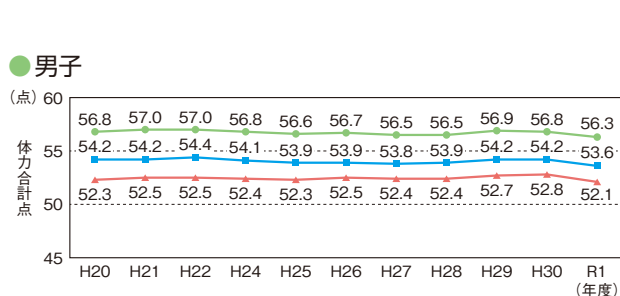
〈総合評価（段階別）の経年変化〉

男子の総合評価AB群の割合は平成28年度以降増加傾向を示していたが令和元年度は減少した。割合の変化に伴い、 $[(A+B) - (D+E)]$ のポイント差も縮小する形となった。女子の総合評価AB群の割合については、平成26年度以降増加傾向にあったが、令和元年度は減少した。



〈上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値〉

上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値の推移を見ると、特に女子について、平成26年度から向上傾向が見られる。令和元年度は男女ともに体力合計点の平均値が低下したが、上位と下位の差に着目すると、女子では調査開始以降、最も差が縮まり、男子においても近年は差の縮小が見られる。



上位と下位の差	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
	4.43	4.52	4.51	4.37	4.25	4.23	4.03	4.06	4.21	4.03	4.21

上位と下位の差	H20	H21	H22	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
	5.68	5.72	5.90	5.45	5.52	5.43	5.35	4.91	4.91	5.35	4.82

※最大値は数値をブルーで、最小値はピンクで網掛けしている。

→ 1-2 実技結果と経年変化(国・公・私立学校)【中学校】

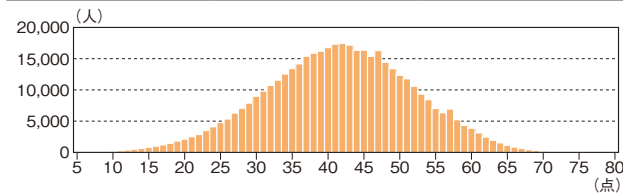
〈実技結果(令和元年度)〉

令和元年度調査の体力合計点の平均値は男子が41.56点、女子が50.03点であった。なお、各種目の実技結果の分布、及び、平均値と総合評価の段階別の割合は次のとおりである。

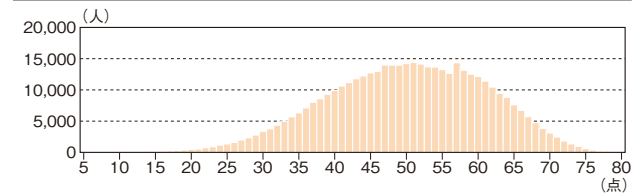
〈体力合計点(令和元年度)〉

※得点基準は男女により異なる。

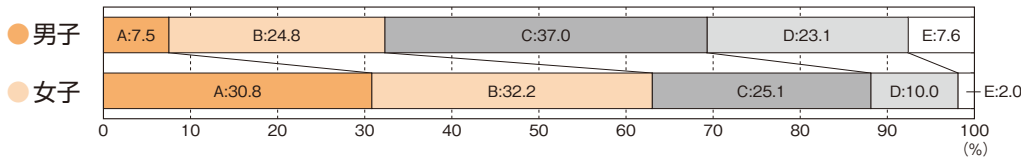
男子	標本数	平均値	標準偏差
	443,277人	41.56点	10.28



女子	標本数	平均値	標準偏差
	428,304人	50.03点	11.06

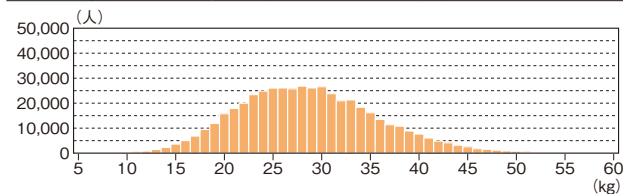


〈総合評価・段階別(令和元年度)〉

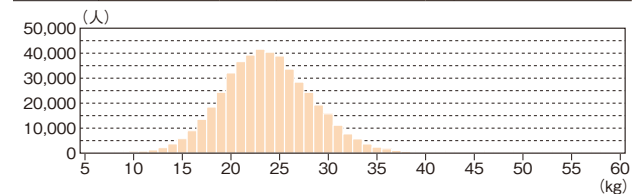


握力

男子	標本数	平均値	標準偏差
	483,184人	28.64kg	7.14

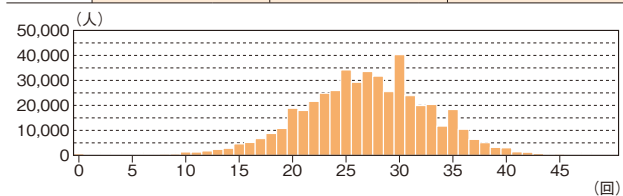


女子	標本数	平均値	標準偏差
	465,107人	23.74kg	4.61

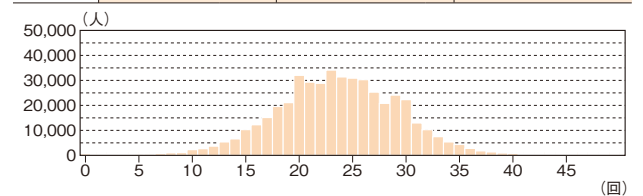


上体起こし

男子	標本数	平均値	標準偏差
	480,214人	26.85回	6.18

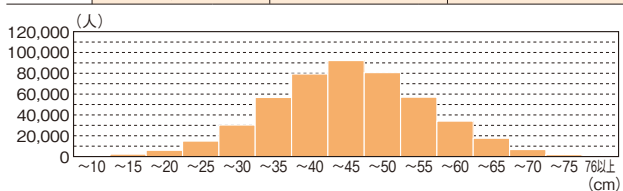


女子	標本数	平均値	標準偏差
	462,564人	23.58回	5.86

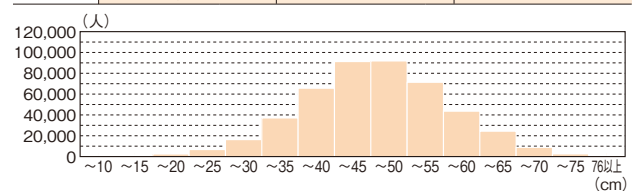


長座体前屈

男子	標本数	平均値	標準偏差
	480,600人	43.43cm	10.71

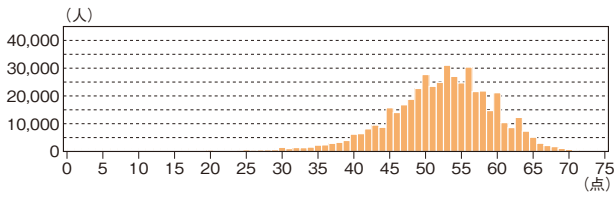


女子	標本数	平均値	標準偏差
	463,435人	46.29cm	9.99

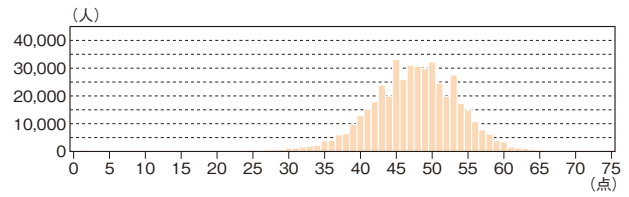


反復横とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	477,290人	51.87点	8.16

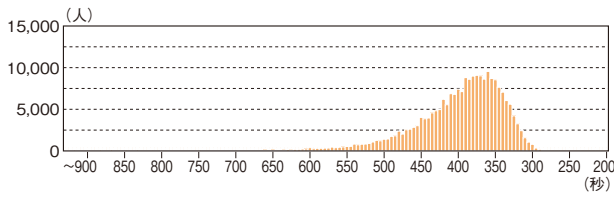


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	459,708人	47.25点	6.74

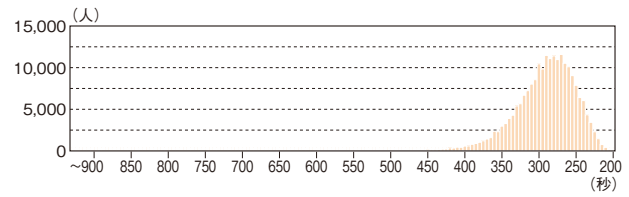


持久走 (男子 1500 m、女子 1000 m)

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	224,567人	400.03秒	67.24

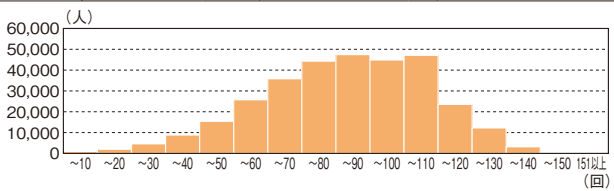


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	212,888人	290.55秒	43.38

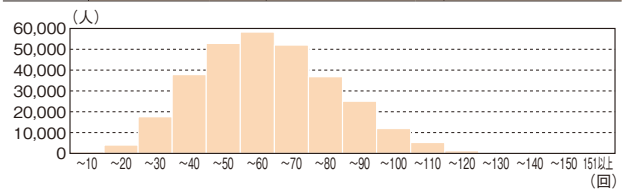


20m シャトルラン

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	316,460人	83.13回	24.59

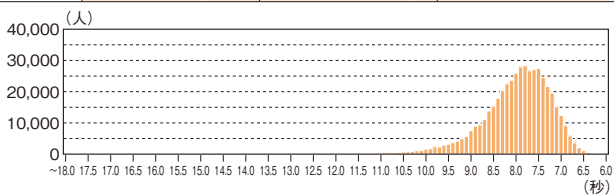


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	303,414人	57.98回	19.92

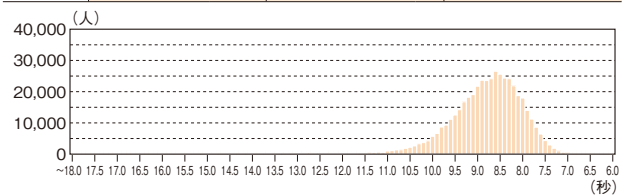


50m 走

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	474,014人	8.02秒	0.88

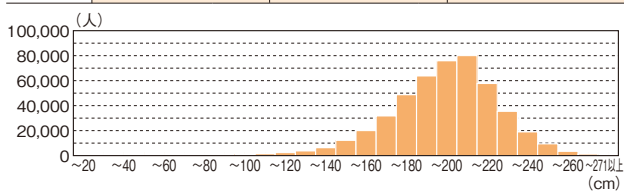


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	455,033人	8.81秒	0.80

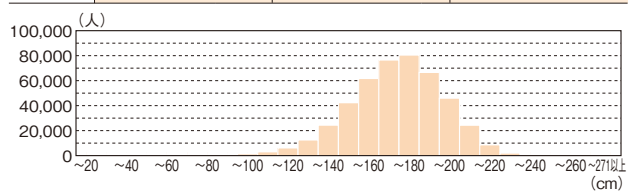


立ち幅とび

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	476,636人	195.02cm	28.24

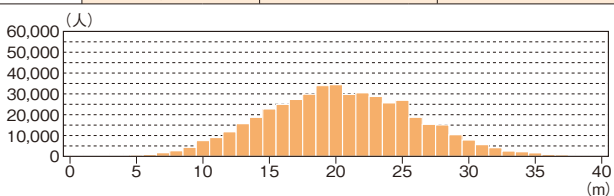


女子	標本数	平均値	標準偏差
●	459,332人	169.71cm	24.28

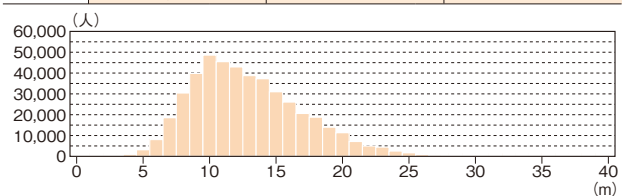


ハンドボール投げ

男子	標本数	平均値	標準偏差
●	475,445人	20.35m	5.75



女子	標本数	平均値	標準偏差
●	459,468人	12.87m	4.17

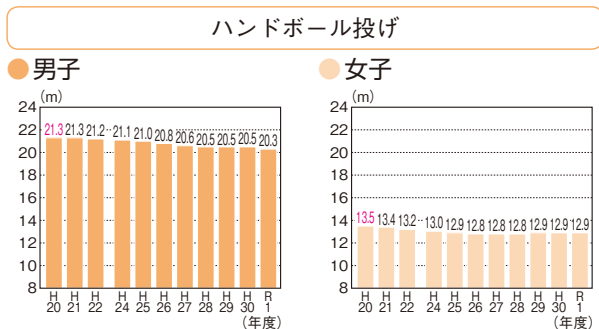
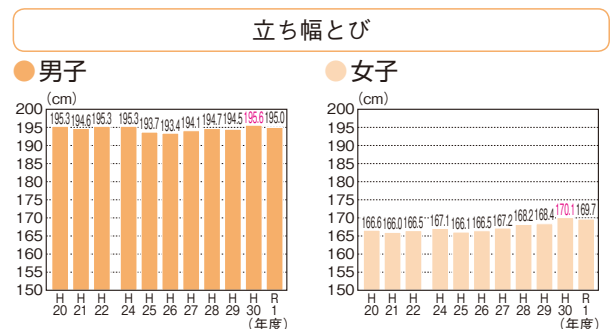
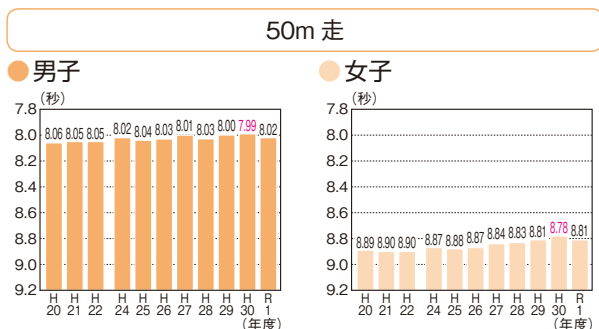
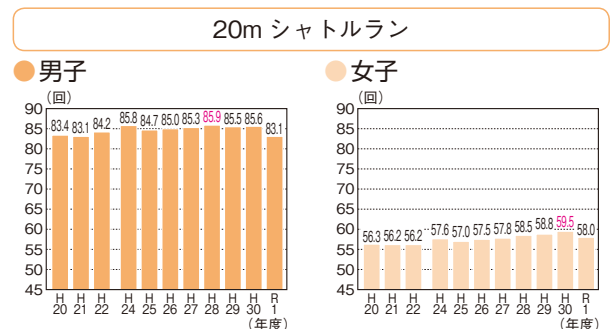
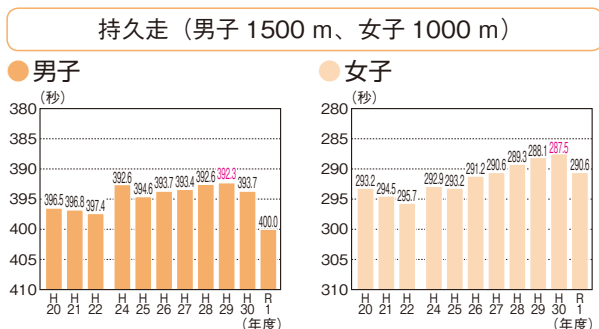
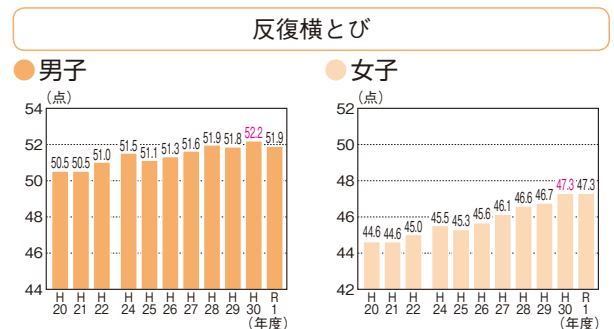
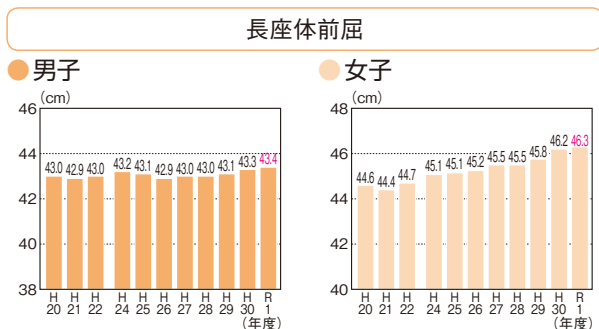
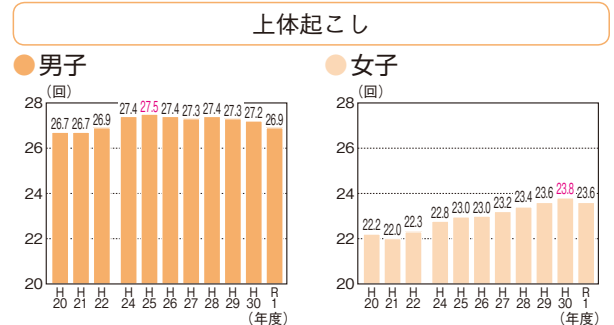
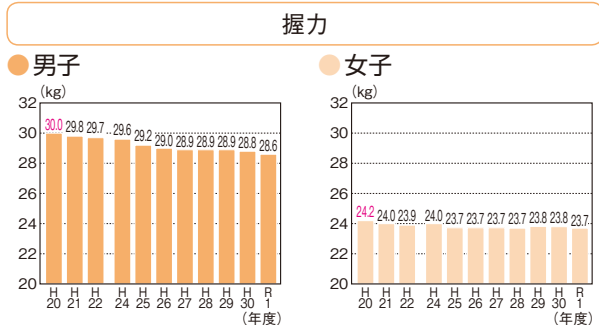


〈各種目の経年変化〉

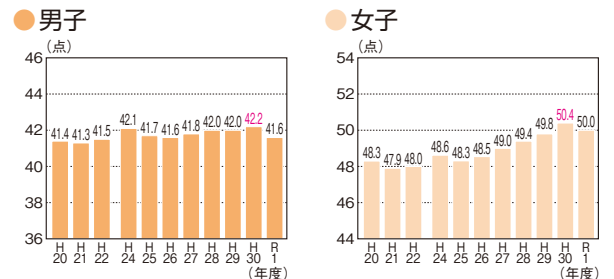
種目別に見ると、平成20年度の調査開始以降、長座体前屈、反復横とびで男女ともにゆるやかな向上傾向が見られる一方、握力、ハンドボール投げでは低下傾向が見られる。

また体力合計点については、特に女子において向上傾向が見られる。

※赤い数値は最高値（小数第2位まででの比較）



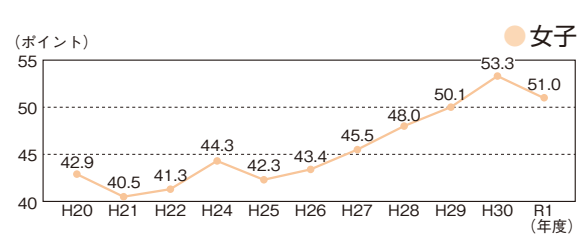
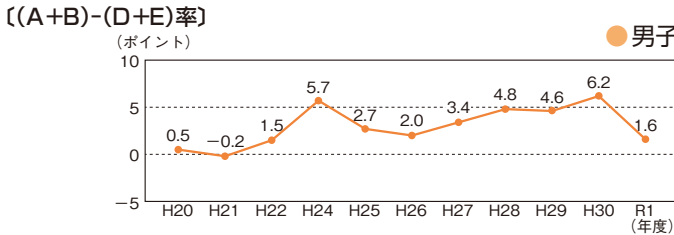
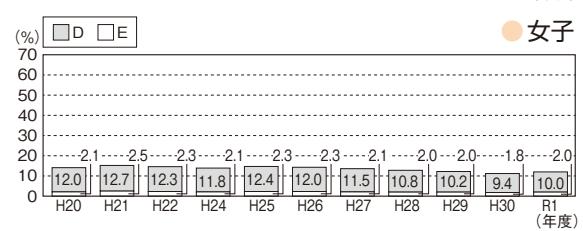
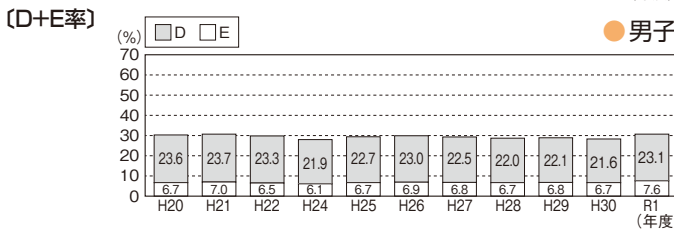
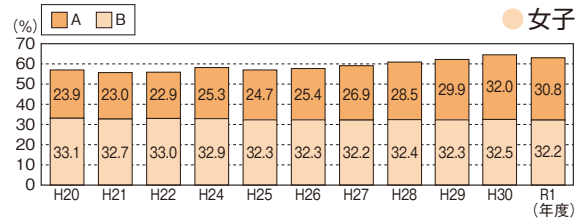
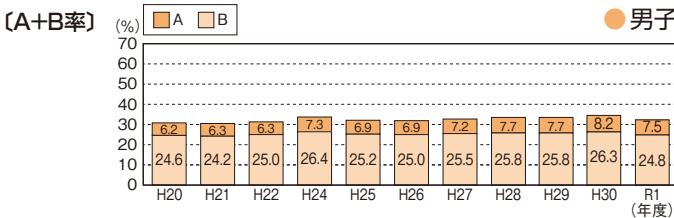
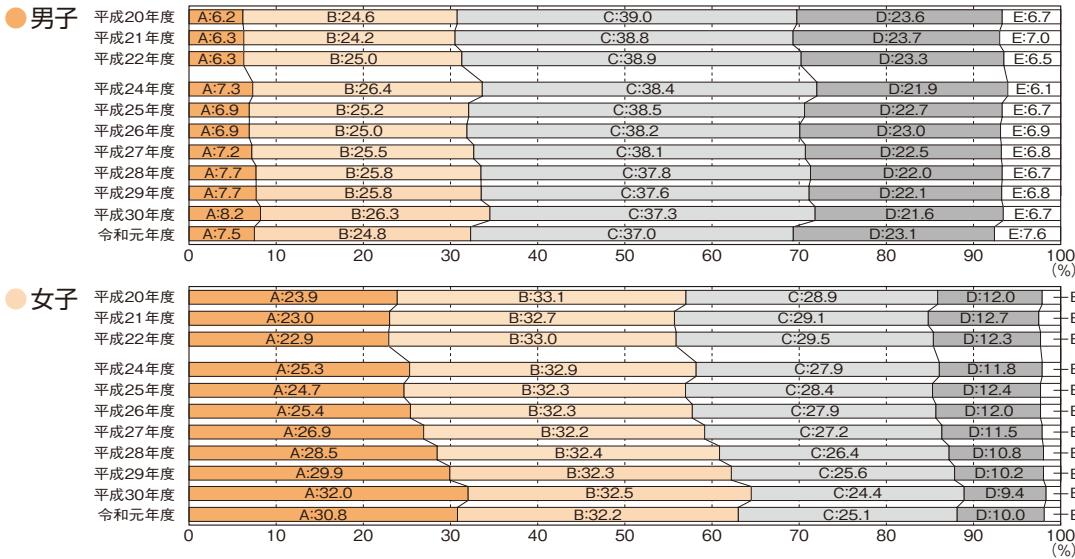
〈体力合計点の経年変化〉



〈総合評価（段階別）の経年変化〉

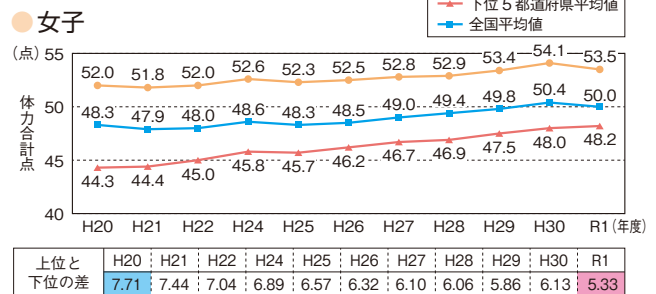
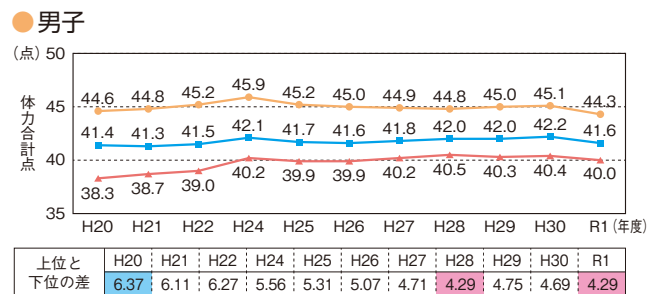
男子の総合評価AB群の割合は、調査開始以降横ばい、女子については平成26年度以降増加傾向にあったが令和元年度は男女ともに減少した。

また〔(A + B) - (D + E)〕のポイント差も総合評価の割合に比例し、男子より女子の方が差が大きい。



〈上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値〉

上位・下位の5都道府県の体力合計点の平均値の推移を見ると、特に女子について平成26年度から向上傾向が見られる。令和元年度は男女ともに体力合計点の平均値が低下したが、上位と下位の差に着目すると、男女ともに平成20年度の調査開始以降最も差が縮まった。



※最大値は数値をブルーで、最小値はピンクで網掛けしている。

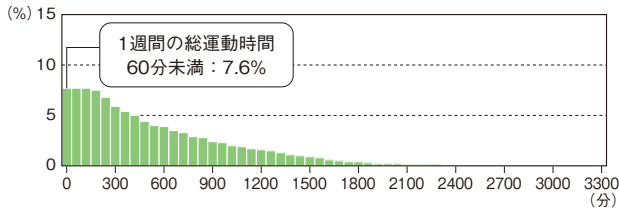
→ 2 1週間の総運動時間と体力・運動能力

→ 2-1 1週間の総運動時間の分布・内訳・体力合計点との関連【小学校】

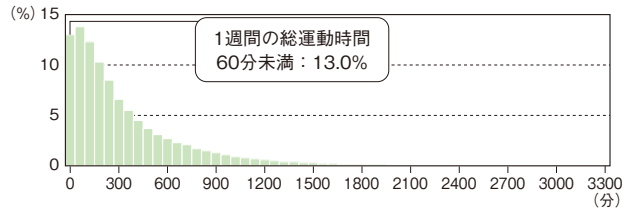
令和元年度調査の体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は男子7.6%、女子13.0%であった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で420分以上運動している児童のグループは、1週間で420分未満のグループより体力合計点の平均値が高かった。

〈1〉 1週間の総運動時間の分布

● 男子

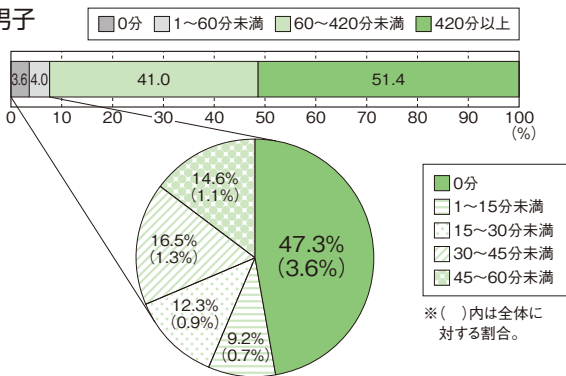


● 女子

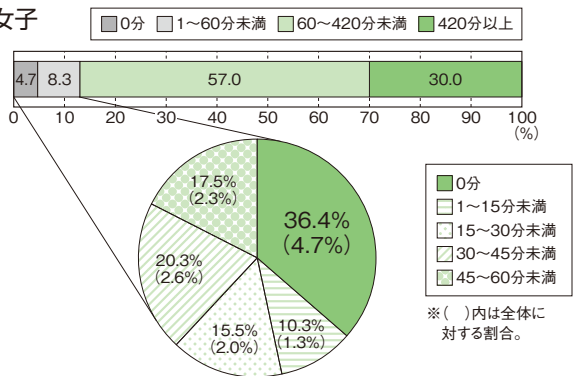


〈2〉 1週間の総運動時間別の児童の割合

● 男子

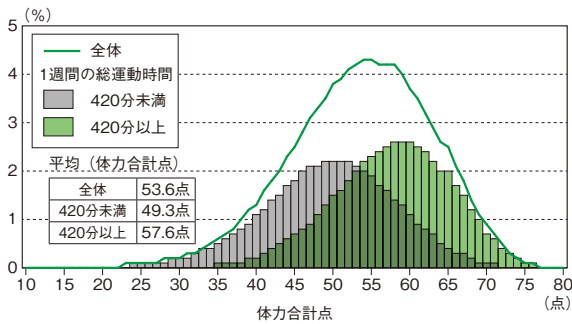


● 女子

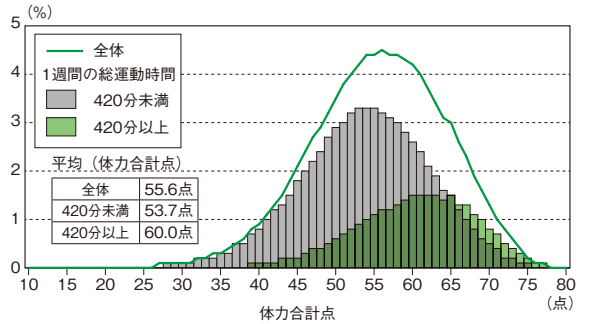


〈3〉 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

● 男子



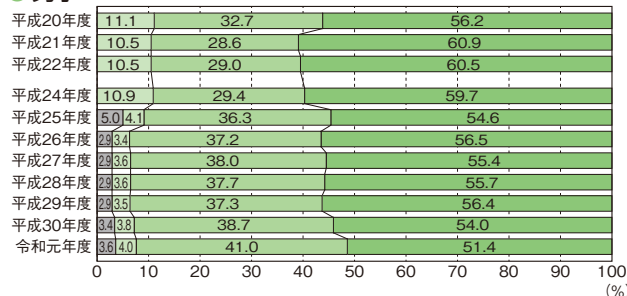
● 女子



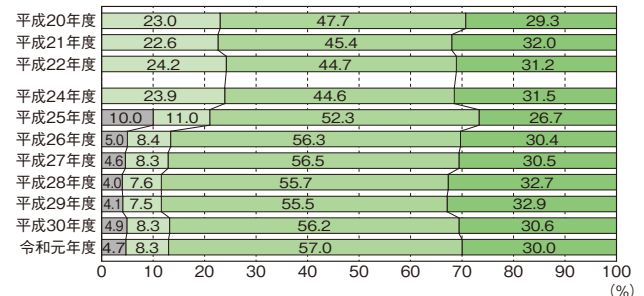
〈4〉 1週間の総運動時間の経年変化

※平成20～24年度は、旧算出基準 (p.6参照) による。平成25～30年度と令和元年度は、各曜日の運動時間の合計。

● 男子



● 女子



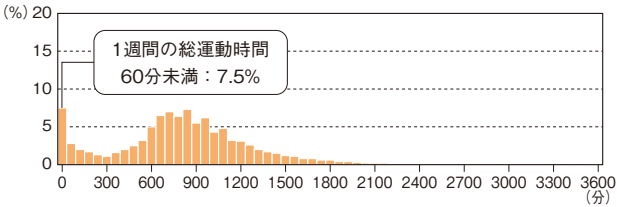
※1週間の総運動時間の算出方法については、p.6を参照のこと。

→ 2-2 1週間の総運動時間の分布・内訳・体力合計点との関連【中学校】

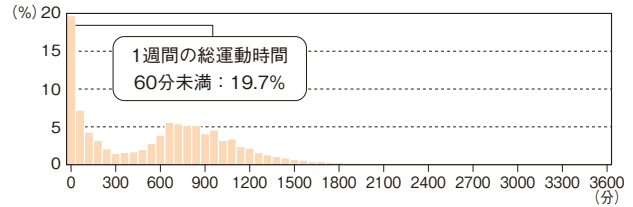
令和元年度調査の保健体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は男子7.5%、女子19.7%であった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で420分以上運動している生徒のグループは、1週間で420分未満のグループより体力合計点の平均値が高かった。

〈1〉 1週間の総運動時間の分布

● 男子

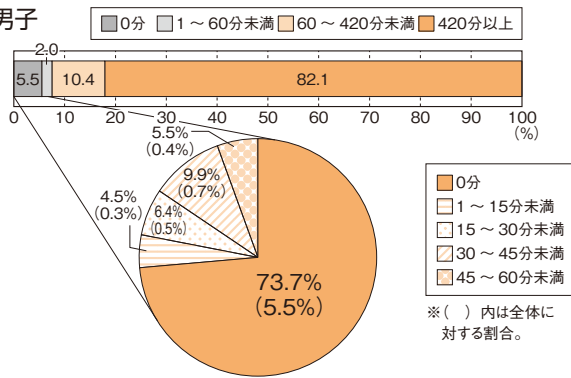


● 女子

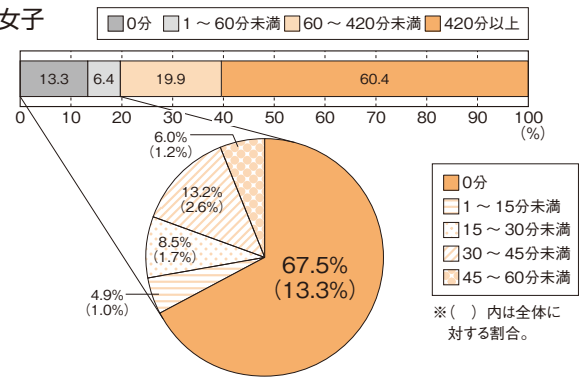


〈2〉 1週間の総運動時間別の生徒の割合

● 男子

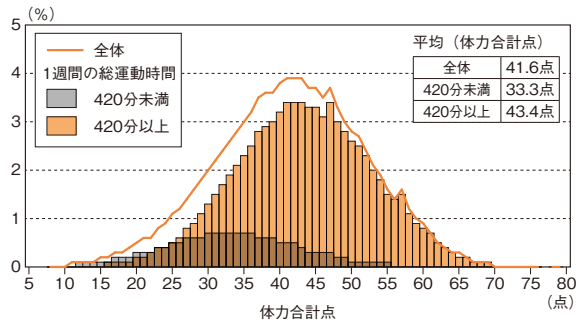


● 女子

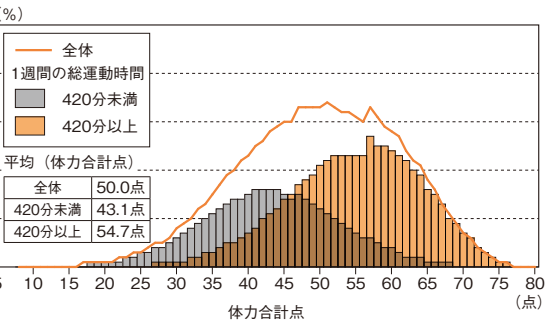


〈3〉 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

● 男子



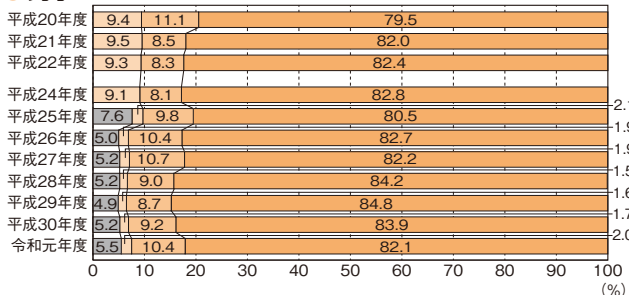
● 女子



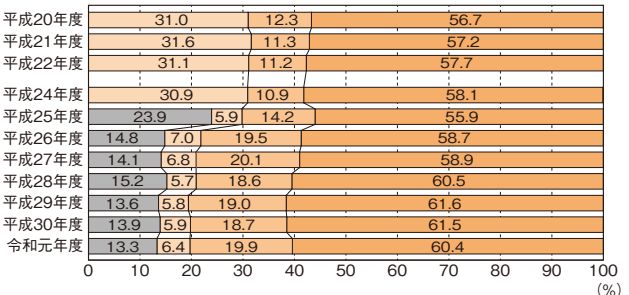
〈4〉 1週間の総運動時間の経年変化

※平成20～24年度は、旧算出基準 (p.6参照) による。平成25～30年度と令和元年度は、各曜日の運動時間の合計。

● 男子



● 女子



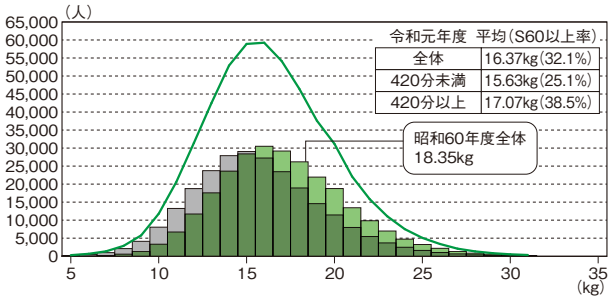
→ 2-3 1週間の総運動時間から見た昭和60年度の平均値以上となった児童の割合【小学校】

旧スポーツテストと共通する次の四つの各種目について、令和元年度調査の1週間の総運動時間が420分以上の児童のグループは、昭和60年度調査の平均値*以上である児童の割合が420分未満の児童のグループより高かった。種目別にみると、ソフトボール投げは運動時間に関わらず、他の種目と比較して昭和60年度調査の平均値以上である割合は低く、反復横とびは高い。

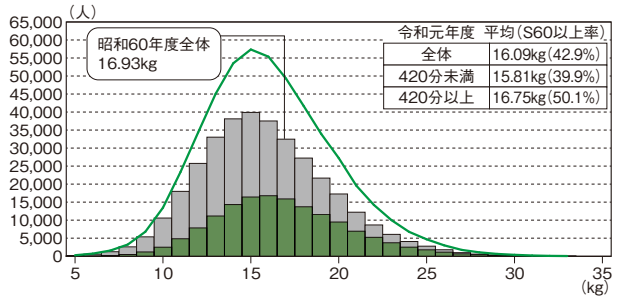
※「体力・運動能力調査」年齢別テストの結果、10歳の平均値

握力

● 男子

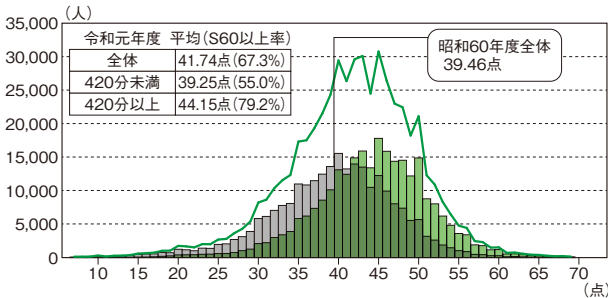


● 女子

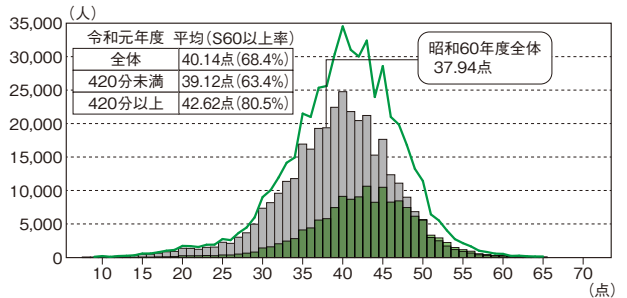


反復横とび

● 男子

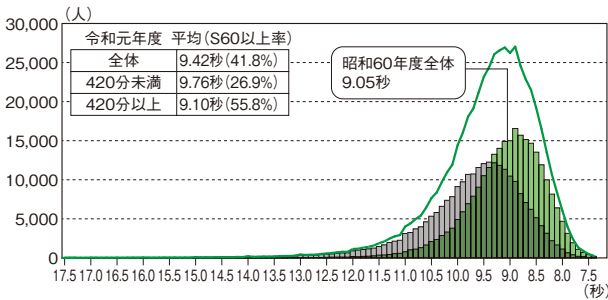


● 女子

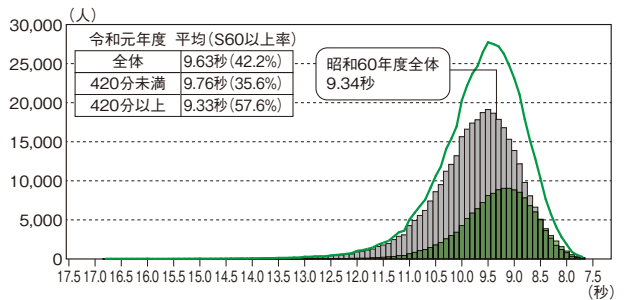


50m 走

● 男子

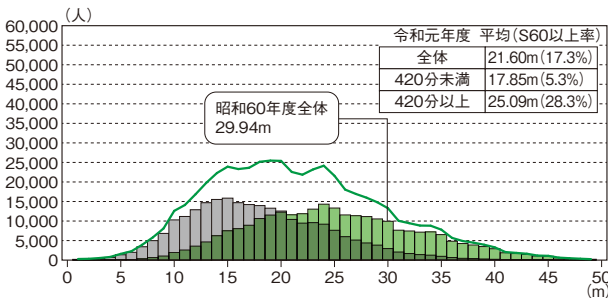


● 女子

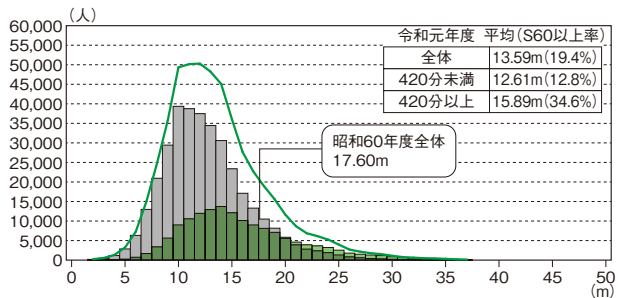


ソフトボール投げ

● 男子



● 女子



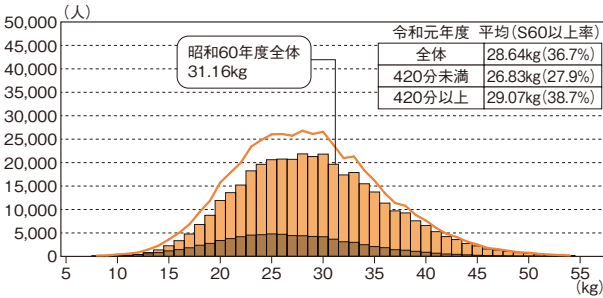
→ 2-4 1週間の総運動時間から見た昭和60年度の平均値以上となった生徒の割合【中学校】

旧スポーツテストと共通する次の四つの各種目について、令和元年度調査の1週間の総運動時間が420分以上の生徒のグループは、昭和60年度調査の平均値*以上である生徒の割合が420分未満の生徒のグループより高かった。種目別にみると、持久走及びハンドボール投げは他の種目と比較して昭和60年度調査の平均値以上の割合の差が大きい。

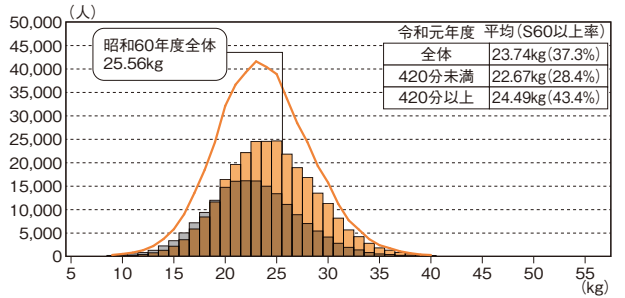
※「体力・運動能力調査」年齢別テストの結果、13歳の平均値

握力

● 男子

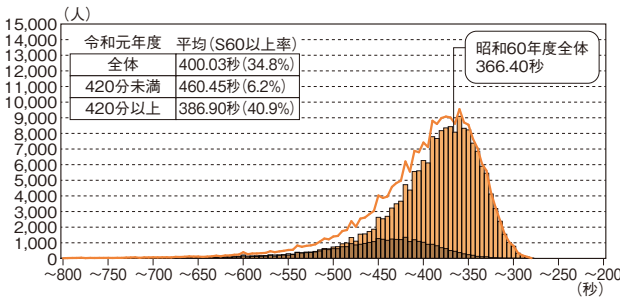


● 女子

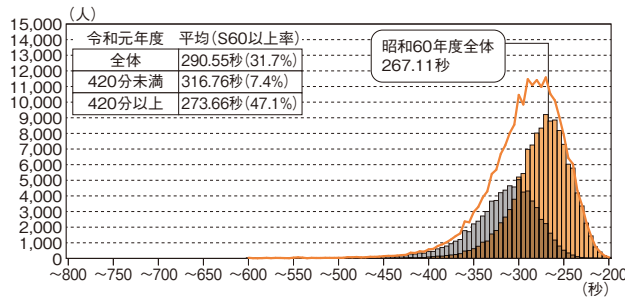


持久走 (男子 1500 m、女子 1000 m)

● 男子

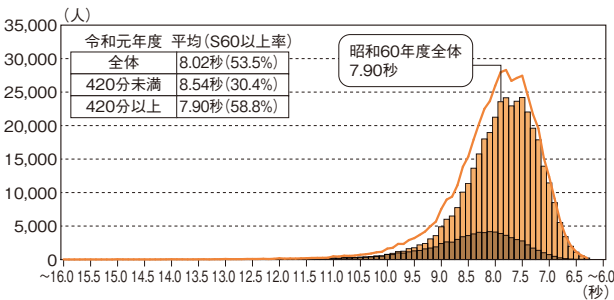


● 女子

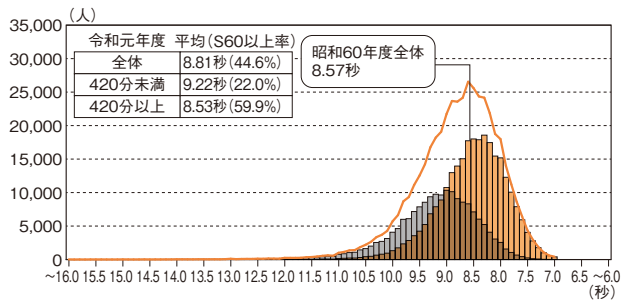


50m 走

● 男子

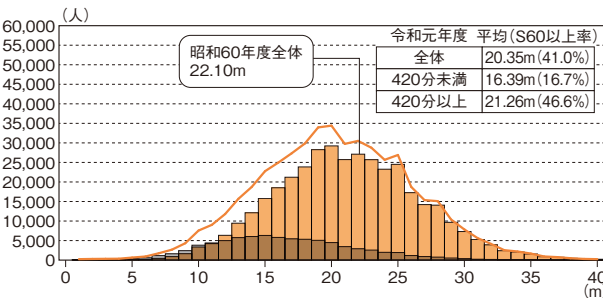


● 女子

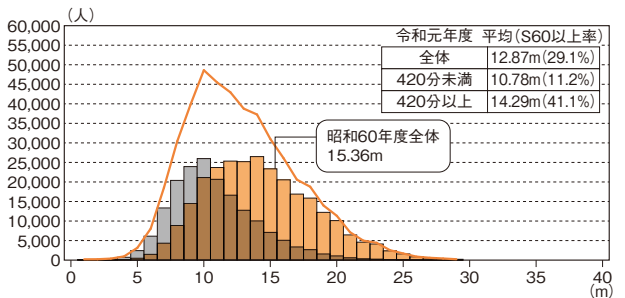


ハンドボール投げ

● 男子



● 女子

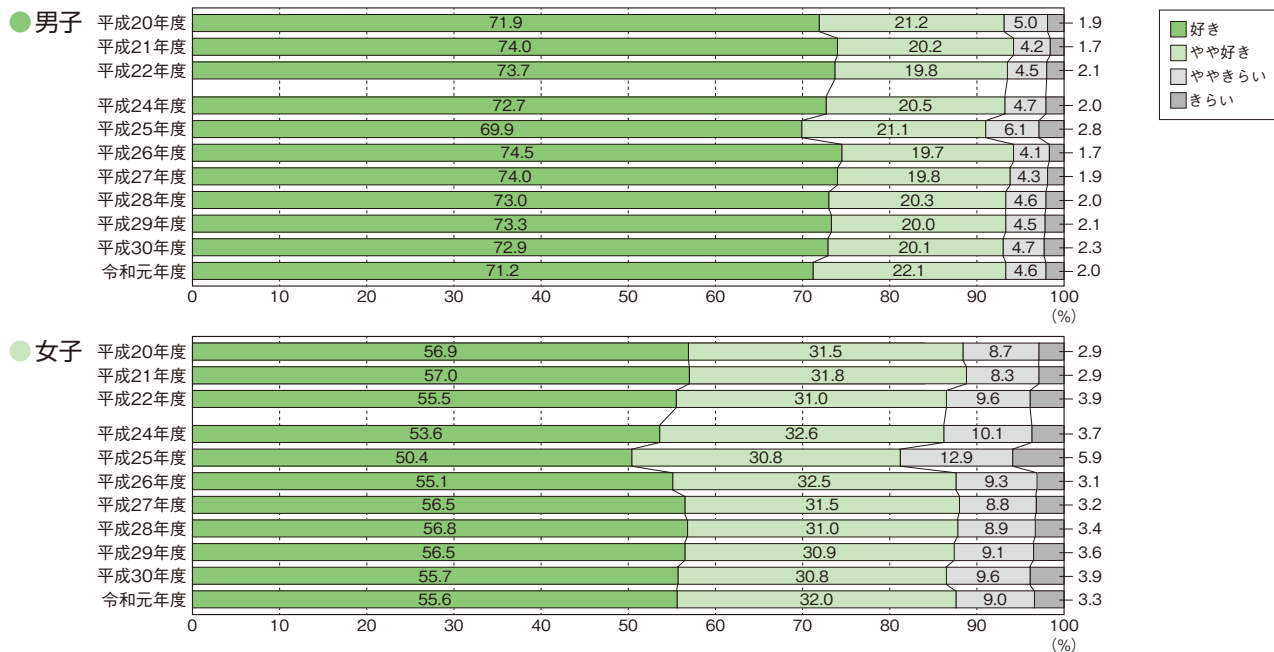


→ 3 運動やスポーツに対する意識

→ 3-1 運動やスポーツの好き・嫌い【小学校】

運動やスポーツが「好き」「やや好き」の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。

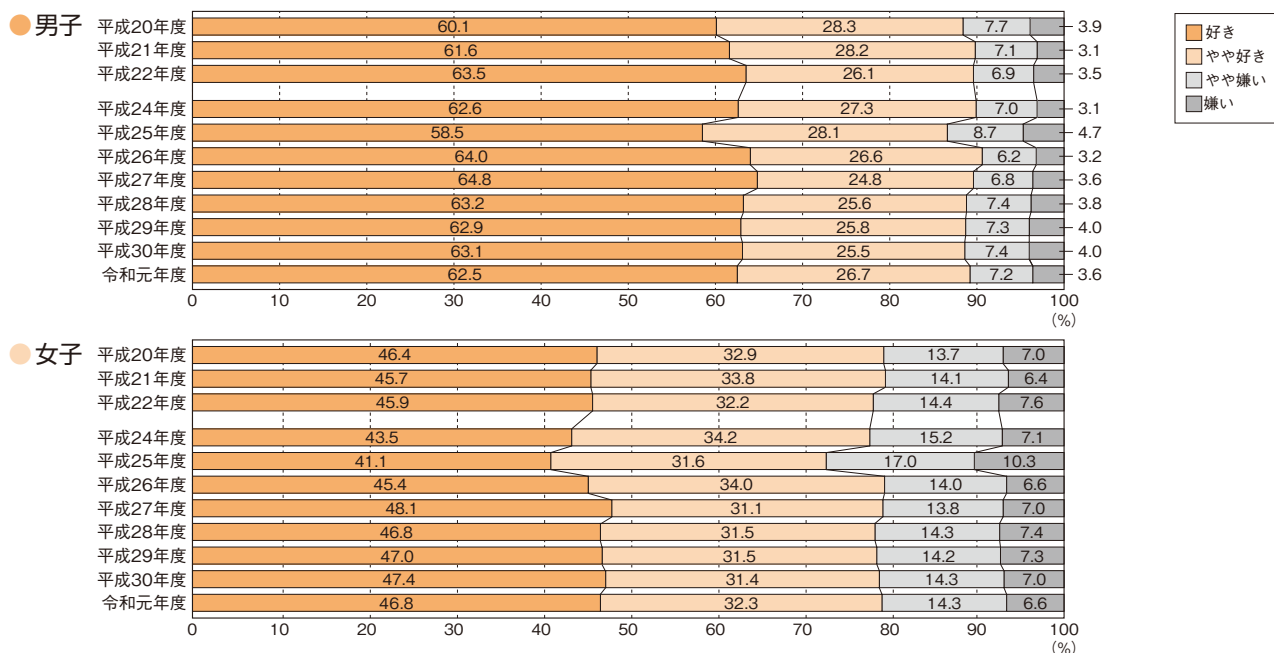
〔「好き・嫌い」の経年変化〕



→ 3-2 運動やスポーツの好き・嫌い【中学校】

運動やスポーツが「好き」「やや好き」の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。

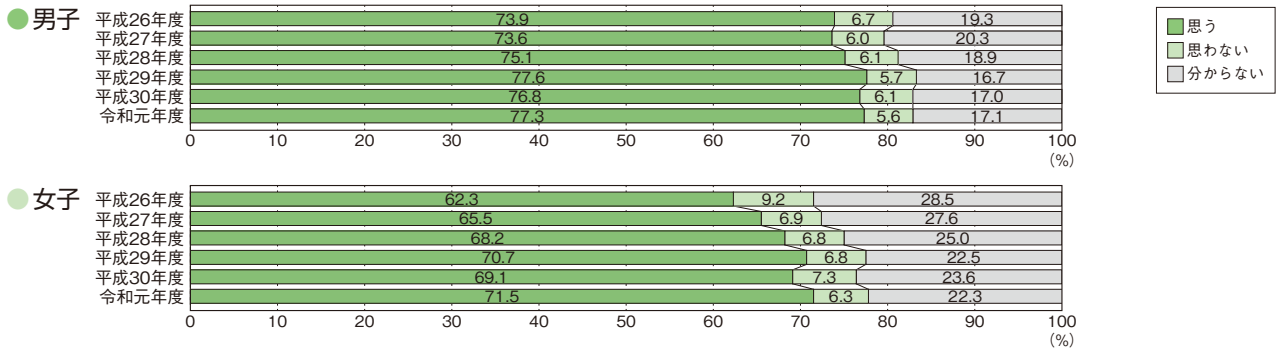
〔「好き・嫌い」の経年変化〕



→ 3-3 卒業後の運動への意欲【小学校】

卒業しても運動する時間を持ちたいと「思う」と答えた児童の割合は、質問を聞き始めた平成26年度調査以降、男女ともに向上傾向が見られる。

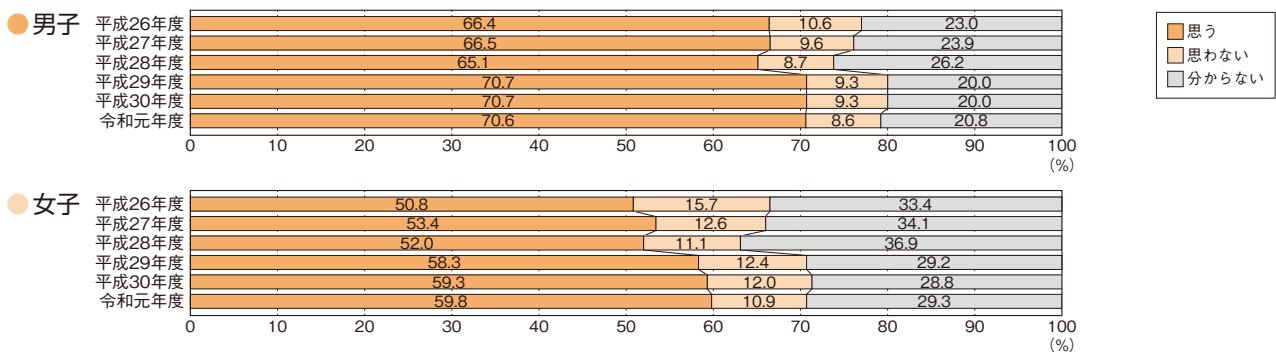
〔「卒業しても運動する時間を持ちたい」の経年変化〕



→ 3-4 卒業後の運動への意欲【中学校】

卒業しても運動する時間を持ちたいと「思う」と答えた生徒の割合は、質問を聞き始めた平成26年度調査以降、男子は横ばい、女子は向上傾向が見られる。

〔「卒業しても運動する時間を持ちたい」の経年変化〕



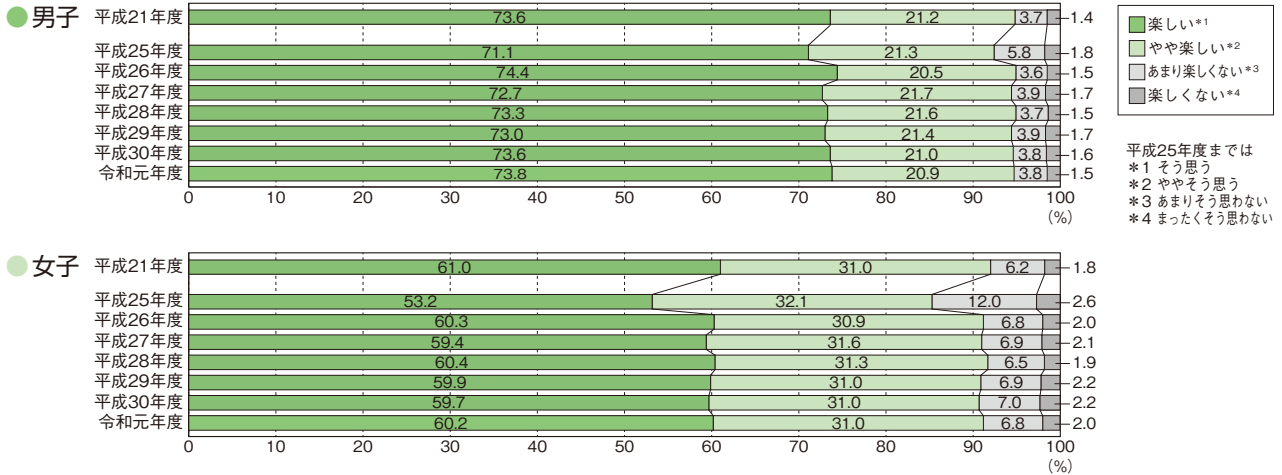
→ 4 体育・保健体育の授業に対する意識

→ 4-1 体育の授業は楽しい【小学校】

「体育の授業が楽しいと思う」児童の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。

〔「体育の授業は楽しい」の経年変化〕

※平成20、22、24年度は、該当する質問項目がない。

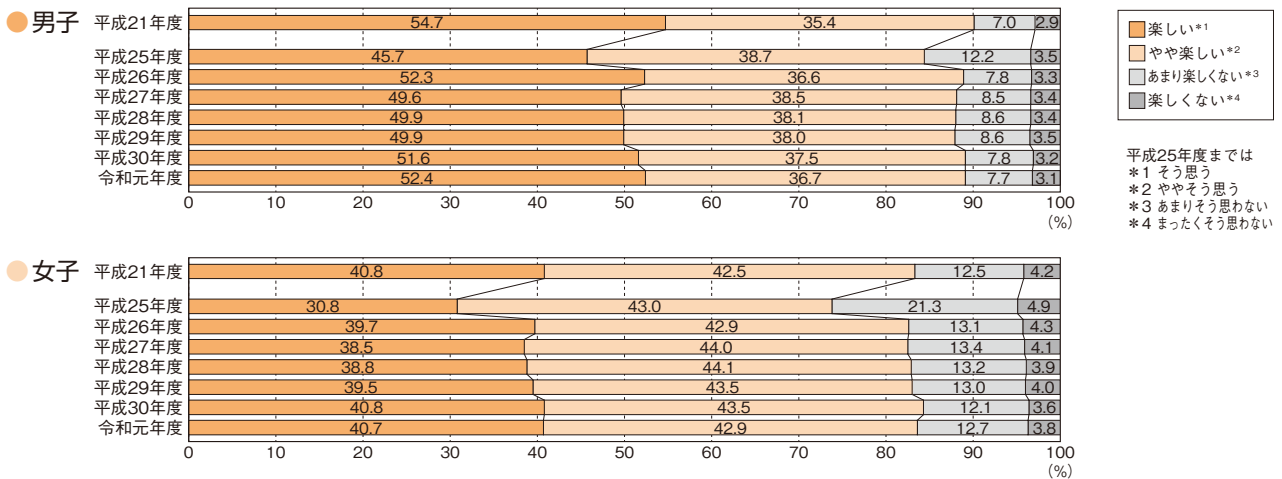


→ 4-2 保健体育の授業は楽しい【中学校】

「保健体育の授業が楽しいと思う」生徒の割合は、平成25年度を除き、男女とも大きな変化は見られなかった。

〔「保健体育の授業は楽しい」の経年変化〕

※平成20、22、24年度は、該当する質問項目がない。

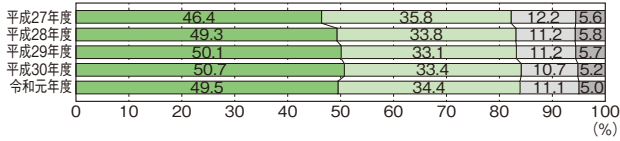


→ 4-3 体育の授業に対する児童から見た進め方の経年変化【小学校】

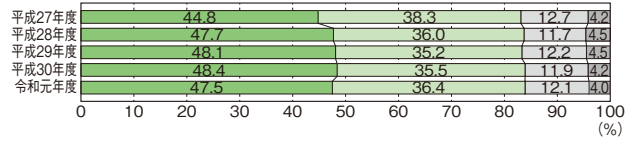
【授業の目標が示されている】

■示されている ■ときどき示されている □あまり示されていない ■示されていない

●男子



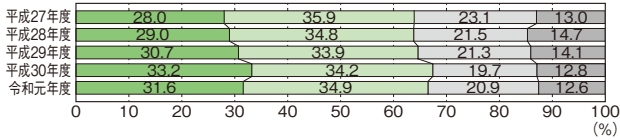
●女子



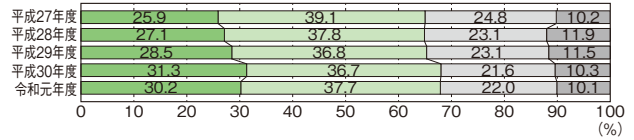
【学んだ内容を振り返る活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



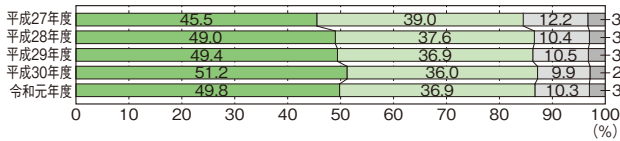
●女子



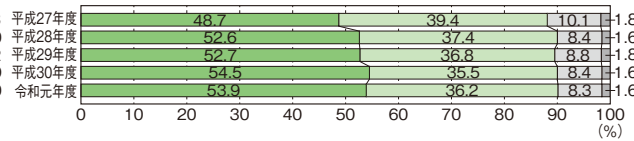
【友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



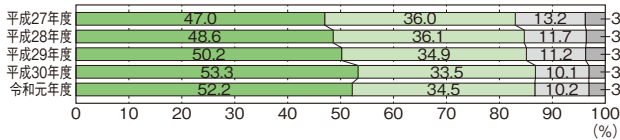
●女子



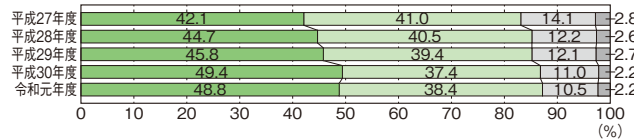
【友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



●女子

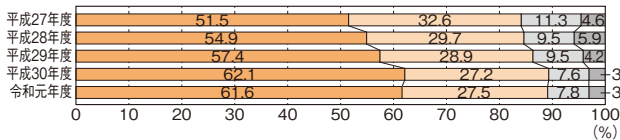


→ 4-4 保健体育の授業に対する生徒から見た進め方の経年変化【中学校】

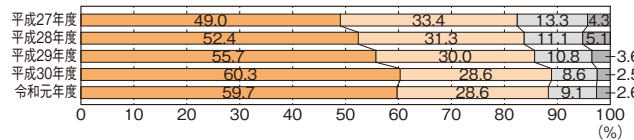
【授業の目標が示されている】

■示されている ■ときどき示されている □あまり示されていない ■示されていない

●男子



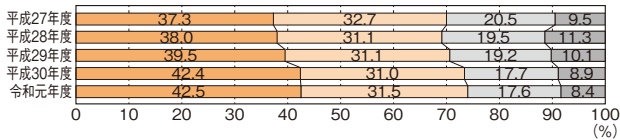
●女子



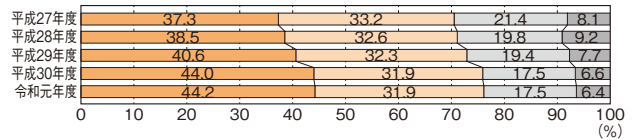
【学んだ内容を振り返る活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



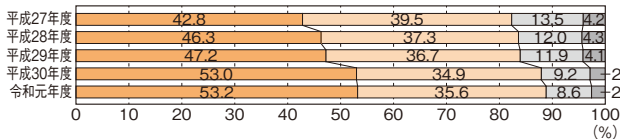
●女子



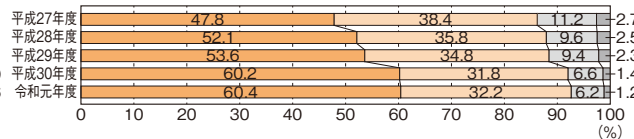
【友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



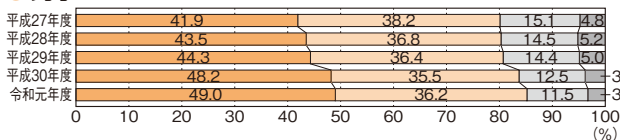
●女子



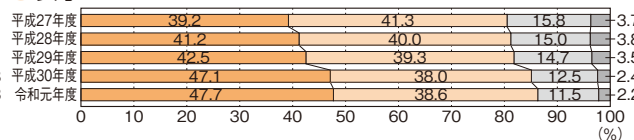
【友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている】

■行っている ■ときどき行っている □あまり行っていない ■行っていない

●男子



●女子



→ 参考1 クロス集計 総合評価Aの児童と、全体の児童の意識の回答傾向の比較【小学校】

児童質問紙調査において、総合評価Aの児童と全体の児童を比較したところ、最も肯定的な回答※をした割合の差が大きい項目は、「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることが好き（質問1）」「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツは大切（質問3）」等であった。

	質問内容	小学校男子			小学校女子		
		全体 回答率(%)	評価A 回答率(%)	全体との差 (ポイント)	全体 回答率(%)	評価A 回答率(%)	全体との差 (ポイント)
運動に対する意識	質問1 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。	71.2	95.8	 24.6	55.6	88.1	 32.5
	質問3 あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。	71.4	92.9	 21.5	62.7	86.6	 23.9
	質問4 中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。	77.3	95.0	 17.7	71.5	90.8	 19.3
学習習慣	質問6 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)	82.2	89.2	 7.0	82.3	86.8	 4.5
運動・授業外での活動	質問10 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。	43.3	69.1	 25.8	32.7	51.9	 19.2
体育の授業に関する意識	質問11 体育の授業は楽しいですか。	73.8	90.0	 16.2	60.2	85.0	 24.8
	質問12 体育の授業では、たくさん動きますか。	69.1	89.3	 20.2	58.0	83.3	 25.3
	質問13 体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。	49.5	59.6	 10.1	47.5	55.3	 7.8
	質問14 体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。	31.6	38.1	 6.5	30.2	34.2	 4.0
	質問15 体育の授業では、友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか。	49.8	64.2	 14.4	53.9	67.0	 13.1
	質問16 体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。	52.2	65.6	 13.4	48.8	59.5	 10.7
	質問18 体育の授業で、ビデオ・デジタルカメラ、タブレットたん末などを用いて、自分や友達の動きをさつえいして活用する活動を行っていますか。	7.2	10.0	 2.8	5.5	6.8	 1.3
	質問19 体育の授業で、自分に合った練習や場を自分なりに選んで活動することを行っていますか。	36.1	50.4	 14.3	35.3	47.2	 11.9
	質問20 体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみたいと思いますか。	42.2	58.8	 16.6	42.2	59.6	 17.4
	質問21 体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。	51.3	66.5	 15.2	41.9	56.4	 14.5
目標意識や自己肯定感などの意識との関連	質問22 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。	74.5	91.5	 17.0	74.2	90.1	 15.9
	質問24 「ものごとを最後までやりとげてうれしかったことがある」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	70.7	84.8	 14.1	72.5	85.0	 12.5
	質問25 「難しいことでも、失敗をおそれないでちょう戦している」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	44.5	65.9	 21.4	37.1	55.5	 18.4
	質問26 「自分には、よいところがあると思う」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	44.1	58.6	 14.5	36.9	47.6	 10.7

※最も肯定的な回答とは、4件法で求めた回答の内、①の回答を指す。例えば、質問1を例にあげると「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。」の質問に対して、「①好き ②やや好き ③ややきらい ④きらい」の選択で「①好き」の回答を指す。

→ 参考2 クロス集計 総合評価Aの生徒と、全体の生徒の意識の回答傾向の比較【中学校】

生徒質問紙調査において、総合評価Aの生徒と全体の生徒を比較したところ、最も肯定的な回答[※]をした割合の差が大きい項目は、「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることが好き（質問1）」「中学校を卒業した後、自主的に運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか（質問4）」等であった。

	質問内容	中学校男子			中学校女子		
		全体 回答率(%)	評価A 回答率(%)	全体との差 (ポイント)	全体 回答率(%)	評価A 回答率(%)	全体との差 (ポイント)
運動に対する意識	質問1 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。	62.5	90.4	27.9	46.8	78.7	31.9
	質問3 あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切なものですか。	68.4	90.2	21.8	57.0	82.2	25.2
	質問4 中学校を卒業した後、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。	70.6	91.4	20.8	59.8	81.0	21.2
学習習慣	質問7 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)	81.6	87.7	6.1	78.3	84.4	6.1
運動・授業外慣	質問10 放課後や学校が休みの日に、運動部活動や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることがありますか。	32.6	56.8	24.2	17.9	29.8	11.9
保健体育の授業に関する意識	質問11 保健体育の授業は楽しいですか。	52.4	73.9	21.5	40.7	63.2	22.5
	質問12 保健体育の授業では、十分に体を動かしていると思いますか。[保健領域を除く]	57.8	70.5	12.7	53.2	68.0	14.8
	質問13 保健体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。	61.6	70.7	9.1	59.7	65.3	5.6
	質問14 保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。	42.5	51.0	8.5	44.2	49.6	5.4
	質問15 保健体育の授業では、友達と助け合ったり、役割を果たすような活動を行っていますか。	53.2	66.3	13.1	60.4	70.3	9.9
	質問16 保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。	49.0	61.6	12.6	47.7	56.1	8.4
	質問18 保健体育の授業で、ビデオ・デジタルカメラ、タブレット端末などを用いて、自分や友達の動きを撮影して活用する活動を行っていますか。	10.1	13.7	3.6	8.8	10.5	1.7
	質問19 保健体育の授業で、自分に合った練習や場を自分なりに選んで活動することを行っていますか。	30.9	45.2	14.3	29.3	39.1	9.8
	質問20 保健体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみたいと思いますか。	28.2	44.2	16.0	22.8	35.0	12.2
	質問21 保健体育の授業で学習している内容は、あなたの将来に役に立つと思いますか。	40.7	57.4	16.7	30.9	43.6	12.7
目標意識や自己肯定感などの意識との関連	質問22 体力テストの結果などを基に体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。	67.0	86.1	19.1	65.6	83.4	17.8
	質問24 「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	73.3	86.7	13.4	76.2	87.3	11.1
	質問25 「難しいことでも、失敗を恐れないで挑戦している」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	38.1	60.7	22.6	28.1	41.7	13.6
	質問26 「自分には、よいところがあると思う」は、あなたにどれくらい当てはまりますか。	37.2	52.7	15.5	24.6	31.5	6.9

※最も肯定的な回答とは、4件法で求めた回答の内、①の回答を指す。例えば、質問1を例にあげると「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか。」の質問に対して、「①好き ②やや好き ③やや嫌い ④嫌い」の選択で「①好き」の回答を指す。

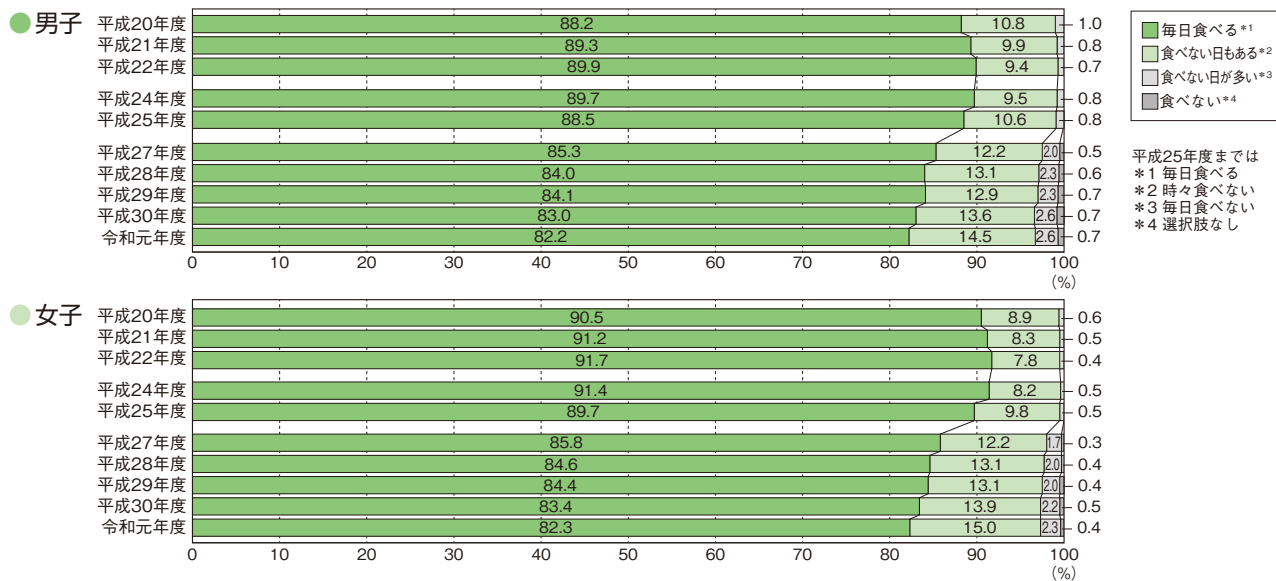
→ 5 生活習慣と体力

→ 5-1 食事・睡眠と体力との関連【小学校】

規則正しい生活習慣の要素である食事の摂取状況と1日の睡眠時間の経年変化を見ると、朝食に関しては「毎日食べる」と回答した児童の割合は男女とも平成20年度の調査開始以降、減少している。睡眠時間に関しては8時間以上の児童の割合が、増加傾向であったが、令和元年度は6時間以上8時間未満の割合が増加している。また、男女ともに、朝食を「毎日食べる」グループが最も体力合計点が高く、睡眠時間では「8時間以上9時間未満」グループが最も体力合計点が高い。

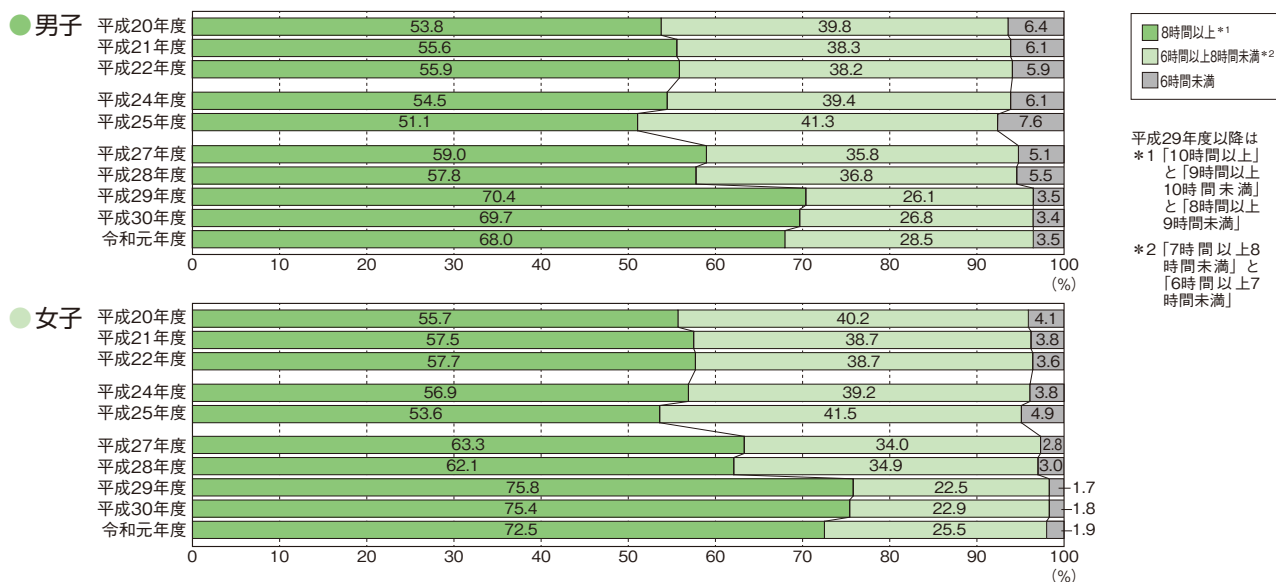
〔朝食の摂取状況の経年変化〕

※平成26年度は、該当する質問項目がない。



〔1日の睡眠時間の経年変化〕

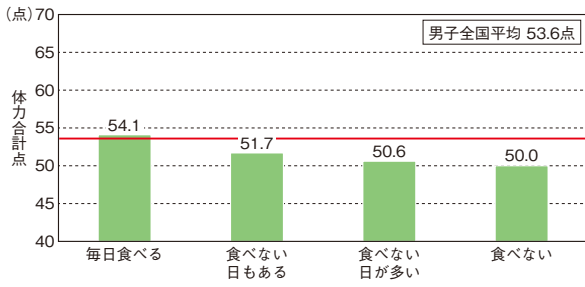
※平成26年度は、該当する質問項目がない。



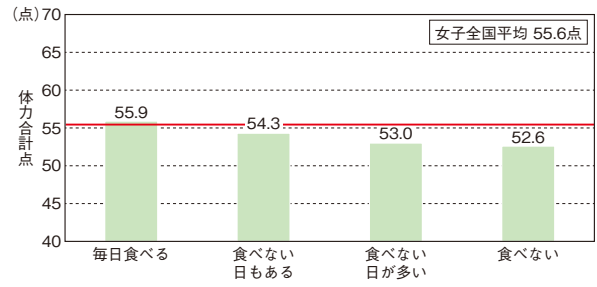
〔食事・睡眠時間と体力合計点との関連〕

朝食

●男子

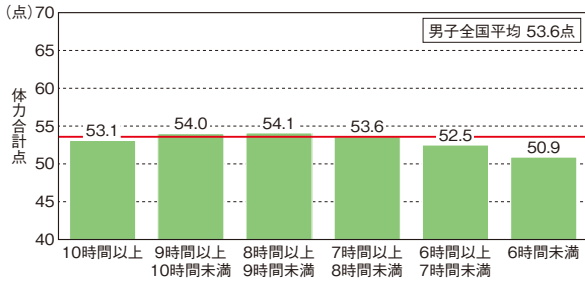


●女子

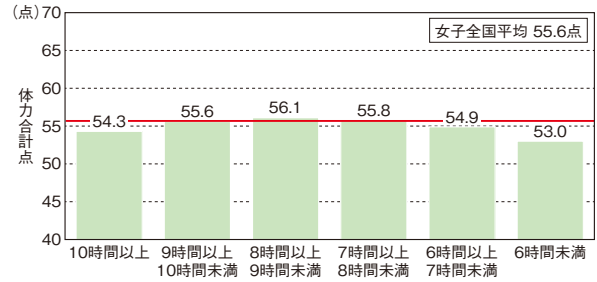


睡眠時間

●男子



●女子

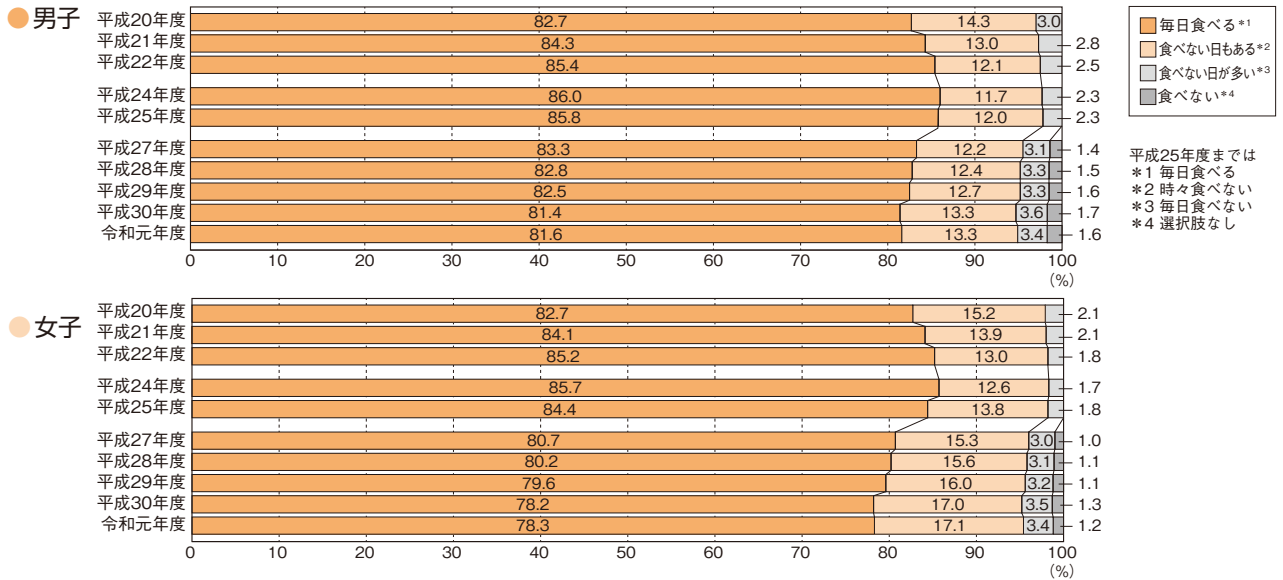


→ 5-2 食事・睡眠と体力との関連【中学校】

規則正しい生活習慣の要素である食事の摂取状況と1日の睡眠時間の経年変化を見ると、朝食に関しては「毎日食べる」と答える生徒の割合は男女とも平成20年度の調査開始以降、減少している。睡眠時間に関しては6時間未満の生徒の割合が減少している。また、男女ともに朝食を「毎日食べる」グループが最も体力合計点が高く、睡眠時間では、「7時間以上8時間未満」グループが最も体力合計点が高い。

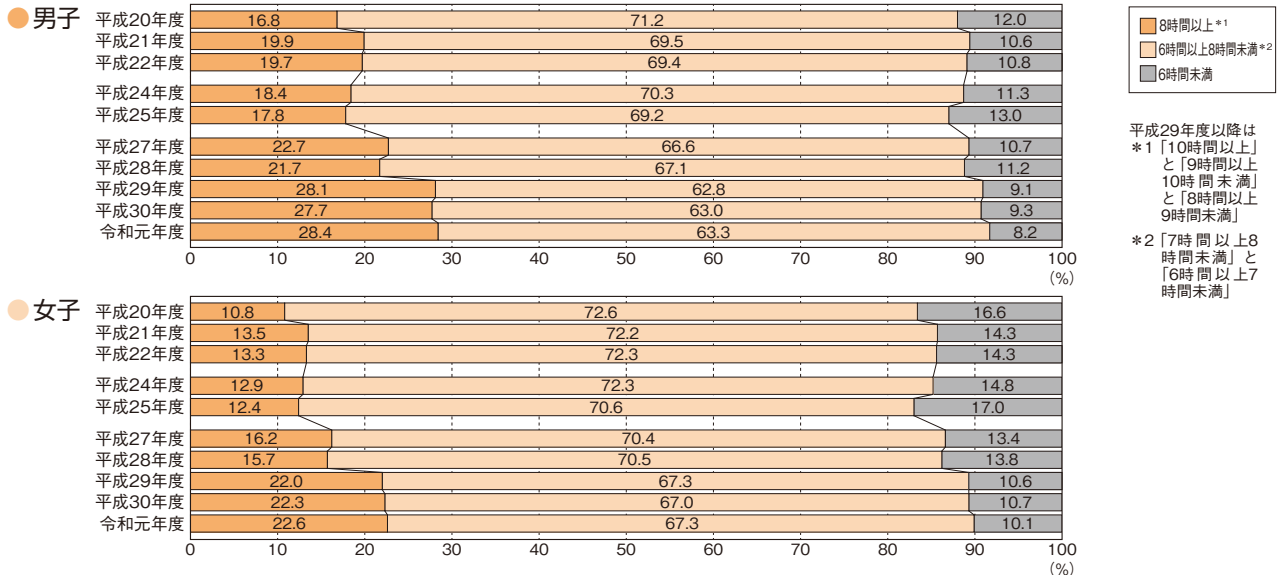
〔朝食の摂取状況の経年変化〕

※平成26年度は、該当する質問項目がない。



〔1日の睡眠時間の経年変化〕

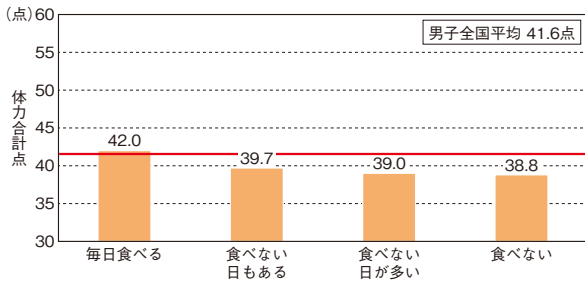
※平成26年度は、該当する質問項目がない。



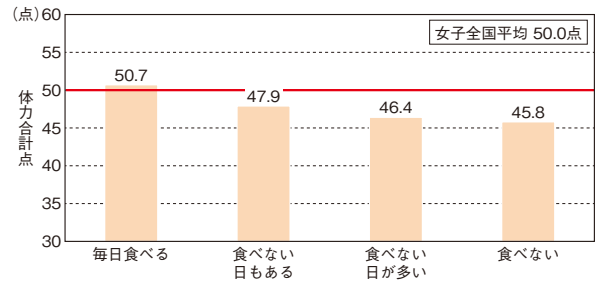
〔食事・睡眠時間と体力合計点との関連〕

朝食

●男子

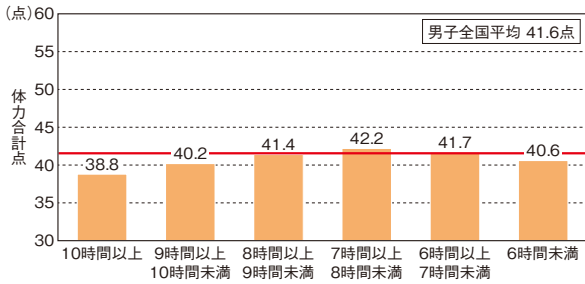


●女子

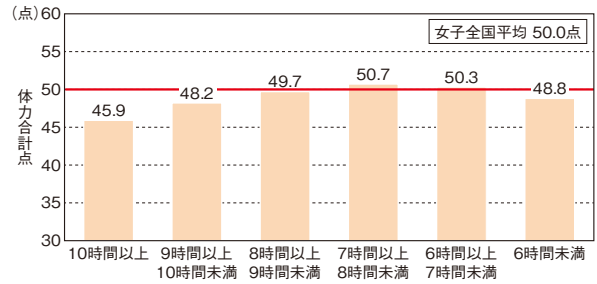


睡眠時間

●男子



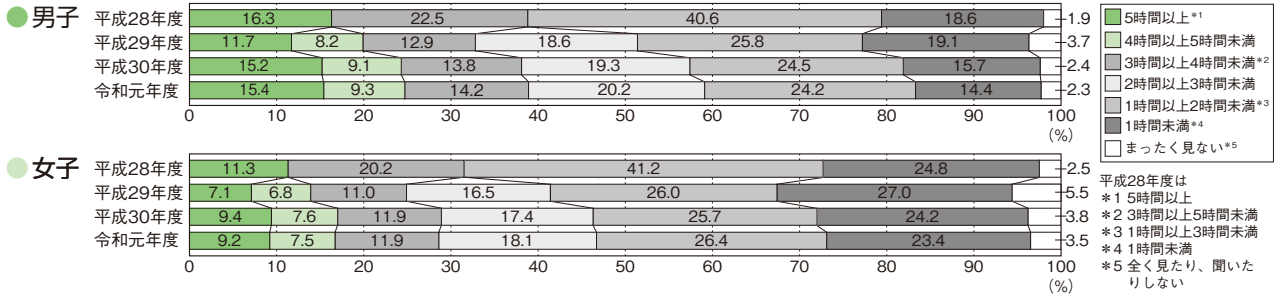
●女子



→ 5-3 テレビやゲームの画面を見る時間と体力との関連【小学校】

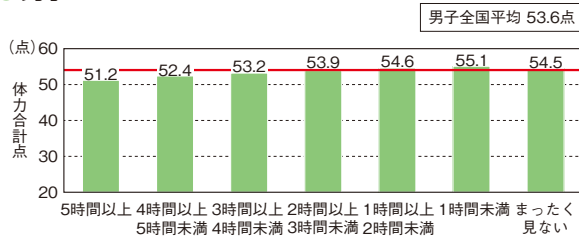
テレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等による映像の視聴時間の経年変化を見ると、視聴時間が1時間以上の割合が増えている。また、体力合計点を比較してみると、男女とも視聴時間が3時間以上のグループの体力合計点は全国の平均値より低い。

〔テレビやゲームの画面を見る時間の経年変化〕

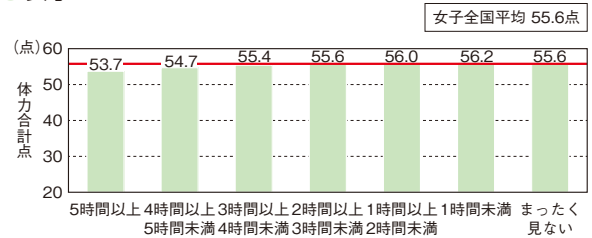


〔テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連〕

● 男子



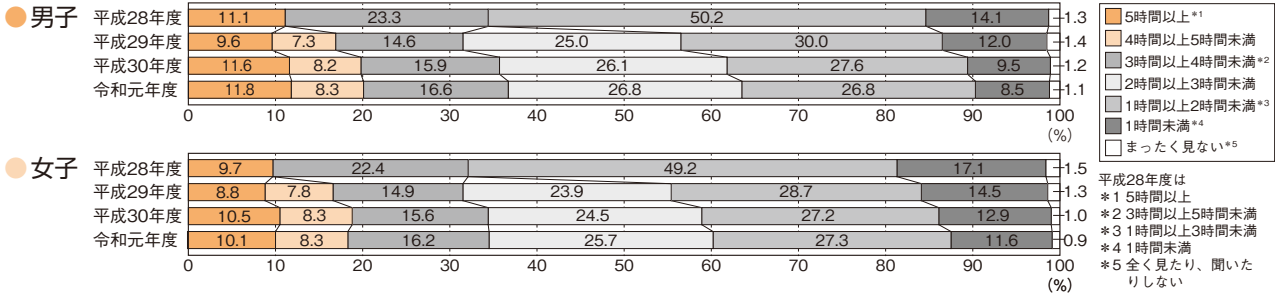
● 女子



→ 5-4 テレビやゲームの画面を見る時間と体力との関連【中学校】

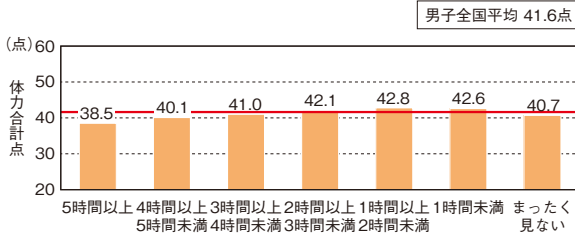
テレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等による映像の視聴時間の経年変化を見ると、視聴時間が1時間以上の割合が増えている。また、体力合計点を比較してみると、男女とも視聴時間が3時間以上のグループの体力合計点は全国の平均値より低い。

〔テレビやゲームの画面を見る時間の経年変化〕

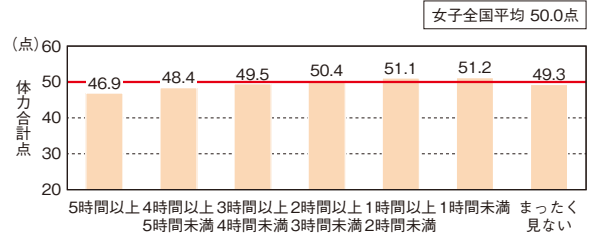


〔テレビやゲームの画面を見る時間と体力合計点との関連〕

● 男子



● 女子

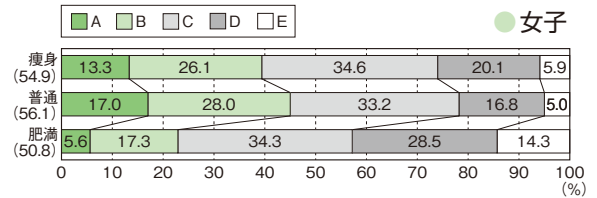
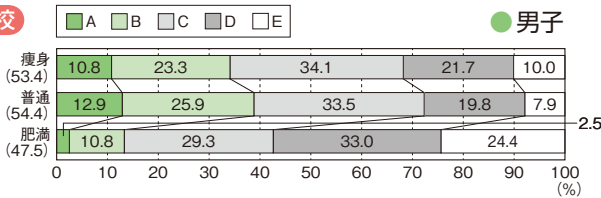


→ 6 体格と体力、運動習慣

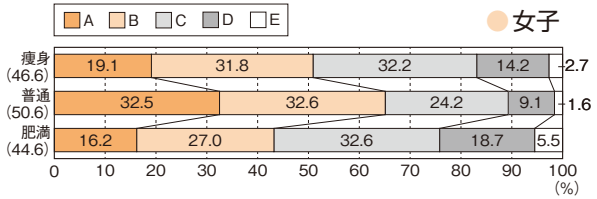
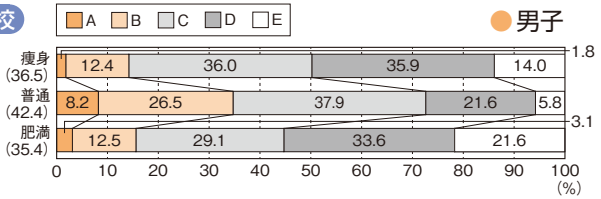
体格が肥満（肥満度20%以上）の児童生徒は、普通（肥満度 - 19.9%~19.9%）の児童生徒と比べて、総合評価A B群の割合が低く、D E群の割合が高い。また、1週間の総運動時間が60分未満（0分を含む）の割合も高い。

〔肥満・痩身別に見た総合評価の割合〕

小学校

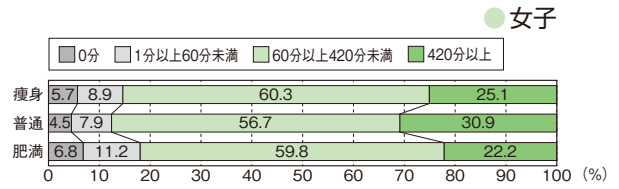
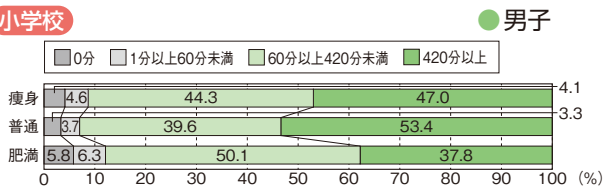


中学校

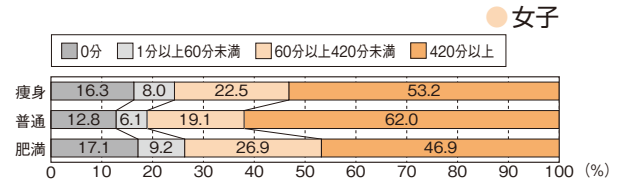
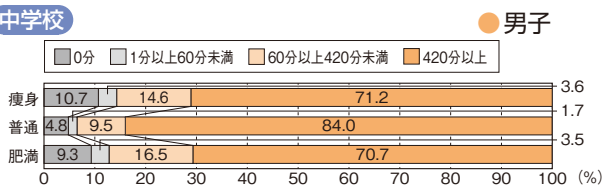


〔肥満・痩身別に見た1週間の総運動時間〕

小学校



中学校



● 参考資料 〈肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の算出・判定方法〉

「児童生徒等の健康診断マニュアル（平成27年度改訂版）」より
平成27年8月25日発行（財）日本学校保健会

- ・標準体重 (kg) = a × 身長 (cm) - b
- ・肥満度 (%) = [自分の体重 (kg) - 標準体重 (kg)] ÷ 標準体重 (kg) × 100

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6 (小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7 (小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8 (小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
9 (小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10 (小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11 (小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12 (中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13 (中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14 (中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

判定基準

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30 ~ 49.9%	中等度肥満
20 ~ 29.9%	軽度肥満
-19.9 ~ 19.9%	普通
-29.9 ~ -20%	やせ
-30%以下	高度やせ

※平成18年度以降、算出・判定方法は変更していない。

Ⅱ 学校に対する調査

(1) 体力合計点の高い学校の取組

体力合計点の平均値が高かった学校（上位10%）における取組の実施率（最も肯定的な回答をした割合）を学校全体と比較したところ、その差が大きい項目は「学校や学年で体力の向上に関する目標の設定」「調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善」「授業での児童生徒同士での話し合い活動」等であった。

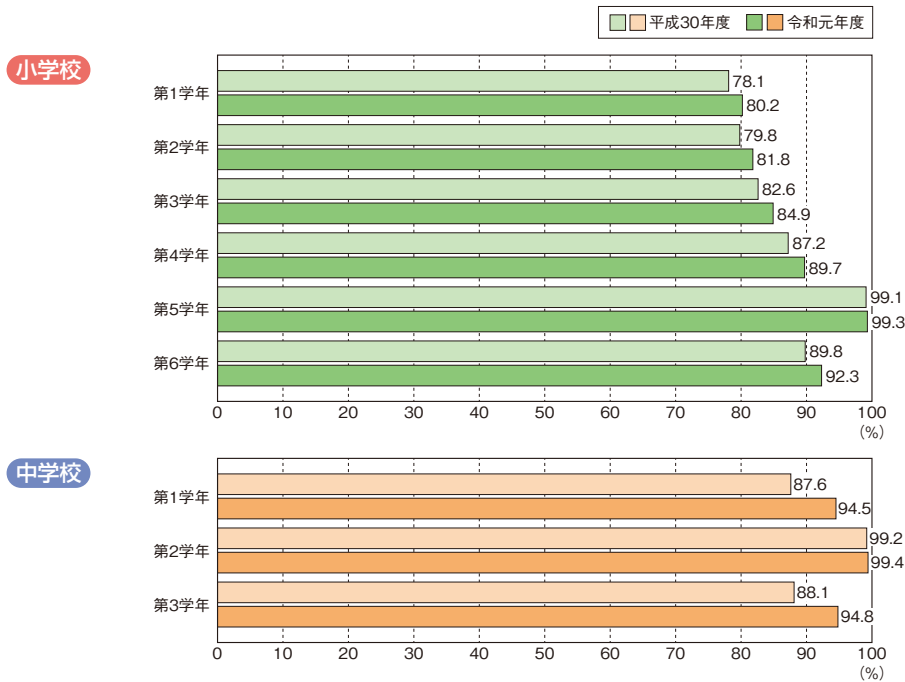
〔「体力合計点」上位校の取組実施率が学校全体を上回った主な項目〕

質問内容 ※()内は中学校の質問番号	小学校 全体 実施率 (%)	小学校男子		小学校女子		中学校 全体 実施率 (%)	中学校男子		中学校女子	
		上位校 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)	上位校 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)		上位校 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)	上位校 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)
質問1 学校全体の目標の設定	81.7	90.6	8.9	91.5	9.8	72.8	84.6	11.8	88.4	15.6
質問2 学年の目標の設定(学校の目標とは別に設定)	45.2	54.8	9.6	54.7	9.5	49.2	58.8	9.6	61.7	12.5
質問3 運動が苦手な児童生徒向け、又は性別に応じた取組	61.1	65.0	3.9	67.8	6.7	62.6	65.7	3.1	65.2	2.6
質問4 調査結果を踏まえた年間指導計画の改善	72.5	79.2	6.7	79.0	6.5	73.5	83.2	9.7	82.8	9.3
質問5 調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	54.8	65.0	10.2	65.3	10.5	59.3	68.9	9.6	68.5	9.2
質問6 授業の冒頭で目標を示す活動	57.9	62.2	4.3	63.5	5.6	59.1	59.3	0.2	62.0	2.9
質問8 授業での助け合い、役割を果たす活動	60.8	65.6	4.8	66.2	5.4	38.4	41.5	3.1	40.2	1.8
質問9 授業での児童生徒同士での話し合い活動	50.4	57.5	7.1	57.8	7.4	72.6	85.5	12.9	86.4	13.8
質問13 全ての児童生徒の授業以外の体力・運動能力向上の取組	84.4	89.2	4.8	90.8	6.4	54.9	63.1	8.2	65.6	10.7
質問14 健康三原則の大切さの指導	38.7	42.8	4.1	45.1	6.4	29.5	30.8	1.3	30.8	1.3
質問15 オリンピック・パラリンピック教育に係る取組	50.0	52.2	2.2	52.1	2.1	57.8	60.7	2.9	60.7	2.9
質問19(21) 全ての学年の児童生徒の家庭への説明・呼びかけ等	59.5	69.2	9.7	70.8	11.3	33.5	42.5	9.0	42.3	8.8
質問20(22) 「報告書」を読んだ	62.1	65.0	2.9	65.5	3.4	59.3	65.4	6.1	65.0	5.7
質問21(23) 結果資料CDの活用	56.0	61.5	5.5	61.8	5.8	49.1	57.4	8.3	58.9	9.8
質問22(24) 「学校用確認シート」の活用	63.3	70.1	6.8	69.0	5.7	56.8	66.4	9.6	66.1	9.3
質問23(25) 「記録シート」の活用	62.4	66.9	4.5	65.8	3.4	55.6	65.3	9.7	62.7	7.1
質問24(26) 事例校の実践を参考にした取組	31.8	39.6	7.8	38.3	6.5	24.5	30.4	5.9	31.8	7.3

※最も肯定的な回答とは、各質問項目で、①の回答を指す。

(2) 新体力テストの実施状況

小学校の第5学年における新体力テストの実施率は前年度が99.1%であったが、本年度は99.3%であった。第5学年以外の学年については、前年度が78.1~89.8%であったが本年度は80.2~92.3%であった。中学校の第2学年については、本年度は99.4%に増加した。第2学年以外の学年については、前年度が87.6%（第1学年）、88.1%（第3学年）であったが、本年度は94.5%（第1学年）、94.8%（第3学年）に増加した。



(3) 学校の取組が体力合計点の差に表れた項目

(体力合計点)

質問番号 ()内は中学校	質問内容	選択肢	小学校		中学校	
			男子	女子	男子	女子
質問1	平成30年度に、児童生徒の体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか。	設定していた	53.8	55.8	41.9	50.4
		設定していなかった	53.0	54.8	40.7	49.1
質問4	平成30年度全国体力・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。	反映した	53.7	55.7	41.8	50.2
		反映しなかった	53.3	55.2	40.9	49.5
質問6	体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を児童生徒に示す活動を取り入れていますか。	すべての学年・学級で取り入れている	53.8	55.8		
		取り入れるかどうかは各担当や担任に任せられている	53.4	55.3		
		いつも取り入れている			41.7	50.1
		だいたい取り入れている			41.4	49.9
		あまり取り入っていない			40.5	49.7
		全く取り入っていない			37.9	48.2
質問8	体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れていますか。	すべての学年・学級で取り入れている	53.8	55.8		
		取り入れるかどうかは各担当や担任に任せられている	53.4	55.3		
		いつも取り入れている			41.7	50.2
		だいたい取り入れている			41.5	49.9
		あまり取り入っていない			39.8	48.6
		全く取り入っていない			36.3	48.2
質問9	体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか。	すべての学年・学級で取り入れている	53.9	55.9	41.9	50.4
		取り入れるかどうかは各担当や担任に任せられている	53.4	55.3	40.8	49.2
質問10	体育・保健体育の指導で、授業中にICTを活用していますか。	すべての学年・学級で取り入れている	54.0	56.1		
		取り入れるかどうかは各担当や担任に任せられている	53.6	55.6		
		活用している			41.7	50.1
		活用していない			41.2	49.8
質問13	平成30年度に、体育・保健体育の授業以外で、全ての児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行いましたか。	行った	53.7	55.7		
		一部の学年で行った	53.5	55.3		
		行わなかった	53.0	54.5		
		全ての学年で行った			41.8	50.3
		特定の学年で行った			41.5	50.0
		行わなかった			41.4	49.8
質問15	平成30年度にオリンピック・パラリンピック教育に係る取組を行いましたか。	行った	53.8	55.8	41.7	50.1
		行わなかった	53.4	55.4	41.5	50.0
質問16 (20)	教員同士で、児童生徒の体力・運動能力の向上に関する取組、体育・保健体育の授業における指導方法の工夫・改善について検討する機会がありますか。	ある	53.7	55.7	41.6	50.1
		ない	53.2	55.2	41.1	49.7
質問19 (21)	平成30年度に、全ての児童生徒の家庭に対して、子供の体力の向上に係る説明・呼びかけ等を行いましたか。	全ての学年が行った	53.9	56.0	41.9	50.4
		特定の学年が行った	53.4	55.3	41.7	50.2
		行わなかった	53.1	54.9	41.4	49.9
質問21 (23)	平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査「結果資料CD」を活用しましたか。	活用した	53.7	55.8	41.9	50.3
		活用しなかった	53.5	55.4	41.3	49.8
質問22 (24)	平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査「学校用確認シート」を活用しましたか。	活用した	53.8	55.8	41.8	50.3
		活用しなかった	53.4	55.3	41.3	49.7
質問23 (25)	平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査「記録シート」を活用しましたか。	活用した	53.7	55.7	41.8	50.3
		活用しなかった	53.4	55.4	41.3	49.8
質問24 (26)	平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書に掲載した事例校の実践を参考にした取組を行いましたか。	行った	53.9	56.0	42.0	50.6
		行わなかった	53.5	55.4	41.4	49.9
質問25 (27)	平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書の巻末に掲載した「取組チェックシート」を活用しましたか。	取組点検項目をチェックした	53.7	55.8	41.8	50.2
		取組点検項目をチェックし、計画に取り入れた	53.7	55.8	41.9	50.4
		取組点検項目のチェックに基づき、取組に着手した	53.8	55.7	41.7	50.2
		何もしていない	53.4	55.3	41.2	49.7

※学校質問紙の質問に肯定的な回答をした学校の児童生徒の体力合計点が、否定的な回答をした学校の児童生徒の体力合計点を、小学校男女、中学校男女全てにおいて上回った項目。

Ⅲ 教育委員会に対する調査

※「市区町村」は指定都市を含む。

(1) 小学校における体力合計点の高い市区町村教育委員会の取組

児童の体力合計点の平均値が高かった市区町村教育委員会（上位10%）における取組の実施率を市区町村教育委員会全体と比較したところ、その差が大きい項目は「幼児の運動促進のために幼児の遊び場の確保、整備」や「運動部活動や地域のスポーツクラブに所属していない児童生徒に対して、体を動かす動機付け等の取組を実施している」等であった。

小学校

〔「体力合計点」上位教育委員会の取組実施率が市区町村教育委員会全体を上回った主な項目〕

質問内容	全体 実施率 (%)	上位教育委員会（男子）		上位教育委員会（女子）	
		上位教委 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)	上位教委 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)
質問 1-2 <児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組> 5. 授業外の運動機会を充実させるための取組	49.8	50.0	0.2	55.1	5.3
質問 1-2 <児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組> 9. 地域の団体との連携した取組	33.4	35.1	1.7	39.0	5.6
質問 1-2 <児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組> 13. 児童生徒の遊ぶ場所の確保（公園・校庭等の開放）	17.5	20.1	2.6	25.0	7.5
質問 4-2 <幼児の運動促進のための取組> 6. 幼児の遊び場の確保、整備	29.4	34.6	5.2	35.0	5.6
質問 5-2 <中学生女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組> 3. 地域のスポーツクラブ、スポーツ団体との連携による活動機会、場づくりの促進	24.9	27.0	2.1	30.1	5.2
質問 5-2 <中学生女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組> 5. 地域での多様なスポーツ種目を経験できる機会、場の確保	17.8	19.0	1.2	20.5	2.7
質問 6 運動部活動や地域のスポーツクラブに所属していない児童生徒に対して、 体を動かす動機付け等の取組を実施している	32.1	38.2	6.1	34.9	2.8

(2) 中学校における体力合計点の高い市区町村教育委員会の取組

生徒の体力合計点の平均値が高かった市区町村教育委員会（上位10%）における取組の実施率を市区町村教育委員会全体と比較したところ、その差が大きい項目は、「中学生女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のために参加しやすい運動部活動づくりの促進」等であった。

中学校

〔「体力合計点」上位教育委員会の取組実施率が市区町村教育委員会全体を上回った主な項目〕

質問内容	全体 実施率 (%)	上位教育委員会（男子）		上位教育委員会（女子）	
		上位教委 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)	上位教委 実施率(%)	全体実施率との差 (ポイント)
質問 1-2 <児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組> 3. 児童生徒の体力・運動能力の向上に係る検討委員会の設置	16.6	17.6	1.0	17.6	1.0
質問 1-2 <児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組> 9. 地域の団体との連携した取組	33.4	33.8	0.4	35.9	2.5
質問 5-2 <中学生女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組> 2. 参加しやすい運動部活動づくりの促進	37.0	39.1	2.1	47.1	10.1
質問 5-2 <中学生女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組> 6. 中学校女子のニーズ等の把握	6.8	10.1	3.3	10.3	3.5