



令和5年度 「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果

全国体力・運動能力、運動習慣等調査



調査対象 小学校5年生と中学校2年生対象の悉皆調査

調査期間 令和5年4月から7月末までの期間

調査内容 実技調査及び質問紙調査

【小学校】（8種目）

- ・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

【中学校】（8種目）

- ・握力
- ・上体起こし
- ・長座体前屈
- ・反復横とび
- ・20mシャトルラン(持久走)
- ・50m走
- ・立ち幅とび
- ・ハンドボール投げ

令和5年度 各種目の結果



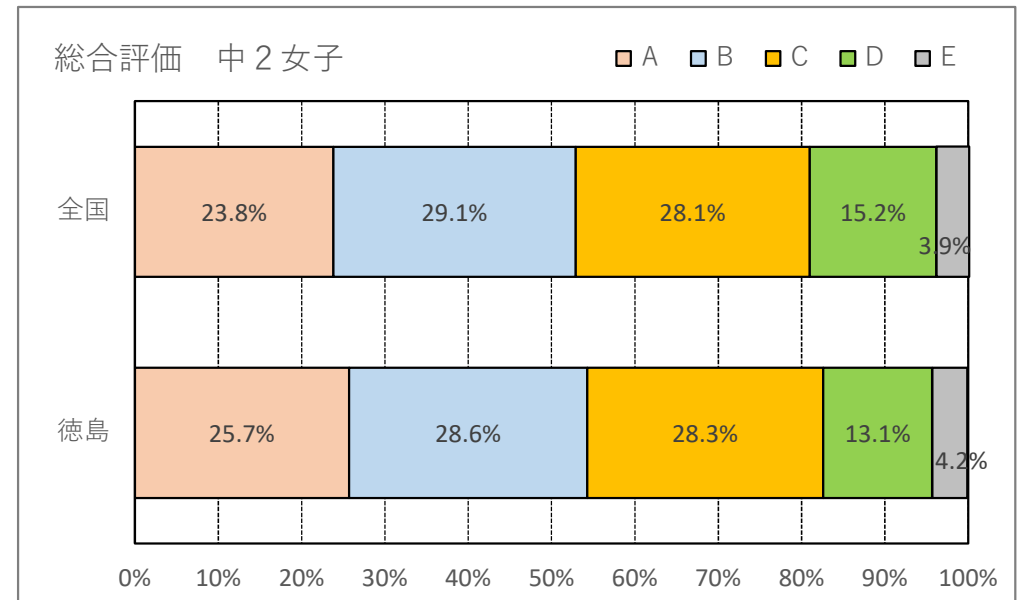
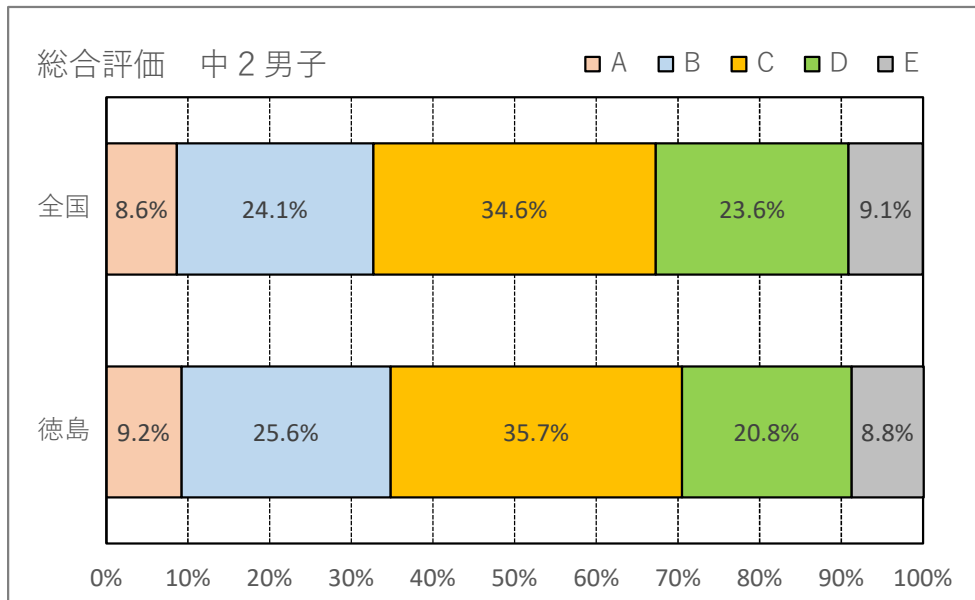
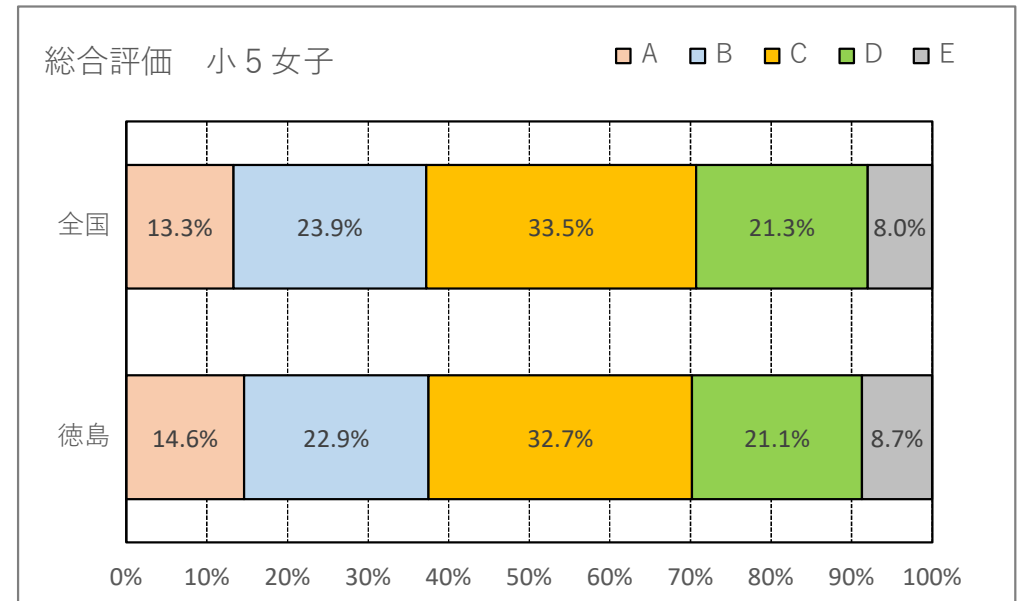
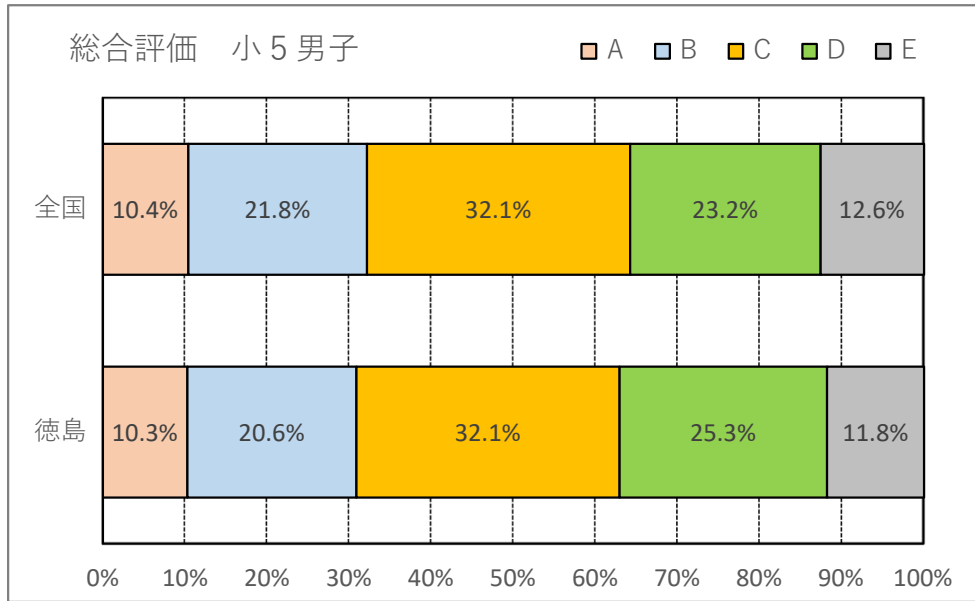
は全国平均値以上

小学校5年		握力 (kg)	上体 (回)	長座 (cm)	反復 (点)	シャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅 (cm)	ソフトボール 投げ(m)	合計点 (点)
男子	県	16.12	18.56	32.82	41.55	46.16	9.49	150.77	21.27	52.49
	全国	16.13	19.00	33.98	40.60	46.92	9.48	151.13	20.52	52.59
女子	県	16.05	17.75	37.76	39.40	36.76	9.71	144.89	13.85	54.32
	全国	16.01	18.05	38.45	38.73	36.80	9.71	144.29	13.22	54.28

中学校2年		握力 (kg)	上体 (回)	長座 (cm)	反復 (点)	持久走 (秒)	シャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅 (cm)	ハンドボール 投げ(m)	合計点 (点)
男子	県	29.99	25.17	44.29	52.13	412.57	78.56	7.89	197.32	20.63	41.97
	全国	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	41.32
女子	県	23.78	20.73	47.18	46.16	320.97	49.87	8.87	167.94	12.51	47.79
	全国	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

令和5年度総合評価

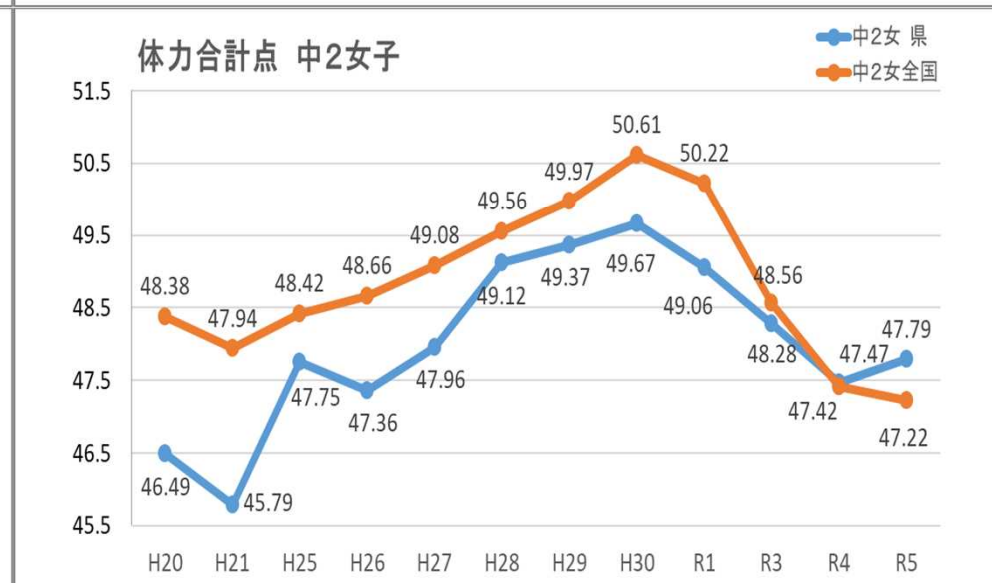
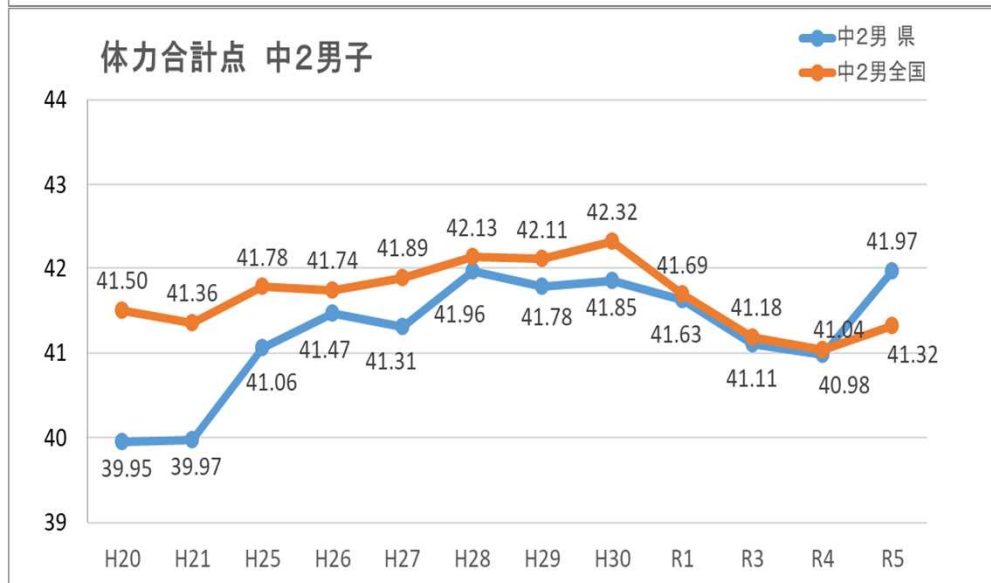
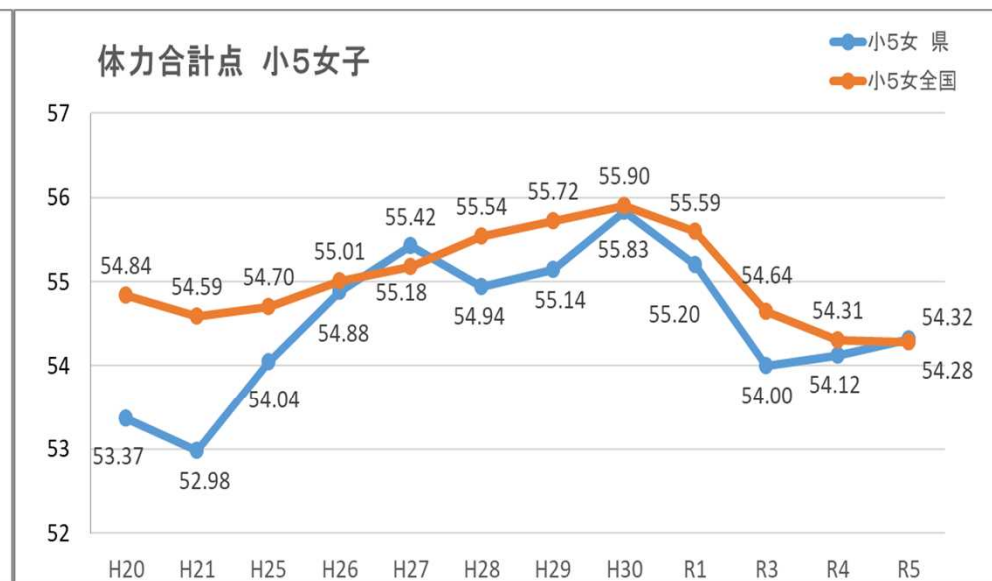
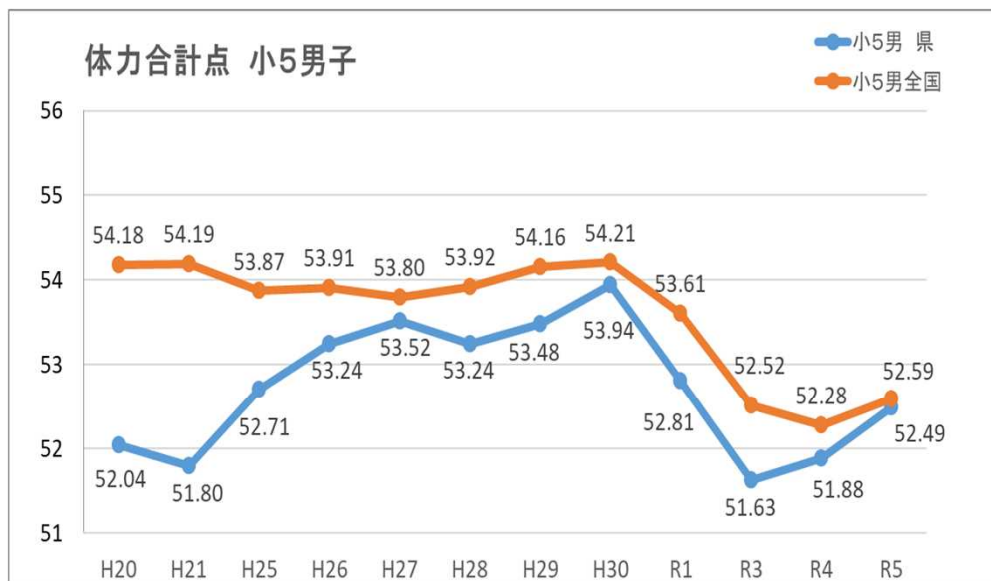


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

体力合計点の経年推移



単位 (点)

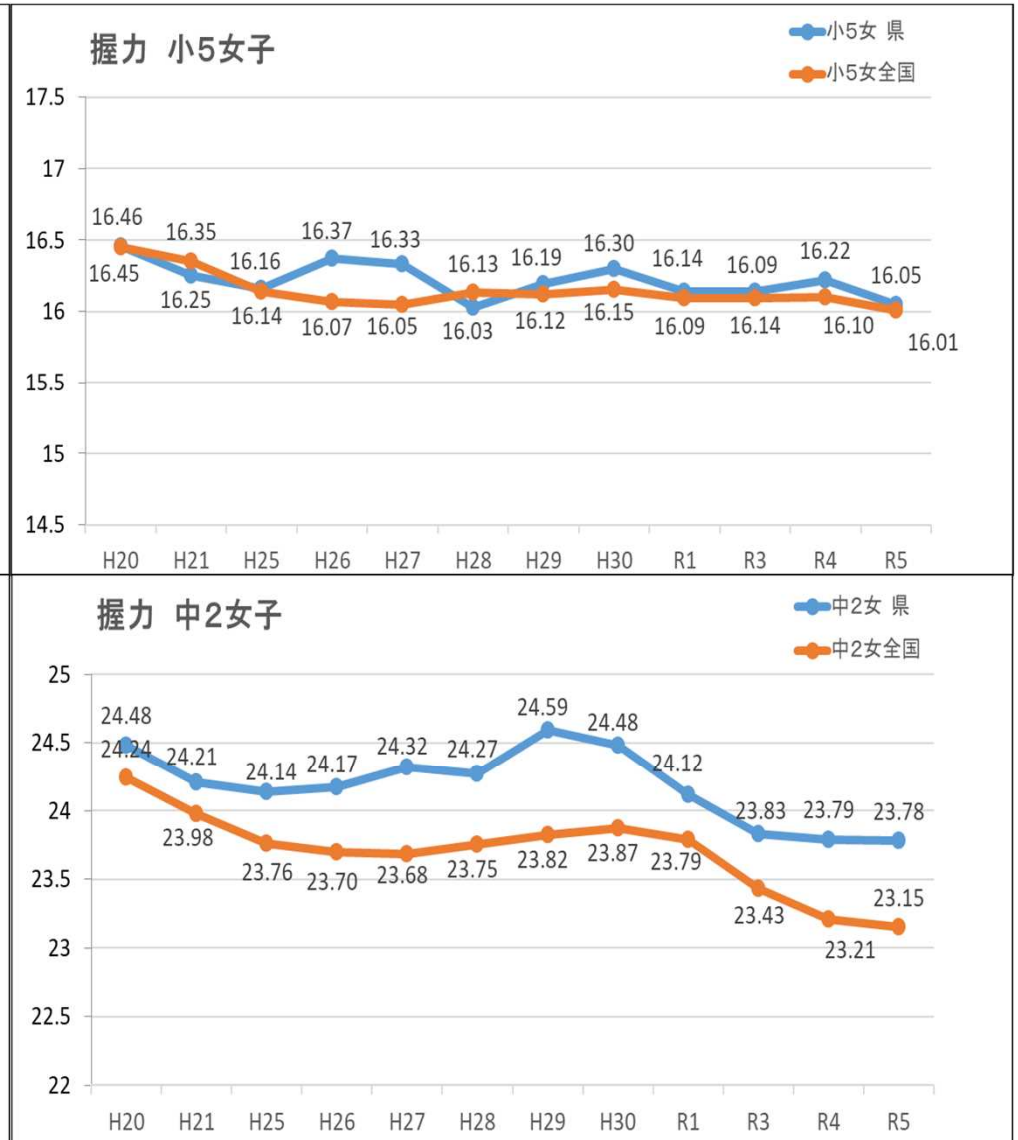
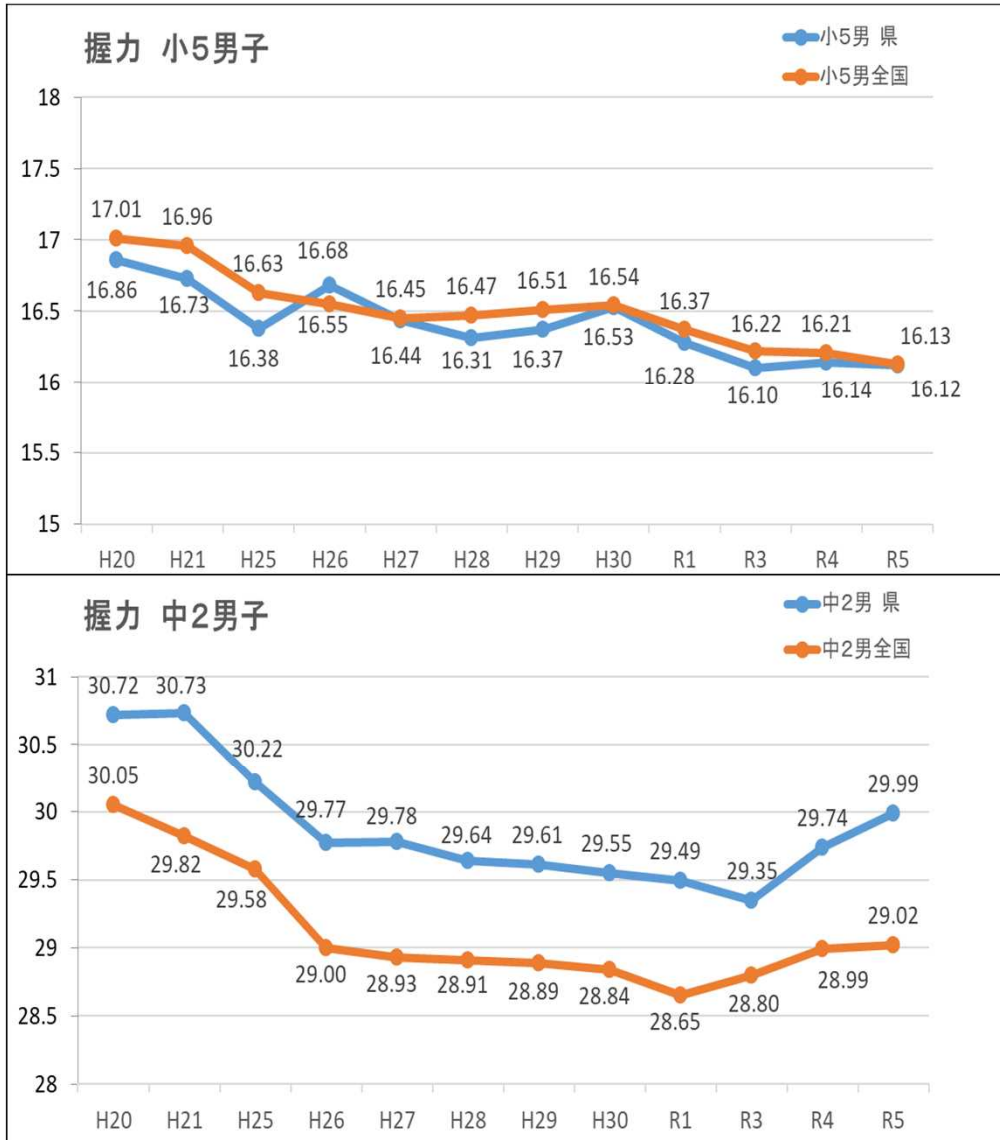


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

握力の経年推移



単位 (kg)

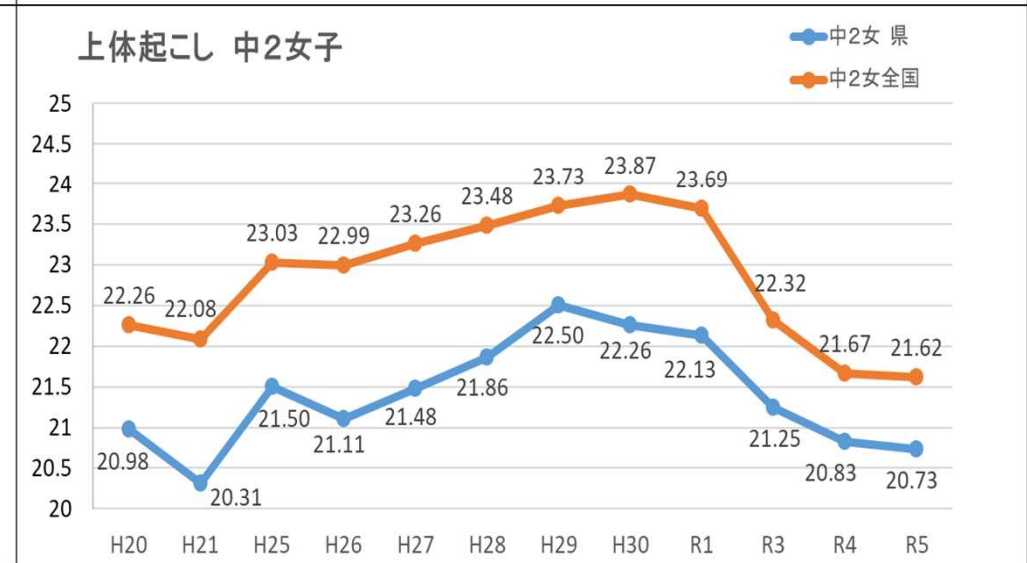
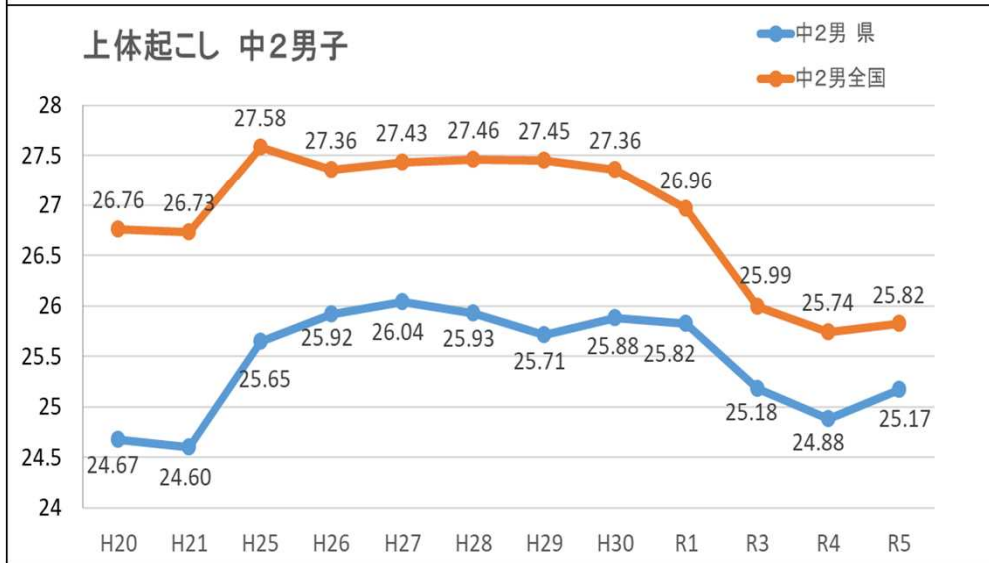
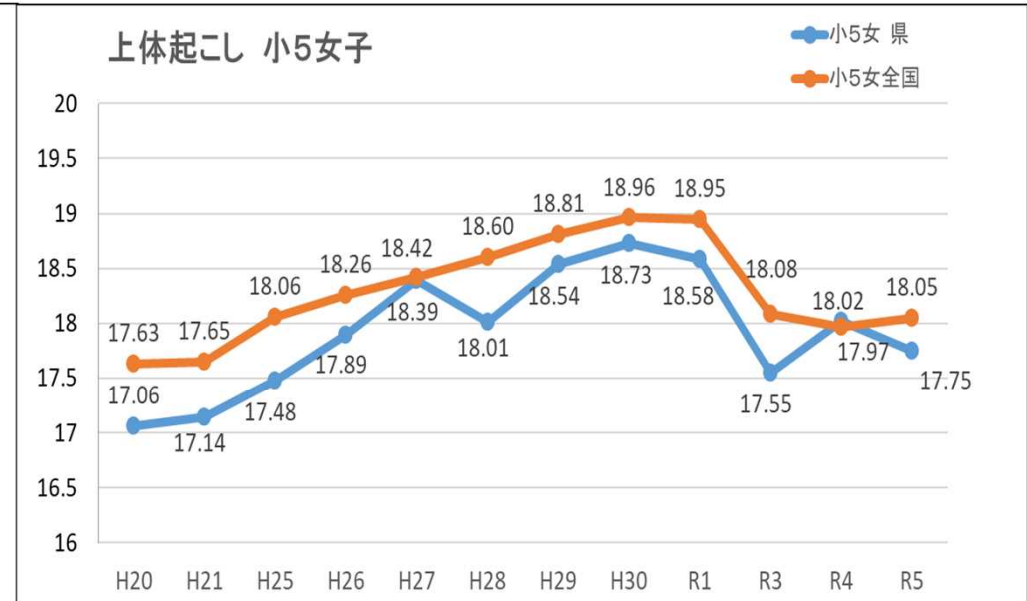
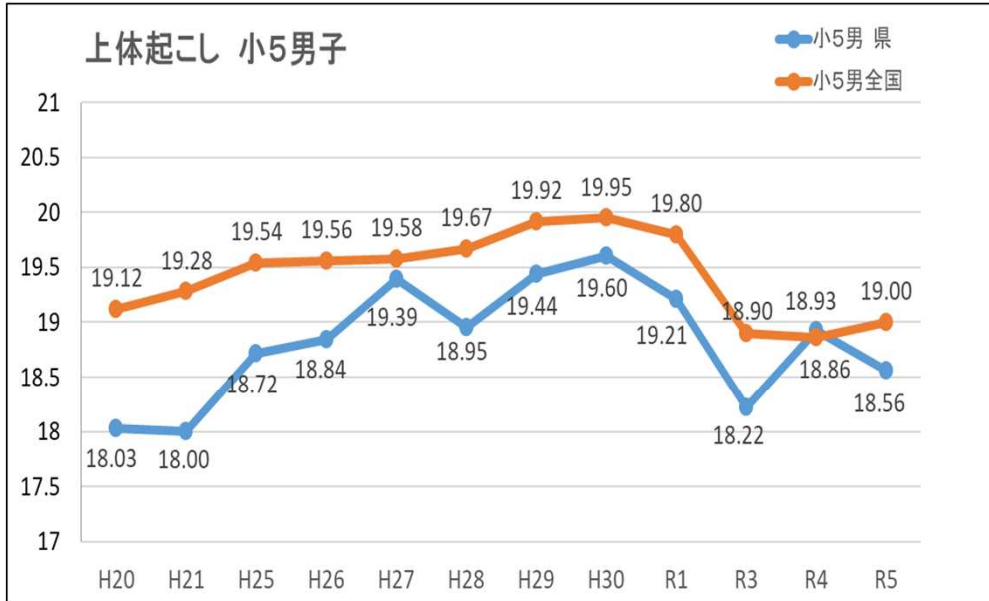


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

上体起こしの経年推移



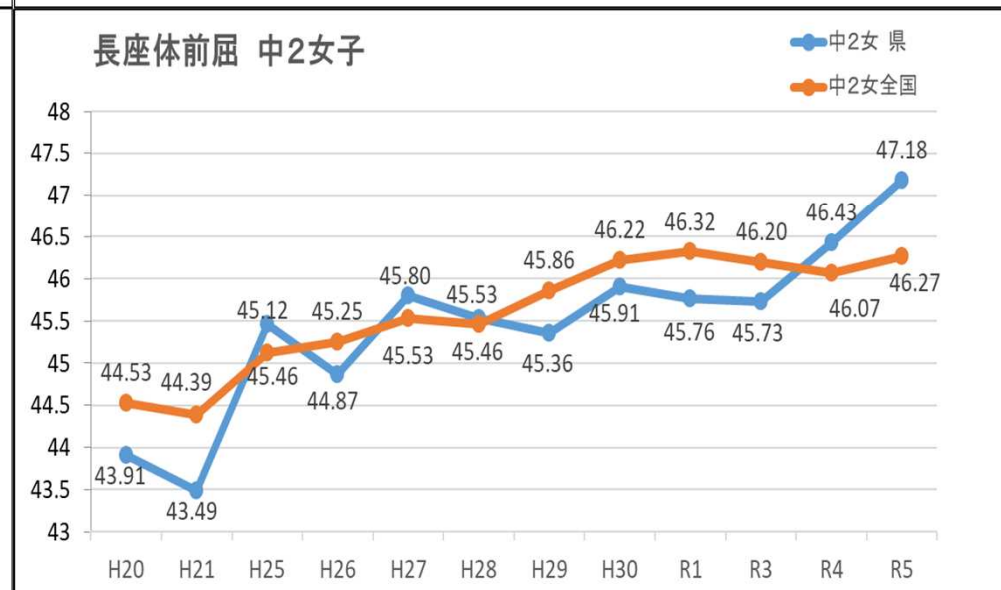
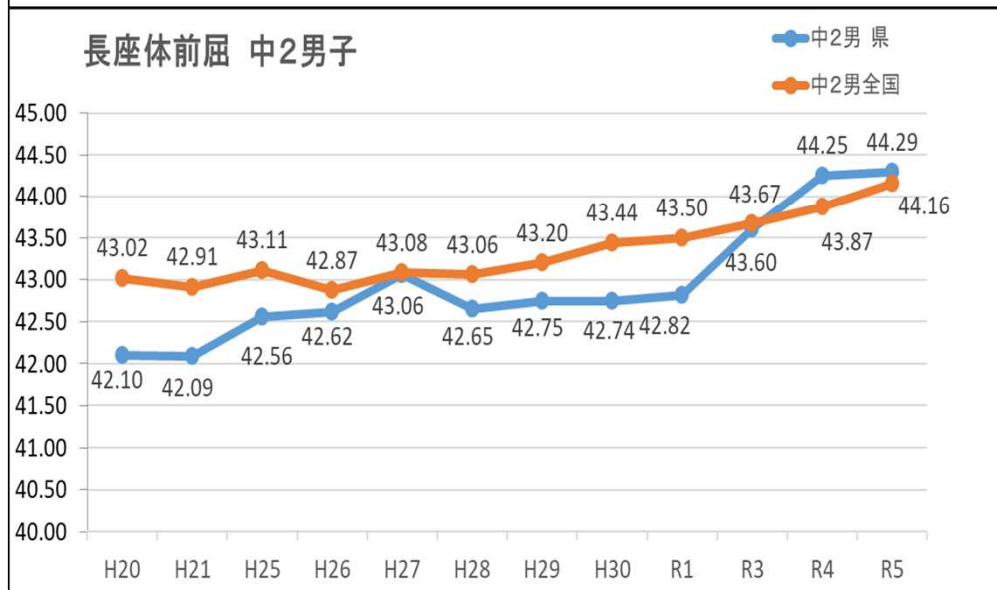
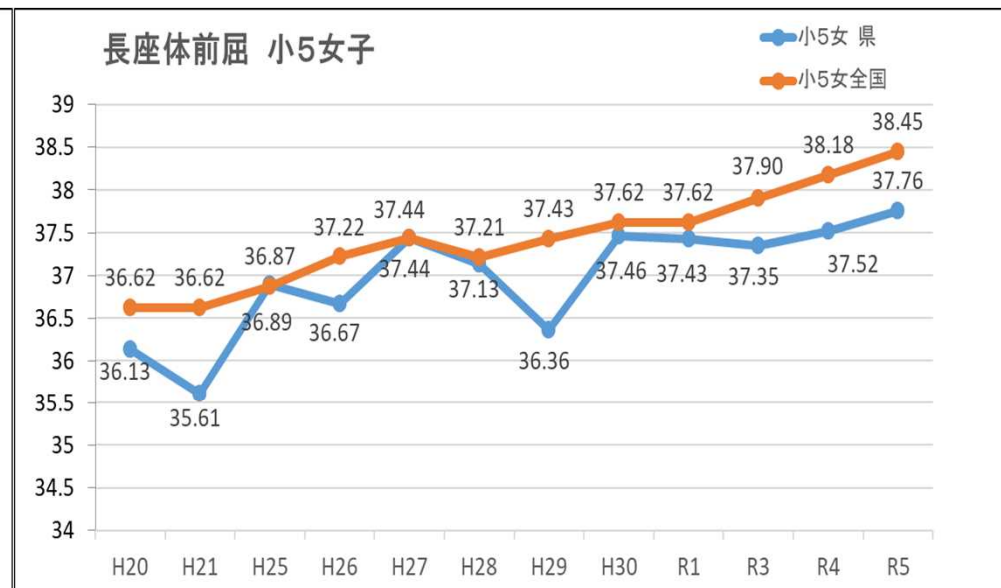
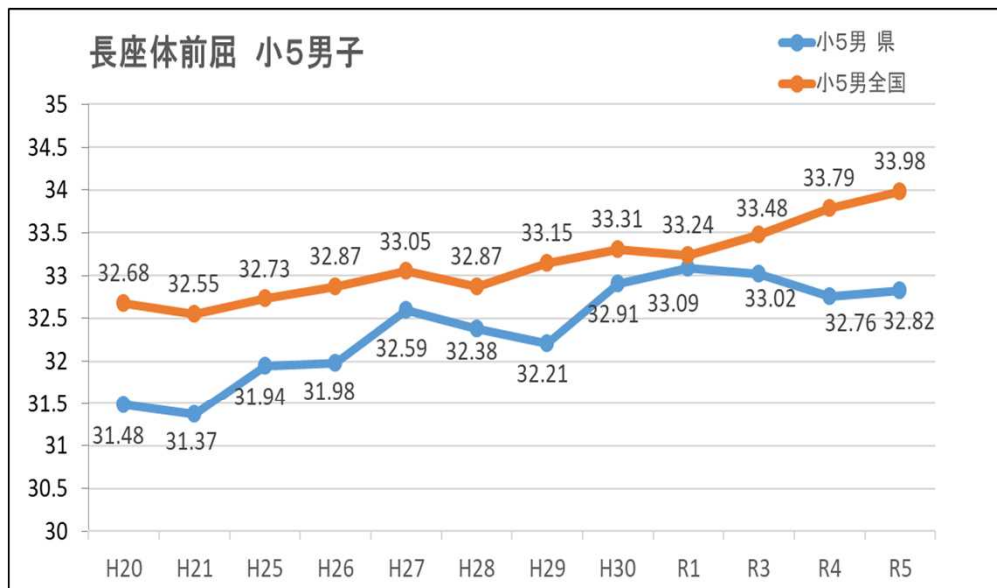
単位 (回)



長座体前屈の経年推移



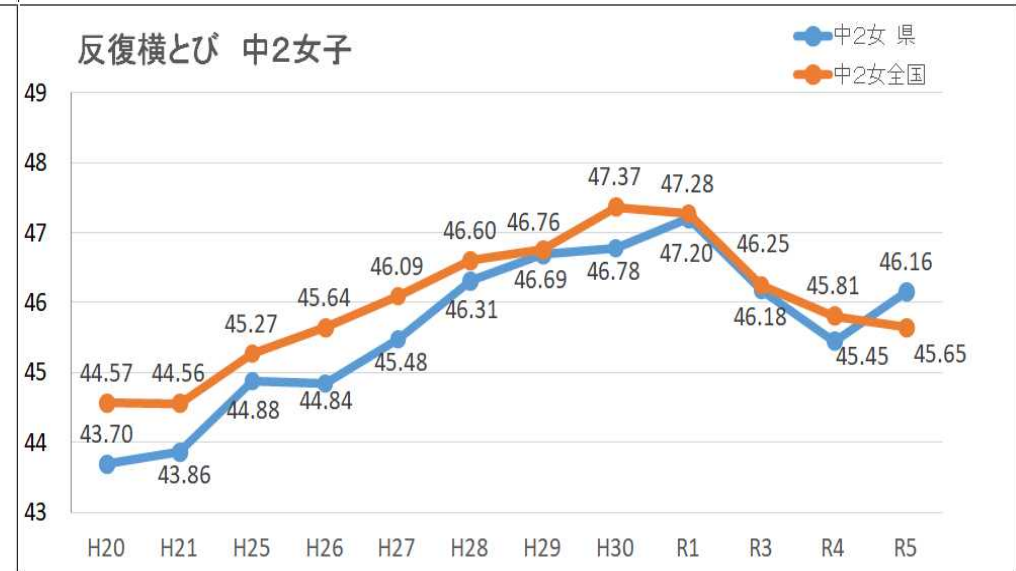
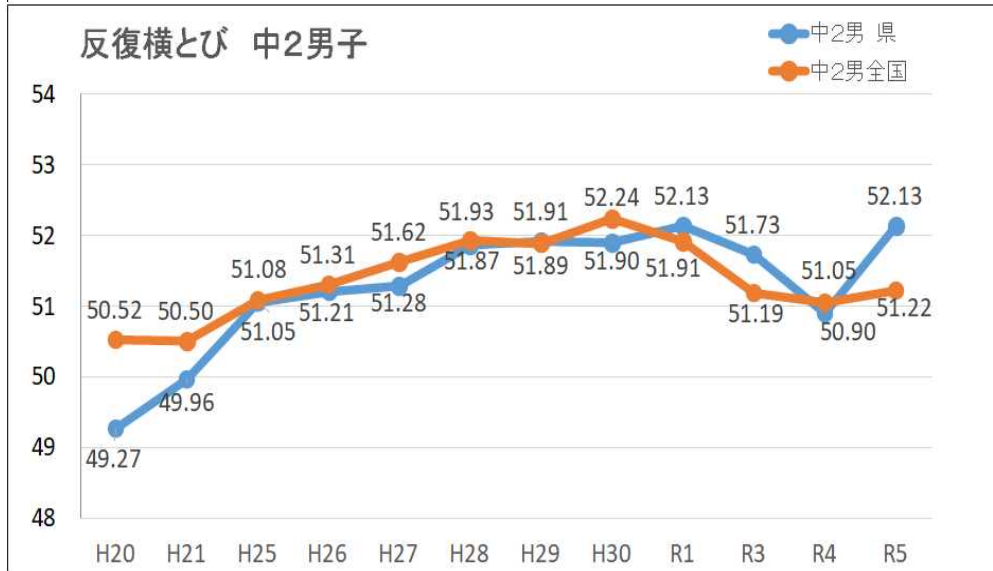
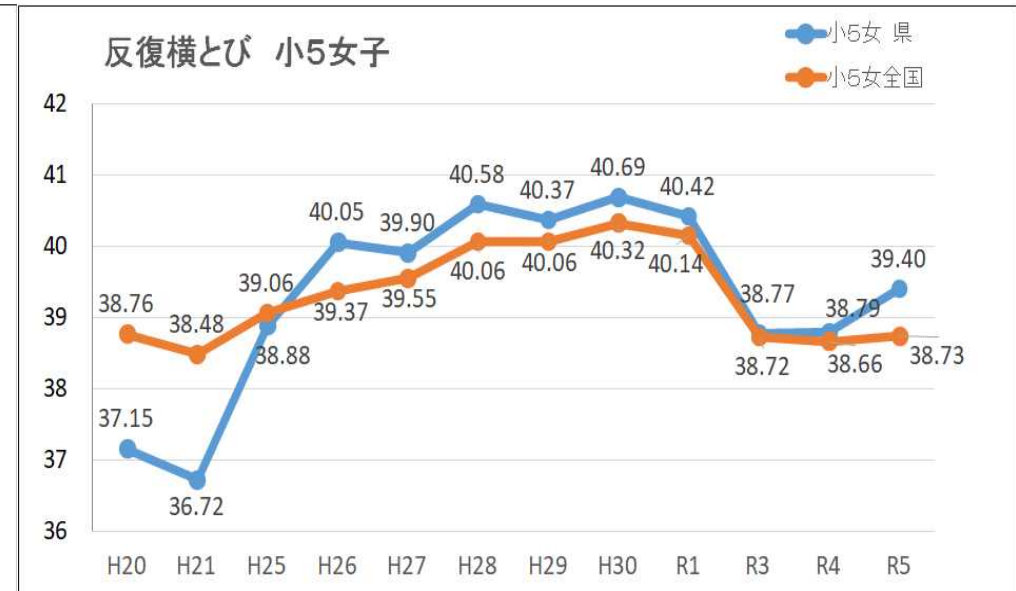
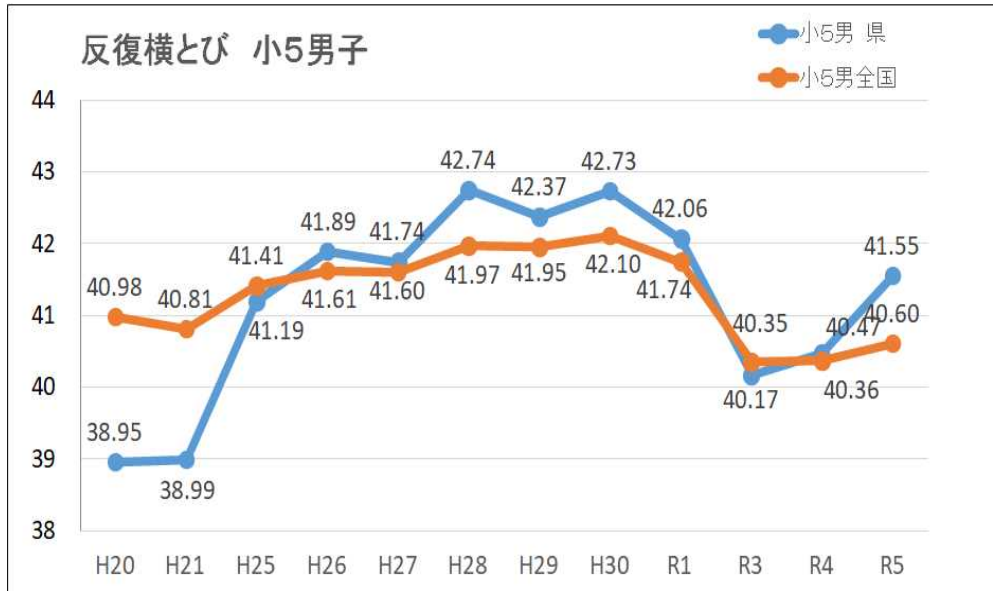
単位 (cm)



反復横とびの経年推移



単位（点）

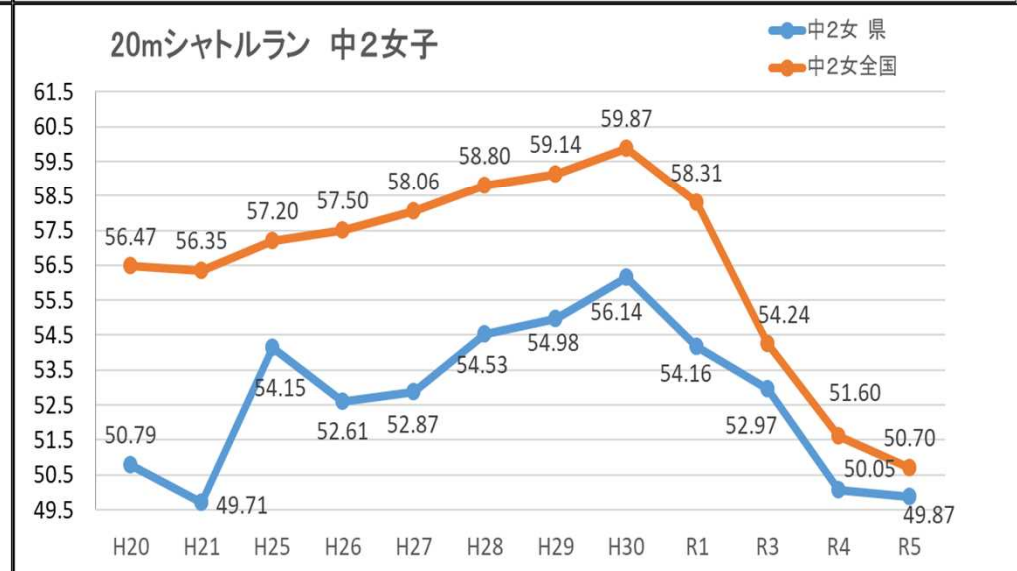
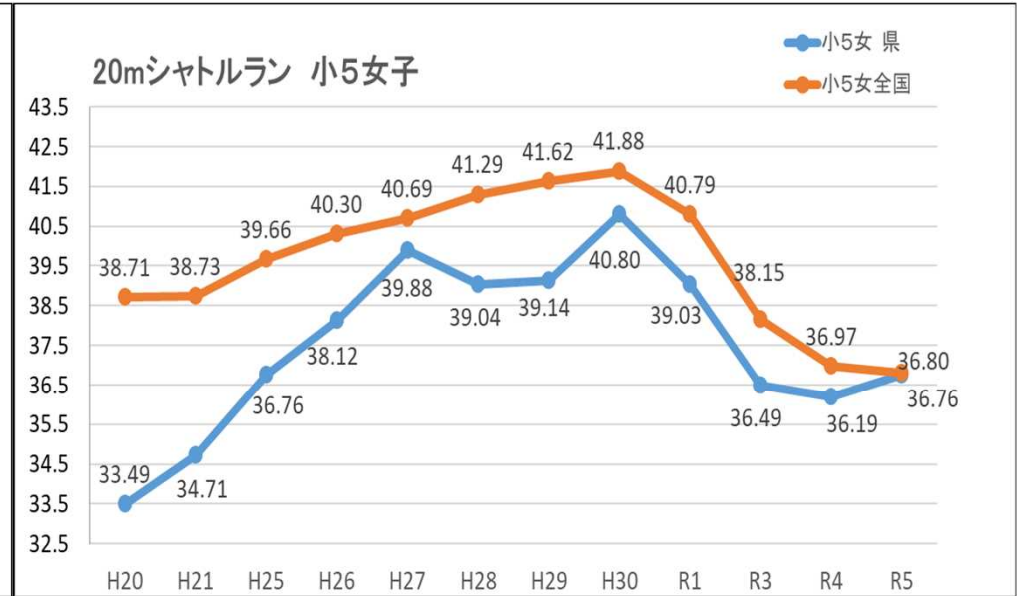
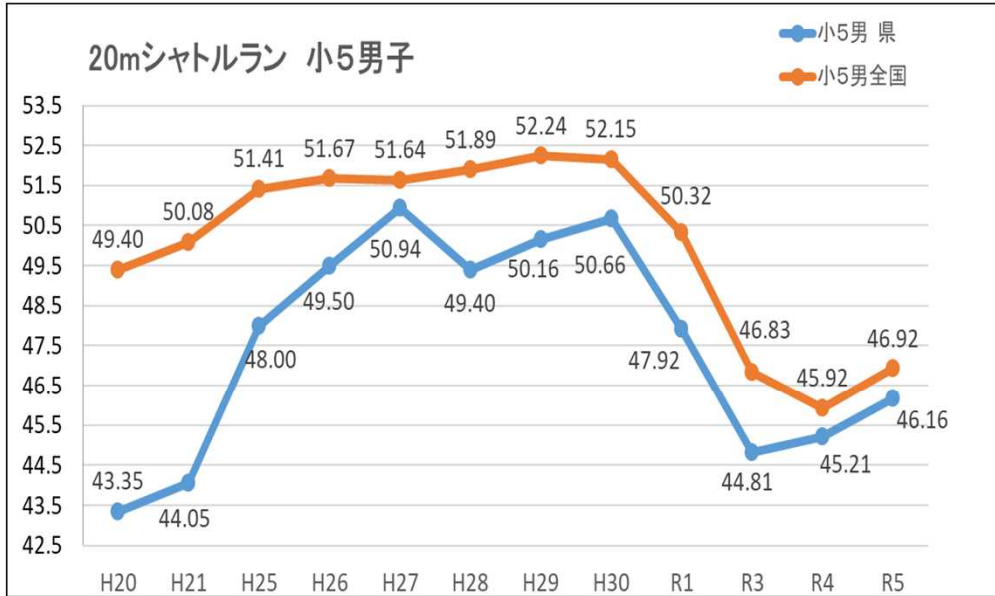


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

20mシャトルランの経年推移



単位 (回)

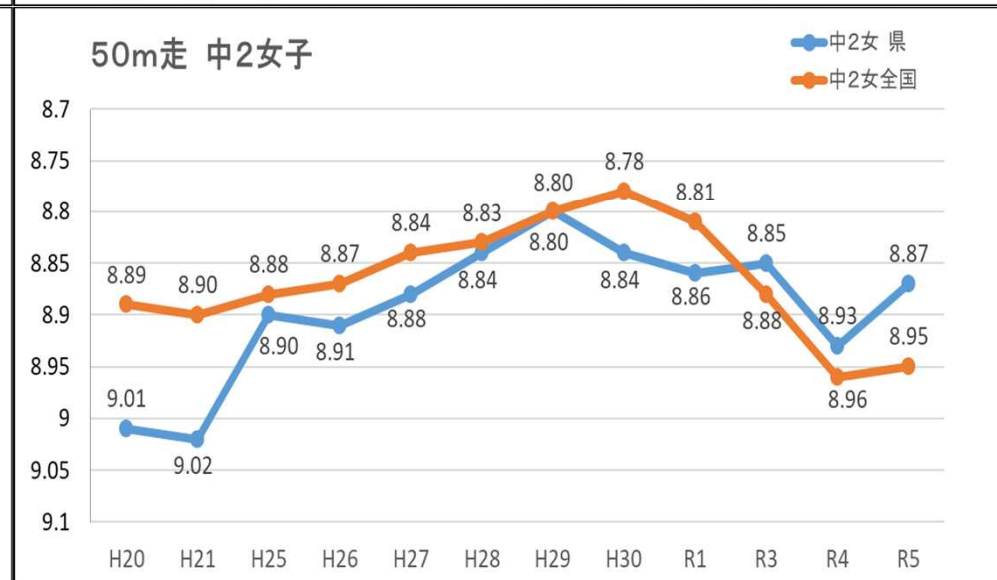
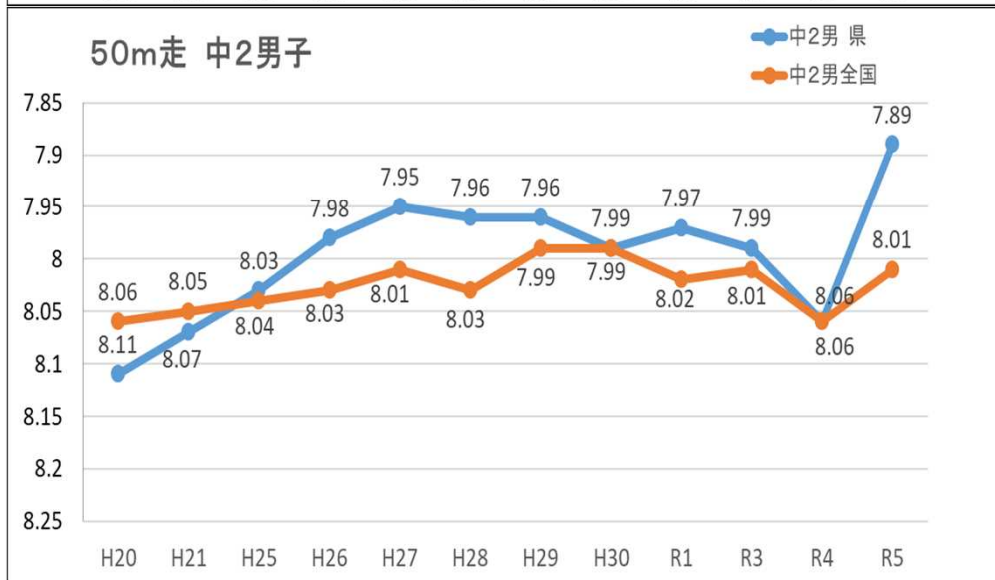
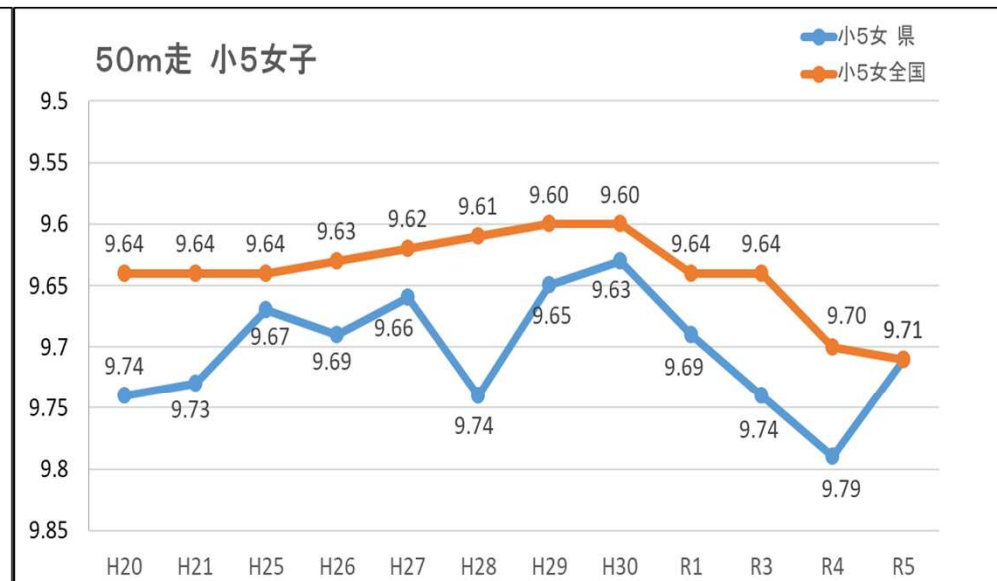
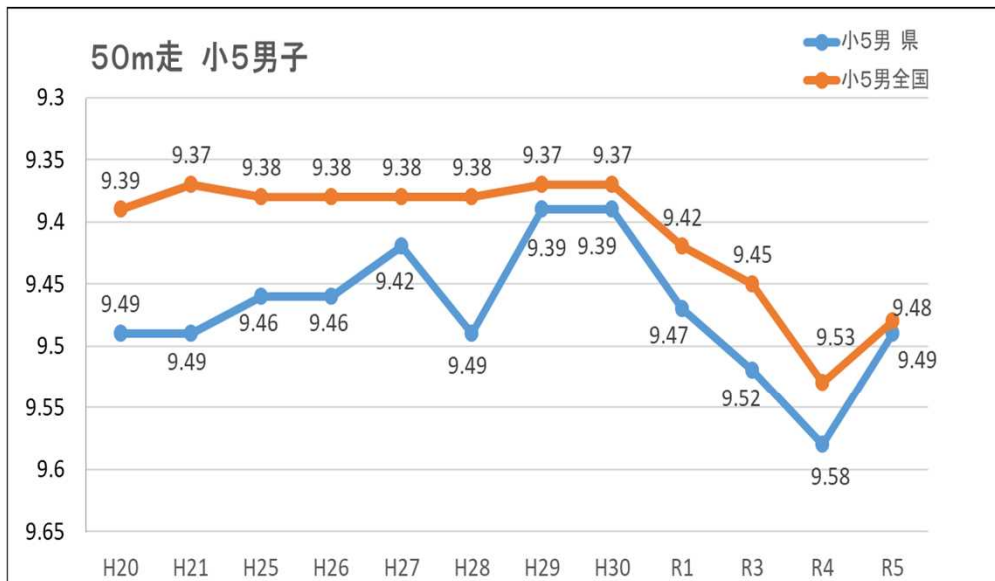


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

50m走の経年推移



単位 (秒)

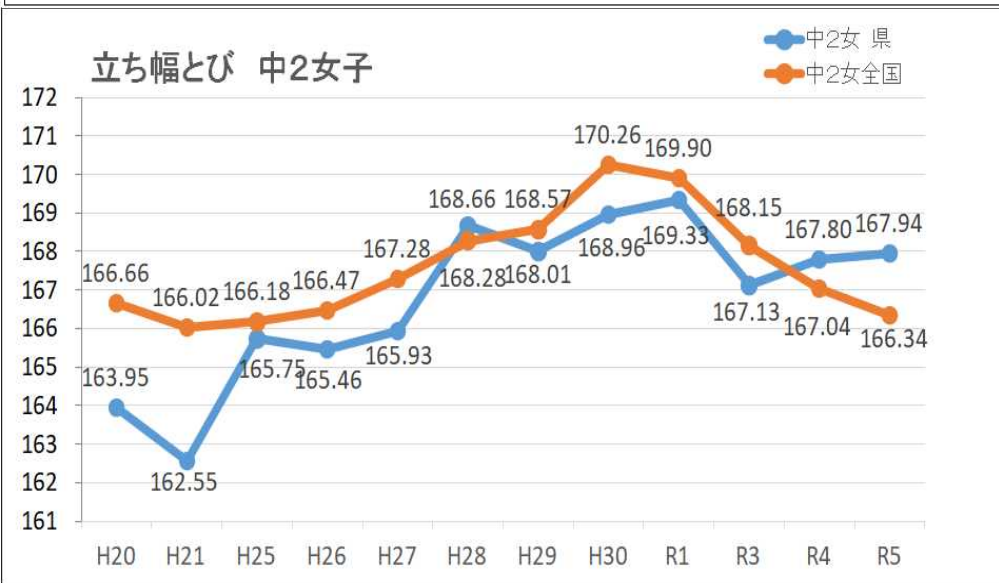
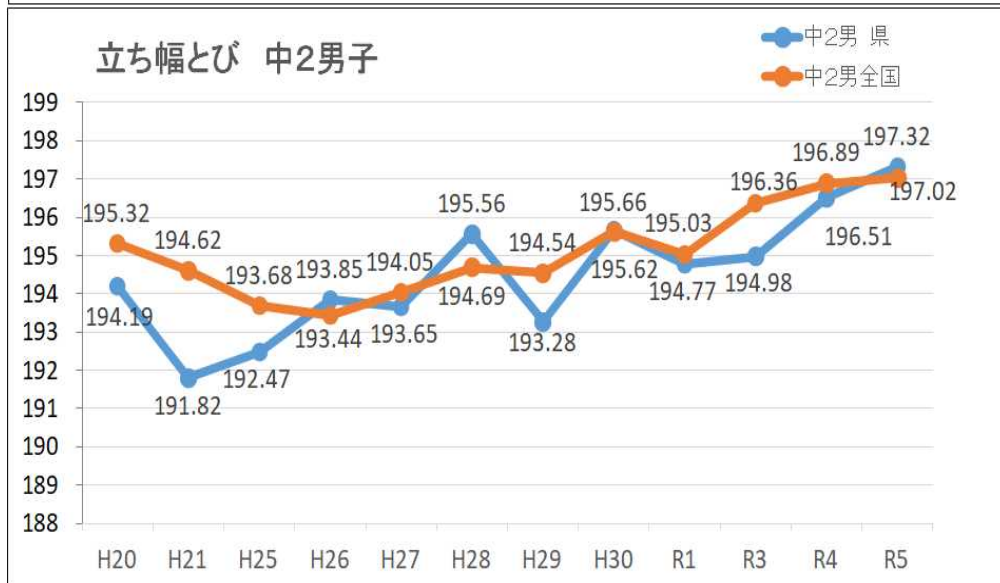
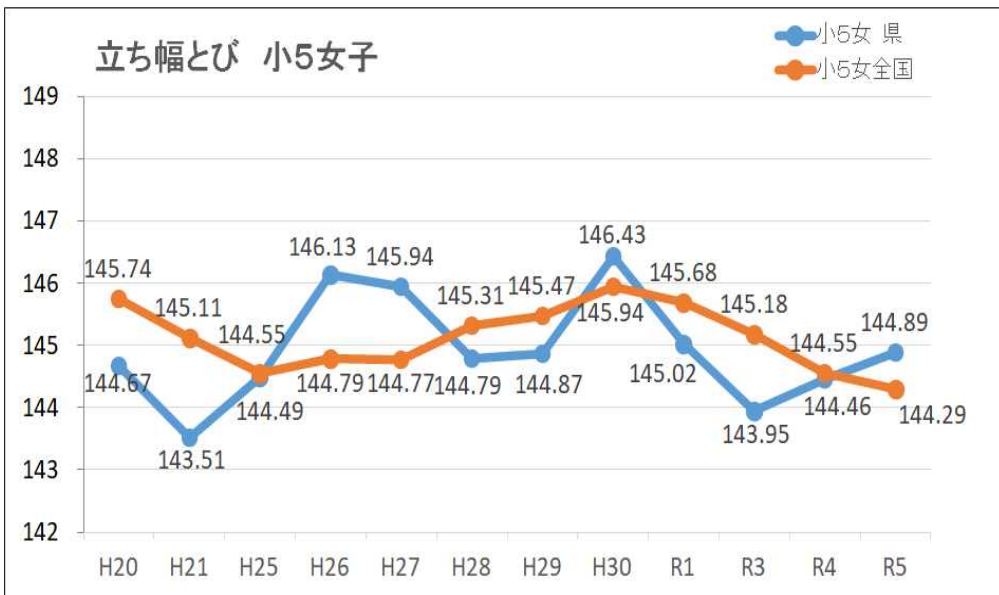
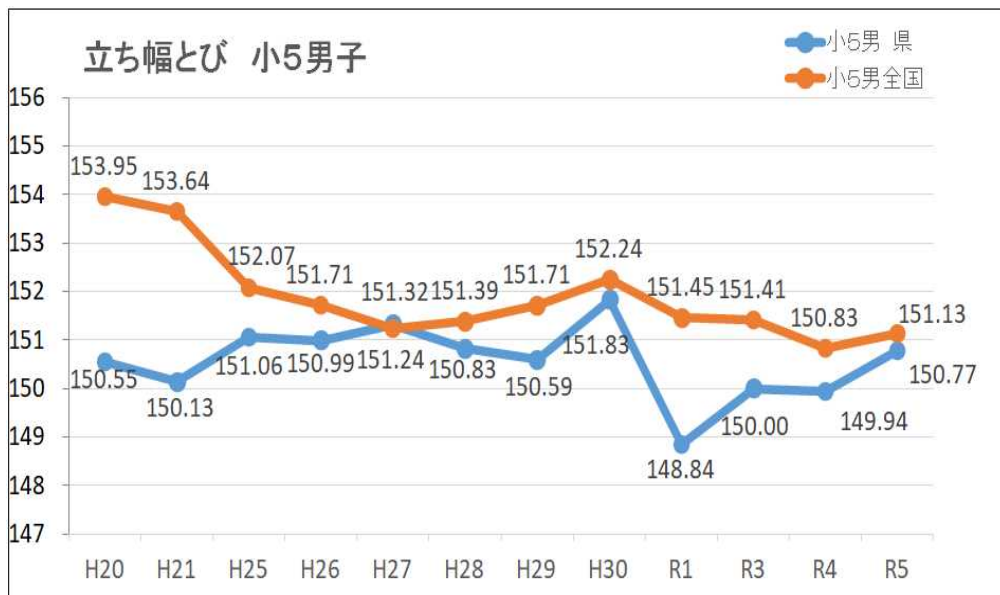


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

立ち幅とびの経年推移



単位 (cm)

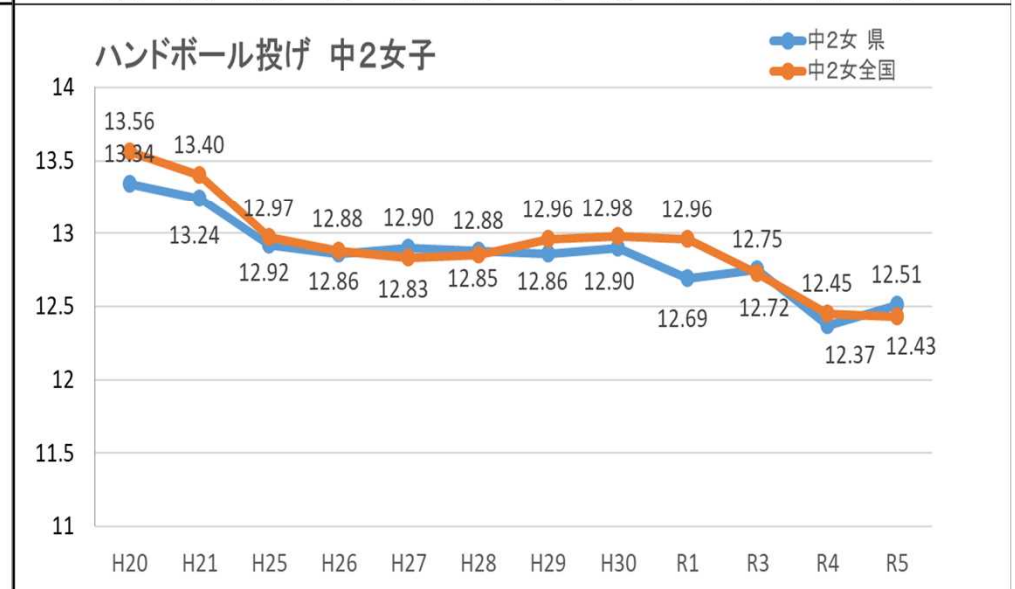
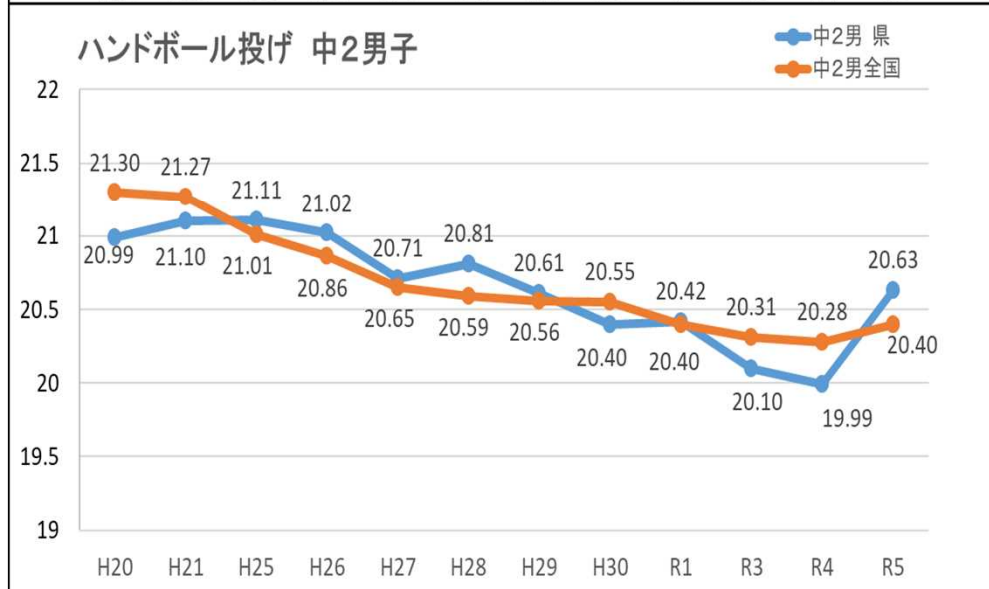
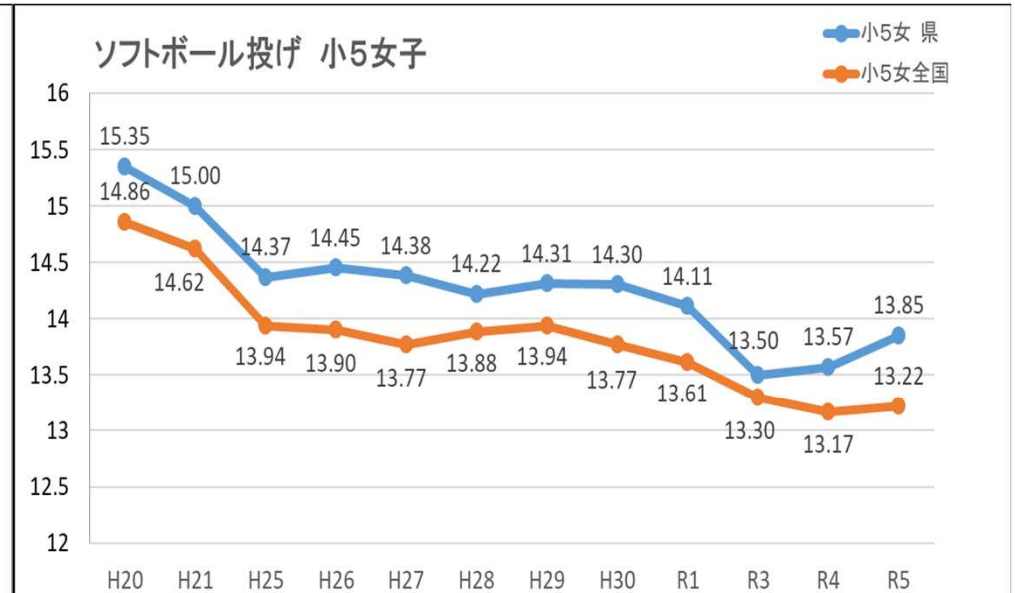
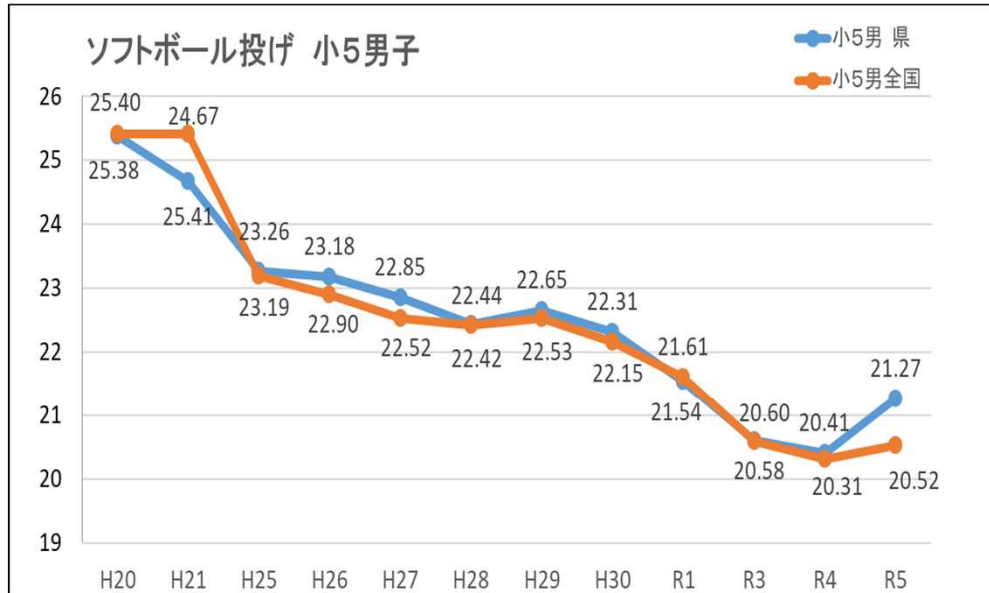


「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

ボール投げの経年推移



単位 (m)



「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

実技調査の結果 まとめ



- 体力合計点
 - ・小5男女、中2男女で昨年度より向上
 - ・小5女子、中2男女は、全国平均値以上
 - ・中2男子 過去最高得点
- 体力合計点順位
 - ・小5男女、中2男女で昨年度より向上
 - ・中2男女は、過去最高順位
- 全国平均値以上の種目数 34種目中20種目(過去最多)※
- コロナ禍前の水準には戻っていない

※小5男女8種目ずつ、中2男女9種目ずつ、計34種目と数えている。

【昨年度より向上した主な要因】

- ・新型コロナウイルス感染症による行動制限が緩和されたこと
- ・「体力向上計画」をもとに、各校において、体力向上に向けた取組が行われていること

【コロナ禍前の水準に戻っていない主な要因】

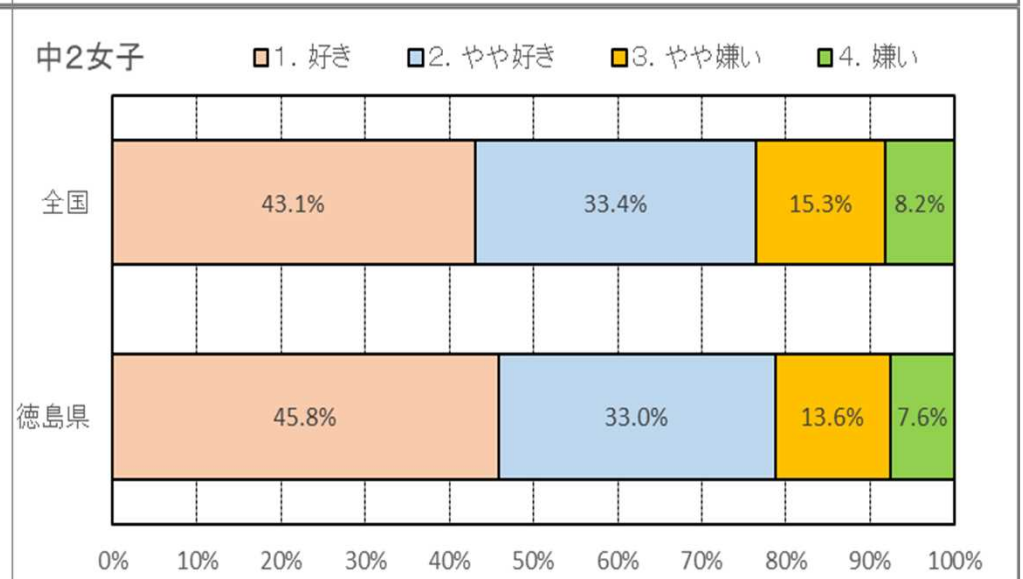
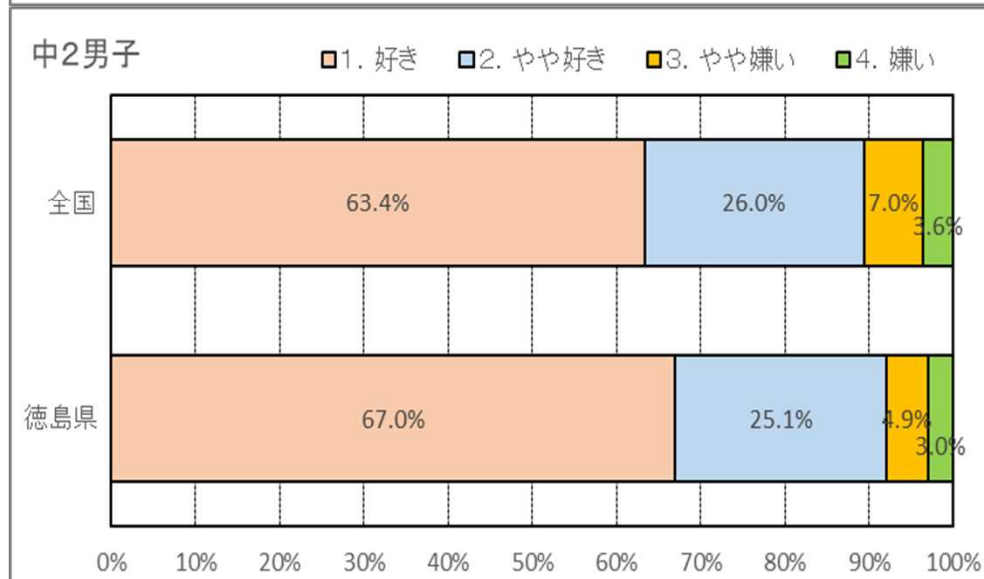
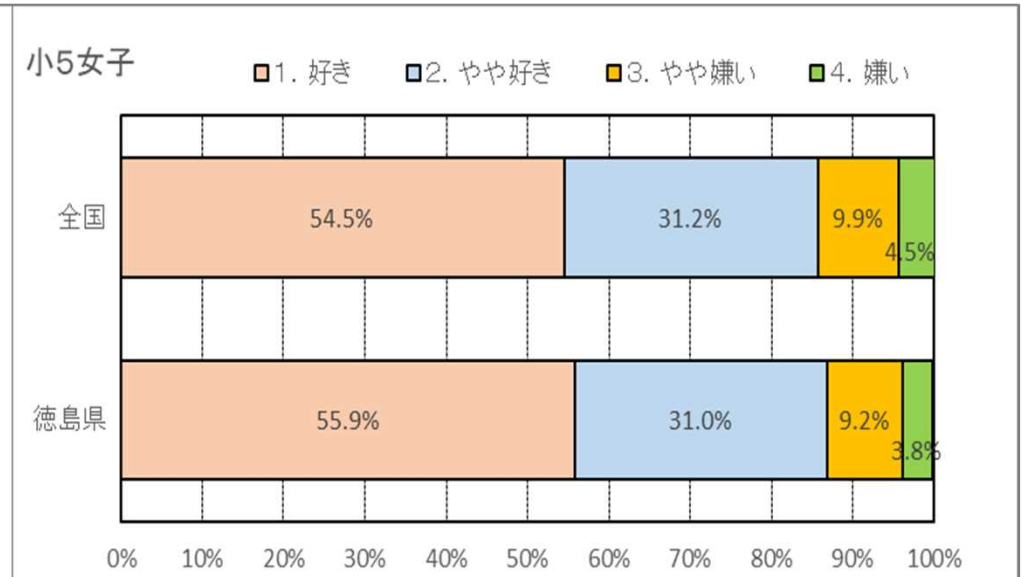
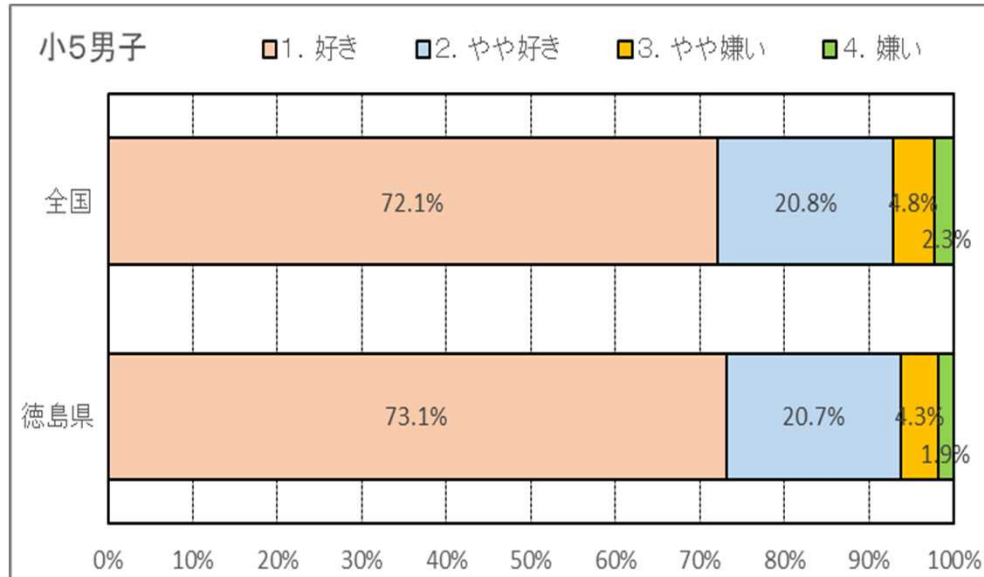
- ・体育授業以外の運動時間の減少
- ・スクリーンタイムの増加

◎スクリーンタイム・・・学習以外でテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、PC等の画面を視聴する時間

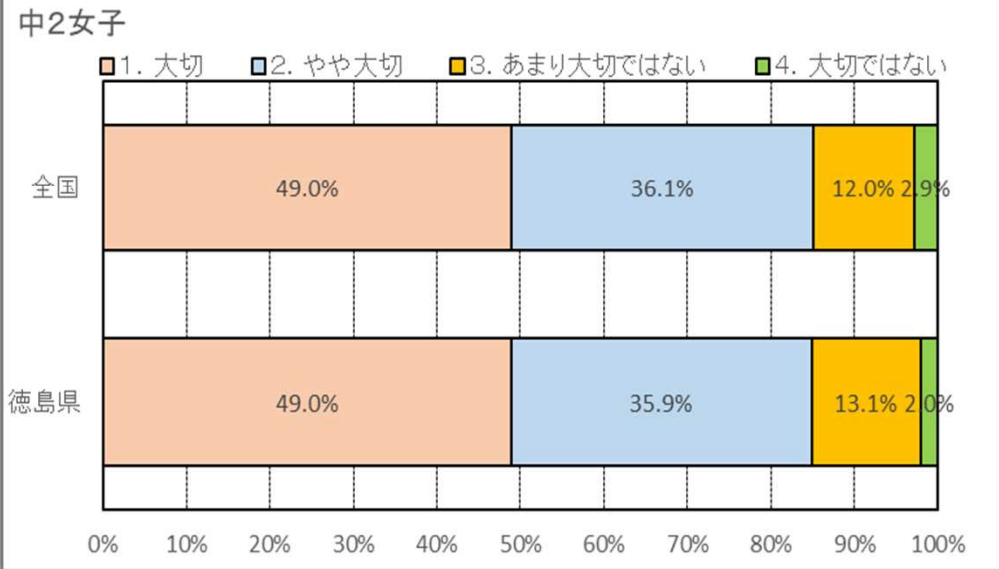
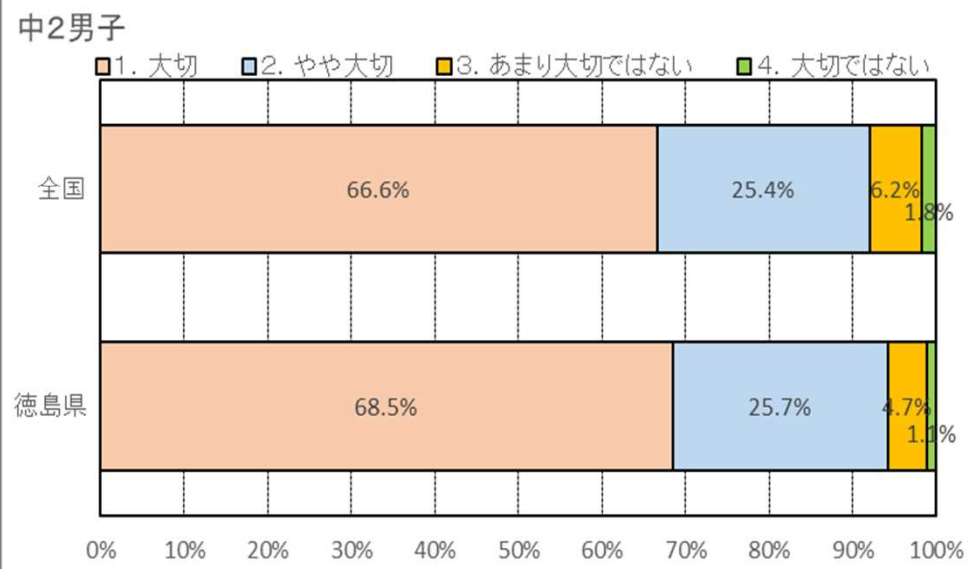
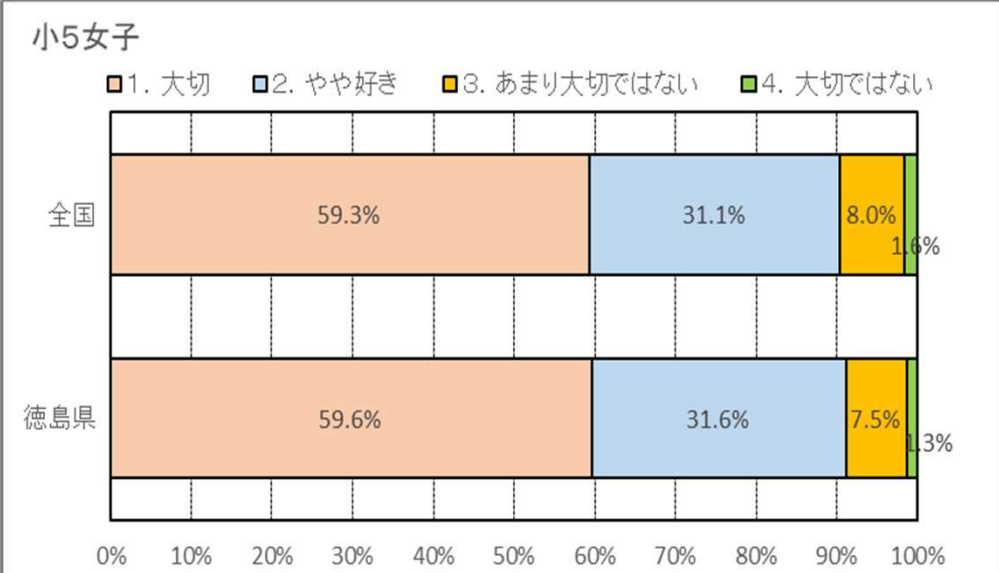
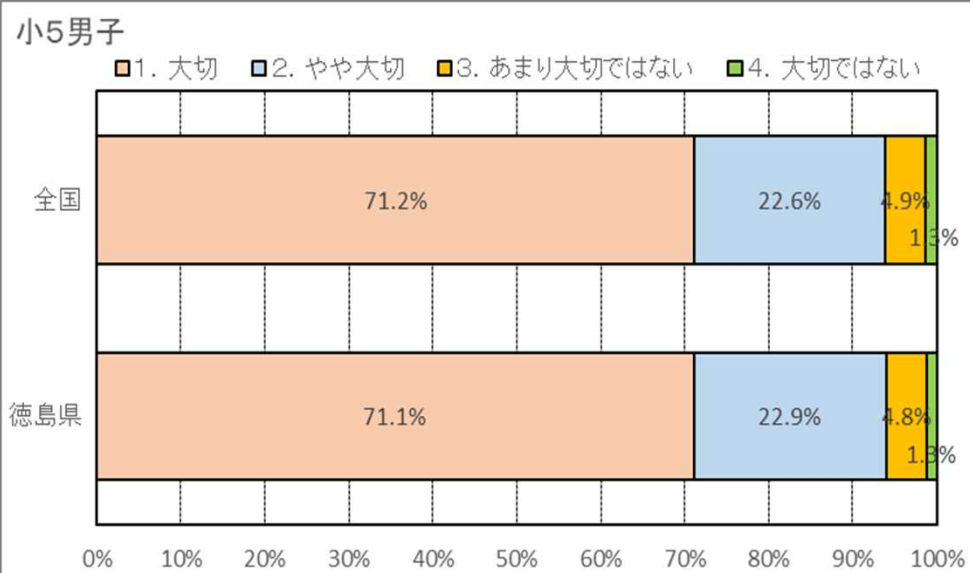
【課題となる種目】

- ・20mシャトルラン、上体起こし
(動きを持続する能力、ねばり強さ)

運動やスポーツをすることは好きですか



運動やスポーツは大切なものですか

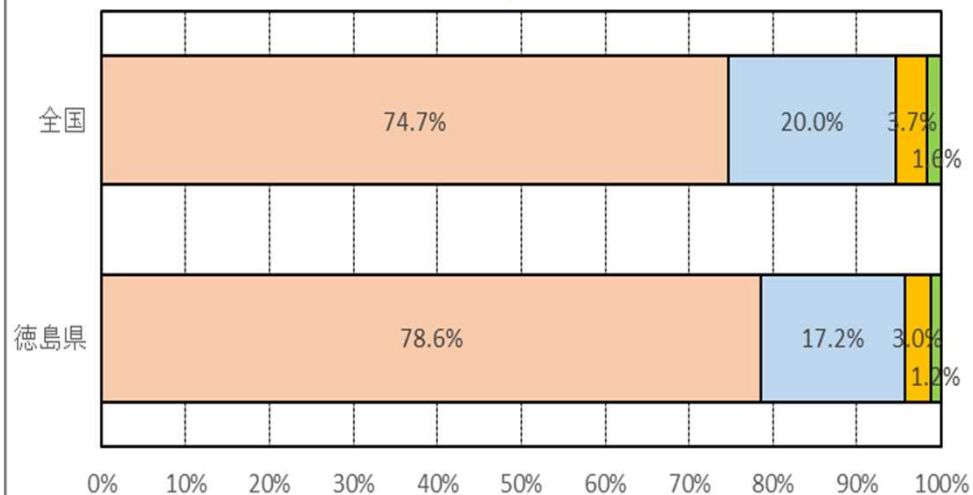


体育の授業は楽しいですか



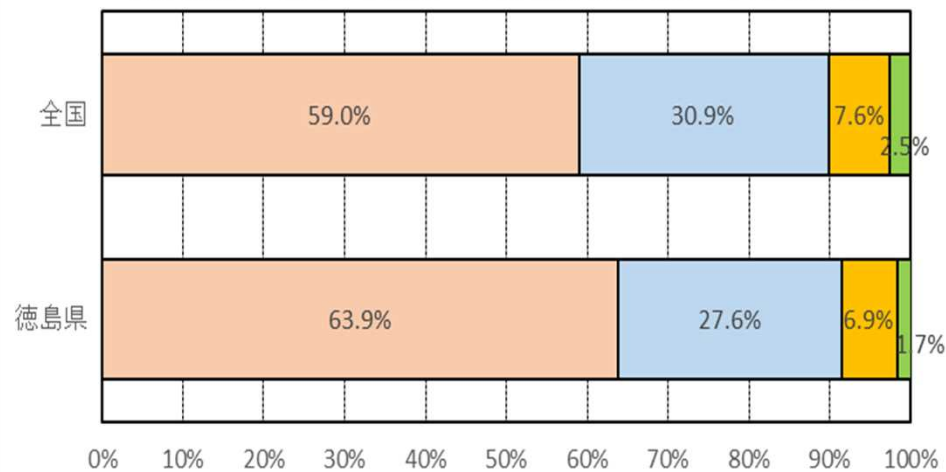
小5男子

■1. 楽しい ■2. やや楽しい ■3. あまり楽しくない ■4. 楽しくない



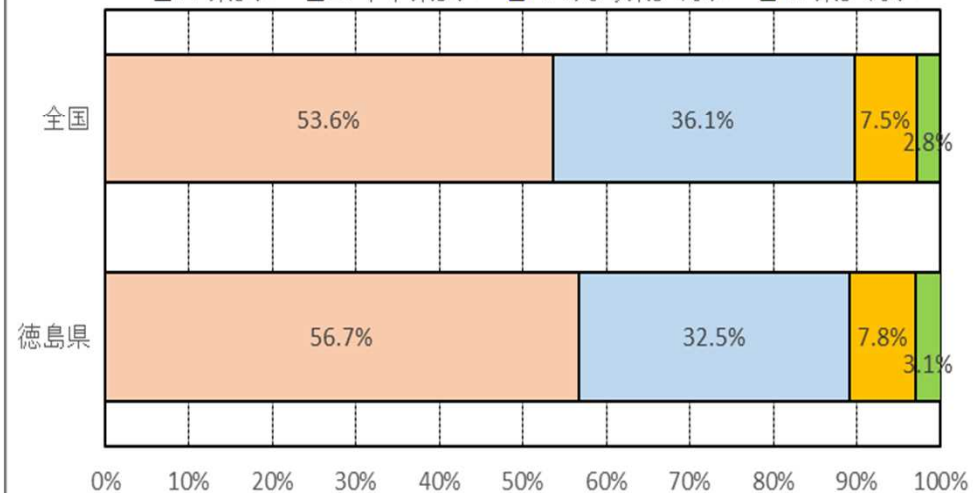
小5女子

■1. 楽しい ■2. やや楽しい ■3. あまり楽しくない ■4. 楽しくない



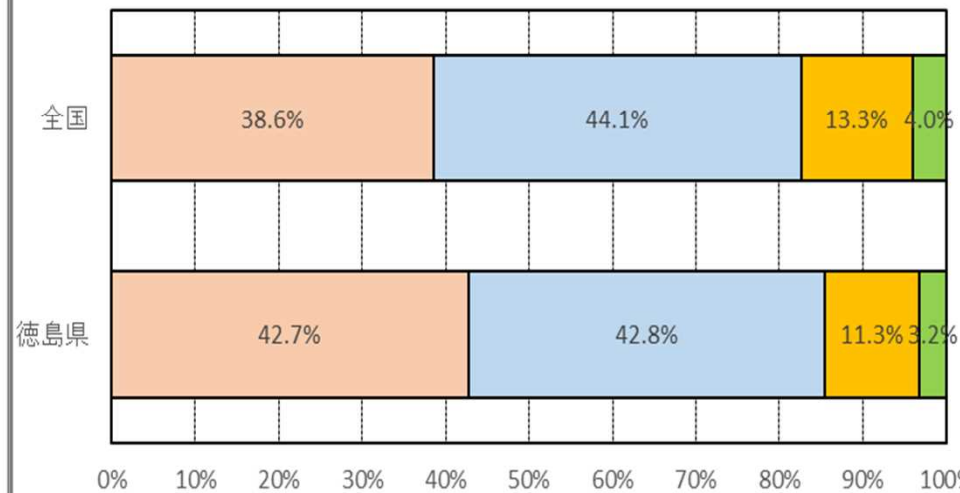
中2男子

■1. 楽しい ■2. やや楽しい ■3. あまり楽しくない ■4. 楽しくない



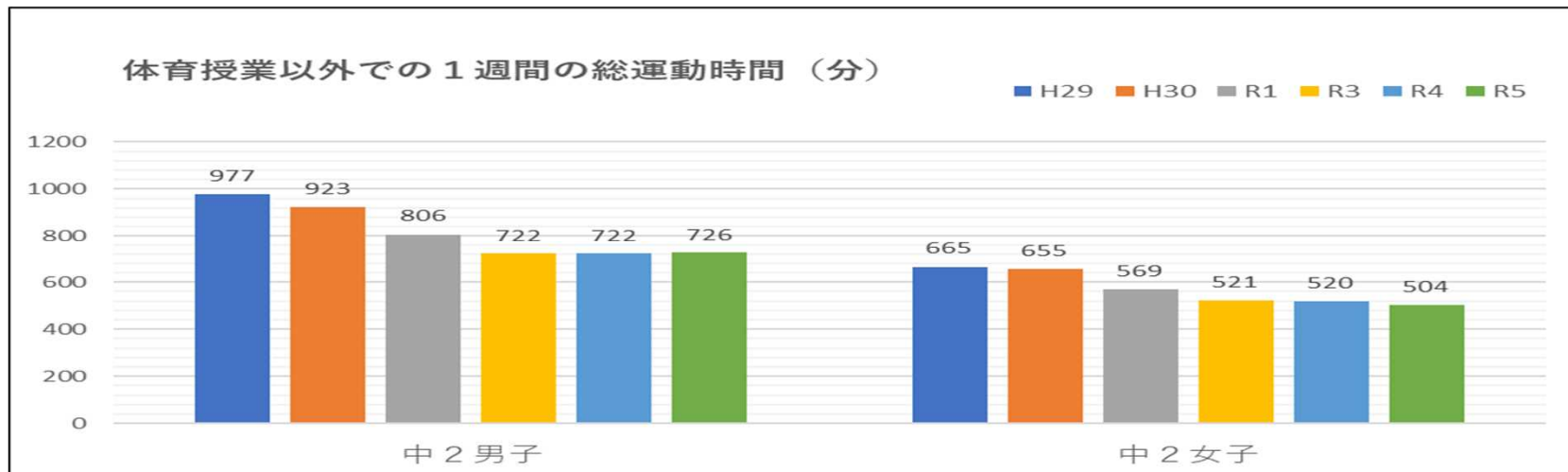
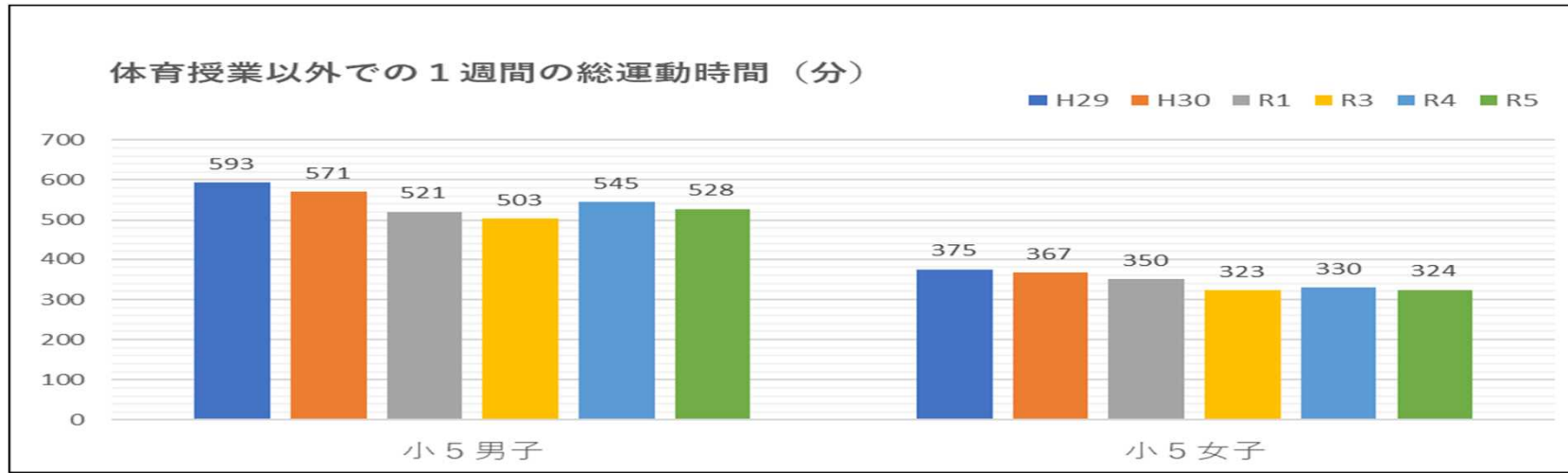
中2女子

■1. 楽しい ■2. やや楽しい ■3. あまり楽しくない ■4. 楽しくない



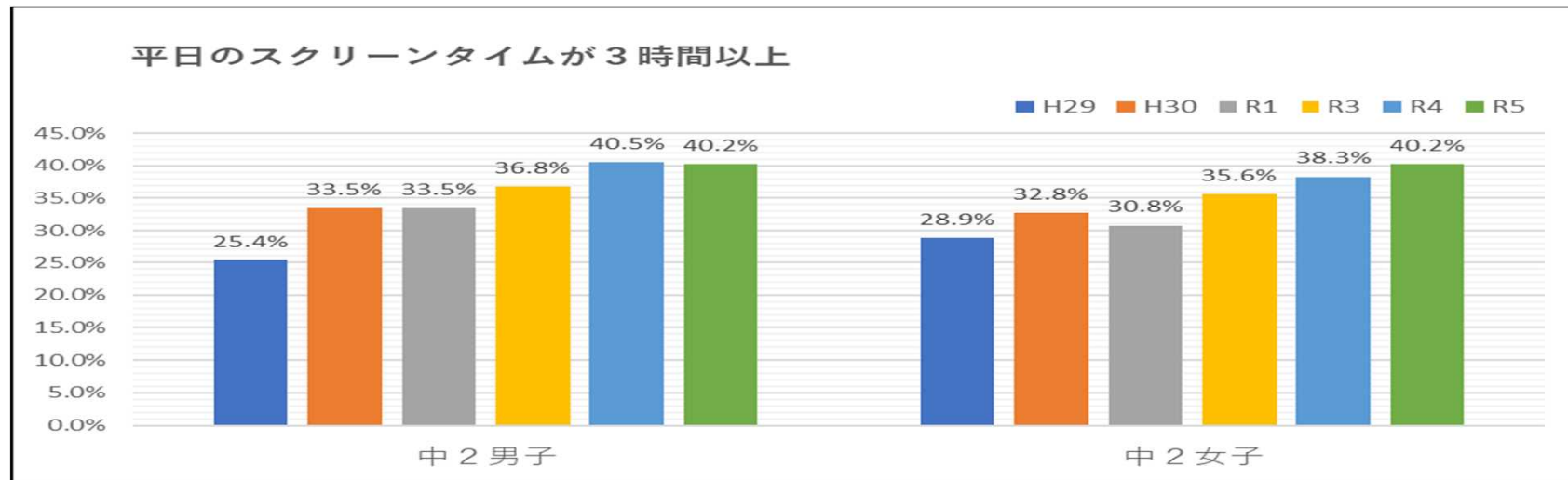
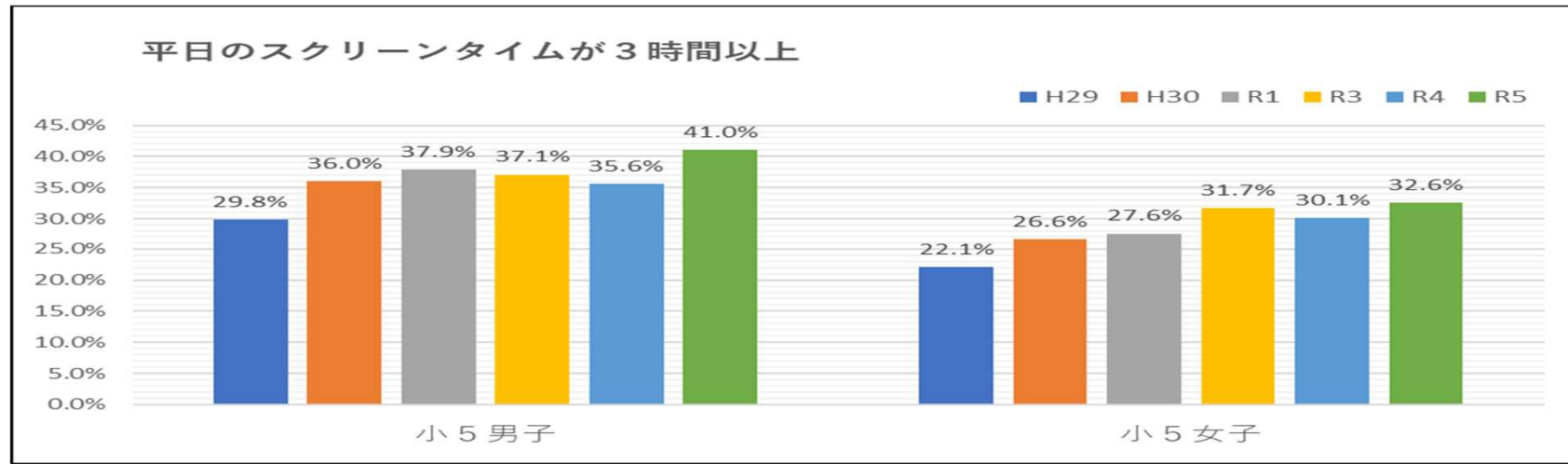
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

体育授業以外での1週間の総運動時間



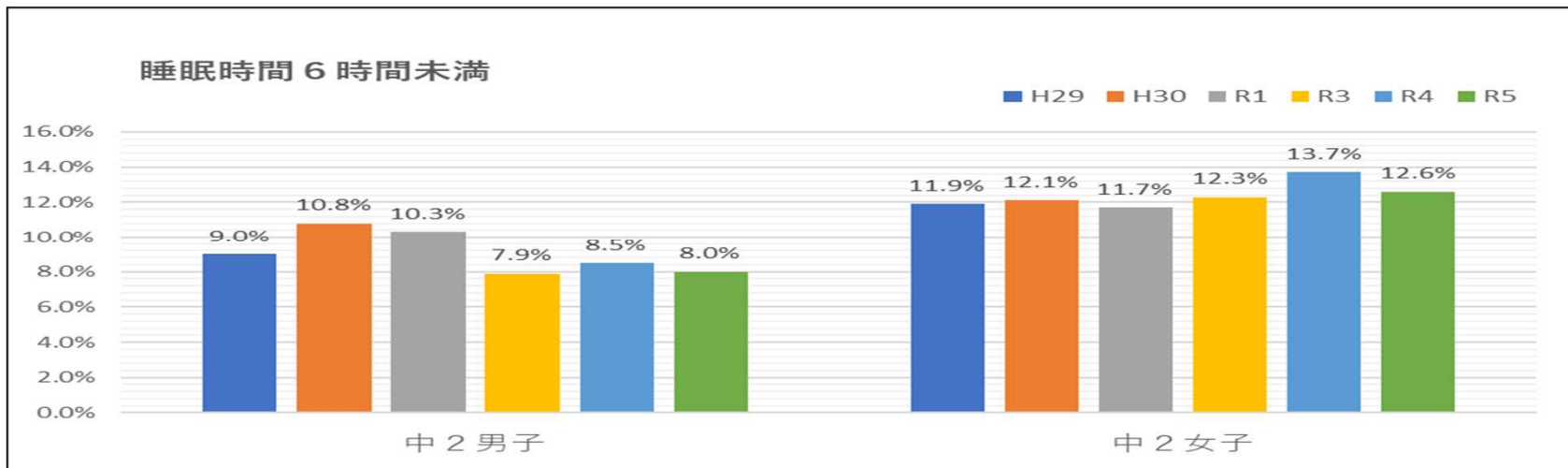
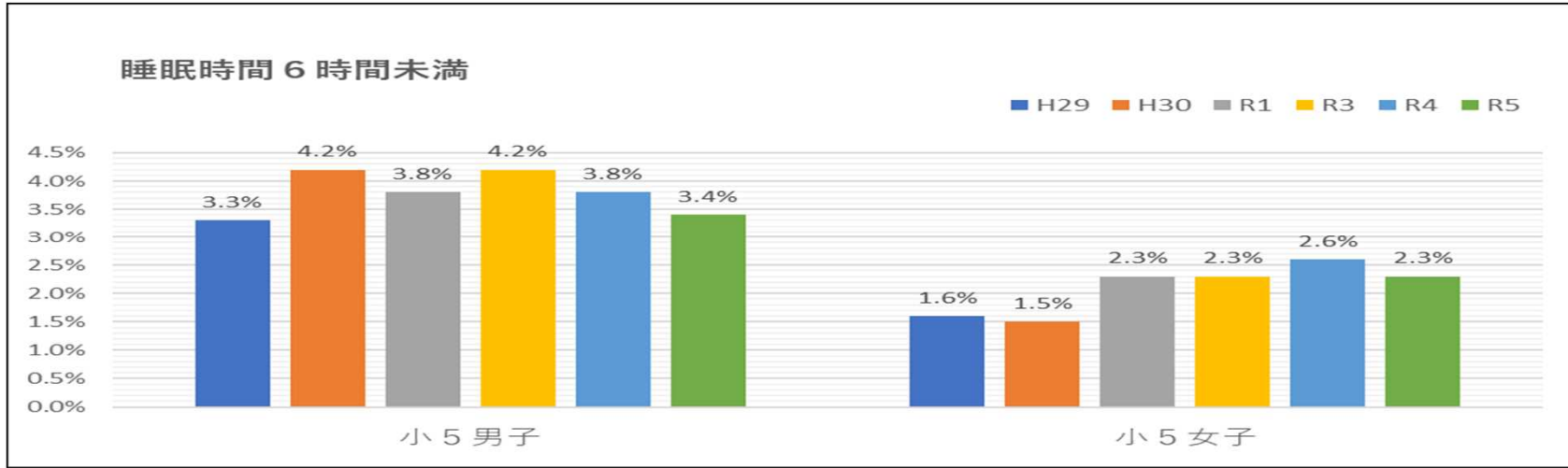
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

平日のスクリーンタイムが3時間以上



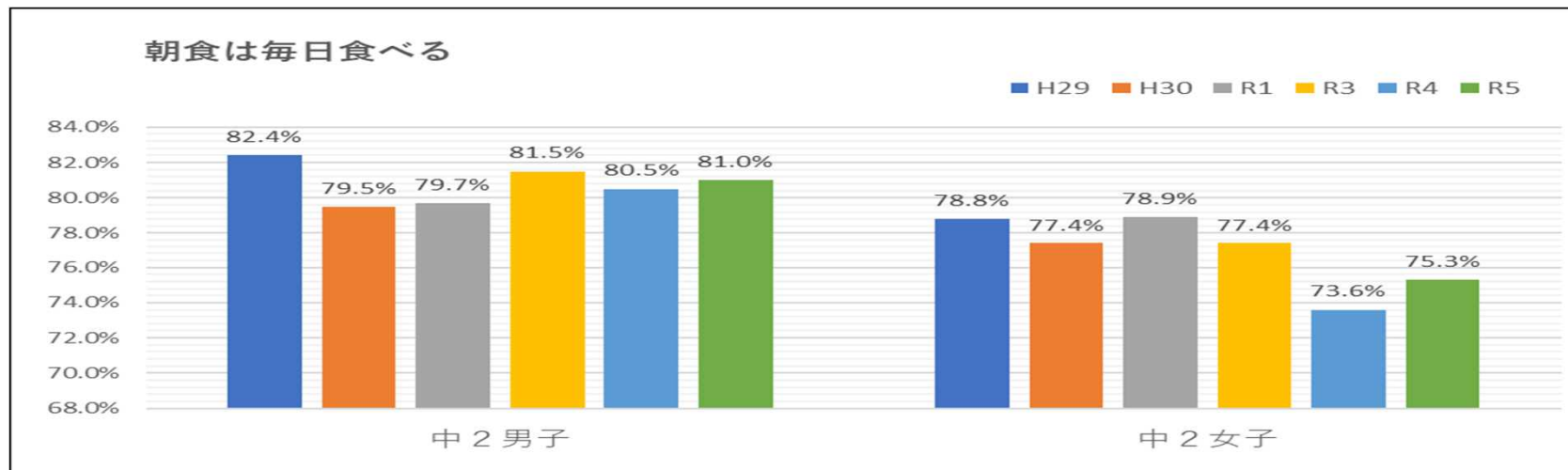
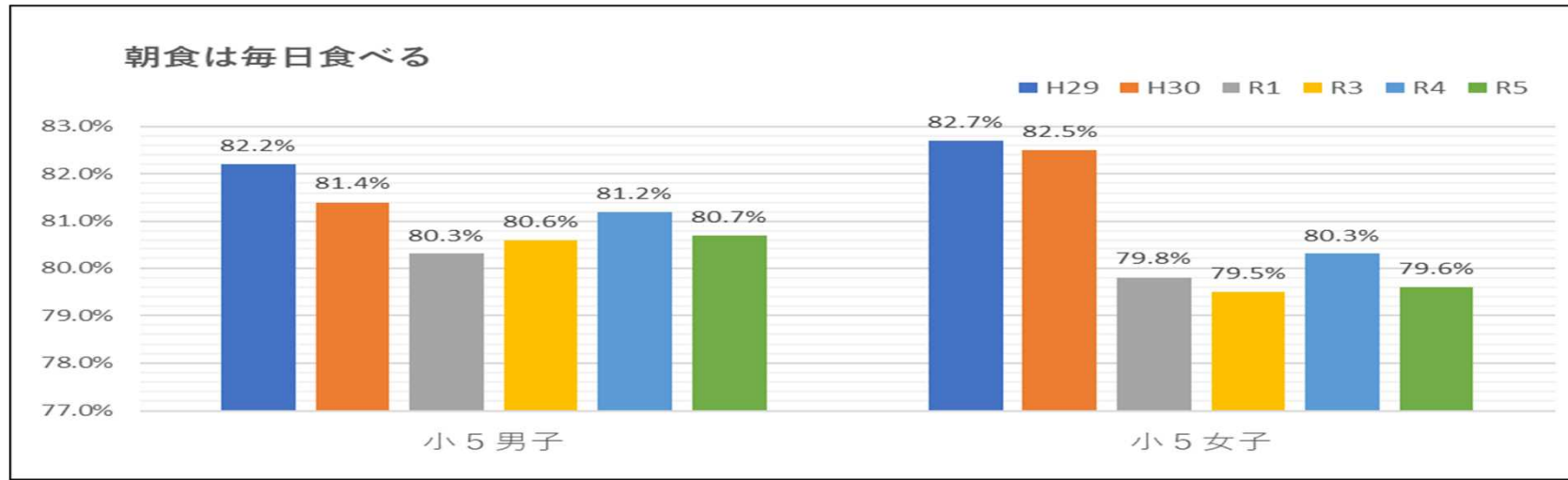
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

睡眠時間6時間未満



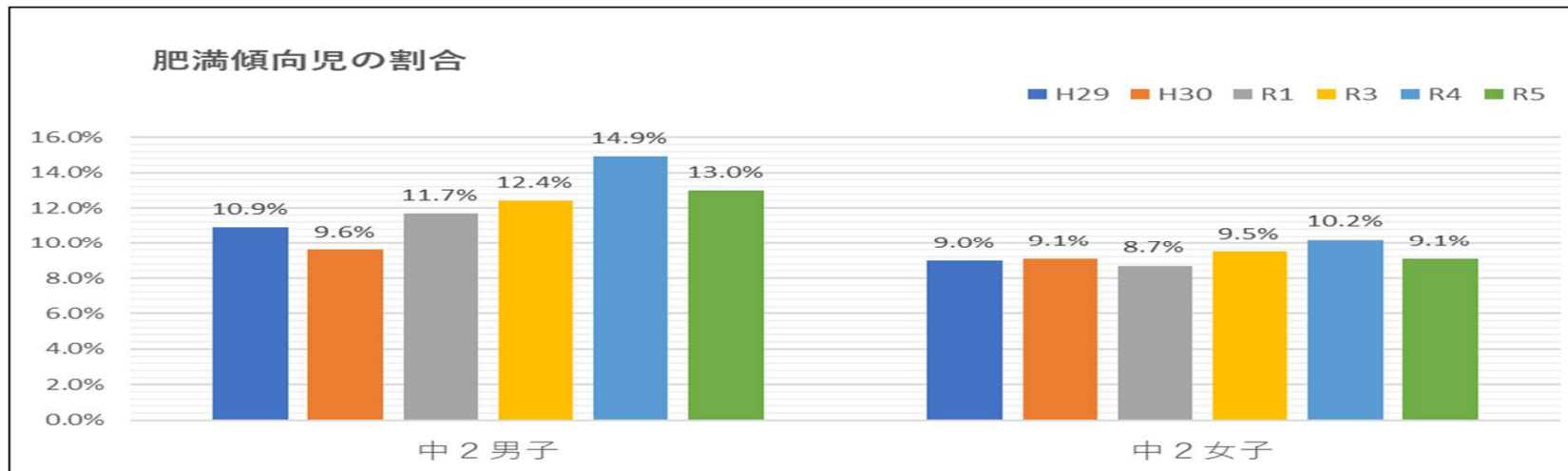
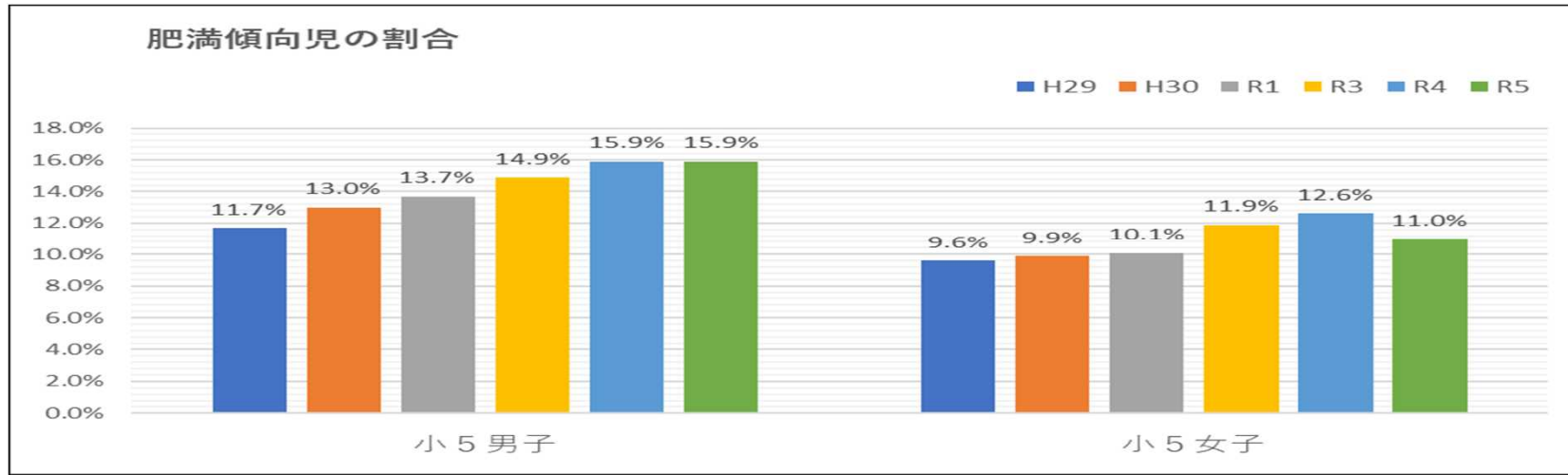
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

朝食は毎日食べる



「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

肥満傾向児の割合



「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果より

質問紙調査結果のまとめ



運動やスポーツに対する良好な意識が形成されているが、運動習慣や生活習慣に課題がある。

- ・「運動やスポーツをすることは好き」「(保健)体育の授業は楽しい」と回答した児童生徒の割合は全国上位である。
- ・1週間の総運動時間は減少、平日のスクリーンタイムは増加の傾向にある。
- ・健康三原則(運動・食事・休養及び睡眠)の大切さを伝えるとともに、良好な生活習慣確立におけ家庭との連携を図る。