

令和6年(2024年)12月23日
12月定例教育委員会
報告事項エ

令和6年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果(概要)について

令和6年 12月

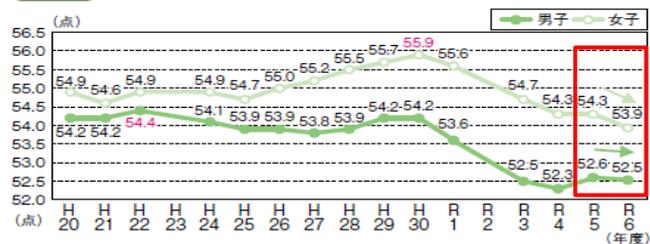
スポーツ庁

令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果の概要(ポイント)

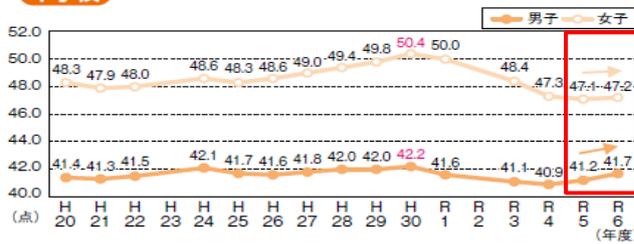
○体力合計点

体力合計点は、**中学校男子ではコロナ前の水準に戻ったが、小学校男子及び中学校女子では前年度からほぼ横ばい、小学校女子は引き続き低下している。**

小学校



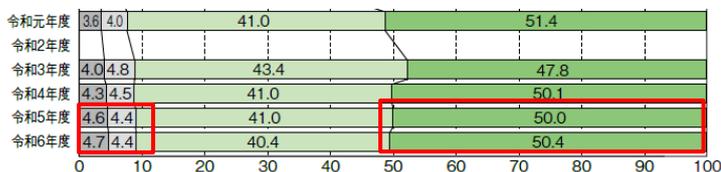
中学校



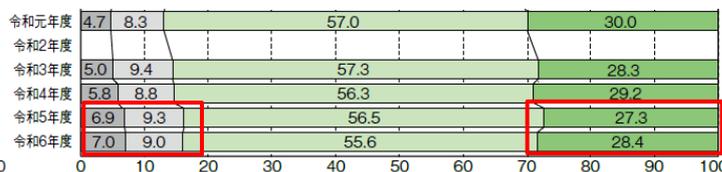
○運動時間(体育の授業を除く)

1週間の総運動時間が**420分以上の割合は、小学校で増加、中学校男子で横ばい、中学校女子は減少した。**
60分未満の割合は、小学校でほぼ横ばい、中学校は減少した。

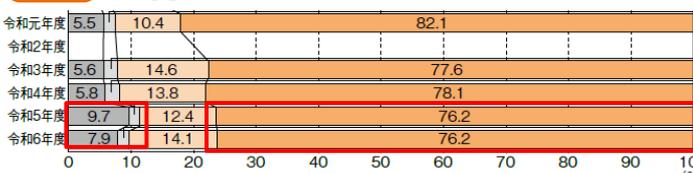
小学校 男子



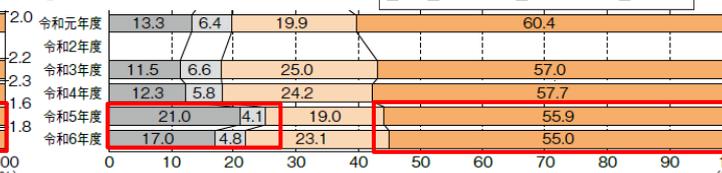
女子



中学校 男子



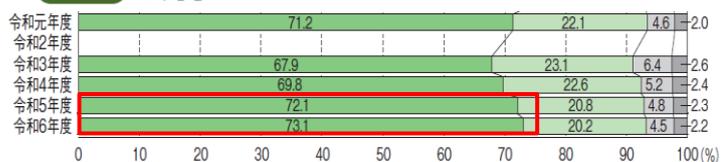
女子



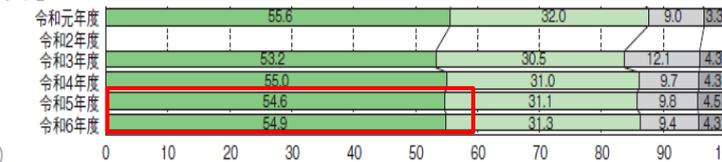
○運動に対する意識

「運動は好き」と答えた児童生徒は、**小中学校男女ともに増加し、中学校男子では過去最高。**

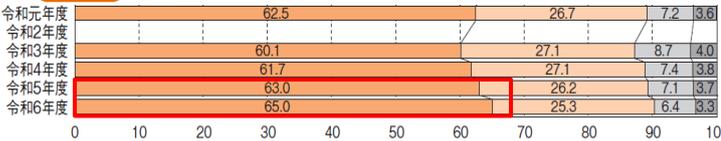
小学校 男子



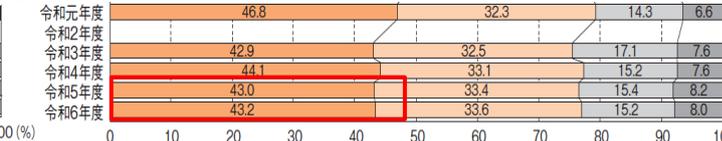
女子



中学校 男子



女子



○「体力合計点」と「運動時間」「運動意識」の関係

「運動時間が長い」児童生徒ほど、体力合計点が高くなる傾向にある。

「運動は好き」と回答した児童生徒は、それ以外の児童生徒と比べ体力合計点が高い。

○「運動時間」と体力合計点

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
0分~60分未満	43.2点	48.3点	32.2点	39.0点
60分~420分未満	49.0点	53.0点	36.3点	43.2点
420分以上	56.9点	58.8点	44.0点	52.6点
全国平均	52.5点	53.9点	41.7点	47.2点

○「運動やスポーツをすることは好き」と体力合計点

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
好き	55.0	57.2	45.1	53.9
やや好き	46.7	51.1	36.7	44.8
やや嫌い	43.1	47.9	31.7	39.0
嫌い	41.1	45.6	30.0	35.6
全国平均	52.5	53.9	41.7	47.2

令和6年度 全国体力・運動能力、
運動習慣等調査の結果（概要）について

調査の概要

1 調査の対象及び内容

国公立の小学校5年生及び中学校2年生を対象とした悉皆調査
（小学生：約98万人、中学生：約87万人）

○実技テスト調査（8項目）

		テスト項目						
小学校 5年生	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	20mシャトルラン ※1	50m走	立ち幅 とび	ソフトボール 投げ
中学校 2年生					20mシャトルランか 持久走※2の選択			ハンドボール 投げ

※1 往復持久走（一定の間隔で鳴る電子音に従って20mを走り、折り返し回数を測定）

※2 男子は1500m、女子は1000m

評価基準表

	A	B	C	D	E
小学校5年生	65点以上	58～64点	50～57点	42～49点	41点以下
中学校2年生	57点以上	47～56点	37～46点	27～36点	26点以下

※各実技テストの結果を10点満点で換算し、合計80点満点で上記基準表に基づき、A～Eの評価を判定

○質問紙調査

児童生徒：1週間の総運動時間、体格、生活習慣、運動やスポーツに対する意識 等
学 校：体力・運動能力向上への取組や目標の設定、授業改善への取組 等
教育委員会：体力・運動能力向上への取組、幼児の運動促進のための取組 等

2 調査の実施時期

令和6年4月～7月の間に各学校において実施

本件担当			
スポーツ庁政策課企画調整室			
室長	赤間 圭祐	(2704)	
室長補佐	橋本 元樹	(2574)	
調査係	瀬野 雄大	(2649)	

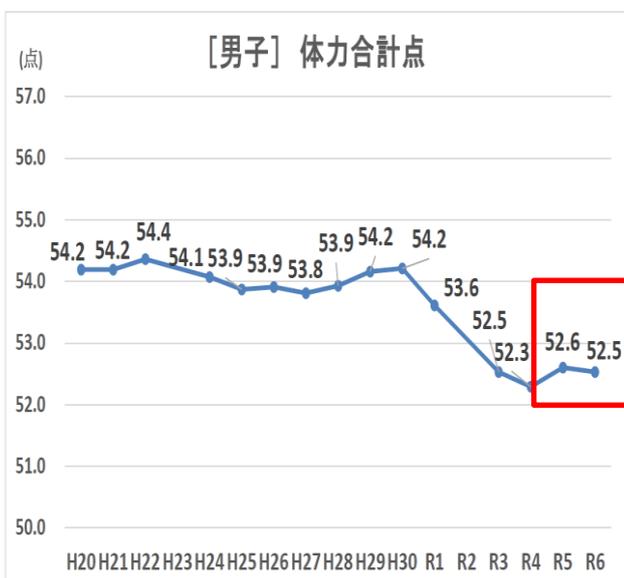
調査結果の概要

1. 児童生徒の体力

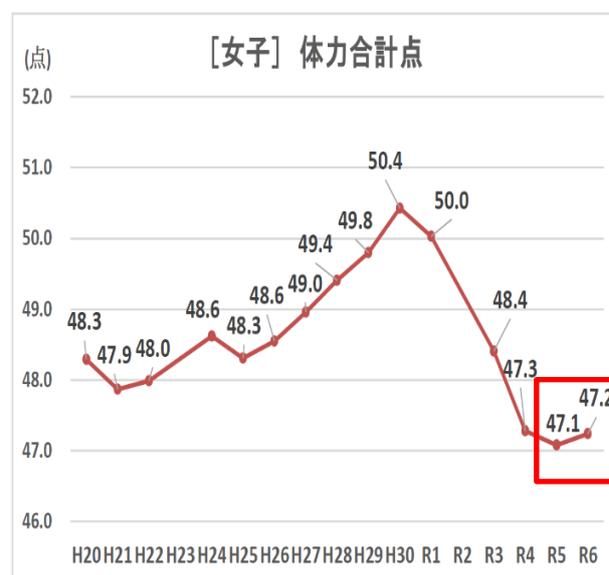
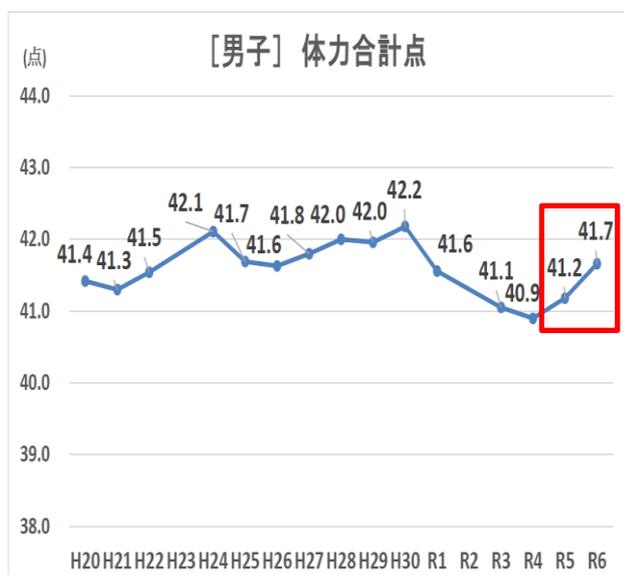
(1) 体力合計点の状況

体力合計点については、中学校男子ではコロナ前の水準に戻ったが、小学校男子及び中学校女子では前年度からほぼ横ばい、小学校女子は引き続き低下している。

(小学校)

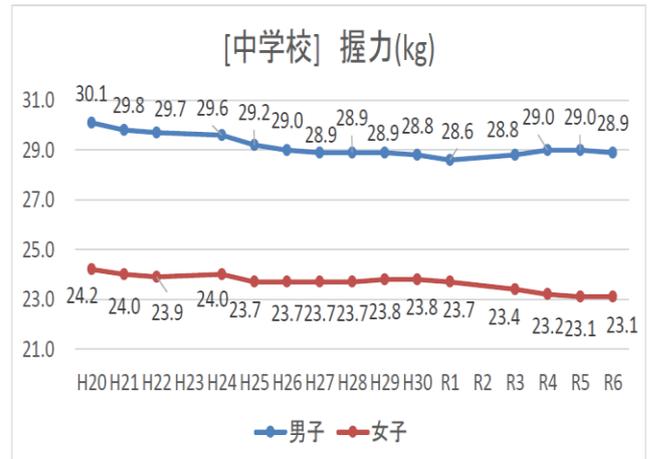
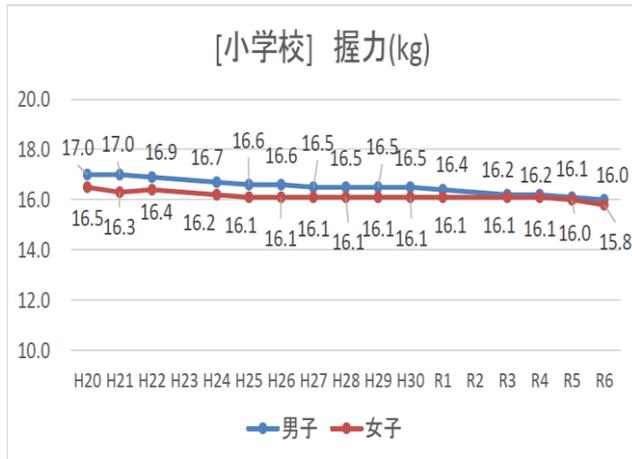


(中学校)

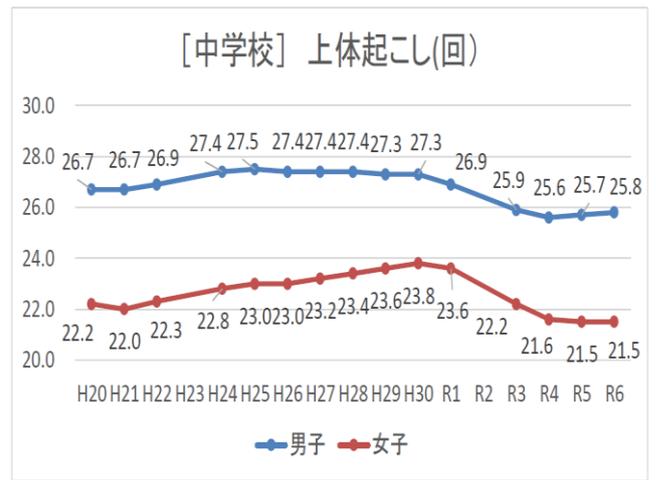
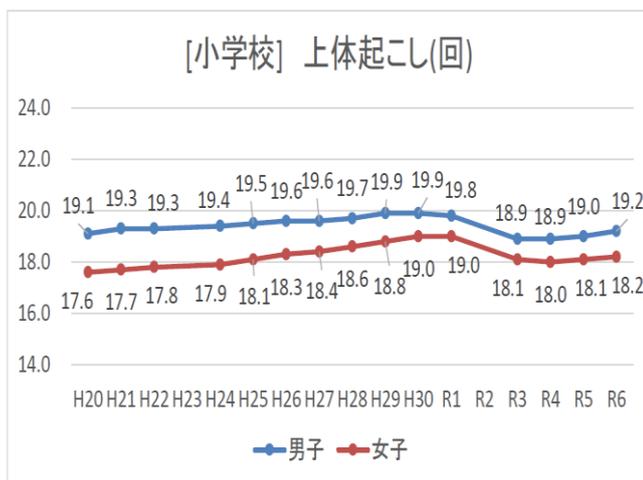


(2) 各実技テスト種目の状況

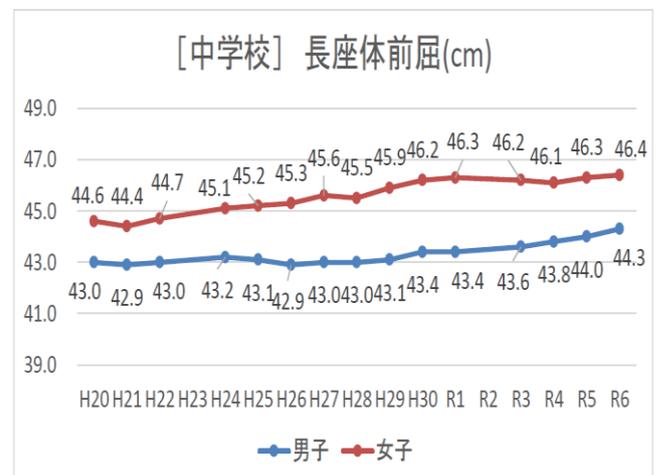
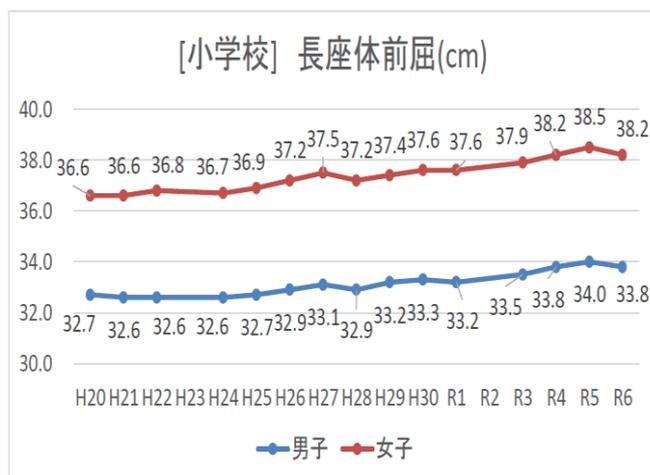
① 「握力」は、小学校男女及び中学校男子で低下、中学校女子で横ばい。



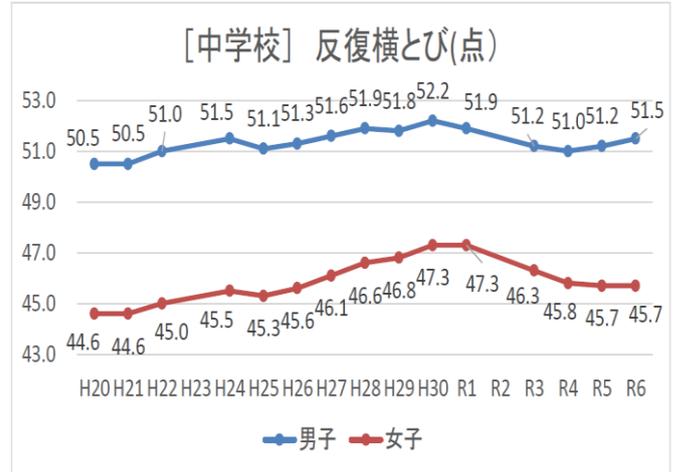
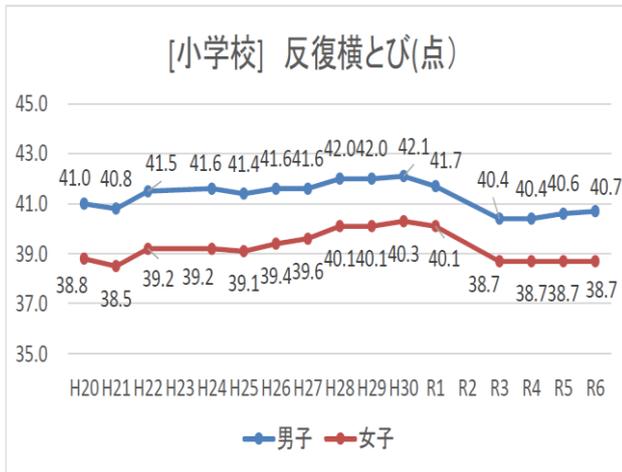
② 「上体起こし」は、小学校男女及び中学校男子で向上、中学校女子で横ばい。



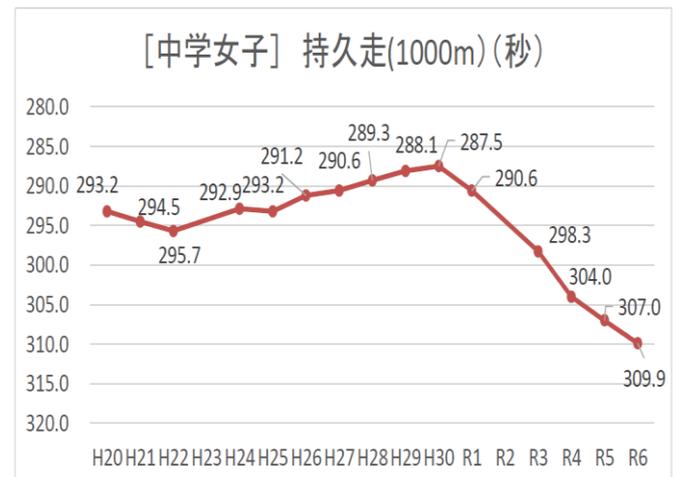
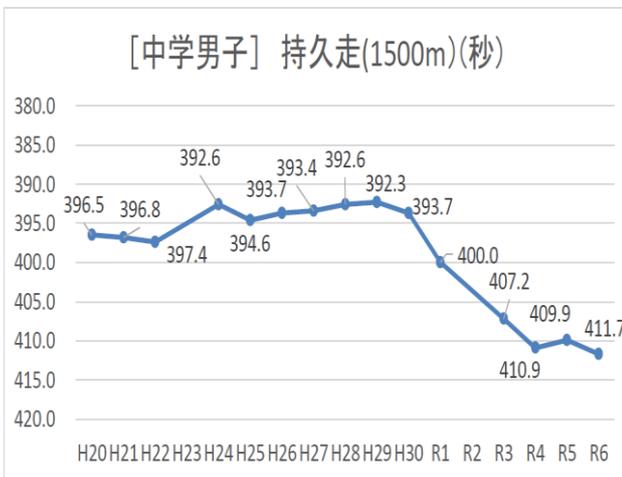
③ 「長座体前屈」は、小学校男女で低下、中学校男女で向上。



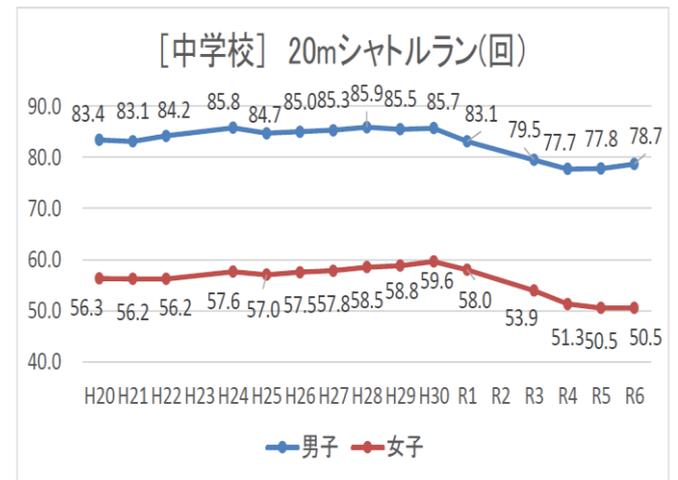
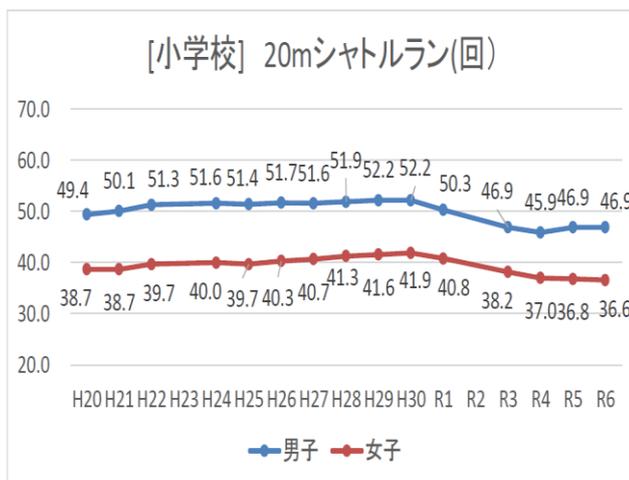
④「反復横とび」は、小中学校男子で向上、小中学校女子で横ばい。



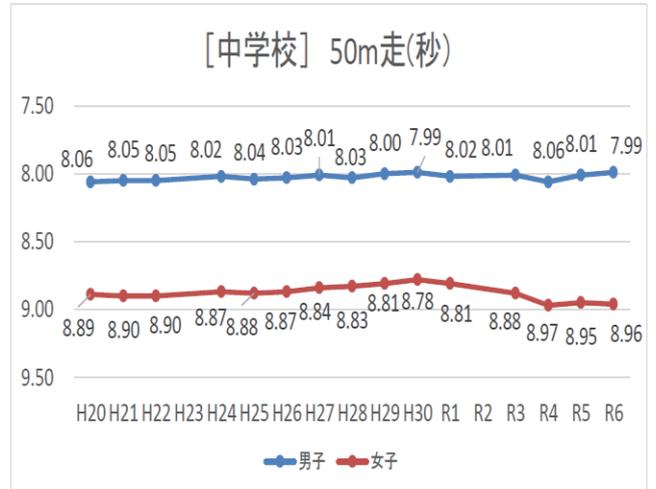
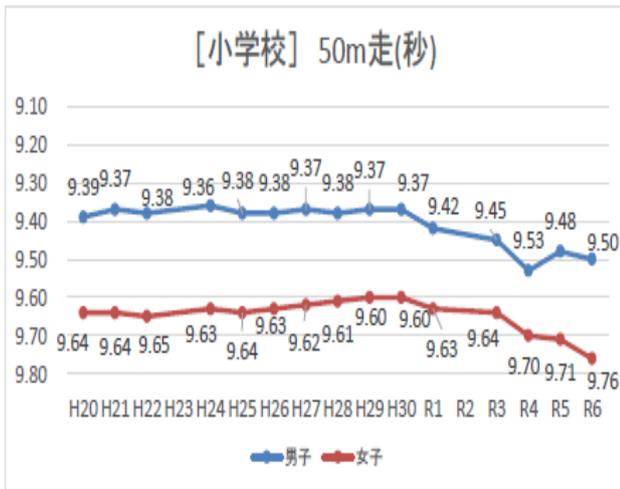
⑤「持久走」は、中学校男女とも低下。



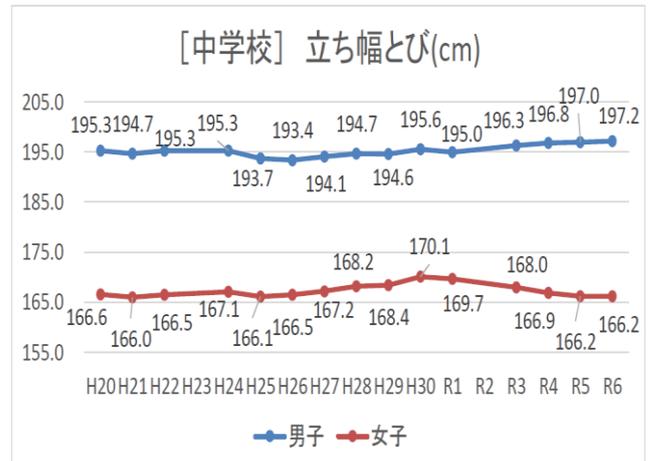
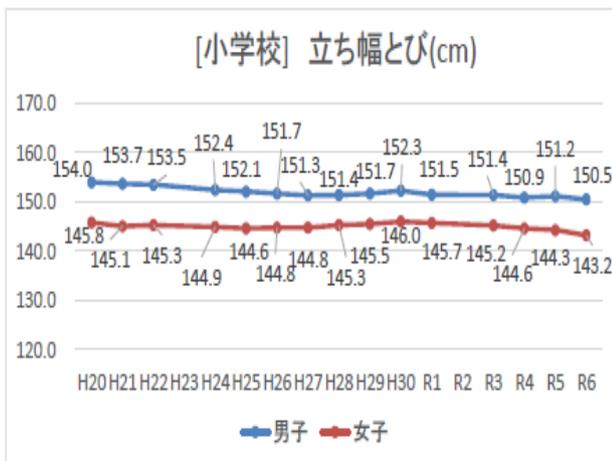
⑥「20m シャトルラン」は、小学校男子及び中学校女子で横ばい、小学校女子で低下、中学校男子で向上。



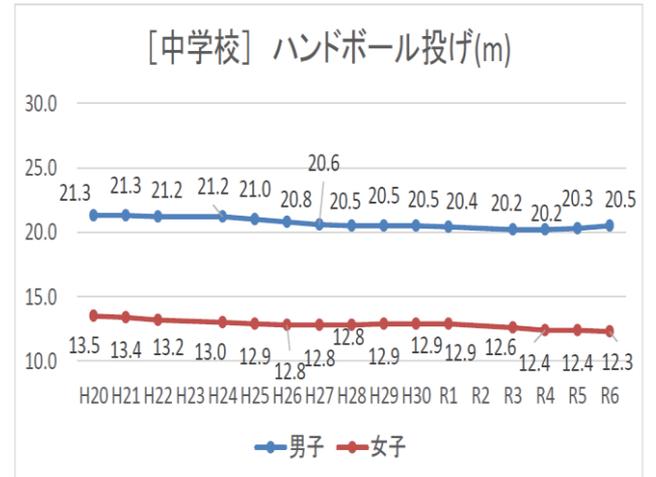
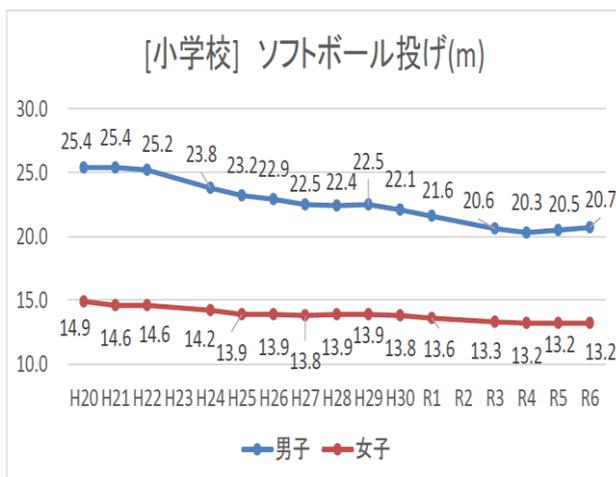
⑦「50m走」は、小学校男女及び中学校女子で低下、中学校男子で向上。



⑧「立ち幅とび」は、小学校男女で低下、中学校男子で向上、中学校女子で横ばい。



⑨「ボール投げ」は、小中学校男子で向上、小学校女子で横ばい、中学校女子で低下。

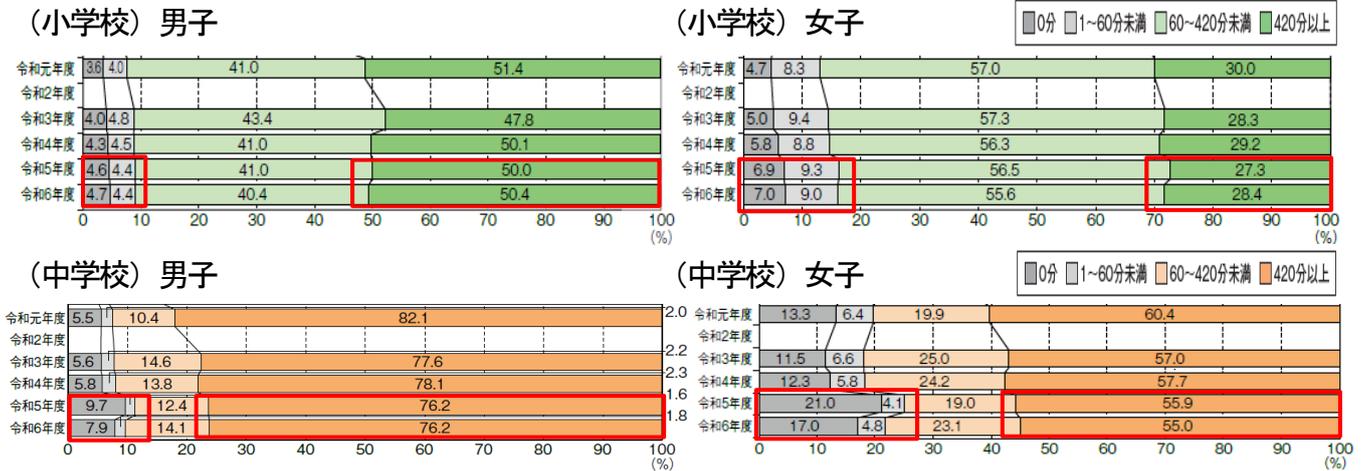


2. 運動習慣・生活習慣・運動意識の状況

(1) 児童生徒の運動時間（体育の授業を除く。）

○ 1週間の総運動時間が420分以上の割合は、小学校で増加、中学校男子は横ばい、中学校女子は減少した。

○ 1週間の総運動時間が60分未満の割合は、小学校でほぼ横ばい、中学校は減少した。



【運動時間別の体力合計点】

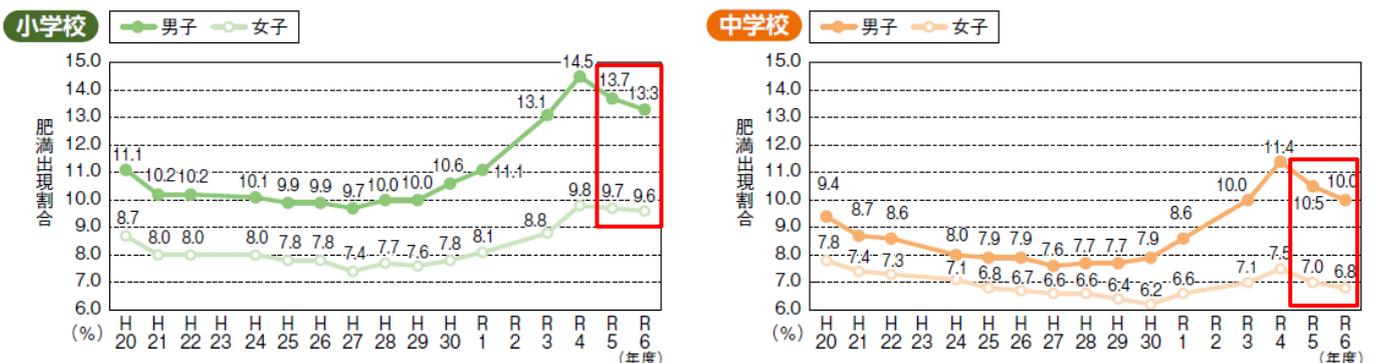
運動時間が長い児童生徒ほど、体力合計点が高くなる傾向にある。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
0分~60分未満	43.2点	48.3点	32.2点	39.0点
60分~420分未満	49.0点	53.0点	36.3点	43.2点
420分以上	56.9点	58.8点	44.0点	52.6点
全国平均	52.5点	53.9点	41.7点	47.2点

(2) 児童生徒の体格の状況

肥満の割合は、小中学校男女ともに低下した。

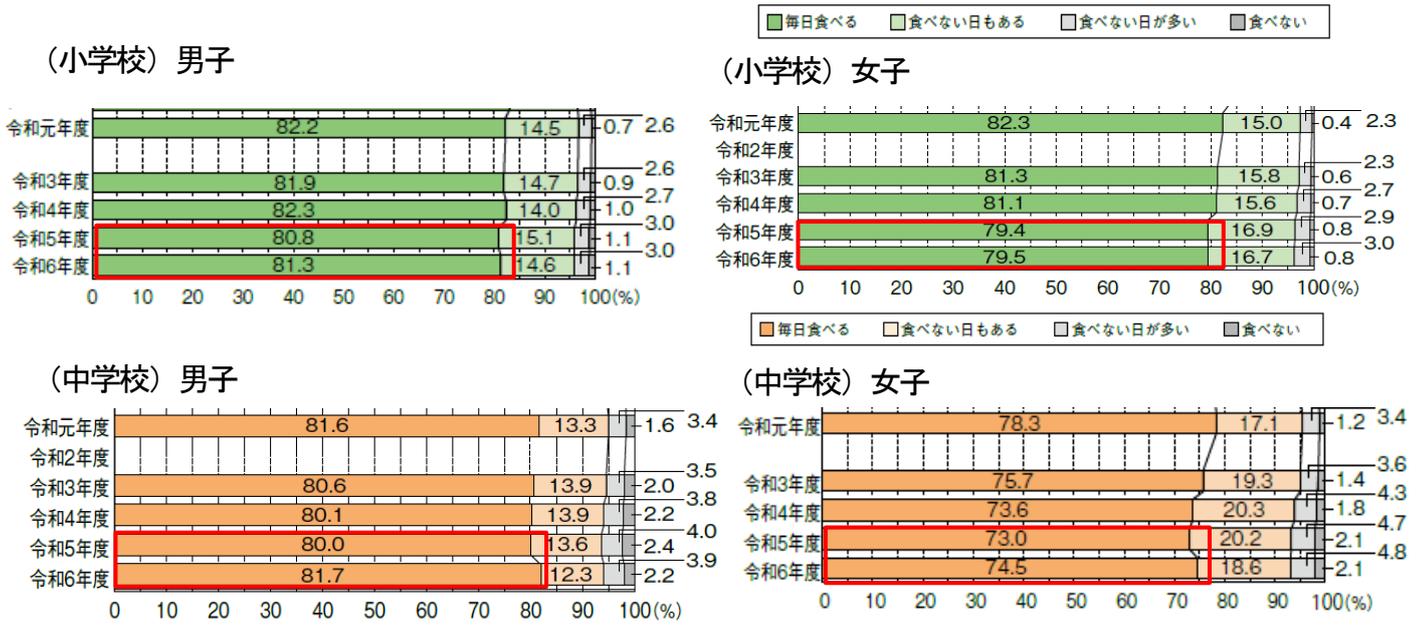
○肥満である児童生徒の割合の経年変化



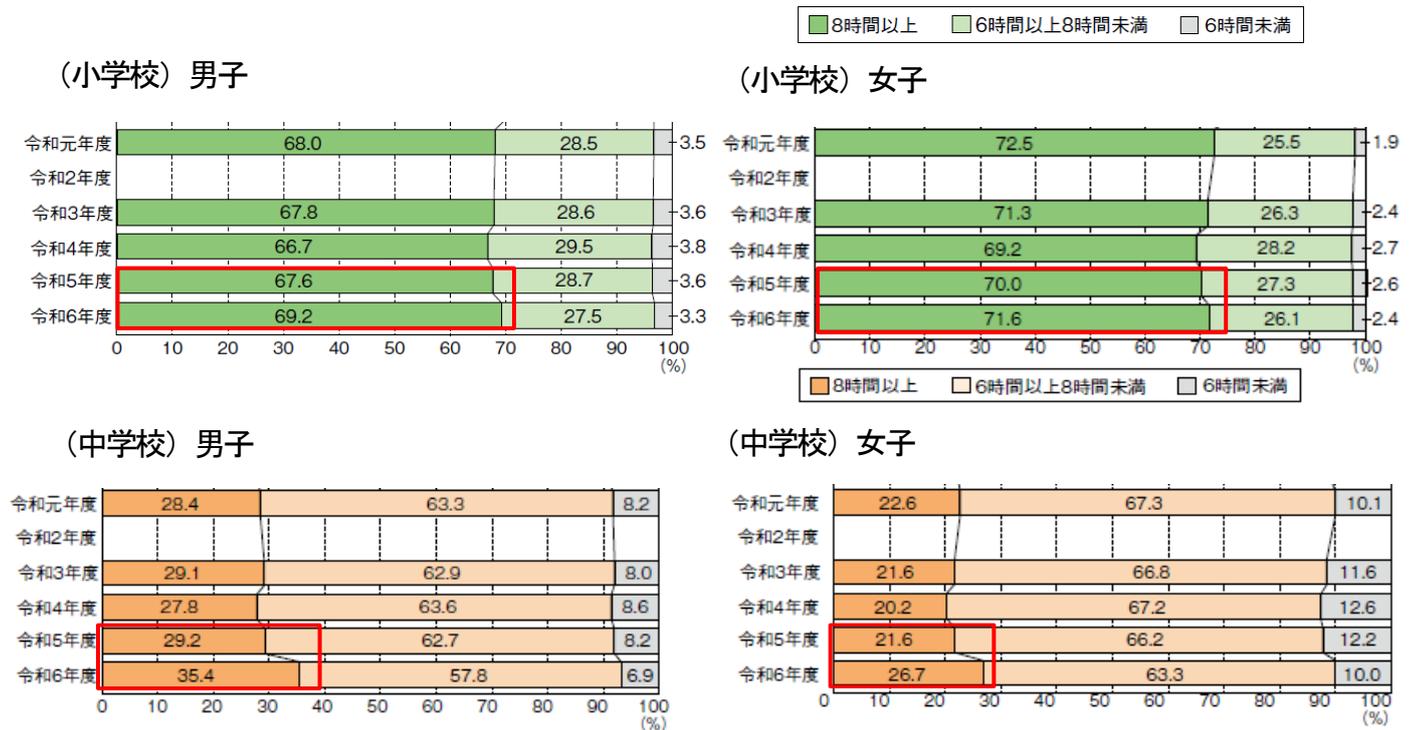
(3) 朝食摂取、睡眠時間、学習以外のスクリーンタイム※の状況

※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、ゲーム機等の画面の視聴時間

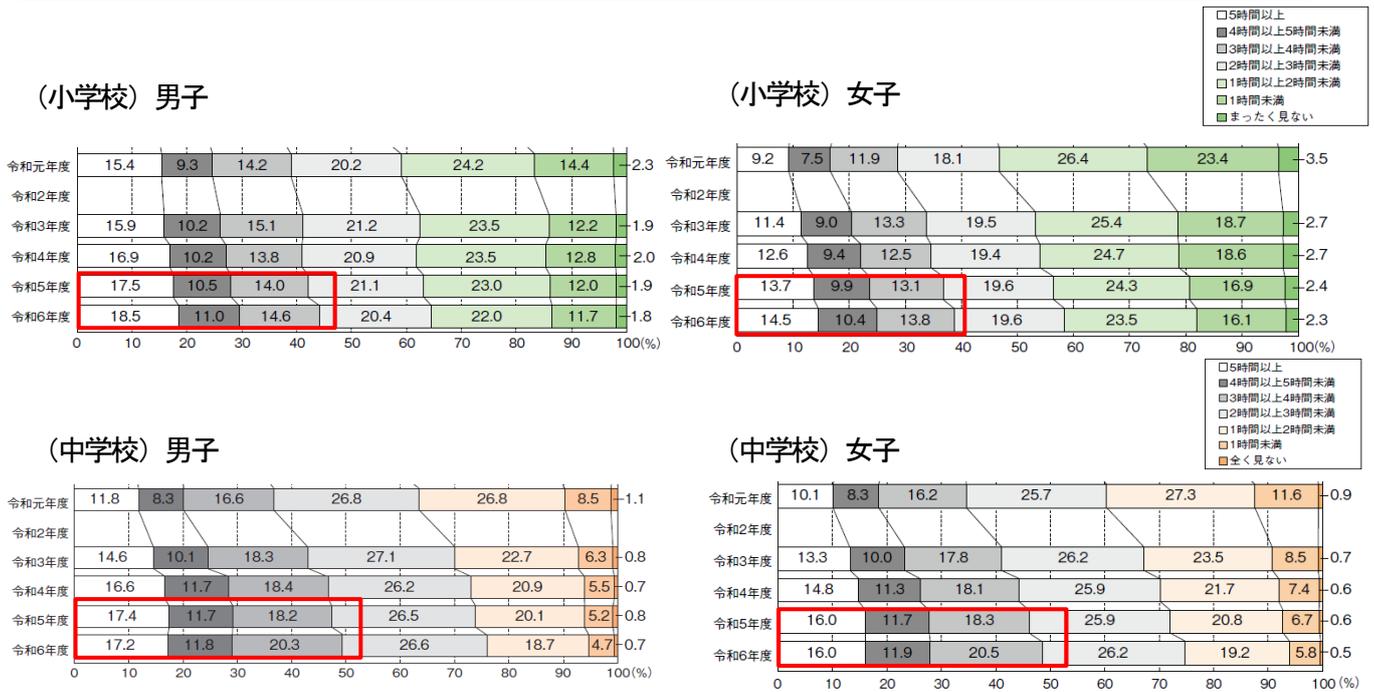
朝食を「毎日食べる」割合は、小中学校男女ともに増加した。



睡眠時間が「8時間以上」の割合は、小中学校男女ともに増加した。



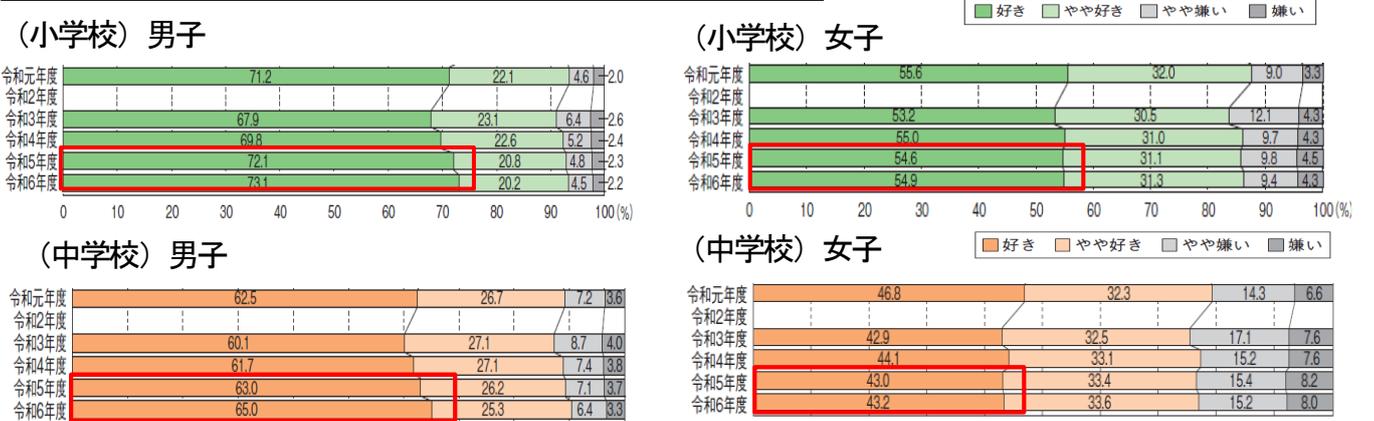
学習以外のスクリーンタイムが「3時間以上」の割合は、小中学校男女ともに増加した。



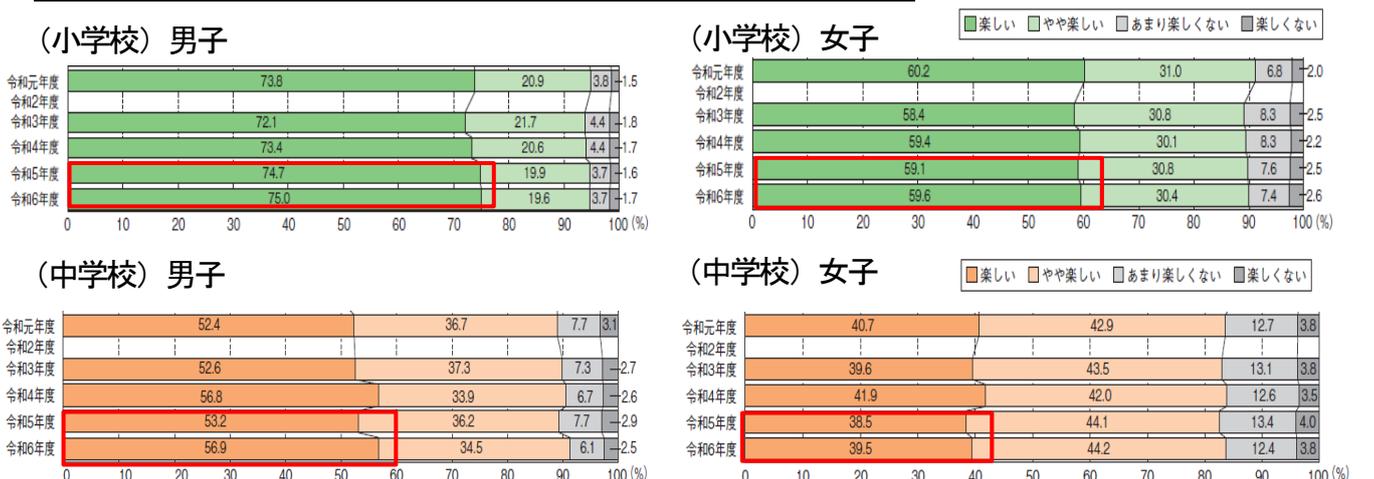
(4) 運動やスポーツに対する意識

「運動は好き」と答えた児童生徒は、小中学校男女ともに増加し、中学校男子では過去最高。
 「体育・保健体育は楽しい」と答えた児童生徒は、小中学校男女ともに増加し、小中学校男子は過去最高。

「運動やスポーツをすることは好き」と答えた児童生徒の割合



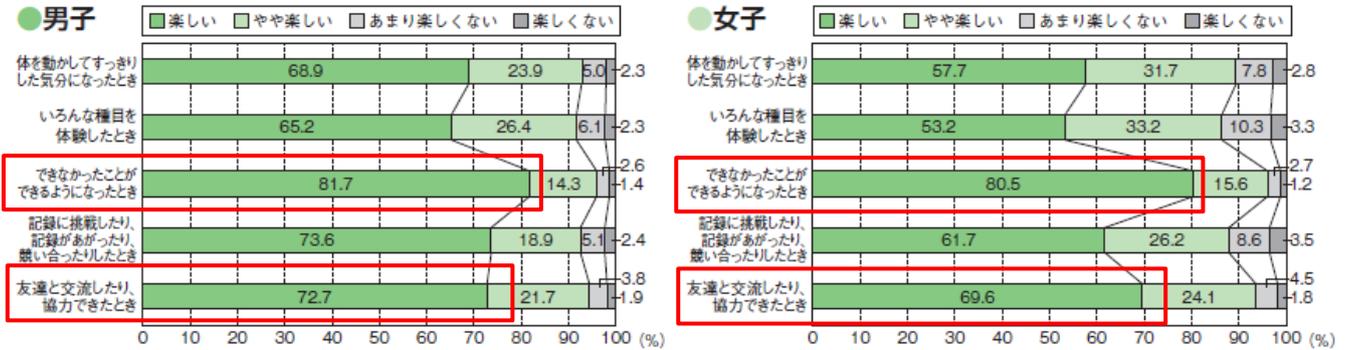
「体育・保健体育の授業は楽しいと思う」と答えた児童生徒の割合



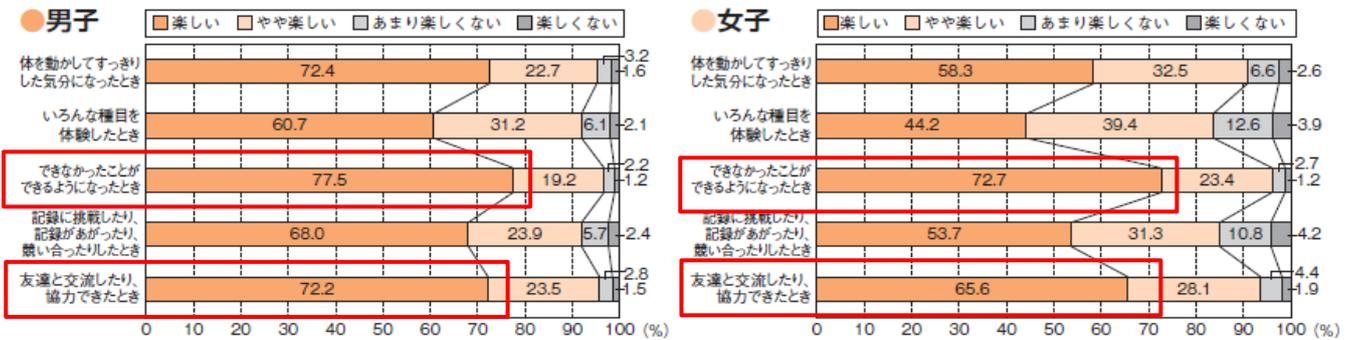
児童生徒が「体育・保健体育の授業を楽しんでいる」として、「できなかったことができるようになったとき」、「友達と交流したり、協力できたとき」と回答する割合が多い。

「体育・保健体育の授業が楽しいと感じるとき」の児童生徒の回答

(小学校)



(中学校)



「運動は好き」、「体育・保健体育は楽しい」と回答した児童生徒は、それ以外の児童生徒と比べ体力合計点が高い。

○「運動やスポーツをすることは好き」と体力合計点

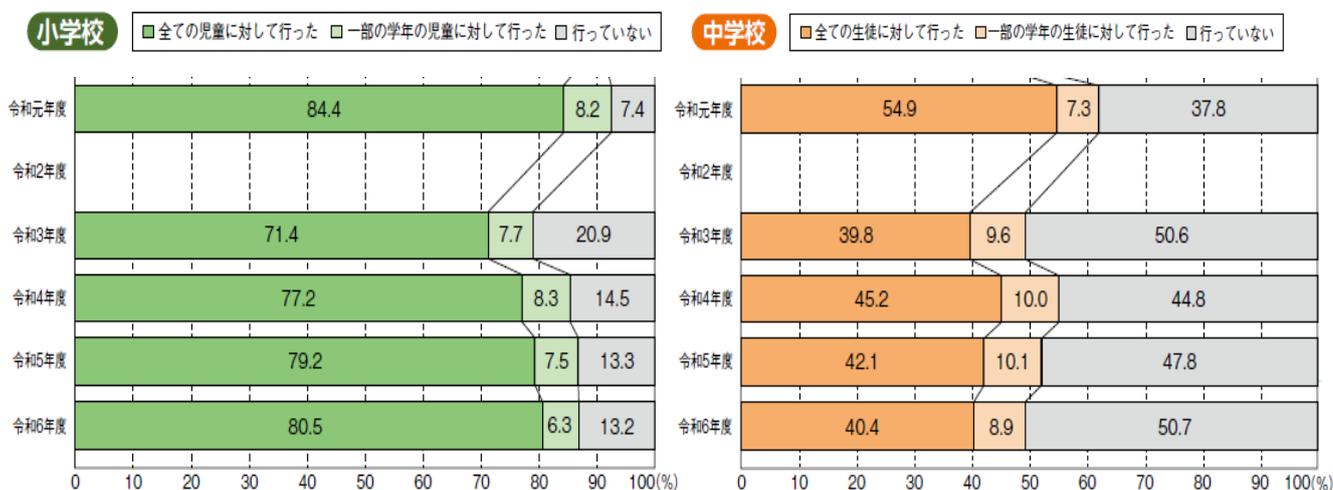
	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
好き	55.0	57.2	45.1	53.9
やや好き	46.7	51.1	36.7	44.8
やや嫌い	43.1	47.9	31.7	39.0
嫌い	41.1	45.6	30.0	35.6
全国平均	52.5	53.9	41.7	47.2

○「体育・保健体育は楽しい」と体力合計点

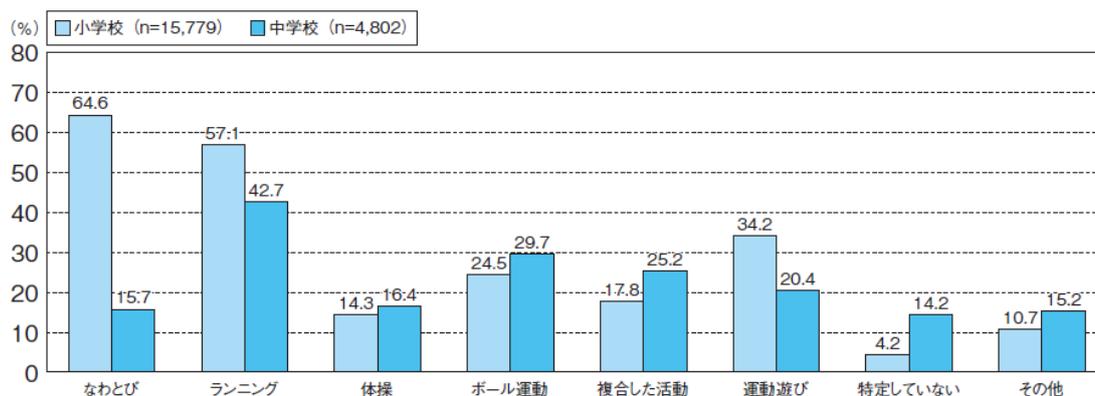
	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
楽しい	54.2	56.3	44.2	52.3
やや楽しい	48.2	51.3	38.9	45.2
あまり楽しくない	45.7	48.3	35.7	40.4
楽しくない	44.1	46.5	35.5	38.3
全国平均	52.5	53.9	41.7	47.2

3. 学校における体力向上の取組状況

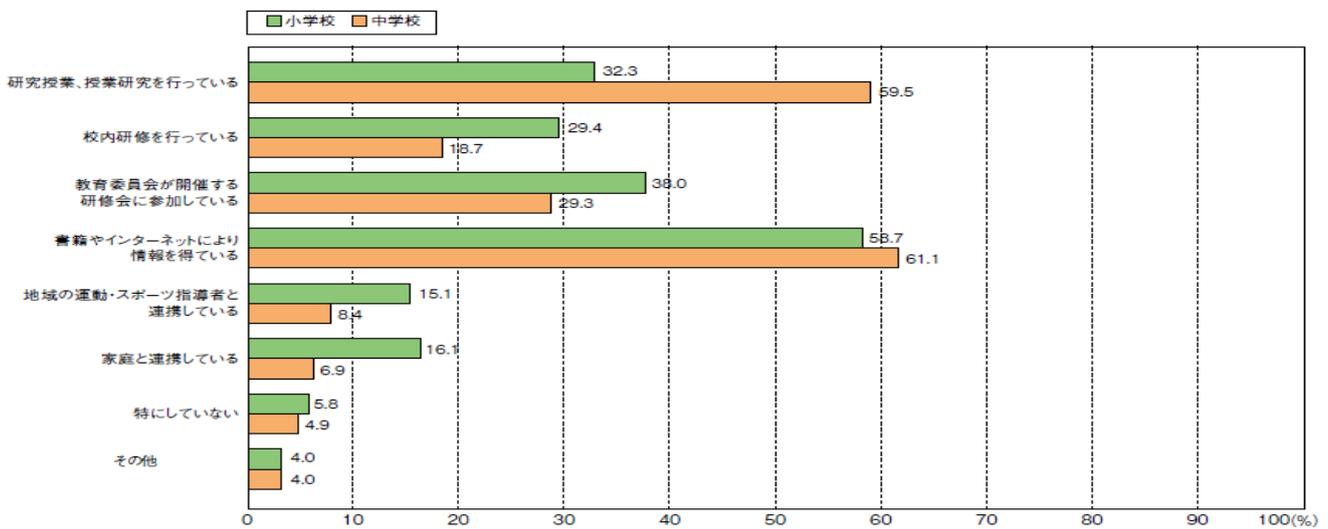
「体育の授業以外で体力向上の取組を全ての学年で行った」と回答した学校の割合



【参考：どのような活動を行いましたか(複数回答可)】に対する回答】



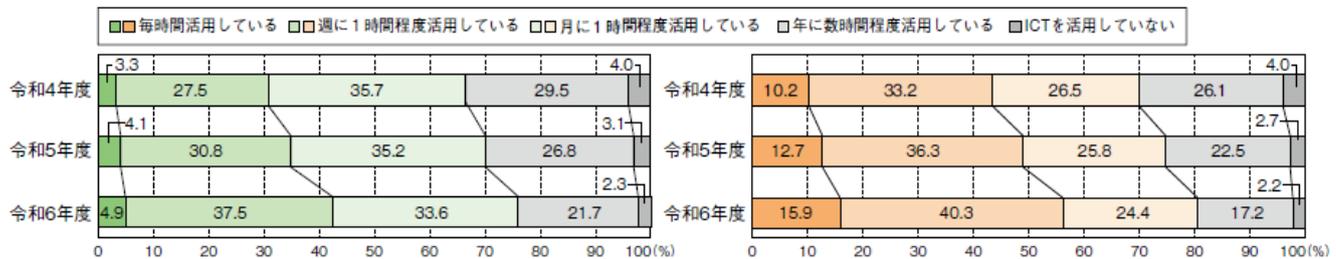
「体育・保健体育の授業で運動やスポーツが苦手（嫌い）な傾向がある児童生徒への指導の充実のためにどのような取組をしているか」の学校の回答



体育・保健体育の授業における ICT の活用頻度

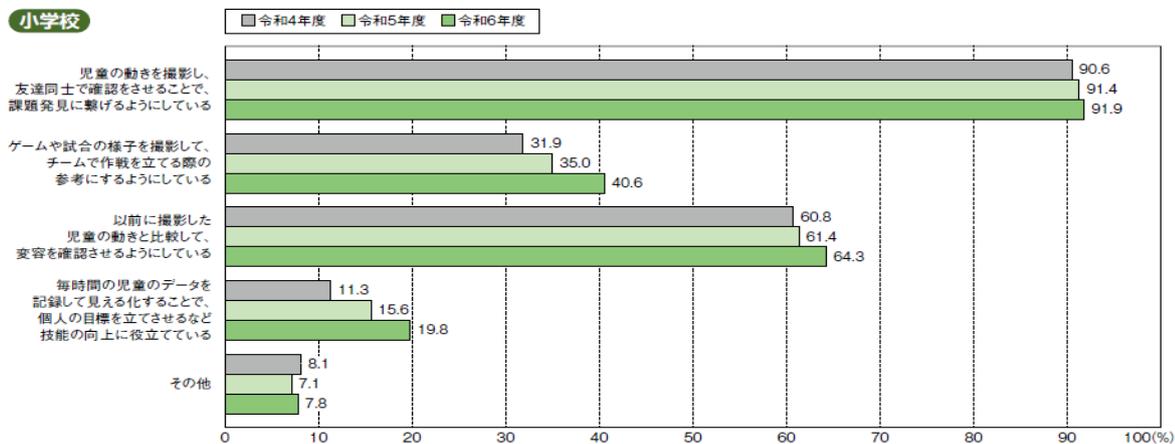
小学校

中学校

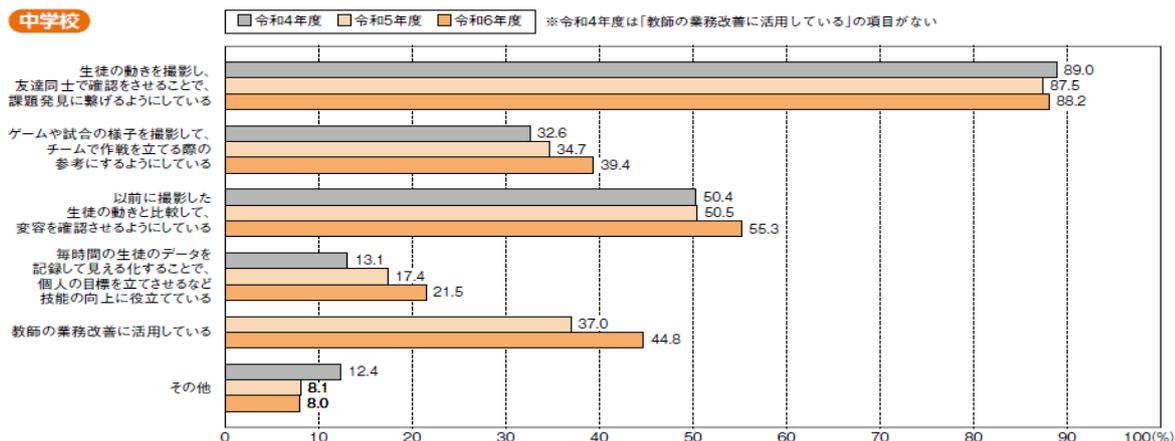


【参考】「ICT の活用方法」

小学校



中学校

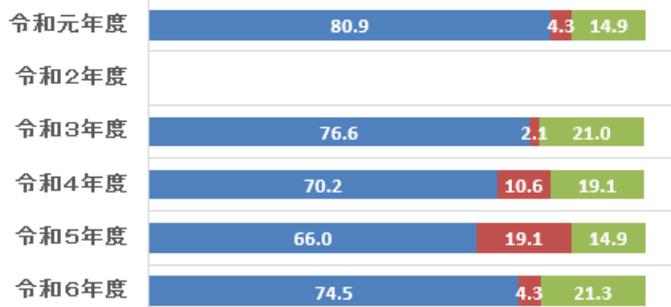


4. 幼児の運動促進のための取組状況

「幼児の運動促進のための取組を実施している」と回答した教育委員会の割合

■実施している ■実施する予定である ■実施していない

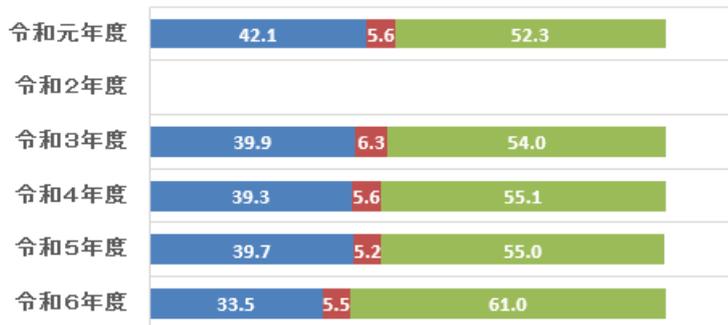
都道府県



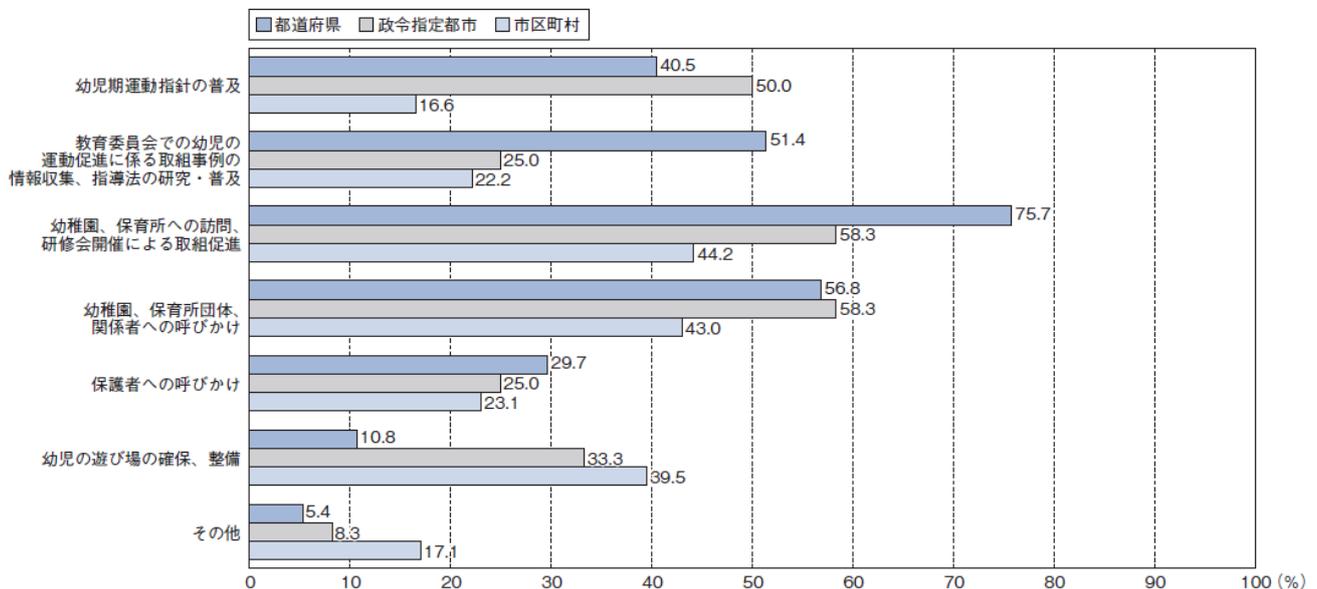
政令指定都市



市区町村



【参考：「実施している」「実施する予定である」の回答グループから得られた取組の内容】



- 運動時間や運動に関する意識と体力合計点との関係では、**1週間の総運動時間が長い児童生徒や、運動やスポーツが好きと回答した児童生徒ほど体力合計点が高くなる傾向**がみられる
- スポーツ庁では、**生活全体を通じて少しずつでも運動機会を確保し、運動好きな子供や日常から運動に親しむ子供を増やす**ことを目指して、発達段階や子供の多様なニーズを踏まえた取組や、運動意欲を引き出す授業づくりなど、**学校・家庭・地域における様々な取組を支援し、子供の運動習慣の形成や体力向上**の取組を推進

子供のニーズに応じた多様な地域スポーツ環境の整備

競技・大会志向の活動だけでなく、マルチスポーツ、アーバンスポーツ、レクリエーション、体験型キャンプ、パラスポーツなど、**子供の多様なニーズに応えられるスポーツ機会を提供**する

(地域クラブ活動の運営団体等の整備、指導者の確保、デジタル動画の活用、コミュニティ・スクール等の仕組みの活用等)

幼児期からの運動習慣形成

発達段階の初期から働きかけを行い、運動を楽しむ基礎を培う

楽しく体を動かすことを見守る「**幼児期運動指針**」、望ましい動きや能力を獲得ための運動プログラム「**アクティブチャイルドプログラム**」や幼児期からの「**運動遊び**」の周知・普及を行う

体育授業及び授業外における運動意欲の向上

体育の授業等を通じて運動やスポーツが好きになり、日常から運動に親しむ児童生徒を増やす

- ① **体育授業へのアスリートの派遣**を通じた児童生徒の運動意欲を喚起する教育手法の普及
- ② **体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず共に学ぶ体育授業**の充実
- ③ **業前業間や放課後等**における体力向上の**取組事例**を周知

手軽に継続して運動するキッカケづくり

子供から大人まで手軽に取り組むことができる室伏長官が考案・実演する動画を提供し、運動を行うキッカケをつくとともに、継続的に運動を行う習慣づくりを促進

- ・身体診断「**セルフチェック**」動画をe-learning化
- ・「**力を引き出す**」ウォーミングアップ動画を公表
- ・「**紙風船エクササイズ**」動画を公表