

令和5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99万人、中学生：約92万人）

○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5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)
調査係長	吉野	憲司	(2649)

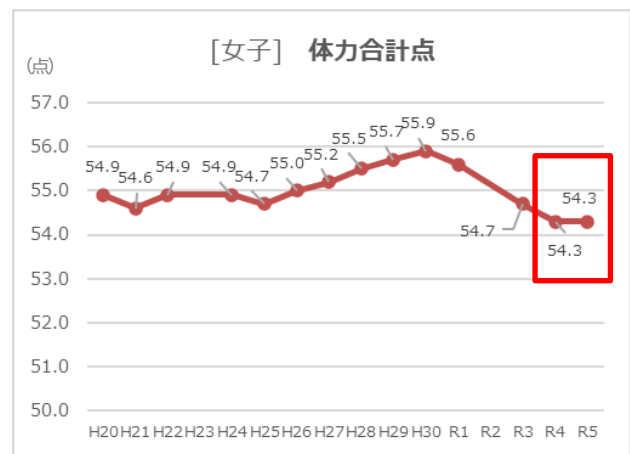
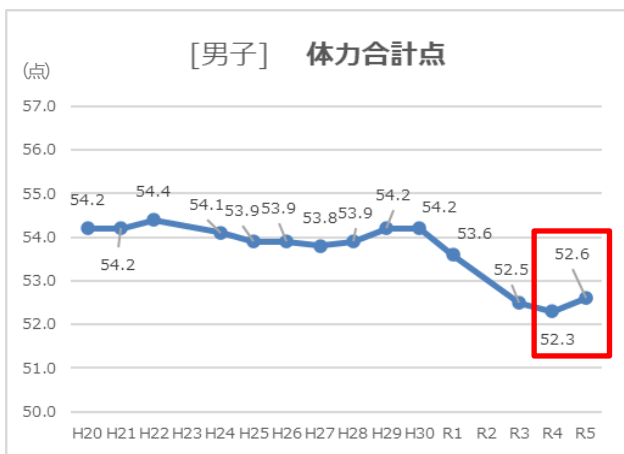
調査結果の概要

1. 児童生徒の体力

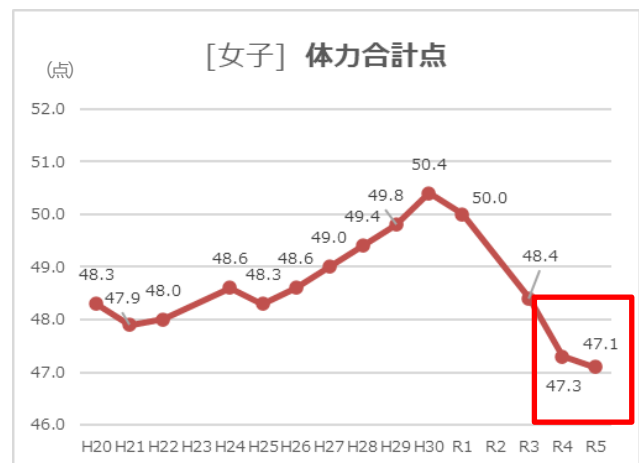
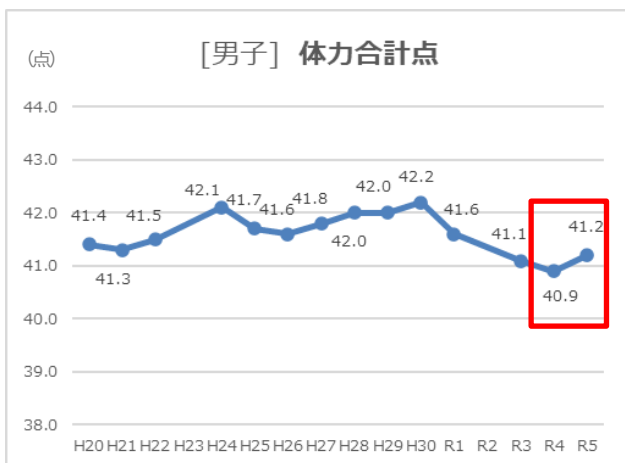
体力合計点の状況

体力合計点については、令和4年度調査との比較では回復基調であるが、コロナ以前の水準には至っていない。

(小学校)



(中学校)



(令和4年度・令和元年度との比較)

- ・体力合計点については、令和4年度との比較では回復傾向がみられるが、令和元年度（コロナ前の調査）の水準には至っていない。
- ・令和4年度と比較すると、小・中学校ともに回復の度合いに男女間で差がある。

令和4年度との比較									
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子	
体力合計点(点)		+0.3	↗	±0	→	+0.3	↗	-0.2	↘
各実技 テスト 種目	握力(kg)	-0.1	↘	-0.1	↘	±0	→	-0.1	↘
	上体起こし(回)	+0.1	↗	+0.1	↗	+0.1	↗	-0.1	↘
	長座体前屈(cm)	+0.2	↗	+0.3	↗	+0.2	↗	+0.2	↗
	反復横とび(点)	+0.2	↗	±0	→	+0.2	↗	-0.1	↘
	20mシャトルラン(回)	+1.0	↗	-0.2	↘	+0.1	↗	-0.8	↘
	持久走(秒)					-1.0	↗	+3.0	↘
	50m走(秒)	-0.05	↗	+0.01	↘	-0.05	↗	-0.02	↗
	立ち幅とび(cm)	+0.3	↗	-0.3	↘	+0.2	↗	-0.7	↘
	ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)	+0.2	↗	±0	→	+0.1	↗	±0	→

令和元年度との比較									
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子	
体力合計点(点)		-1.0	↘	-1.3	↘	-0.4	↘	-2.9	↘
各実技 テスト 種目	握力(kg)	-0.3	↘	-0.1	↘	+0.4	↗	-0.6	↘
	上体起こし(回)	-0.8	↘	-0.9	↘	-1.2	↘	-2.1	↘
	長座体前屈(cm)	+0.8	↗	+0.9	↗	+0.6	↗	±0	→
	反復横とび(点)	-1.1	↘	-1.4	↘	-0.7	↘	-1.6	↘
	20mシャトルラン(回)	-3.4	↘	-4.0	↘	-5.3	↘	-7.5	↘
	持久走(秒)					+9.9	↘	+16.4	↘
	50m走(秒)	+0.06	↘	+0.08	↘	-0.01	↗	+0.14	↘
	立ち幅とび(cm)	-0.3	↘	-1.4	↘	+2.0	↗	-3.5	↘
	ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)	-1.1	↘	-0.4	↘	-0.1	↘	-0.5	↘

※持久走は中学生のみ。持久走と20mシャトルランのいずれかを選択して実施。

2. 運動習慣・生活習慣・運動意識の状況

(令和4年度・令和元年度との比較)

- ・ 体育の授業以外の運動時間は、減少傾向が続いている。
- ・ 運動意識については、小・中学校男子はコロナ以前より高まっているが、小・中学校女子は戻っていない。
- ・ 肥満の割合、睡眠時間は、令和4年度に比べ顕著な回復傾向がみられる。コロナ以前の水準には至っていないが、中学校男子の睡眠時間はコロナ以前を上回った。
- ・ スクリーンタイムは、コロナ以前から引き続き増加が続いている。

令和4年度との比較											
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子			
運動習慣	総運動時間420分以上(%)	-0.1	↘	-1.9	↘	-1.9	↘	-1.8	↘		
	運動意識	「運動やスポーツをすることが好き」(%)		+2.3	↗	-0.4	↘	+1.3	↗	-1.1	↘
		「体育が楽しい」(%)		+1.3	↗	-0.3	↘	-3.6	↘	-3.4	↘
生活習慣	肥満(%)	-0.8	↘	-0.1	↘	-0.9	↘	-0.5	↘		
	朝食を「毎日食べる」(%)	-1.5	↘	-1.7	↘	-0.1	↘	-0.6	↘		
	睡眠時間「8時間以上」(%)	+0.9	↗	+0.8	↗	+1.4	↗	+1.4	↗		
	スクリーンタイム「4時間以上」(%)	+0.9	↗	+1.6	↗	+0.8	↗	+1.6	↗		

令和元年度との比較											
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子			
運動習慣	総運動時間420分以上(%)	-1.4	↘	-2.7	↘	-5.9	↘	-4.5	↘		
	運動意識	「運動やスポーツをすることが好き」(%)		+0.9	↗	-1.0	↘	+0.5	↗	-3.8	↘
		「体育が楽しい」(%)		+0.9	↗	-1.1	↘	+0.8	↗	-2.2	↘
生活習慣	肥満(%)	+2.6	↗	+1.6	↗	+1.9	↗	+0.4	↗		
	朝食を「毎日食べる」(%)	-1.4	↘	-2.9	↘	-1.6	↘	-5.3	↘		
	睡眠時間「8時間以上」(%)	-0.4	↘	-2.5	↘	+0.8	↗	-1.0	↘		
	スクリーンタイム「4時間以上」(%)	+3.3	↗	+6.9	↗	+9.0	↗	+9.3	↗		

3. 学校における体力向上の取組状況

※令和4年度の学校の取組状況

体育の授業以外で体力向上の取組を全ての児童生徒に対して実施した学校の割合は、小学校では増加したものの、中学校については減少している。

令和3年度との比較				
	小学校		中学校	
	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(%)	+2.0	↗	-3.1

平成30年度との比較※				
	小学校		中学校	
	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(%)	-5.2	↘	-12.8

※令和2年度は調査を中止しているため、令和元年度の学校の取組状況は把握していない。

4. 幼児の運動促進のための取組状況 ※令和5年度の取組状況

幼児の運動促進のための取組をしている（予定を含む）自治体の割合は、都道府県、政令指定都市で増加し、市区町村は横ばいであった。また、市区町村の取組状況については、コロナ以前の水準まで至っていない。

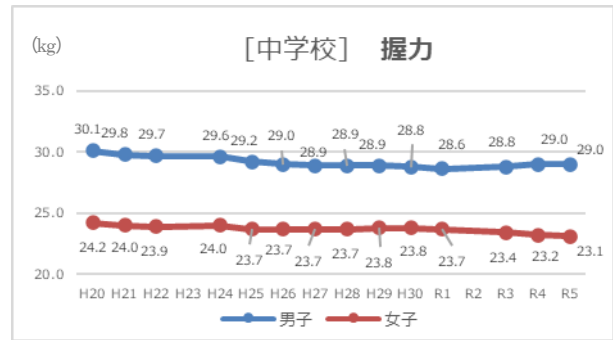
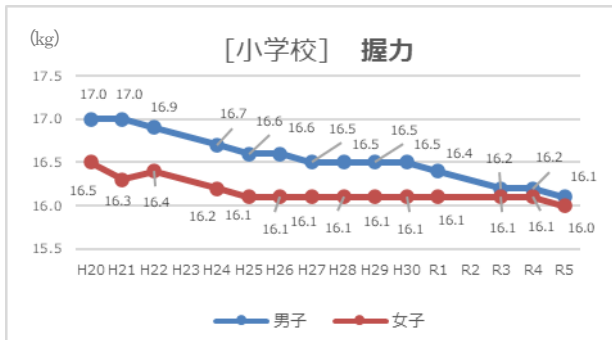
令和4年度との比較						
	都道府県		政令指定都市		市区町村	
	幼児の運動促進のための取組を実施している。または、実施する予定である(%)	+4.3	↗	+5.0	↗	±0

令和元年度との比較						
	都道府県		政令指定都市		市区町村	
	幼児の運動促進のための取組を実施している。または、実施する予定である(%)	-0.1	↘	+5.0	↗	-2.8

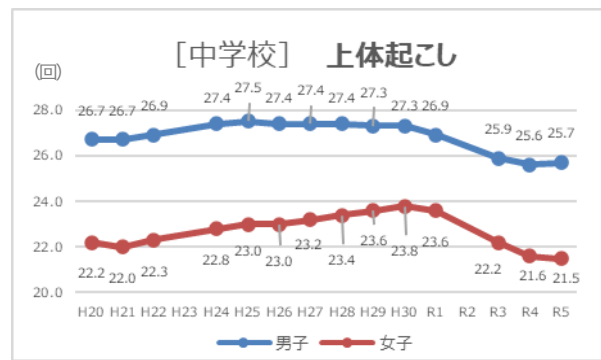
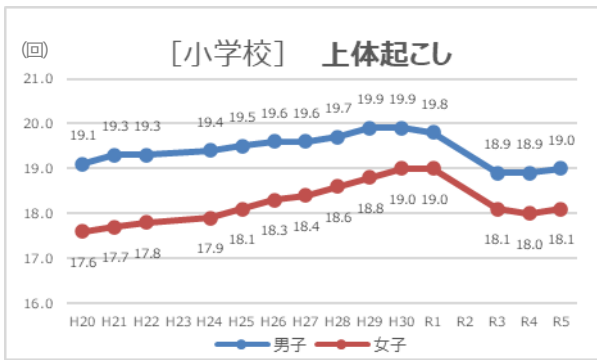
1. 児童生徒の体力

各実技テスト種目の状況

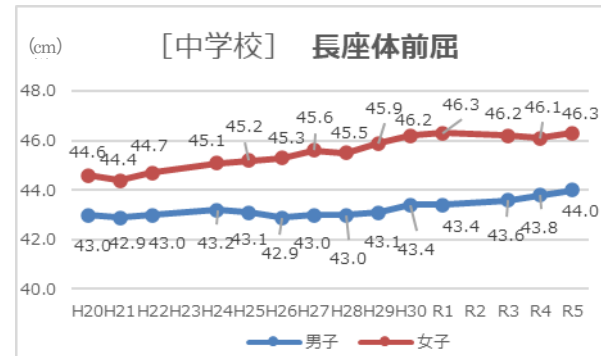
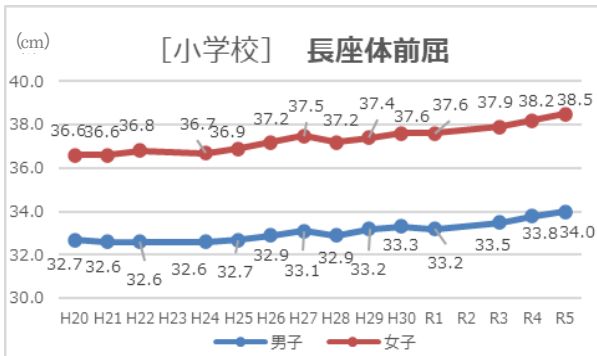
【握力】



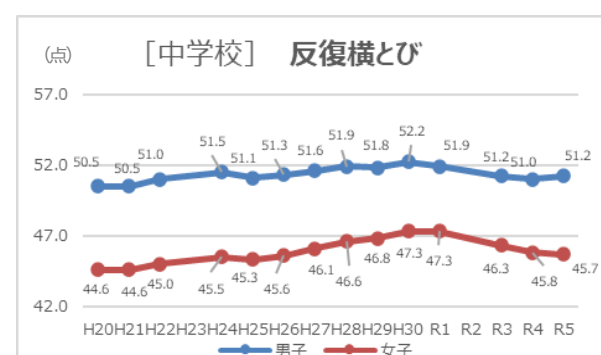
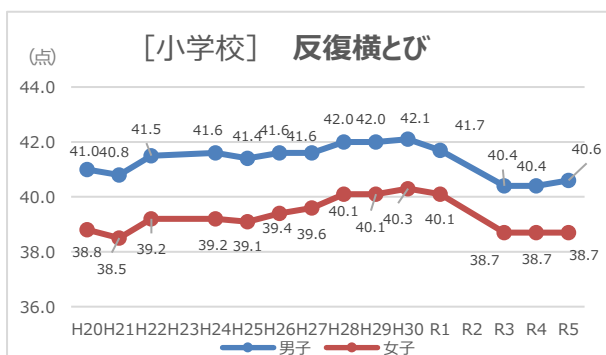
【上体起こし】



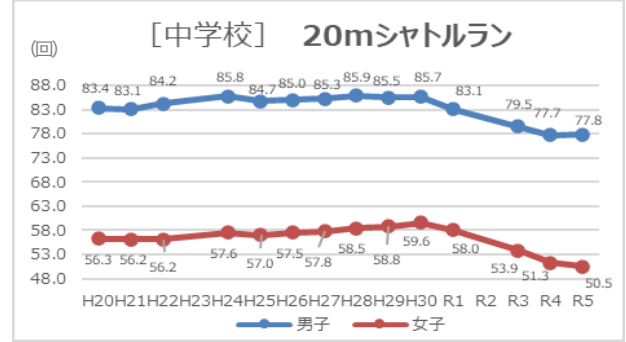
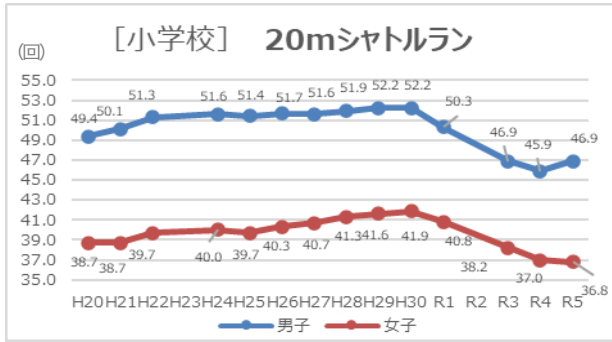
【長座体前屈】



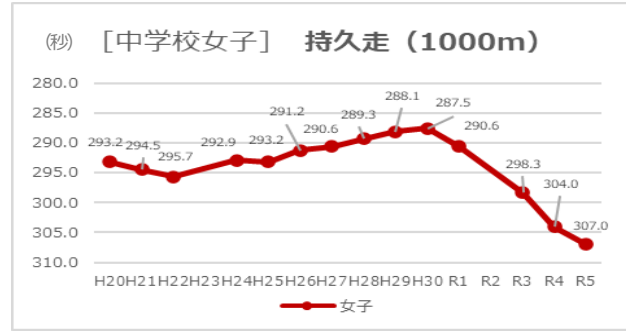
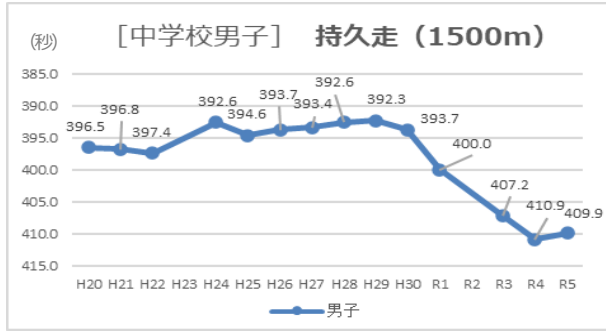
【反復横とび】



[20m シャトルラン]

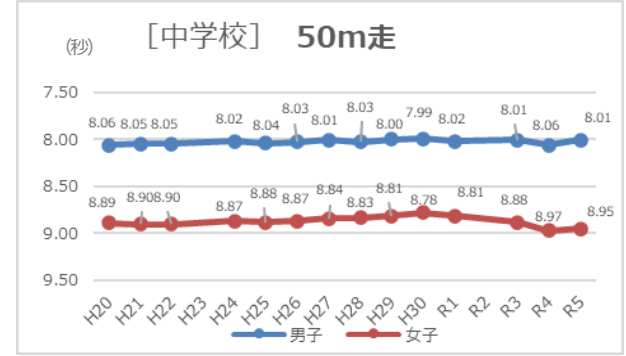
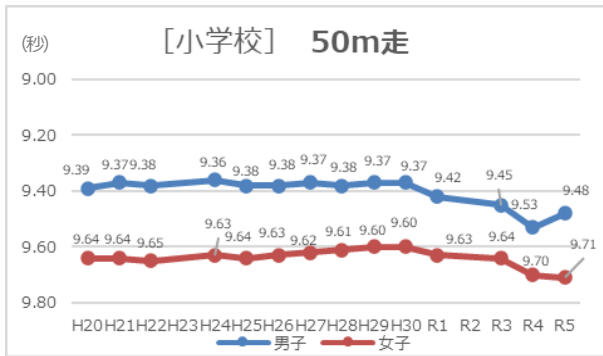


[持久走]

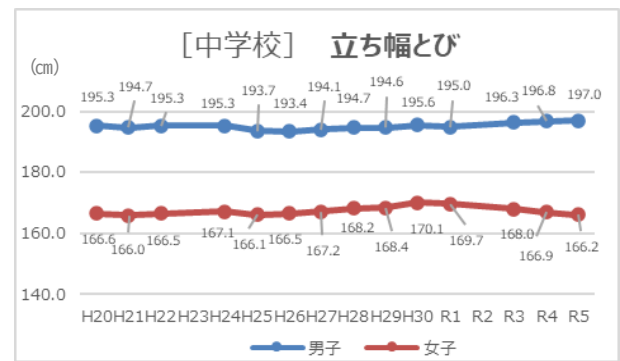
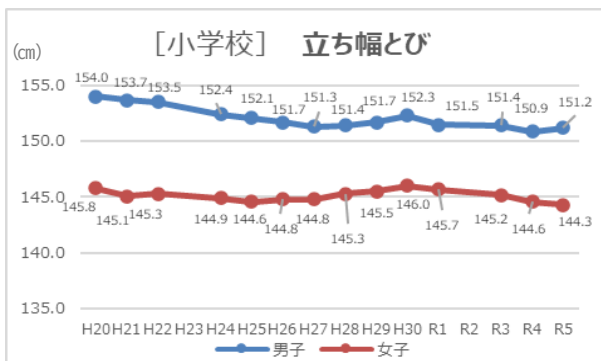


※持久走は、中学校のみの調査項目であり、持久走と20mシャトルランのいずれかを学校が選択して実施(持久走の選択率は、男女ともに全生徒の約3割)

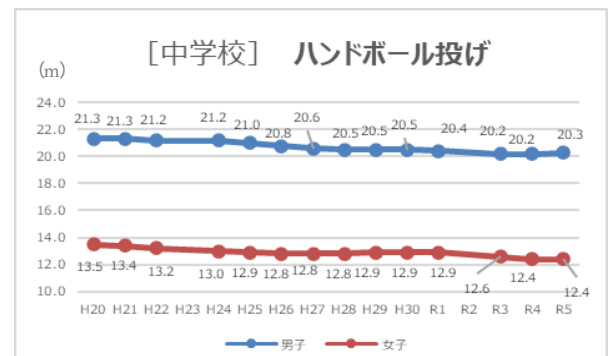
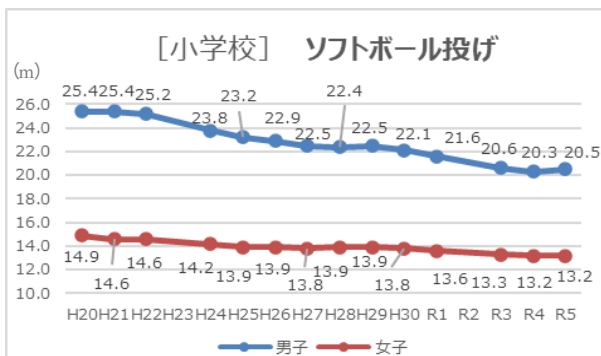
[50m 走]



[立ち幅とび]



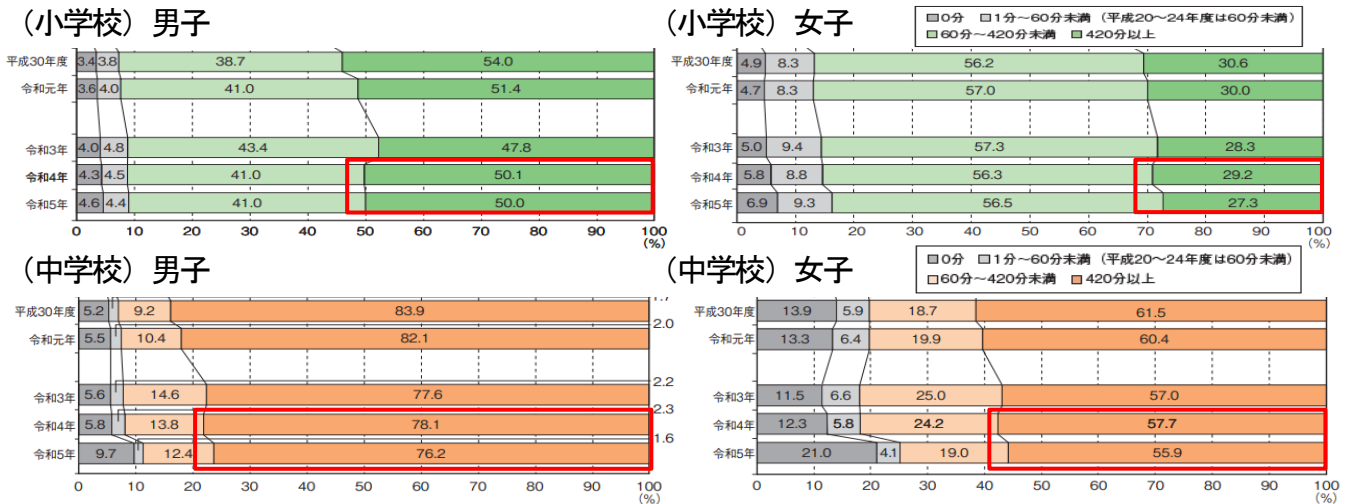
[ソフトボール投げ・ハンドボール投げ]



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・中学校男女ともに、令和4年度よりも低下した。



【運動時間別の体力合計点】

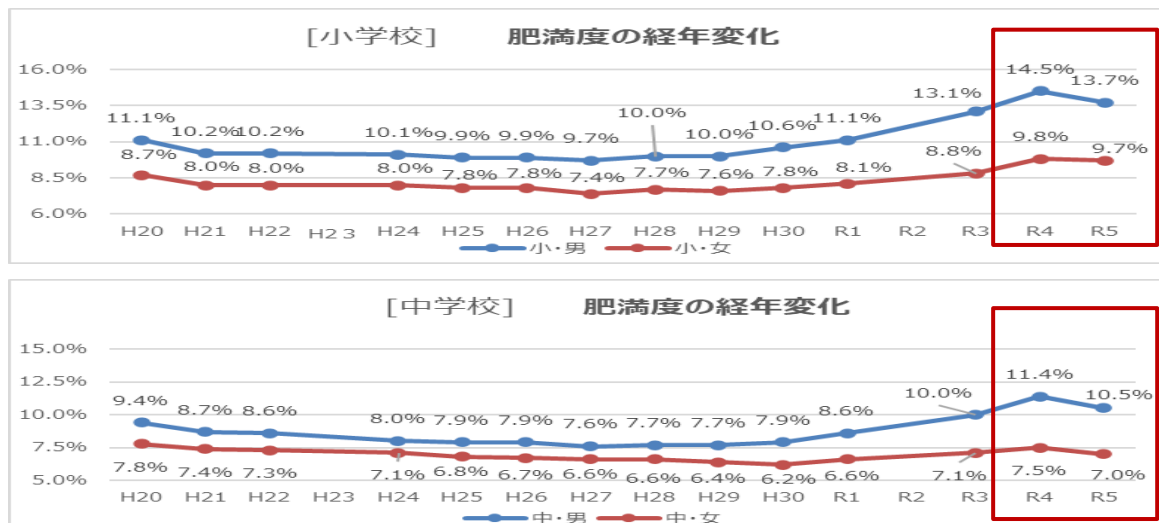
1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒は、それ以外の児童生徒と比べ体力合計点が高い。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
0分以上60分未満	43.4点	48.8点	31.3点	38.8点
60分以上420分未満	49.3点	53.3点	35.8点	43.4点
420分以上	56.8点	59.2点	43.6点	52.3点
全国平均	52.6点	54.3点	41.2点	47.1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



【体格別の体力合計点】

肥満である児童生徒は、その他の児童生徒と比較し、体力合計点が低い。

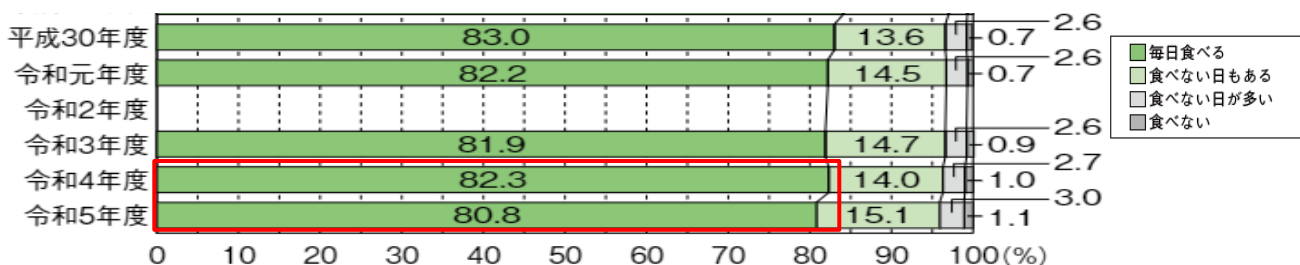
	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
痩身	52.4	53.2	35.6	43.9
普通	53.6	54.8	42.2	47.7
肥満	46.7	49.9	35.1	42.0
全国平均	52.6	54.3	41.2	47.1

(3) 朝食、睡眠、学習以外のスクリーンタイム※の状況

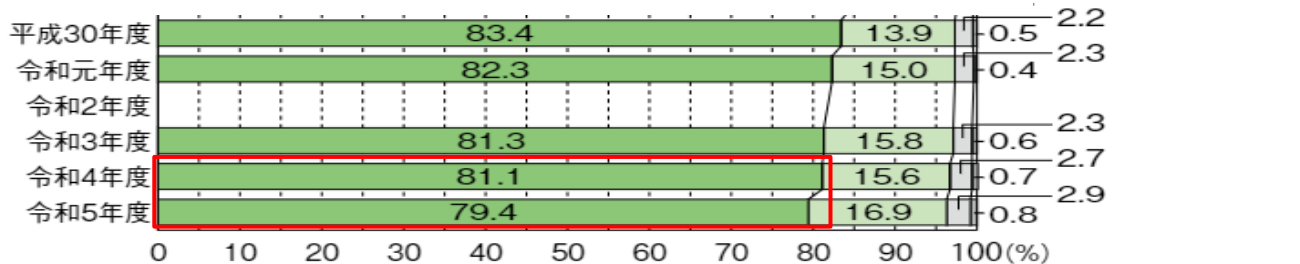
※スクリーンタイム…平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間

朝食を「毎日食べる」割合は、小・中学校男女ともに低下した。

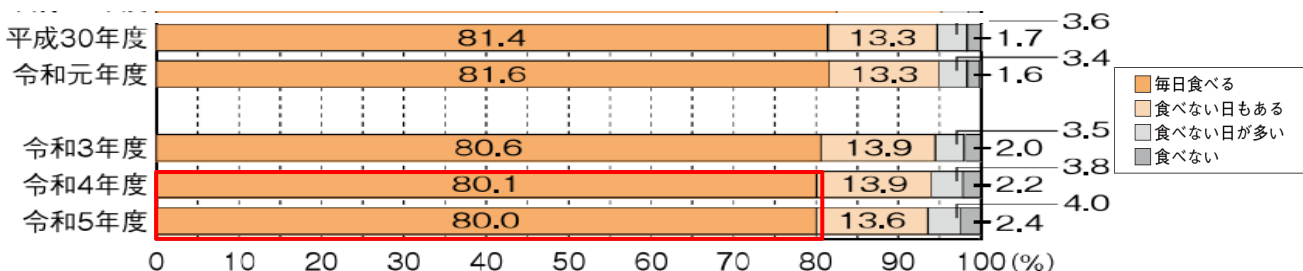
(小学校男子)



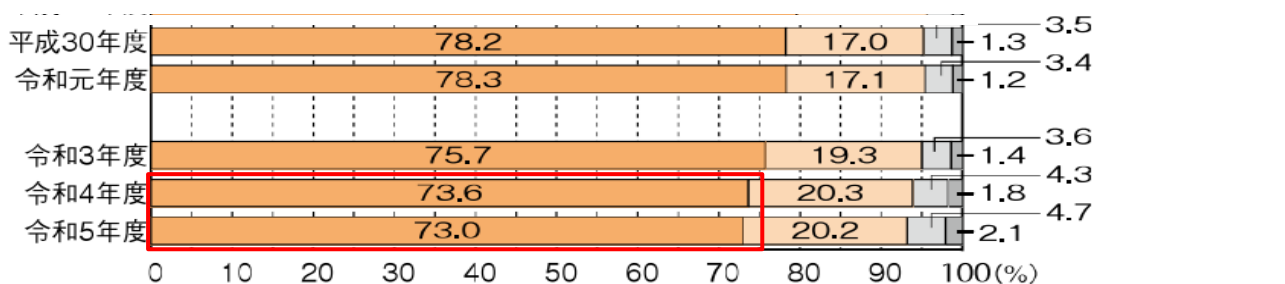
(小学校女子)



(中学校男子)

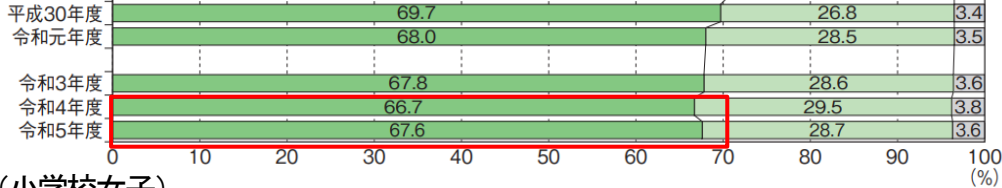


(中学校女子)



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。

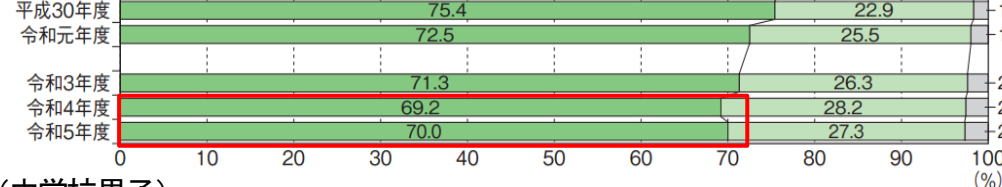
(小学校男子)



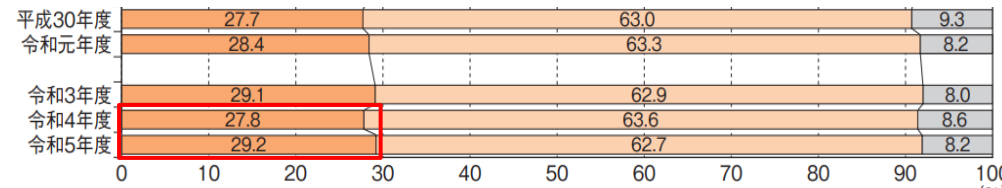
■ 8時間以上*1
 ■ 6時間以上8時間未満*2
 ■ 6時間未満

平成29年度以降は
 *1 「10時間以上」と
 「9時間以上10時間未満」と
 「8時間以上9時間未満」
 *2 「7時間以上8時間未満」と
 「6時間以上7時間未満」

(小学校女子)



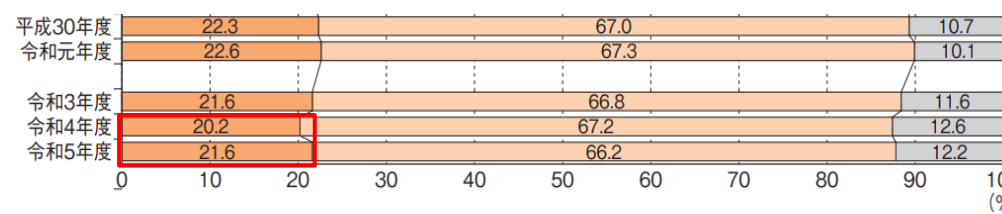
(中学校男子)



■ 8時間以上*1
 ■ 6時間以上8時間未満*2
 ■ 6時間未満

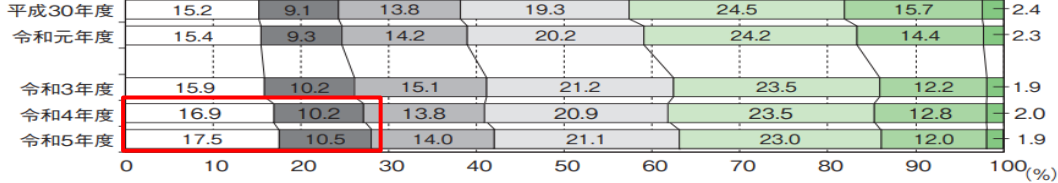
平成29年度以降は
 *1 「10時間以上」と
 「9時間以上10時間未満」と
 「8時間以上9時間未満」
 *2 「7時間以上8時間未満」と
 「6時間以上7時間未満」

(中学校女子)



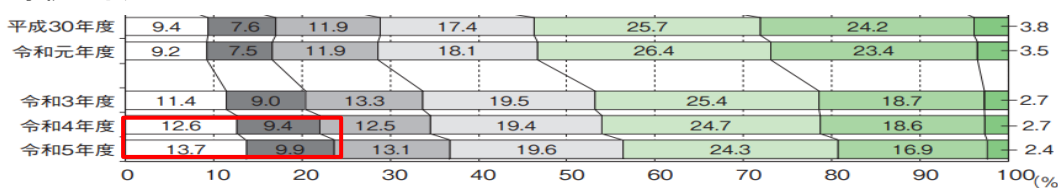
学習以外のスクリーンタイムが「4時間以上」の割合は、小・中学校男女ともに増加した。

(小学校男子)

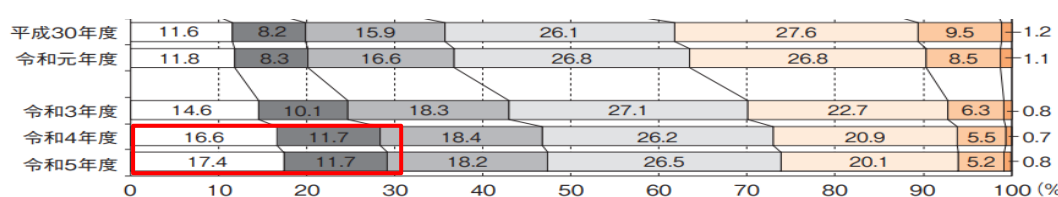


□ 5時間以上*1
 ■ 4時間以上5時間未満
 □ 3時間以上4時間未満*2
 □ 2時間以上3時間未満
 □ 1時間以上2時間未満*3
 □ 1時間未満*4
 ■ 全く見ない*5

(小学校女子)

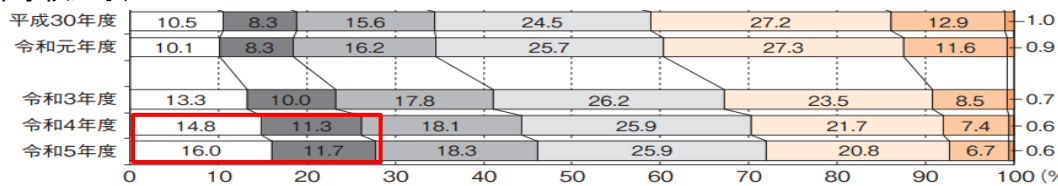


(中学校男子)



□ 5時間以上*1
 ■ 4時間以上5時間未満
 □ 3時間以上4時間未満*2
 □ 2時間以上3時間未満
 □ 1時間以上2時間未満*3
 □ 1時間未満*4
 ■ 全く見ない*5

(中学校女子)

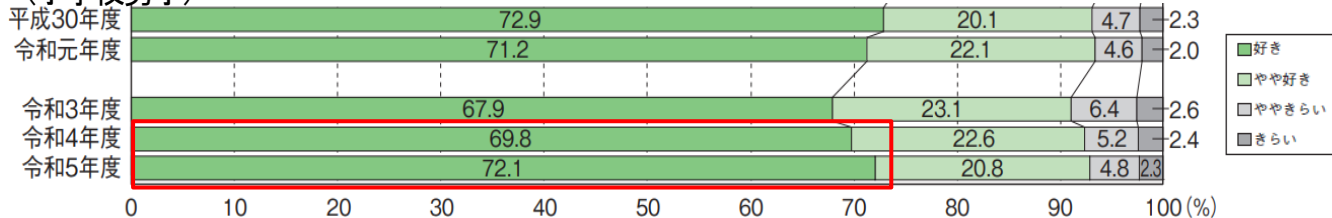


(4) 運動やスポーツに対する意識

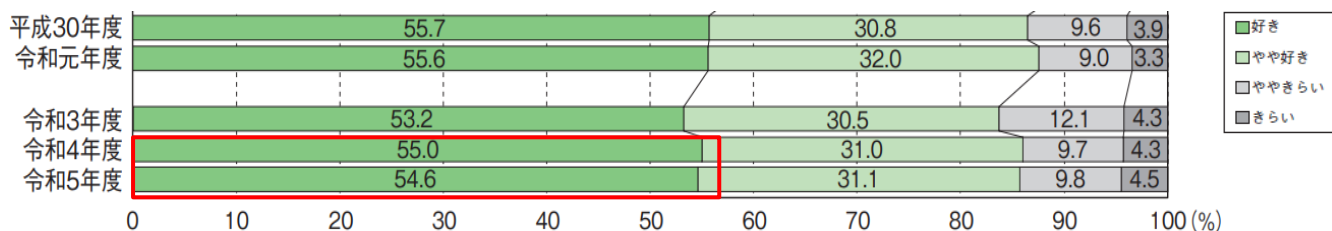
「運動が好き」と答えた児童生徒は令和4年度との比較で男子は増加し、女子は低下している。
 「体育が楽しい」と答えた児童生徒は、小学校では男子は過去最高、女子は令和4年度より低下、中学校では男女とも令和4年度より低下した。

「運動やスポーツをすることが好き」と答えた児童生徒の割合

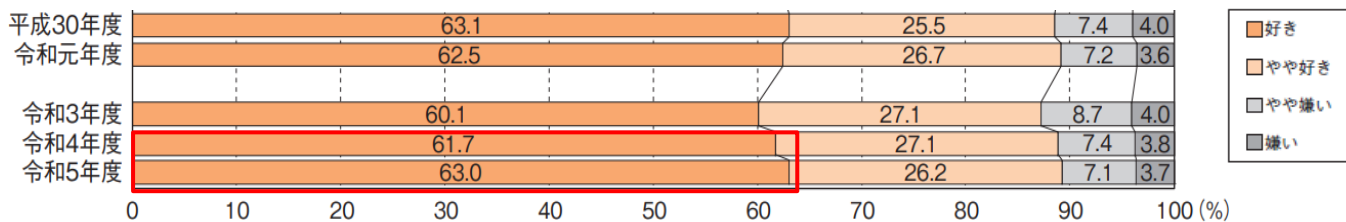
(小学校男子)



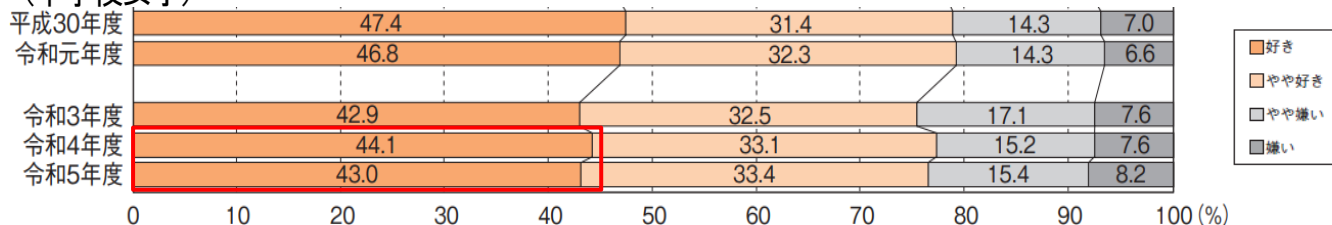
(小学校女子)



(中学校男子)

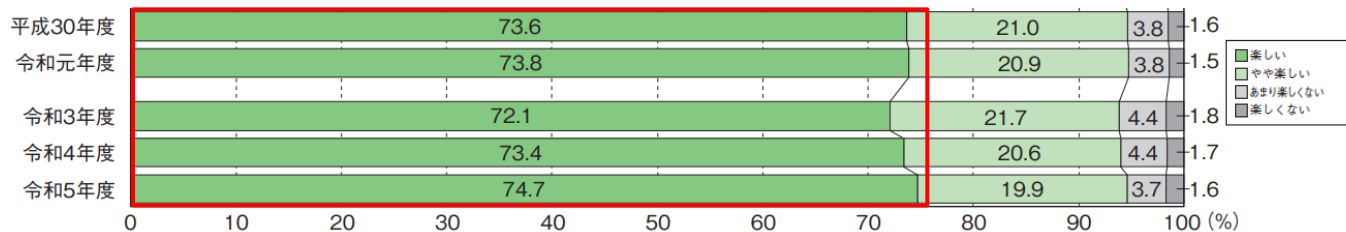


(中学校女子)

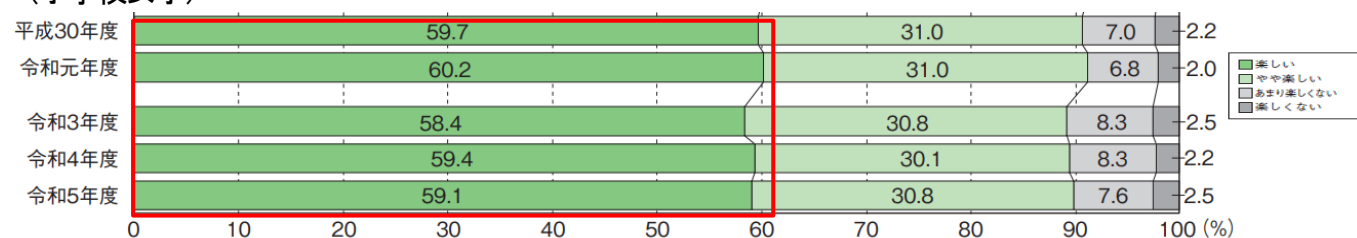


「体育の授業が楽しいと思う」と答えた児童生徒の割合

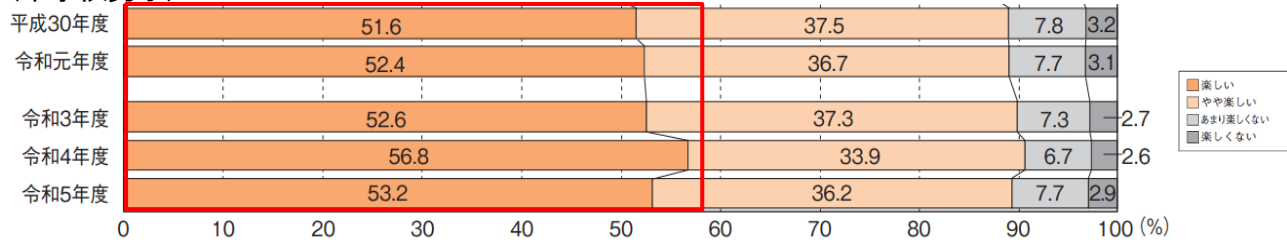
(小学校男子)



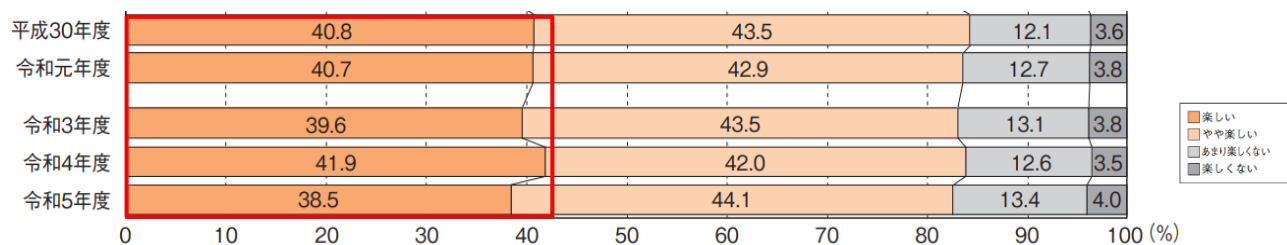
(小学校女子)



(中学校男子)

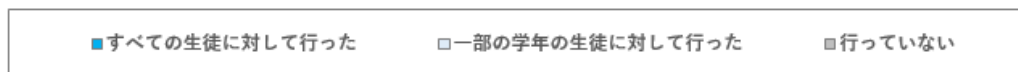


(中学校女子)

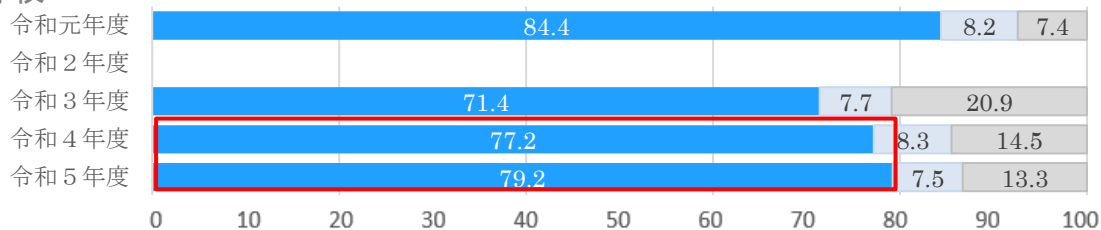


3. 学校における体力向上の取組状況

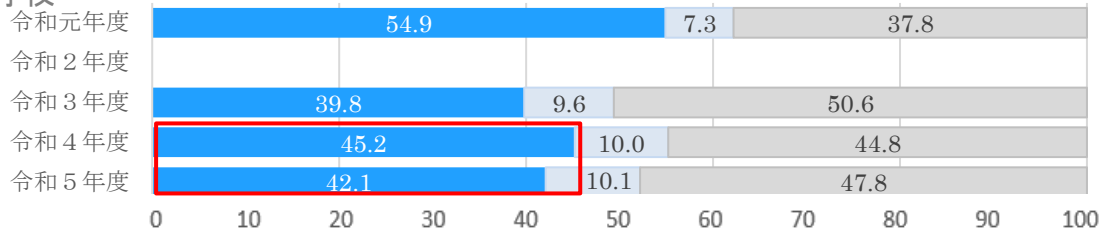
「体育の授業以外で体力向上の取組を全ての学年で行った」と回答した学校の割合



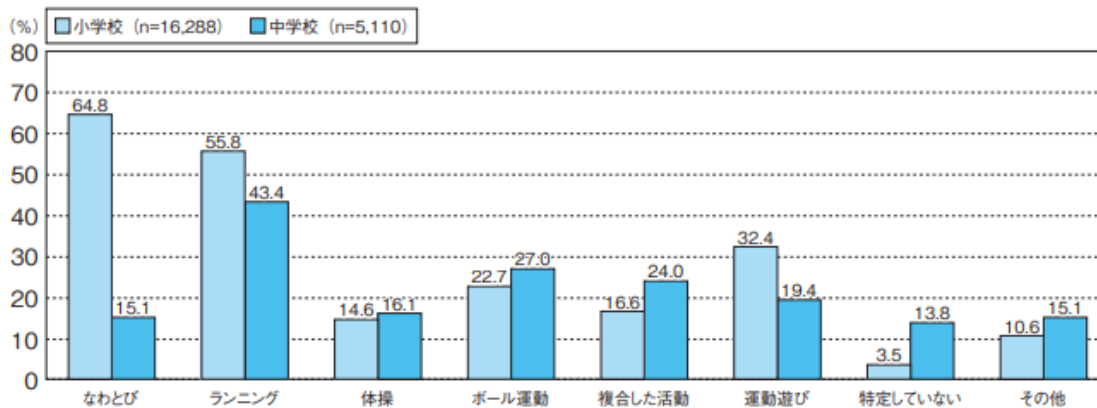
小学校



中学校

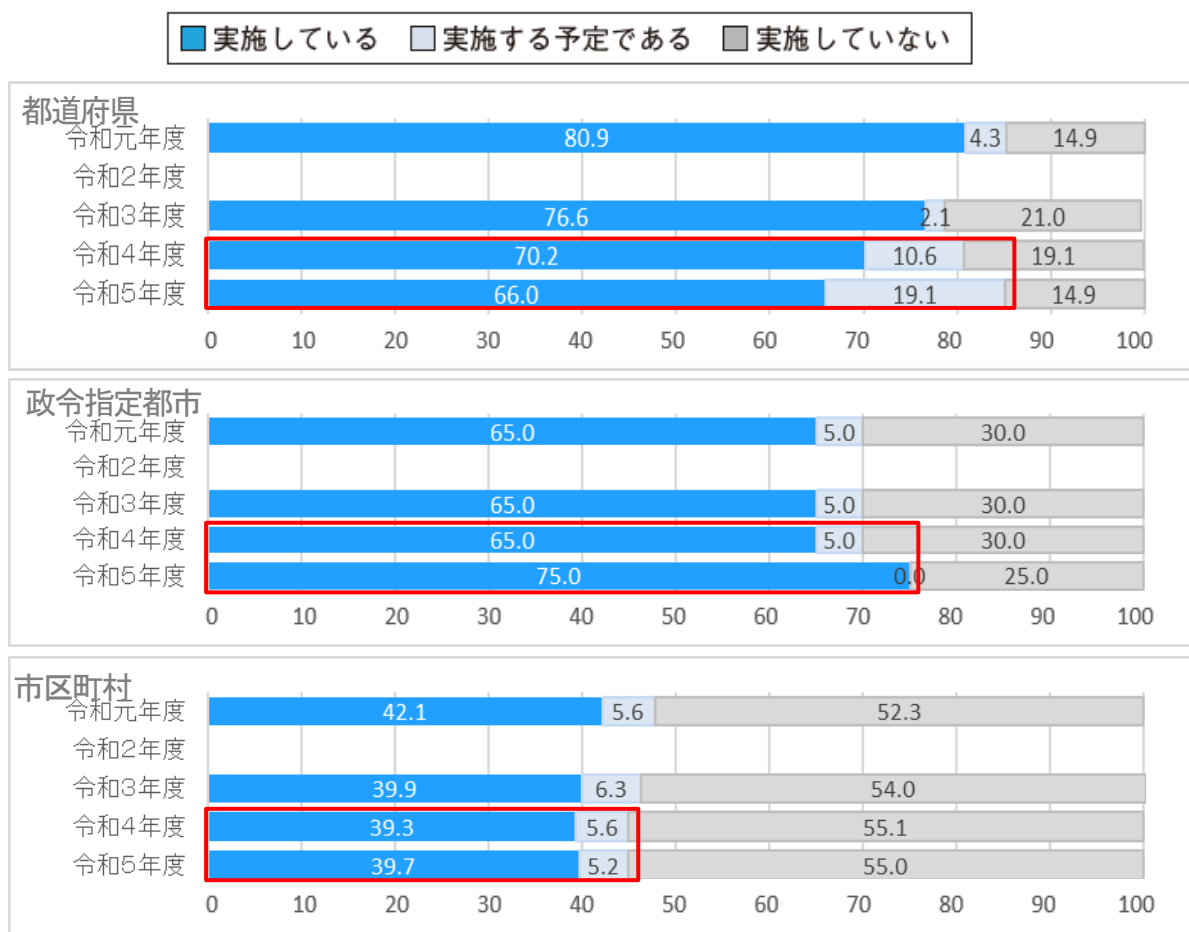


【参考：どのような活動を行いましたか(複数回答可)】に対する回答】



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



【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】

