

令和6年度 東京都児童・生徒 体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果報告

調査の概要

(1) 調査目的

児童・生徒の体力が低下している状況に鑑み、東京都の児童・生徒の体力・運動能力及び生活・運動習慣等の実態を把握・分析することにより、児童・生徒の体力・運動能力等の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、これらの取組を通じて、学校における児童・生徒の体力・運動能力等の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。

(2) 調査時期 令和6年5月から6月まで

(3) 調査対象

都内公立学校 全児童・生徒

(4) 調査内容

①児童・生徒に関する調査

ア 体力・運動能力調査（文部科学省指定 新体力テスト実技8種目）

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

イ 生活・運動習慣等の実態に関する調査

②学校に対する質問紙調査

令和7年1月14日
江戸川区教育委員会

1 体力・運動能力調査結果(平均値)…前回(令和5年度)との比較

		R5を上回っている種目						R5と同程度(差が-0.1未満)の種目				
男 子			小学校						中学校			
			1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	
	身長(cm)	R6	117.0	122.7	129.0	134.6	139.8	146.6	154.3	161.5	166.5	
		R5	116.9	123.3	129.1	134.3	140.0	146.3	154.4	161.4	166.6	
	体重(kg)	R6	21.5	24.2	27.9	31.5	35.3	40.3	46.0	51.2	55.9	
		R5	21.2	24.1	27.1	30.6	34.4	39.5	45.0	49.0	54.3	
	握力(kg)	R6	8.9	10.6	12.5	14.5	16.5	19.8	24.3	29.3	33.6	
		R5	8.8	10.6	12.5	14.3	16.6	19.3	23.5	28.7	33.4	
	上体起こし(回)	R6	11.5	14.1	16.5	18.2	19.5	21.6	23.8	26.3	28.7	
		R5	11.1	13.7	15.8	17.7	19.2	21.3	22.9	26.0	28.0	
	長座体前屈(cm)	R6	26.9	27.9	29.8	31.4	34.2	36.4	40.0	43.1	46.1	
		R5	26.0	27.6	29.5	31.6	34.2	36.2	38.3	42.1	46.0	
	反復横とび(点)	R6	26.5	29.7	33.4	37.1	40.5	43.9	48.6	51.9	54.3	
		R5	26.5	30.1	33.8	37.4	41.2	44.4	48.3	51.9	54.8	
	選 択 種 目	持久走(秒)	R6						453.4	435.3	411.6	
			R5							445.9	405.1	393.1
		20mシャトルラン(回)	R6	17.1	25.5	33.1	40.5	45.9	53.6	66.0	75.9	83.9
			R5	16.4	25.5	32.8	40.1	46.2	53.0	62.7	78.5	86.7
	50m走(秒)	R6	11.9	11.0	10.4	9.9	9.5	9.1	8.7	8.1	7.8	
R5		11.6	10.6	10.1	9.7	9.4	8.9	8.6	7.9	7.6		
立ち幅とび(cm)	R6	114.1	123.7	133.8	142.9	152.3	164.5	182.3	196.3	207.9		
	R5	114.6	124.7	135.1	143.0	153.6	164.2	178.4	197.1	209.9		
ハンド(ソフト)ボール投げ(m)	R6	7.8	11.0	14.4	17.1	20.2	24.0	17.9	20.6	22.9		
	R5	7.4	10.6	13.3	16.4	19.7	22.9	17.4	20.3	22.7		
体力合計点(点)	R6	29.5	36.1	42.1	47.4	52.6	58.5	33.7	41.2	47.0		
	R5	29.2	36.5	42.4	47.9	53.2	58.9	32.1	40.5	47.4		

		小学校						中学校				
		1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年		
女子	身長(cm)	R6	115.8	121.8	127.9	134.3	141.3	147.8	152.7	155.3	156.7	
		R5	116.1	122.2	128.1	134.4	141.4	147.9	153.0	155.3	156.8	
	体重(kg)	R6	21.0	23.5	26.9	30.6	35.5	40.1	44.7	48.2	49.3	
		R5	20.8	23.5	26.5	30.1	34.7	39.8	44.6	47.0	49.2	
	握力(kg)	R6	8.3	10.0	11.7	13.9	16.3	19.1	21.3	23.0	24.0	
		R5	8.2	10.0	11.7	13.7	16.3	19.0	21.0	22.6	24.1	
	上体起こし(回)	R6	10.8	13.4	15.5	17.2	18.7	20.0	20.5	21.9	23.3	
		R5	10.8	13.1	15.1	17.0	18.5	19.5	20.1	22.2	23.2	
	長座体前屈(cm)	R6	29.2	31.0	33.6	35.7	39.2	41.5	43.0	45.8	46.9	
		R5	28.0	30.6	33.1	35.8	38.4	41.2	42.5	45.0	46.9	
	反復横とび(点)	R6	25.2	28.5	31.2	35.0	38.5	40.9	44.1	45.6	46.0	
		R5	25.5	28.9	31.6	35.5	39.0	41.8	44.7	45.9	46.7	
	選択種目	持久走(秒)	R6						341.6	319.7	328.3	
			R5						322.3	304.7	311.1	
		20mシャトルラン(回)	R6	14.0	19.6	24.1	30.1	34.9	40.3	45.3	49.5	50.5
			R5	13.3	19.1	24.1	29.8	36.2	39.3	44.5	50.0	50.0
	50m走(秒)	R6	12.3	11.3	10.6	10.2	9.8	9.4	9.4	9.2	9.0	
		R5	11.9	11.0	10.5	10.0	9.6	9.3	9.2	8.9	8.8	
立ち幅とび(cm)	R6	106.2	115.6	125.6	134.4	144.6	153.3	161.2	162.4	165.0		
	R5	106.3	116.1	125.3	135.3	146.0	153.1	159.8	165.5	167.6		
ハンド(ソフト)ボール投げ(m)	R6	5.4	7.1	8.9	10.8	12.5	14.2	10.8	11.9	13.1		
	R5	5.2	6.9	8.5	10.3	12.1	13.7	10.4	12.1	12.9		
体力合計点(点)	R6	29.0	36.3	42.3	48.1	54.0	59.2	41.7	46.0	48.7		
	R5	29.0	36.4	42.4	48.6	54.5	59.1	41.3	46.4	48.8		

身長、体重及び体力合計点を含む全204項目のうち、108項目(52.9%)が令和5年度を上回っており、13項目(6.4%)が令和5年度と同程度である。令和5年度と同程度もしくは上回っている項目を合わせると、121項目(59.3%)である。

学年、性別ごとに比較すると、小学校6年生男女、中学校1年生男女が多くの項目で令和5年度を上回っている。また、体力合計点で昨年度を上回っているのは、小学校1年生男女、小学校6年生女子、中学校1年生男女、中学校2年生男子である。一方、小学校5年生男子、中学校2年生女子は、令和5年度を上回っている種目が少ない。

種目ごとに比較すると、記録が令和5年度を上回った種目と下回った種目が顕著に示されている。「握力」、「上体起こし」、「長座体前屈」、「ハンド(ソフト)ボール投げ」は、令和5年度に比べて多くの学年で上回っている。一方「反復横とび」、「50m走」、「立ち幅とび」が多くの学年で令和5年度に比べて下回っている。課題として、すばやさやタイミングの良さ、力強さの運動特性を向上させる必要がある。

2 体力・運動能力調査結果(平均値)…東京都全体との比較

		都を上回っている種目						都と同程度(差が-0.1未満)の種目				
男 子			小学校						中学校			
			1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	
	身長(cm)	区	117.0	122.7	129.0	134.6	139.8	146.6	154.3	161.5	166.5	
		都	116.8	123.3	129.1	134.3	140.2	146.4	154.1	161.7	166.6	
	体重(kg)	区	21.5	24.2	27.9	31.5	35.3	40.3	46.0	51.2	55.9	
		都	21.5	24.5	27.8	31.2	35.7	39.7	45.7	50.8	55.6	
	握力(kg)	区	8.9	10.6	12.5	14.5	16.5	19.8	24.3	29.3	33.6	
		都	8.8	10.6	12.5	14.2	16.4	19.4	23.8	29.4	33.6	
	上体起こし(回)	区	11.5	14.1	16.5	18.2	19.5	21.6	23.8	26.3	28.7	
		都	11.4	14.1	16.3	18.2	19.6	21.3	23.3	25.7	27.7	
	長座体前屈(cm)	区	26.9	27.9	29.8	31.4	34.2	36.4	40.0	43.1	46.1	
		都	26.8	28.3	30.6	32.2	34.6	36.6	40.3	43.0	47.0	
	反復横とび(点)	区	26.5	29.7	33.4	37.1	40.5	43.9	48.6	51.9	54.3	
		都	26.2	30.3	34.0	37.5	40.6	43.9	48.5	51.5	53.8	
	選 択 種 目	持久走(秒)	区						453.4	435.3	411.6	
			都						460.4	423.1	402.2	
		20mシャトルラン(回)	区	17.1	25.5	33.1	40.5	45.9	53.6	66.0	75.9	83.9
			都	17.4	25.9	34.8	41.0	46.7	53.9	63.5	75.5	79.9
	50m走(秒)	区	11.9	11.0	10.4	9.9	9.5	9.1	8.7	8.1	7.8	
		都	11.9	10.9	10.3	9.9	9.6	9.1	8.8	8.1	7.8	
	立ち幅とび(cm)	区	114.1	123.7	133.8	142.9	152.3	164.5	182.3	196.3	207.9	
		都	112.9	123.5	133.7	142.1	150.8	162.5	179.5	198.9	210.7	
	ハンド(ソフト)ボール投げ(m)	区	7.8	11.0	14.4	17.1	20.2	24.0	17.9	20.6	22.9	
		都	7.8	11.1	14.5	17.5	20.4	24.0	17.8	20.6	23.3	
	体力合計点(点)	区	29.5	36.1	42.1	47.4	52.6	58.5	33.7	41.2	47.0	
		都	28.9	36.0	42.1	47.5	52.6	58.2	33.2	40.8	47.3	

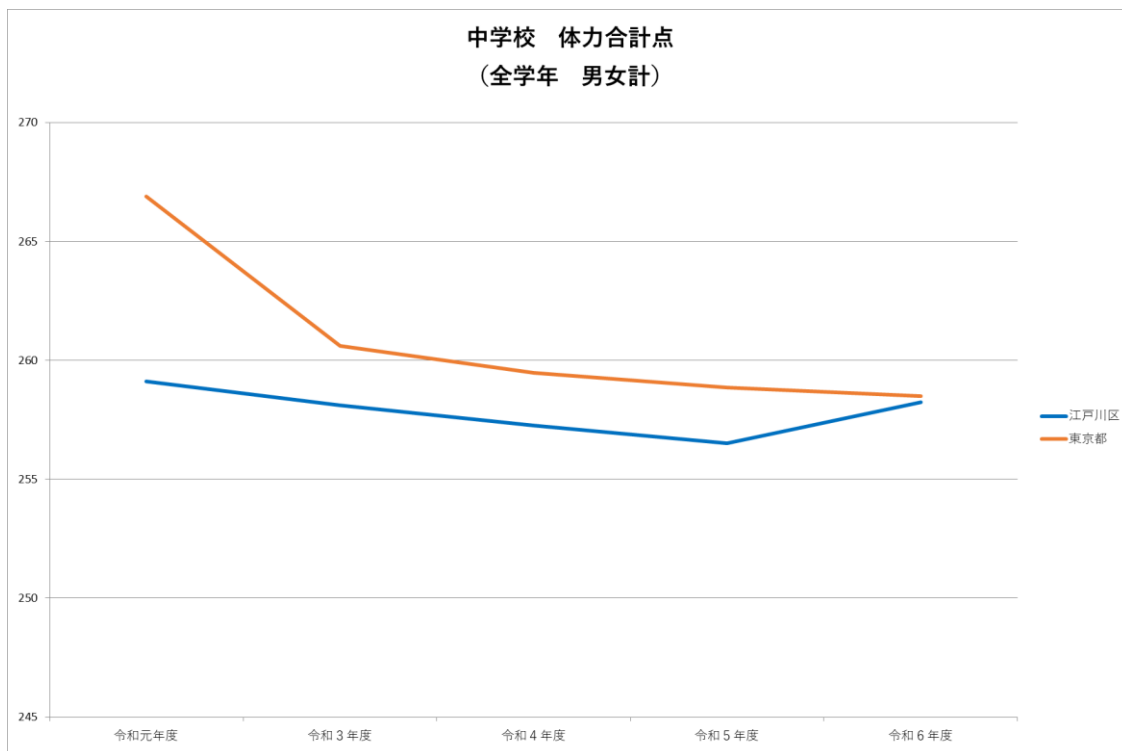
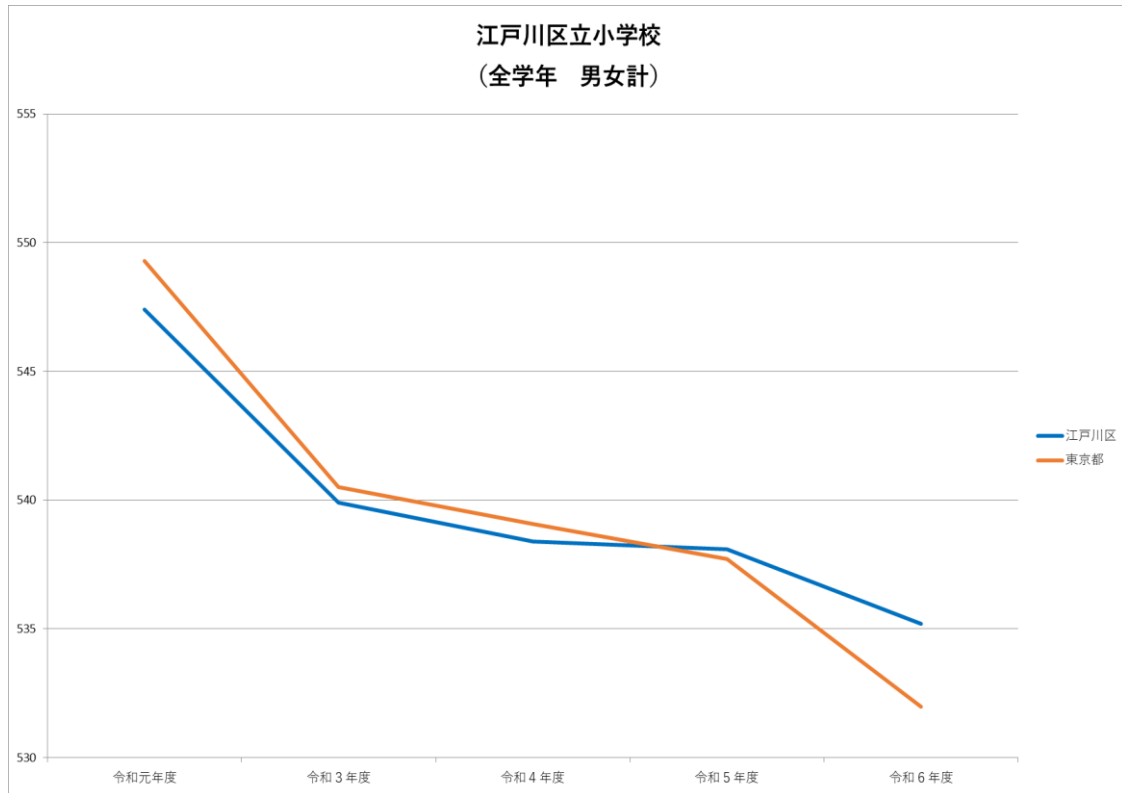
		小学校						中学校				
		1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年		
女子	身長 (cm)	区	115.8	121.8	127.9	134.3	141.3	147.8	152.7	155.3	156.7	
		都	115.8	122.1	127.9	133.9	141.2	147.7	152.8	155.2	157.0	
	体重 (kg)	区	21.0	23.5	26.9	30.6	35.5	40.1	44.7	48.2	49.3	
		都	20.9	23.7	26.9	30.3	35.1	39.8	44.3	47.3	49.5	
	握力 (kg)	区	8.3	10.0	11.7	13.9	16.3	19.1	21.3	23.0	24.0	
		都	8.2	9.8	11.6	13.4	16.1	18.9	21.2	23.3	24.3	
	上体起こし (回)	区	10.8	13.4	15.5	17.2	18.7	20.0	20.5	21.9	23.3	
		都	10.7	13.3	15.4	16.9	18.7	19.9	20.3	21.2	22.4	
	長座体前屈 (cm)	区	29.2	31.0	33.6	35.7	39.2	41.5	43.0	45.8	46.9	
		都	29.1	31.2	33.9	36.2	38.7	41.4	43.6	45.6	46.9	
	反復横とび (点)	区	25.2	28.5	31.2	35.0	38.5	40.9	44.1	45.6	46.0	
		都	25.4	29.1	31.9	35.5	38.8	41.6	44.6	45.8	46.5	
	選択種目	持久走 (秒)	区							341.6	319.7	328.3
			都							331.6	312.8	310.5
		20mシャトルラン (回)	区	14.0	19.6	24.1	30.1	34.9	40.3	45.3	49.5	50.5
			都	14.1	20.4	25.1	29.8	35.9	40.7	43.6	49.5	49.2
	50m走 (秒)	区	12.3	11.3	10.6	10.2	9.8	9.4	9.4	9.2	9.0	
		都	12.2	11.3	10.7	10.3	9.8	9.4	9.3	9.1	8.9	
	立ち幅とび (cm)	区	106.2	115.6	125.6	134.4	144.6	153.3	161.2	162.4	165.0	
		都	104.7	115.6	124.9	133.7	143.9	152.0	162.7	165.6	169.6	
ハンド(ソフト)ボール投げ (m)	区	5.4	7.1	8.9	10.8	12.5	14.2	10.8	11.9	13.1		
	都	5.3	7.0	8.9	10.9	12.9	14.8	11.2	12.2	13.5		
体力合計点 (点)	区	29.0	36.3	42.3	48.1	54.0	59.2	41.7	46.0	48.7		
	都	28.5	35.6	42.0	48.0	53.8	58.8	42.1	46.2	48.9		

身長、体重及び体力合計点を含む全204項目のうち、東京都の平均を上回っている項目が、109項目(53.4%)あり、令和5年度の66項目(32.3%)と比較すると、43項目増加した。

学年、性別ごとに比較すると、体力合計点で東京都の平均を上回っているのは、小学校1・2・3・6年生男女、4・5年生女子、中学校1・2年生男子である。東京都の平均を上回っている種目が多いのは、小学校1・6年生男子、4・5年生女子、中学校1・2年生男子である。

区内の令和5・6年度比較で課題とした「反復横とび」、「50m走」、「立ち幅とび」だが、東京都と比較すると「50m走」、「立ち幅とび」は、東京都の平均を上回るか同程度の結果である。一方、「反復横とび」は、ほとんどの学年で東京都の平均を下回った。

3 体力合計点(平均値)…東京都全体との比較



小学校では、令和5年度と令和6年度を比較すると、3.0ポイント減少しているが、令和6年度の東京都と比較すると、3.1ポイント上回っている。東京都を上回っているとはいえ、体力合計点が減少していることが課題である。

中学校では、令和5年度と令和6年度を比較すると、1.7ポイント上昇しているが、令和6年度の東京都と比較すると、0.3ポイント下回っている。