

# 子どもの体力が3年連続低下 スポーツ庁「令和4年度体力・運動能力、運動習慣等調査」①

2023年01月12日 元気・健康 子ども・部活動 行政機関 調査・統計



スポーツ庁はこのほど、「令和4年度体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を公表した。小学生・中学生の男子・女子ともに、令和元年度から3年連続で、体力合計点が低下したことが明らかになった。とくに持久走のタイムの低下が著しく、また、運動をしていない子どもの割合の増加も認められたという。さらに、肥満に該当する子どもの割合の増加も確認された。

同調査は国公立の小学校5年生および中学校2年生を対象とした悉皆調査で、対象者数は小学生約99万人、中学生約91万人。 主な内容を3回に分けて紹介する。1回目は、児童・生徒の体力について

スポーツ庁「令和4年度体力・運動能力、運動習慣等調査」

- ①子どもの体力が3年連続低下
- ②中学女子以外は肥満の割合が過去最高
- ③体育が楽しい中学生の割合が過去最高

## 児童・生徒の体力

### 体力合計点の状況

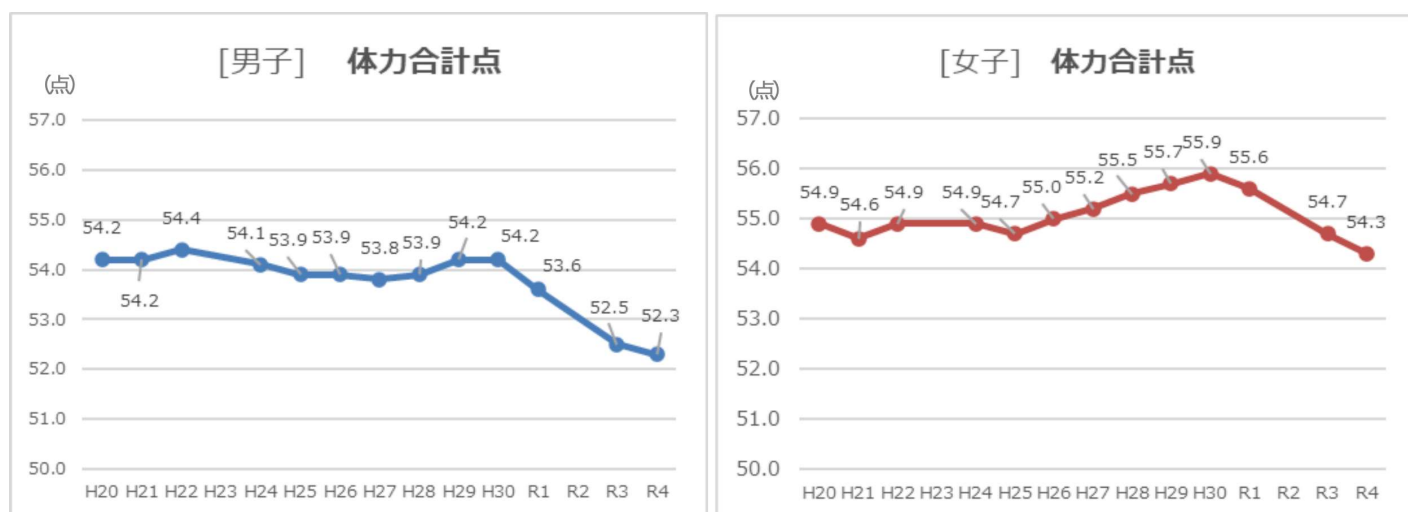
体力合計点は、令和元年度調査から連続して小・中学校の男女ともに低下した。

低下の主な要因としては、

1. 1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒の割合は増加しているものの、以前の水準には至っていないこと、
2. 肥満の児童・生徒の増加、
3. 朝食欠食、睡眠不足、スクリーンタイム（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）の増加などの生活習慣の変化、

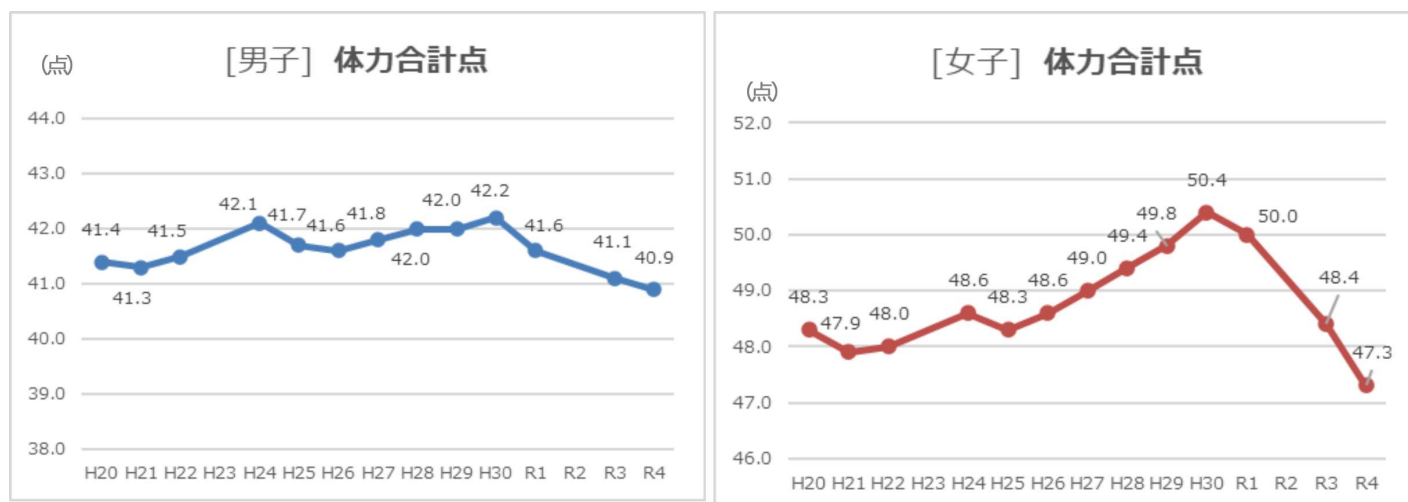
以上のほか、新型コロナウイルス感染症の影響により、マスク着用中の激しい運動の自粛なども考えられるとしている。

### 小学生



(出典：スポーツ庁)

### 中学生



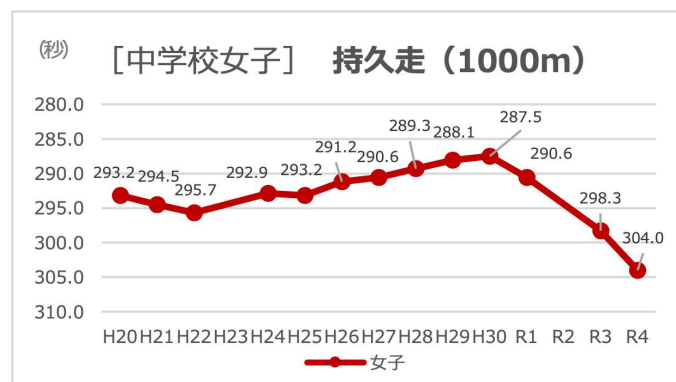
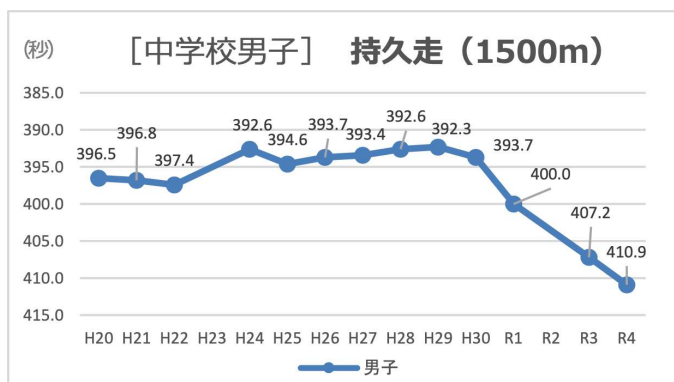
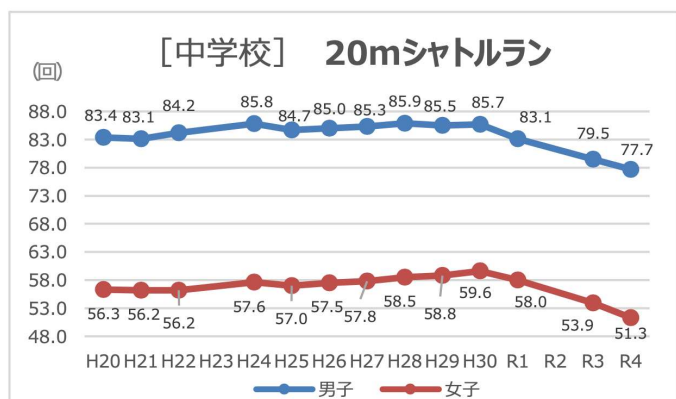
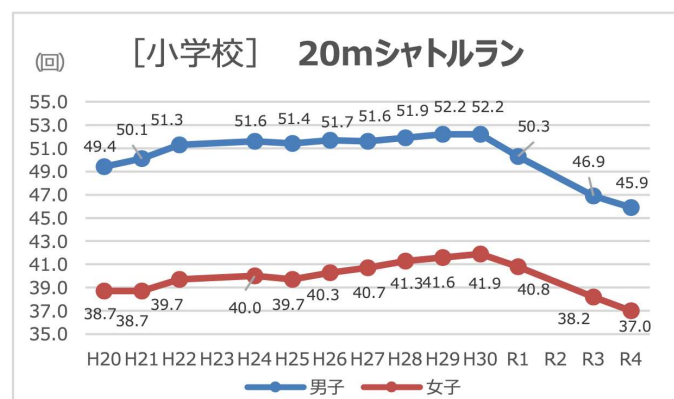
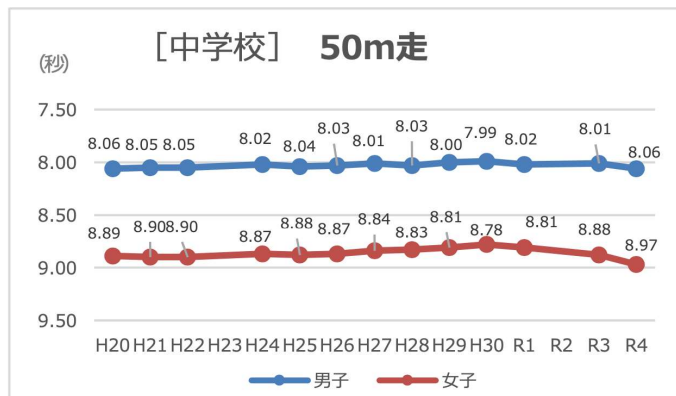
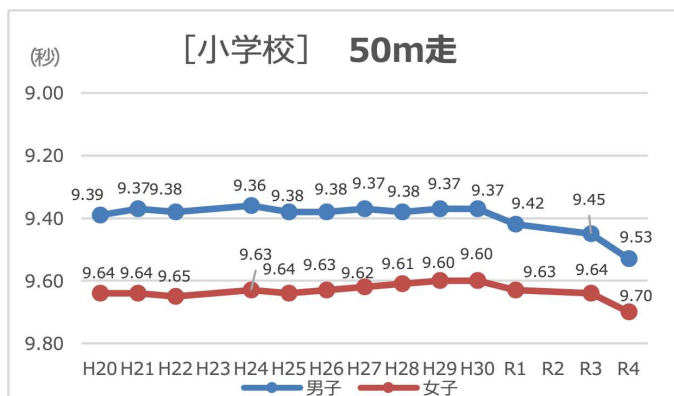
(出典：スポーツ庁)

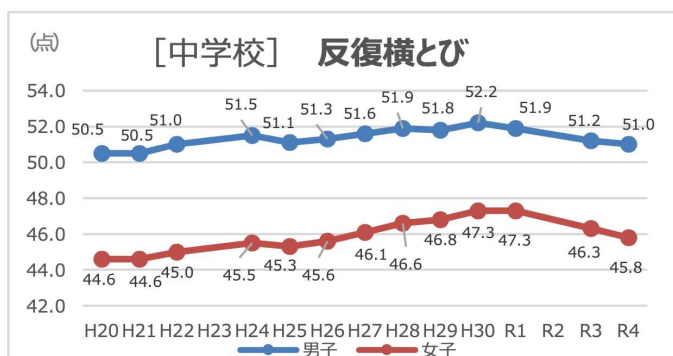
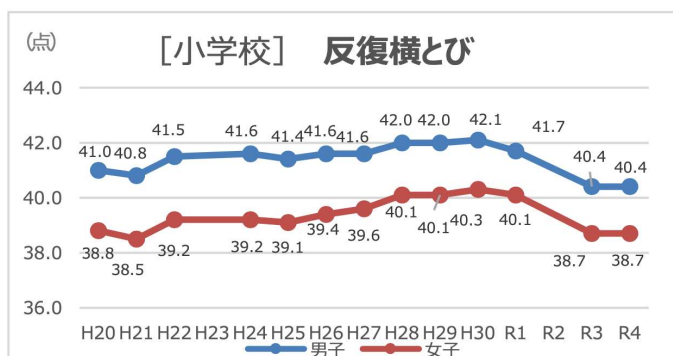
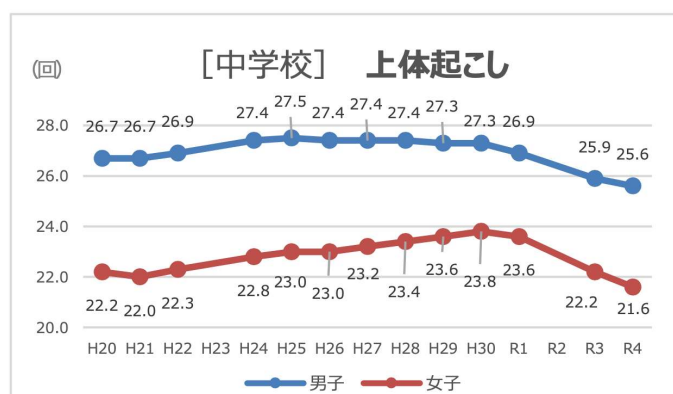
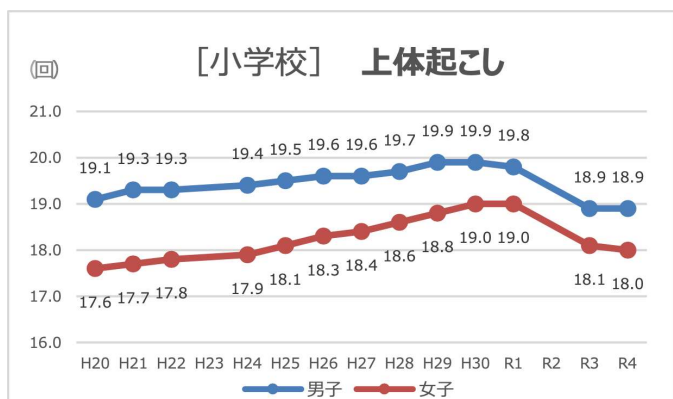
## 各実技テスト種目の状況

### 50m走、20mシャトルラン、持久走、上体起こし、反復横とび

各実技テスト（8種目）の数値を個別にみると、令和3年度調査と比較して、小・中学校の50m走、20mシャトルラ

ン、中学校の持久走、上体起こし、反復横とびは低下した。  
 なお、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。その  
 選択率は、男女ともに全生徒の約3割。

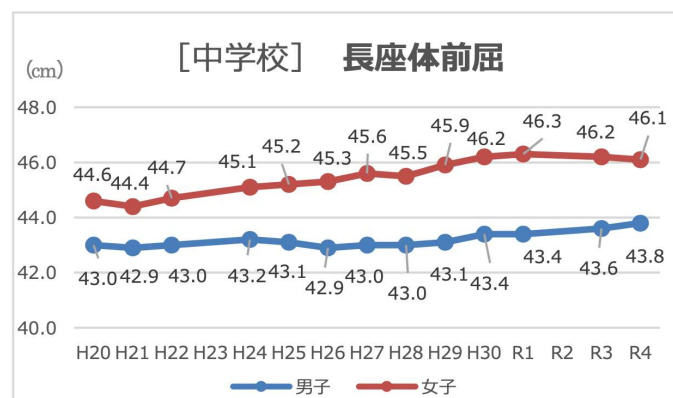
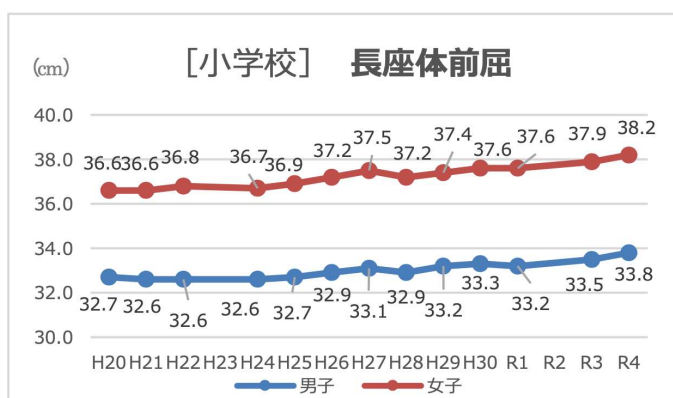




(出典：スポーツ庁)

## 長座体前屈

長座体前屈は小・中学校ともに向上した。

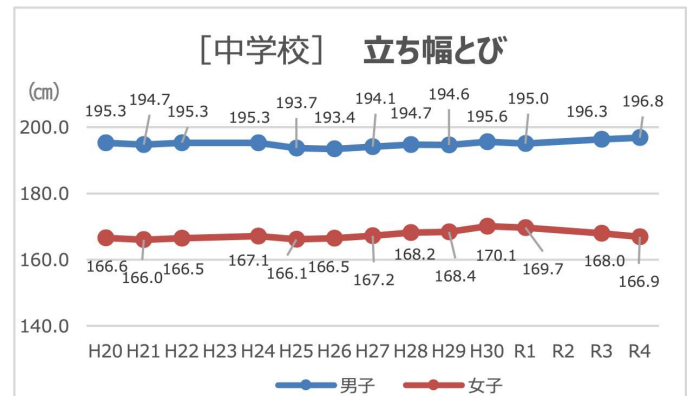
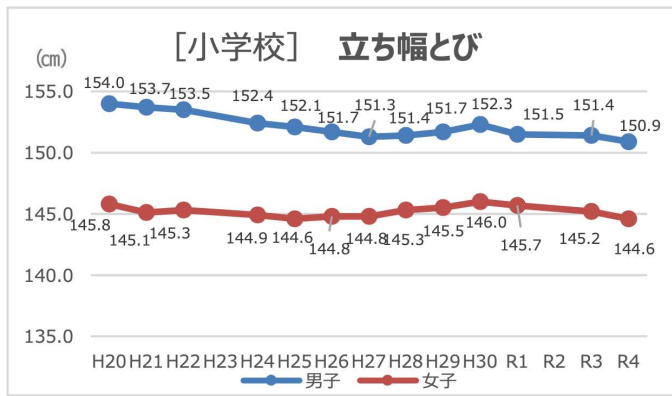


(出典：スポーツ庁)

## 立ち幅とび

立ち幅とびは、小学校は低下した一方、中学校男子は調査開始以来の最高値だった。中学校女子は低下した。

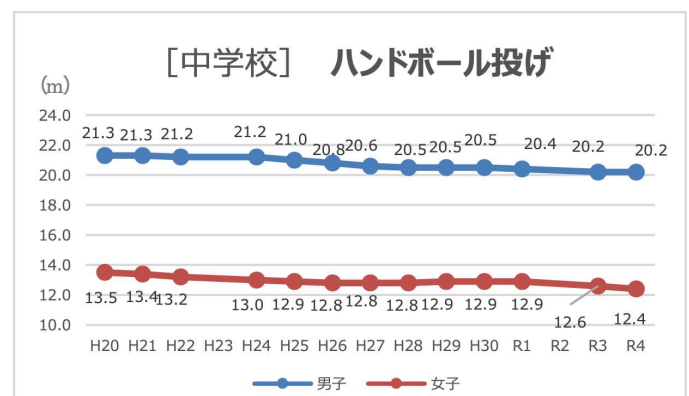
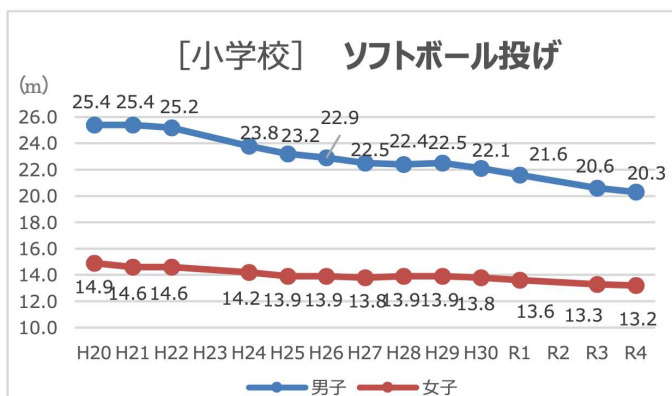
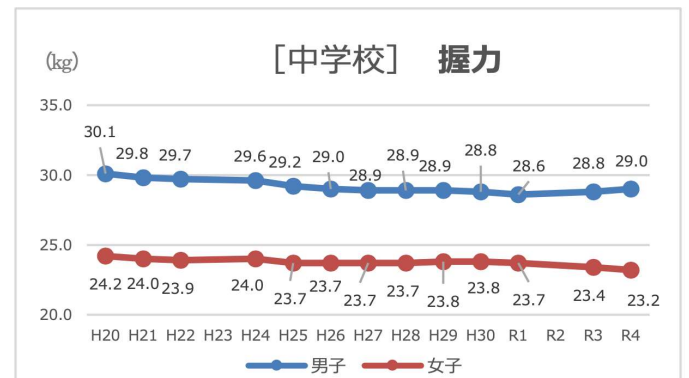
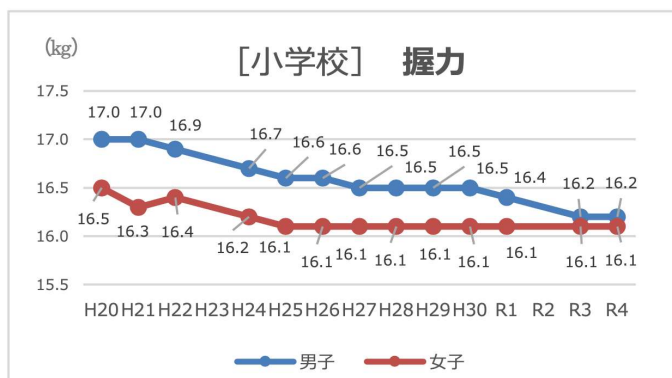




(出典：スポーツ庁)

## 握力、ソフトボール/ハンドボール投げ

握力、ソフトボール/ハンドボール投げは、ほぼ横ばいだった。



(出典：スポーツ庁)

## 体力合計点の評価の状況

体力合計点の評価の変化をみると、令和4年度は、小・中学校男女ともに、AやBの割合が減少し、DとEの割合が増加し

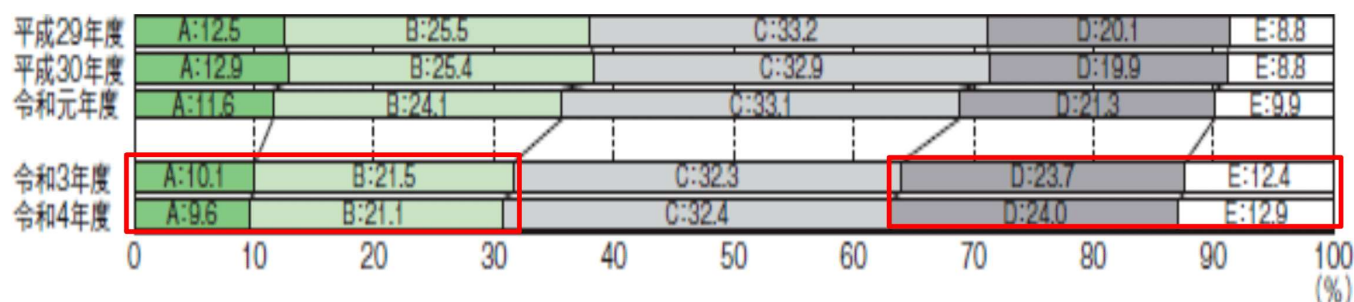
た。なお、A～Eの評価は、各実技テストの結果を10点満点で換算し合計80点とし、以下の基準により判定している。

評価基準表

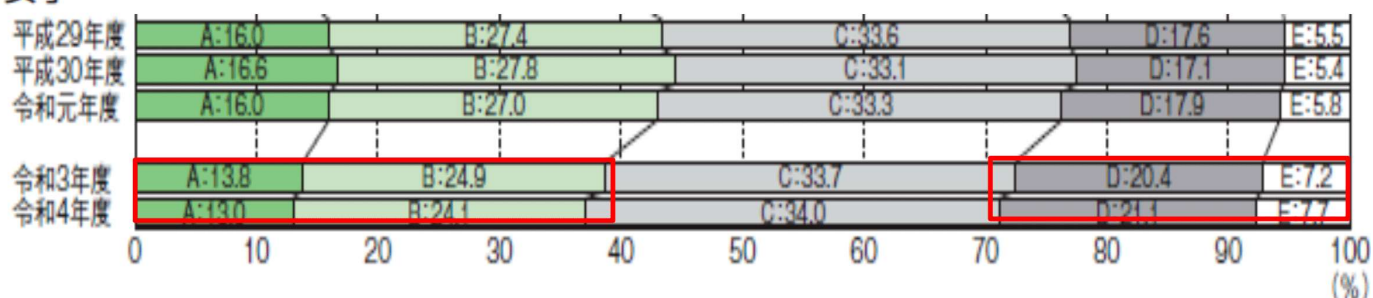
	A	B	C	D	E
小学校5年生	65 点以上	58～64 点	50～57 点	42～49 点	41 点以下
中学校2年生	57 点以上	47～56 点	37～46 点	27～36 点	26 点以下

## 小学生

## ● 男子



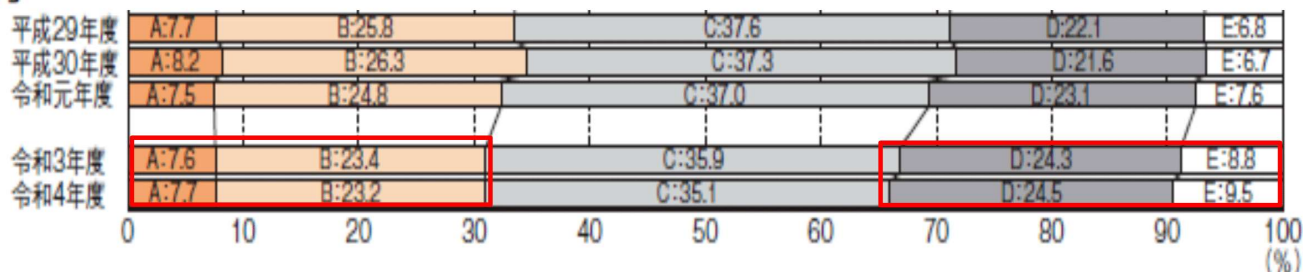
## ● 女子



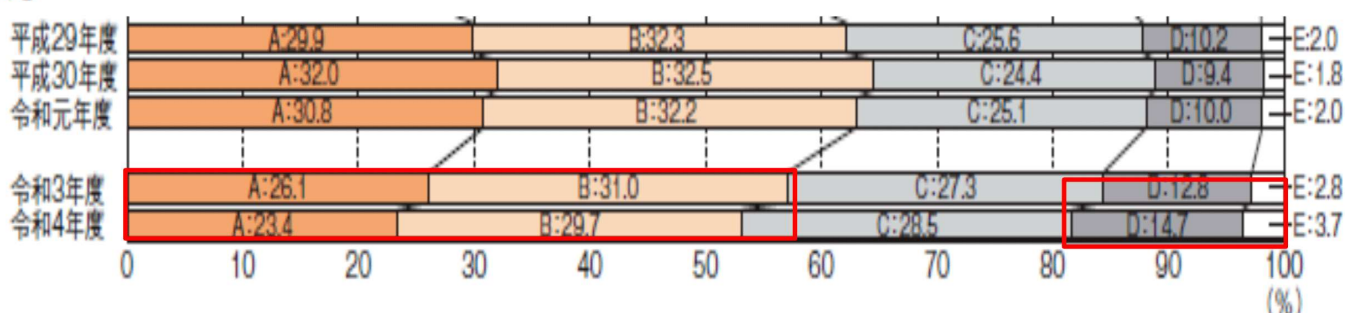
(出典：スポーツ庁)

## 中学生

## ● 男子



## ● 女子



(出典：スポーツ庁)

## 関連情報

### スポーツ庁／令和4年度体力・運動能力、運動習慣等調査結果

## スポーツ庁「体力・運動能力調査」アーカイブ

### 平成30年度（2018年度）

1. 元気な高齢者が増えている!?
2. 10代女性の運動習慣に明らかな差
3. ストレス解消、学力向上、達成意欲...スポーツのさまざまな効果と可能性

### 令和元年度（2019年度）

1. 小学生男子の体力が過去最低
2. 小中学生体力低下の原因は？

### 令和元年度（2019年度）

1. 調査概要と加齢に伴う運動能力の変化
2. 年齢別に見る体力・運動能力の年次推移
3. 体力・運動能力を前回の東京五輪開催時と比



## 較

### 4. 幼児期の外遊びと小学生の運動・体力

## 令和2年度（2020年度）

新型コロナの影響か？「令和2年度 体力・運動能力調査」は、わずかに低下傾向

## 令和3年度（2021年度）

1. 小中学生の体力が低下しているのは新型コロナの影響か？

2. 運動時間が減りスクリーンタイムの増加が顕著

## 令和3年度（2021年度）

①体力・運動能力の加齢に伴う変化

②青少年6～19歳の体力・運動能力

③成年20～64歳と高齢者65～79歳の体力・運動能力

④10年間の調査結果の概観

## 令和4年度（2022年度）

①子どもの体力が3年連続低下

②中学女子以外は肥満の割合が過去最高

③体育が楽しい中学生の割合が過去最高

## 令和4年度（2022年度）

---

- ①体力・運動能力の加齢に伴う変化（全年齢）
- ②6～19歳の体力・運動能力
- ③20～79歳の体力・運動能力
- ④運動・スポーツ実施状況と体力、健康状態、生活充実度などとの関係性

## 令和5年度（2023年度）

---

- ①調査結果の概要と今後の対応
- ②過去60回分のデータを活用した分析結果

## 令和6年度（2024年度）

---

- 【前編】中学生・男子はコロナ前の体力に戻るが、小学生・女子は引き続き低下
- 【後編】「運動は好き」と回答した割合が中学生・男子で過去最高

この記事のURLとタイトルをコピーする