

令和 7 年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の結果について

1 調査の目的

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 調査の実施日 令和 7 年 6 月

3 調査の対象 市内小・中学校全学年児童・生徒（人数については別紙のとおり）

4 調査の結果 別紙のとおり

5 調査結果の概要

【体力調査】

- ・体力合計点では、小学校第 3 学年から第 6 学年の男子、小学校第 2 学年から第 4 学年の女子、中学校第 2 学年及び第 3 学年の男子は、児童・生徒の増加量（市）が総合評価基準の増加量（東京都）を上回っている。しかし、総合評価基準の増加量（東京都）を下回っている学年もある。特に、中学校 2 学年及び第 3 学年女子は、総合評価基準の増加量（東京都）を大幅に下回っている。
- ・小学校においては、令和 7 年度の昭島市の D、E 層の割合は 36.8% で、令和 6 年度比 1.3% 増加している。
- ・中学校においては、令和 7 年度の昭島市の D、E 層の割合は 28.6% で、令和 6 年度比 1.3% 減少している。

【意識調査】

- ・男子については、「体育の授業が楽しいと思うか」「運動やスポーツをすることが好きですか」という質問に対し、全学年で約 90% が肯定的な回答を示している。一方、女子については、学年が上がるにつれて肯定的な回答の割合が減少している。
- ・男女ともに、「あなたにとって運動やスポーツは大切ですか」という質問に対して、全学年で約 90% が肯定的な回答をしている。
- ・男女ともに「これまでの体育の授業で『できなかったことができるようになった』きっかけや理由は何ですか」という質問では、「授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「授業中に自分で工夫して練習した」「先生や友達の動きをまねてみた」「友達に教えてもらった」という項目が多くの割合を占めている。

6 今後の対策

(1) 授業改善について

- ・児童・生徒が「体育の授業が楽しい」「運動やスポーツをすることが好き」「運動やスポーツが大切」という実感がもてるような展開や問掛け、振り返り等を授業中に位置付けることが引き続き大切である。
- ・児童・生徒が「できなかつたことができるようになる」学習過程の工夫や先生の働きかけの工夫をする必要がある。例えば「授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」「授業中に自分で工夫して練習した」「先生や友達の動きをまねてみた」「友達に教えてもらった」だけでなく、学習用端末を使って「授業中に自分の動きを撮影した動画を見る」等の場面を工夫して設定するよう授業改善を行う。

(2) 元気アップガイドブックを活用した取組について

- ・児童・生徒が、調査結果を踏まえ、自分なりの目標を立てるとともに、体育の授業や授業外で、元気アップガイドブックに掲載されている運動に、取り組むことができるようになる。その際、体力テストの点数向上を目的とするのではなく、児童・生徒が運動を楽しみ、運動することの価値を理解できるようにすることで、体力・運動能力の向上にもつなげられるようガイドブックの活用を推進していく。
- ・各学校で、児童・生徒が学級活動等において調査結果を活用し、振り返る時間を持つとともに、体育の授業や家庭における体力向上に向けた取組目標を立てさせる。その際、元気アップガイドブックには、体力テストと関わりが深い、家庭でも簡単に行える運動が掲載されていることも紹介し、運動の習慣化を促進していくことを目指す。

令和7年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査について(体力調査)

別紙1

体格及び体力・運動能力調査結果平均値(昭島市)

	性別	学年①	学年②	人数	身長(cm)	体重(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(回)	持久走(秒)	シャトルラン(回)	50M走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	体力合計点	児童・生徒の増加量(市)	総合評価基準の増加量(都)	
小学校	男子	1	1	502	116.7	21.3	8.7	10.7	27.2	23.9	-	14.9	11.8	109.4	7.1	27.8	-	-	
		2	1(R6)	442	116.6	21.4	8.9	10.9	29.0	24.6	-	14.4	11.8	110.7	7.7	28.8	+5.6	+7.0	
		2	2(R7)	448	122.6	23.7	9.9	13.3	27.9	27.5	-	22.3	10.8	119.8	10.6	34.4			
		3	2(R6)	447	122.6	24.4	10.5	13.8	28.7	28.5	-	22.7	11.0	118.5	10.3	34.8	+5.9	+5.0	
		3	3(R7)	453	128.2	27.2	11.9	15.2	30.6	31.6	-	30.4	10.3	129.0	13.5	40.7			
		4	3(R6)	460	128.1	27.4	12.3	15.9	30.0	31.4	-	31.8	10.3	129.1	13.5	41.0	+6.9	+6.0	
		4	4(R7)	460	133.8	30.2	13.9	18.7	33.1	36.2	-	38.7	9.7	139.0	17.2	47.9			
		5	4(R6)	457	133.5	30.9	14.0	18.1	32.3	36.0	-	38.4	9.8	140.3	16.8	47.1	+5.5	+5.0	
		5	5(R7)	463	139.2	34.3	15.6	20.3	33.7	39.9	-	45.4	9.4	148.7	19.8	52.6			
		6	5(R6)	494	139.3	34.7	16.4	19.7	36.2	38.7	-	44.3	9.4	148.7	20.5	52.5	+5.8	+5.0	
		6	6(R7)	484	145.9	38.8	18.8	21.9	36.8	42.4	-	50.9	8.9	162.5	24.1	58.3			
	女子	1	1	425	115.2	20.7	8.1	10.6	29.6	23.3	-	12.1	12.1	103.0	5.1	27.8	-	-	
		2	1(R6)	419	116.1	21.0	8.6	11.2	32.1	24.0	-	12.8	12.1	104.8	5.3	29.4	+5.1	+7.0	
		2	2(R7)	412	122.1	23.5	9.3	13.4	30.5	26.7	-	17.7	11.1	111.8	6.8	34.5			
		3	2(R6)	480	121.8	23.5	9.9	13.2	32.6	27.2	-	17.9	11.2	110.5	6.8	35.4	+5.9	+5.0	
		3	3(R7)	475	127.6	26.6	11.3	14.9	34.4	30.3	-	22.9	10.6	120.8	8.6	41.3			
		4	3(R6)	467	127.9	27.4	11.8	15.3	34.5	28.9	-	22.9	10.6	121.9	8.5	41.5	+6.2	+6.0	
		4	4(R7)	476	133.8	30.2	13.4	17.5	36.6	33.6	-	27.1	10.1	131.8	10.6	47.7			
		5	4(R6)	488	134.1	30.1	13.4	17.2	37.3	34.2	-	27.9	10.1	133.2	10.8	48.2	+5.3	+5.0	
		5	5(R7)	491	140.9	34.0	15.4	18.8	39.3	37.3	-	32.9	9.7	142.7	12.6	53.5			
		6	5(R6)	445	141.1	35.0	16.1	19.0	41.5	37.1	-	33.0	9.8	141.6	12.2	53.6	+4.1	+5.0	
		6	6(R7)	437	147.7	39.6	18.6	20.3	43.2	39.0	-	35.8	9.3	150.6	13.7	57.7			
	中学校	男子	1	1	401	153.4	44.3	23.8	23.1	40.8	47.2	469.9	64.0	8.6	180.3	17.0	32.9	-	-
		2	1(R6)	386	156.9	46.4	23.8	22.8	40.2	47.2	479.4	59.2	8.7	173.2	17.4	32.2	+7.6	+5.0	
		2	2(R7)	368	161.9	49.8	28.8	25.6	42.3	50.9	419.9	74.3	8.1	193.2	19.4	39.8			
		3	2(R6)	407	160.0	50.5	28.8	25.6	44.7	51.5	413.8	77.8	8.2	197.1	20.9	40.9	+6.6	+4.0	
		3	3(R7)	373	166.4	53.4	33.3	27.8	48.5	53.4	384.5	87.8	7.5	209.8	22.7	47.5			
		女子	1	1	429	152.6	43.8	21.5	20.9	44.9	43.8	347.2	47.5	9.2	164.9	11.1	42.7	-	-
		2	1(R6)	407	152.7	44.5	21.4	20.1	44.3	44.5	342.3	42.6	9.3	157.5	11.0	40.9	+3.9	+5.0	
		2	2(R7)	398	155.2	46.6	22.9	21.3	46.0	45.2	318.3	47.2	9.1	163.6	11.2	44.8			
		3	2(R6)	390	153.6	47.5	23.4	21.2	45.0	45.1	316.5	44.5	9.2	163.0	12.3	45.0	+2.3	+4.0	
		3	3(R7)	367	156.9	48.8	24.1	21.9	46.6	45.5	312.6	47.9	9.0	165.5	12.9	47.3			

※児童・生徒の増加量(市)は今年度の学年の体力合計点の数値と前年度の学年の体力合計点の数値を比較して算出した数値。

※総合評価基準の増加量(都)は各学年の総合評価基準表(東京都)C段階(平均的な体力水準)の体力合計点の最低値の数値の差を比較して算出した数値。

※網掛けは総合評価基準表(東京都)C段階(平均的な体力水準)の最低値の増加量を上回る数値。

体力総合評価(段階別)の経年変化

小学校(%)				
	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
A・B層	35.4	30.9	31.6	28.0
C層	32.8	33.1	32.9	35.2
D・E層	31.8	36.0	35.5	36.8

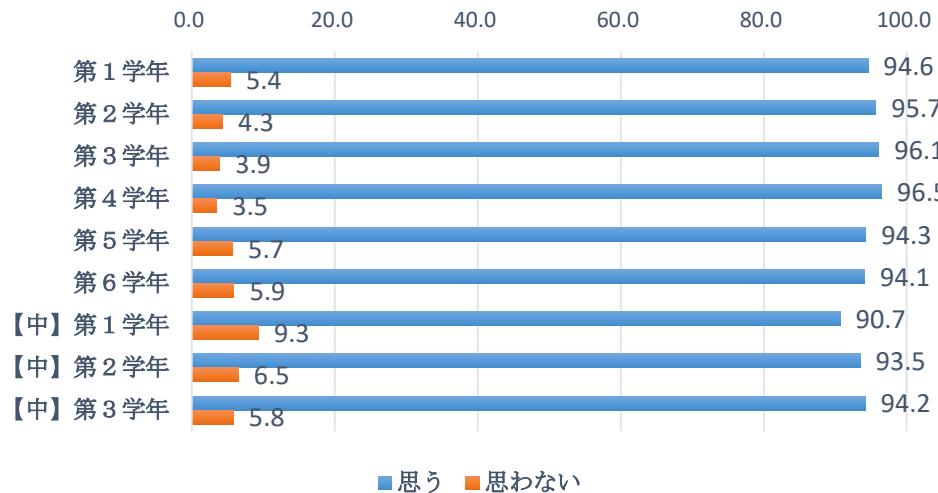
中学校(%)				
	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
A・B層	40.0	37.7	37.4	39.3
C層	32.4	32.7	32.7	32.1
D・E層	27.5	29.6	29.9	28.6

「新体力テスト9種目の内容」と「体力合計点」について																		
内容																		

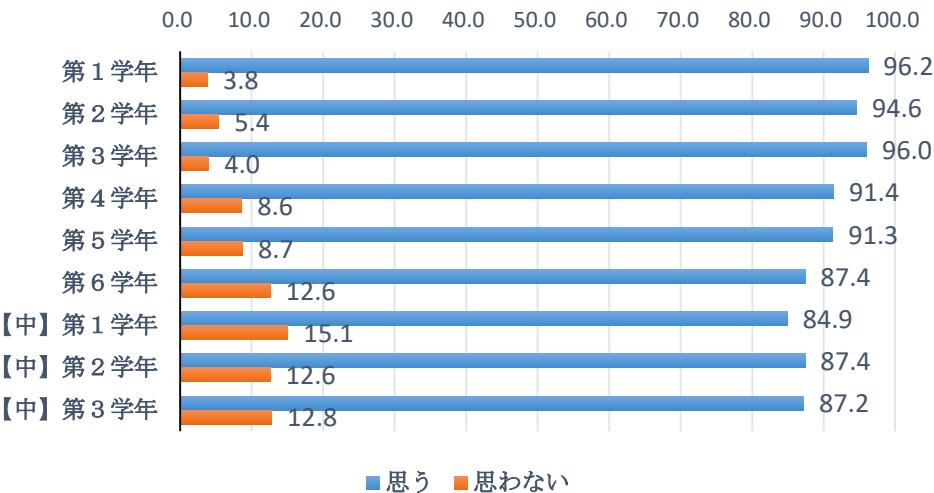
令和7年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査
の結果について（意識調査）

別紙2

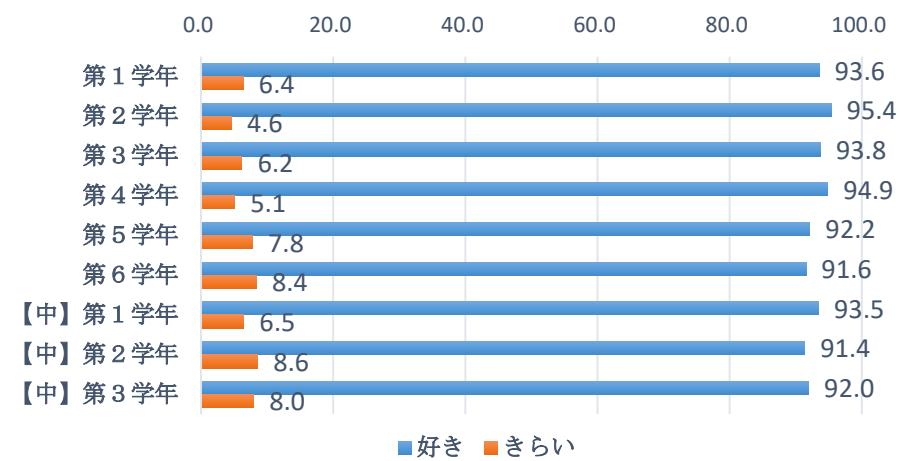
体育の授業は楽しいと思いますか。 (男子)



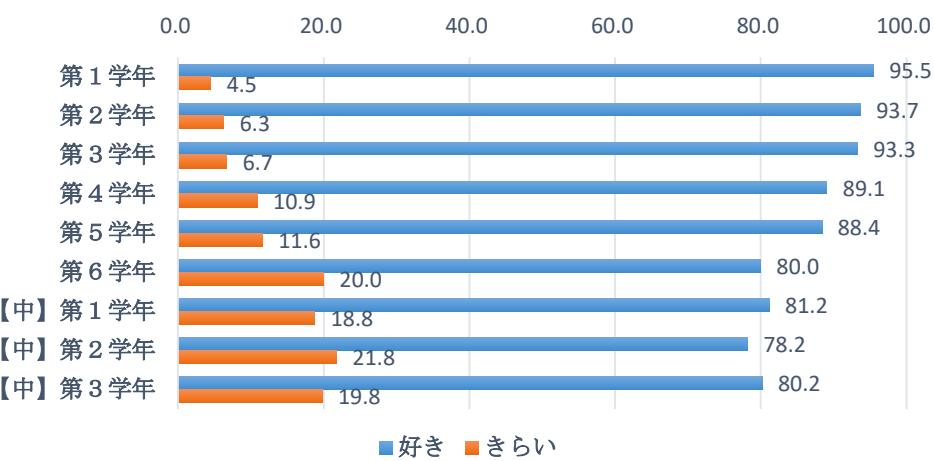
体育の授業は楽しいと思いますか。 (女子)



運動（体を動かす遊びをふくみます。）やスポーツをすることは好きですか。 (男子)



運動（体を動かす遊びをふくみます。）やスポーツをすることは好きですか。 (女子)



令和7年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査 の結果について（意識調査）

別紙3

