

## はじめに

児童・生徒の教育は、知育、徳育、体育で構成されており、心身ともに調和のとれた人格の完成を目指して行われることが基本です。特に、体力は、人間のあらゆる活動の源です。病気やけがになりにくだけでなく、意欲、気力、忍耐力などの精神面の充実にも深く関わっています。さらに、運動不足による生活習慣病の増加は医療費などの保健・医療政策に対して、そして、働く意欲の減退は労働力など社会の活力に対して大きな影響を与えることにもなりかねません。

現在、我が国の次世代を担う児童・生徒の体力が長期的に低下傾向にあります。都教育委員会は、子供の体力低下問題を検討するため、平成 21 年 6 月に「子供の体力向上推進本部」を設置しました。その後、平成 22 年 7 月に「総合的な子供の基礎体力向上方策（第 1 次推進計画）」、平成 25 年 2 月に「総合的な子供の基礎体力向上方策（第 2 次推進計画）」、そして、平成 28 年 1 月には、第 3 次推進計画となる「アクティブプラン to 2020」を策定しました。第 3 次推進計画は、東京オリンピック・パラリンピック競技大会が開催される 2020 年までの 5 年間の計画であり、特に中学生の体力向上を重要課題としています。

学校においては、体力向上に向けた様々な取組が推進され、平成 25 年度以降は、小学校第 5 学年児童の体力合計点平均値が全国平均値を上回るまで向上しました。しかしながら、中学生、高校生の体力は依然として低い水準であることや、児童・生徒自身の行動をより一層活動的なものに変容させていくことが課題となっています。学校及び関係機関は、東京都統一体力テストを有効に活用し、児童・生徒の身体活動量の増加と体力向上を図っていくことや、児童・生徒自身の行動変容に結び付ける取組が期待されています。

また、2020 年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催に向けて、スポーツ都市東京を実現していく必要があります。そのためには、児童・生徒がスポーツ・運動に親しみ、生涯にわたって心身ともに健康で充実した生活を実現していく力を身に付けていけるよう、学校における体育授業や運動部活動を充実させ、一人一人の基礎体力を向上していかなければなりません。学校及び関係機関は、これまで推進してきた取組等に加え、児童・生徒が子供らしい生き生きと活力ある生活を送ることができるよう、より実効性のある取組や事業を推進していくことが大切です。

このたび、その指標となる平成 28 年度の調査結果を取りまとめました。本調査結果を、学校の取組や区市町村教育委員会における施策の基礎資料とするとともに、家庭や地域、そして関係する様々な団体等と連携し、児童・生徒の体力向上の実現に向けた取組等において活用されることを期待しています。

## 目次

---

● 第1章 調査の概要	
1 調査の目的	4
2 調査の名称	4
3 調査校数	4
4 調査の対象	4
5 調査の方式	4
6 調査事項	5
7 調査実施期間	5
8 調査結果に関する注意事項と説明	5
● 第2章 平成28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	
1 調査結果の概要	9
2 東京都の平均値一覧	10
3 体格調査結果	15
4 体力・運動能力調査結果	17
5 生活・運動習慣等調査結果	21
6 学校質問紙調査結果	39
7 平成26年度体力・運動能力調査（全国調査）結果との比較	43
8 平成18年度（10年前）の東京都調査結果との比較	57
9 昭和61年度（30年前）の東京都調査結果との比較	71
10 体格及び体力・運動能力の種目別平均値18年間の推移	76
11 生活・運動習慣等調査結果と体力テスト合計点との関連	86
12 平成21年度の東京都調査結果との比較	89
● 第3章 区市町村別調査結果	92
● 第4章 都立中学校・公立中等教育学校調査結果	142
● 第5章 高等学校（全日制）調査結果	152
● 第6章 高等学校（定時制・通信制）調査結果	206
● 第7章 調査に関する考察	228
[参考資料]	236