

## 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ます。体力は、人間のあらゆる活動の源であり、病気やけがになりにくいだけでなく、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。また、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、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。

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るため、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。

現在、各学校においては、体力向上に向けた様々な取組が推進され、平成25年度以降の全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、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に向上しました。中学生、高校生においては、全国平均値と比較すると依然として低い水準ではありますが、年々、向上している状況です。今後、さらに、児童・生徒の体力向上が図られるよう、身体活動・運動・スポーツを促進して総合的に児童・生徒の体力・運動能力の向上に取り組むため、学校及び関係機関には、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運動習慣の定着や、行動変容を導き出す取組の充実が求められます。

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、スポーツ都市東京を実現していくためには、児童・生徒が運動・スポーツに親しみ、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させ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の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の推進が期待されています。

この度、平成30年度の東京都の児童・生徒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。

平成30年12月  
東京都教育委員会

## 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30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 昭和63年度（30年前）の東京都調査結果との比較	55
9 体格及び体力・運動能力の種目別平均値20年間の推移	60
10 生活・運動習慣等調査結果と体力テスト合計点との関連	70
●第3章 区市町村別調査結果	74
●第4章 都立中学校・公立中等教育学校調査結果	124
●第5章 高等学校（全日制）調査結果	134
●第6章 高等学校（定時制・通信制）調査結果	188
●第7章 調査に関する考察	210
[参考資料]	218