

## 「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果について

### ●調査の概要（全国悉皆調査 数値については、全国公立学校分）

#### （1）対象

##### 小学校 第5学年

参加校数：奈良県 187校／189校（全国実施校数 18,435校）

調査人数：奈良県 男子5,281人 女子5,116人 合計10,397人

（全国 男子496,037人 女子477,508人 合計973,545人）

##### 中学校 第2学年

参加校数：奈良県 99校／101校（全国実施校数 9,192校）

調査人数：奈良県 男子4,668人 女子4,629人 合計9,297人

（全国 男子440,737人 女子416,857人 合計857,594人）

#### （2）調査内容

##### ①実技に関する調査

- ・小学生：握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン（往復持久走）  
50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ【8種目】
- ・中学生：握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子1,500m、女子1,000m）  
20mシャトルラン（往復持久走）、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ【8種目】  
（※中学生は、持久走か20mシャトルランのどちらかを選択する）

##### ②質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）

### ●資料（数値については、全国公立学校分）

資料1：体力・運動能力の調査結果（小学校 第5学年）

体力・運動能力の調査結果（中学校 第2学年）

資料2：種目別経年推移（小学校 第5学年）

資料3：種目別経年推移（中学校 第2学年）

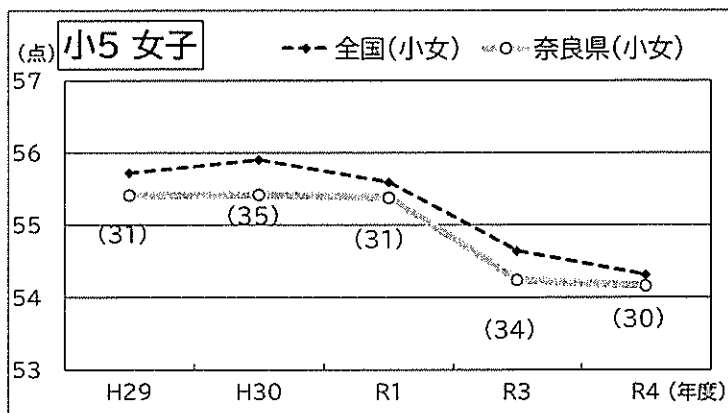
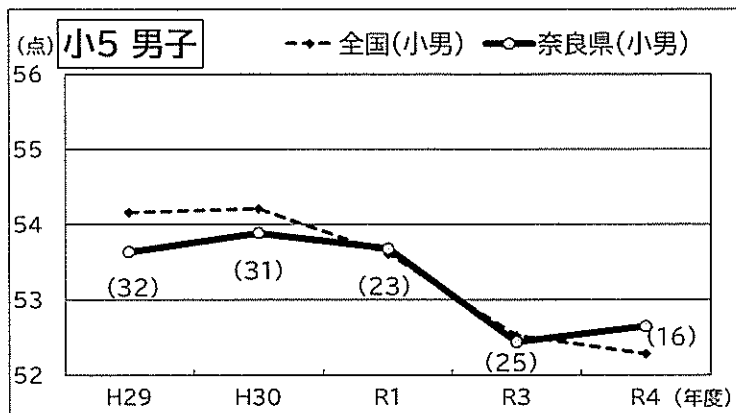
資料4：運動習慣等調査の結果（抜粋）

### ●参考資料

実技に関する調査の結果 都道府県別の状況（公立学校）

●体力合計点経年推移（H29～R4）

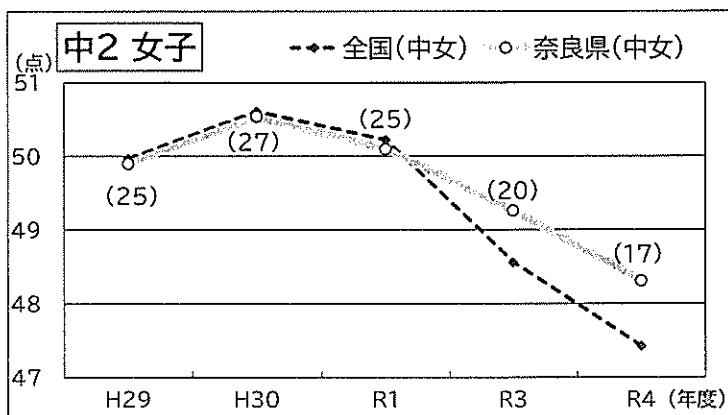
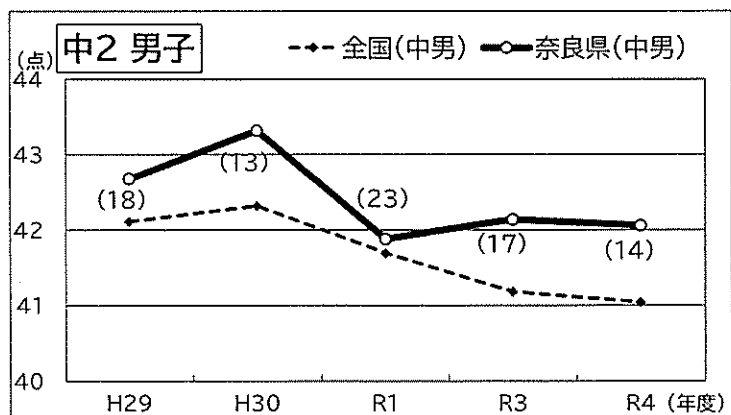
\* R2年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、中止



\* ( )内は全国順位

| 小学5年生    | 体力合計点(点) |       |       |       |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |
| 全国(小5男)  | 54.16    | 54.21 | 53.61 | 52.52 | 52.28 |
| 奈良県(小5男) | 53.64    | 53.89 | 53.68 | 52.44 | 52.65 |
| 全国(小5女)  | 55.72    | 55.90 | 55.59 | 54.64 | 54.31 |
| 奈良県(小5女) | 55.41    | 55.42 | 55.38 | 54.24 | 54.16 |

体力・運動能力調査の結果（中学校 第2学年）



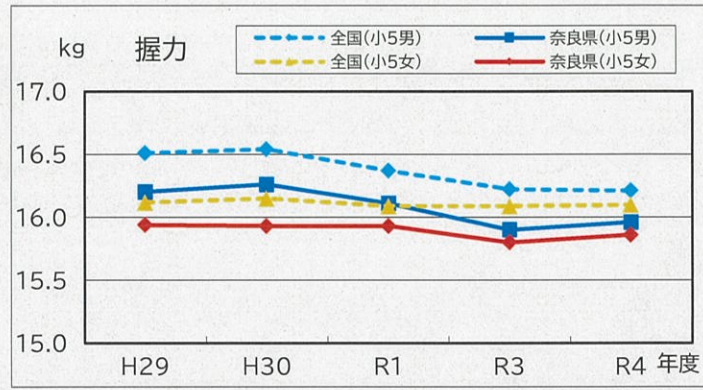
\* ( )内は全国順位

| 中学2年生    | 体力合計点(点) |       |       |       |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |
| 全国(中2男)  | 42.11    | 42.32 | 41.69 | 41.18 | 41.04 |
| 奈良県(中2男) | 42.68    | 43.32 | 41.88 | 42.14 | 42.06 |
| 全国(中2女)  | 49.97    | 50.61 | 50.22 | 48.56 | 47.42 |
| 奈良県(中2女) | 49.90    | 50.54 | 50.10 | 49.26 | 48.31 |

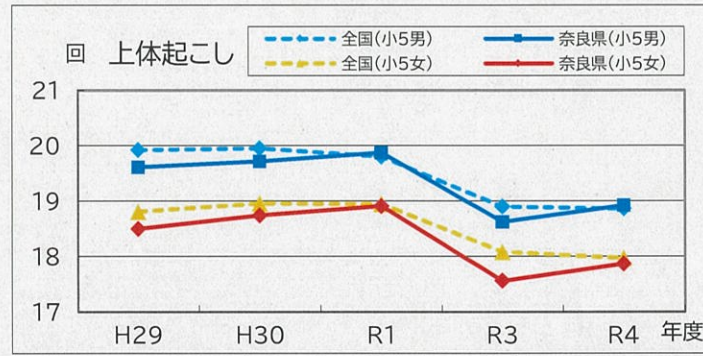
# 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 小学校第5学年 種目別経年推移(過去5年間)

数値は全国公立学校の結果

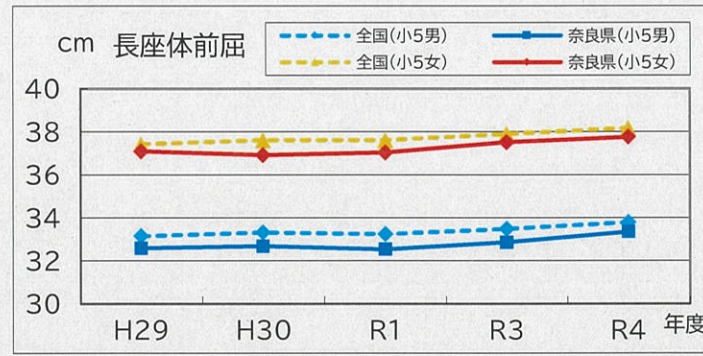
|          | 筋力     |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|--------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 握力(kg) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29    | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 16.51  | 16.54 | 16.37 | 16.22 | 16.21 | 17.01    | 16.21 |
| 奈良県(小5男) | 16.20  | 16.26 | 16.11 | 15.90 | 15.96 | 16.81    | 15.90 |
| 全国(小5女)  | 16.12  | 16.15 | 16.09 | 16.09 | 16.10 | 16.45    | 16.05 |
| 奈良県(小5女) | 15.94  | 15.93 | 15.93 | 15.80 | 15.86 | 16.31    | 15.80 |



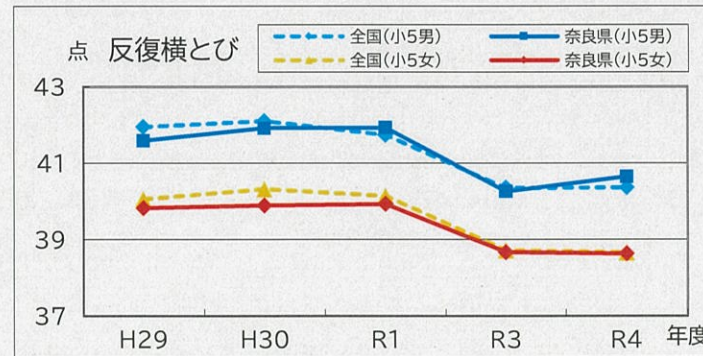
|          | 筋力、筋持久力  |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 上体起こし(回) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 19.92    | 19.95 | 19.80 | 18.90 | 18.86 | 19.95    | 18.86 |
| 奈良県(小5男) | 19.61    | 19.71 | 19.87 | 18.62 | 18.92 | 19.87    | 18.28 |
| 全国(小5女)  | 18.81    | 18.96 | 18.95 | 18.08 | 17.97 | 18.96    | 17.63 |
| 奈良県(小5女) | 18.50    | 18.74 | 18.91 | 17.56 | 17.87 | 18.91    | 16.52 |



|          | 柔軟性       |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|-----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 長座体前屈(cm) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29       | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 33.15     | 33.31 | 33.24 | 33.48 | 33.79 | 33.79    | 32.55 |
| 奈良県(小5男) | 32.58     | 32.67 | 32.54 | 32.85 | 33.36 | 34.45    | 30.69 |
| 全国(小5女)  | 37.43     | 37.62 | 37.62 | 37.90 | 38.18 | 38.18    | 36.62 |
| 奈良県(小5女) | 37.10     | 36.92 | 37.04 | 37.52 | 37.76 | 38.07    | 34.79 |

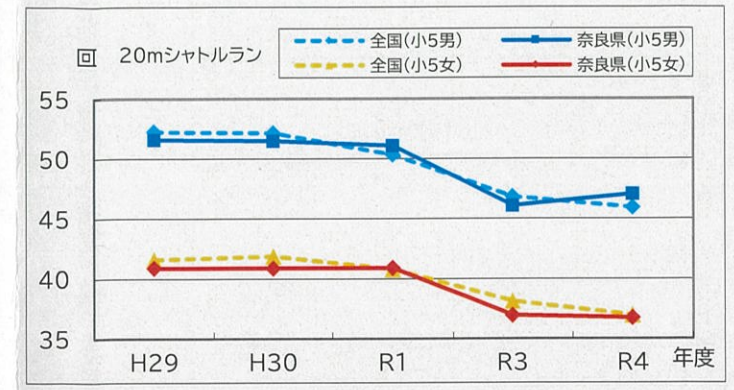


|          | 敏捷性      |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 反復横とび(点) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 41.95    | 42.10 | 41.74 | 40.35 | 40.36 | 42.10    | 40.35 |
| 奈良県(小5男) | 41.59    | 41.91 | 41.93 | 40.26 | 40.65 | 42.05    | 38.80 |
| 全国(小5女)  | 40.06    | 40.32 | 40.14 | 38.72 | 38.66 | 40.32    | 38.48 |
| 奈良県(小5女) | 39.82    | 39.89 | 39.93 | 38.67 | 38.63 | 39.93    | 36.15 |

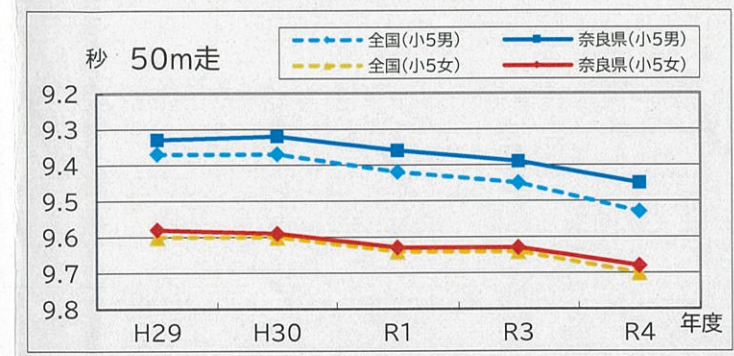


※ は最高値 ※ は最低値  
 ※ は全国平均以上の記録

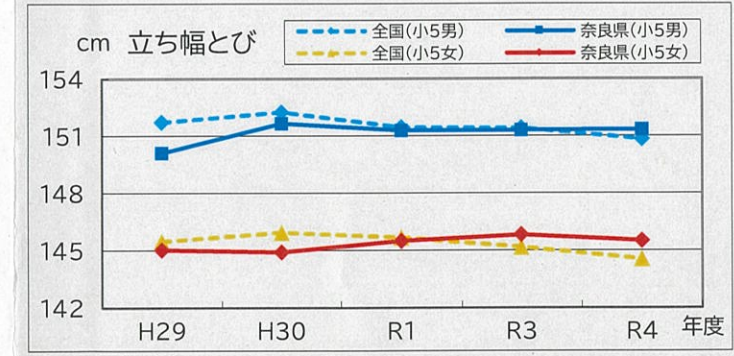
|          | 全身持久力(走能力)   |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|--------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 20mシャトルラン(回) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29          | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 52.24        | 52.15 | 50.32 | 46.83 | 45.92 | 52.24    | 45.92 |
| 奈良県(小5男) | 51.59        | 51.46 | 51.07 | 46.08 | 47.03 | 51.59    | 46.08 |
| 全国(小5女)  | 41.62        | 41.88 | 40.79 | 38.15 | 36.97 | 41.62    | 36.97 |
| 奈良県(小5女) | 40.89        | 40.87 | 40.90 | 36.94 | 36.73 | 40.90    | 33.91 |



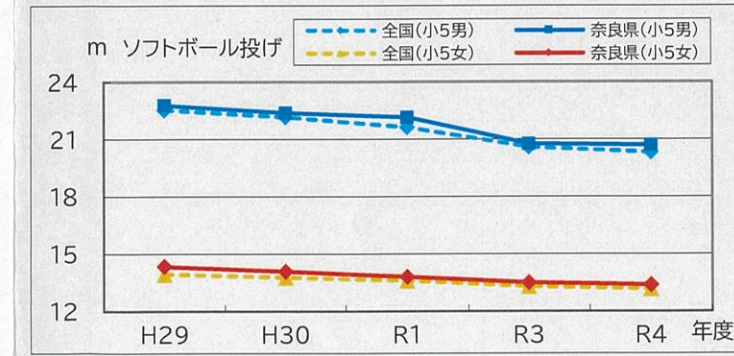
|          | スピード(走能力) |      |      |      |      | H20年度からの |      |
|----------|-----------|------|------|------|------|----------|------|
|          | 50m走(秒)   |      |      |      |      | 最高値      | 最低値  |
|          | H29       | H30  | R1   | R3   | R4   |          |      |
| 全国(小5男)  | 9.37      | 9.37 | 9.42 | 9.45 | 9.53 | 9.37     | 9.53 |
| 奈良県(小5男) | 9.33      | 9.32 | 9.36 | 9.39 | 9.45 | 9.25     | 9.45 |
| 全国(小5女)  | 9.60      | 9.60 | 9.64 | 9.64 | 9.70 | 9.60     | 9.70 |
| 奈良県(小5女) | 9.58      | 9.59 | 9.63 | 9.63 | 9.68 | 9.56     | 9.70 |



|          | 瞬発力(跳躍能力) |        |        |        |        | H20年度からの |        |
|----------|-----------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|          | 立ち幅とび(cm) |        |        |        |        | 最高値      | 最低値    |
|          | H29       | H30    | R1     | R3     | R4     |          |        |
| 全国(小5男)  | 151.71    | 152.24 | 151.45 | 151.41 | 150.83 | 153.95   | 150.83 |
| 奈良県(小5男) | 150.11    | 151.65 | 151.27 | 151.30 | 151.33 | 154.11   | 149.53 |
| 全国(小5女)  | 145.47    | 145.94 | 145.68 | 145.18 | 144.55 | 145.94   | 144.55 |
| 奈良県(小5女) | 145.02    | 144.91 | 145.49 | 145.82 | 145.51 | 145.82   | 142.88 |

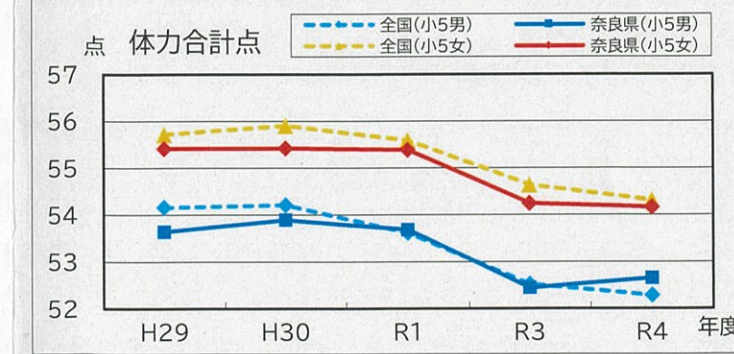


|          | 巧緻性、瞬発力(投球能力) |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|---------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | ソフトボール投げ(m)   |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29           | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(小5男)  | 22.53         | 22.15 | 21.61 | 20.58 | 20.31 | 25.41    | 20.31 |
| 奈良県(小5男) | 22.77         | 22.37 | 22.14 | 20.75 | 20.68 | 25.43    | 20.68 |
| 全国(小5女)  | 13.94         | 13.77 | 13.61 | 13.30 | 13.17 | 14.86    | 13.17 |
| 奈良県(小5女) | 14.34         | 14.07 | 13.79 | 13.48 | 13.37 | 14.51    | 13.37 |



奈良県参加校数  
 平成26年度 小学校200校 中学校101校  
 平成27年度 小学校200校 中学校102校  
 平成28年度 小学校201校 中学校102校  
 平成29年度 小学校193校 中学校103校  
 平成30年度 小学校196校 中学校102校  
 令和元年度 小学校196校 中学校102校  
 令和2年度 新型コロナウイルス感染症対策のため、中止  
 令和3年度 小学校191校 中学校96校  
 令和4年度 小学校187校 中学校99校

|          | 体力合計点(点) |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    | 最高値      | 最低値   |
| 全国(小5男)  | 54.16    | 54.21 | 53.61 | 52.52 | 52.28 | 54.36    | 52.28 |
| 奈良県(小5男) | 53.64    | 53.89 | 53.68 | 52.44 | 52.65 | 54.81    | 52.44 |
| 全国(小5女)  | 55.72    | 55.90 | 55.59 | 54.64 | 54.31 | 55.90    | 54.31 |
| 奈良県(小5女) | 55.41    | 55.42 | 55.38 | 54.24 | 54.16 | 55.42    | 52.51 |

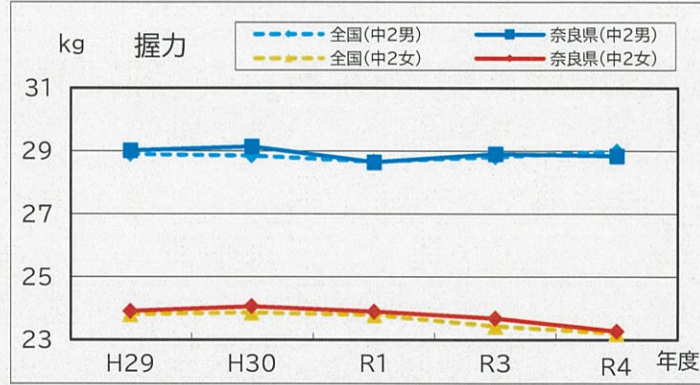


# 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 中学校第2学年 種目別経年推移(過去5年間)

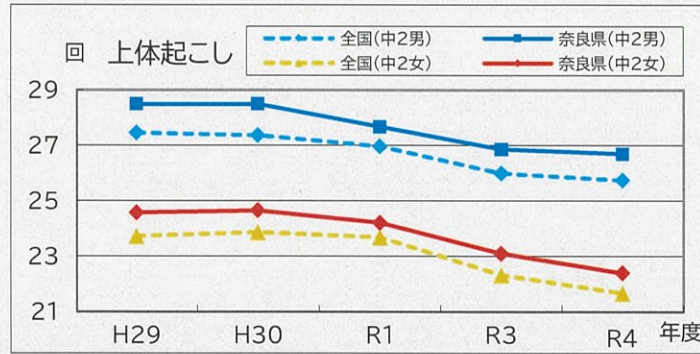
数値は全国公立学校の結果

※    は最高値    は最低値  
 ※    は全国平均以上の記録

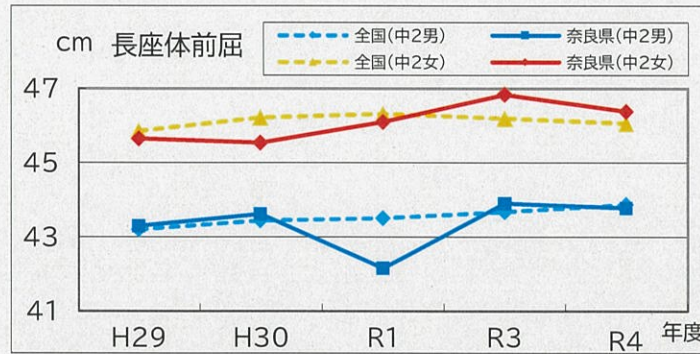
|          | 筋力     |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|--------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 握力(kg) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29    | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 28.89  | 28.84 | 28.65 | 28.80 | 28.99 | 30.05    | 28.65 |
| 奈良県(中2男) | 29.01  | 29.13 | 28.63 | 28.89 | 28.83 | 29.43    | 28.36 |
| 全国(中2女)  | 23.82  | 23.87 | 23.79 | 23.43 | 23.21 | 24.24    | 23.21 |
| 奈良県(中2女) | 23.91  | 24.06 | 23.89 | 23.68 | 23.27 | 24.07    | 23.02 |



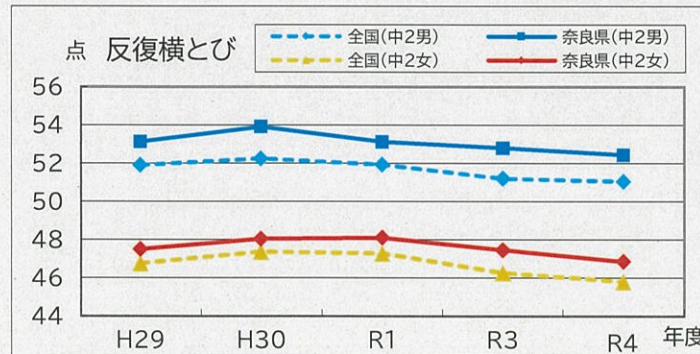
|          | 筋力、筋持久力  |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 上体起こし(回) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 27.45    | 27.36 | 26.96 | 25.99 | 25.74 | 27.58    | 25.74 |
| 奈良県(中2男) | 28.49    | 28.49 | 27.66 | 26.85 | 26.69 | 28.87    | 26.03 |
| 全国(中2女)  | 23.73    | 23.87 | 23.69 | 22.32 | 21.67 | 23.87    | 21.67 |
| 奈良県(中2女) | 24.57    | 24.65 | 24.20 | 23.10 | 22.40 | 24.65    | 21.26 |



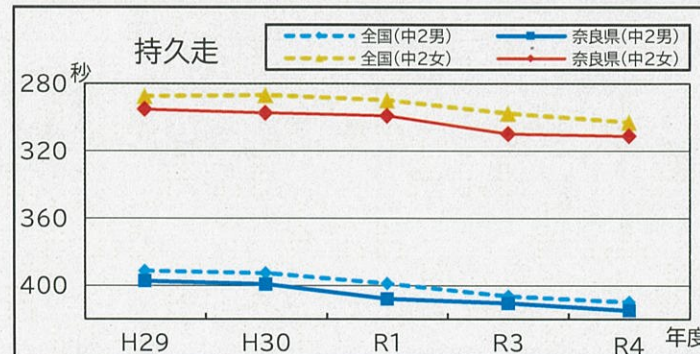
|          | 柔軟性       |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|-----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 長座体前屈(cm) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29       | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 43.20     | 43.44 | 43.50 | 43.67 | 43.87 | 43.87    | 42.91 |
| 奈良県(中2男) | 43.29     | 43.61 | 42.15 | 43.90 | 43.78 | 43.90    | 39.33 |
| 全国(中2女)  | 45.86     | 46.22 | 46.32 | 46.20 | 46.07 | 46.32    | 44.39 |
| 奈良県(中2女) | 45.65     | 45.54 | 46.10 | 46.84 | 46.39 | 46.84    | 40.46 |



|          | 敏捷性      |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 反復横とび(点) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 51.89    | 52.24 | 51.91 | 51.19 | 51.05 | 52.24    | 50.50 |
| 奈良県(中2男) | 53.12    | 53.91 | 53.10 | 52.79 | 52.44 | 53.91    | 47.51 |
| 全国(中2女)  | 46.76    | 47.37 | 47.28 | 46.25 | 45.81 | 47.37    | 44.56 |
| 奈良県(中2女) | 47.50    | 48.03 | 48.10 | 47.45 | 46.86 | 48.10    | 42.36 |



|          | 全身持久力(走能力) |        |        |        |        | H20年度からの |        |
|----------|------------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|          | 持久走(秒)     |        |        |        |        | 最高値      | 最低値    |
|          | H29        | H30    | R1     | R3     | R4     |          |        |
| 全国(中2男)  | 391.23     | 392.65 | 398.98 | 406.38 | 409.81 | 391.04   | 409.81 |
| 奈良県(中2男) | 397.26     | 399.30 | 408.03 | 410.49 | 414.81 | 393.29   | 415.14 |
| 全国(中2女)  | 287.36     | 286.85 | 289.82 | 297.62 | 302.89 | 286.85   | 302.89 |
| 奈良県(中2女) | 295.28     | 297.44 | 299.29 | 309.80 | 311.10 | 295.28   | 311.10 |



|          | 全身持久力(走能力)   |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|--------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | 20mシャトルラン(回) |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29          | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 85.99        | 86.06 | 83.53 | 79.88 | 78.07 | 86.24    | 78.07 |
| 奈良県(中2男) | 86.01        | 86.43 | 83.08 | 80.10 | 78.54 | 87.48    | 78.29 |
| 全国(中2女)  | 59.14        | 59.87 | 58.31 | 54.24 | 51.60 | 59.87    | 51.60 |
| 奈良県(中2女) | 58.31        | 59.46 | 58.32 | 53.60 | 52.09 | 59.46    | 48.44 |

|          | スピード(走能力) |      |      |      |      | H20年度からの |      |
|----------|-----------|------|------|------|------|----------|------|
|          | 50m走(秒)   |      |      |      |      | 最高値      | 最低値  |
|          | H29       | H30  | R1   | R3   | R4   |          |      |
| 全国(中2男)  | 7.99      | 7.99 | 8.02 | 8.01 | 8.06 | 7.99     | 8.06 |
| 奈良県(中2男) | 7.93      | 7.90 | 7.95 | 7.95 | 7.96 | 7.90     | 8.21 |
| 全国(中2女)  | 8.80      | 8.78 | 8.81 | 8.88 | 8.96 | 8.78     | 8.96 |
| 奈良県(中2女) | 8.80      | 8.75 | 8.80 | 8.85 | 8.92 | 8.75     | 9.01 |

|          | 瞬発力(跳躍能力) |        |        |        |        | H20年度からの |        |
|----------|-----------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|          | 立ち幅とび(cm) |        |        |        |        | 最高値      | 最低値    |
|          | H29       | H30    | R1     | R3     | R4     |          |        |
| 全国(中2男)  | 194.54    | 195.62 | 195.03 | 196.36 | 196.89 | 196.89   | 193.43 |
| 奈良県(中2男) | 193.32    | 195.60 | 193.70 | 196.73 | 197.61 | 197.61   | 187.09 |
| 全国(中2女)  | 168.57    | 170.26 | 169.90 | 168.15 | 167.04 | 170.26   | 166.02 |
| 奈良県(中2女) | 167.33    | 169.66 | 168.85 | 169.39 | 167.81 | 169.66   | 159.27 |

|          | 巧緻性、瞬発力(投球能力) |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|---------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | ハンドボール投げ(m)   |       |       |       |       | 最高値      | 最低値   |
|          | H29           | H30   | R1    | R3    | R4    |          |       |
| 全国(中2男)  | 20.56         | 20.55 | 20.40 | 20.31 | 20.28 | 21.30    | 20.28 |
| 奈良県(中2男) | 20.44         | 20.74 | 20.32 | 20.22 | 20.56 | 20.74    | 19.62 |
| 全国(中2女)  | 12.96         | 12.98 | 12.96 | 12.72 | 12.45 | 13.56    | 12.45 |
| 奈良県(中2女) | 12.80         | 12.79 | 12.65 | 12.54 | 12.51 | 12.81    | 12.43 |

|          | 体力合計点(点) |       |       |       |       | H20年度からの |       |
|----------|----------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|
|          | H29      | H30   | R1    | R3    | R4    | 最高値      | 最低値   |
|          | 全国(中2男)  | 42.11 | 42.32 | 41.69 | 41.18 | 41.04    | 42.32 |
| 奈良県(中2男) | 42.68    | 43.32 | 41.88 | 42.14 | 42.06 | 43.32    | 37.70 |
| 全国(中2女)  | 49.97    | 50.61 | 50.22 | 48.56 | 47.42 | 50.61    | 47.42 |
| 奈良県(中2女) | 49.90    | 50.54 | 50.10 | 49.26 | 48.31 | 50.54    | 44.24 |

