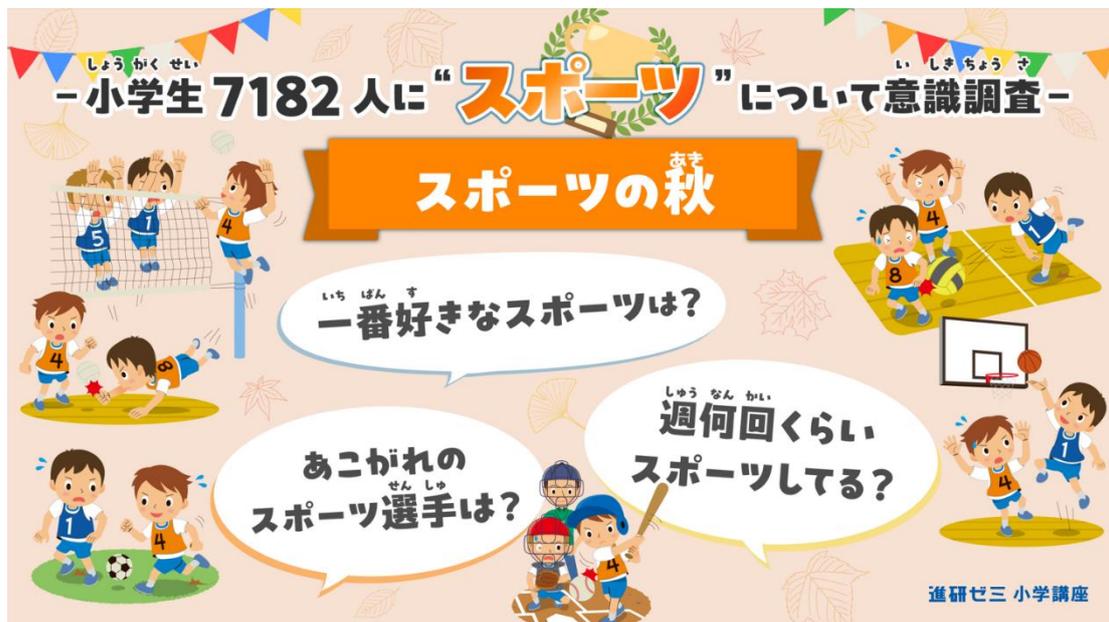


【進研ゼミ 小学講座】「スポーツの秋」に関する意識調査
小学生が一番好きなスポーツ 1位は、男子「野球」女子「水泳」
憧れの選手は「大谷翔平」選手が圧倒的 1位
 運動会は10月中心も、猛暑避け11月シフトの傾向

株式会社ベネッセコーポレーション（本社：岡山県岡山市、代表取締役会長兼社長：岩瀬大輔）が提供する通信教育講座「進研ゼミ 小学講座」は、10月13日の「スポーツの日（旧・体育の日）」を前に、全国の小学3～6年生7,182人（女子4,756人/男子1,831人/性別無回答・その他595人）に「スポーツの秋」に関する意識調査を実施しました。

本調査では、子どもたちがどんなスポーツに親しみ、どんな選手に憧れているのかを明らかにするとともに、運動を通じて感じる楽しさや大変さについても声を集めています。

近年、子どもの体力低下や運動習慣の二極化が社会的な課題となっています。日常的にどのくらい体を動かしているのか、どのようなスポーツに関心を持っているのかを把握することは、家庭や学校にとっても重要です。こうした背景を踏まえ、本調査では「スポーツの秋」に焦点をあて、小学生のリアルな運動実態とスポーツに対する思いを浮き彫りにしました。



■ 一番好きなスポーツは？ 男子は野球・サッカー、女子は水泳、ダンスが人気

男子では根強い人気を誇る野球とサッカーが上位に。続いて水泳、バスケットボールと続きました。一方、女子の回答では水泳が1位に輝き、2位には表現力を活かせるダンス、3位は昨今人気が高まっているバスケットボールがランクイン。スポーツの枠を超えてフィットネス性や楽しさを求める傾向もうかがえます。



「これから挑戦してみたいスポーツ」を聞いたところ、**男子では同様に野球やサッカーが上位**に入りましたが、近年人気が高まっている **バレーボール、卓球もランクイン**しました。

一方、**女子ではサッカーがトップ**となり、さらに「一番好きなスポーツ」では上位に入らなかった**テニス**が**新たにランクイン**する結果となりました。



■ あこがれのスポーツ選手、「大谷翔平」選手が圧倒的 1 位に

「あこがれのスポーツ選手」の調査では、**大谷翔平選手が圧倒的な支持を集めて 1 位**となりました。

大谷選手には「55 号ホームランを達成していたから！」「不可能なことをやりとげているのがすごい」「ひたすらにまっすぐなところ」「二刀流がかっこいい」「プレーがすごい」「夢をくれる」といった声が寄せられ、**回答した子どもたちのおよそ 7 人に 1 人が名前を挙げています**。2 位にはオリンピック金メダリストの北口榛花選手、3 位には卓球の早田ひな選手が続きました。

いずれも**世界の舞台で活躍する姿勢や、努力を続けあきらめない心が評価**されており、子どもたちが夢や希望を託す存在としてランクインしています。

Q.3 あこがれのスポーツ選手は? 【自由回答】

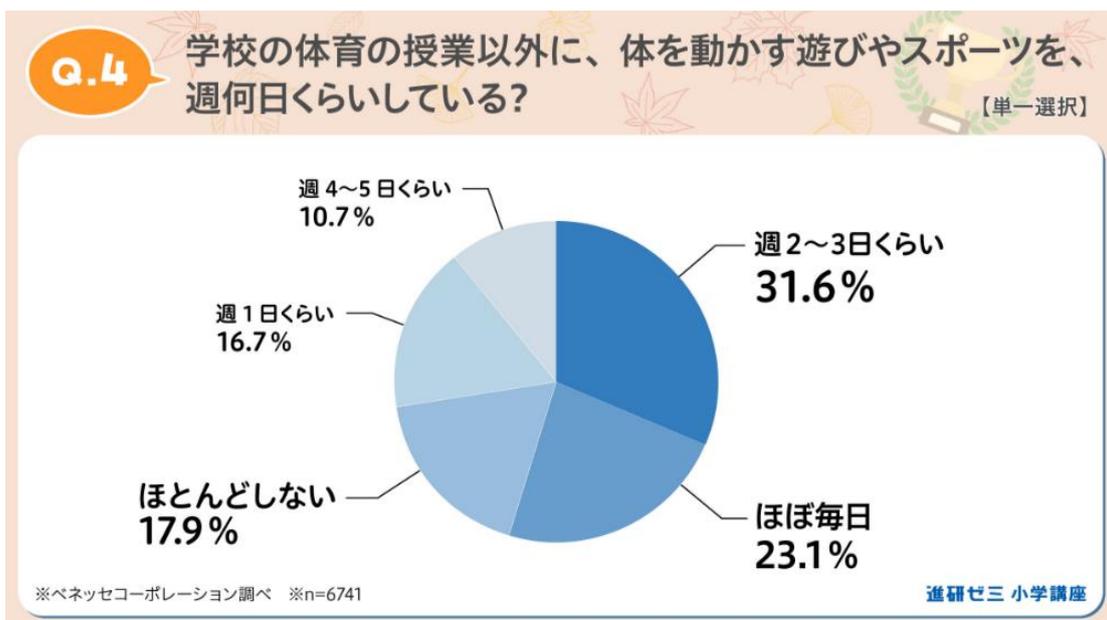
<p>1 大谷翔平 ▶ 55号ホームランを達成していたから!・不可能なことをやりとげているのがすごい・ひたすらにまっすぐなところ・二刀流がカッコいい・プレーがすごい・夢をくれる</p> <p>2 北口榛花 ▶ オリンピックで金メダルを取ったから・笑顔がかわいい・失敗してもあきらめない</p> <p>3 早田ひな ▶ 銀メダルを獲得していてカッコいい・夢に向かって目標に突き進んでいるところ</p> <p>4 リオネル・メッシ ▶ プレーが異次元・強いから・夢をくれてあきらめない</p> <p>5 吉田沙保里 ▶ 雪長類最強だから・スマートでカッコいい・強く突き進んでいるところ</p>	<p>6 ウサイン・ボルト ▶ 人類史上最速・とても速く走るから</p> <p>7 河村勇輝 ▶ 華麗なドリブルや高確率の3ポイント・プレーが上手・試合を観ていて楽しい</p> <p>8 八村塁 ▶ 技がなめらかで圧倒的・しつこいガードを相手にするところ</p> <p>9 佐藤輝明 ▶ バッティングがすごい・ホームランをいっぱい打つところ</p> <p>10 クリстяアーノ・ロナウド ▶ トラップの技術がすごい・ポーズがかっこいい</p>
---	---

※ベネッセコーポレーション調べ ※n=3600 進研ゼミ 小学講座

■「週に2~3日くらいスポーツをしている」と答えた子どもが約3割と最多

「学校の体育の授業以外に、体を動かす遊びやスポーツを、週に何日くらいしている?」と尋ねたところ、**最も多かったのは「週2~3日くらい」で31.6%**でした。次いで「ほぼ毎日」が23.1%、「週1日くらい」が16.7%、「週4~5日くらい」が10.7%となっています。

一方で、「ほとんどしない」と答えた子どもも17.9%おり、**運動習慣がある子とそうでない子の二極化がうかがえる結果となりました。**



■ スポーツをするとき、一番楽しいのは「勝ったとき・勝利したとき」

「スポーツをするとき、一番楽しいのはどんなところ？」と尋ねたところ、**1位**は「**勝ったとき・勝利したとき**」でした。「相手に勝ったとき」「試合で優勝したとき」といった声が多く寄せられています。**2位**は「**友達と一緒にできる・協力できる**」で、「みんなで協力して勝つこと」「友達と頑張れるところ」が挙がりました。続いて、**3位**は「**体を動かすこと自体が楽しい・スツキリする**」で、「汗をかくのが気持ちいい」といった声が聞かれました。勝利の喜びや仲間との協力、成長や達成感など、**小学生がスポーツを通して感じる多様な楽しさ**が浮かび上がる結果となりました。

Q.5

スポーツをするとき、一番楽しいのはどんなところ？

【自由回答】

1 勝ったとき・勝利したとき

▶相手に勝ったとき・試合で優勝したとき

2 友達と一緒にできる・協力できる

▶みんなで協力して勝つこと・友達と頑張れるところ

3 体を動かすこと自体が楽しい・スツキリする

▶体を動かすとスツキリする・汗をかくのが気持ちいい

**4 できなかったことができるようになったとき
上達したとき・成長したとき**

▶新しい技ができたとき・成長できたとき

5 ほめられるとき・認められるとき

▶コーチや先生にほめられたとき・がんばりを認めてもらえたとき

6 記録更新・目標達成・達成感

▶タイムが縮まったとき・自己ベストを更新したとき・目標を達成したとき

※ベネッセコーポレーション調べ ※n=2703

進研ゼミ 小学講座

また、「スポーツをするとき一番大変だと思うことは？」と尋ねたところ、**1位**は「**練習がきつい・大変・つらい**」でした。厳しい練習やトレーニングの繰り返しを負担に感じている子どもが多いことがわかります。**2位**は「**うまくできない・できるようにならない・上達しない**」で、思うようにプレーできないことへの悩みが目立ちました。続いて、**3位**は「**けがをする・けがが怖い**」、**4位**は「**疲れる・体力が必要・筋肉痛**」が挙がっています。スポーツの楽しさとあわせて、練習やけが、体力面の大変さを子どもたちが実感していることが明らかになりました。

Q.6

スポーツをするとき一番大変だと思うことは？

【自由回答】

1 練習がきつい・大変・つらい

**2 うまくできない・できるようにならない
・上達しない**

3 けがをする・けがが怖い

4 疲れる・体力が必要・筋肉痛

5 難しい・コツがつかめない・ルールが分からない

6 暑い・寒い・天候がづらい

7 道具が高い・準備が大変

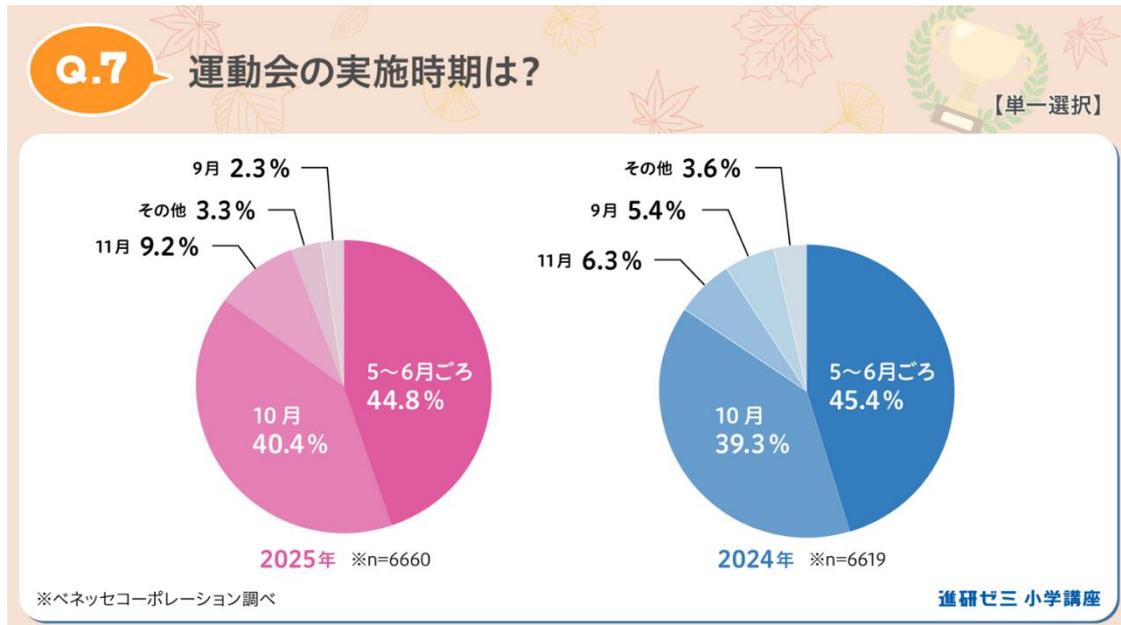
※ベネッセコーポレーション調べ ※n=2530

進研ゼミ 小学講座

■「運動会の実施時期」は5～6月実施が最多、秋実施は9月が減少し11月が増加

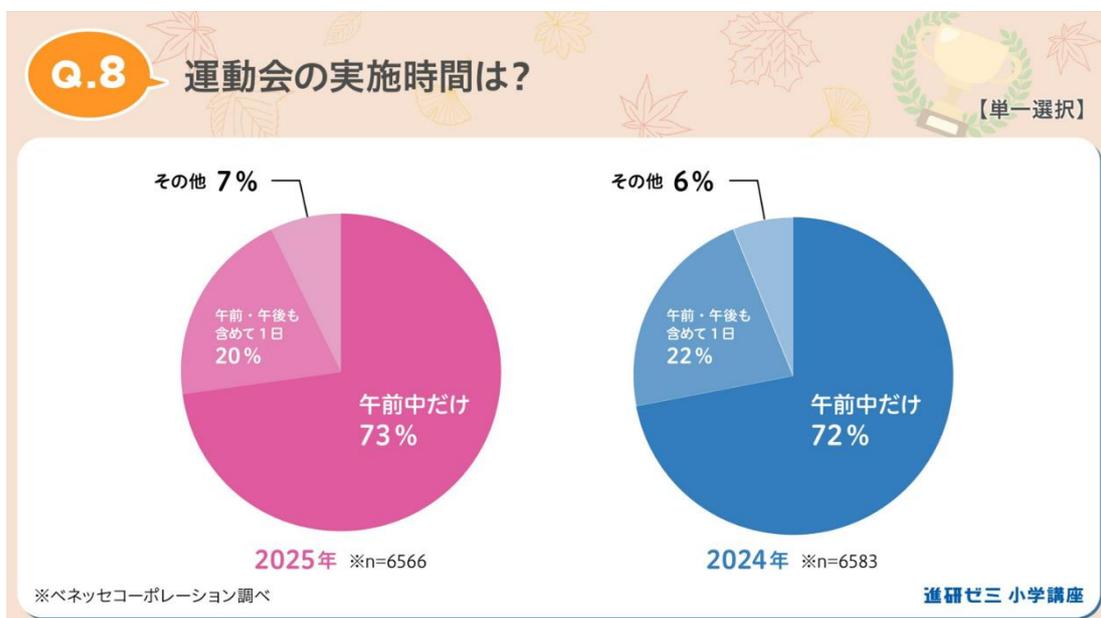
「運動会の実施時期は？」を尋ねたところ、最も多かったのは「5～6月ごろ」44.8%、次いで「10月」40.4%となりました。

また、「9月」開催は2.3%と前年（5.4%）より減少し、「11月」開催は9.2%と、前年の6.3%から増加しており、暑さの厳しい9月を避けて、より涼しい時期に移す学校が増えていることがうかがえます。近年の猛暑の影響を受け、運動会の開催時期が11月へシフトする傾向があるようです。



また、運動会の実施時間については「午前中だけ」が73%と最多で、前年（72%）とほぼ同水準でした。

「午前・午後も含めて1日」は20%（前年22%）、「その他」は7%（前年6%）で、猛暑の影響による短時間化が進んでいるかを確認しましたが、前年との比較では大きな差異は見られませんでした。



調査の結果を受けて

ベネッセコーポレーション 小学生事業本部 本部長（進研ゼミ 小学講座 責任者） 水上 宙士のコメント



「今回の調査からは、子どもたちがスポーツを通して感じている喜びや憧れ、そして時には大変さも浮かび上がりました。「勝ったときの達成感」や「友達と協力できること」は、単なる体力づくりにとどまらず、仲間と切磋琢磨しながら挑戦する経験そのものです。

こうした体験は、机に向かう勉強と同じように、子どもたちの成長に欠かせない大切な学びの一部だと考えています。また、運動会の時期が変化されるなど、学校現場でも子どもの健康と安全を守る工夫が進んでいることもわかりました。

進研ゼミ 小学講座は、こうした日常の生活体験を含めた子どもの声を集めて社会に届け、学びを多角的に支える取り組みを今後も進めてまいります」

■ 調査概要

- ・「進研ゼミ 小学講座」の利用者を対象にした Web 調査
- ・調査対象：全国の小学 3～6 年生の男女
- ・実施時期：2025 年 9 月 26 日～2025 年 9 月 29 日
- ・有効回答数：7,182 人（女子 4,756 人/男子 1,831 人/性別無回答・その他 595 人）

※本調査では、設問ごとに選択式と自由回答形式を併用。選択式で傾向を把握しつつ、自由回答では子どもたちの生の声を抽出しました。

※本調査結果は引用・転載いただけますが、その際は必ず「ベネッセコーポレーション調べ」と出典を明記してください。数値やランキングの一部のみをご紹介いただく場合も同様に、出典を添えてご活用くださいますようお願いいたします。

「進研ゼミ 小学講座」<https://sho.benesse.co.jp/>

小学生利用者数 No.1※の「進研ゼミ 小学講座」は、小学 1 年生から小学 6 年生まで継続してご利用いただける家庭学習サービスです。「勉強が好きになる！」をコンセプトにお子様の学校の教科書や授業の進度、お一人おひとりの理解度や目標に合わせて、効果的に学習を進めていただけます。

※個人で申し込んで 2025 年 4 月に利用した学校・参考書・問題集以外の学習法において、小学生の利用率を調査。文部科学省「令和 6 年度学校基本調査」の児童数を用いて利用者数を推計。比較した事業者は矢野経済研究所「2024 年版教育産業白書」をもとに選定。（調査委託先：（株）マクロミル、小学生の保護者 22,566 名が回答、インターネット調査で 2025/6/4～6/13 実施）

■ 「進研ゼミ 小学講座」YouTube チャンネル

https://youtube.com/@shinkenzeimi_shougakukouza?si=8s0xQU6T0rx8V_Wh

「小学生の勉強が好きになる」を応援する 進研ゼミ 小学講座 公式チャンネルです。

「1～2 年生：親子で一緒に楽しく学べる」「3～6 年生：新たな発見ができる」動画を毎週月・水・木の 7:00 頃に配信。人気キャラクター「コラシヨ」の動画や、小学生からの投稿によって作られたコンテンツも続々配信しています。

