

令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

調査対象：5年生

調査事項

ア 実技に関する調査

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査）

1 結果と分析

- 男子は、特に上体起こしの大きな力を出す能力である筋力と筋力を持続する能力である筋持久力が優れている。
- 女子は、特にソフトボール投げの運動を調整する能力である巧技性とすばやく動き出す能力である瞬発性が優れている。
- 男女とも、反復横とびのすばやく動作を繰り返す能力である俊敏性に課題がある。

2 取組についての評価

(1) 体育科の学習指導

①効果があった取組

- ・友だちとの交流を通して、動きのポイントや技のコツ等を知ることができる学び合う活動の設定
- ・準備運動や学校行事で短縄を推進する体づくり運動の吟味
- ・できるようになったことを自覚させる自己評価や振り返り活動の設定

②改善を図る点

- ・俊敏性をあげるための運動を体育の時間の準備運動を通して継続して行うこと。
- ・体育の授業の中で、児童が主体的に活動に取り組むことができるような場づくりを行うこと。
- ・体育の授業の中で、タブレットを活用し、自分の動きを評価する機会を設定すること。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・日常的に運動することへの意識を向上させるため、体力アップシートを活用し定期的に評価を行う。
- ・1時間あたりの運動量を75%確保し、体力の向上を図る。