

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

- 男子は握力の大きな力を出す能力である筋力が優れている。
- 女子は上体起こしの数値が高く、上半身の筋力が優れている。
- 男女とも、反復横跳びにおいて、瞬発力やすばやく動作を繰り返す動きに課題がある。
- 男女ともに、シャトルランの数値が低く、持久力に課題がある。

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

- ・運動する楽しさを実感できるように取り組んでいるハルレクやハルスポ等の学校独自の取組を継続して、開催したこと。
- ・体力向上研修会で作成した「体力向上シート」を基に、各学年の課題に応じた運動の取組を実施・評価・改善し、次年度の体力テストまで継続したこと。

②改善を図る点

- ・全身持久力を高めるための運動を、体育の時間の準備運動を通して継続して行う。
- ・委員会活動と連携して、ハルスポの取組を月に1回行う。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・日常的に運動して、体力をつけるために、月に1回ハルスポを開催する。
- ・継続的な体力向上を目指して、ハルスポの目標値を設定して、練習に取り組む。また、達成した値を掲示することで伸びを視覚的に分かるようにする。