

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、特にソフトボール投げや立ち幅跳びなどのすばやく動き出す能力や運動を調整する能力が優れている。
- 女子は、特に上体起こしの筋力を持続する能力が優れている。
- 男女とも、20mシャトルランの運動を持続する能力である、全身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

- ・ICT 機器を活用して、自分の運動する姿を録画し、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
- ・体育の時間で行う運動に応じて、準備運動で行う体づくり運動の設定
- ・全国平均等や去年の自分の記録などを参考にした目標値の設定

②改善を図る点

- ・体育の時間の運動量を増やすこと通して、持久力をあげるための運動を継続して行うこと。
- ・体育の時間の中で、児童が主体的に練習に取り組むことができるような場づくりを行うこと。

(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。
- ・朝食摂取率を向上させるため、家庭への呼びかけを行う。
- ・1校1取組の全校マラソンを継続して企画・実行する。