

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、特に長座体前屈の大きく関節を動かす能力が優れている。
- 女子は、特に立ち幅跳びやソフトボール投げなどのすばやく動きだしたり、運動を調整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

- ・学年ごとの体力の課題に応じた体づくり運動や準備運動で「スポコン広場」を活用した授業を実践したこと。
- ・養護教諭と連携を図り、生活習慣改善に向けた保健指導を実施したこと。

②改善を図る点

- ・互いに教え合ったり、アドバイスをし合ったりすることで、仲間と共に運動する楽しさや達成感を味わうようにすること。
- ・休み時間の遊びや運動で、基礎的な体力や筋力を身に付けること。

(2) 今後の体力向上に対する取組

- ・体力アップシートを効果的に活用し、昼休み等普段の運動から、体づくりを意識できるように定期的に評価を行う。
- ・基礎的な体力等を身に付けさせるため、準備運動にランニングや縄跳び等を取り入れて持久力や筋力アップに意識的に取り組む。
- ・ドッジビー大会(5月・11月・2月)前後1週間を“運動週間”として位置づけ、外での運動を促し、体力アップを図る。