

令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

全国調査から分析

全国の小学5年生と中学2年生を対象とした「令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が令和7年4月から7月にかけて実施されました。

<調査の目的>

【国】

全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。

【県及び各市町】

各教育委員会が自らの子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。

【各学校】

各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導の改善に役立てる。

<調査内容>

① 【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（中学校：男子1500m、女子1000m持久走も選択可）、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ（中学校：ハンドボール投げ）

② 【質問紙調査】

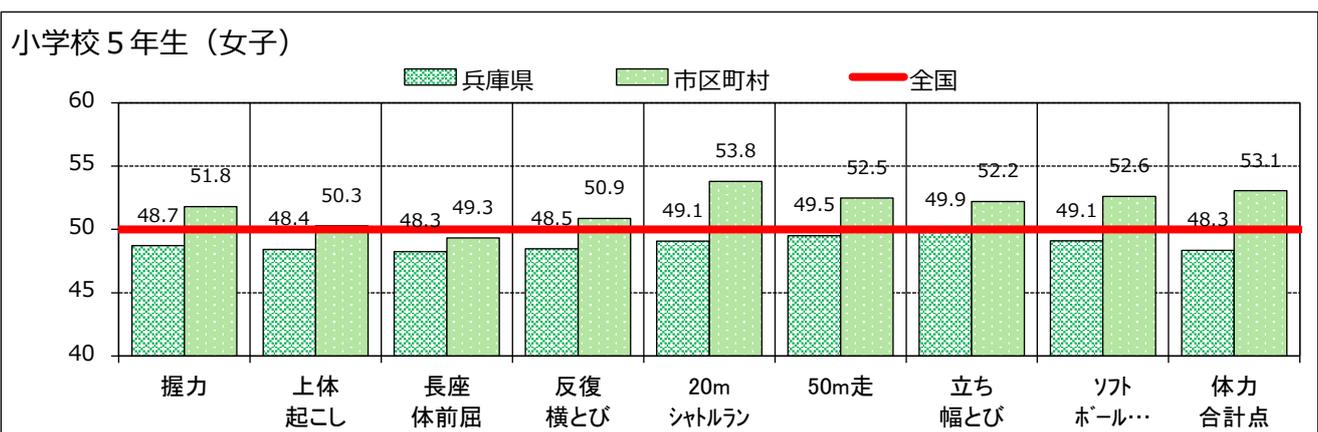
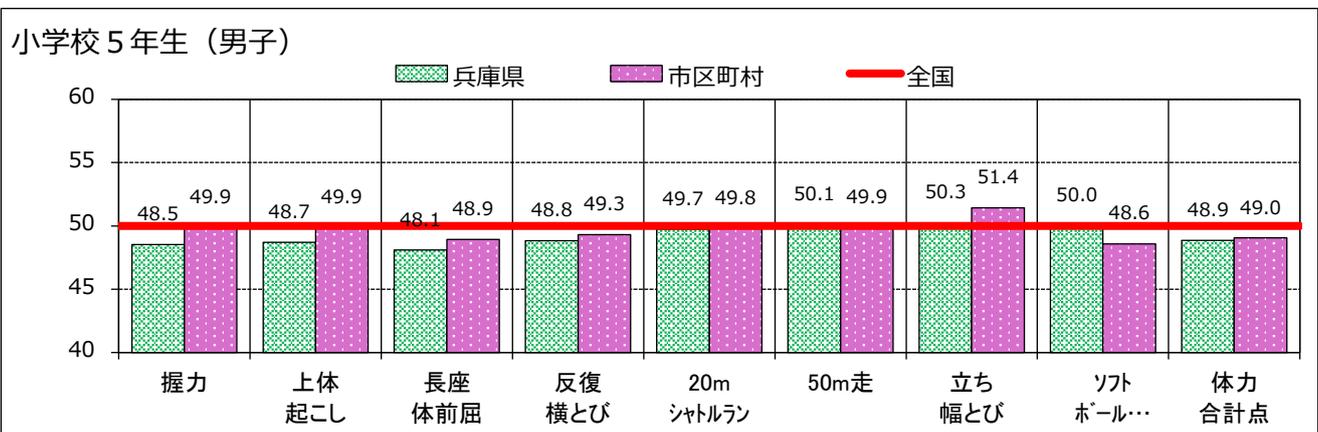
運動習慣や生活習慣などに関する質問

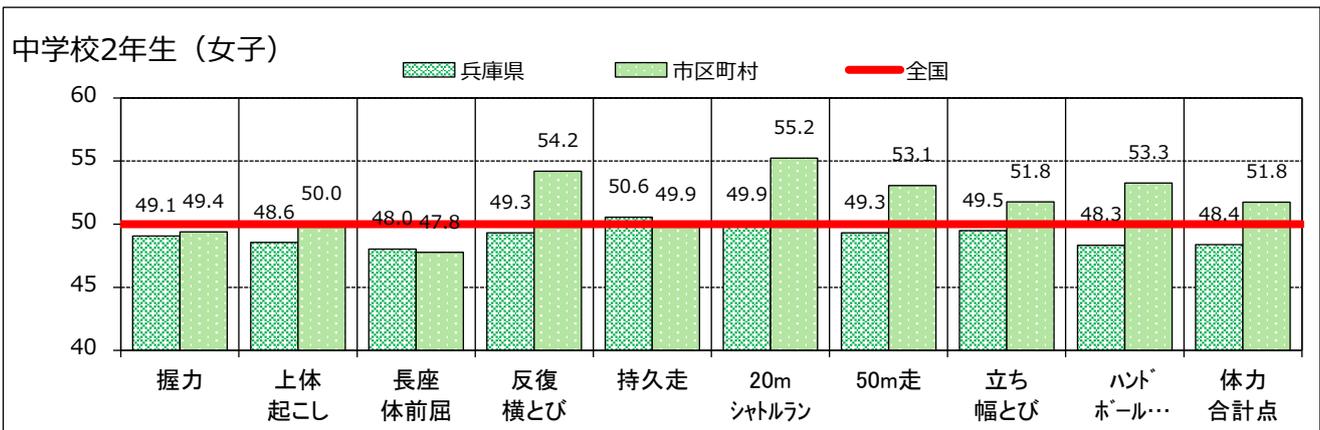
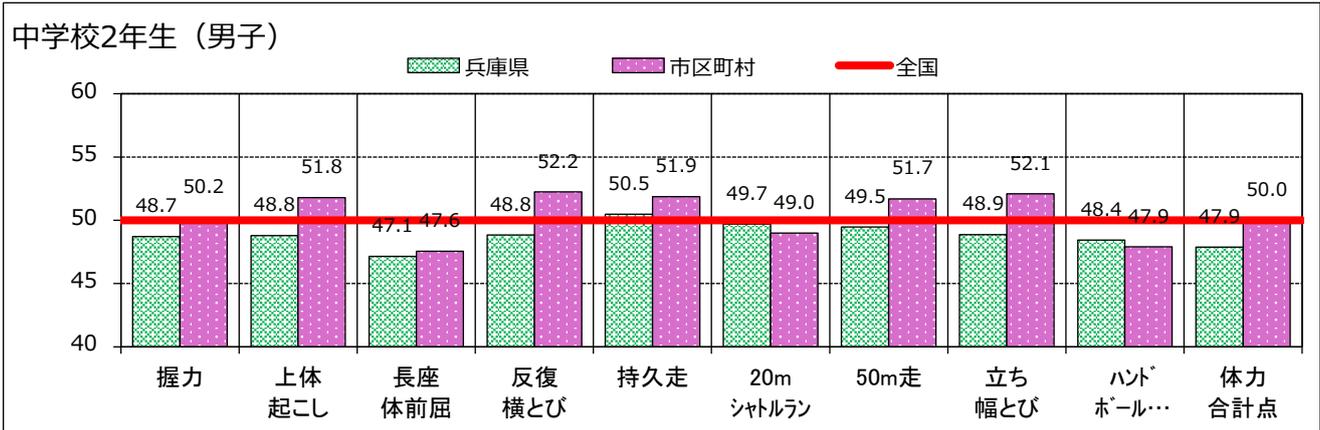
実技調査の結果《宍粟市》

全国平均を上回る種目多い

実技調査（グラフ）では総合的に小中学校男女すべてで全国平均とほぼ同じ、あるいは上回る結果となりました。特に、小学校女子は、8種目中7種目で全国平均を上回りました。

一方、課題となっている柔軟性（長座体前屈）は、全国平均を下回っていました。





◆全国の測定値を50として比較（赤線部）

質問紙調査の結果《宍粟市》

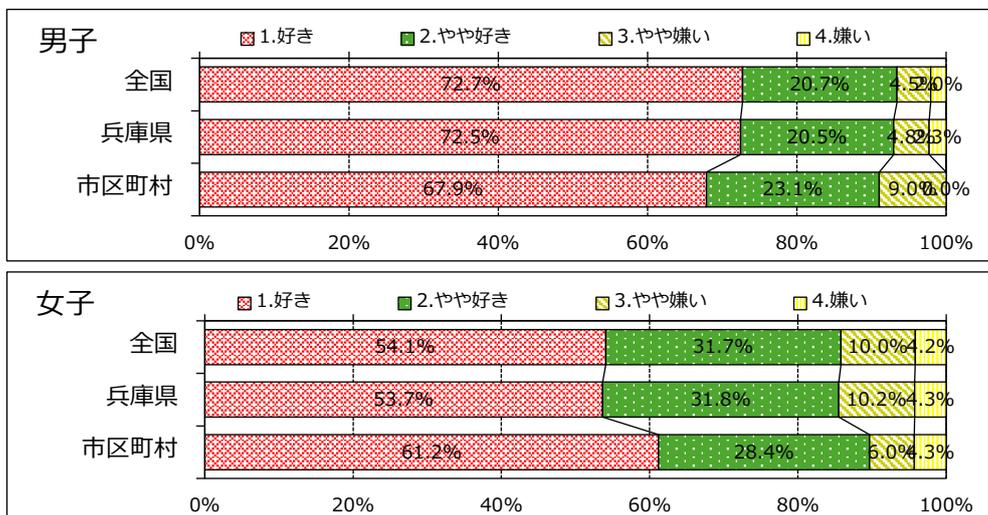
【回答結果は、良好】

質問紙調査による「運動やスポーツをすることが好きな子どもの割合」（グラフ）は、中学校男子・女子および小学校女子においては全国平均を上回る結果となりました。小学校男子は、全国平均を下回る結果となっておりますが、結果からは多くの児童が運動やスポーツを楽しんでいることがわかります。

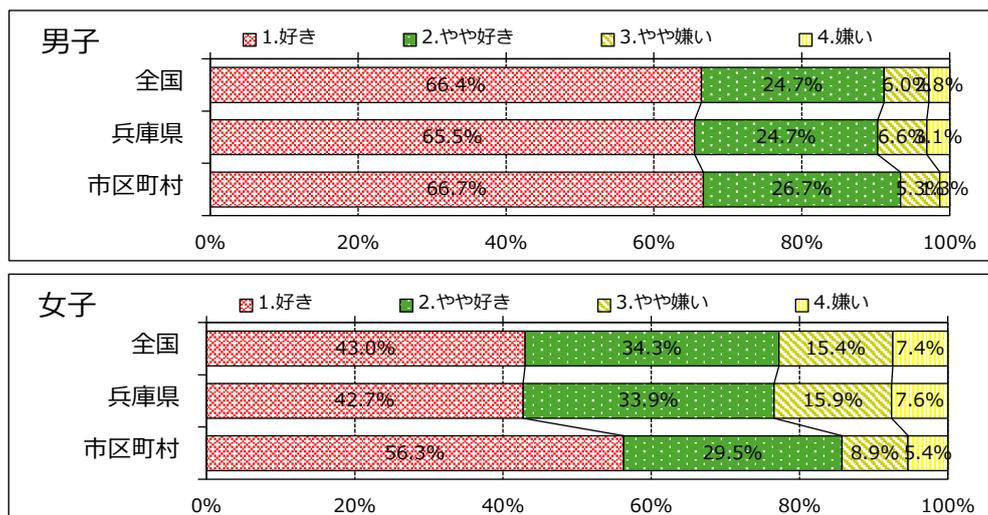
「体育の授業は楽しい」「体育の授業では、進んで学習に参加している」という質問に対して、肯定的な回答をした児童生徒の割合も全国平均を上回っていました。

運動に対する意欲と体力には関係性がみられ、運動やスポーツに積極的に取り組む児童生徒ほど、実技調査における高得点につながっており、各学校は、運動やスポーツに親しむ機会の工夫に取り組んでいます。

<小学校>



<中学校>



体力アップにつながる学校での取組《宍粟市》

【しーたんチャレンジによる課題克服と継続的な取組】

宍粟市の学校では、授業や休み時間の過ごし方の改善などを通して、体力・運動能力の向上と運動好きの子どもを増やし、生涯にわたって運動・スポーツに親しむための基礎づくりをめざすため、「しーたんチャレンジ」を行っています。

調査結果をふまえ、学校ごとの課題や良いところを明らかにし、授業や休み時間等で課題解決に向けた取り組みを行っています。課題である柔軟性を高める「体ほぐしの運動」や「ストレッチ」などの運動を授業の中に取り入れ、継続して取り組むことで、長座体前屈の記録が上昇する様子も見られます。

また、ICT機器の活用により、手本となる動きを動画で確認したり、自分の動きを記録して、教職員と一緒にふり返る機会を作ったりしながら、一人ひとりに応じた支援を行っている学校が見られます。