

令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について

1 調査の概要

(1) 対象学年

- ・ 小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年
- ・ 中学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年

(2) 調査の内容

① 児童生徒に対する調査

ア 実技調査

- ・ 小学校、中学校ともに8種目で実施
- ・ 中学校は持久走と20mシャトルランから選択

実技種目		単位	体力	測定方法
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値
②	上体起こし	回	筋力 筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④	反復横跳び	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤ -1	持久走	秒	全身持久力	男子1500m、女子1000m の走行時間
⑤ -2	20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
		} どちらかの 1種目を選択 (中学校)		
⑥	50m走	秒	スピード	50mの疾走時間
⑦	立ち幅跳び	cm	瞬発力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧	ソフトボール投げ	m	巧緻性	ソフトボールを遠投した距離(小学校)
	ハンドボール投げ		瞬発力	ハンドボールを遠投した距離(中学校)
体力合計点		点	8種目のテスト成績を1点から10点に得点化して総和したテスト合計得点	

イ 運動習慣等調査

② 学校に対する質問紙調査

(子どもの体力向上等に係る取組等に関する質問紙調査)

③ 教育委員会に対する質問紙調査

(子どもの体力向上等に係る施策等に関する質問紙調査)

(3) 調査の実施期間

- ・ 令和7年4月～7月の間に各学校において実施

(4) 本県の調査学校数(公立学校)・児童生徒数

校種	学校総数	調査実施校数	実施児童生徒数
公立小学校	232	222	11,983 (男:6,213 女:5,770)
公立中学校	110	101	11,103 (男:5,683 女:5,420)

2 結果の概要

(1) 全国

① 体力合計点の状況

- ・ 体力合計点は、小中学校男女ともに前年度から向上しているが、中学校男子を除いてコロナ前の水準に至っていない。

② 運動習慣等調査の状況

- ・ 1週間の総運動時間が420分以上の割合は、小中学校男女ともに減少傾向である。
- ・ 1週間の総運動時間が60分未満の割合は、小中学校男女ともに増加傾向である。
- ・ 平日の学習以外のスクリーンタイム※が「3時間以上」の割合は、小中学校男女ともに増加傾向である。(※平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機器等の画面の視聴時間)
- ・ 「運動は好き」と答えた児童生徒は、小中学校男子で増加傾向、小中学校女子で減少傾向である。
- ・ 「体育・保健体育の授業は楽しい」と答えた児童生徒は、小中学校男子で増加傾向、小中学校女子で減少傾向である。

(2) 滋賀県

① 体力・運動能力調査の結果

〈体力合計点の状況〉

- ・ 令和6年度に比べて、小学校の男女・中学校の男女ともに上昇した。
- ・ 中学校男子は、本年度も全国平均を上回った。

〈種目別の状況〉

- ・ 小学校男子：令和6年度に比べ、握力・50m走を除く種目で得点が向上した。全国平均と比較すると、立ち幅跳びが全国を上回っている。
- ・ 小学校女子：令和6年度に比べ、握力を除くすべての種目で向上が見られた。全国平均と比較すると、立ち幅跳びが全国を上回っている。
- ・ 中学校男子：令和6年度に比べ、50m走・立ち幅跳びを除く種目で得点が向上した。全国平均と比較すると、50m走は全国と同様、上体起こし・反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳びが全国を上回っている。
- ・ 中学校女子：令和6年度に比べ、握力・50m走・立ち幅跳びを除く種目で得点が向上した。全国平均と比較すると、反復横跳び・立ち幅跳びが全国を上回っている。

② 運動習慣等調査の結果

- ・ 1週間の総運動時間は、令和6年度に比べて、小・中学校ともに減少した。
- ・ スクリーンタイムが4時間以上の割合は、令和6年度に比べて、小・中学校ともにやや減少した。
- ・ 「運動やスポーツが好き」と答えた児童生徒の割合は、令和6年度に比べて、小学校男子・中学校女子で減少したが、小学校女子・中学校男子は増加した。
- ・ 「体育が楽しい」と答えた児童生徒の割合は、令和6年度に比べて、小学校男女・中学校女子ともに減少し、中学校男子は増加した。

(3) 本県の主な課題

調査結果を踏まえると、本県においては、体力合計点が前年度より回復傾向にある一方で、次のような課題が見られる。

① 小学校段階における体力の底上げと基礎的体力の向上

小学校の男女ともに体力合計点は上昇しているものの、全国平均を下回る状況が見られ、特に握力など基礎的な筋力面に課題が残っている。

② 中学校段階における持久力を中心とした体力要素の向上

中学校では体力合計点は一定水準を維持しているが、持久力をはじめとする体力要素については、さらなる向上が求められる。

③ 週当たりの総運動時間の減少への対応

小・中学校ともに、1週間の総運動時間が前年度より減少しており、日常的な身体活動量の確保が課題である。

④ 体育・運動に対する意欲や肯定感の維持・向上

「体育が楽しい」「運動やスポーツが好き」と回答した児童生徒の割合が一部で減少しており、運動への主体的な関わりを促す工夫が必要である。

⑤ 家庭・地域と連携した運動習慣づくりの推進

学習以外のスクリーンタイムは前年度を下回り、日常生活の過ごし方に一部変化が見られたものの、依然として長時間化の傾向は否めない。そのため、学校における取組に加え、家庭・地域と連携した運動機会の創出が求められる。

(4) 今後の取組

授業改善（課題①②④への対応）

児童生徒一人ひとりが「わかった」「できた」という達成感を味わいながら学べるよう、基礎的体力の向上と運動への肯定感の育成を重視し、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図る視点で授業改善に取り組む。

○ 基礎的体力の向上を意識した授業づくり

握力や体幹、持久力等、体力低下が見られる要素について、授業の導入等に短時間で継続的に取り入れ、楽しさを伴った形で基礎的体力の向上を図る。

○ 個に応じた学びの支援

児童生徒に応じた運動課題の提示や学習環境の工夫により、成功体験が得られる授業展開を推進する。

○ 研修体制の充実

体育科・保健体育科主任研修会の開催に加え、外部講師および県教育委員会指導主事による学校訪問を通じて、授業づくりの改善に向けた指導助言を行う。

○ 中学校での PDCA を活用した体力向上の推進

調査結果等から学校全体や学年の体力状況を把握・分析し、学校ごとの目標に基づく取組を計画的に進める。その際、「PDCA シート」を活用して計画・実施・評価・改善を循環させ、継続的で組織的な体力向上プログラムの充実を図る。

運動の習慣化（課題③⑤への対応）

児童生徒が日常的に身体を動かす機会を確保し、運動時間の増加と生涯にわたって運動に親しむ態度の育成を目指す。

- 学校ぐるみの体力向上の取組
小学校に設置されている「子どもの体力向上委員会」が中心となり、各校の実態に応じた「健やかタイムプラン」を計画・実施する。
- 幼小期の運動遊びの充実による基盤形成
幼児期から小学校低学年にかけて、安全で楽しい運動遊びを重視し、体力向上の基盤づくりと運動への親しみの育成につなげる。
- 家庭・地域と連携した運動習慣づくり
「教育しが」や県ホームページ等を活用し、調査結果や課題を分かりやすく発信するとともに、家庭で取り組める多様な運動遊びや身体活動の工夫を紹介し、家庭・地域と連携した体力向上を推進する。
- 児童の運動意欲を高める取組の継続・充実
インターネットを活用して県内の児童の記録を共有する「湖っ子チャレンジランキング」を継続し、他校の取組に触れる機会や達成感を共有することで、主体的な運動への取組を促し、運動習慣の定着を図る。
- 日常生活の中で身体を動かす取組の推進
下校時の早歩きや階段の利用、「ながらストレッチ」（TV視聴・勉強・寝る前等）を推奨するとともに、「毎日ちょこっと運動カード」の周知・活用を通して、生活習慣の中に自然に身体活動を取り入れ、運動量の確保と生涯にわたって運動に親しむ意識の醸成を図る。