

令和7年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果検証

学校の概要

大阪市立築港小	学校	児童数	18
---------	----	-----	----

平均値

5年生	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	体力合計点
男子	13.00	24.43	37.00	42.86	57.29	9.09	157.00	26.00	57.17
大阪市	15.70	19.17	33.01	38.63	45.42	9.52	148.43	20.76	51.54
全国	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
女子	16.45	24.09	40.09	38.00	36.91	9.89	146.91	17.91	57.27
大阪市	15.40	18.33	37.58	36.86	35.15	9.83	139.41	12.67	52.58
全国	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

結果の概要

1. 強みと弱み（課題）

本校の強みは、男子の「上体起こし」や「長座体前屈」に見られるように、柔軟性や筋持久力の指標で全国・市平均を大きく上回る項目がある点である。また、女子も「上体起こし」や「ソフトボール投げ」で高い数値を記録している。一方で課題は、男子の「握力」である。女子は「反復横跳び」「50m走」で全国平均をやや下回ったが大きな課題は見当たらない。

2. 体力合計点と運動習慣

体力合計点の平均は、男子が57.17点、女子が57.27点であった。男女ともに全国平均を大幅に上回っている。質問項目「運動やスポーツをすることは好きですか」に対し、「好き」と答えた割合は男子が85.7%、女子が81.8%であった。女子において「嫌い」と答える児童が1割弱存在することが、今後の課題であるといえる。

3. 1週間の総運動時間

1週間の総運動時間（学校の体育授業を除く）が60分未満（0～59分）の児童の割合は、男子が0%、女子が18.2%（うち0分が9.1%）であった。女子の2割近くが運動をしない層となっており、学校全体として、日常的に体を動かさきっかけ作りと運動時間の確保が必要である。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

1. これまでの取組の成果と課題

毎年取り組んでいる「なわとび・かけ足タイム」や「がんばりカード」の活用が、今回の調査結果において、「運動好き」の割合が男子の85.7%、女子の81.8%と高かったことや、女子の体力合計点が全国を大きく上回った成果につながっている。特に、芝生の上で多様な遊びを展開したことが、柔軟性や持久力の向上に寄与したと考えられる。今後は、男子の握力の底上げが課題である。芝生の環境をさらに整備する、遊びの選択肢が増やせるように用具の購入や委員会での遊びの提案を行うなどに取り組み、休み時間により多様な運動（投力や懸垂など）ができるようにしていく。

2. 生活習慣から見てくること

本校の児童質問紙調査の結果を分析すると、生活習慣における課題と体力の向上には密接な相関が示唆される。

①睡眠時間と午前中の集中心

睡眠時間が「8時間以上」確保されている児童ほど、体力合計点が点が高い傾向にある。特に男子で睡眠時間が8時間以上の児童の体力合計点平均は63.4であった一方で、8時間未満の児童の体力合計点は45.0となっていた。睡眠不足の児童は、質問項目「体育の授業で進んで学習に参加しているか」への肯定的な回答割合が低く、生活リズムの乱れが体力向上を妨げる要因となっている。

②生活習慣の質問から

「朝食を毎日食べますか」について、毎日食べる児童の割合が男子は71.4%（全国82.5%）、女子は72.7%（全国80.4%）となり課題であると分かった。「平日に学習以外で1日にどのくらいテレビやスマートフォン等の画面を見ていますか」について、3時間以上見る男子は42.9%と全国42.7%と同程度であったが、3時間以上見る女子は54.6%と全国37.4%を大きく上回り、課題であると分かった。

これらの結果から、実技指導、運動環境整備だけではなく、「早寝・早起き・朝ごはん」、「メディアの適切な使用」といった基本的な生活習慣の定着を家庭と連携して進めることが、本校の体力向上の課題であるといえる。