

令和7年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 における姫島小学校の結果の分析と今後の取組について

スポーツ庁による「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」について、令和7年4月から令和7年7月末までの期間に、5年生を対象として、「実技に関する調査」と「質問調査」を実施いたしました。

大阪市教育委員会では、保護者や地域の皆様等に説明責任を果たすとともに、より一層教育に関心をお持ちいただき、教育活動にご協力いただくため、各学校が調査結果や調査結果から明らかになった現状等について公表するものとしています。

本校でも、調査結果の分析を行い、これまでの成果や今後取り組むべき課題について明らかにしてまいりましたので、本市教育委員会の方針に則り公表いたします。

なお、本調査により測定できるのは、体力等の特定の一部分であり、学校における教育活動の一側面に過ぎません。本校では、他の教科も含め、総合的に子どもの体力向上をめざしています。

1 調査の目的（全国体力・運動能力、運動習慣等調査に関する実施要領より抜粋）

- (1) 子供の体力・運動能力等の状況に鑑み、国が全国的な子供の体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、子供の体力・運動能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。
- (2) 各教育委員会、各国公立学校が全国的な状況との関係において自らの子供の体力・運動能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、そのような取組を通じて、子供の体力・運動能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。
- (3) 各国公立学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

2 調査の対象

- ・国・公・私立学校の小学校第5学年、義務教育学校前期課程第5学年、特別支援学校小学部第5学年の原則として全児童
- ・姫島小学校では、5年生 73名実施

3 調査内容

- ・児童に対する調査

ア 実技に関する調査（以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストと同様）
小学校調査では、以下の種目を実施する。

〔8種目〕 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 質問調査

運動習慣、生活習慣等に関する質問調査を実施する。

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

姫島小

学校

児童数

73

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	13.60	19.09	33.67	39.75	48.91	9.55	156.00	19.25	51.93
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	14.00	15.27	35.61	38.54	32.80	10.13	142.23	11.30	49.16
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

- 学校としての顕著な傾向とまでは言えないが、平均値によれば、男女ともにやや握力とボールを投げる力に課題があり、男子の持久力・立ち幅跳びは比較的高いという傾向はある。ただしこれは、学校としての継続した傾向とは言えず、あくまで5年生の傾向である。総合的な結果を示す体力合計点では男子は全国平均を1ポイント程度下回り、女子は全国平均を4.8ポイント程度下回る。ただしこれも、学校として継続して女子の体力に課題があるというわけではなく、あくまで令和7年度5年生での結果である。
- 「運動をすることが好きか」という質問に対する肯定的回答率は、男子87.5%女子72.5%で、ともに男子93.4%女子85.8%という全国平均に比べるとかなり低い。大阪市平均は全国平均とほぼ同じなので大阪市平均に比べてもかなり低い。
- 1週間の総運動時間が60分に満たない(学校の授業や休み時間を除いて)と回答した児童の割合は、男子9.8%女子17.3%とかなり多い。これは、「60分未満」の割合は増加傾向となっている。また、男女とも、「420分以上」の割合も減少している。

これまでの取組の成果と今後取り組むべき課題

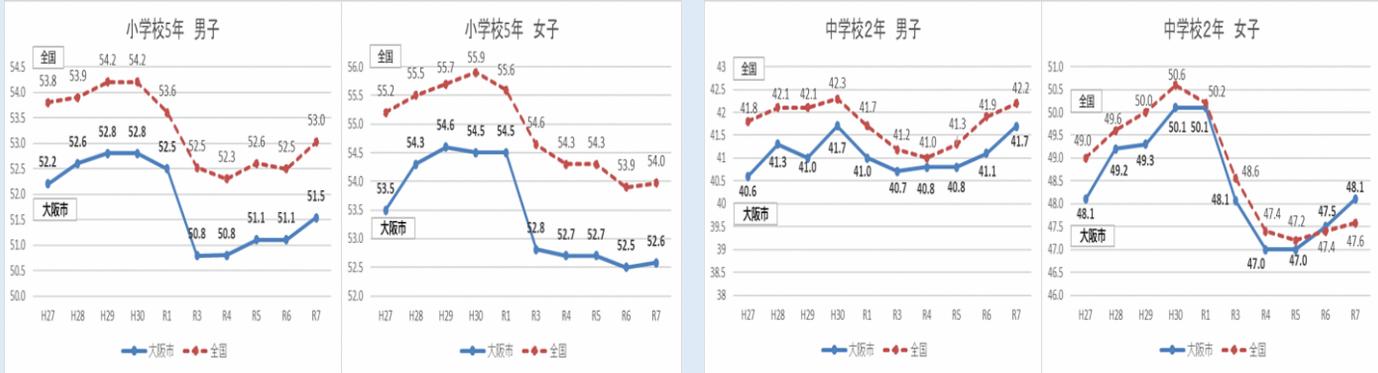
- 体力・運動能力・運動習慣については、家庭の考えや本人の資質能力等の要因もあり、また学力向上ほか多岐にわたる課題がある中で、結果の向上に向けて学校ができる範囲は大きくないと基本的に考えている。それでも、体育の授業が楽しいと感じている児童は、1週間の運動時間が長く、体力合計点、卒業後の運動意欲も高かった。児童が楽しいと感ずることができるような「個別最適な学び」と「協働的な学び」の充実が求められる。
- 朝食を「毎日食べる」と回答した児童の割合は、増加しましたが、以前の水準には戻っていなかった。朝食は体力だけでなく、様々な生活活動の源であることから、引き続き、朝食摂取の大切さを伝える。
- 体力合計点は、運動・スポーツが好きと感じている児童ほど高い傾向にあった。生活習慣や運動習慣に加えて、「運動・スポーツが好き」と感じられる取組を考えていく。

いっしょにのばそう！ 子どもの体力

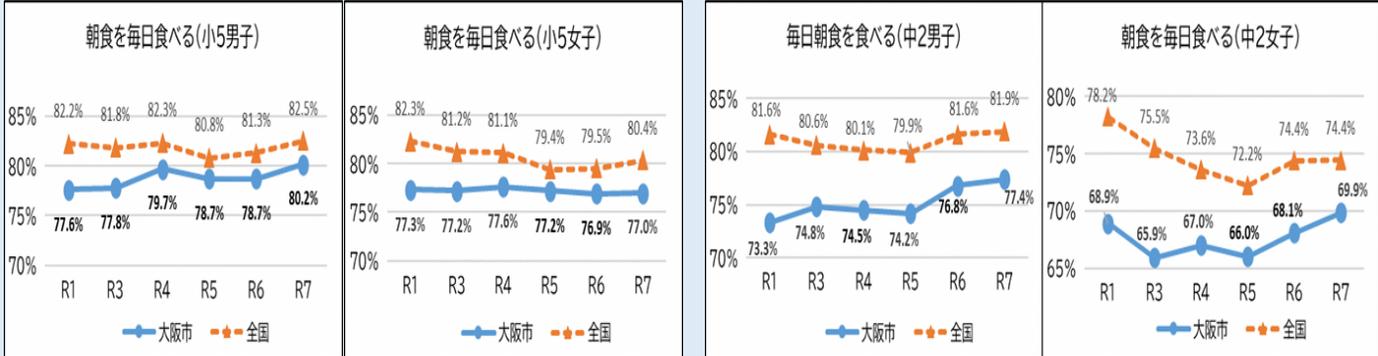
大阪市教育委員会事務局

令和7年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果分析から、
小学校男子・中学校男女は向上、小学校女子はほぼ横ばい

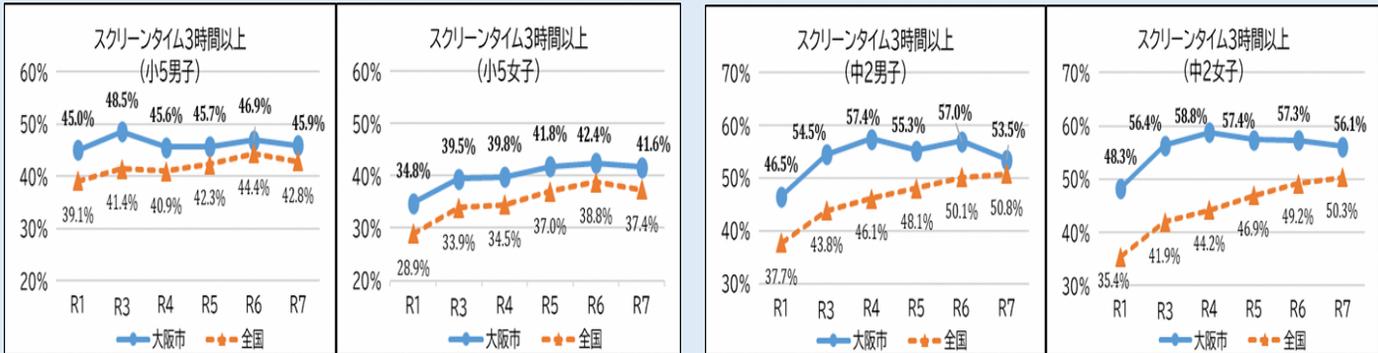
◆ 新体力テストの**体力合計点**（8種目の合計点）中学校女子は全国平均上回る



◆ **朝食**を毎日食べる子どもたちの割合が全国的に年々減少



◆ **スクリーンタイム3時間以上**の割合が全国的に年々増加



スポーツ庁室伏前長官による身近なものを活用したウォーミングアップ動画

- ・ お子さんと一緒に運動する機会がありますか？
- ・ お子さんは3食きちんと食事を摂れていますか？
- ・ お子さんのスクリーンタイムが長くなっていませんか？



体力は健やかに生きていくための力です！

体力は「運動やスポーツができるチカラ」だと思いませんか？ 体力には、**運動するための体力**（しなやかな身体）と**健康に生活するための体力**（ストレスに負けない心など）があります。つまり、体力は**生きていくために必要なチカラ**と言えるでしょう。

ですから、体力が低下すると、運動を楽しむことができなかつたり病気にかかりやすくなつたりするだけでなく、勉強したり遊んだりすることも難しくなります。

体を思うとおりに動かせない、じっと机に向かうことが難しい、集中力が続かないといった子どもたちの様子は、体力の低下が原因の一つと考えられています。

子どもたちの体力の低下は、「今」の運動や生活に影響するだけでなく、「将来」の健康をおびやかすことにつながります。

今こそ、学校だけでなく、家庭や地域の大人のバックアップが必要です！

（本市の調査結果から）

体育授業に積極的に参加し、目標をもって取り組む、友だちと助け合ったり、教え合ったりする児童生徒ほど、体力合計点が**高い**傾向です。

家庭や地域で取り組みましょう

☑ 一生のうちで最も発育発達の著しい時期に「体力の土台づくり」をしよう

体力のピークとされる20歳までに、しっかり体を動かして体力を高めておくことが大切です！

☑ 幼・小学生期はいろんな動き、中学生期は心肺機能アップに取り組もう

体の発達に合わせて「適切な運動刺激」で体を刺激して体力を高めましょう！

☑ 家庭で子どもと一緒に運動やスポーツを楽しもう

ストレッチやリズムに合わせてのダンスなど、手軽な運動から始めよう！1日5～10分でもOK！スクリーンタイムを短くして、座りすぎを減らすだけでも健康への第一歩！

☑ 地域・区の行事、イベントに子どもと一緒に参加しよう

人との関わり合いで、相手だけでなく、自分の心や体への理解も深まります！

☑ 運動(エネルギー消費)・食事(エネルギー摂取)・睡眠(休養)のバランスが重要です

しっかり運動して、きちんと食事をとり、ぐっすり睡眠をとることが大切です！

子どもたちの健康の保持増進や体力の向上には、大人が意識的に関わるのがとても大切です。

子どもたちの「将来の健康」をイメージして、運動への動機づけや生活習慣の見直しに、積極的に取り組みましょう！

