令和７年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

教育局保健体育課

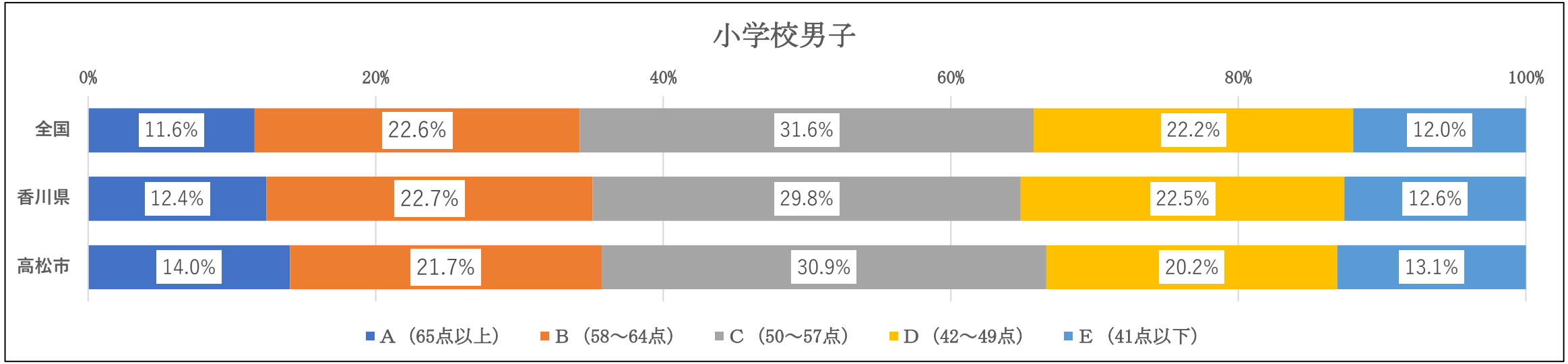
1　調査の概要

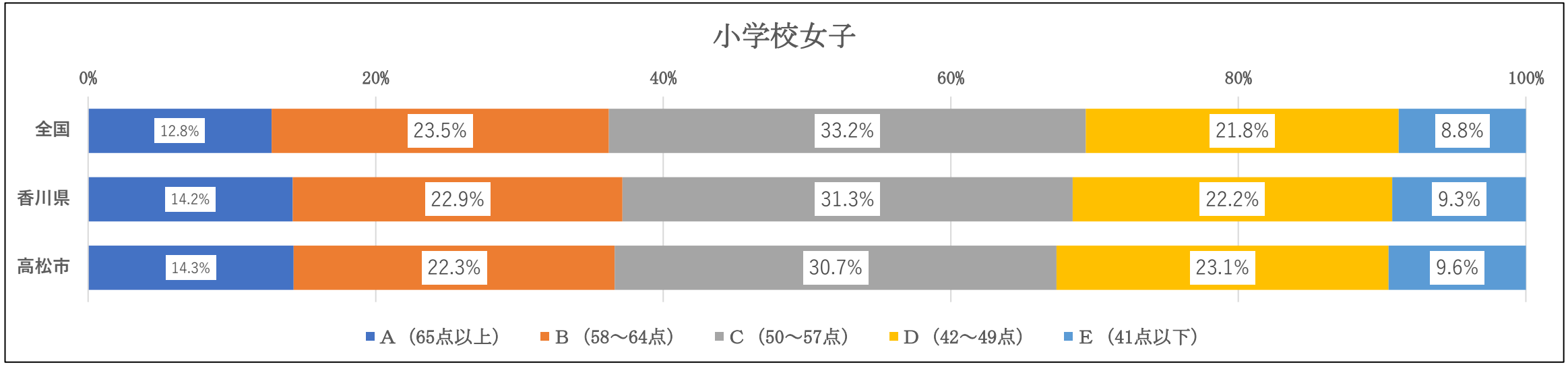
（1）概要

	項　目	
1	調査の目的	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、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、**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。また、**各学校における体育・健康に関する指導の改善に役立てる。**
2	調査対象者 （5/1現在）	高松市立**小学校第５学年・中学校第２学年**について、原則として**全児童生徒を対象とする全数調査** 小学校第５学年（対象校数49校　児童数 3,604名　男子 1,854名　女子 1,750名） 中学校第２学年（対象校数24校　生徒数 3,551名　男子 1,801名　女子 1,750名）
3	調査内容 ※オンライン方式で実施	（１）児童生徒に対する調査 **①実技に関する調査**（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、小：ソフトボール投げ、中：ハンドボール投げ **②質問紙調査（運動習慣、生活習慣等に関する調査）** （２）学校に対する調査 ①質問紙調査（子どもの体力向上や運動習慣の確立に向けた学校の取組等に関する調査）
4	実施期間	令和７年4月～７月

2　調査結果について

（１）実技に関する調査【小学校】「総合評価」





2　調査結果について

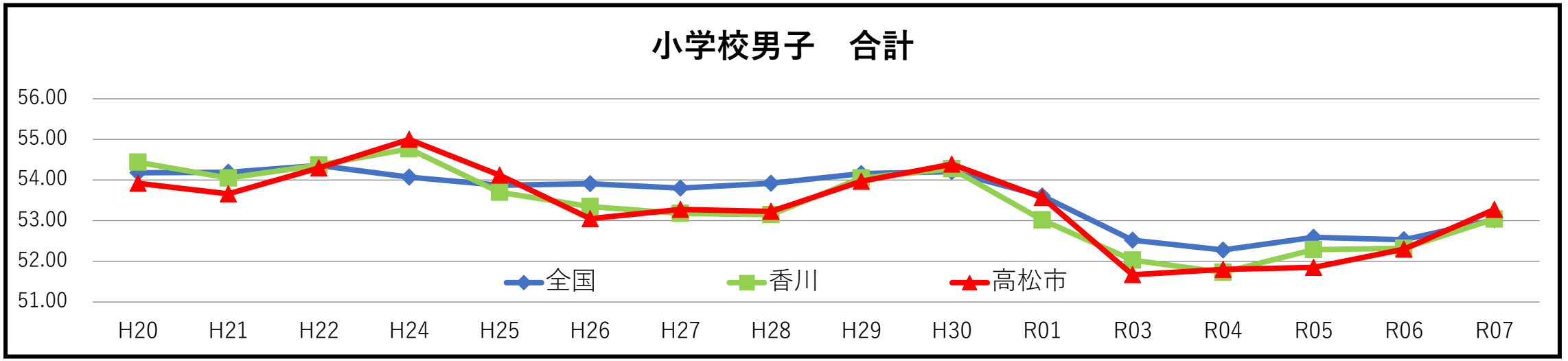
（１）実技に関する調査【小学校】「各種目別結果」

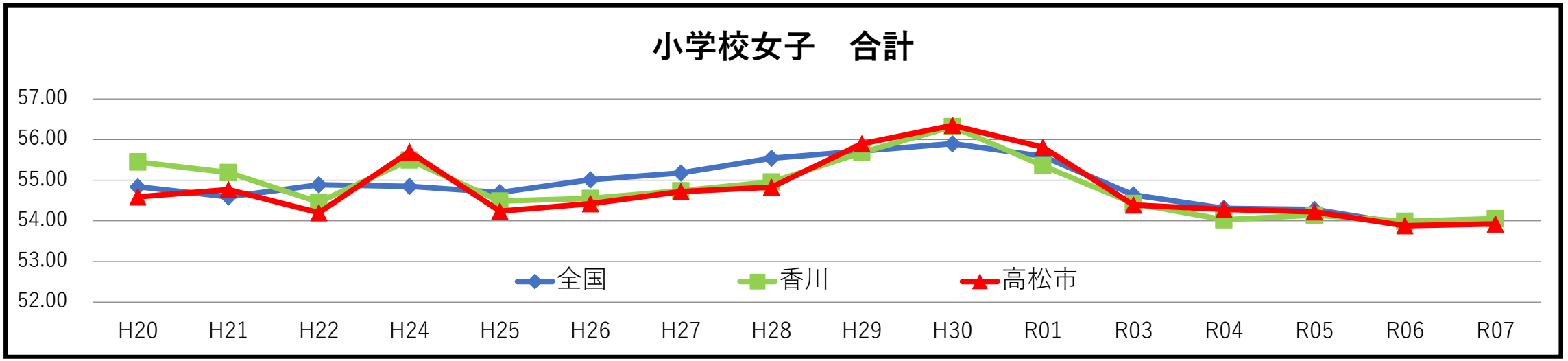
小学校男子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R07	15.49	15.96	15.30		○	
	R06	15.63	16.01	15.43			
上体起こし(回)	R07	19.74	19.46	19.64	○	○	○
	R06	19.47	19.19	19.34			
長座体前屈（ｃｍ）	R07	33.68	33.88	33.42		○	○
	R06	32.84	33.79	32.65			
反復横とび（点）	R07	40.96	40.89	41.10	○		○
	R06	40.75	40.66	41.23			
20mシャトルラン（回）	R07	47.16	47.94	47.56			○
	R06	46.39	46.9	47.35			
50m走（秒）	R07	9.41	9.46	9.42	○	○	○
	R06	9.45	9.50	9.45			
立ち幅とび（ｃｍ）	R07	155.69	150.93	152.95	○	○	○
	R06	151.93	150.42	150.70			
ソフトボール投げ(m)	R07	21.28	21.06	21.33	○		○
	R06	20.68	20.75	20.82			
合計点(点)	R07	53.28	53.02	53.04	○	○	○
	R06	52.30	52.53	52.32			

小学校女子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R07	15.00	15.61	14.96		○	
	R06	15.52	15.77	15.36			
上体起こし(回)	R07	18.42	18.36	18.35	○	○	○
	R06	18.28	18.16	18.16			
長座体前屈（ｃｍ）	R07	37.99	38.15	37.68		○	○
	R06	37.53	38.19	37.43			
反復横とび（点）	R07	38.60	38.70	39.11			○
	R06	38.40	38.70	39.00			
20mシャトルラン（回）	R07	35.39	36.85	37.01			
	R06	36.39	36.59	37.82			
50m走（秒）	R07	9.71	9.77	9.72	○	○	○
	R06	9.72	9.77	9.73			
立ち幅とび（ｃｍ）	R07	144.84	142.34	143.46	○	○	○
	R06	144.32	143.13	143.11			
ソフトボール投げ(m)	R07	13.46	13.11	13.64	○		
	R06	13.65	13.15	13.63			
合計点(点)	R07	53.93	53.97	54.05			○
	R06	53.88	53.92	53.99			

2　調査結果について

（１）実技に関する調査【小学校】「経年変化（合計点）」

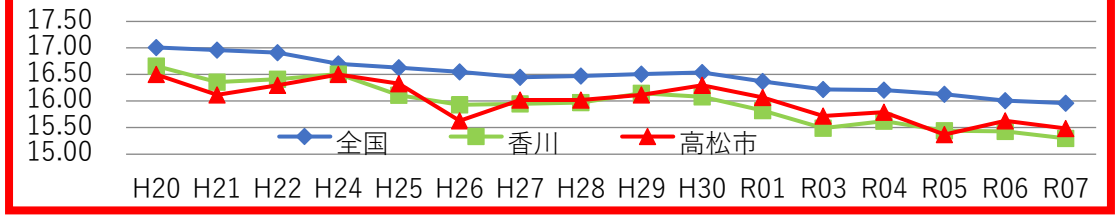




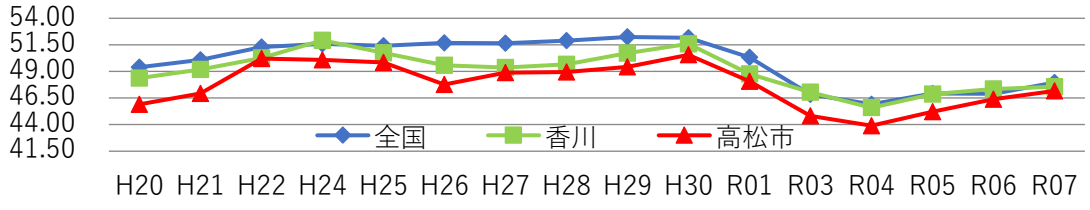
2　調査結果について

（１）実技に関する調査【小学校】「経年変化（各種目）」

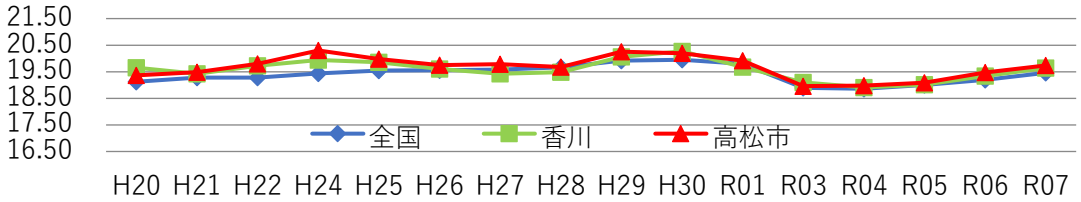
小学校男子　握力



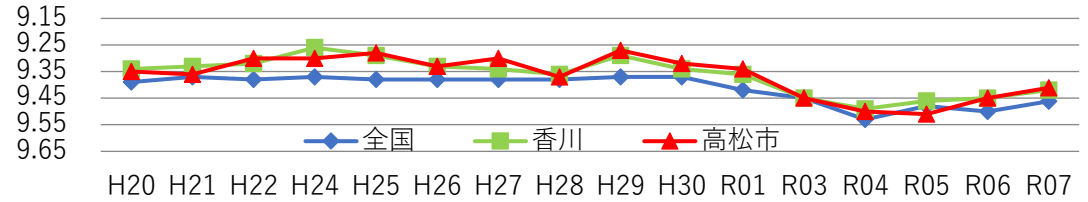
小学校男子　２０ｍシャトルラン



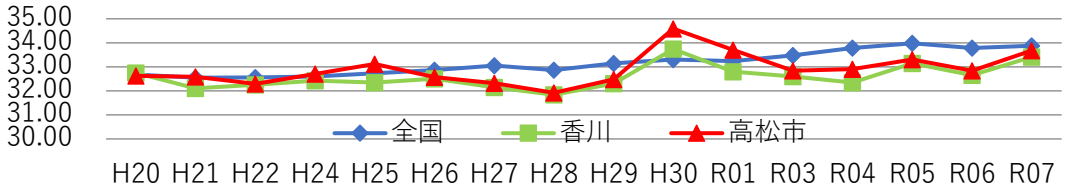
小学校男子　上体起こし



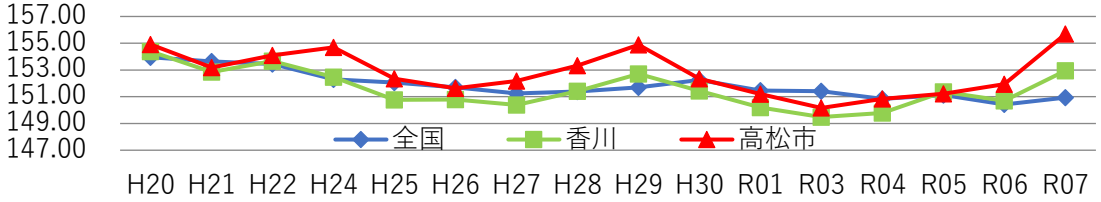
小学校男子　５０ｍ走



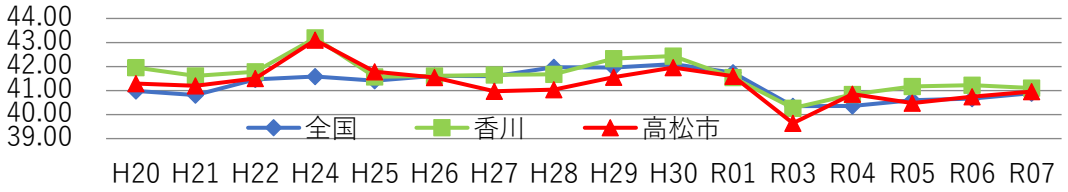
小学校男子　長座体前屈



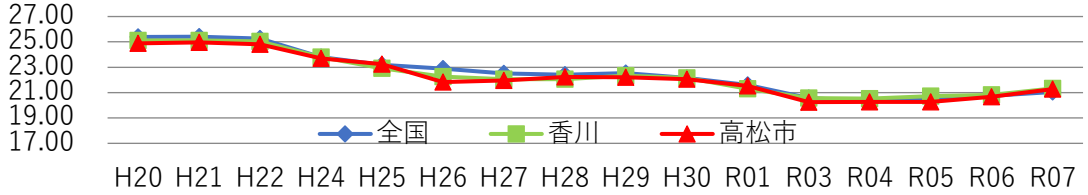
小学校男子　立ち幅とび



小学校男子　反復横とび

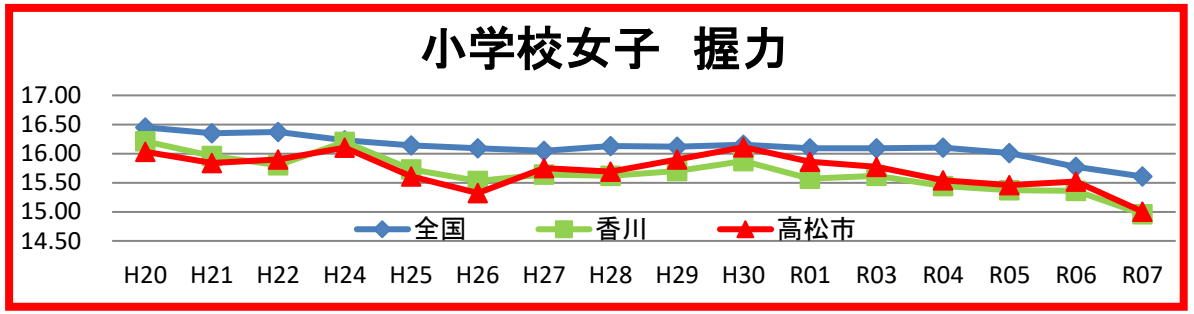


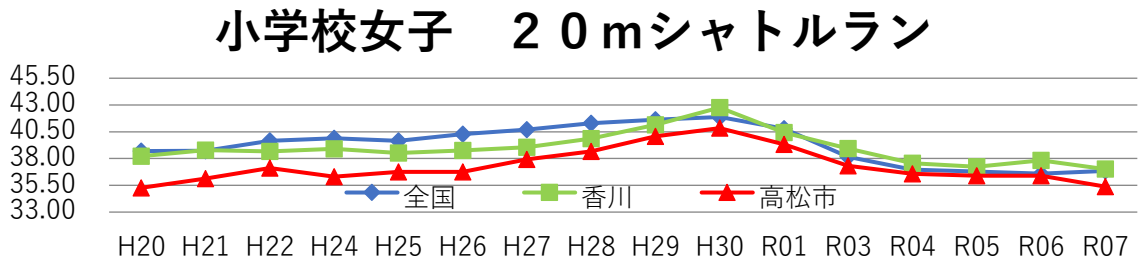
小学校男子　ソフトボール投げ

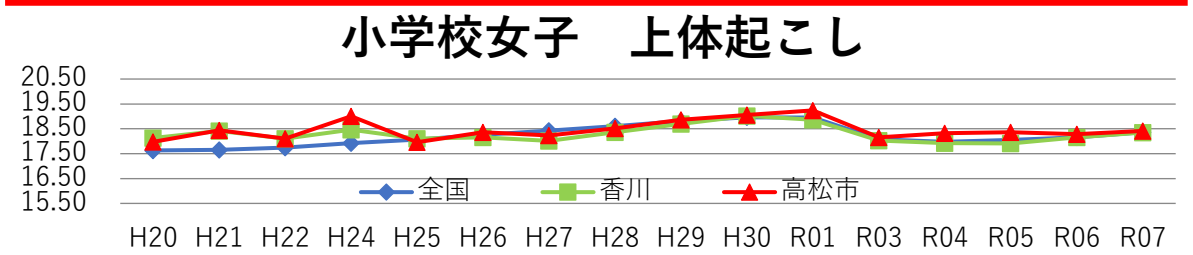


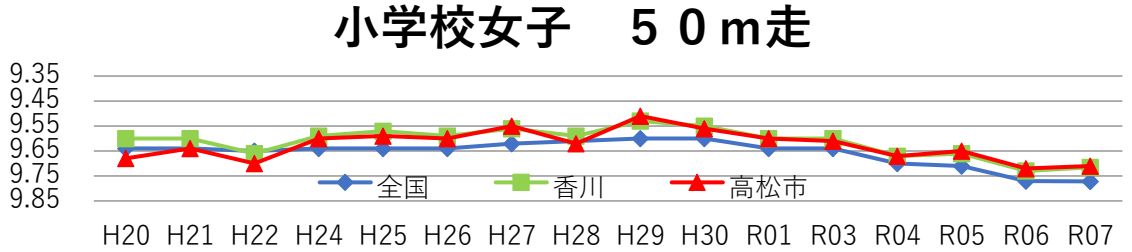
2　調査結果について

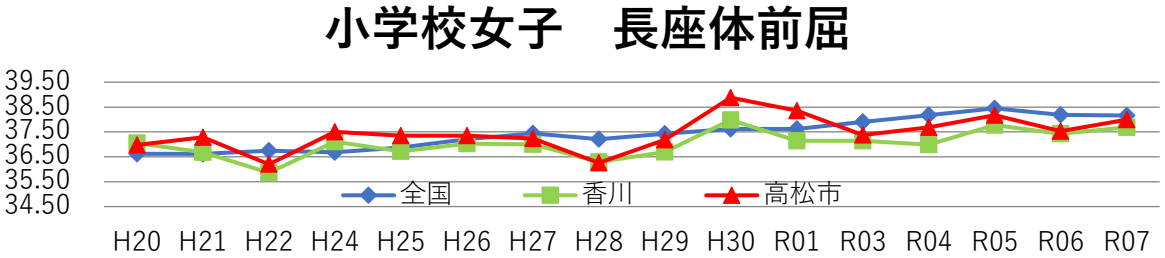
（１）実技に関する調査【小学校】「経年変化（各種目）」

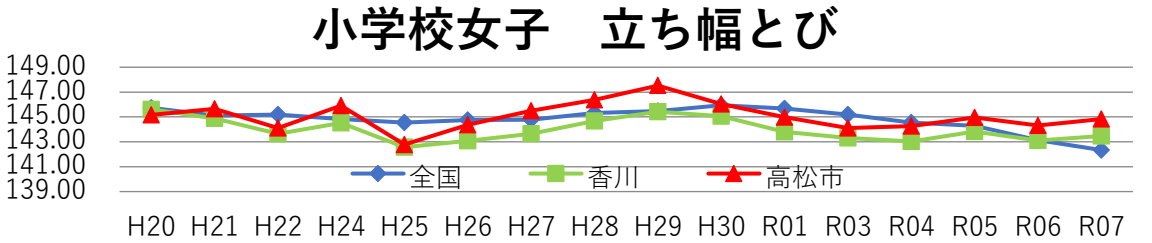


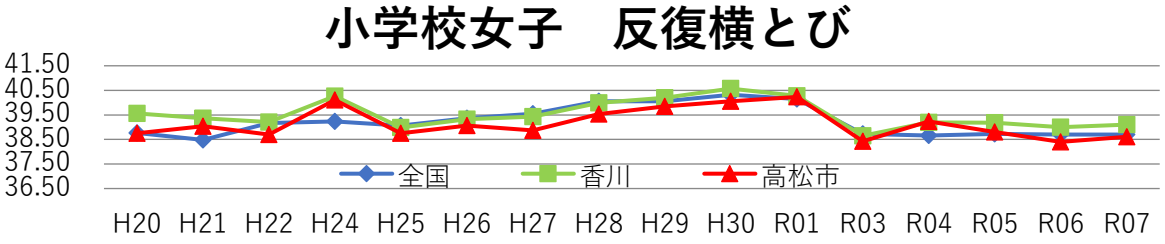


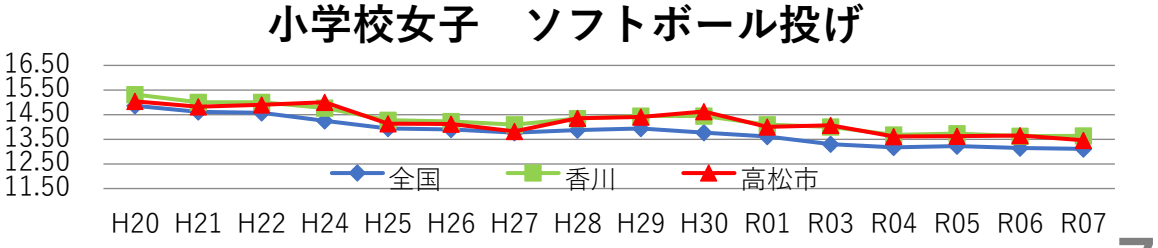






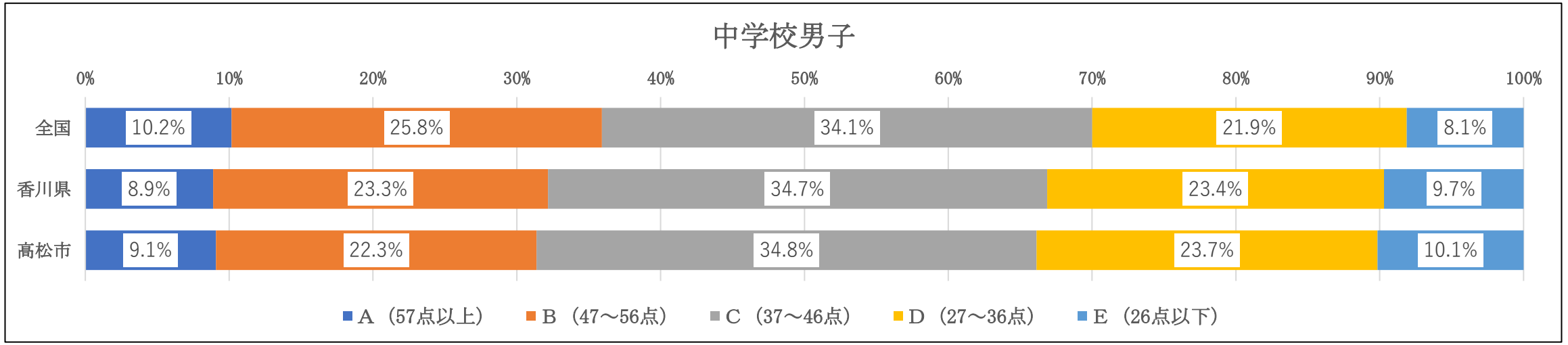


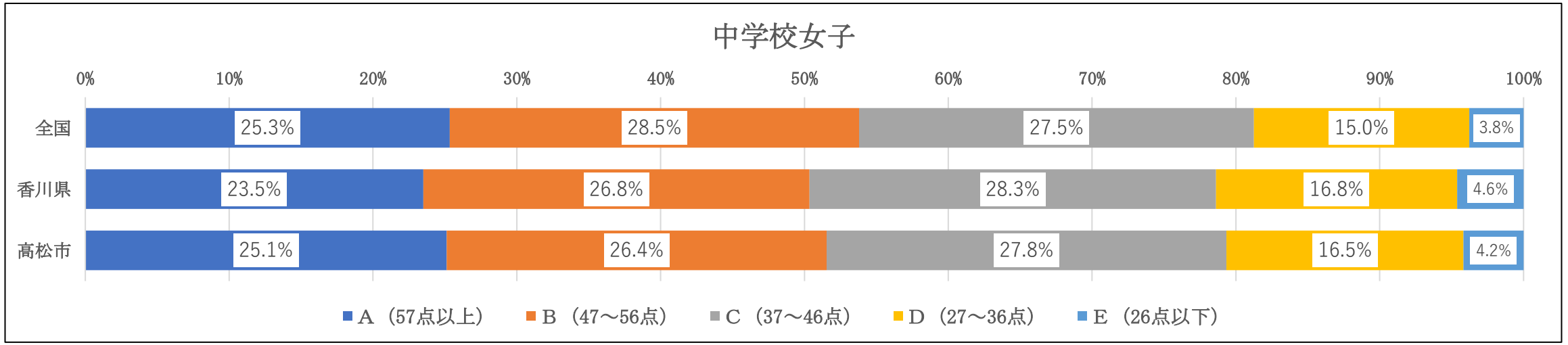




2　調査結果について

（２）実技に関する調査【中学校】「総合評価」





2　調査結果について

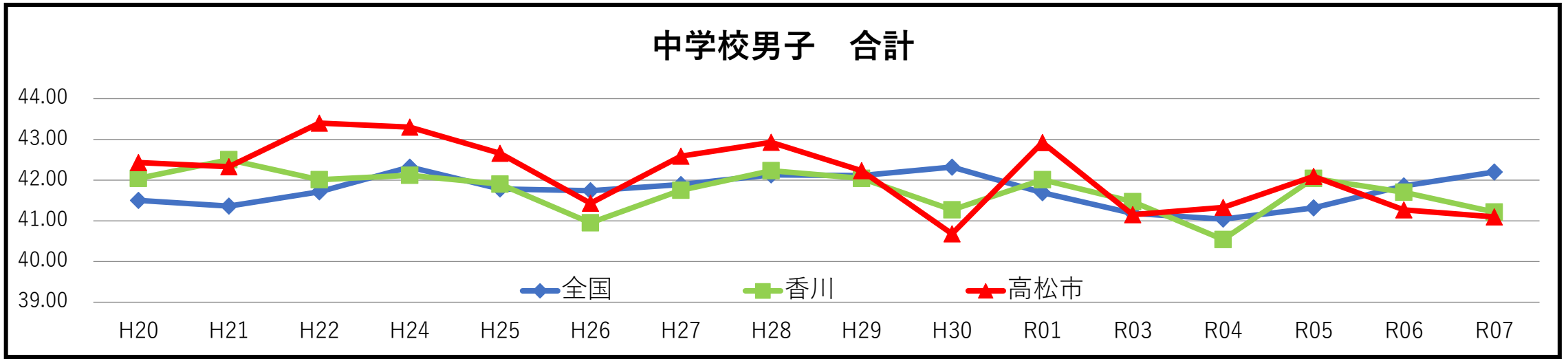
（２）実技に関する調査【中学校】「各種目別結果」

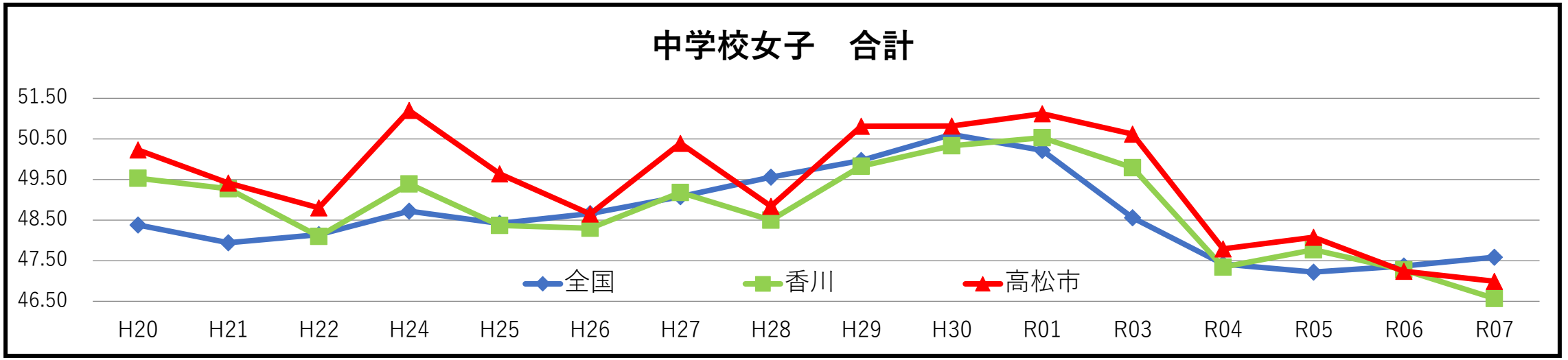
中学校男子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R07	28.58	28.95	28.53		○	○
	R06	28.46	28.95	28.76			
上体起こし(回)	R07	25.27	26.09	25.29			
	R06	25.29	25.94	25.34			
長座体前屈（ｃｍ）	R07	42.74	45.12	43.60			
	R06	42.89	44.47	44.29			
反復横とび（点）	R07	50.93	51.64	51.13			
	R06	51.88	51.51	51.88			
20mシャトルラン（回）	R07	78.49	78.82	77.71		○	○
	R06	77.93	78.98	78.31			
50m走（秒）	R07	8.14	8.00	8.07			
	R06	8.03	7.99	8.00			
立ち幅とび（ｃｍ）	R07	197.95	197.51	196.72	○	○	○
	R06	197.16	197.18	197.69			
ハンドボール投げ(m)	R07	21.28	20.74	20.79	○	○	○
	R06	20.93	20.57	20.48			
合計点(点)	R07	41.09	42.20	41.22			
	R06	41.27	41.86	41.70			

中学校女子							
	年度	高松市	全国	香川	全国比	県比	昨年比
握力(kg)	R07	22.59	23.15	22.65			
	R06	23.22	23.18	23.26			
上体起こし(回)	R07	21.21	21.70	20.82		○	○
	R06	20.65	21.56	20.65			
長座体前屈（ｃｍ）	R07	45.74	46.99	46.21			○
	R06	45.44	46.47	46.21			
反復横とび（点）	R07	45.67	45.74	45.40		○	
	R06	45.95	45.65	45.65			
20mシャトルラン（回）	R07	50.45	50.60	49.95		○	
	R06	50.54	50.67	50.94			
50m走（秒）	R07	9.11	8.97	9.05			
	R06	9.02	8.96	8.99			
立ち幅とび（ｃｍ）	R07	167.35	166.44	164.68	○	○	
	R06	168.02	166.32	167.91			
ハンドボール投げ(m)	R07	12.58	12.43	12.30	○	○	
	R06	12.75	12.40	12.49			
合計点(点)	R07	46.99	47.58	46.57		○	
	R06	47.24	47.37	47.27			

2　調査結果について

（２）実技に関する調査【中学校】「経年変化（合計点）」

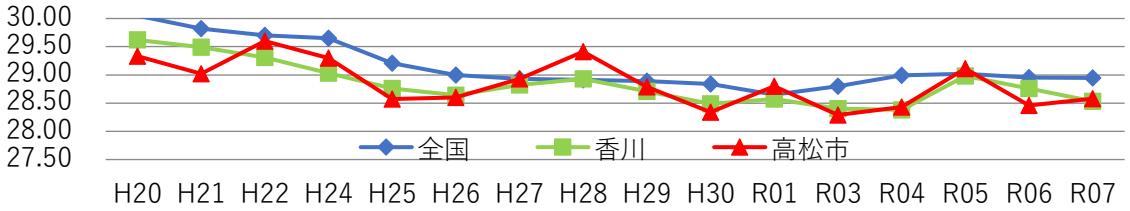




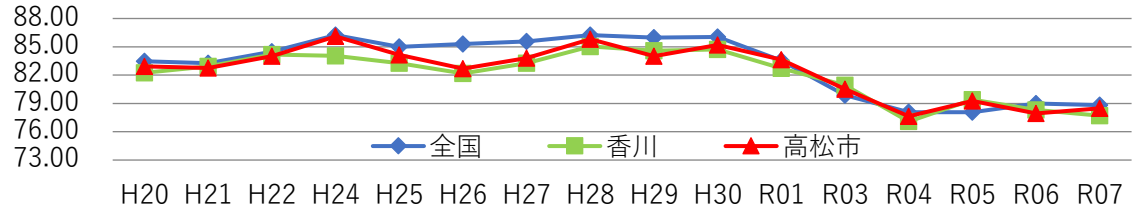
2　調査結果について

（２）実技に関する調査【中学校】「経年変化（各種目）」

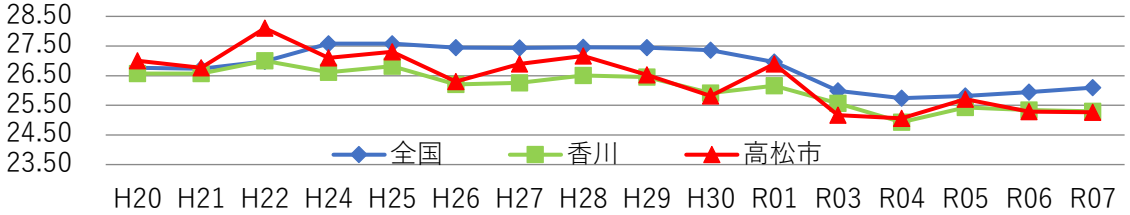
中学校男子　握力



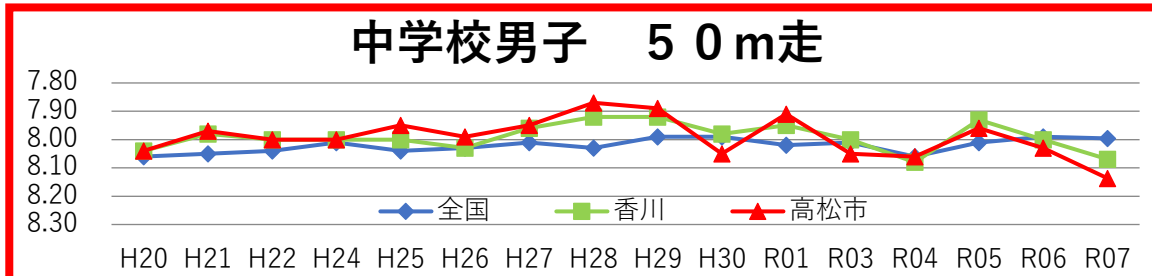
中学校男子　20mシャトルラン



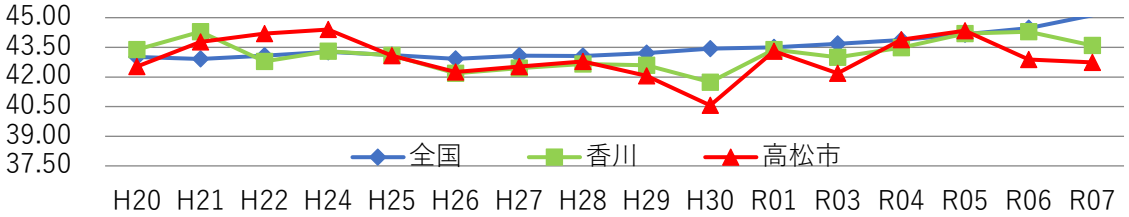
中学校男子　上体起こし



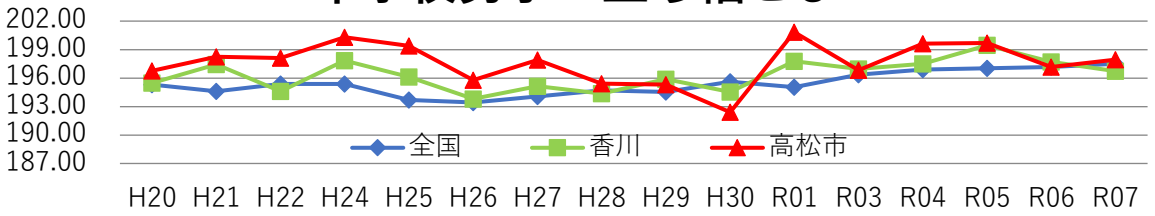
中学校男子　５０m走



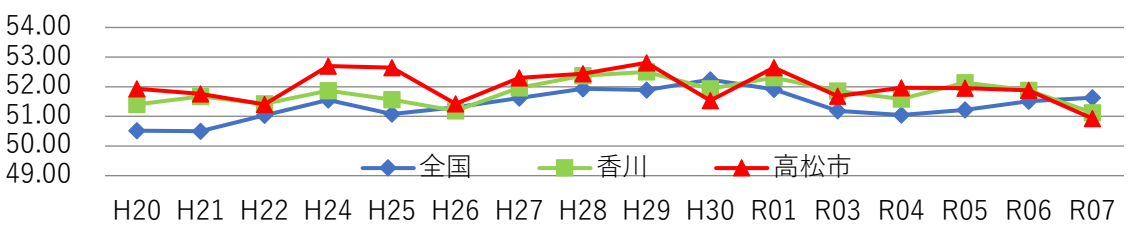
中学校男子　長座体前屈



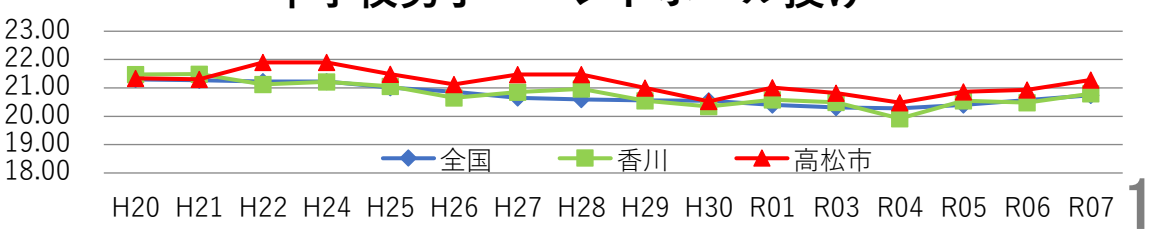
中学校男子　立ち幅とび



中学校男子　反復横とび



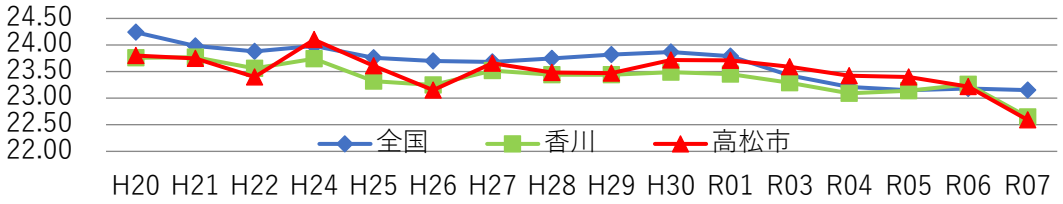
中学校男子　ハンドボール投げ



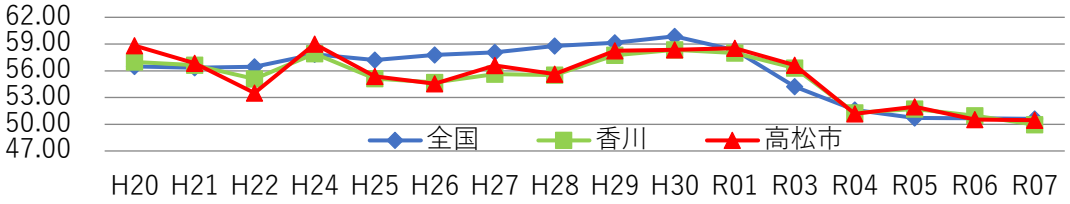
2　調査結果について

（２）実技に関する調査【中学校】「経年変化（各種目）」

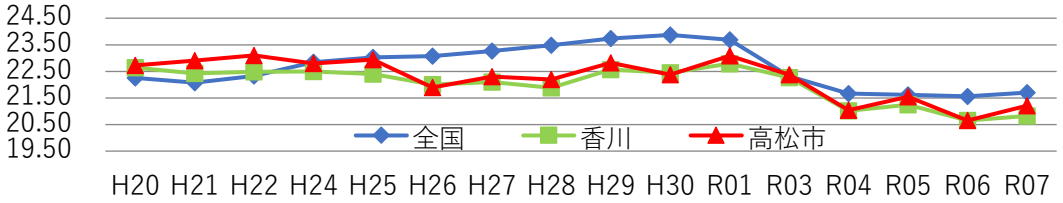
中学校女子　握力



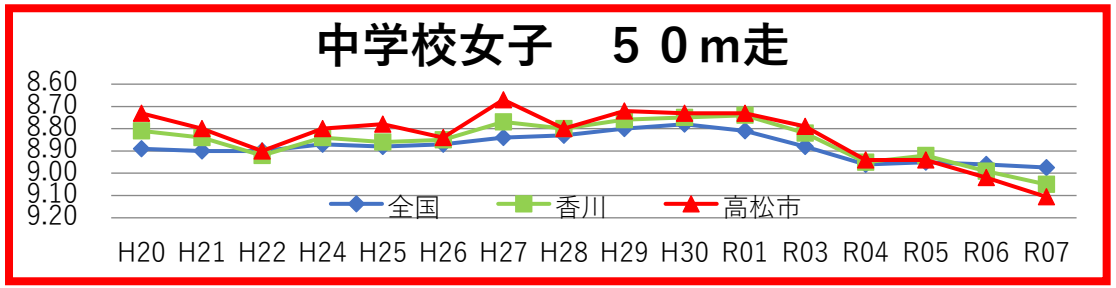
中学校女子　20mシャトルラン



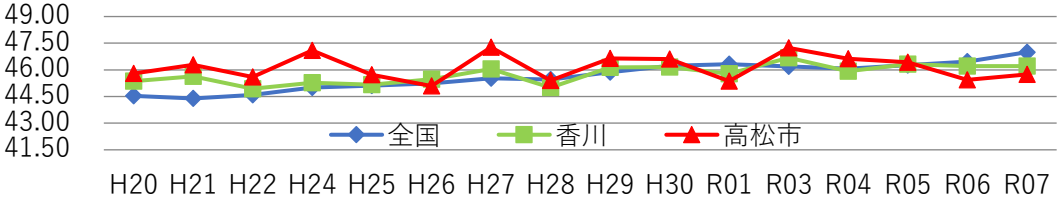
中学校女子　上体起こし



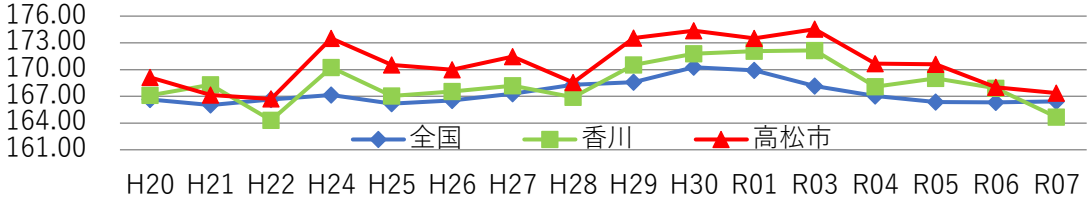
中学校女子　５０m走



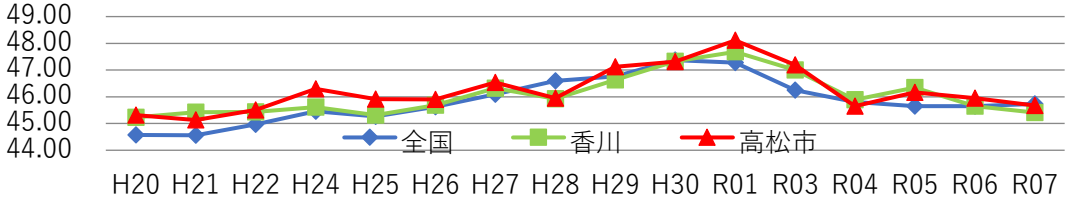
中学校女子　長座体前屈



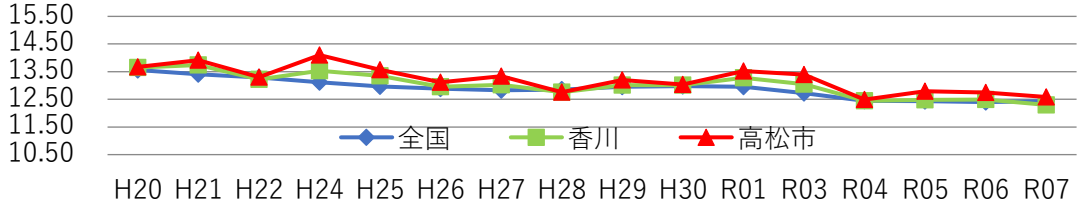
中学校女子　立ち幅とび



中学校女子　反復横とび



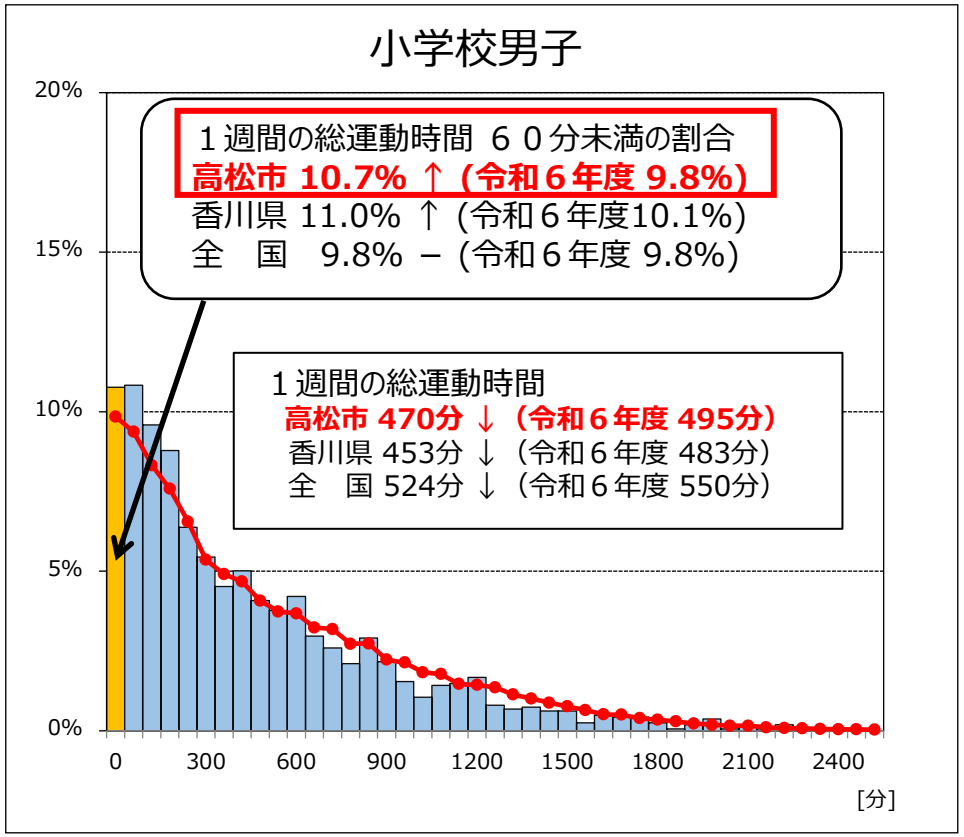
中学校女子　ハンドボール投げ

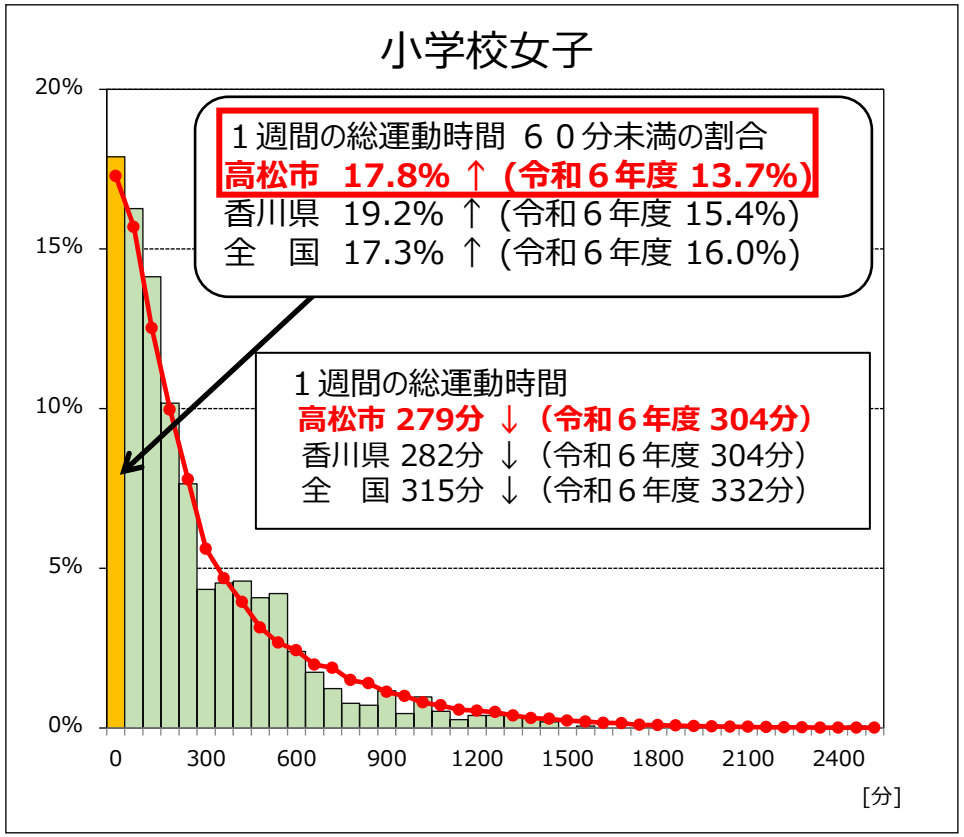


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１週間の総運動時間の分布及び平均」



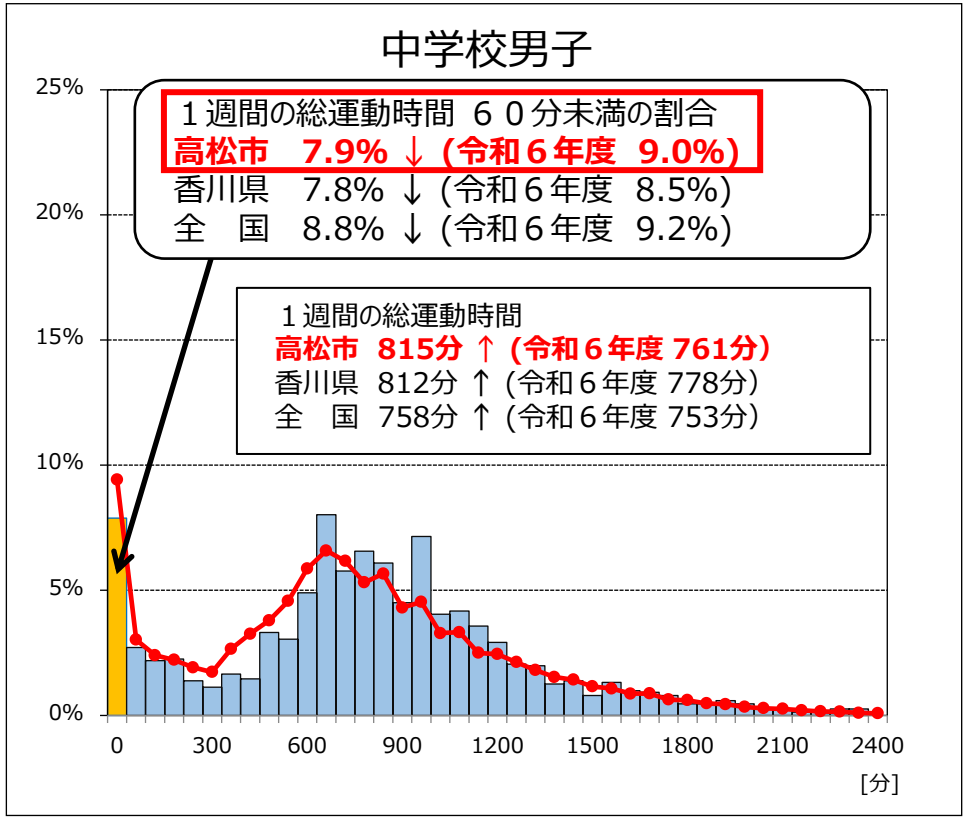


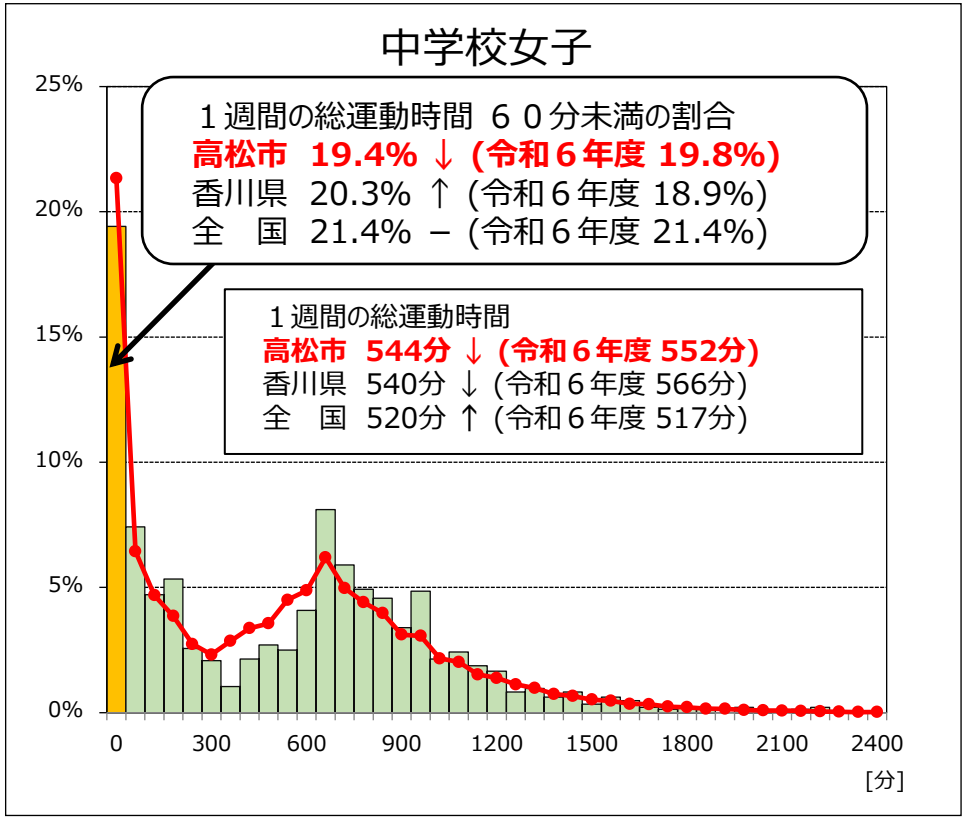
※１週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。（0～59分、60～119分、120～179分……、）
※折れ線グラフは、全国の分布です

2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１週間の総運動時間の分布及び平均」



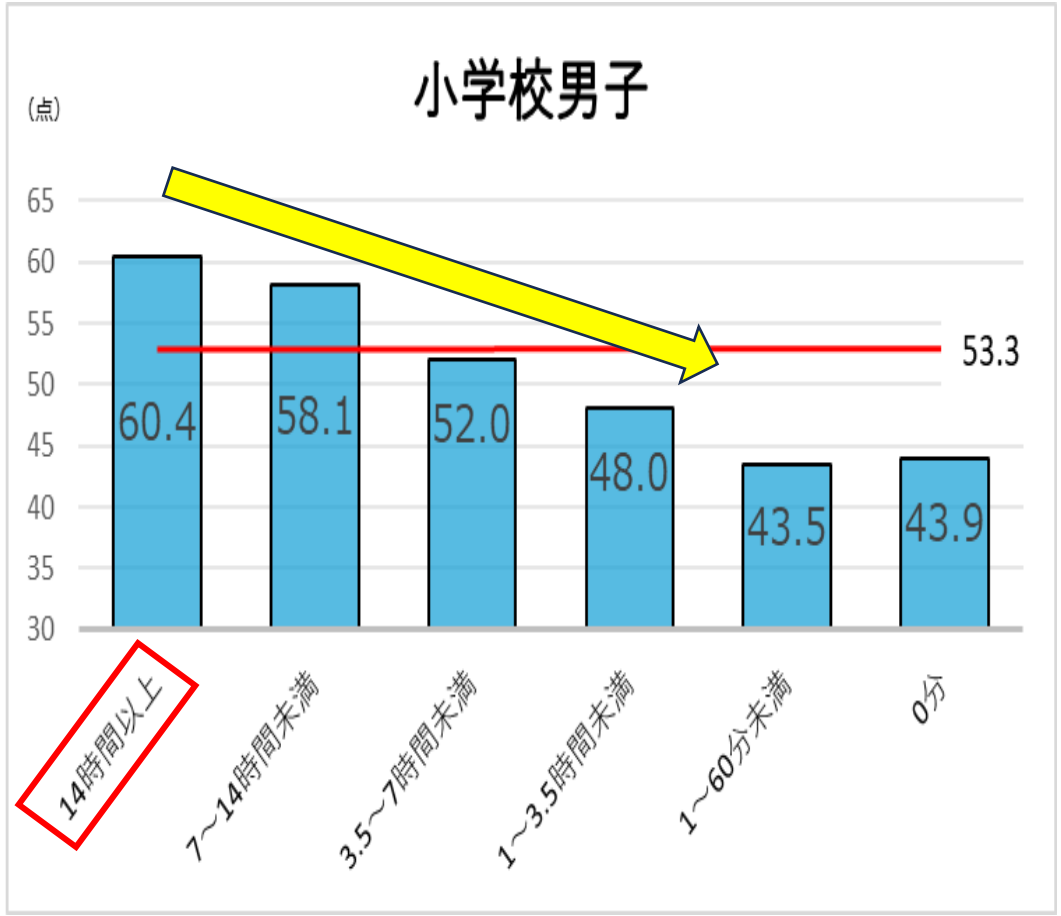


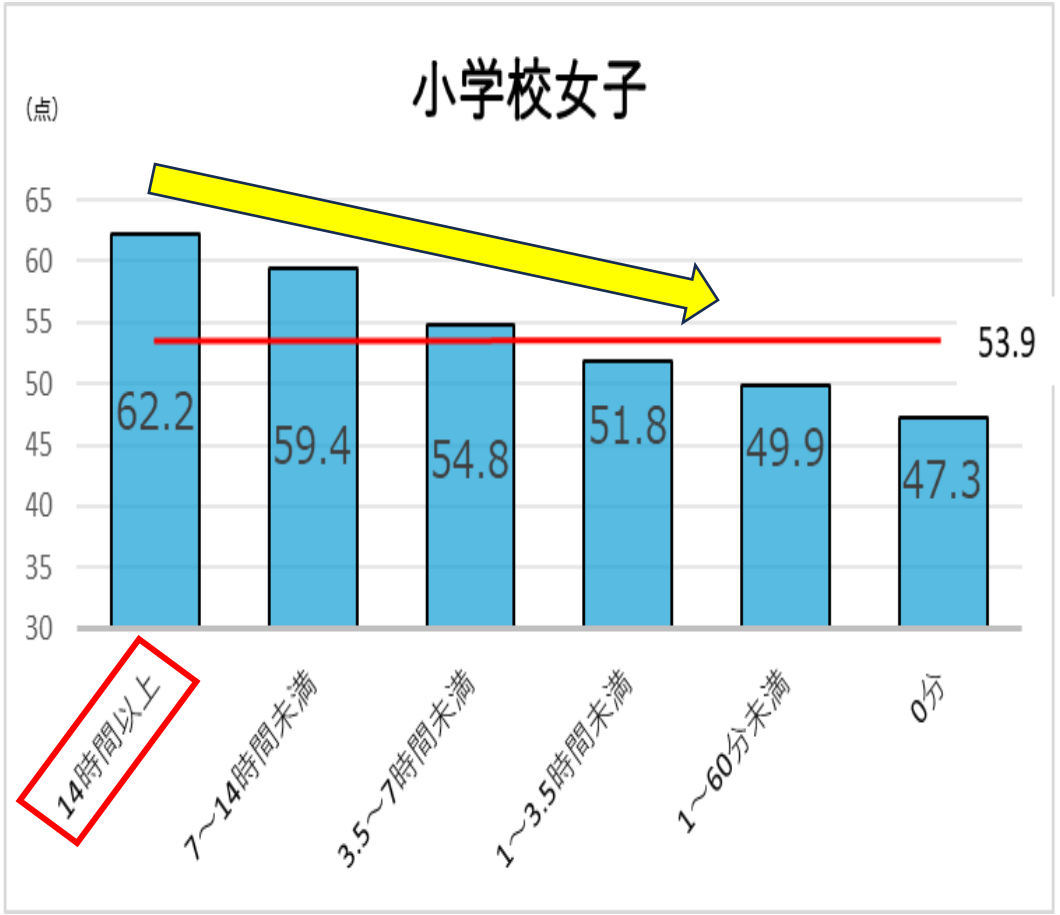
※１週間の総運動時間の分布を、横軸を60分の階級、縦軸を割合で表しています。（0～59分、60～119分、120～179分……、）
※折れ線グラフは、全国の分布です

2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１週間の総運動時間と体力合計点との関連」



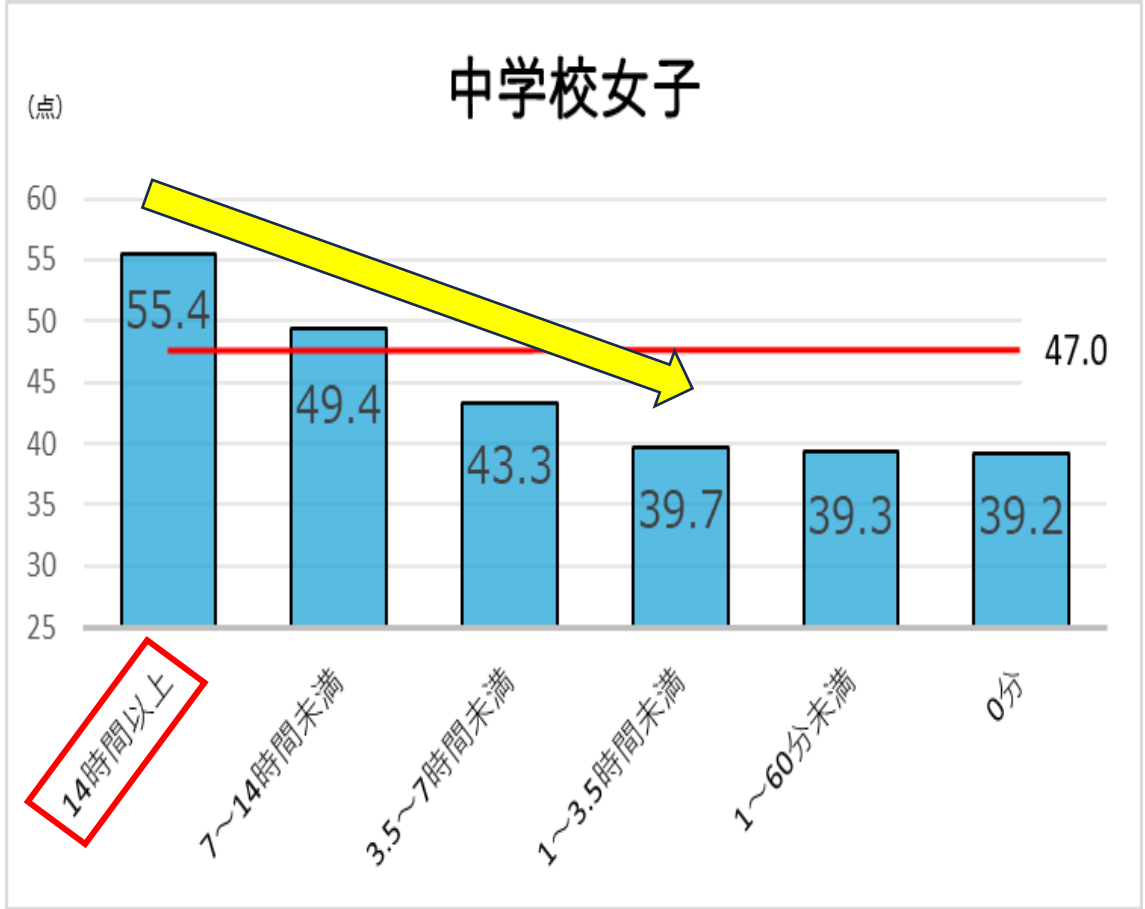


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１週間の総運動時間と体力合計点との関連」

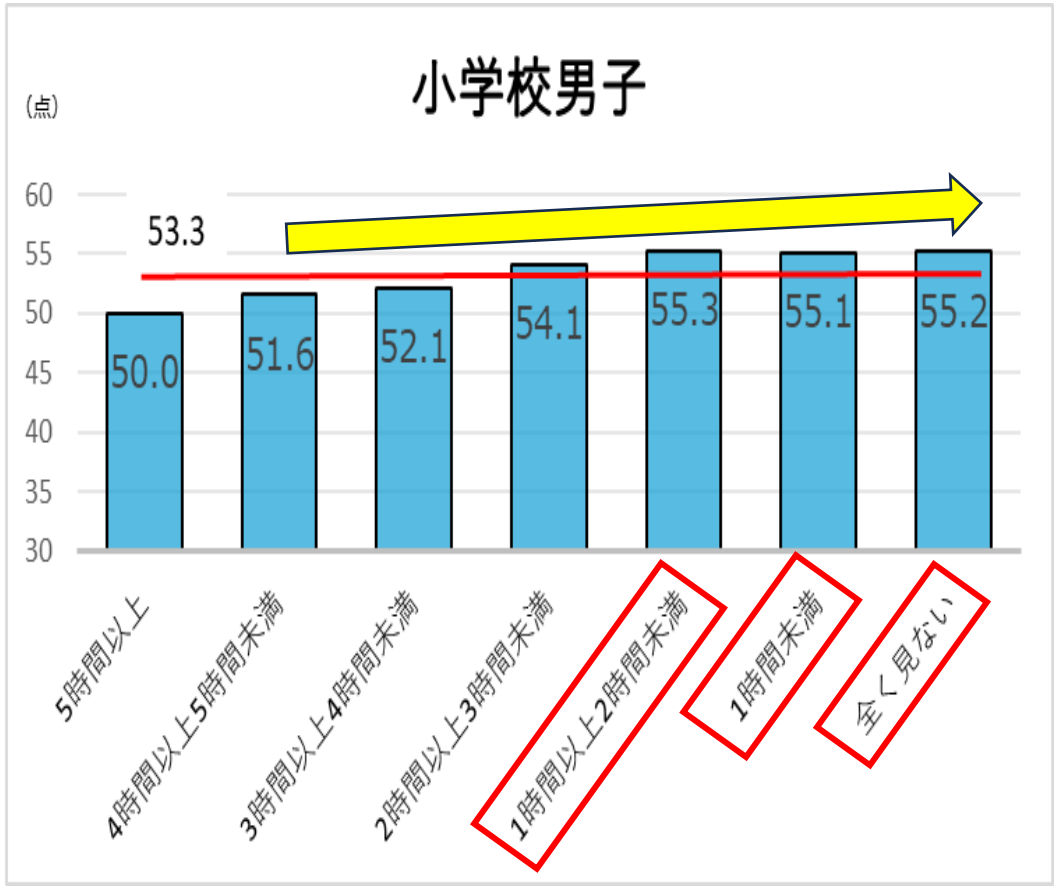


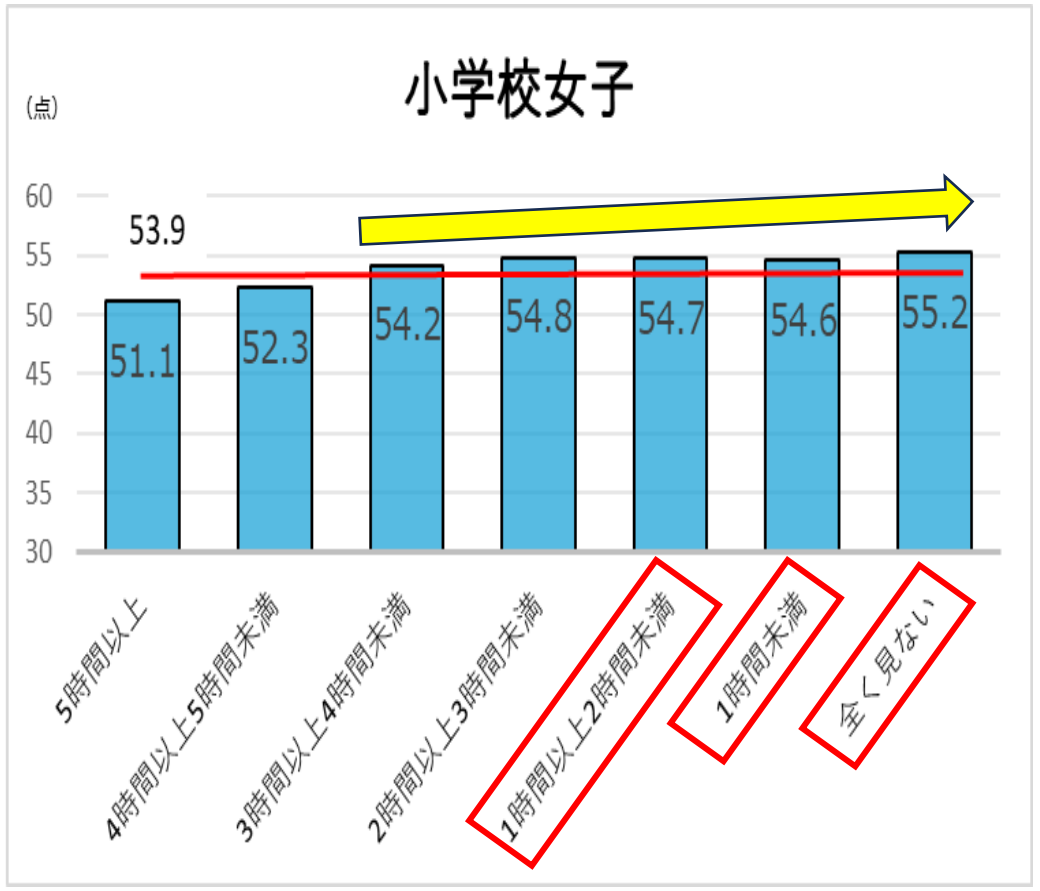


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「平日の学習以外でのスクリーンタイム（テレビやDVD・ゲーム機・スマートフォン・パソコンなどの画面視聴時間）と体力合計点との関連」

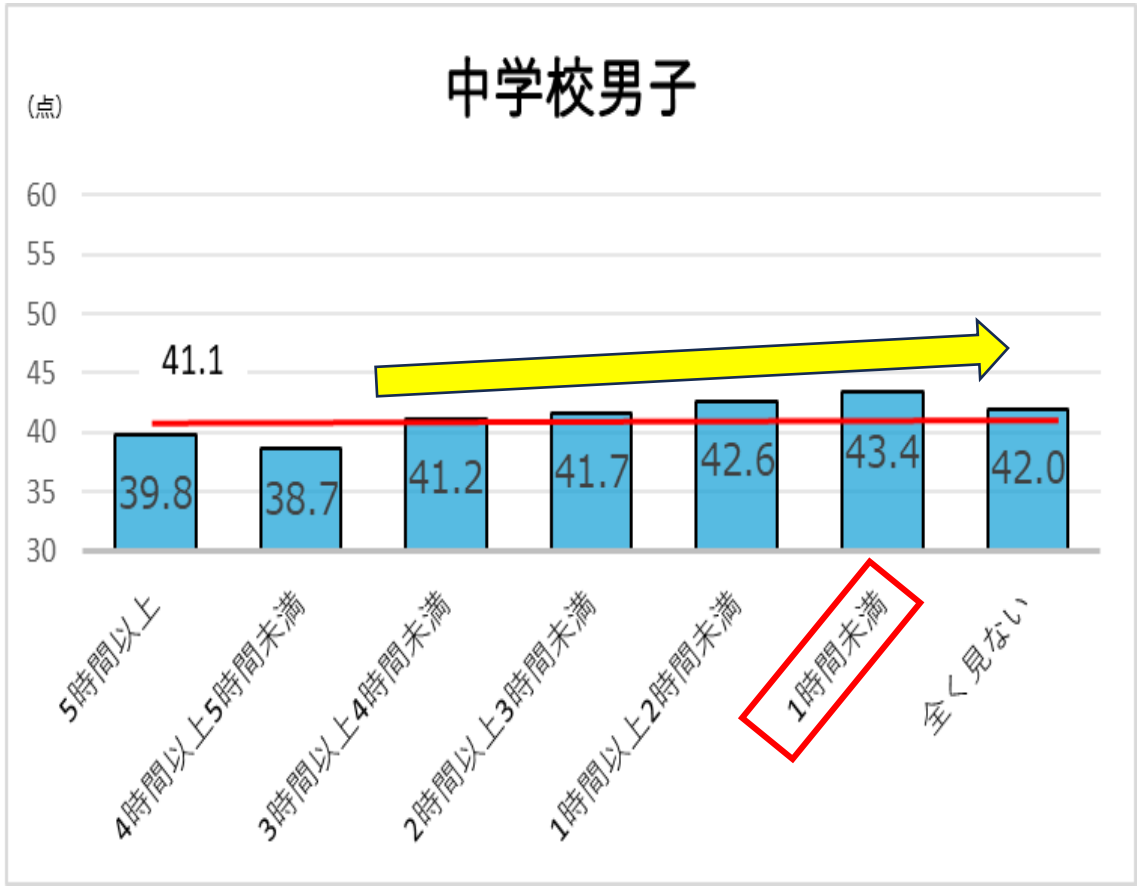


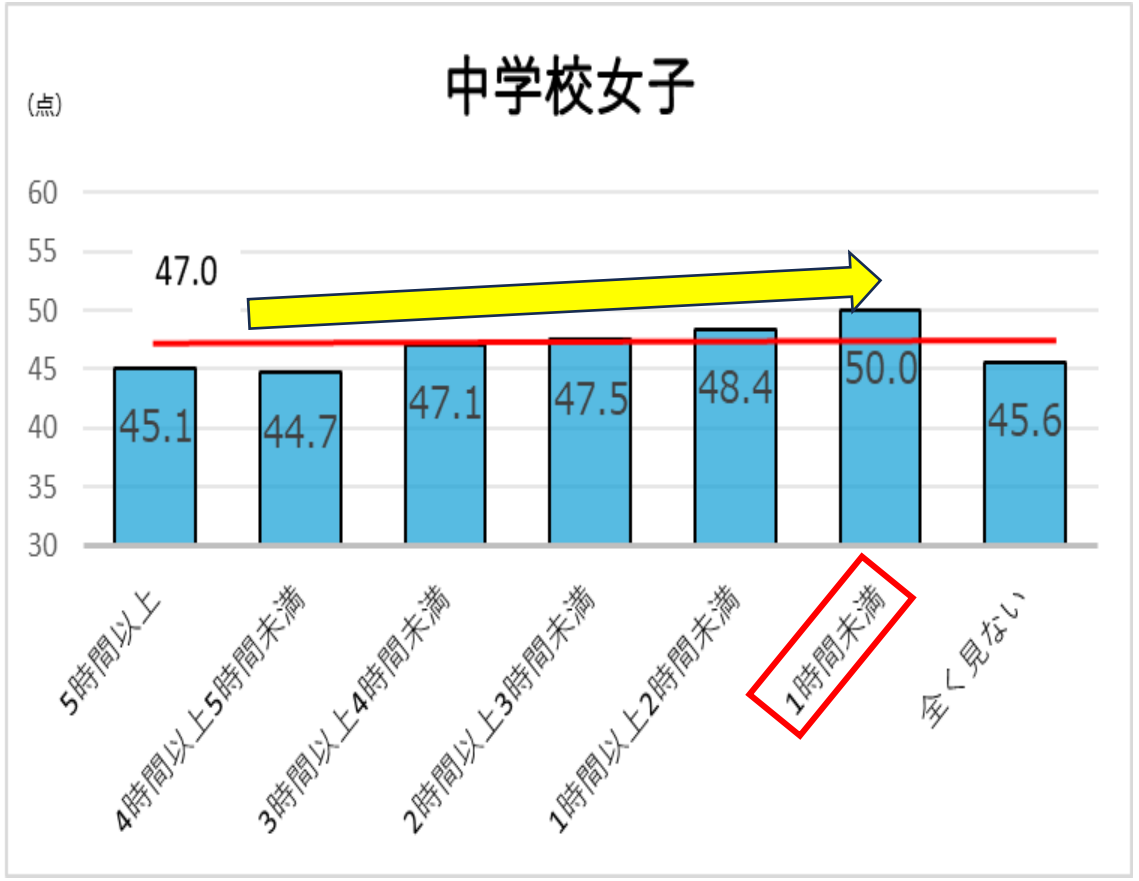


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「平日の学習以外でのスクリーンタイム（テレビやDVD・ゲーム機・スマートフォン・パソコンなどの画面視聴時間）と体力合計点との関連」

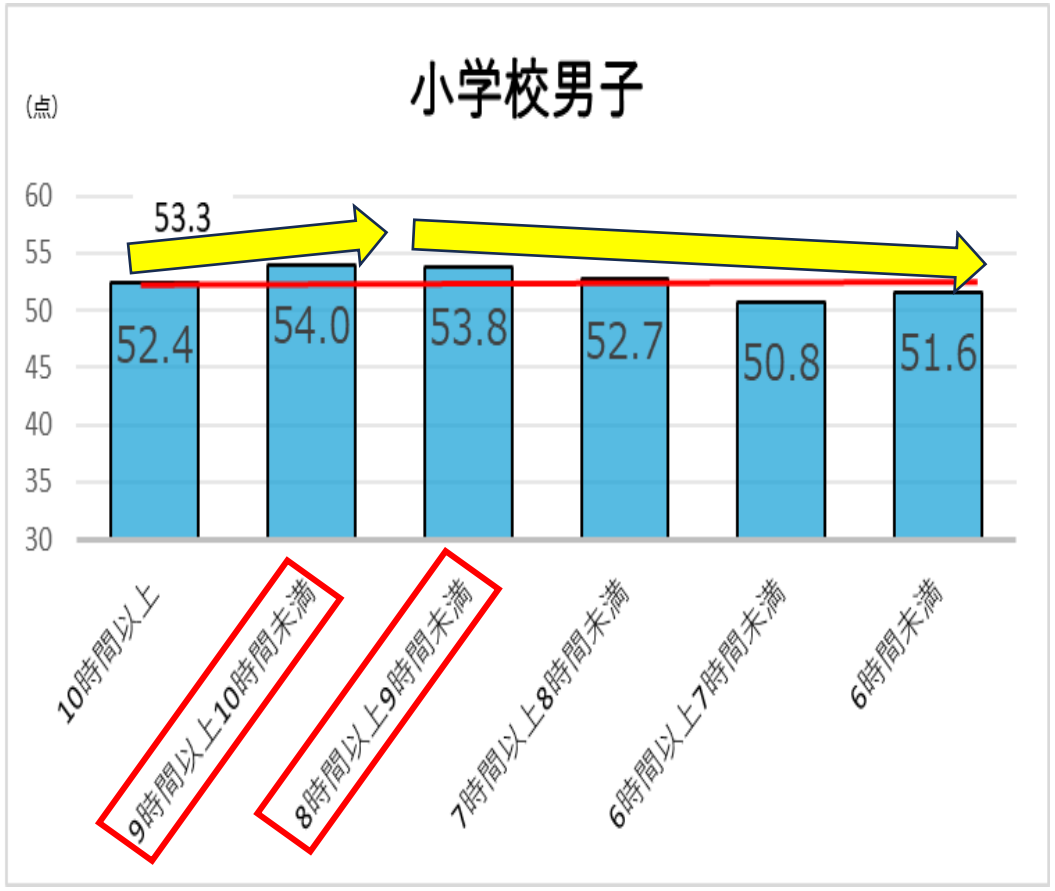


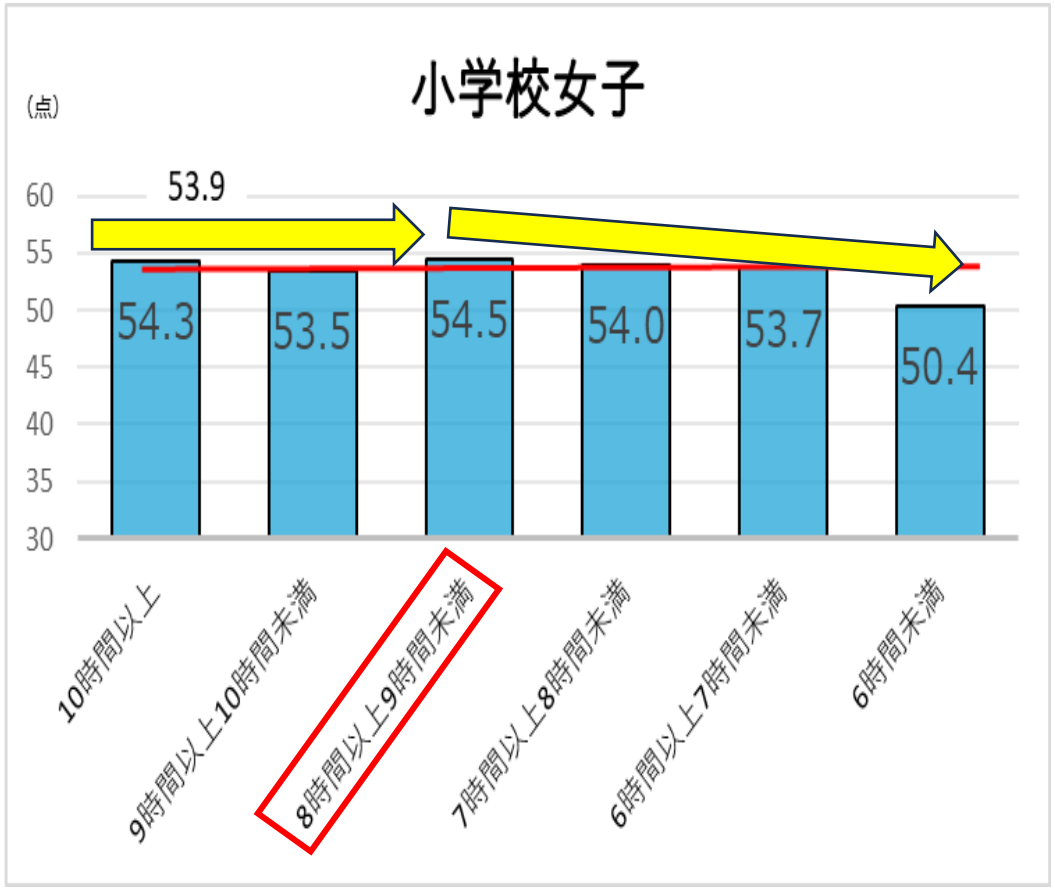


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１日の睡眠時間と体力合計点との関連」

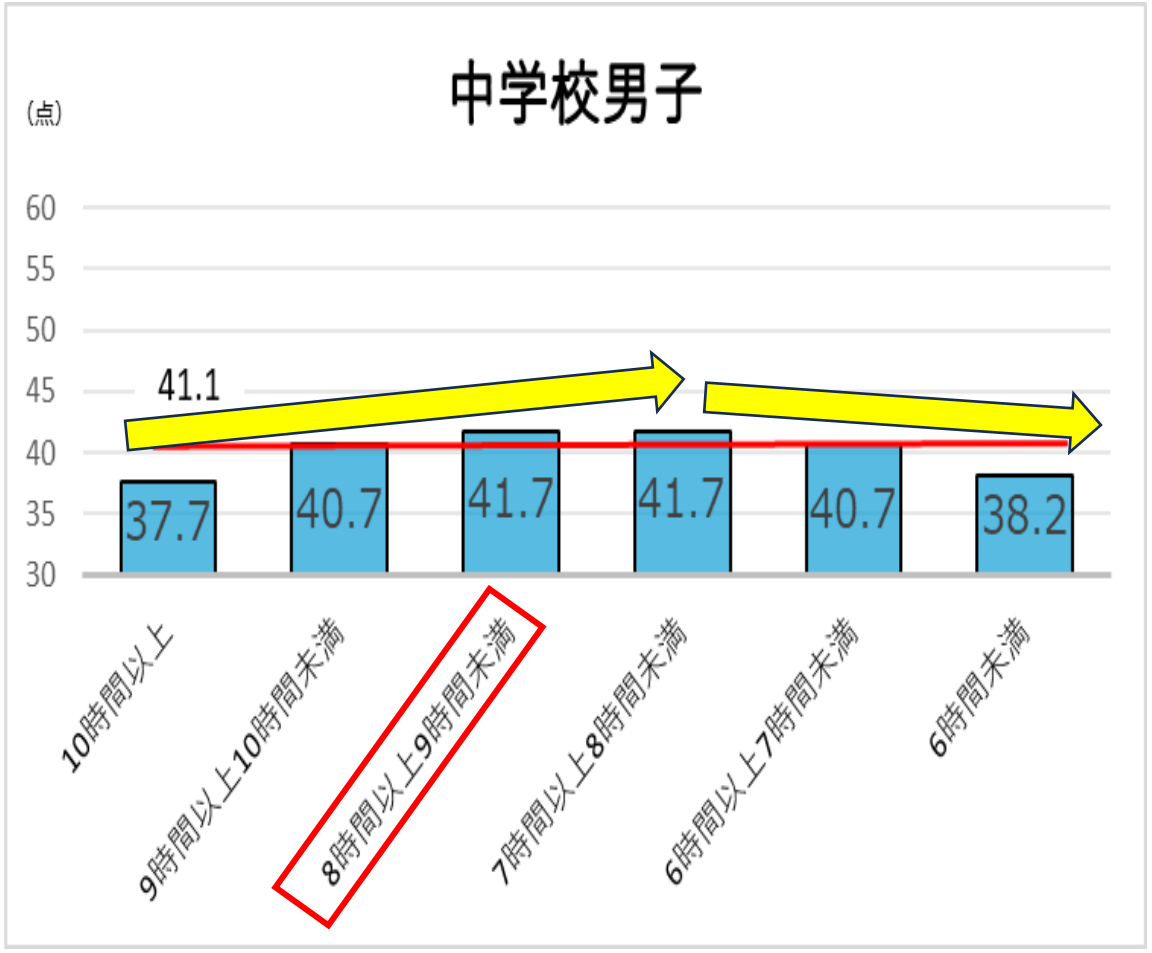


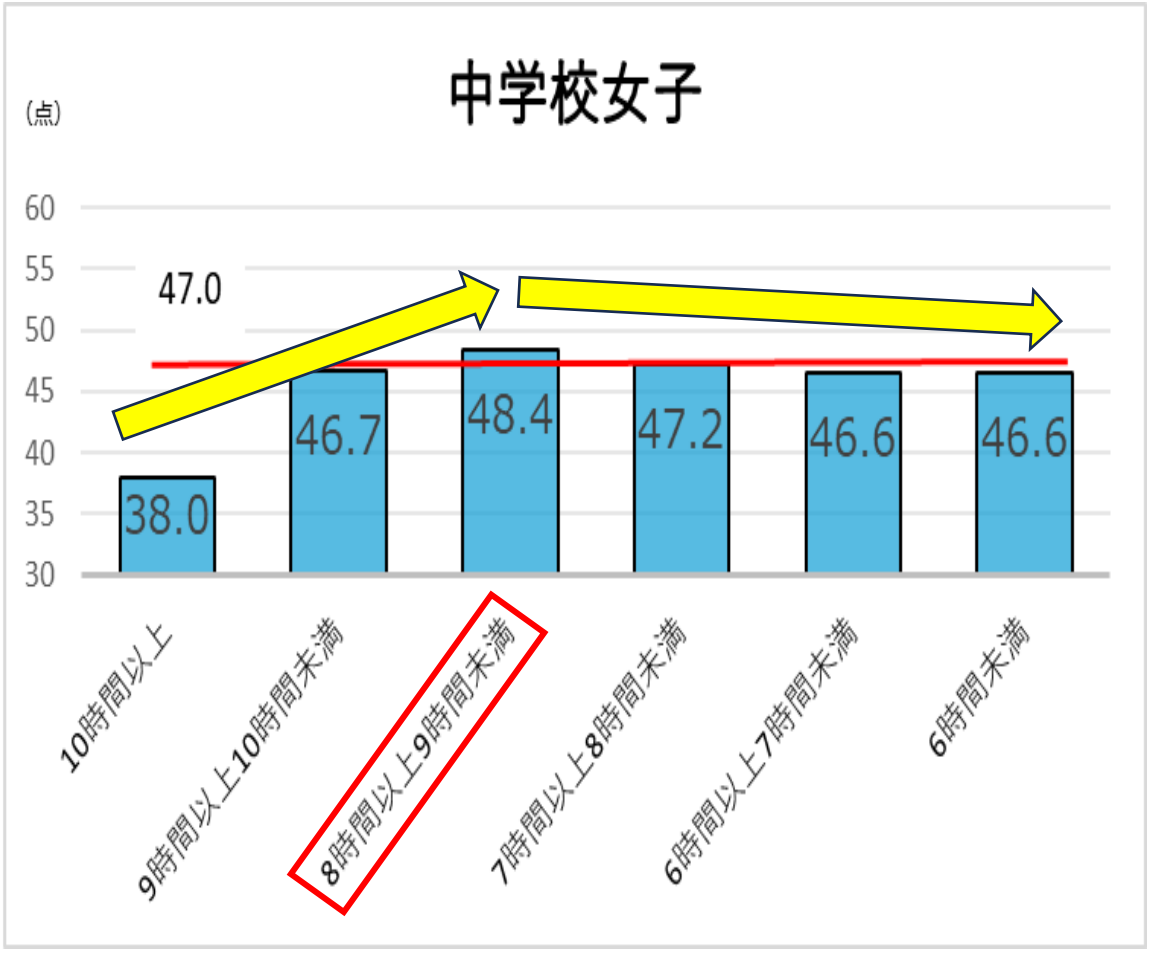


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「１日の睡眠時間と体力合計点との関連」

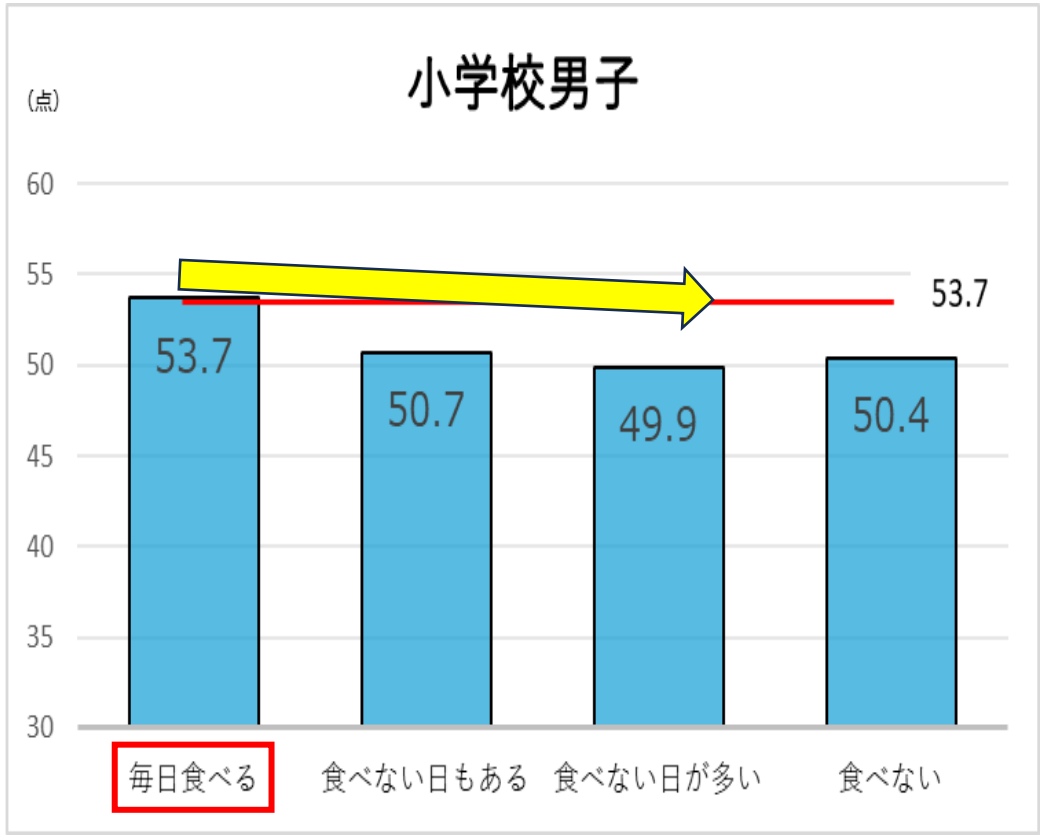


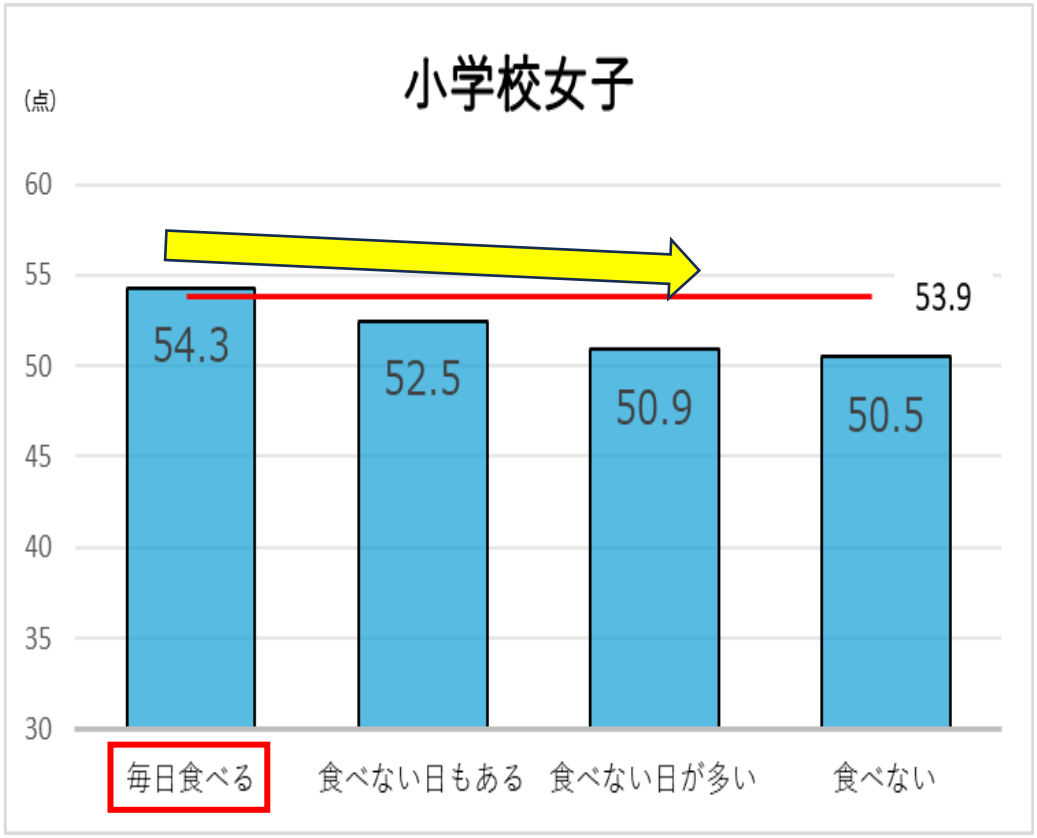


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「朝食を食べる割合と体力合計点との関連」

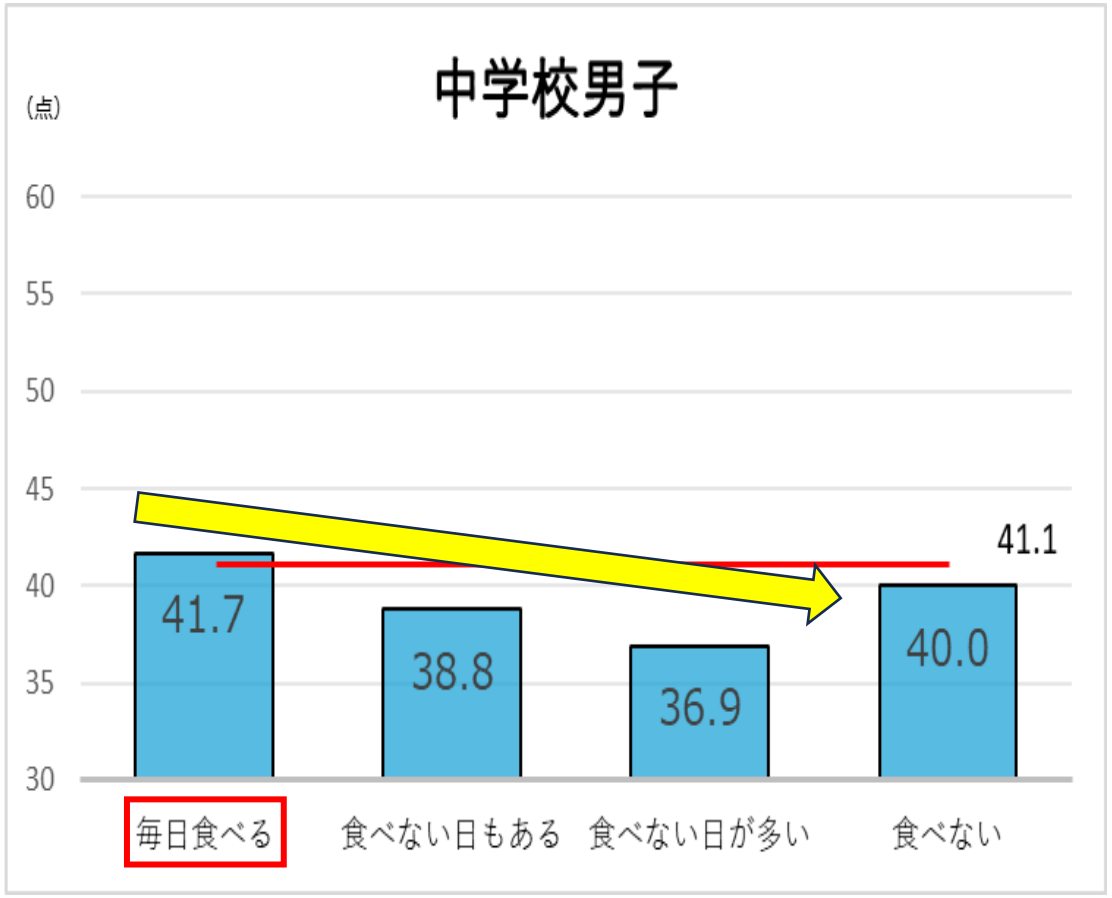


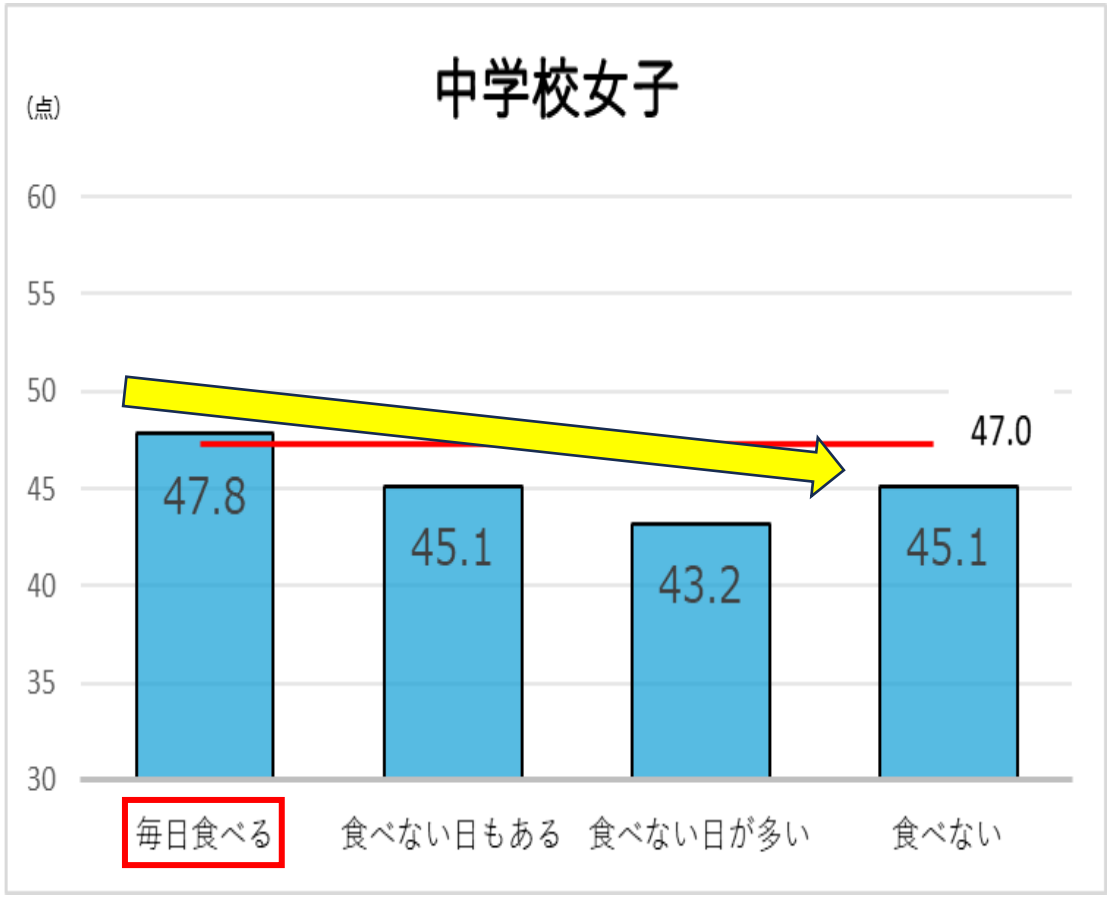


2　調査結果について

（３）運動習慣・生活習慣に関する質問紙調査

「朝食を食べる割合と体力合計点との関連」





2　調査結果について

（４）授業等に関する質問紙調査

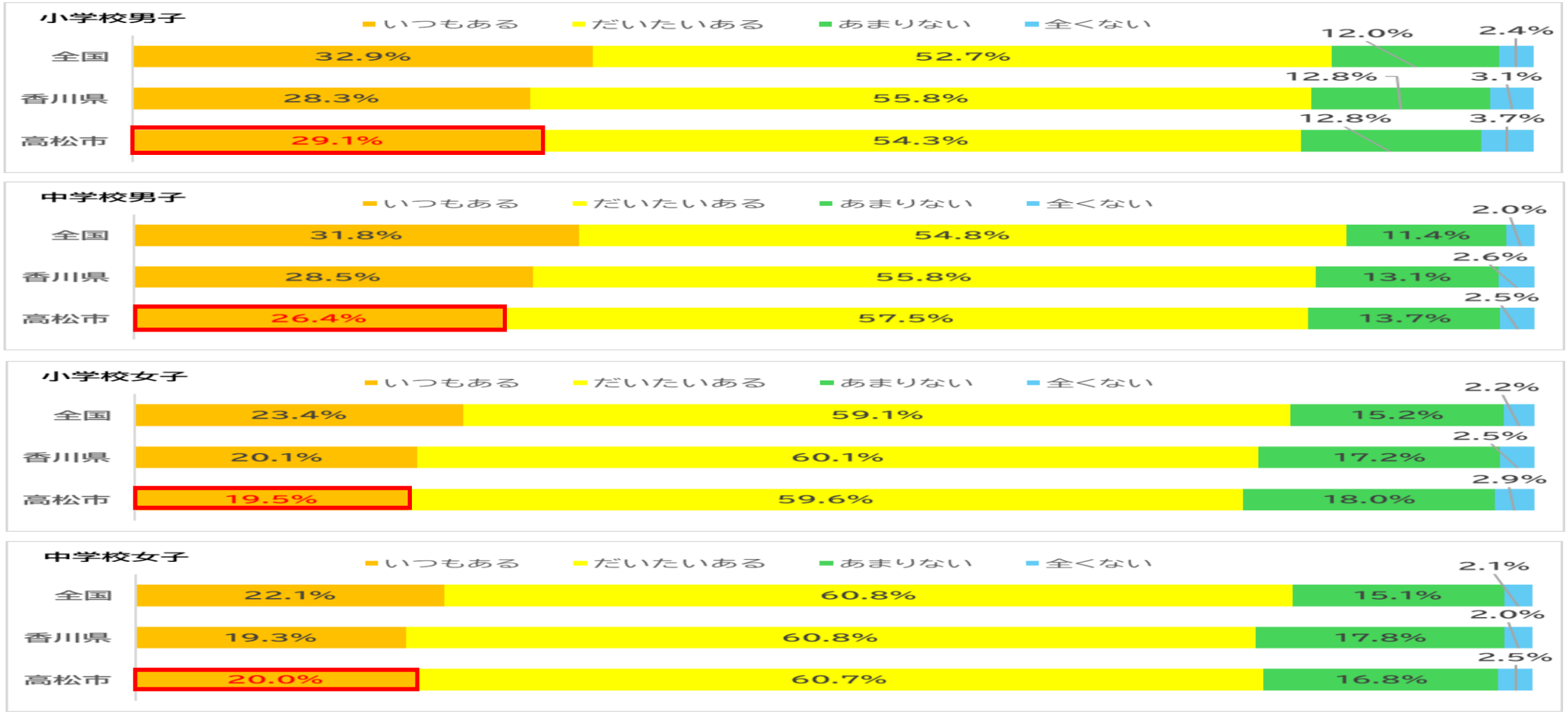
「体育（保健体育）の授業は楽しいですか。」



2　調査結果について

（４）授業等に関する質問紙調査

「保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。」



2　調査結果について

（４）授業等に関する質問紙調査

「卒業後、自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。」



3　調査結果のまとめ

今回の調査結果を受けて、以下の項目について分析を行った。

	分析項目		分析結果
1	【小学校】 握力（筋力）の低下		生活環境の変化から日常生活で重い荷物を運ぶ、力をかけるなどの活動が減少してきているため。 →　**県の取組「にぎりンピック in Kagawa」への参加啓発** **体育「器械運動系」「体力つくり運動系」の充実（取組事例の紹介）**
2	【中学校】 上体起こし （筋持久力）の低下		スマホ・タブレットのなど、座っている時間が長くなり、姿勢悪化につながってきたため。日常生活で腹筋に力が入らない。 →　**保健体育「器械運動」「体力つくり運動」の充実（取組事例の紹介）**
3	運動習慣の二極化		①空間の減少、②時間の減少、③なかまの減少、④体育嫌い･苦手意識の４つの要素が主に組み合わさっているため。 → **アクティブチャイルドプログラムの活用　等** → **体育好きの子どもを育てる** → **生涯スポーツへのつながり（スポーツに関わる）** → **次世代の子どもが大人の姿を見る**
4	生活習慣との関連	・スクリーンタイム ・睡眠時間 ・朝食 と体力合計点	・運動の魅力や目的が、スクリーンタイム（ネットでなかまとつながりをもてる）に置き換わり、運動意欲の減少が起こっているため。（肥満を助長） ・塾などの影響で、就寝時刻が遅くなっており、十分な睡眠時間が確保できていないため。（スクリーンタイムとの関連も大きい。） ・朝食は、①エネルギーの補充、②体内時計をリセット、③体温の上昇、④骨や筋肉を作るなどの大切な役割を担っているため。朝食で一日を始める習慣が身についていることが運動や睡眠など他の活動的な生活習慣にも影響を及ぼしていると考えられる。 →　**「早寝早起き朝ごはん運動」「スマートメディア教育」等の活用** **健康三原則の重要性を学校や教育委員会から家庭や地域に啓発・連携**