

## 令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果について

江別市立文京台小学校  
校長 田中美由紀

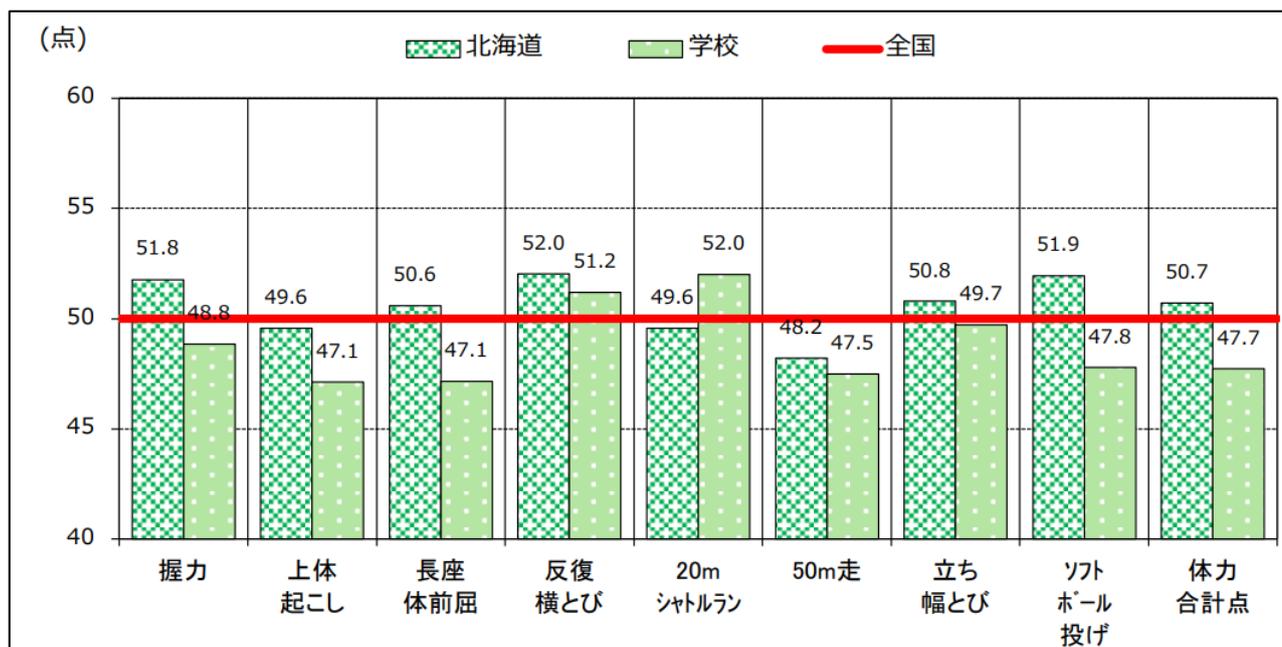
全国体力・運動能力、運動習慣等調査は子どもの体力・運動能力の状況を把握・分析することにより、国や教育委員会が体力・運動能力の向上に係る施策等の成果と課題を検証し、その改善を図ることや、学校が体育の授業等の充実・改善に役立てることを目的とし、全国の小学5年生と中学2年生が取り組んでいます。

今年度、5年生を対象に実施いたしました「全国体力・運動能力調査」の結果がまとまりました。本紙では、本校児童の体力の現状と、今後の課題、そして本校の具体的な取組についてご報告いたします。なお、この結果については本校の5年生を対象に実施したものであり、本校の全校児童の結果を表すものではありません。

### ■実技集計（女子）

小学校 5年女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトル ラン(回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ(m)	体力合計 点(点)
全国	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
北海道	16.29	18.12	38.71	40.25	36.13	9.95	144.25	14.04	54.61
学校	15.16	16.74	35.53	39.61	40.05	10.02	141.68	12.05	51.89

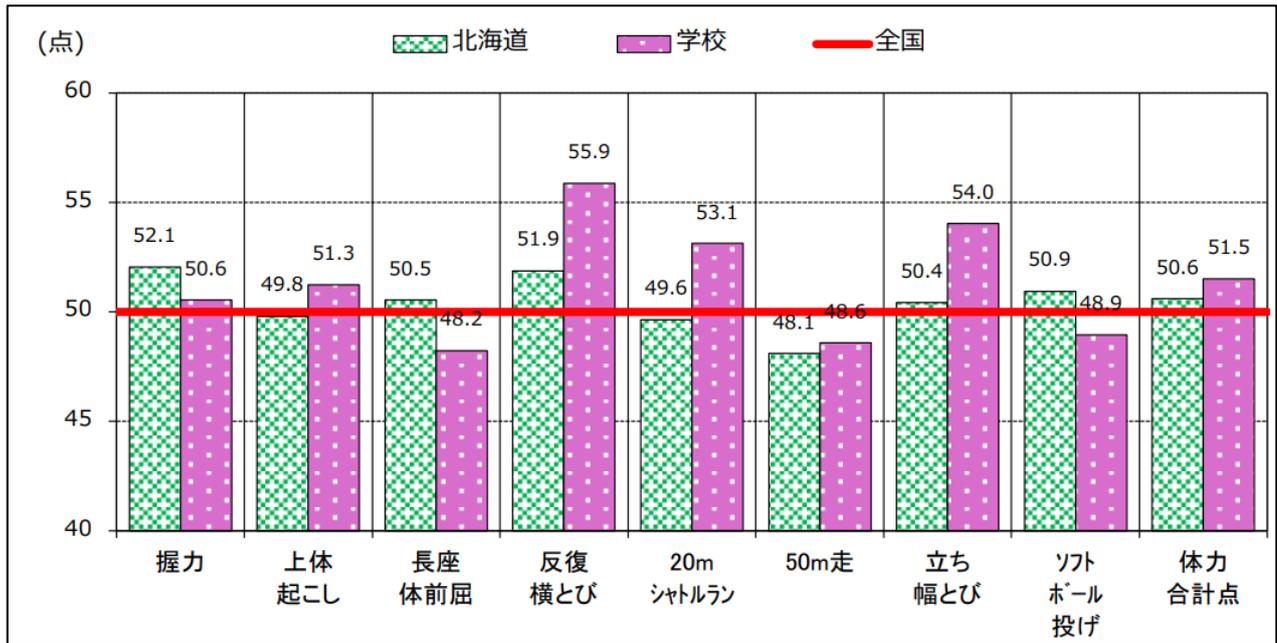
### <全国・全道との数値の比較（女子）>



## ■実技集計（男子）

小学校 5年男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m シャトルラン (回)	50m 走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ (m)	体力合計 点 (点)
全国	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
北海道	16.76	19.33	34.37	42.49	47.16	9.67	152.02	21.85	53.60
学校平均	16.18	20.24	32.29	45.88	54.59	9.62	161.06	20.18	54.47

## <全国・全道との数値の比較（男子）>



## ■ 結果の概要と考察

【女子】「20m シャトルラン」と「反復横とび」は全国平均を上回っており、粘り強さや俊敏性が優れています。しかし、合計点を含め多くの種目で全国・全道平均を下回る結果となりました。特に「上体起こし」や「長座体前屈」は全国平均と差があり、筋力や筋持久力や柔軟性の向上が今後の課題です。

【男子】「反復横とび」「20m シャトルラン」「立ち幅とび」で全国平均を大きく上回り、敏捷性や全身持久力、瞬発力に優れていることがわかりました。一方で、「長座体前屈（柔軟性）」や「ソフトボール投げ（投力）」に課題が見られます。特にソフトボール投げは、昨年度の記録（26.00m）から大きく低下しており、日常的に「投げる」動作に親しむ機会を増やす必要があります。

## ■ 今後の体力向上に向けて

本校では、今回の体力テストの結果をふまえ、子どもたちがより健やかに成長していけるよう、今後の体力向上に向けて、体育授業の改善、運動に親しむ機会の創出、さらに北翔大学との連携強化などを軸に、年間計画の作成を進めていくことを考えています。

ご家庭におかれましても、放課後の外遊びや規則正しい生活習慣（朝食・睡眠）の定着など、お子様の健やかな体作りへのご協力をお願いいたします。