

第60回 神奈川県小学校児童体力づくり研究発表大会

報告

神奈川県教育委員会

令和7年度
**全国体力・運動能力、
 運動習慣等調査**
 報告書

令和7年12月
 スポーツ庁

今日これであそんでみない

しまおに

あそび方

- ① 8人以上であそびます。
- ② おにを1人決めます。にげる人は一列になります。
- ③ にげる人とおに以外の人は、三人一組で一列に並んで走り、鼻をつくりまわります。
- ④ にげる人は、どこかの鼻を導んで走りまわります。その時、鼻の反対がわにいる人が、次のにげる人になります。
- ⑤ おににタッチされないように、にげつづけよう！

しんごうゲーム

あそび方

- ① 3人以上であそびます。
- ② おにを1人決めます。にげる人は一列になります。
- ③ にげる人は、おにが「青」と言ったら一歩前へ、「赤」と言われたら一歩後ろへ、「黄色」と言われたらその場でジャンプします。
- ④ おにが「黒」と言ったら、おににつかまらないように、反対がわまで走りぬけます。

先生方へ

「みんなで遊ぼう！ わくわく先生派遣事業」として、わくわく先生が運動遊び教室を行っており、このポスターは、その内容を基に作成しております。ぜひ、体育等の時間においても御活用ください。

問合せ先
 神奈川県教育委員会
 保健体育課 学校体育指導グループ
 電話 045-210-8312
 ファクシミリ 045-210-8922

発達の段階に応じた運動・スポーツ機会の充実プラン

令和7年12月



- ✓ 新型コロナウイルス感染症拡大以降、**子供の運動時間は減少傾向が続いている。運動やスポーツが好き、スポーツへの多様な関わり方に興味関心がある児童生徒ほど運動時間が長くなる傾向にある。**
- ✓ 運動の楽しさや喜びを感じ、運動好きな子供や日常から運動に親しむ子供が増え、将来にわたり豊かで幅広いスポーツに親しむことができるよう、**生活全体を通じて少しずつでも運動する機会を確保する必要がある。**

子供の頃から生涯にわたって運動やスポーツに親しみ習慣化できるよう、**学校・地域・家庭における取組を支援**

- ✓ **幼児期からの運動習慣形成**
- ✓ **学校体育等を通じた運動意欲の向上**
- ✓ **地域における持続可能なスポーツ機会の創出**

- スポーツ振興くじ助成における、全市区町村を対象とした**地域スポーツ振興助成**の創設
- 部活動の**地域展開**等を通じたスポーツの機会の確保
- 小学校の**体育専科教師と地域クラブの指導者を兼ねる新たな働き方**のモデルの創設等を通じた**指導者の確保**
- スポーツ産業が有するノウハウと学校体育施設等を活用した**生涯スポーツ推進モデル**の創設

地域における持続可能なスポーツ機会の創出



幼児期からの運動習慣形成

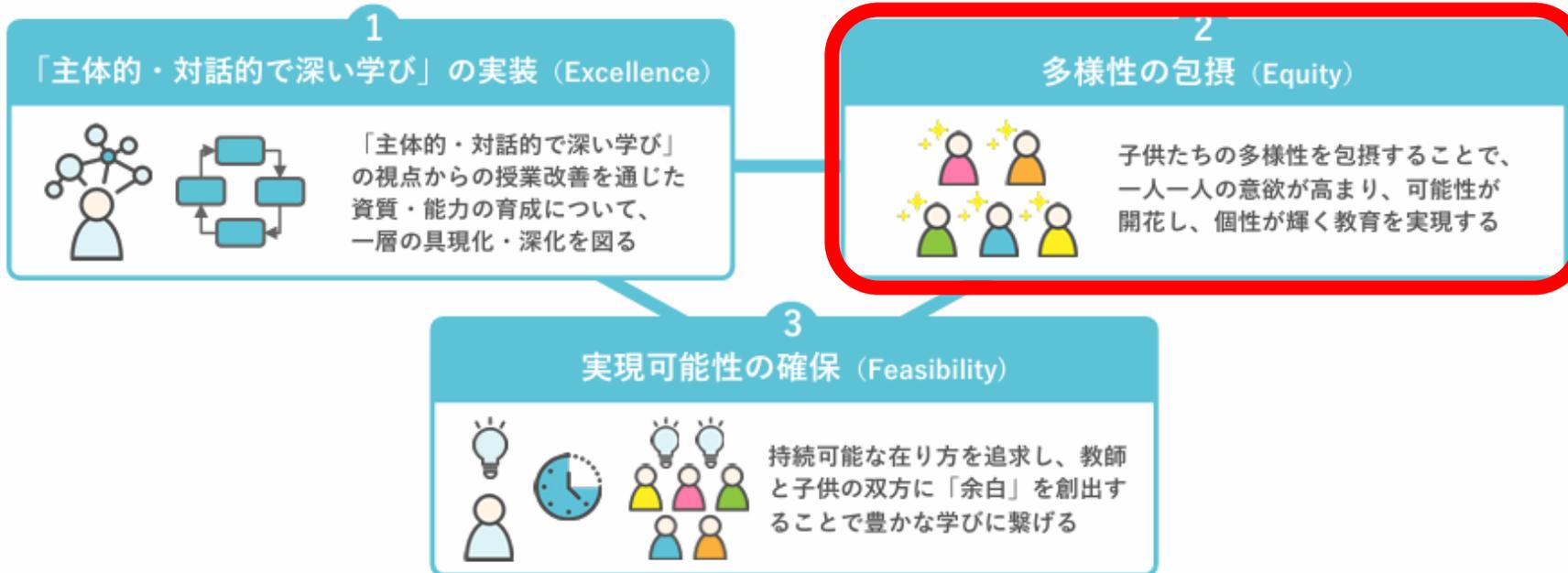
- 運動遊びや複数種目のスポーツに取り組める**指導者の養成**
- 「**幼児期運動指針**」や「**アクティブチャイルドプログラム**」等を活用した実践の促進

学校体育等を通じた運動意欲の向上

- 「**アスリーチ（体育授業へのアスリートの派遣）**」や**共に学ぶ体育授業**の充実
- 部活動の**地域展開**等を通じたスポーツの機会の確保
- 学校や地域の**体育・スポーツ施設**の整備促進
- 幼児期と小学校体育等との**接続**や、運動・スポーツを通じた豊かな学習機会等の充実を目指した**学習指導要領の改訂**

次期学習指導要領に向けた基本的な考え方

～あらゆる方策を活用し、三位一体で具現化～



学びをデザインする高度専門職としての教師
「裁量的な時間」をはじめ柔軟な教育課程による余白

デジタル学習基盤をはじめとする基盤整備
総合的な勤務環境整備

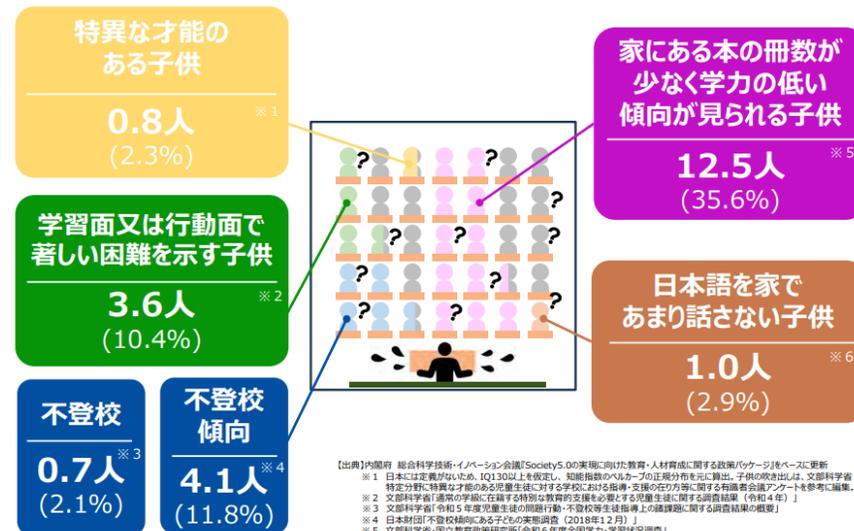
多様な子供たちの「深い学び」を確かなものに

 生涯にわたって主体的に学び続け、多様な他者と協働しながら、自らの人生を舵取りすることができる民主的で持続可能な社会の創り手をみんなで育む 

小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編 8ページ 体育科改訂の要点

③ 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。

小学校35人学級における多様性



多様な個性や特性、背景を有する子供が多くなっている実態に向き合う
多様性を個人及び社会の力に変える

種 目 (単位)	小学5年				中学2年			
	男 子		女 子		男 子		女 子	
	7年度 全国 平均	7年度 神奈川県 平均	7年度 全国 平均	7年度 神奈川県 平均	7年度 全国 平均	7年度 神奈川県 平均	7年度 全国 平均	7年度 神奈川県 平均
握力(平均)〈kg〉	15.97	16.10	15.61	15.51	28.91	28.38	23.12	22.71
上体起こし〈回〉	19.45	19.26	18.36	17.98	25.99	25.79	21.62	21.18
長座体前屈〈cm〉	33.88	34.59	38.17	38.84	44.98	43.56	46.97	45.61
反復横とび〈点〉	40.90	38.15	38.71	35.48	51.63	49.97	45.77	44.04
持久走〈秒〉 (男1,500m 女1,000m)	—	—	—	—	410.24	408.64	310.35	317.67
20mシャトルラン〈回〉	47.95	45.33	36.87	32.70	78.59	77.83	50.44	48.44
50m走〈秒〉	9.46	9.47	9.77	9.82	8.00	8.01	8.97	9.00
立ち幅とび〈cm〉	150.96	149.14	142.39	138.83	197.50	194.02	166.39	161.79
ソフトボール投げ〈m〉	21.06	20.32	13.10	12.25	—	—	—	—
ハンドボール投げ〈m〉	—	—	—	—	20.66	20.71	12.36	12.07
体力合計点〈80点満点〉	53.03	51.98	53.98	52.04	42.06	40.76	47.46	45.43

※ 中学2年生の持久走と20mシャトルランは、どちらかを選択して実施。

※ 小学5年生はソフトボール投げ、中学2年生はハンドボール投げを実施。

※ 体力合計点とは、8種目の記録を男女別に点数化(1～10点)し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

【前年度比較】 小学5年生男子(+0.15)女子(-0.28)、中学2年生男子(+0.19)女子(+0.06)

(1) 運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツが「好き・やや好き」と回答した児童生徒の割合

	小学5年男子	小学5年女子	中学2年男子	中学2年女子
全国	93.4%	85.8%	91.0%	77.2%
神奈川県 (政令市含む)	93.3%	86.0%	90.9%	76.1%

(2) 中学校に進んだら（中学校を卒業した後も）、授業以外でも自主的に運動（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「思う・やや思う」と回答した児童生徒の割合

	小学5年男子	小学5年女子	中学2年男子	中学2年女子
全国	87.0%	80.6%	87.1%	76.0%
神奈川県 (政令市含む)	88.0%	82.2%	87.9%	76.6%

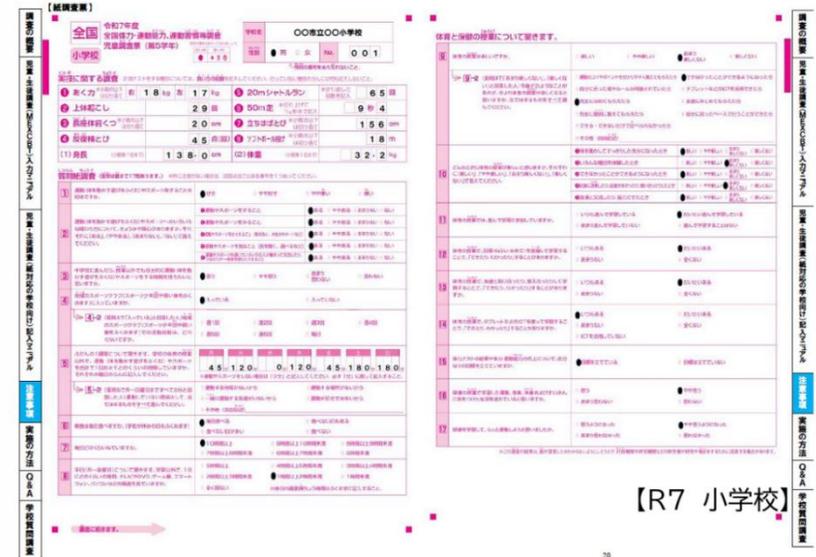
(3) 体育・保健体育の授業が「楽しい・やや楽しい」と回答した児童生徒の割合

	小学5年男子	小学5年女子	中学2年男子	中学2年女子
全国	94.6%	88.1%	92.9%	84.2%
神奈川県 (政令市含む)	94.6%	87.8%	92.7%	81.1%

【全国との比較】中学校に進んだら（中学校を卒業した後も）、授業以外でも自主的に運動（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「思う・やや思う」と回答した割合は、いずれの校種・性別でも上回っている。

授業以外の児童生徒の 運動時間を増加

全国体力・運動能力、運動習慣等調査 における質問紙調査



2 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツへのいろいろな関わり方について、きょうみや関心がありますか。

- ①運動やスポーツをすること
- ②運動やスポーツをみること
- ③運動やスポーツをささえること(支え合い、大会のサポートなど)
- ④運動やスポーツを知ること(話を聞く、調べるなど)
- ⑤運動やスポーツを通じていろいろな人が集まって交流したり、一体感を感じたりすること

令和7年度からの新しい設問を中心に各学校・各自治体で確認



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、**生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力**(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。



1週間の総運動時間
(体育授業を除く)
60分未満の児童生徒の割合↓

卒業後にも**運動やスポーツ**をしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合↓

第3期スポーツ基本計画

「フィジカルリテラシー」



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。

あなたの筋力について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】買物袋を持ち運ぶことができない、起き上がることができない
- 【レベル2】日常的な家事をこなすことができる
- 【レベル3】重い荷物を持ち運ぶことができる

身体的要素

あなた

- 【レベル1】休憩を取りながらでないと階段を登ることができない
- 【レベル2】軽い荷物を運ぶ、一定のペースで走ることができる
- 【レベル3】重い荷物を運ぶことができる

あなたが身体活動を

- 【レベル1】身体活動を行う気にならない
- 【レベル2】身体活動を行うのは、他者からの承認、評価、報酬が得られるからである
- 【レベル3】身体活動を行うのは、健康や体力がよくなるからである

心理的要素

あなた
及び調

- 【レベル1】身体活動場面に参加するのが苦手である
- 【レベル2】身体活動場面において自分が疲れていることがわかる
- 【レベル3】身体活動場面において様々な方法(ペース配分、呼吸のコントロール)で自分の疲労を管理できる

あなたの身体活動に関する知識や情報(身体的、感情的、社会的、認知的なメリットなど)を知っているか、伝えることができるかについて、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動のメリット(効果)を理解していない
- 【レベル2】身体活動の一般的なメリット(効果)を知っている
- 【レベル3】様々な種類のスポーツなど、それぞれのメリット(効果)を知っている

認知的要素

あなた
の学
当
てはまるレ

- 【レベル1】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成することが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成する方法を知っている
- 【レベル3】状況に合わせて自分の計画を柔軟に変えることができる(自宅でトレーニング場を変えるなど)

「フィジカルリテラシー」

最も当てはまるレベル

- 【レベル1】身体活動において、公正であり、他者を尊重し、インクルーシブ(共に支え合う)であることが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、公正であり、インクルーシブであろうとしている
- 【レベル3】身体活動において、他者へのサポート、インクルーシブの状況を改善に向かわせることができる

社会的要素

あなた
デー

- 【レベル1】身体活動中に他者のスペースを尊重しない
- 【レベル2】身体活動中に他者のスペースを尊重する、道具やボールを共有するなど
- 【レベル3】身体活動において、他者がうまくいくよう積極的にサポートし、励ますことができる

「楽しい」とは？

授業での話し合い

助け合い、
役割を果たす活動

目標設定

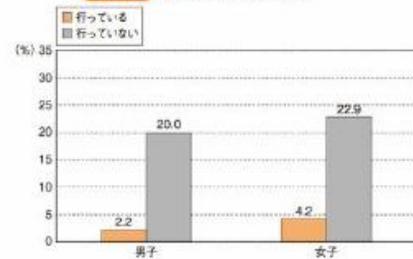
ふり返り

練習や場の工夫

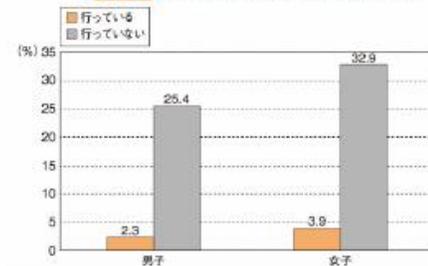
保健体育授業の充実

体力テストDE群の割合

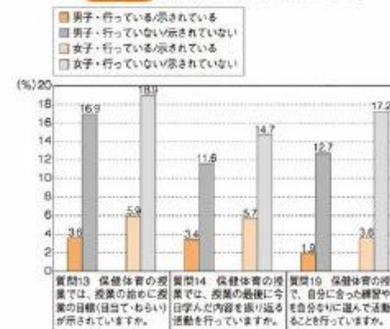
中学校 質問2 「楽しいと感じたことがない」×
質問16 「授業での話し合い」



中学校 質問2 「楽しいと感じたことがない」×
質問15 「授業での助け合い、役割を果たす活動」



中学校 質問2 「楽しいと感じたことがない」×
質問13 「授業の目標設定」
質問14 「授業のふり返り」
質問19 「授業での練習や場の工夫」



スポーツ庁 (2020) 令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書

- 体力総合評価がDE群における「運動・スポーツを楽しみと感じたことがない」生徒は、「**授業での話し合い**」「**助け合い、役割を果たす活動**」を行っている方がDE群の児童生徒の割合が少ない。
- 同様に、授業で「**目標設定**」「**ふり返り**」「**練習や場の工夫**」を行っている方が、少ない。



運動が苦手な生徒でも、保健体育の授業を工夫することで、その割合を減少させることが可能