令和7年度
全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

令和8年2月

砂 川 市 教 育 委 員 会

1　調査の目的

子どもの体力が低下している状況に鑑み、砂川市が全国的な状況との関係において児童生徒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、各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

2　調査の名称：「令和７年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」

3　参加状況：砂川市内小学校第５学年【５校：99 名（男子 48 名、女子 51 名）】
　　砂川市内中学校第２学年【１校：81 名（男子 43 名、女子 38 名）】

4　調査事項

（１）児童生徒に対する調査

ア　実技に関する調査（測定方法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

・中学校調査では、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、ハンドボール投げ

体力テスト種目		単位	体力要素	測　　定
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値.
②	上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30 秒間に上体を起こした回数.
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離.
④	反復横とび	点	敏捷性	20 秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数.
⑤	20ｍシャトルラン	回	全身持久力	20m 走行の折り返し回数.
⑥	50ｍ走	秒	疾走能力	50m の疾走時間.
⑦	立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離.
⑧	ソフトボール投げ【小】	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離.
	ハンドボール投げ【中】	m	巧緻性・投球能力	ハンドボール２号球を遠投した距離.

イ　質問紙調査（児童生徒の運動への取組や運動習慣等に関する質問紙調査）

（２）学校質問紙調査

ア　学校の体力向上に関する取組の調査

イ　学校の実施状況に関する調査

（３）教育委員会に対する質問紙調査

5　調査の方法

悉皆調査

6　調査実施日

令和７年４月から令和７年７月末までの期間で実施

7　調査の実施体制

各学校の校長を調査責任者として、設置管理者である砂川市教育委員会の指示、指導、助言等に基づき実施する。

8　調査に関しての砂川市教育委員会の基本的な姿勢

砂川市教育委員会は、文部科学省が示す本調査の目的・意義を認め、定められた方法に従い、市内全小・中学校で実施する。

（1）各学校では、児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等の状況を把握し、授業改善や生活習慣等の改善に向け、調査結果の積極的な活用を図る。

（2）結果の公表について砂川市では、調査の結果により学校間の序列化や比較を行うものではなく加えて教育委員会が個別の小・中学校の調査結果を一括公表するものではないと判断し、これまで同様、実技に関する調査結果の数値による公表はせず、正確な数値が特定されないグラフや言葉による公表とする。

（3）この調査は、通常の教育活動の一環として実施するものである。

（4）文部科学省は、都道府県教育委員会が作成する報告書の中で、各市町村の同意を得て、各市町村単位の結果を公表することを可能としたことを受け、北海道教育委員会が作成する報告書の中での結果公表について、砂川市は同意することとした。

（5）本調査により測定できる体力等は特定の一部であり、学校における教育活動の一側面を示すものである。

9　用語等の説明

（1）体力合計点

８種目の体力テストの成績を１から 10 に得点化して総和した体力テストの合計得点（満点は 80）

（2）体力総合評価

８種目の体力テストを全て実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からＡＢＣＤＥの５段階で評定した体力の総合評価

【小学校】

Ａ：65 以上　・Ｂ：58～64　・Ｃ：50～57　・Ｄ：42～49　・Ｅ：41 以下

【中学校】

Ａ：57 以上　・Ｂ：47～56　・Ｃ：37～46　・Ｄ：27～36　・Ｅ：26 以下

（3）Ｔ得点

全国平均に対する相対的な位置を表す数字（全国を 50 とした時の偏差値）

参　考　資　料

小学校男子種目別得点表

得点	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
10	26kg 以上	26 回以上	49cm 以上	50 点以上	80 回以上	8.0 秒以下	192cm 以上	40m 以上
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6
1	4kg 以下	2 回以下	14cm 以下	17 点以下	7 回以下	13.1秒以上	92cm 以下	4m 以下

小学校女子種目別得点表

得点	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
10	25kg 以上	23 回以上	52cm 以上	47 点以上	64 回以上	8.3 秒以下	181cm 以上	25m 以上
9	22～24	20～22	46～51	43～46	54～63	8.4～8.7	170～180	21～24
8	19～21	18～19	41～45	40～42	44～53	8.8～9.1	160～169	17～20
7	16～18	16～17	37～40	36～39	35～43	9.2～9.6	147～159	14～16
6	13～15	14～15	33～36	32～35	26～34	9.7～10.2	134～146	11～13
5	11～12	12～13	29～32	28～31	19～25	10.3～10.9	121～133	8～10
4	9～10	9～11	25～28	25～27	14～18	11.0～11.6	109～120	6～7
3	7～8	6～8	21～24	21～24	10～13	11.7～12.4	98～108	5
2	4～6	3～5	18～20	17～20	8～9	12.5～13.2	85～97	4
1	3kg 以下	2 回以下	17cm 以下	16 点以下	7 回以下	13.3秒以上	84cm 以下	3m 以下

中学校男子種目別得点表

得点	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	ハンドボール投げ
10	56kg 以上	35 回以上	64cm 以上	63 点以上	125 回以上	6.6 秒以下	265cm 以上	37m 以上
9	51～55	33～34	58～63	60～62	113～124	6.7～6.8	254～264	34～36
8	47～50	30～32	53～57	56～59	102～112	6.9～7.0	242～253	31～33
7	43～46	27～29	49～52	53～55	90～101	7.1～7.2	230～241	28～30
6	38～42	25～26	44～48	49～52	76～89	7.3～7.5	218～229	25～27
5	33～37	22～24	39～43	45～48	63～75	7.6～7.9	203～217	22～24
4	28～32	19～21	33～38	41～44	51～62	8.0～8.4	188～202	19～21
3	23～27	16～18	28～32	37～40	37～50	8.5～9.0	170～187	16～18
2	18～22	13～15	21～27	30～36	26～36	9.1～9.7	150～169	13～15
1	17kg 以下	12 回以下	20cm 以下	29 点以下	25 回以下	9.8 秒以上	149cm 以下	12m 以下

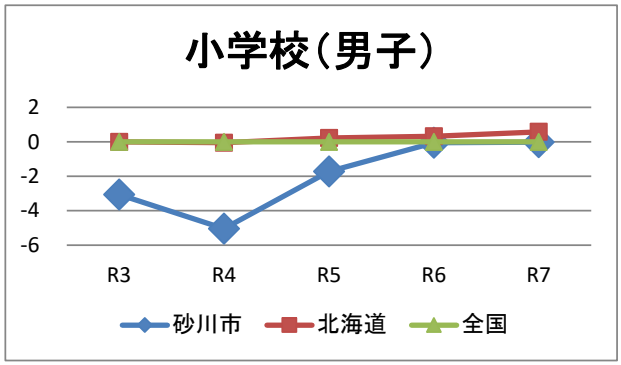
中学校女子種目別得点表

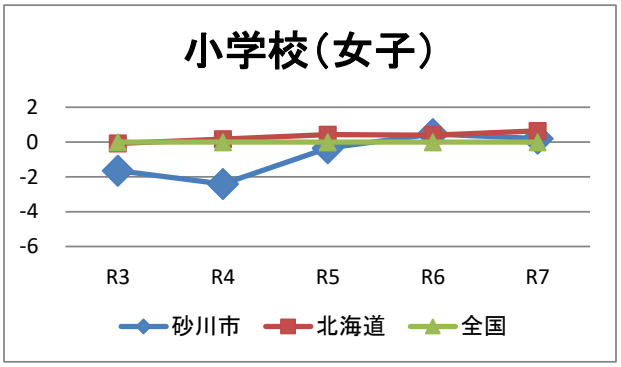
得点	握　力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅とび	ハンドボール投げ
10	36kg 以上	29 回以上	63cm 以上	53 点以上	88 回以上	7.7 秒以下	210cm 以上	23m 以上
9	33～35	26～28	58～62	50～52	76～87	7.8～8.0	200～209	20～22
8	30～32	23～25	54～57	48～49	64～75	8.1～8.3	190～199	18～19
7	28～29	20～22	50～53	45～47	54～63	8.4～8.6	179～189	16～17
6	25～27	18～19	45～49	42～44	44～53	8.7～8.9	168～178	14～15
5	23～24	15～17	40～44	39～41	35～43	9.0～9.3	157～167	12～13
4	20～22	13～14	35～39	36～38	27～34	9.4～9.8	145～156	11
3	17～19	11～12	30～34	32～35	21～26	9.9～10.3	132～144	10
2	14～16	8～10	23～29	27～31	15～20	10.4～11.2	118～131	8～9
1	13kg 以下	7 回以下	22cm 以下	26 点以下	14 回以下	11.3 秒以上	117cm 以下	7m 以下

小学生の体力【学校数５校：99名（男子48名、女子51名）】

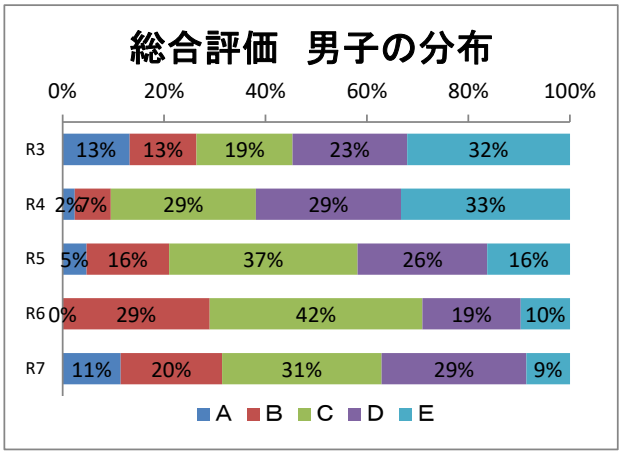
※数値は少数第１位を四捨五入
北海道の数値については、札幌市を除いた数値となっています。

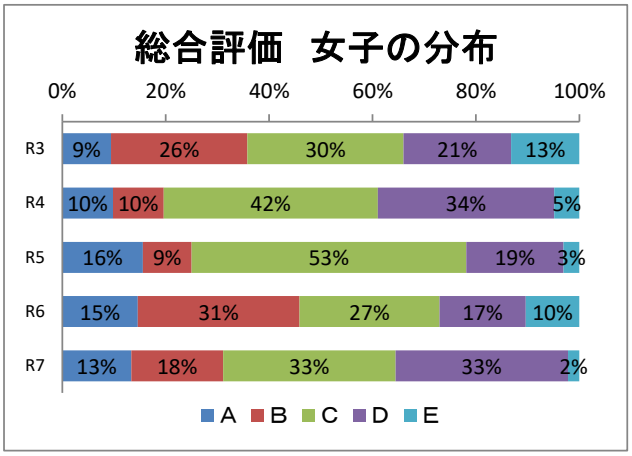
１　体力の合計点【全国平均値との差：経年推移】



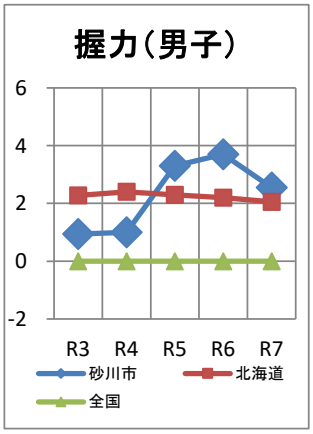


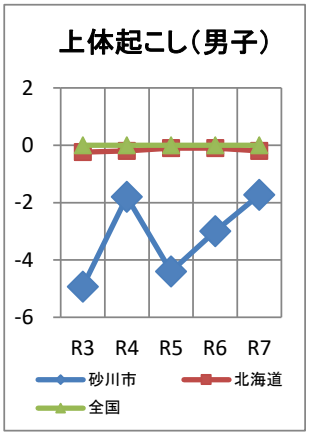
２　市内児童の体力総合評価【5段階評価：経年推移】

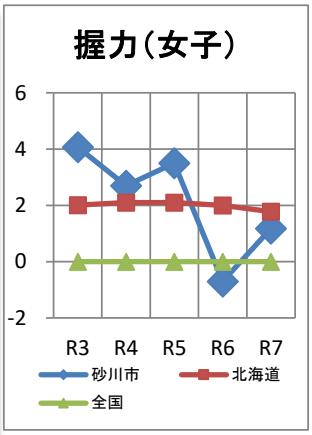


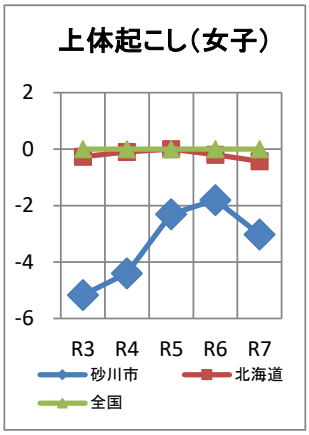


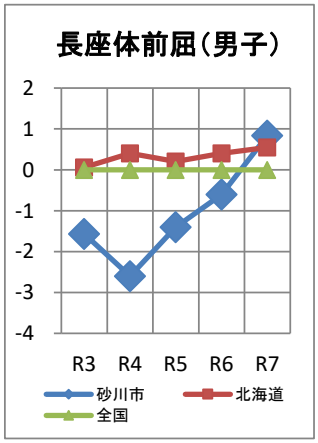
３　各種目の状況【全国を50とした時の偏差値（T得点）との差：経年推移】

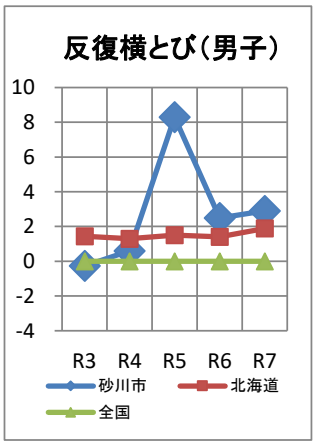


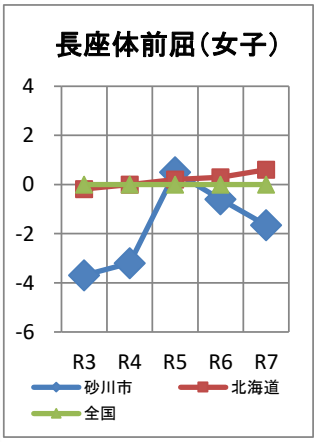


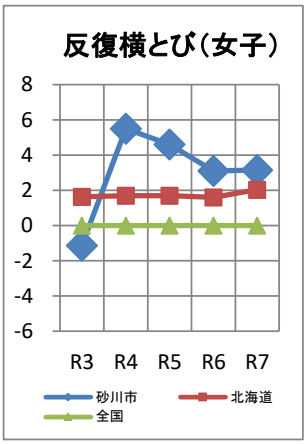


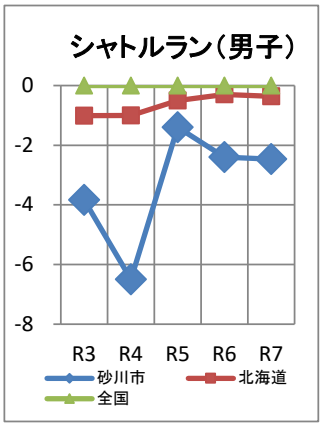


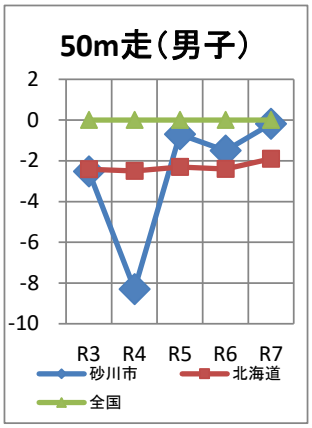


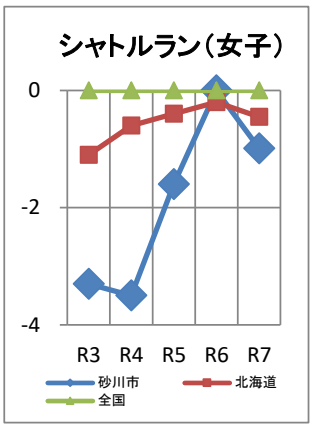


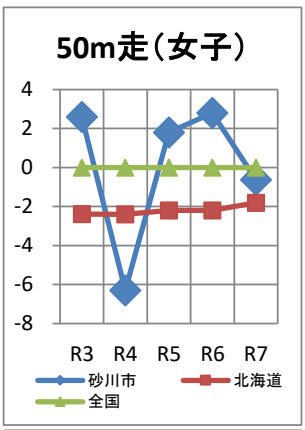


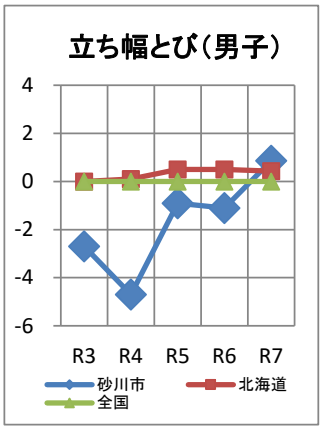


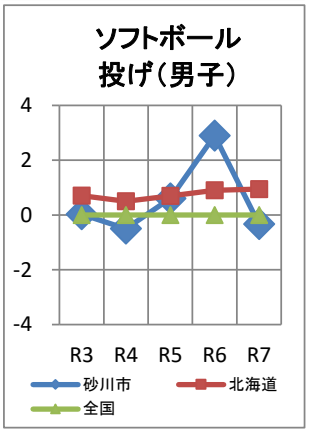


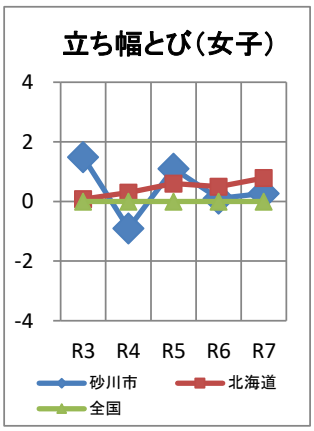


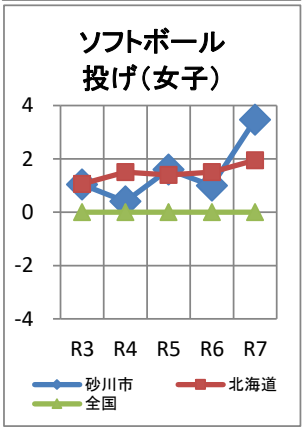




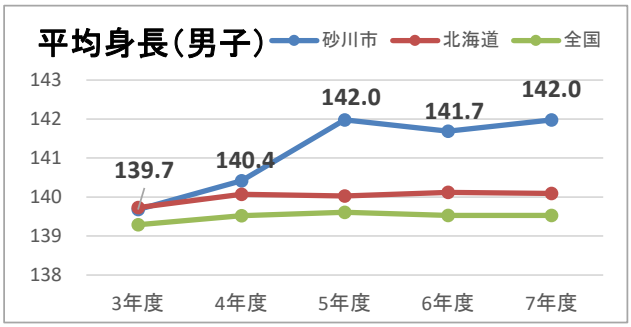


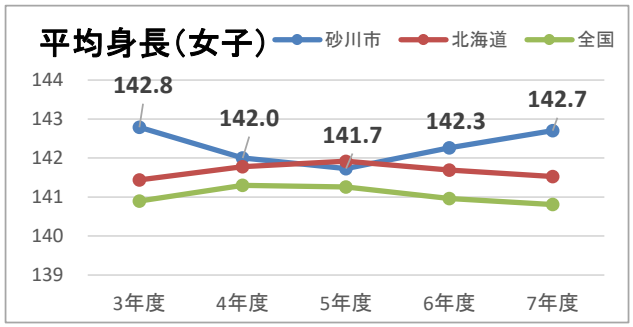


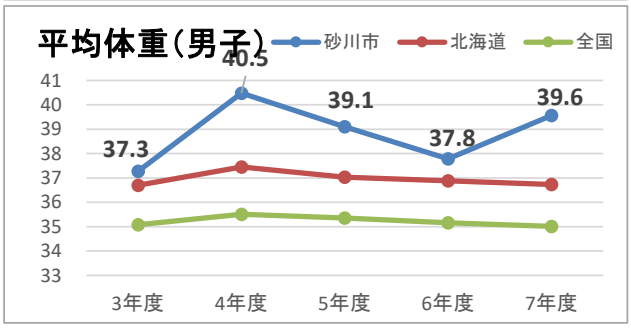


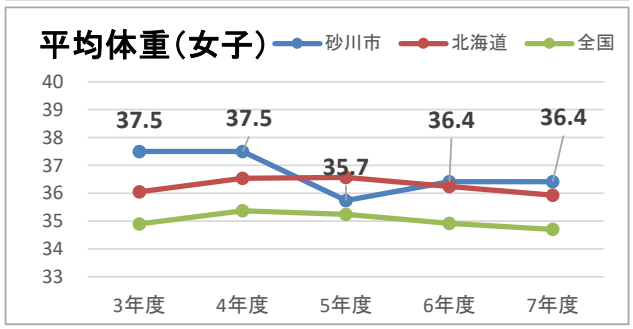


4　体格等に関すること









5　分析結果と今後に向けて

○　体力の合計点では、男女ともに全国平均と同程度である。また、５段階評価では、男子はＡ・Ｄの割合が増加し、やや２極化の傾向が見られる。女子はＢの割合が減少し、Ｄの割合が増加した。

○　男子については、「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「立ち幅とび」が全国平均を上回った。他の種目は全国平均と同程度か下回っているものの、「上体起こし」「50m走」で改善傾向が見られる。

○　女子については、「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」で全国平均を上回り、「握力」と「ソフトボール投げ」で顕著な伸びが見られた。

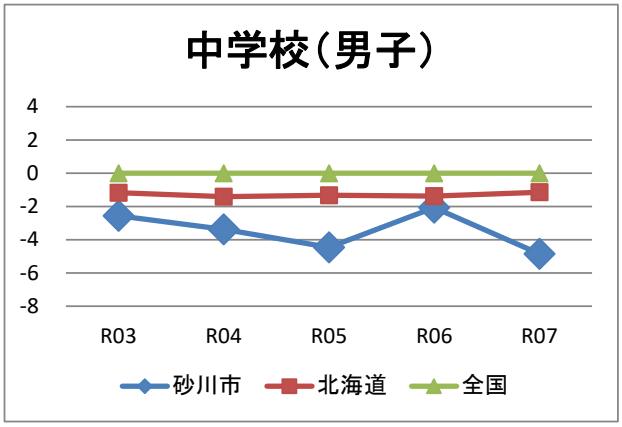
○　全体的には、持久力を必要とするシャトルランに課題が見られる。昨年同様、「上体起こし」にも課題が見られるが、男子については改善傾向にある。今後は、運動に親しむ環境の整備や「伸び」を実感させる取組を充実させ、児童の体力・運動能力の向上を図る必要がある。

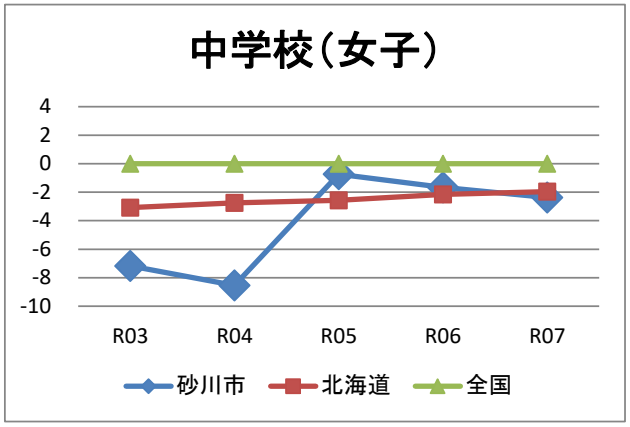
中学生の体力【学校数１校：81名（男子43名、女子38名）】

※数値は少数第1位を四捨五入

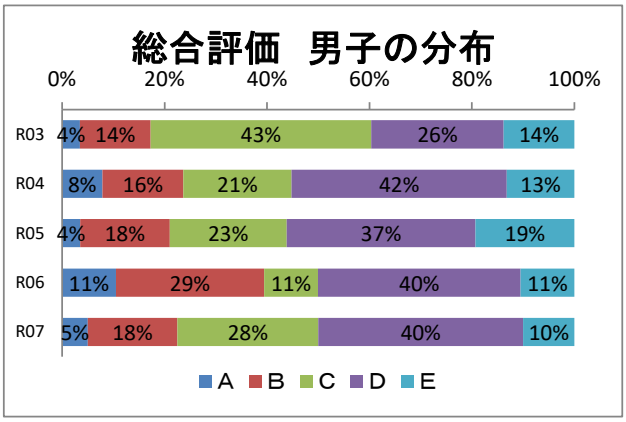
北海道の数値については、札幌市を除いた数値となっています。

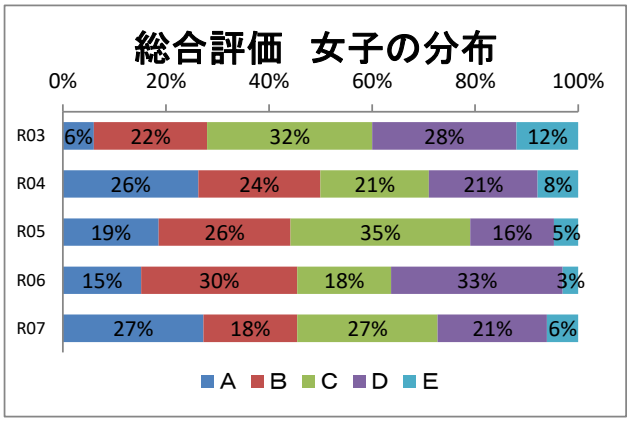
１　体力の合計点【全国平均値との差：経年推移】



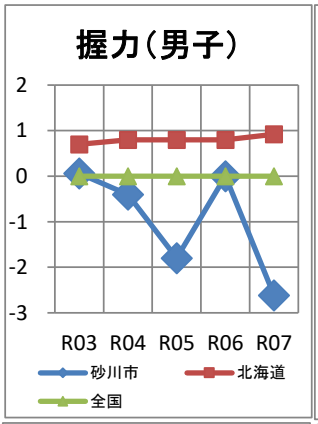


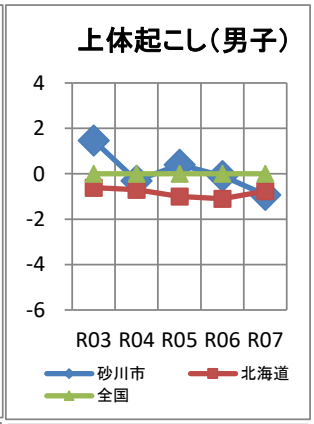
２　市内生徒の体力総合評価【5段階評価：経年推移】

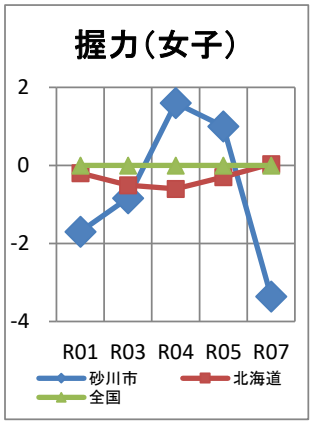


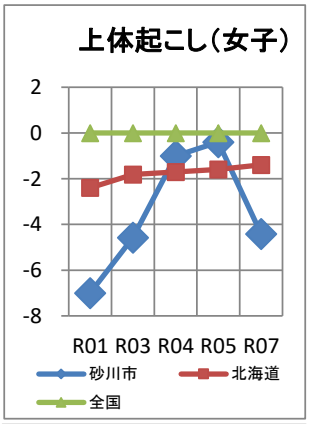


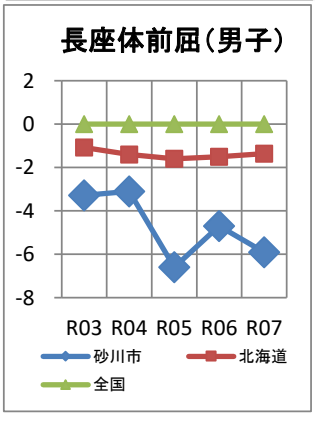
３　各種目の状況【全国を50とした時の偏差値（T得点）との差：経年推移】

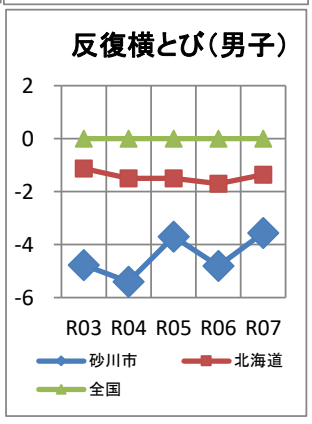


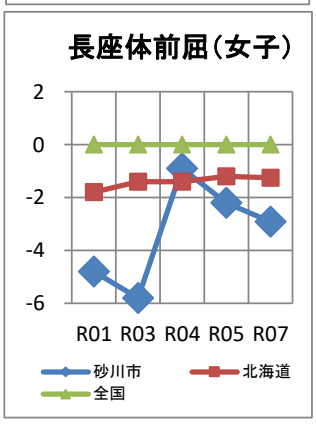


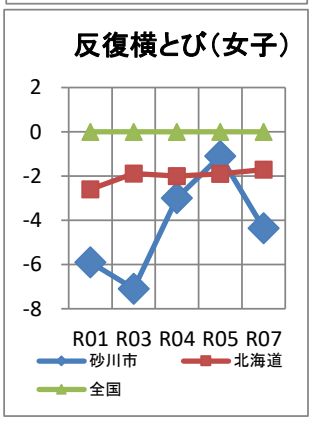


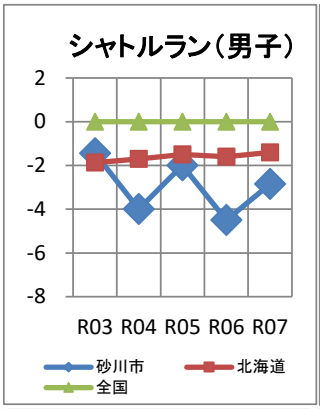


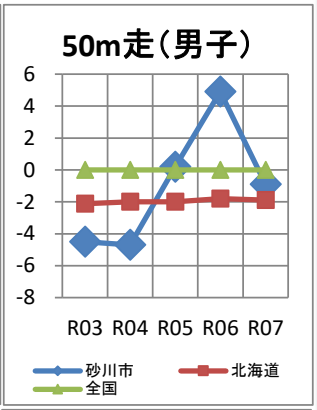


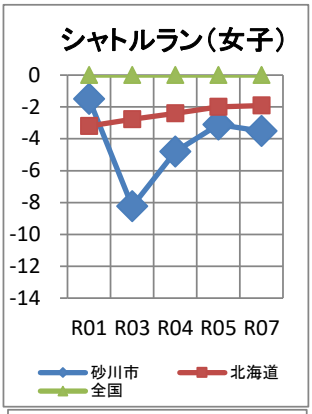


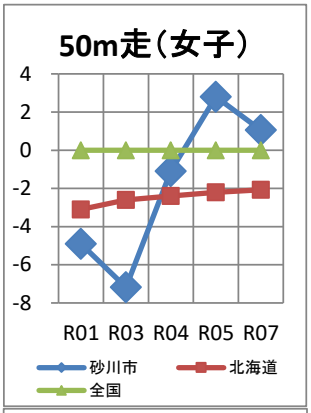


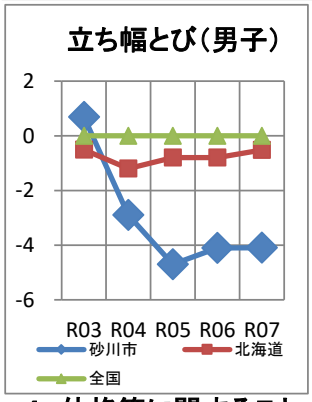


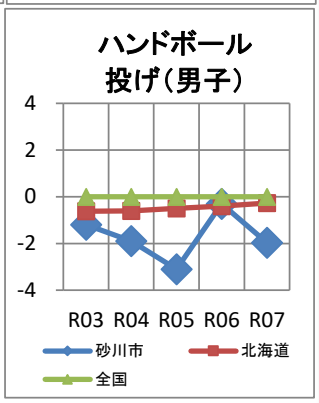


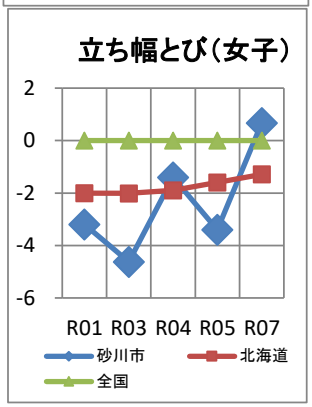


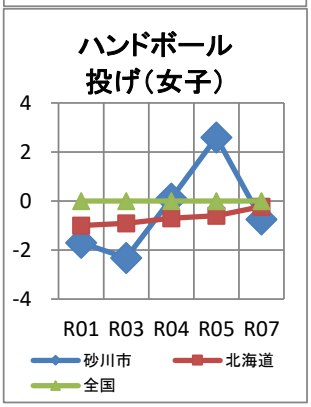




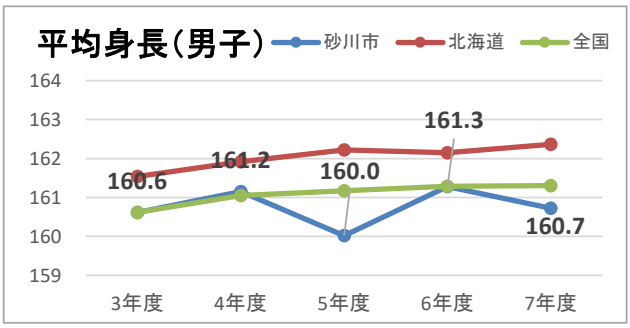


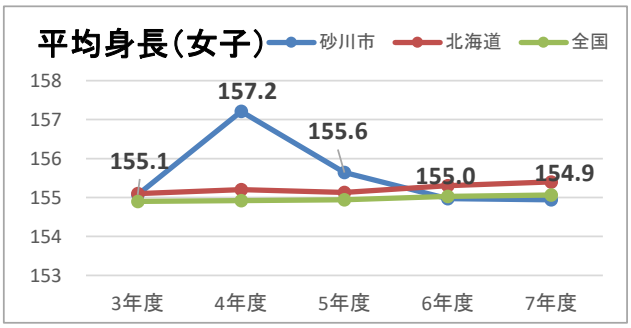


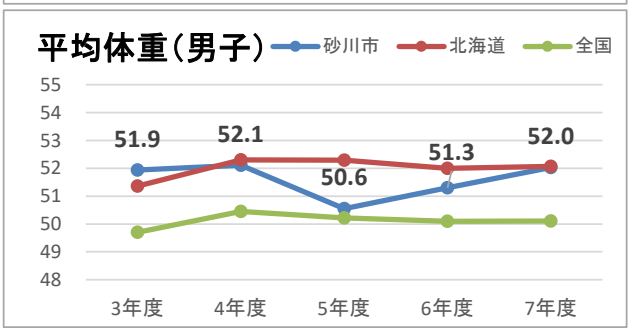


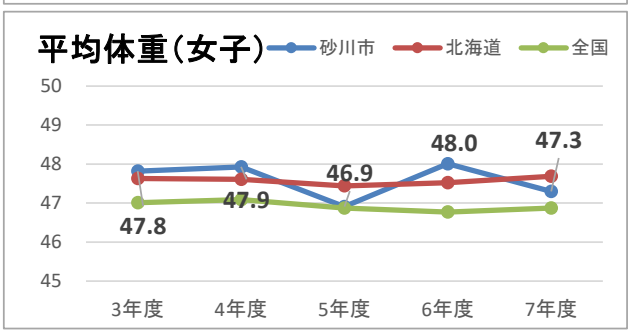


4　体格等に関すること









5　分析結果と今後に向けて

○　体力の合計点は、男女ともに全国平均を下回った。また、５段階評価では、男子はＡ、Ｂの割合が減少し、女子はＡ、Ｃの割合が増加し、Ｂ、Ｄの割合が減少した。

○　男子については、全種目で全国平均を下回り、特に「握力」は、前年度から大きく数値を下げている。また、「長座体前屈」「立ち幅とび」についても、令和５年度以降、数値の低い状態が続いている。

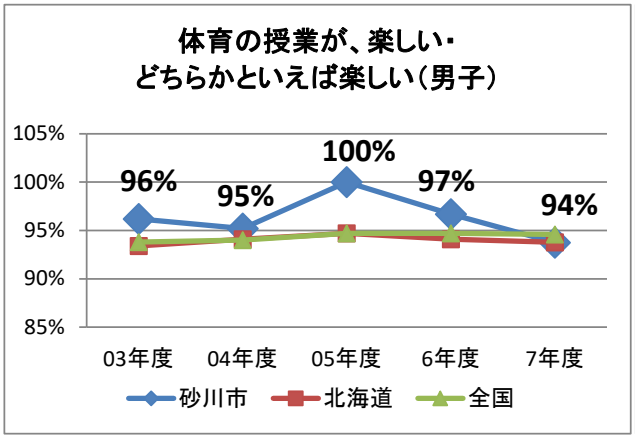
○　女子については、「50ｍ走」「立ち幅とび」で全国を上回ったが、「握力」「上体起こし」「反復横とび」「ハンドボール投げ」で大きく数値を下げている。

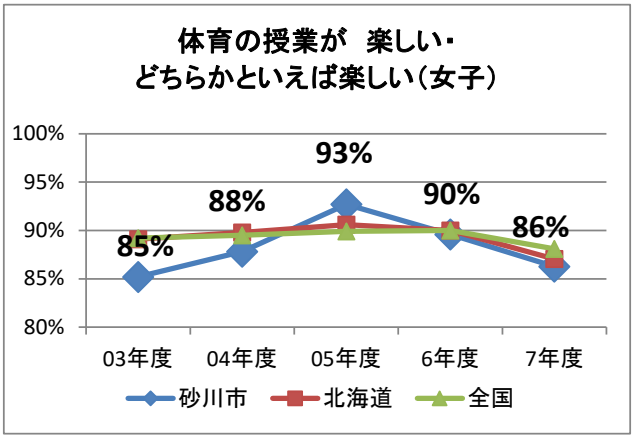
○　全体的には、全身の筋力や健康状態を反映する「握力」や柔軟性が必要となる「長座体前屈」、敏捷性が必要となる「反復横とび」に課題が見らることから、教科体育指導の充実や運動に親しむ環境の整備を意図的・計画的に推進する必要がある。

小学生・質問紙【学校数５校：99名（男子48名、女子51名）】

北海道の数値については、札幌市を除いた数値となっています。

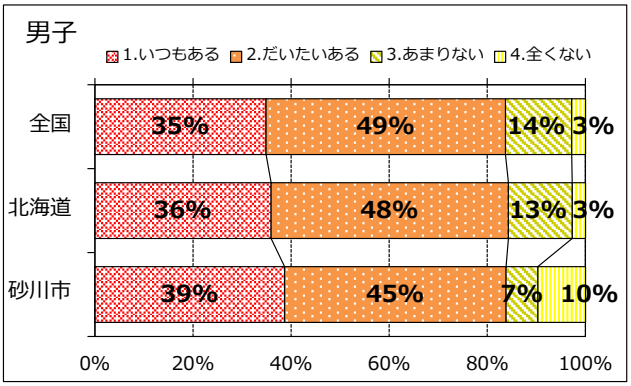
１　体育の授業に関する意識について

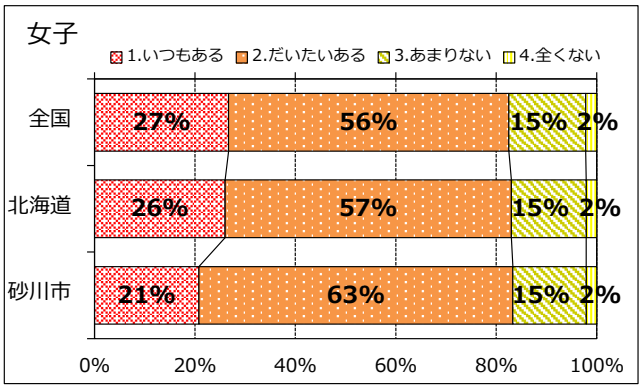




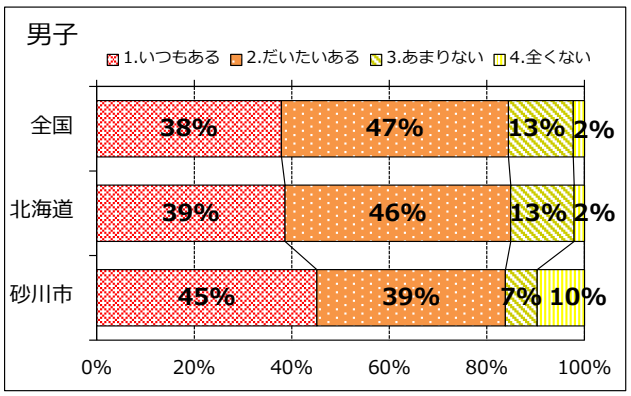
２　体育の授業における「主体的、対話的で深い学び」の実現について

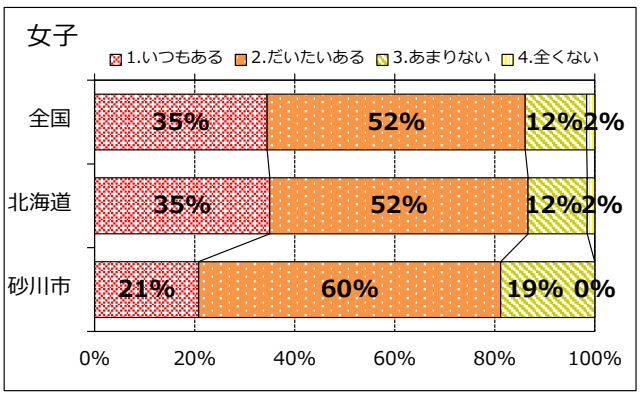
（1）目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある



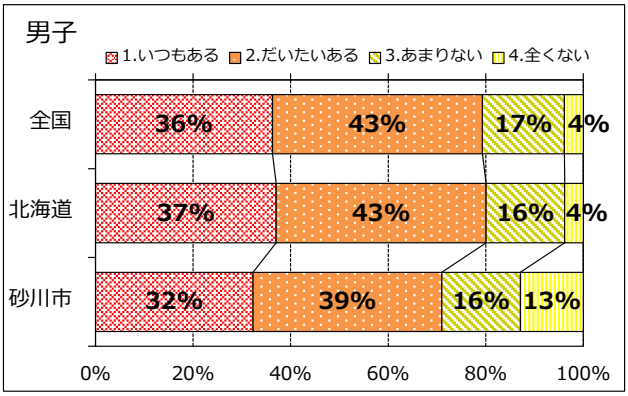


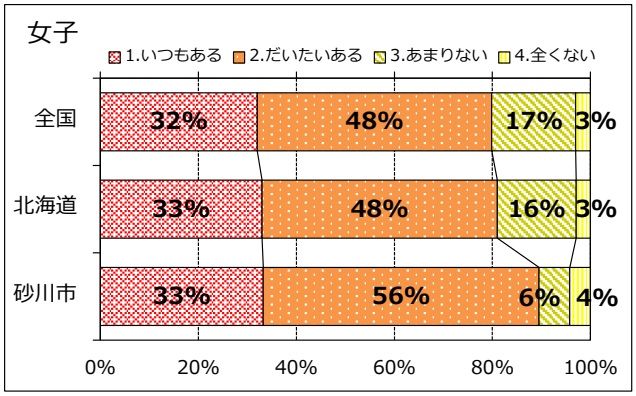
（2）友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがある



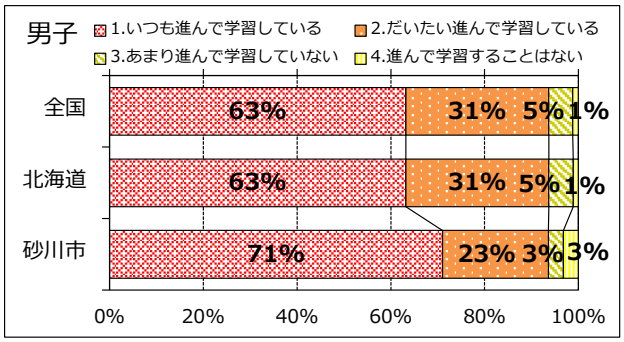


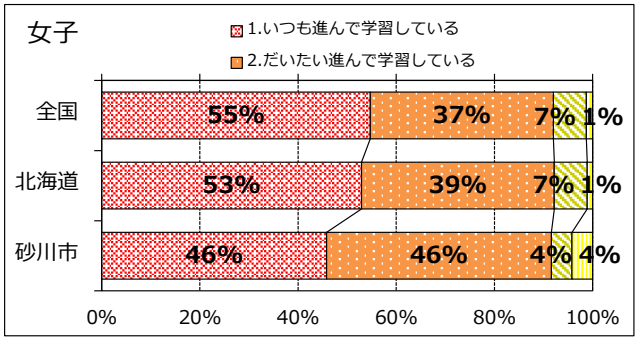
（3）授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで、「できたり、わかったり」することがある



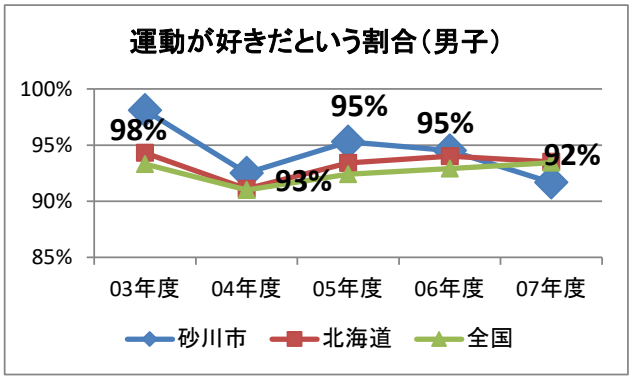


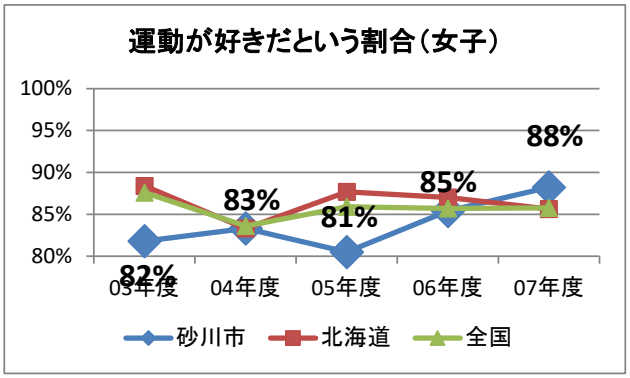
3　体育の授業における学習意欲について

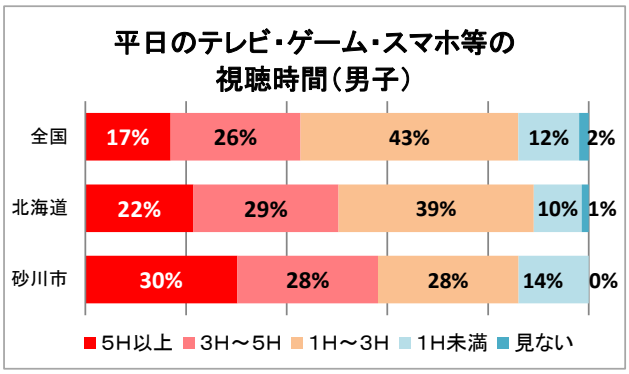


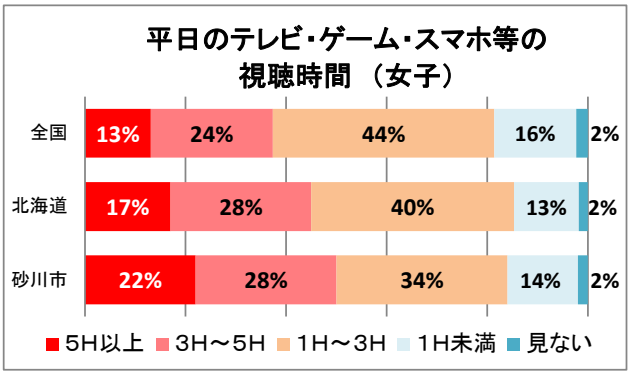


4　からだを動かす遊びを含めた運動やスポーツ、生活習慣の状況について

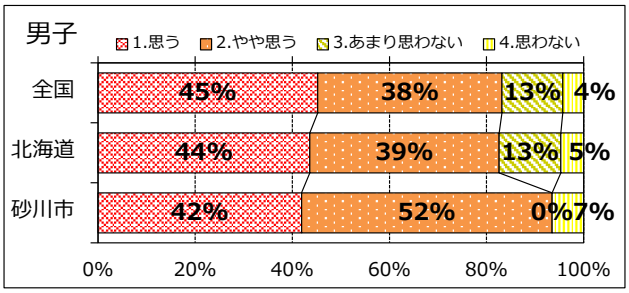


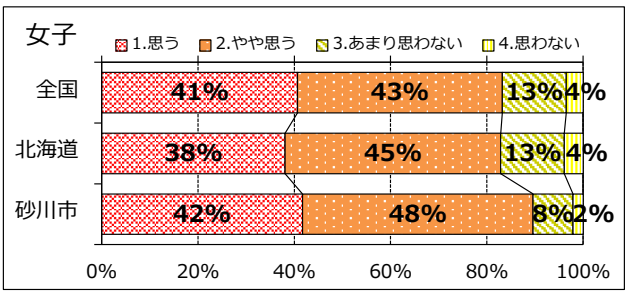






保健の授業で学習した運動、食事、休養およびすいみんに気をつけた生活を送れていると思う





5　分析結果と今後に向けて

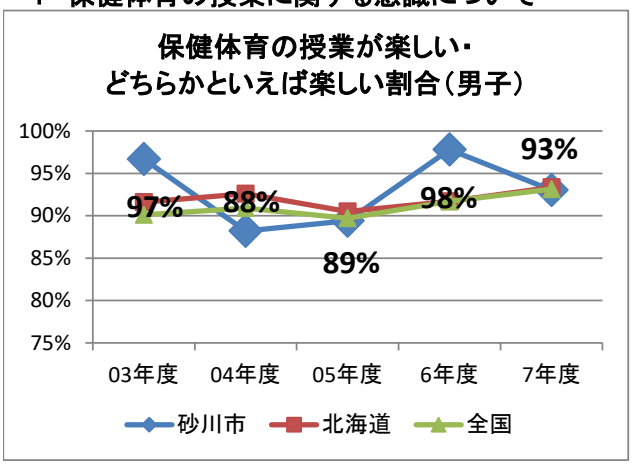
○　体育の授業についての、「楽しい」という回答の割合は、男女ともに全国平均と同程度である。
　体育の授業における「主体的、対話的で深い学び」の実現については、肯定的な回答の割合が高くなっているが、男子の「学習のふり返り」、女子の「助け合い、教え合い」に関する項目において、全国・全道を下回っていることから、授業の終末で自分自身の成長を実感させる取組やお互いを高め合う協働学習の在り方についての研修を充実させるなど、授業改善の取組を推進する必要がある。

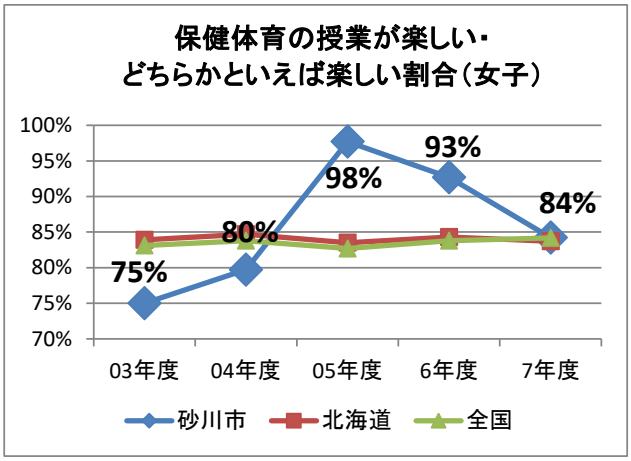
○　「運動が好き」という割合は、男子が全国をやや下回り、女子は全国平均を上回っている。
平日のテレビ・ゲーム・スマホ等を視聴する時間が３時間以上と回答している割合が、男女ともに、全国平均を上回っており、長時間化が顕著であることから、学校と家庭が連携して、生活習慣の改善を図る取組を進める必要がある。
　保健の授業で学んだことを健康的な生活を送るために生かそうとする意識について、肯定的な回答をした児童の割合は、男女ともに全国平均を上回っている。

中学生・質問紙【学校数１校：81名（男子43名、女子38名）】

北海道の数値については、札幌市を除いた数値となっています。

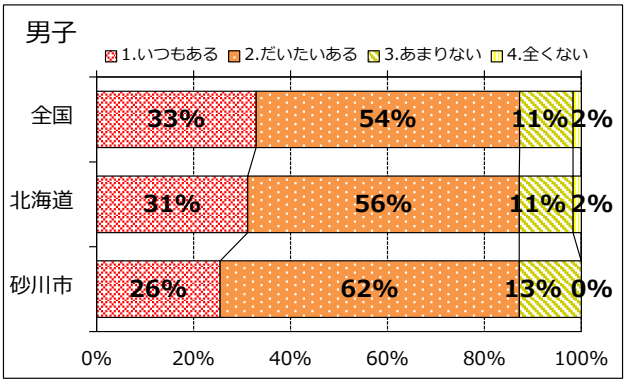
１　保健体育の授業に関する意識について

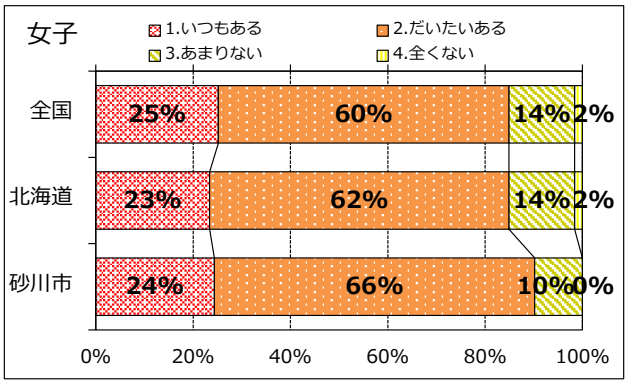




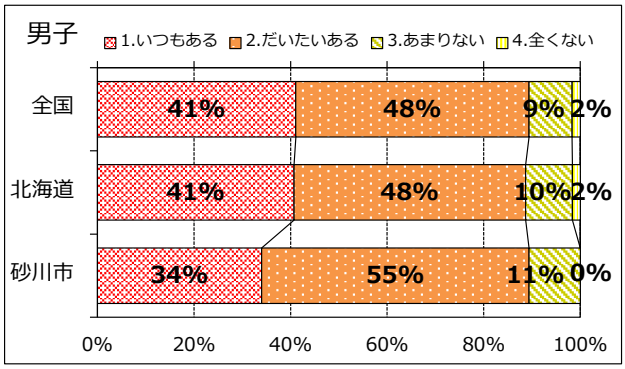
２　体育の授業における「主体的、対話的で深い学び」の実現について

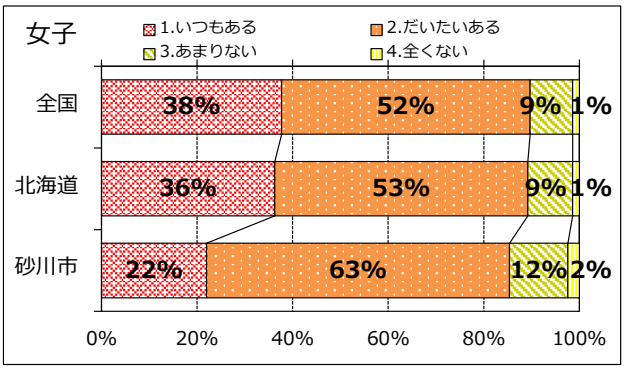
（1）目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある



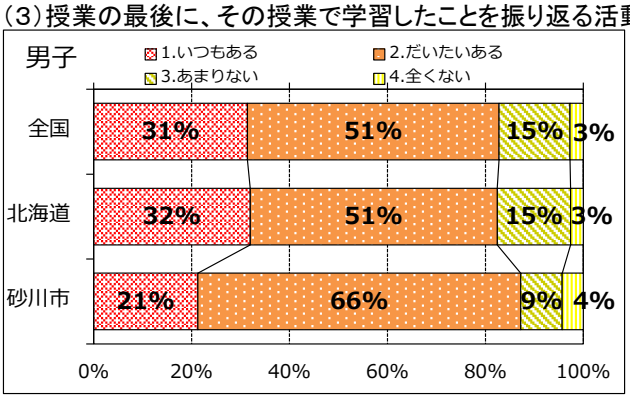


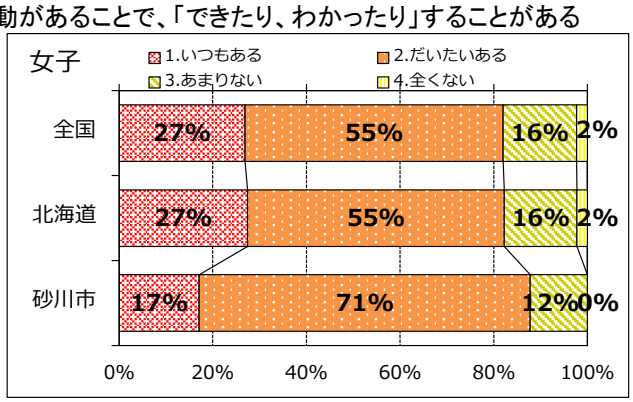
（2）友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがある



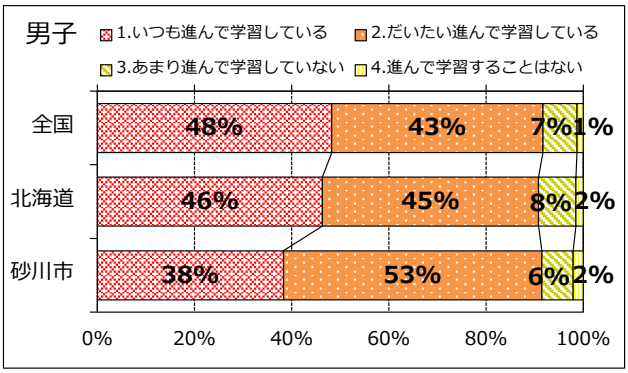


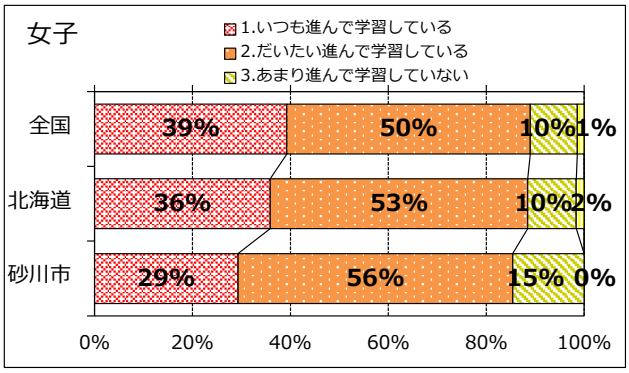
（3）授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで、「できたり、わかったり」することがある



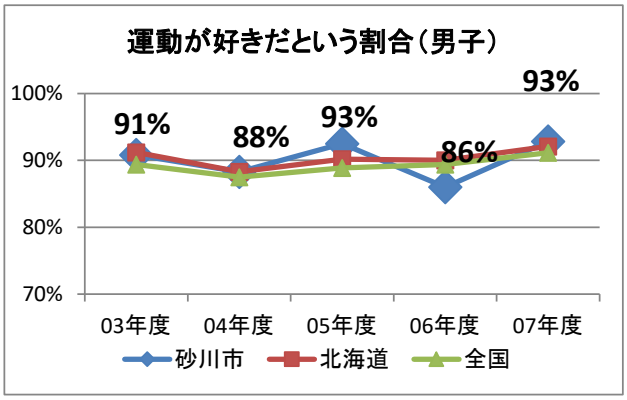


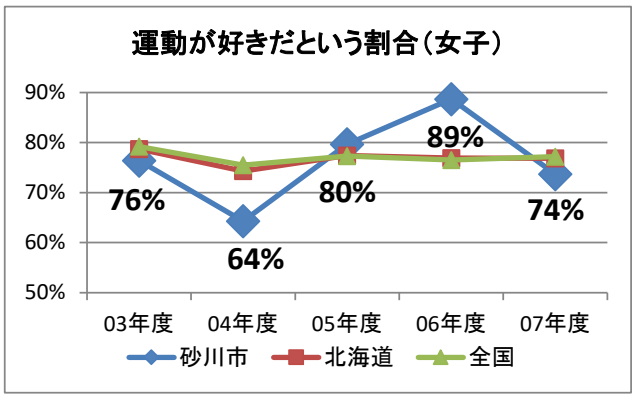
3　保健体育の授業における学習意欲について

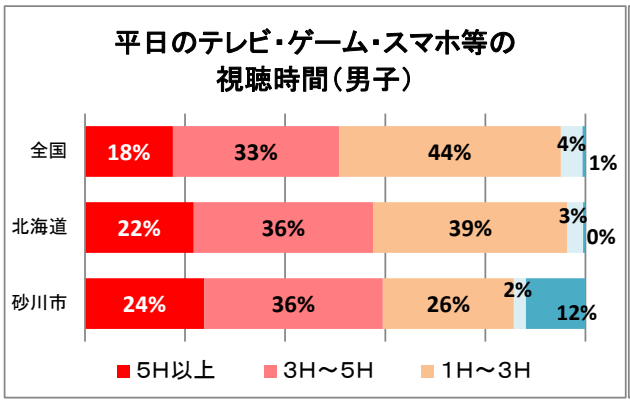


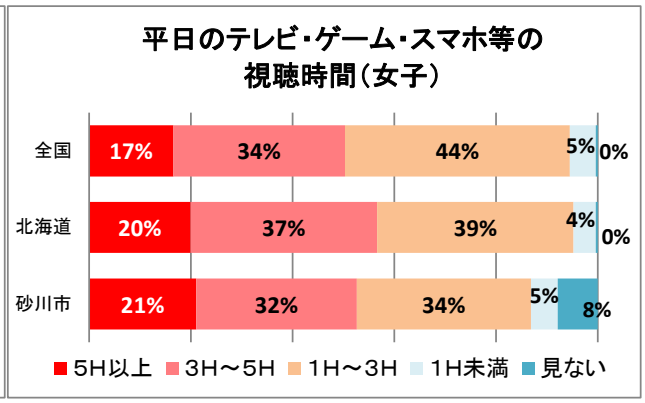


4　運動やスポーツ、生活習慣の状況について

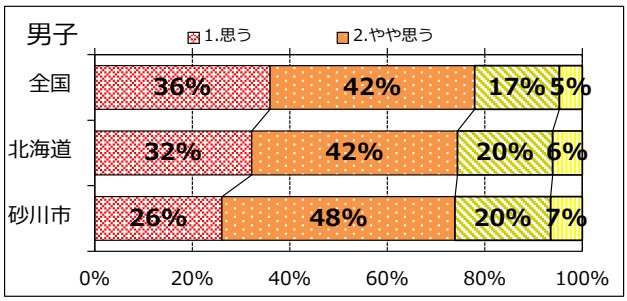


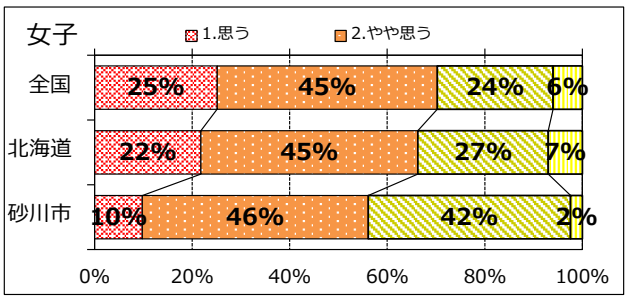






保健の授業で学習した運動、食事、休養及び睡眠に気をつけた生活を送れていると思う





5　分析結果と今後に向けて

○　保健体育の授業についての、「楽しい」と回答した生徒の割合は、男女ともに全国平均と同程度であった。保健体育の授業における「主体的、対話的で深い学び」の実現については、肯定的な回答の割合が高くなっている。特に、「振り返りの活動がある」と回答している割合が全国平均よりも高くなっており、「砂川市学習スタンダード」が浸透してきていることがうかがえる。

○　「運動が好き」という割合は、男子は全国平均と同程度、女子は全国平均をやや下回っている。保健の授業で学んだことを健康的な生活を送るために生かそうとする意識について、肯定的な回答をした生徒の割合は、男子は全国平均と同程度であったが、女子は全国平均を下回っている。

平日のテレビ・ゲーム・スマホ等を３時間以上視聴する時間は、男子は全国平均を上回り、女子は同程度である。

基本的な生活習慣の改善を図るために、学校と家庭が連携した取組を推進する必要がある。