

# 令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果

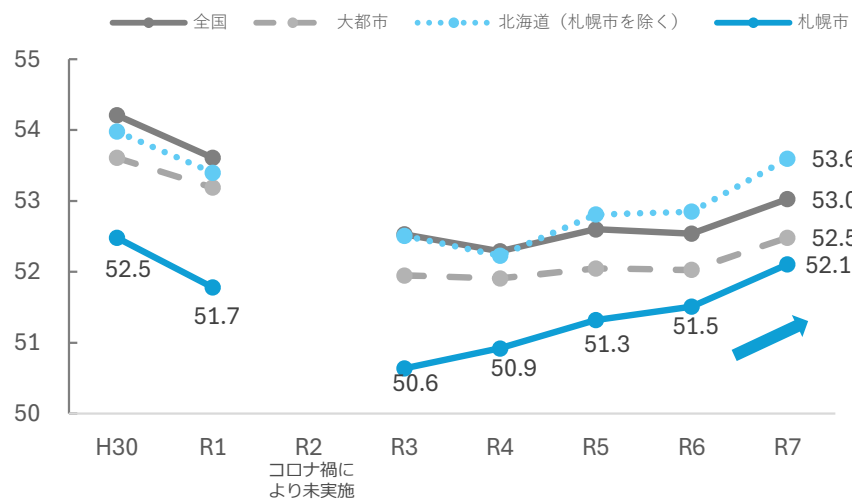
---

札幌市教育委員会

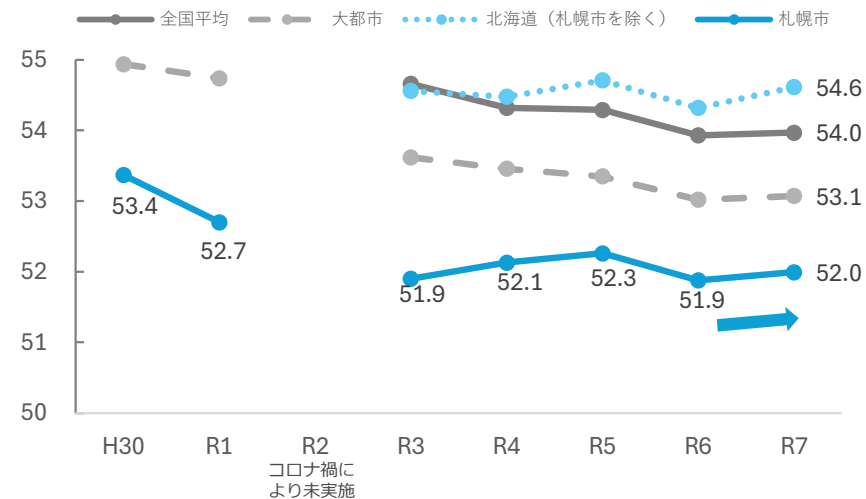
令和3年度のコロナ禍以後、小中学校男女ともに改善傾向である。男子は、コロナ禍以前よりも高い値を示しており、全国の平均値との差が縮まっている。女子は、全国の平均値と差が大きい状況が続いているが、中学校女子については、3年連続の向上となっている。

## 小学校

● 男子

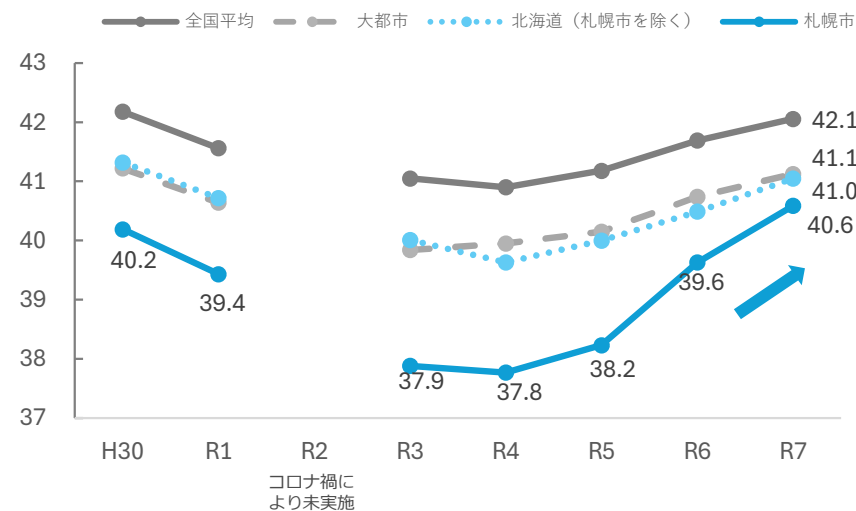


● 女子

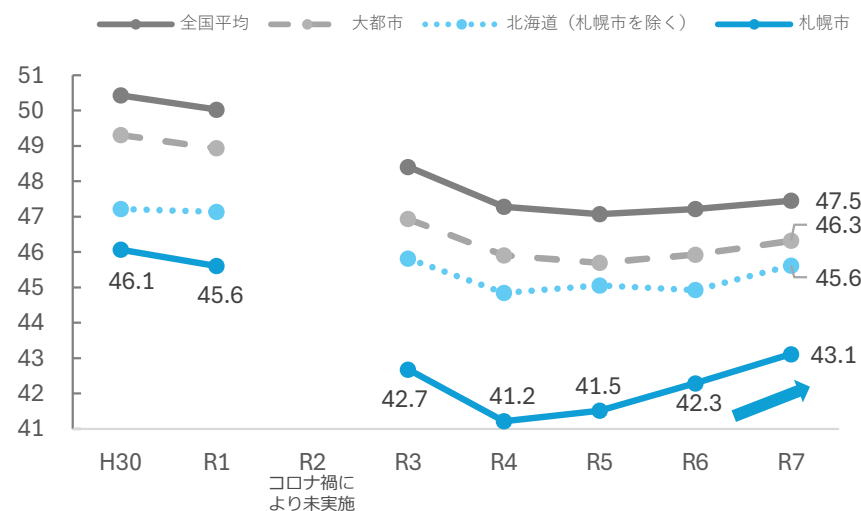


## 中学校

● 男子



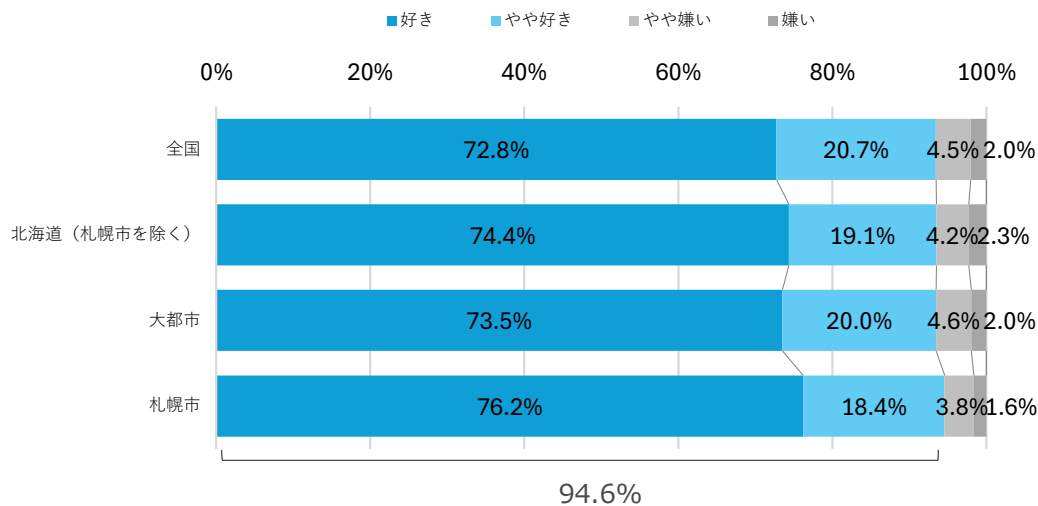
● 女子



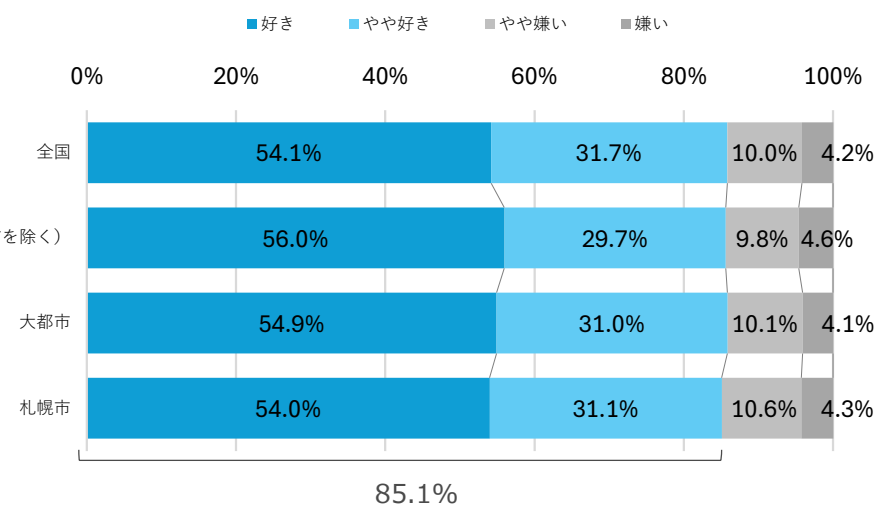
「運動やスポーツをすることが好き」との問いに対して、小・中学校の男女ともに、肯定的な回答が多数を占めている。特に男子においては、全国や大都市と比べ、「好き」と回答した割合が高い。

## 小学校

## ● 男子

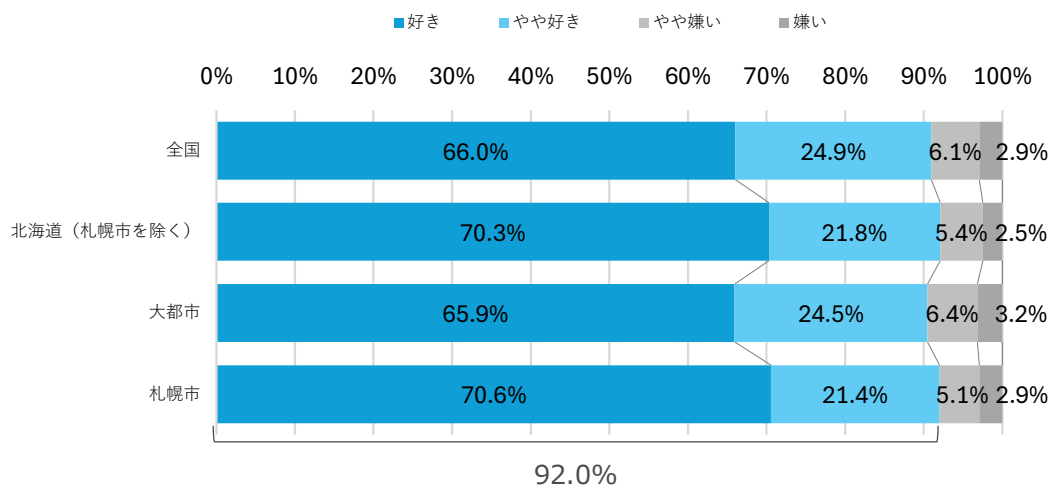


## ● 女子

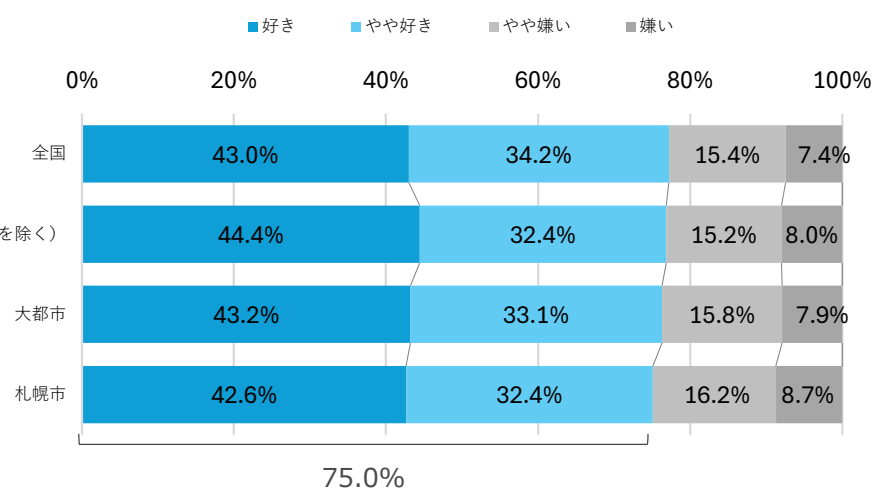


## 中学校

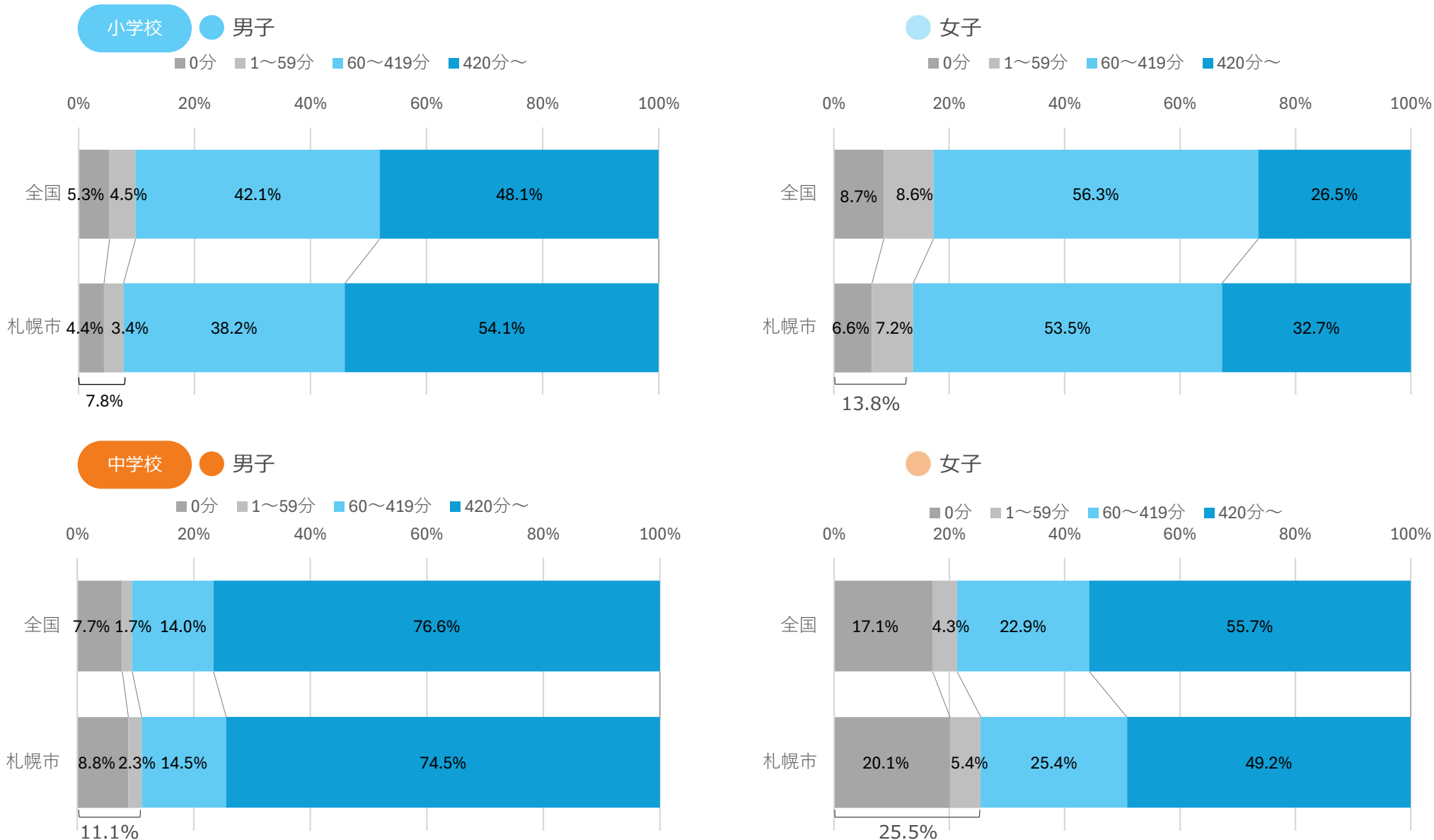
## ● 男子



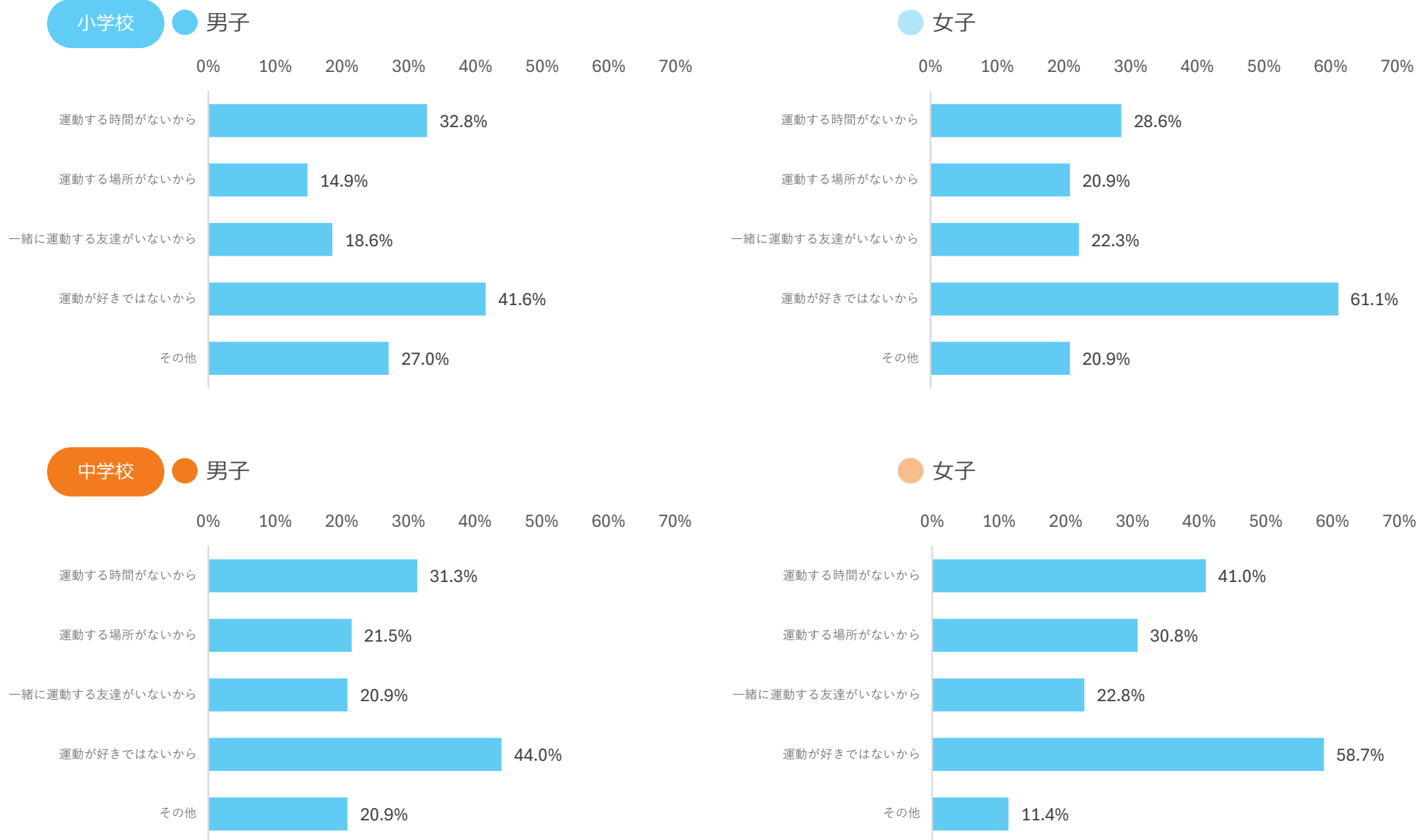
## ● 女子



小学校では、体育の授業以外で体を動かす児童の割合が、全国平均よりも男女ともに高い。一方、中学校では男女ともに1週間の総運動時間が減少傾向にある。運動が好きな生徒の割合が高いものの、実際の運動時間に反映されていない傾向にある。



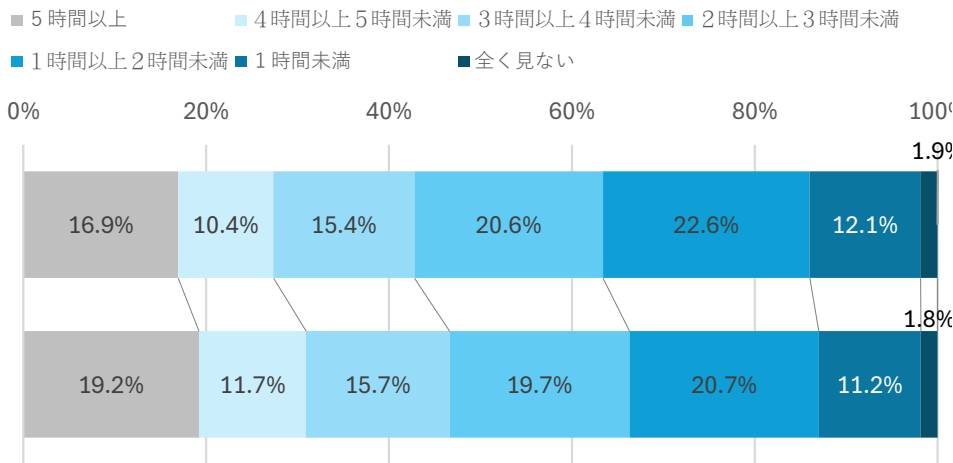
1週間の総運動時間が0分の児童生徒を対象に運動をしていない理由を尋ねたところ、「運動が好きではないから」という回答の割合が男子では4割程度、女子では6割程度であった。次いで、「運動する時間がないから」の回答の割合が多かった。



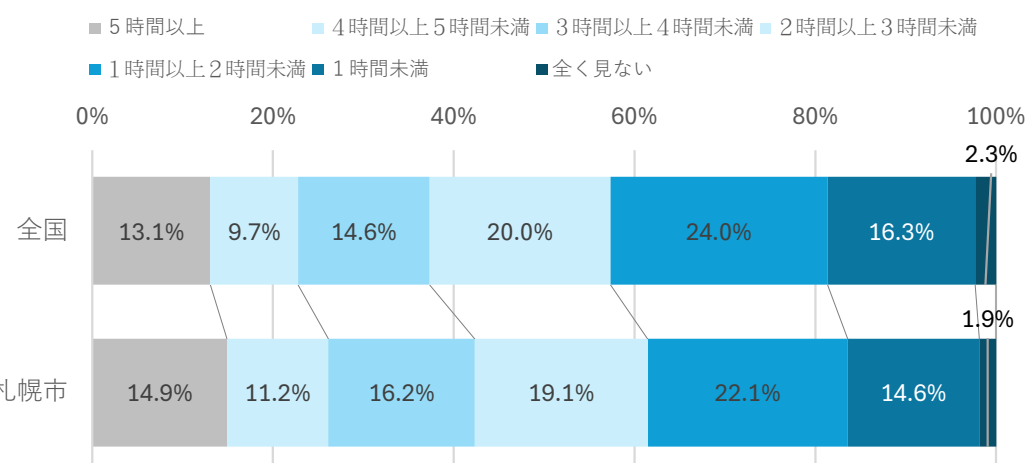
学習以外でテレビ、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を視聴する時間を見ると、小学校では男子で19.2%、女子で14.9%、中学校男子で18.8%、女子で19.2%であり、いずれも全国平均の割合に比べ、高い傾向にある。

小学校

● 男子

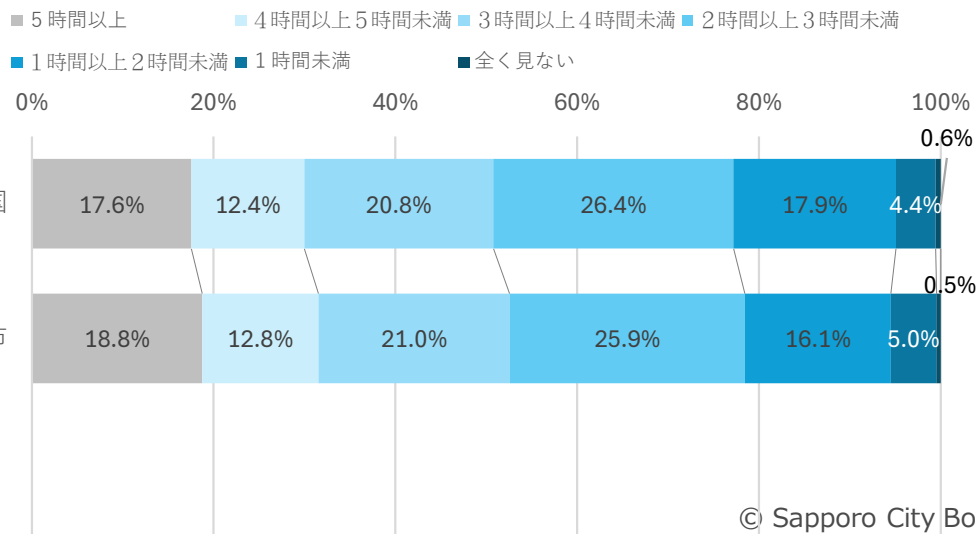


● 女子

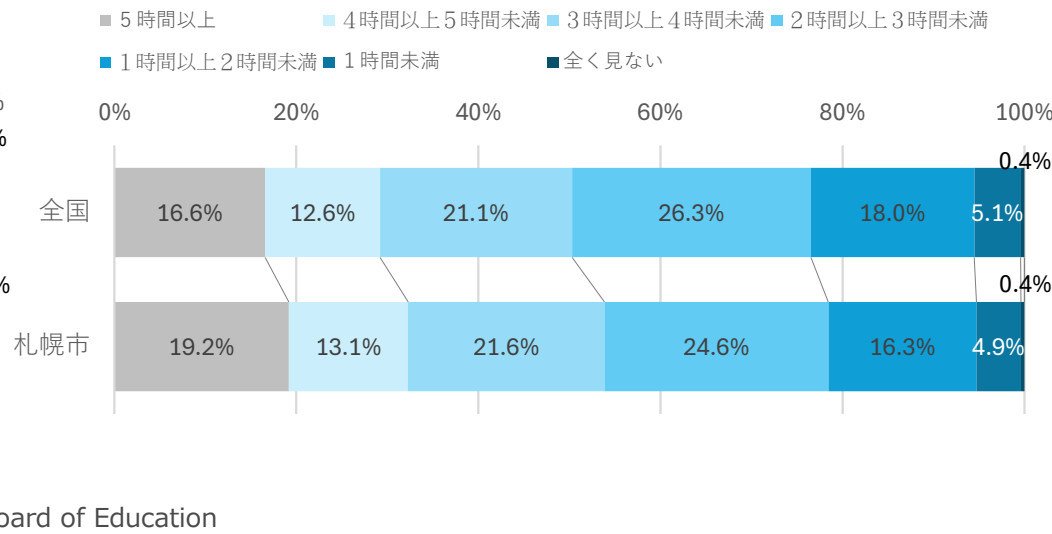


中学校

● 男子

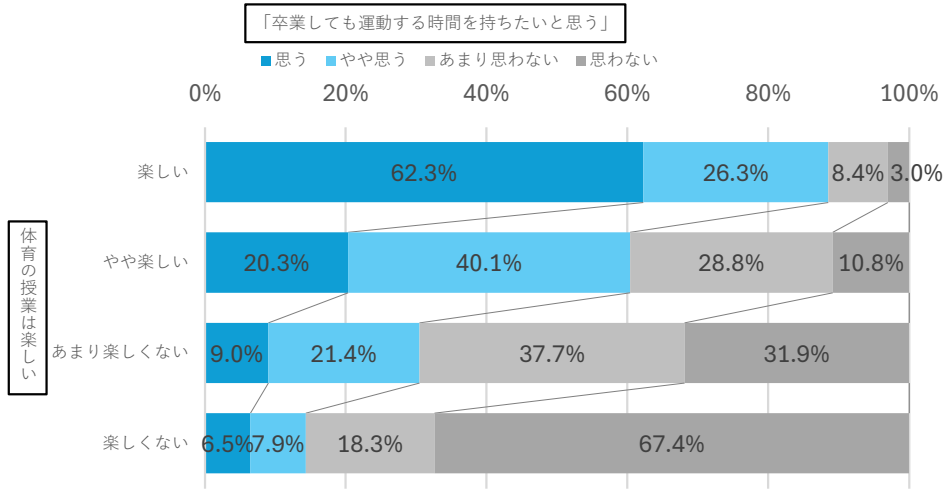


● 女子

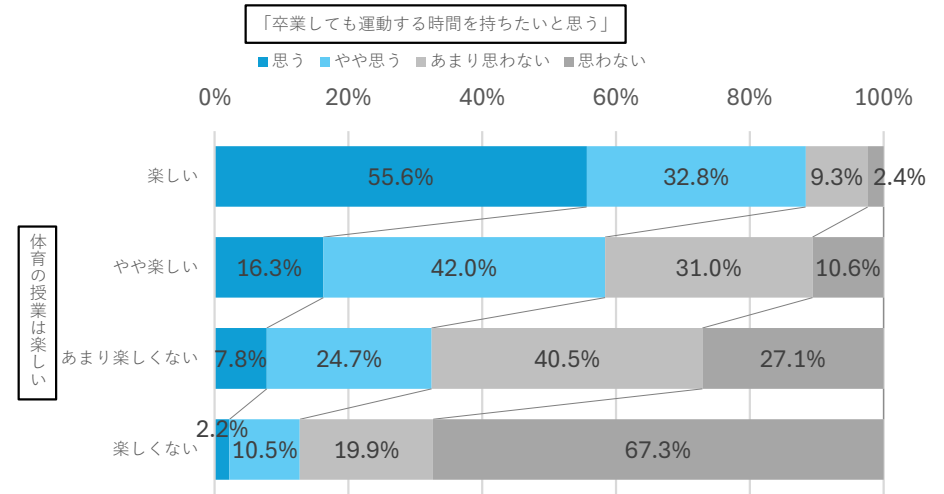


体育・保健体育の授業が「楽しくない」と感じている児童生徒は「卒業後の運動意欲」が1～2割程度だったのに対し、「楽しい」と感じている児童生徒は「卒業後の運動意欲」が8～9割程度と高い値を示している。

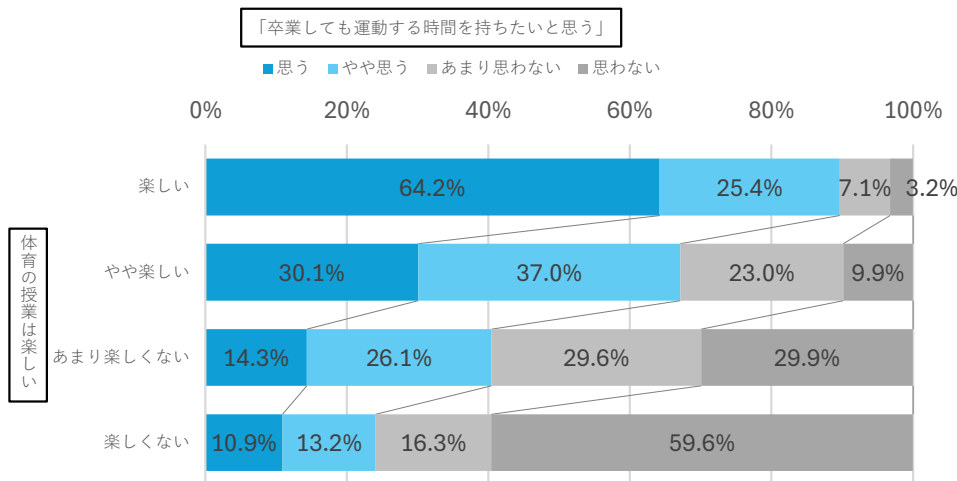
小学校 男子



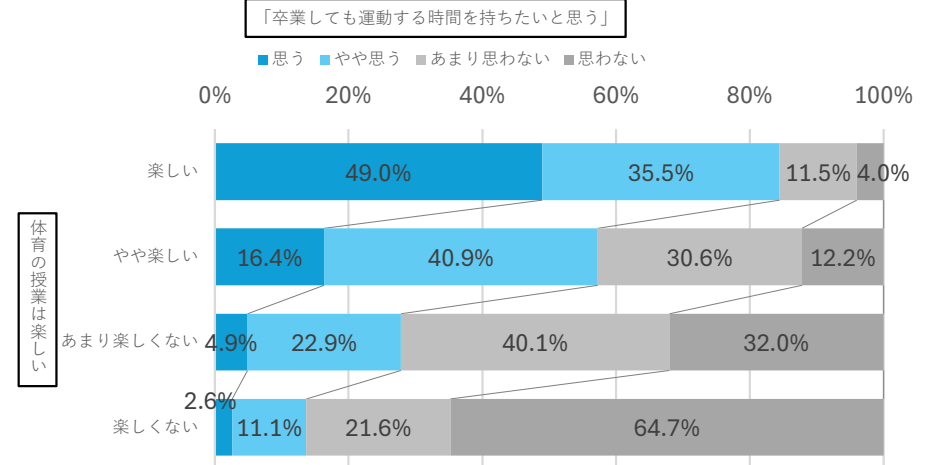
女子



中学校 男子



女子

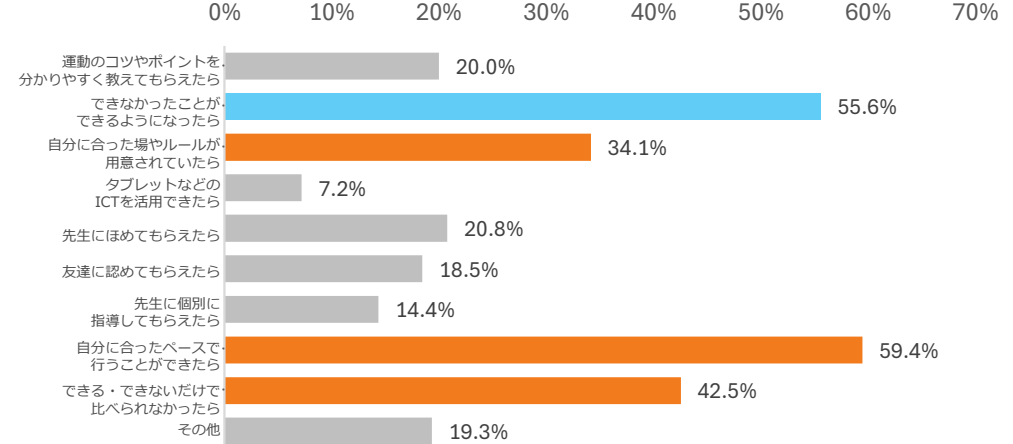
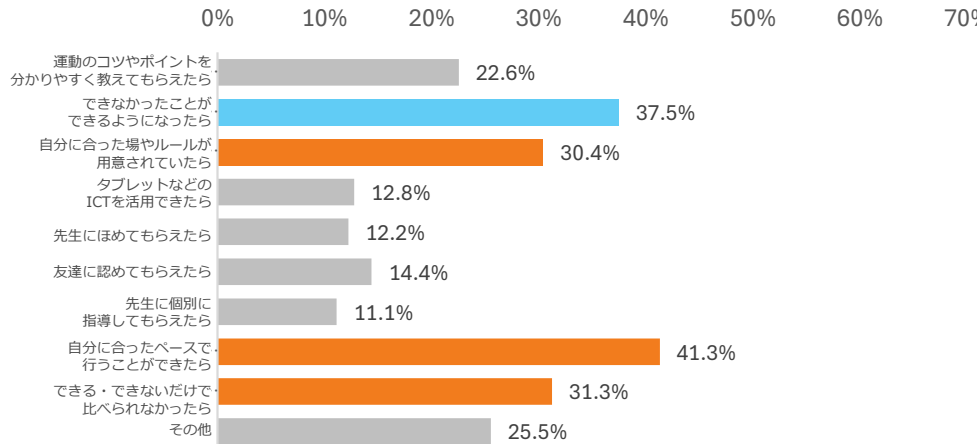


体育・保健体育の授業は「あまり楽しくない」「楽しくない」と感じている児童生徒は、「できなかったことができるようになったら」「自分に合ったペースで行うことができたなら」今より体育・保健体育の授業が楽しくなると思うと回答した割合が高かった。

小学校

男子

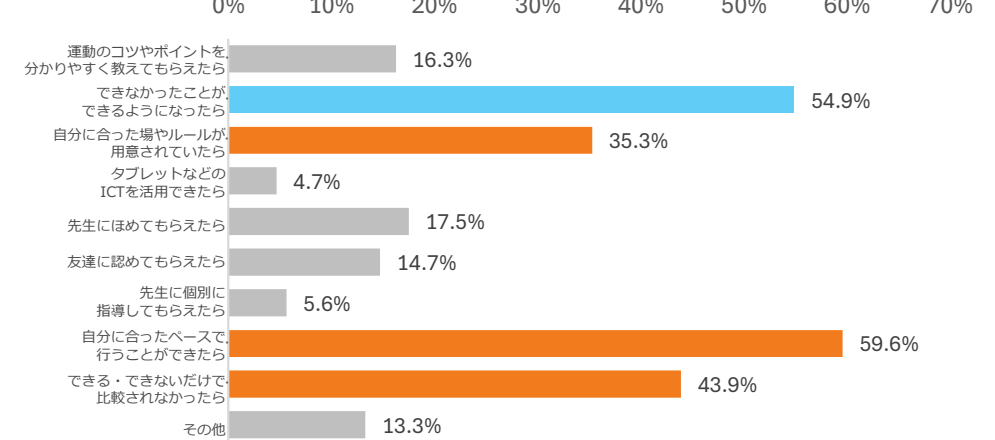
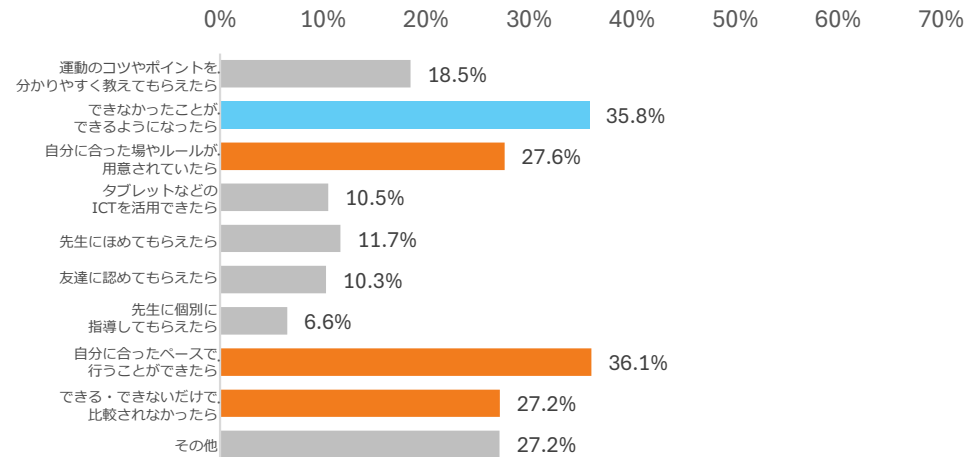
女子



中学校

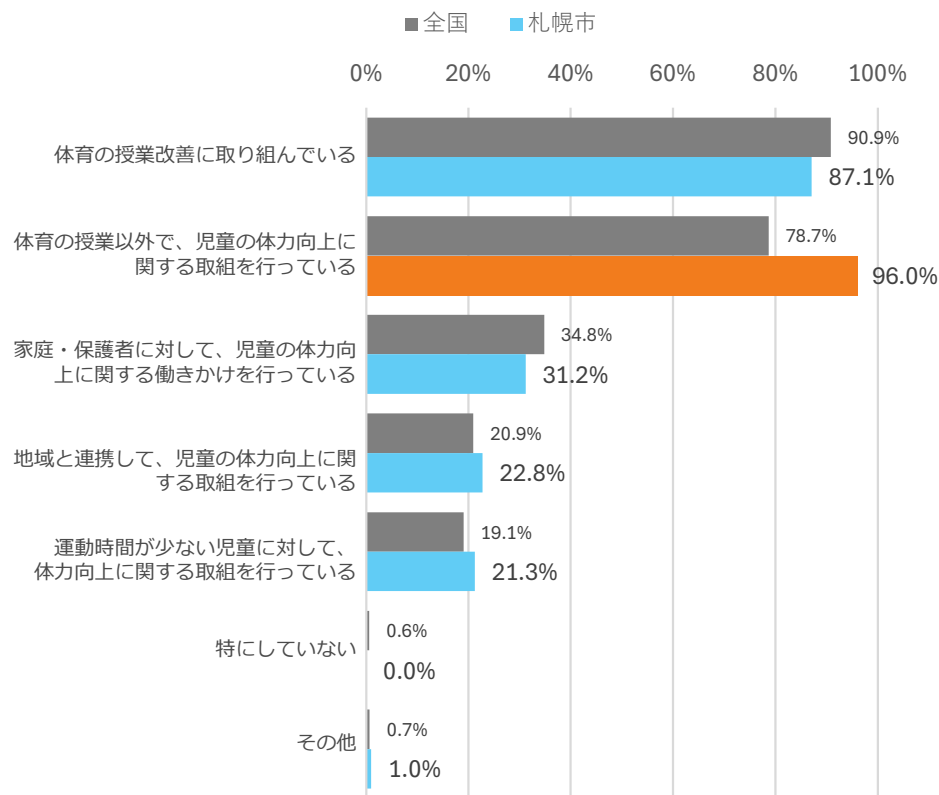
男子

女子

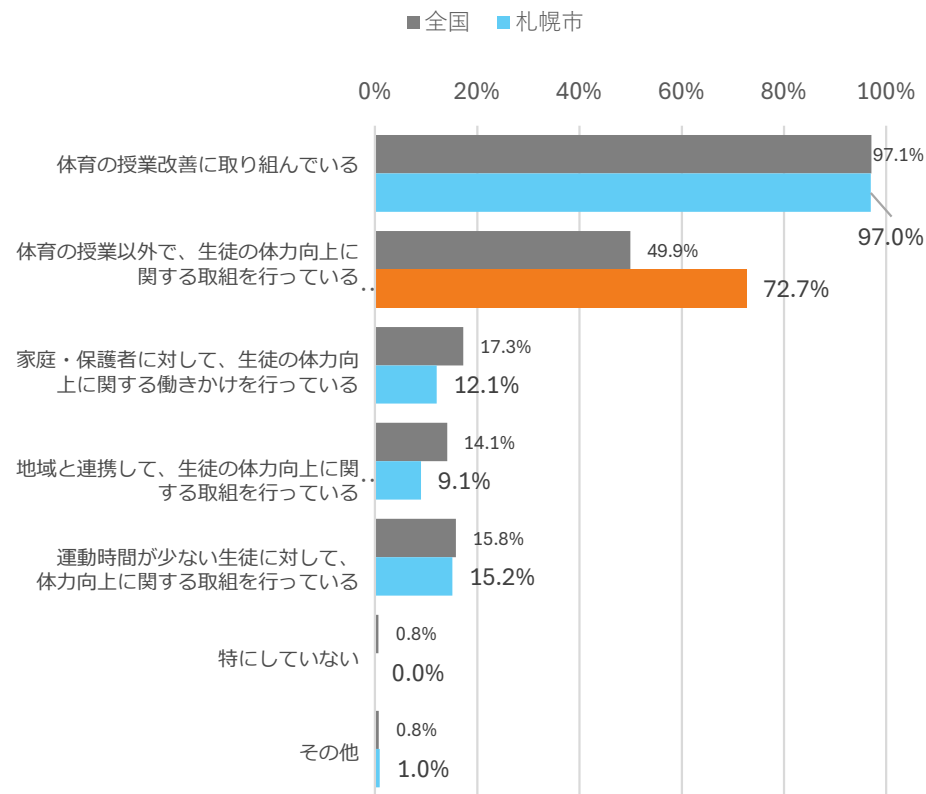


「体育の授業以外で、児童生徒の体力向上に関する取組を行っている」割合は、全国に比べ高い割合であり、「さっぽろっ子『健やかな体』育成プラン」の成果が見られる。

小学校



中学校



### 【体力について】

体力合計点は、コロナ禍以後、**小中学校男女ともに改善傾向**にあり、特に男子においては小中学校ともにコロナ禍以前よりも高い値を示している。全国平均と比べると、依然低い値であるものの、差は縮小している。

### 【運動意欲について】

「**運動やスポーツをすることが好き**」との問いに対して、**小中学校の男女ともに、肯定的な回答が多数**を占めている。特に男子においては、全国や大都市と比べ、「好き」と回答した割合が高い。

**1週間の総運動時間**について、**小学校では**、体育の授業以外で体を動かす児童の割合が、全国平均よりも**男女ともに高い**。一方、**中学校では**男女ともに1週間の総運動時間が**減少傾向**にある。運動が好きな生徒の割合が高いものの、実際の運動時間に反映されていない傾向にある。

1週間の総運動時間が0分の児童生徒を対象に運動をしていない理由を尋ねたところ、「**運動が好きではないから**」という回答の割合が男子では4割程度、女子では6割程度を占めていることなどから、運動やスポーツに対する好意的な意識形成のため様々な取組を進めることが必要であり、それに伴う子どもの運動時間の増加が期待される。

### 【生活習慣について】

**スクリーンタイムは小中学校男女とも全国よりも長い傾向**があった。また、スクリーンタイム時間が長いほど、運動時間が少ない傾向が見られた。運動習慣も生活習慣と並ぶ重要な生活習慣であり、相互に関連し合っているといえることから、規則正しい生活週間が良好な運動習慣につながることを理解できるような指導や取組の工夫が求められる。

### 【体育・保健体育の授業について】

授業が「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した子どもは、**「できなかったことができるようになったら」「自分に合ったペースで行うことができたら」今よりも授業が楽しくなる**と回答した割合が高かった。運動の得手・不得手に関わらず、どの子も「できた」という成功体験を得られるよう個に応じた指導を行うなど、子どもの体育授業に対する意識を踏まえた授業づくりが求められる。

### 【学校の取組について】

「**体育の授業以外**で、児童生徒の体力向上に関する取組を行っている」割合は、全国に比べ**高い割合**であり、「さっぽろっ子『健やかな体』育成プラン」の成果が見られる。

## 体育・保健体育授業の充実

誰もが運動の楽しさを感じられるよう「課題探究的な学習」を推進することにより、生涯にわたり運動やスポーツに親しむための資質・能力を育む。特に、体育・保健体育授業が「楽しくない」「あまり楽しくない」と感じている児童生徒の意識を踏まえ、主体的に学習できるよう指導方法を工夫する。

## 授業以外の運動機会を創出する取組

児童生徒が運動や健康に係る課題を意識し、授業外や日常生活において自ら考え解決できるように取組を工夫する。その際、子どもの声を反映するなど、さっぽろっ子「自治的な活動」やコミュニティ・スクールとの関連付けを図る。

また、プロスポーツチームや関連団体等と連携を深め、活動の充実を図る。

## 健康の保持増進を図る取組

子どもが自らの健康の保持増進を図ることの重要性を実感し、運動習慣を身に付けることができるよう、保健の学習を通じて運動の大切さや必要性を理解したり、実際に体を動かして運動の成果を実感したりするなどの取組を進め、体育と保健を関連させた指導の充実や家庭との連携を図る。

また、食育モデルカリキュラムを周知し、食育の充実を図る。