

# 調査結果の 総括

<b>I</b>	体力合計点・総合評価・ 運動意欲.....● 8
<b>II</b>	運動習慣・生活習慣.....● 14
<b>III</b>	体育・保健体育の授業.....● 21
<b>IV</b>	学校の特徴.....● 26

I

体力合計点・総合評価・運動意欲

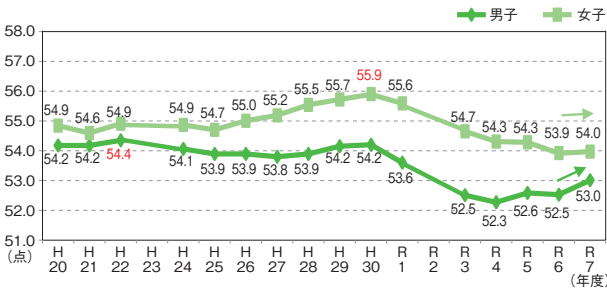
■ 体力合計点 (P34、P36～38、P40～41、P76、P104)

令和7年度における小学校5年生及び中学校2年生の体力合計点は、令和6年度と比較して、小学校は男子

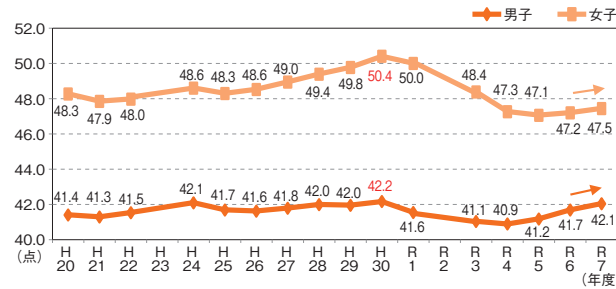
で0.5点、女子は0.1点増加した。中学校では、男子は0.4点、女子は0.3点増加した〔図1〕。総合評価C以上の割合は、小中学校男女ともに増加した〔図2〕。

〔図1〕 体力合計点の経年変化

小学校



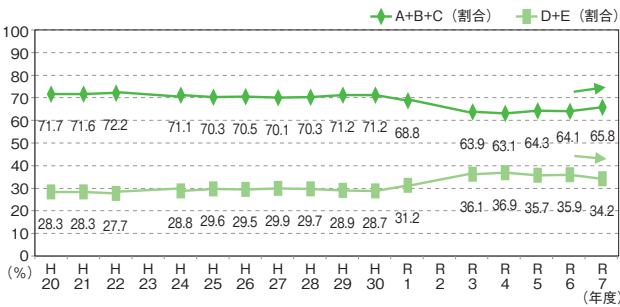
中学校



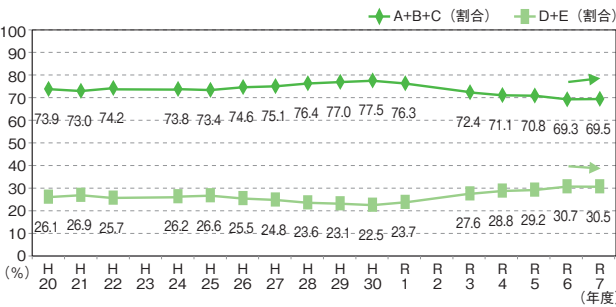
〔図2〕 総合評価 (段階別) における〔A+B+C (割合)〕と〔D+E (割合)〕の経年変化

小学校

● 男子

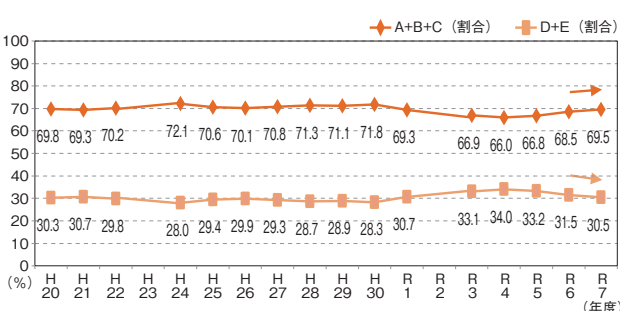


● 女子

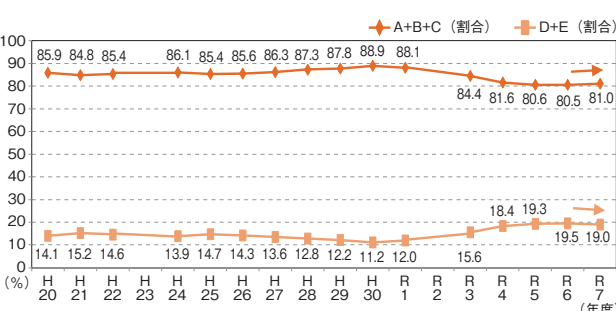


中学校

● 男子



● 女子



■ 体力合計点と運動やスポーツに対する意識との関係 (P97、P125)

運動やスポーツをすることが「好き」「やや好き」と回答した児童生徒の割合は、令和6年度と比べ、小学校では、男子は0.2ポイント増加、女子は0.4ポイント減少した。中学校では、男子は0.6ポイント増加、

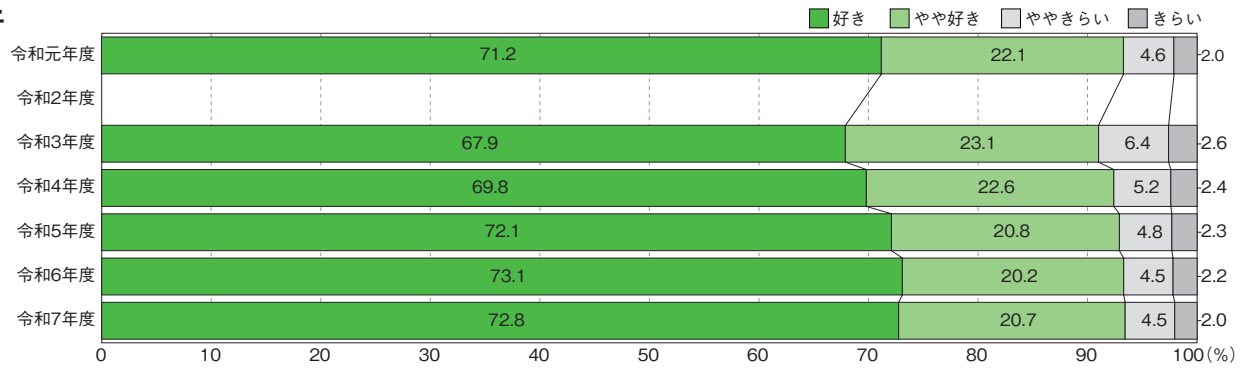
女子は0.4ポイント増加した〔図3〕。

体力合計点・総合評価と運動やスポーツをすることは好きかどうかの関係をみると、運動やスポーツは好きと答えた児童生徒ほど体力合計点や総合評価が高くなる傾向が見られた〔図4〕。

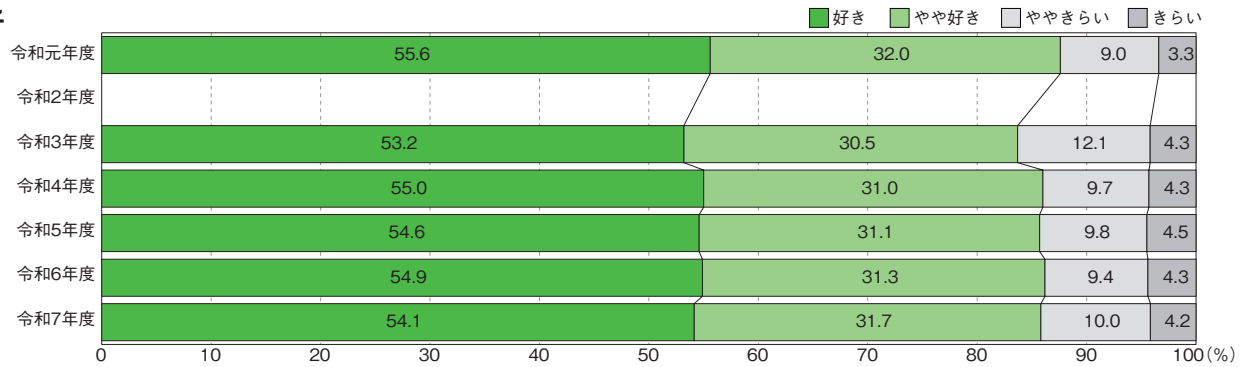
【図3】「運動やスポーツをすることは好き」の経年変化

## 小学校

## ●男子

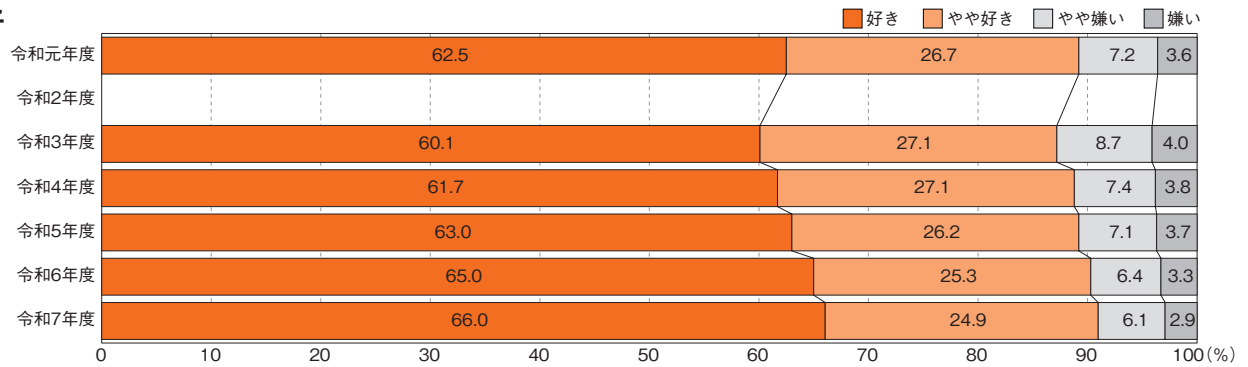


## ●女子

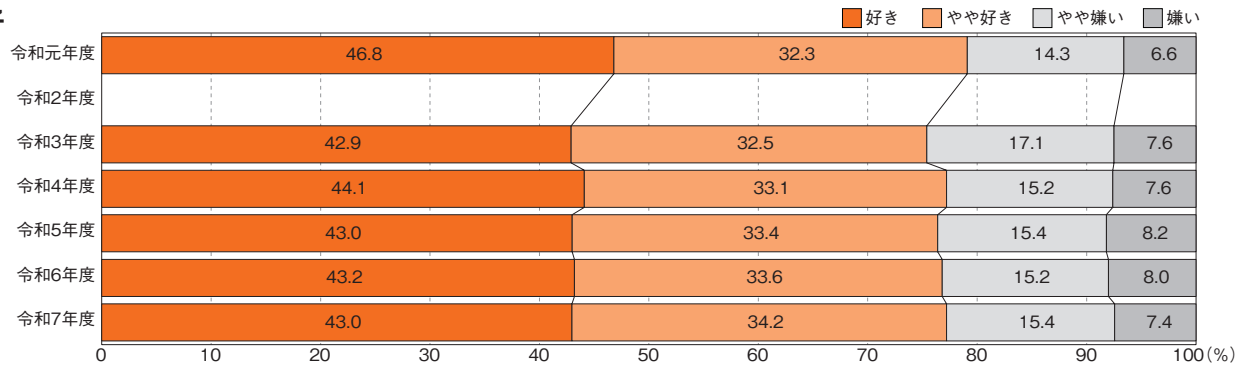


## 中学校

## ●男子



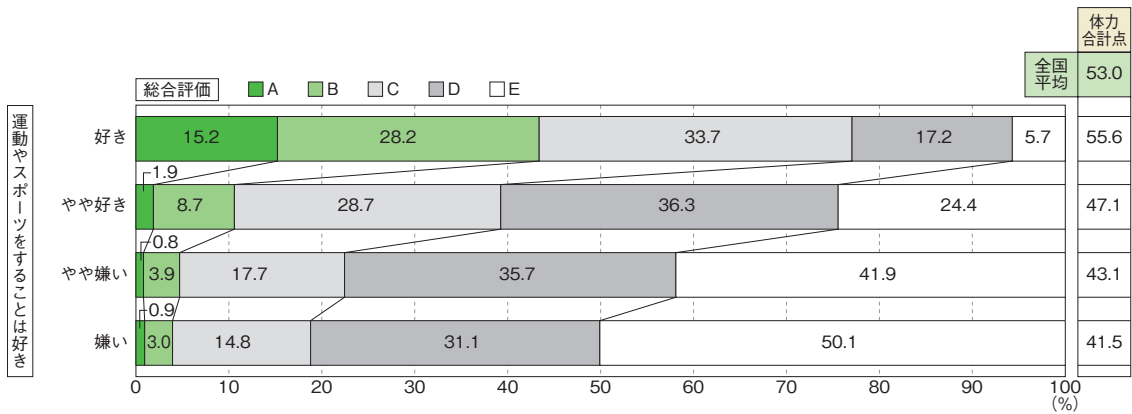
## ●女子



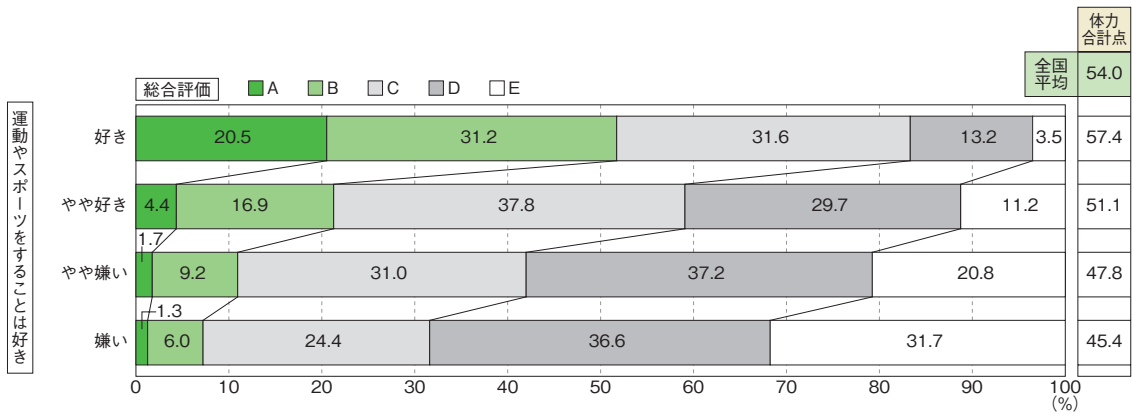
〔図4〕 「運動やスポーツをすることは好き」 × 「総合評価と体力合計点」

小学校

男子

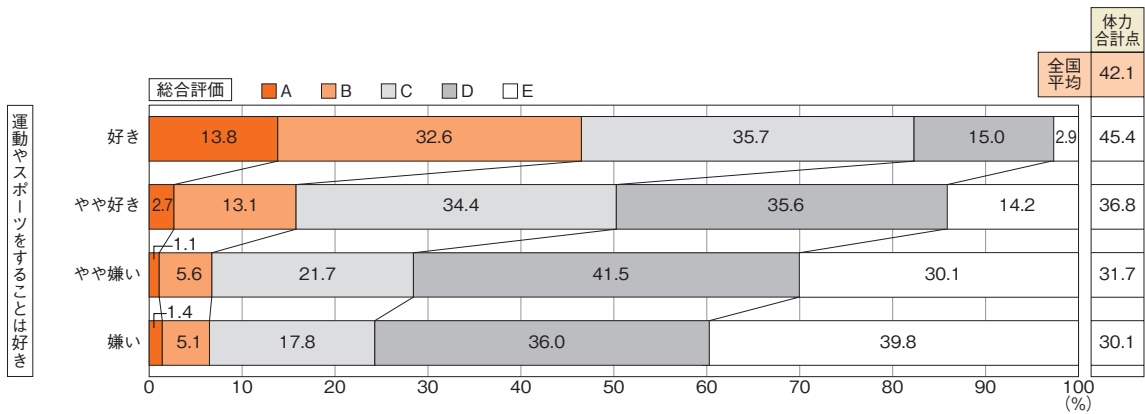


女子

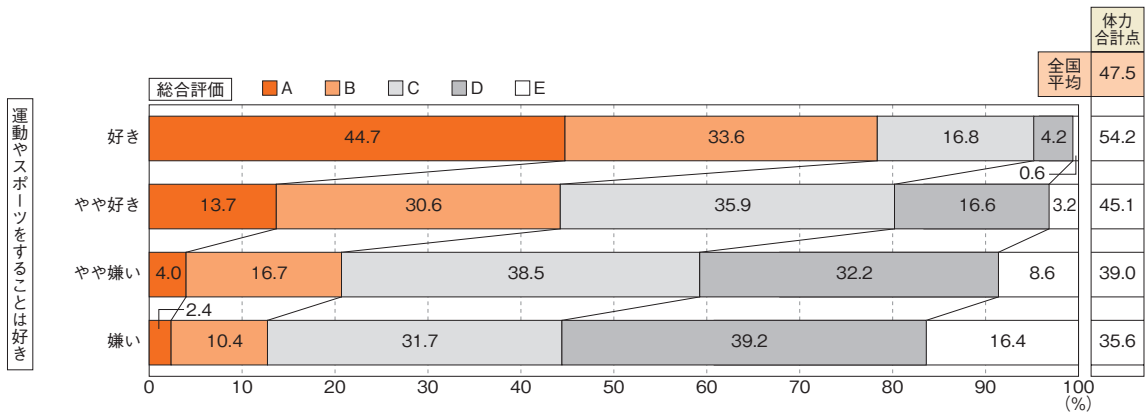


中学校

男子



女子



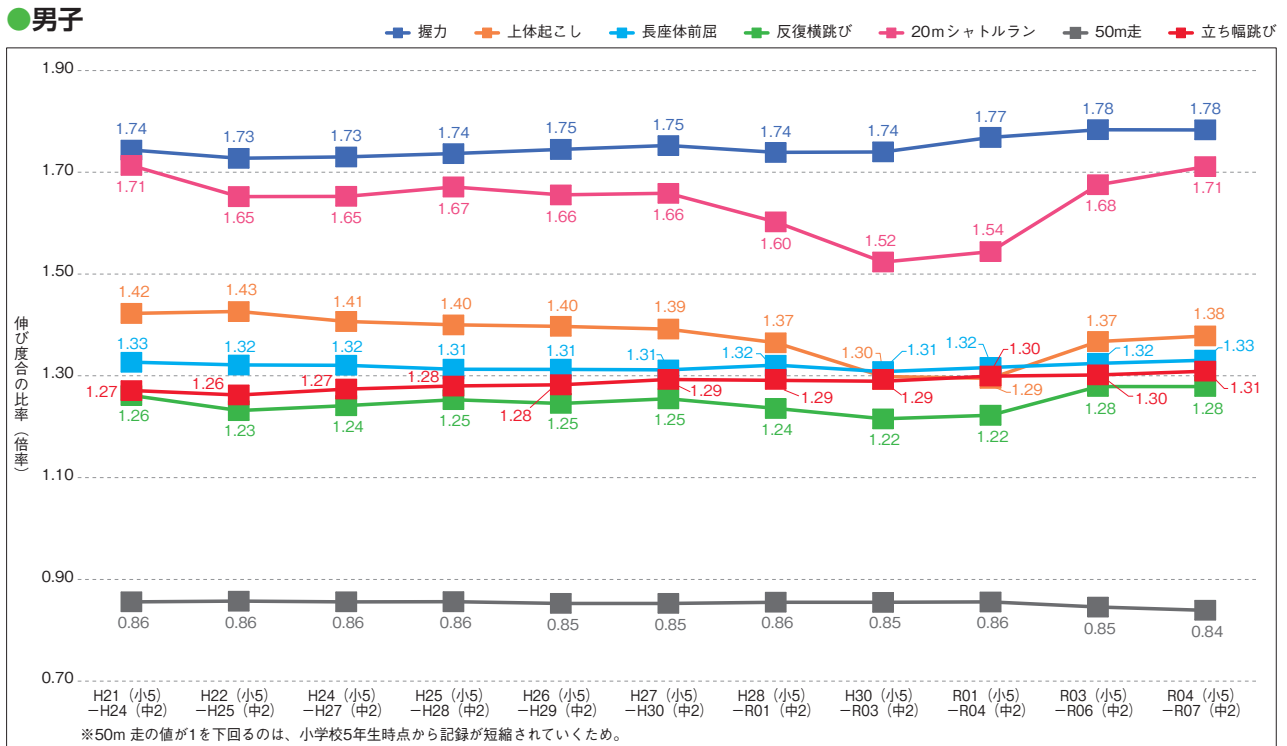
## ■ 小学校5年生から中学校2年生までの記録の伸び (P36、P40)

小学校5年生から中学校2年生に至る3年間の記録の伸びについて、小学校5年生時点の記録を1とした比率で表し、持久走とボール投げを除くテスト項目をグラフに表現した〔図5〕。小学校5年生から中学校2年生までの期間において、毎年ほぼ同程度記録が伸びて

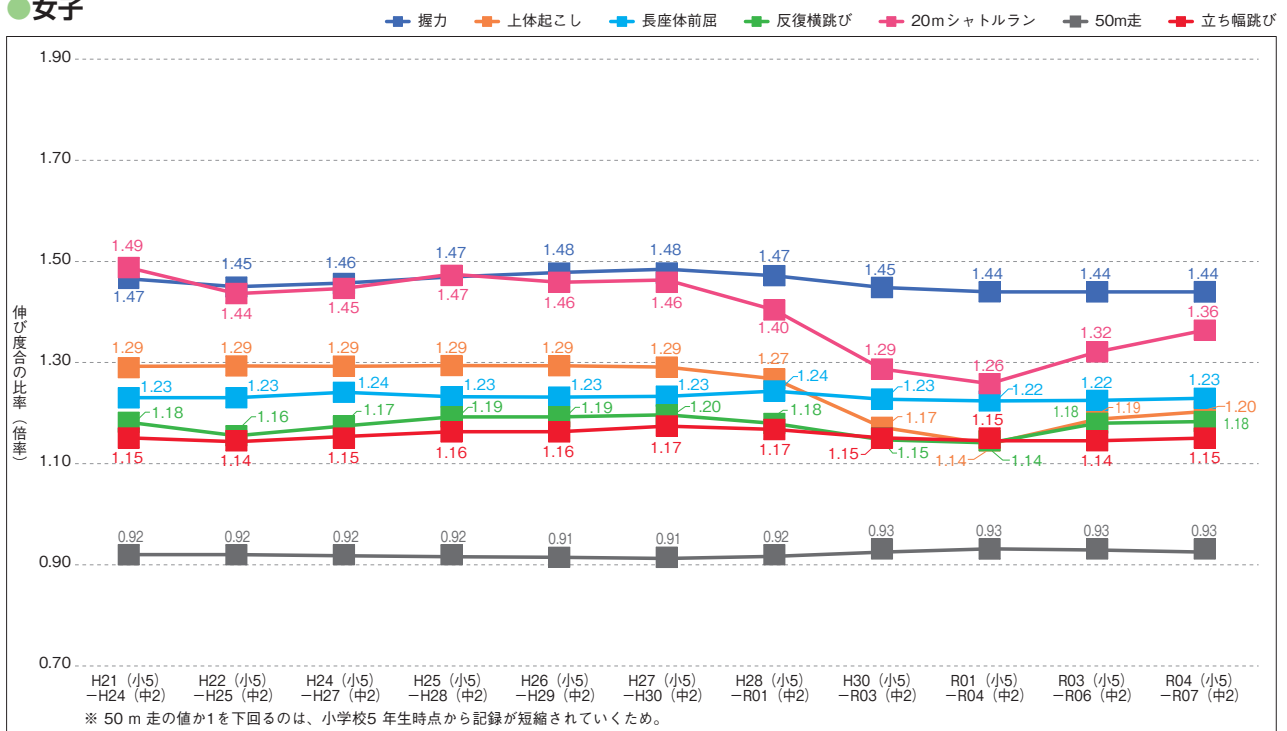
いる様子が確認できた。持久力が関連するテスト項目（20mシャトルランと上体起こし）において、令和3年度から令和4年度にかけて中学校2年生の記録の伸びが鈍化した。令和6年度には男女とも伸び比率が戻りつつあるが、一部の項目では新型コロナウイルス感染症拡大前の水準には至っていない。

〔図5〕 小学校5年生から中学校2年生までの伸び比率の経年変化

※この図は、小学校5年生時点を1とした場合、中学校2年生時点で記録が何倍に伸びたかを示している。



## ●女子

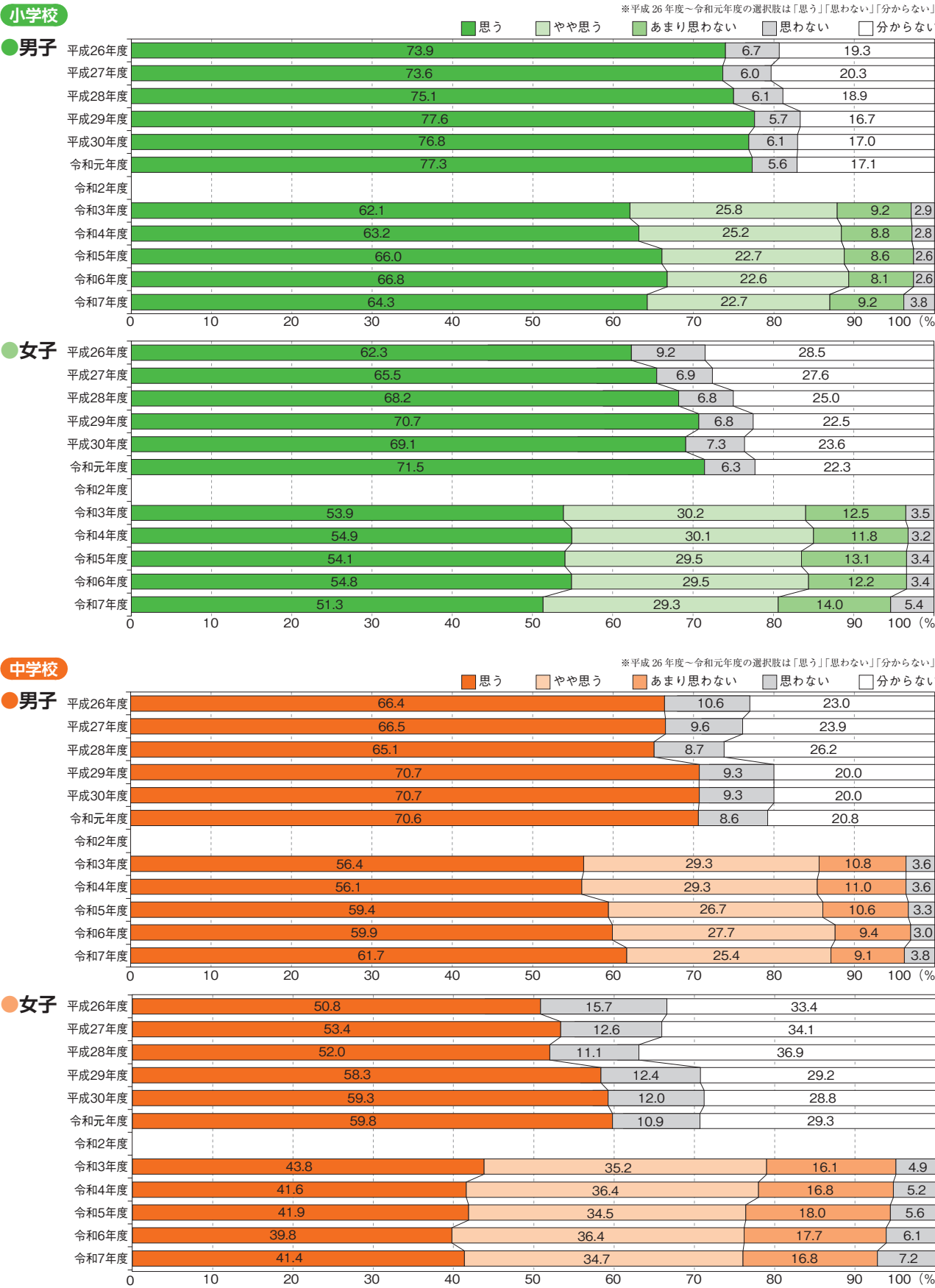


卒業後の運動への意欲 (P49)

卒業しても運動する時間を持ちたいと「思う」と回答した児童生徒の割合は、令和6年度と比べ、小学校

では男子は2.5ポイント、女子は3.5ポイント減少した。中学校は、男子は1.8ポイント、女子は1.6ポイント増加した [図6]。

〔図6〕「卒業しても運動する時間を持ちたいと思う」の経年変化



## 「Ⅰ 体力合計点・総合評価・運動意欲」 のまとめ

体力合計点は、小中学校男女ともに前年度から向上しているが、中学校男子を除いて、新型コロナウイルス感染症拡大前の水準に至っていない。総合評価C以上の割合を見ても、小中学校ともに前年度と比較し、微増しており、この数年間の傾向については、男子では少しずつ増加、女子では横ばいで推移している。第3期スポーツ基本計画では、総合評価C以上の児童の割合を80%以上に、生徒の割合を85%以上に増加させることを目指しているが、その水準には小中学校とも達していないことから、引き続き体力向上に向けた取組を継続する必要がある。

小学校5年生から中学校2年生に至る3年間の記録の伸びについて、小学5年生から中学2年生の間に新型

コロナウイルス感染症拡大の時期をまたぐ集団では、持久力の関与するテスト項目（20mシャトルランと上体起こし）の伸びが小さい傾向にあったが、前年度に続き今年度も、その伸びが回復し、新型コロナウイルス感染症の影響が緩和されつつある。

運動やスポーツに対する意識については、男子では上昇傾向にあるが、女子では横ばいとなっている。また、卒業後に運動を継続する意欲については、中学校男子で増加傾向が見られるが、女子では男子よりも低い様子がうかがえる。**運動やスポーツは好きと回答した児童生徒ほど、体力合計点が高く、卒業後の運動意欲も高くなっており、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現できるよう、引き続き、児童生徒の運動意欲の向上につながる取組を進める必要がある。**



## Ⅱ 運動習慣・生活習慣

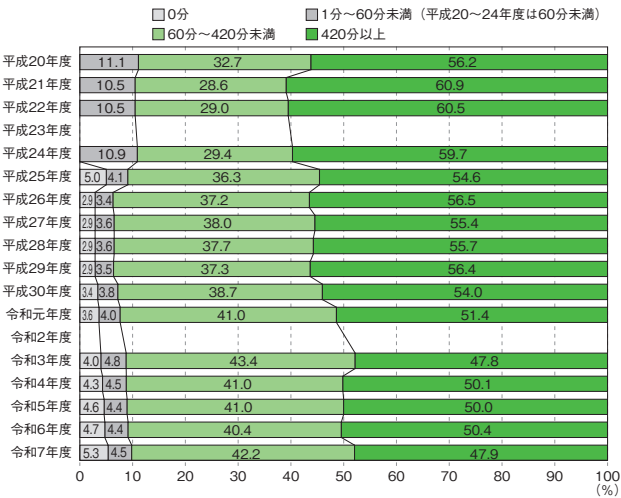
### ■ 1週間の総運動時間 (P42、P45)

1週間の総運動時間が420分以上の割合は、令和6年度と比較すると小学校は男子で2.5ポイント、女子は2.0ポイント減少した。中学校は男子で0.8ポイント、女子は0.4ポイント減少した。60分未満と回答した児

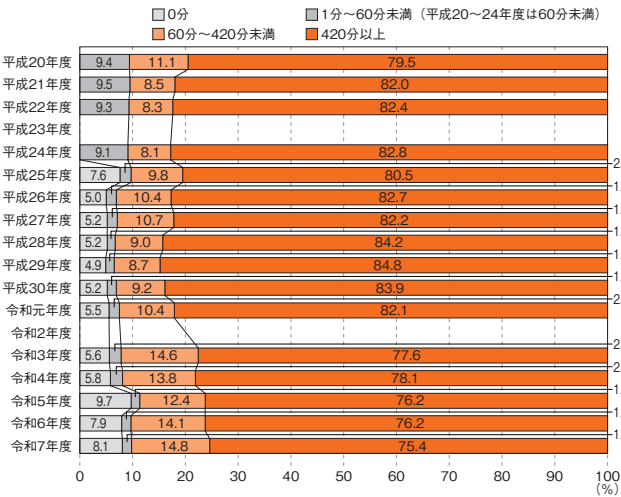
童生徒は、中学校女子を除き、令和6年度より微増した [図7]。また、1週間の総運動時間と体力合計点との関連を見ると、420分以上の運動をする児童生徒は、体力合計点が高い傾向にある [図8]。

〔図7〕 1週間の総運動時間の経年変化

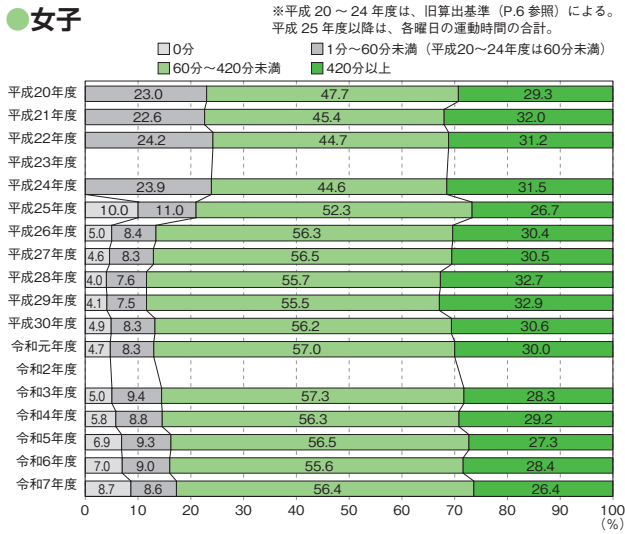
#### 小学校 ●男子



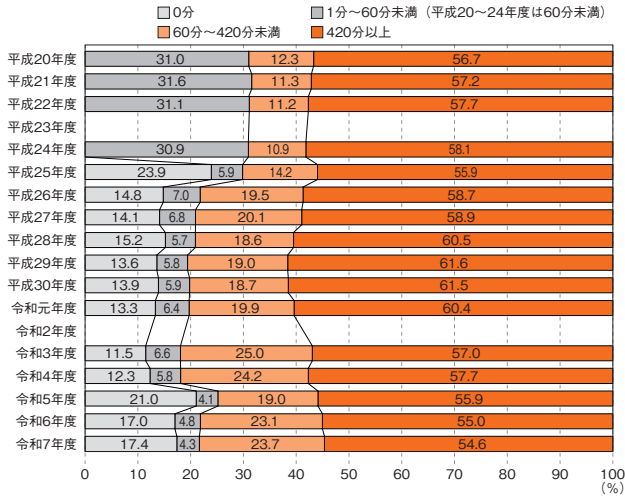
#### 中学校 ●男子



#### ●女子

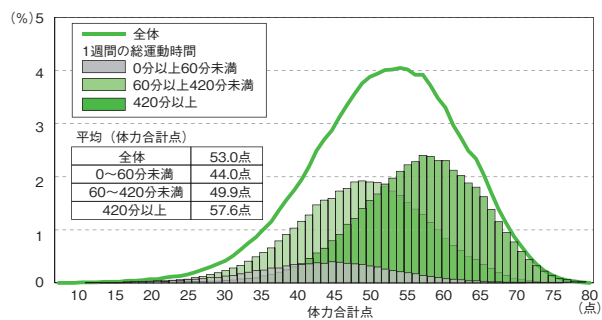


#### ●女子

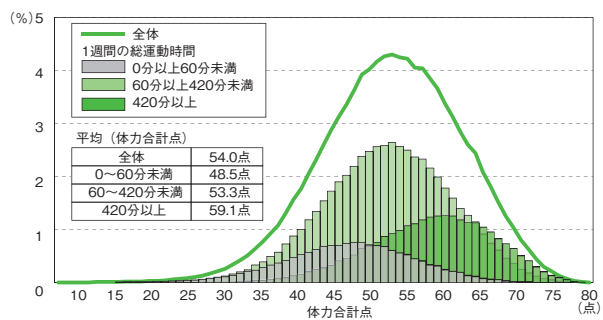


〔図8〕 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

#### 小学校 ●男子

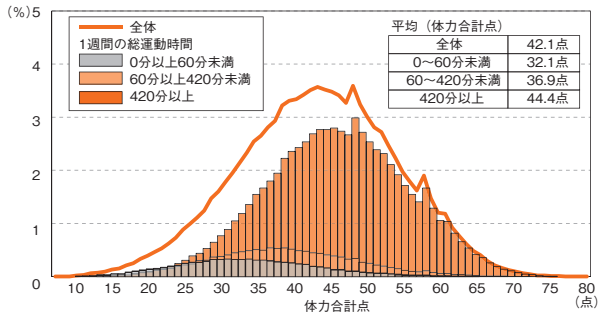


#### ●女子

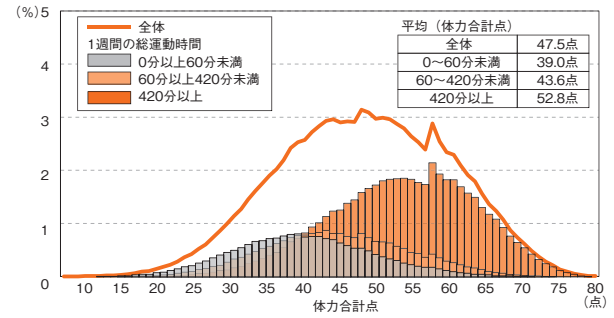




## 中学校 ●男子



## ●女子



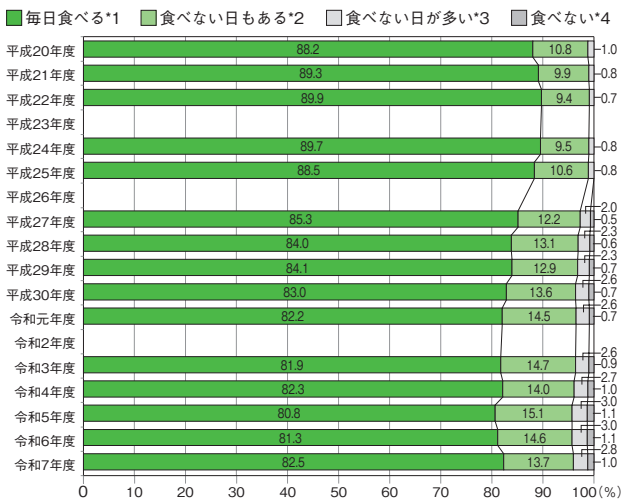
## ■朝食の摂取状況 (P51、P53)

朝食の摂取状況を見ると、「毎日食べる」と回答した児童生徒の割合は、令和6年度に比べ、小学校は男子で1.2ポイント、女子で0.9ポイント、中学校は男子で0.3ポイント、女子では0.1ポイント増加した。中学

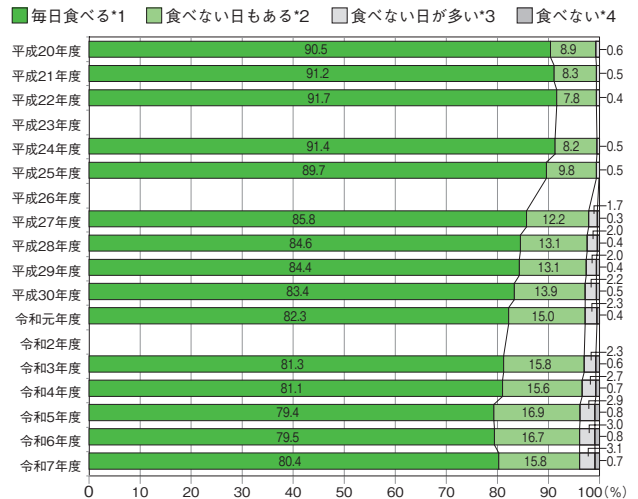
校女子に関しては、「食べない日もある」「食べない日が多い」「食べない」を合わせると25.4%となっており、昨年度より減少したものの、一定の割合を占めている[図9]。

[図9] 朝食の摂取状況の経年変化

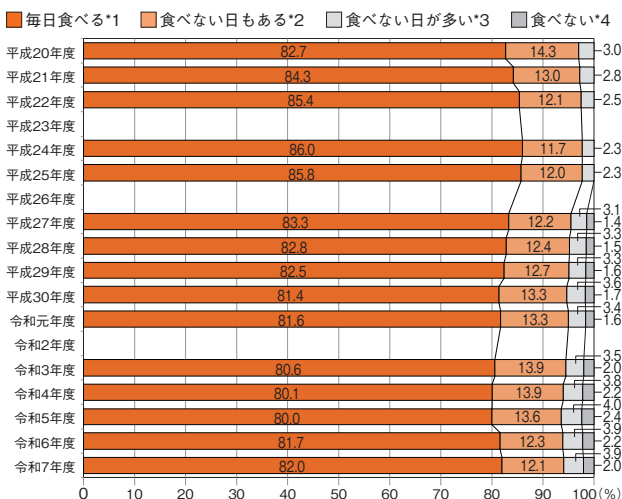
## 小学校 ●男子



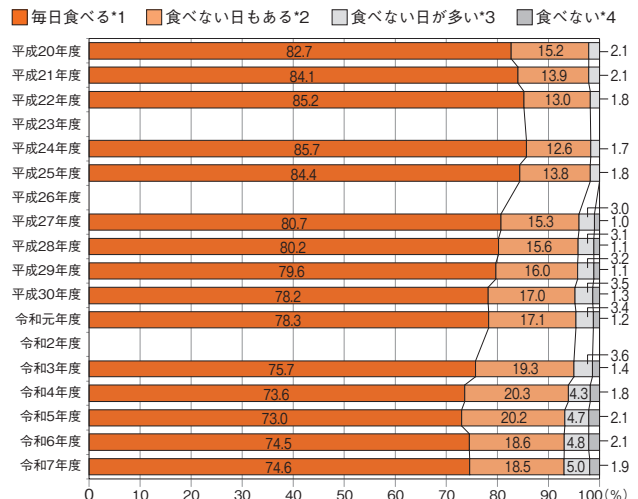
## ●女子



## 中学校 ●男子



## ●女子



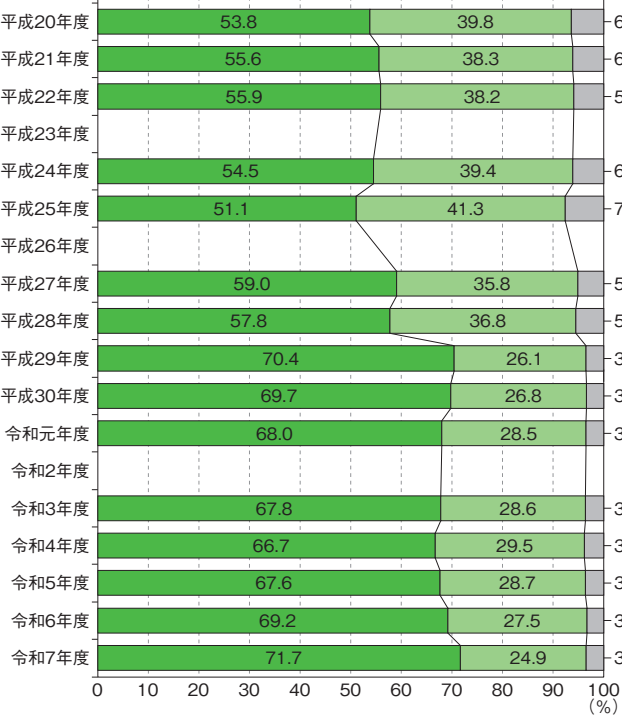
■ 睡眠時間の状況 (P51、P53)

1日の睡眠時間の経年変化を見ると、8時間以上の割合については、小中学校ともに、令和6年度から増加した。小学校の男子は2.5ポイント、女子は2.0ポイント、中学校では男子は2.1ポイント、女子は1.0ポイント増加しており、中学校女子での伸びが小さくなっている [図10]。

[図10] 1日の睡眠時間の経年変化

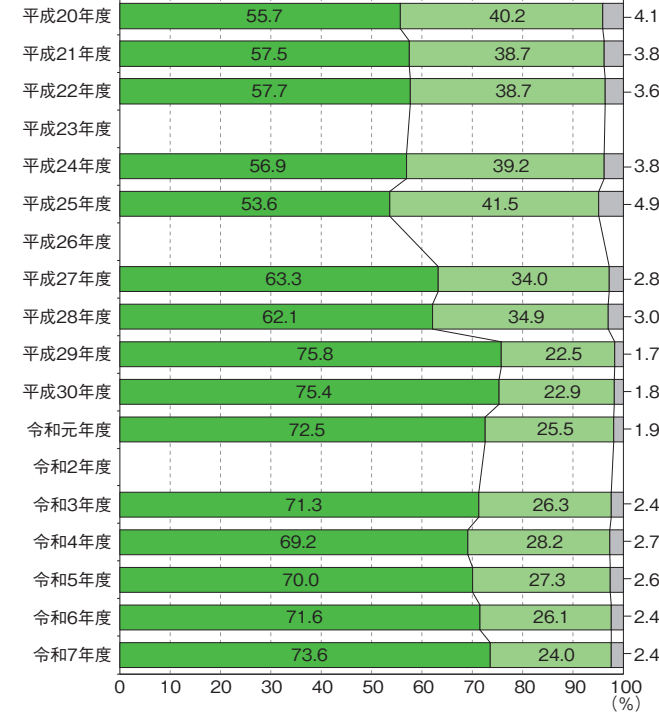
小学校

● 男子



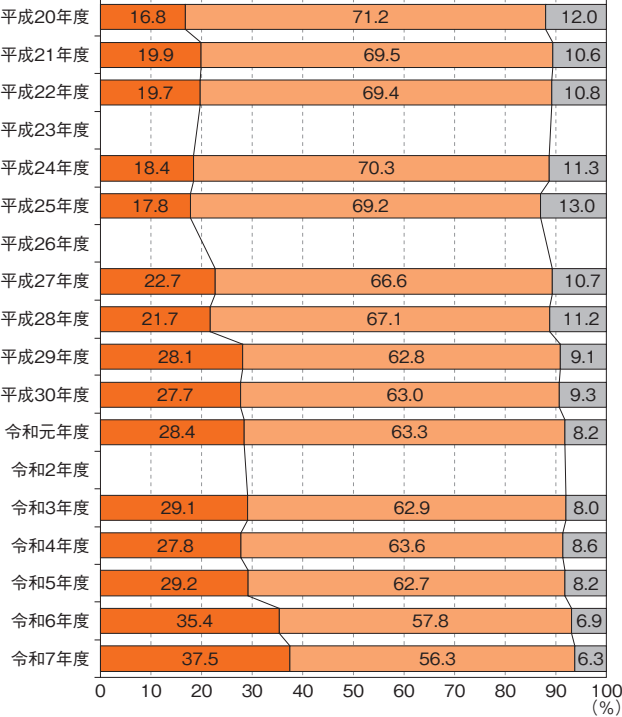
平成29年度以降は\*1「10時間以上」と「9時間以上10時間未満」と「8時間以上9時間未満」  
\*2「7時間以上8時間未満」と「6時間以上7時間未満」※平成26年度は、該当する質問項目がない。

● 女子



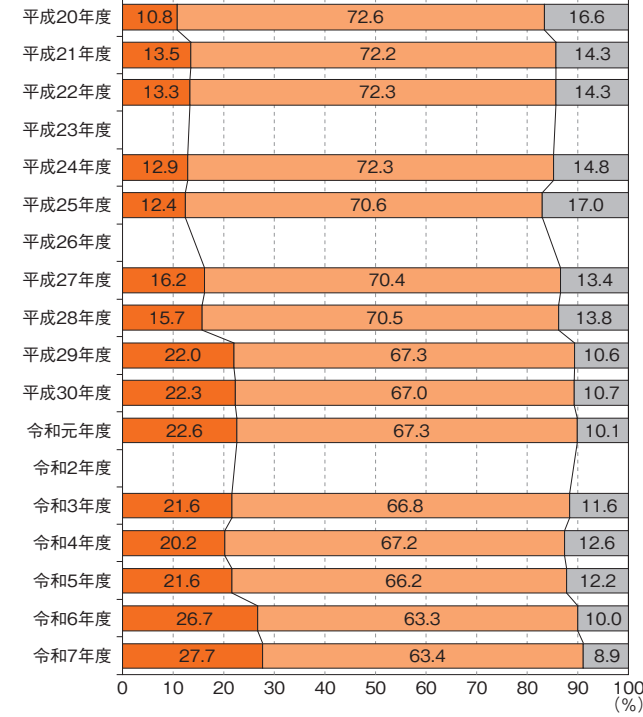
中学校

● 男子



平成29年度以降は\*1「10時間以上」と「9時間以上10時間未満」と「8時間以上9時間未満」  
\*2「7時間以上8時間未満」と「6時間以上7時間未満」※平成26年度は、該当する質問項目がない。

● 女子



## ■ スクリーンタイムの状況 (P55～56)

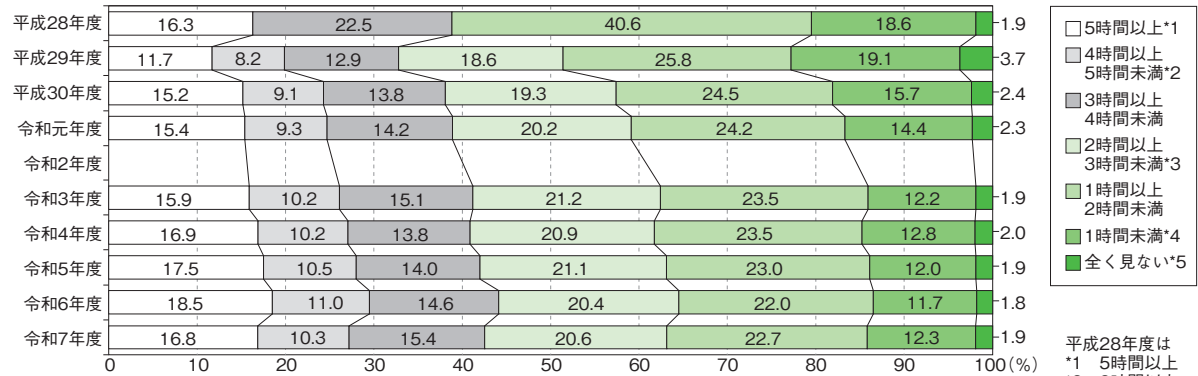
学習以外でテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を視聴する時間の経年変化を見ると、5時間以上と回答した児童生徒の割合は、令和

6年度に比べ、小学校では男子で1.7ポイント、女子で1.5ポイント減少した。中学校では男子で横ばい、女子で0.1ポイント増加した [図11]。

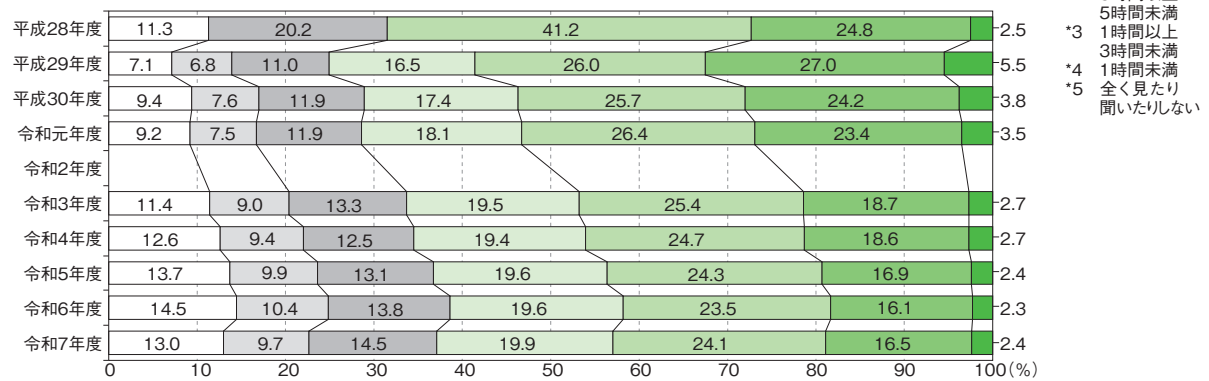
[図11] スクリーンタイムの経年変化

### 小学校

#### ● 男子

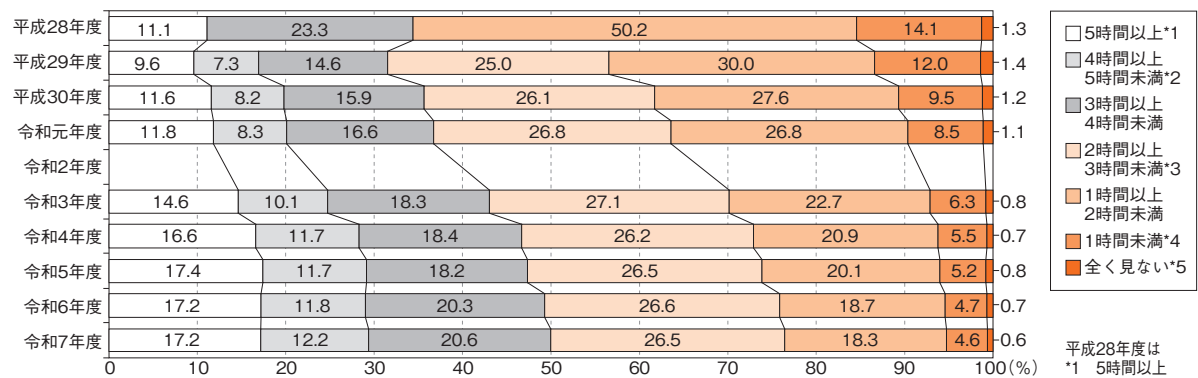


#### ● 女子

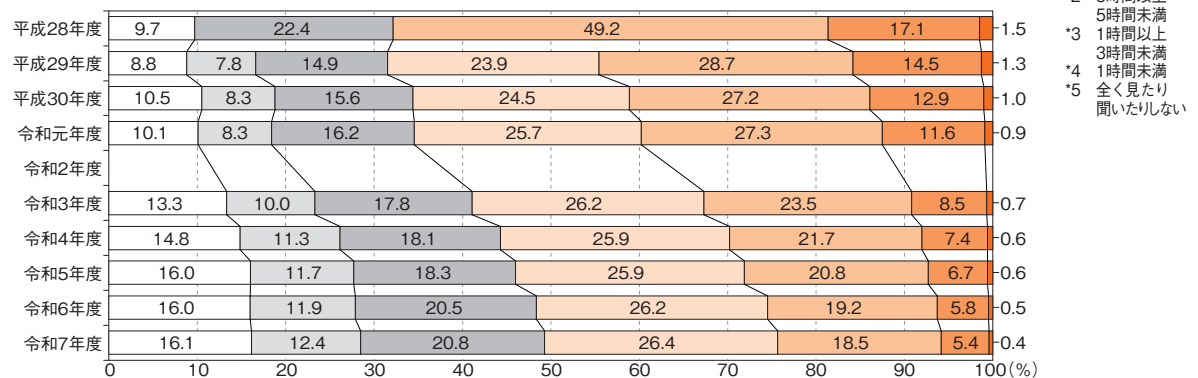


### 中学校

#### ● 男子



#### ● 女子



運動習慣と生活習慣の関連 (P51～56)

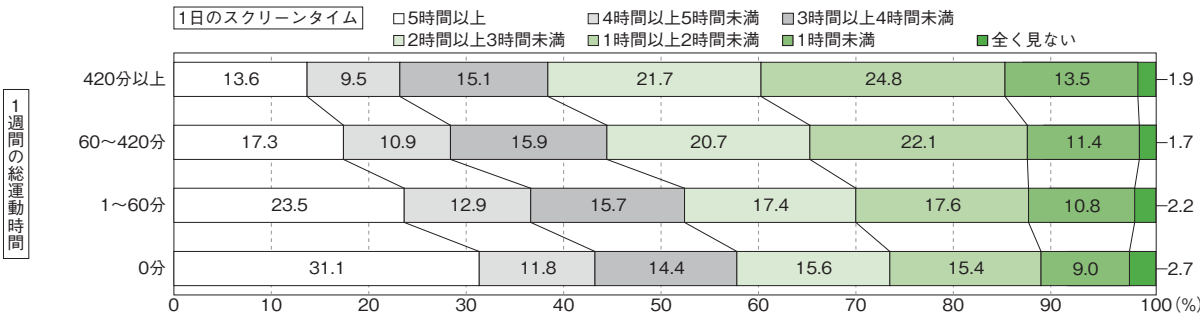
1週間の総運動時間、朝食の摂取状況とスクリーンタイムの関連を見ると、小中学校男女ともに、運動時間が少ない児童生徒、及び朝食欠食が多い児童生徒ほど、スクリーンタイムが長い傾向にある [図12] [図13]。睡眠時間と1週間の総運動時間の関連では、小学校男女では、睡眠時間が長いほど1週間の総運動

時間が長くなる傾向にあり、中学校男子では睡眠時間が「10時間以上」を除き、睡眠時間が長いほど1週間の総運動時間が長くなる傾向にある。一方で、中学校女子では睡眠時間が「6時間未満」及び「10時間以上」の生徒は、1週間の総運動時間が短くなっている [図14]。

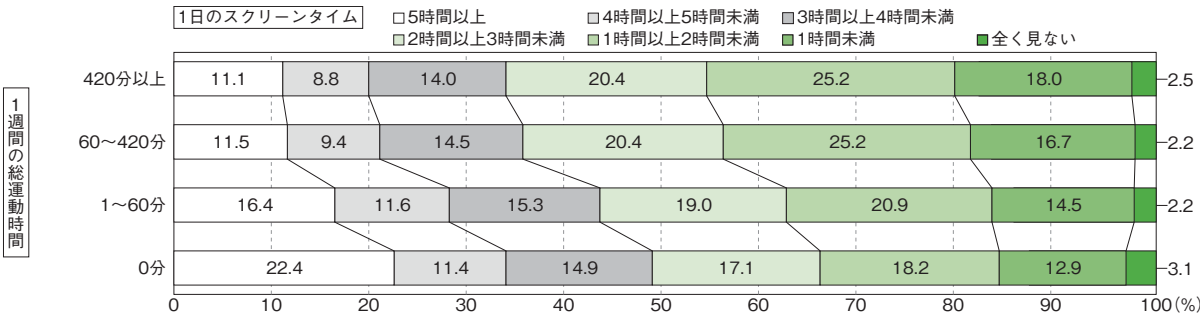
〔図12〕 「1週間の総運動時間」×「1日のスクリーンタイム」

小学校

男子

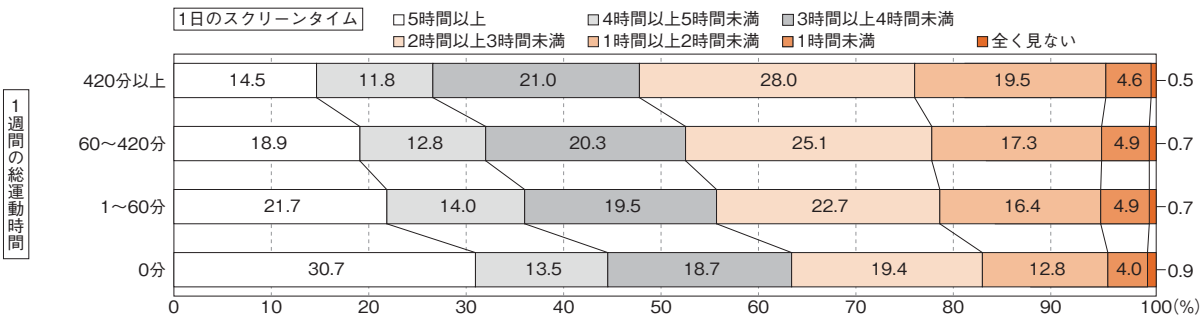


女子

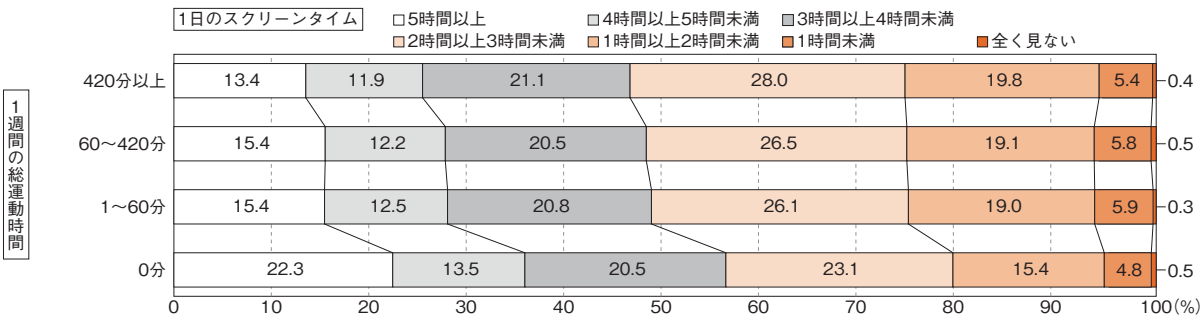


中学校

男子



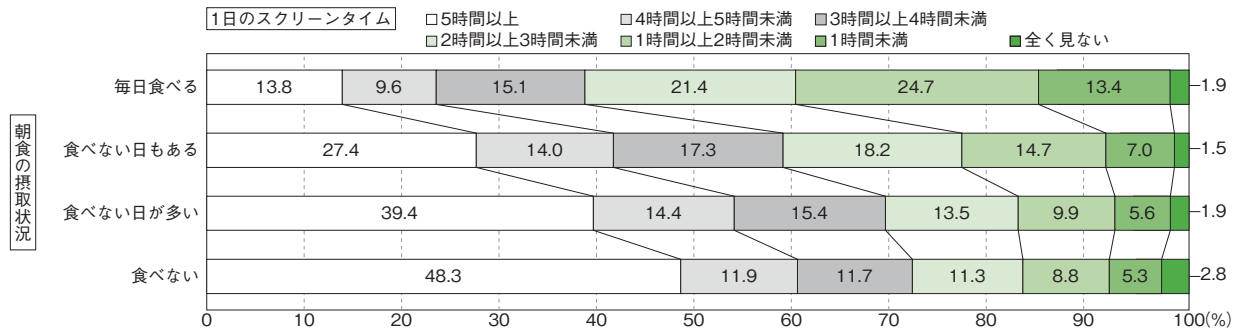
女子



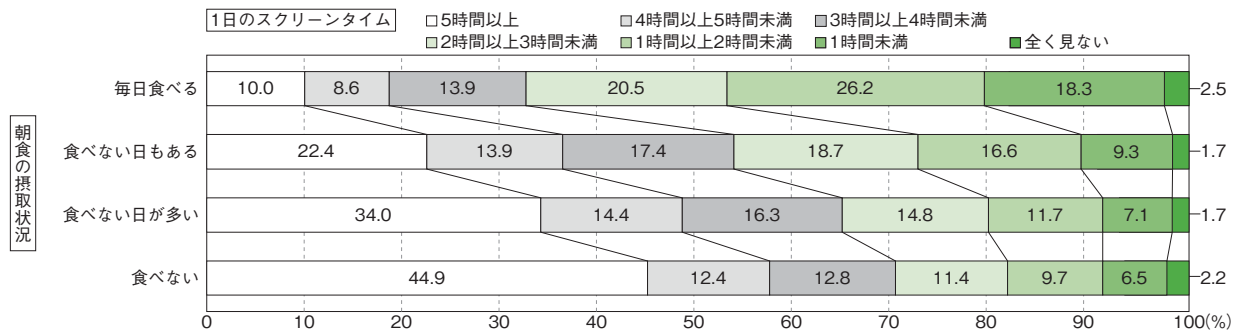
[図13]「朝食の摂取状況」×「1日のスクリーンタイム」

## 小学校

## 男子

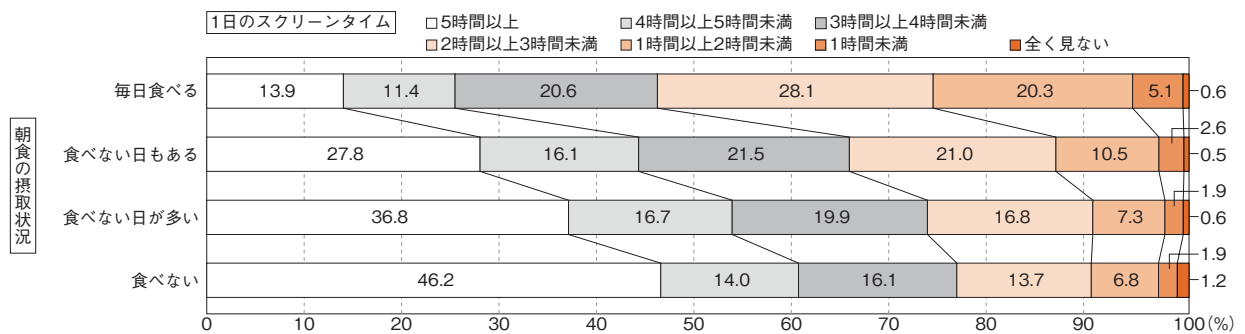


## 女子

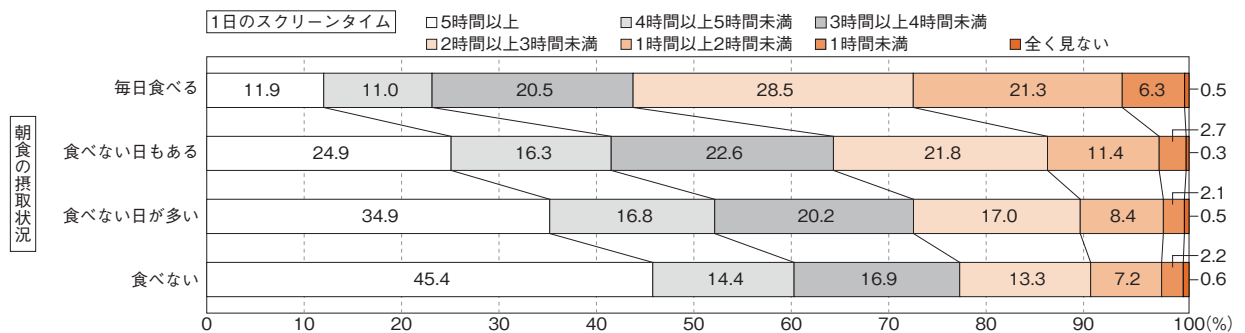


## 中学校

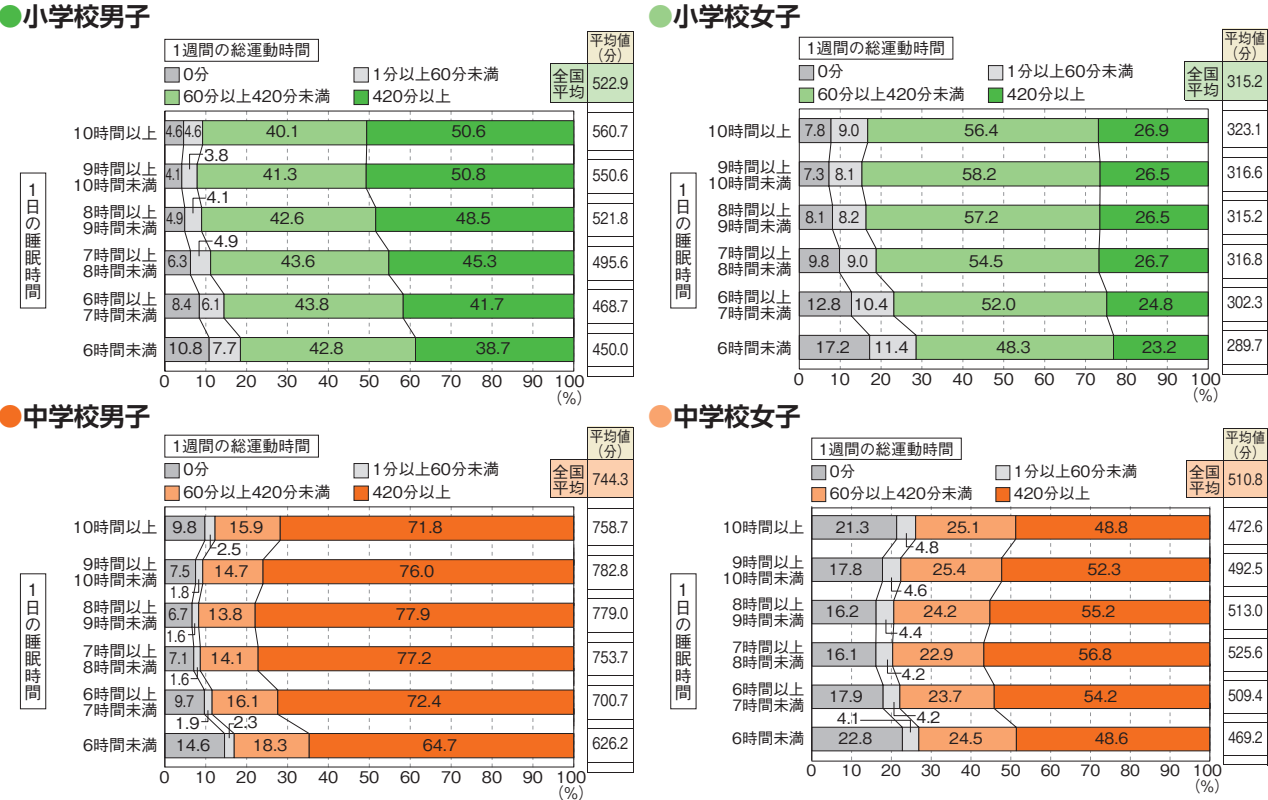
## 男子



## 女子



〔図14〕「1日の睡眠時間」×「1週間の総運動時間」



「Ⅱ 運動習慣・生活習慣」のまとめ

1週間の総運動時間を令和6年度と比較すると、小中学校男女ともに「420分以上」の割合が減少した。また、「60分未満」の割合は中学校女子を除き、微増した〔図7〕。スクリーンタイムとの関連を見ると、1週間の総運動時間が「0分」と回答した児童生徒は、1日の学習以外のスクリーンタイムが「5時間以上」である割合が高い〔図12〕。運動時間は体力と強く関連しており〔図8〕、体力の維持向上のためには運動習慣の形成が重要となる。運動習慣の形成に向けては、これまでの取組に加えて、改善に向けた更なる工夫や見直しが求められる。

朝食の摂取状況を令和6年度と比較すると、小中学校男女ともに「毎日食べる」と回答した割合が微増した〔図9〕。新型コロナウイルス感染症拡大前の令和元年度と比較すると、男子は小中学校ともに同水準に回復したが、女子は未だ低い状況にある。スクリーンタイムとの関連を見ると、「毎日食べる」児童生徒は、欠食する児童生徒と比較して顕著にスクリーンタイムが短く、調和のとれた生活ができている〔図13〕。小学校男女と中学校男子の5人に1人、中学校女子の4人に1人が朝食を欠食する状況にあり、改善が望まれる。

睡眠時間に関しては、小中学校ともに前年度に引き続き「8時間以上」と回答する割合が増加した〔図10〕。また、

中学校男女で「6時間未満」と回答する割合が減少傾向にあり、睡眠の状況は改善されつつある。1週間の総運動時間との関連をみると、小学校男女では、睡眠時間が長いほど1週間の総運動時間が長くなる傾向にある。また、中学校男子では睡眠時間が「10時間以上」を除き、睡眠時間が長いほど1週間の総運動時間が長くなる傾向にある。一方で、中学校女子では睡眠時間が「6時間未満」及び「10時間以上」の生徒は、1週間の総運動時間が短くなっている〔図14〕。それぞれの児童生徒の実情に応じた適切な睡眠習慣の形成に向けて引き続き取組を進めていく必要がある。

スクリーンタイムは、令和6年度と比較して、小学校では減少し、中学校ではわずかに増加した〔図11〕。スクリーンタイムが「5時間以上」の割合は新型コロナウイルス感染症拡大以降、増加傾向であったが、小学校で減少した。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大前と比較すると、小中学校ともに増加している状況にある。

運動習慣・生活習慣に関する要因は関連し合っており、児童生徒が各要因の重要性を単独で捉えるのではなく、それらの結びつきを認識できるような学習が必要である。また、児童生徒が調和のとれた生活の大切さを実感し、主体的に生活習慣の確立に向けたマネジメントができるよう、学校・家庭での継続的な支援が求められる。



# Ⅲ 体育・保健体育の授業

## ■ 「体育・保健体育の授業は楽しい」と「1週間の総運動時間」「総合評価と体力合計点」「卒業後の運動意欲」(P50、P88、P94、P100、P116、P122、P128)

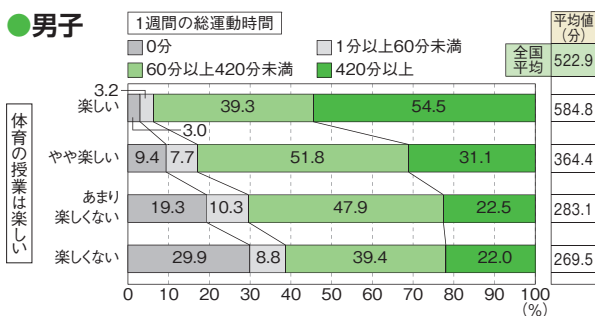
体育・保健体育の授業は「楽しい」と感じている児

童生徒は「1週間の総運動時間」が長く、「総合評価と体力合計点」「卒業後の運動意欲」も高かった〔図15〕〔図16〕。

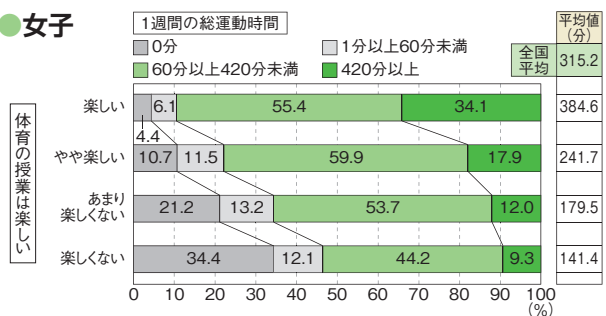
〔図15〕「体育・保健体育の授業は楽しい」×「1週間の総運動時間」

### 小学校

#### ● 男子

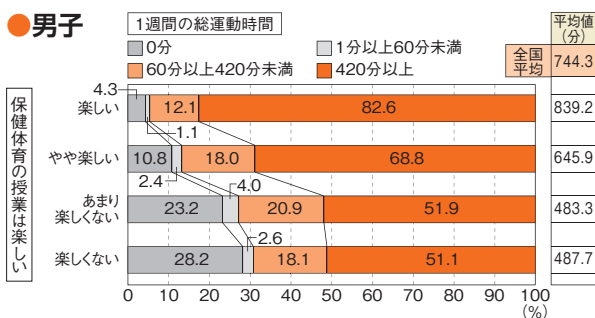


#### ● 女子

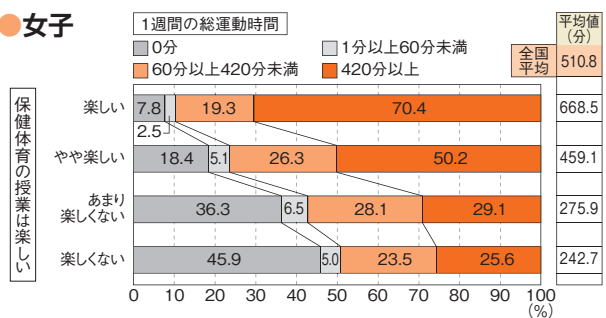


### 中学校

#### ● 男子



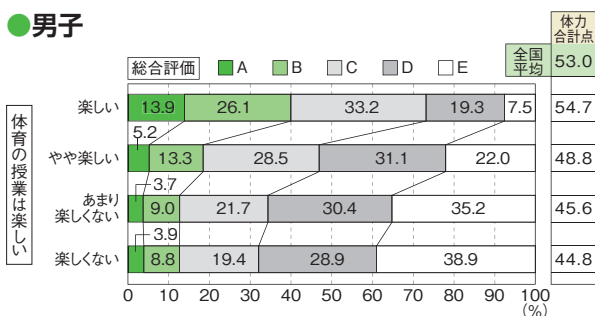
#### ● 女子



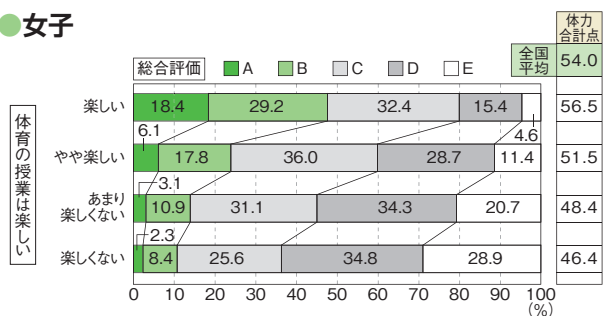
〔図16〕「体育・保健体育の授業は楽しい」×「総合評価と体力合計点」

### 小学校

#### ● 男子

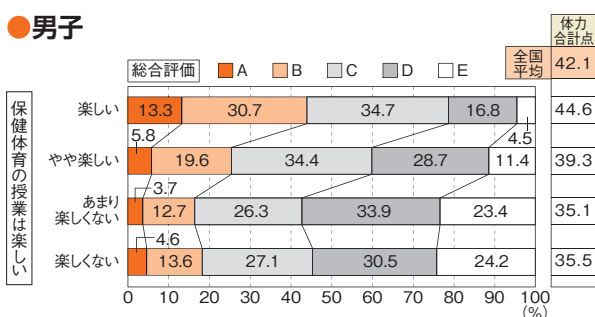


#### ● 女子

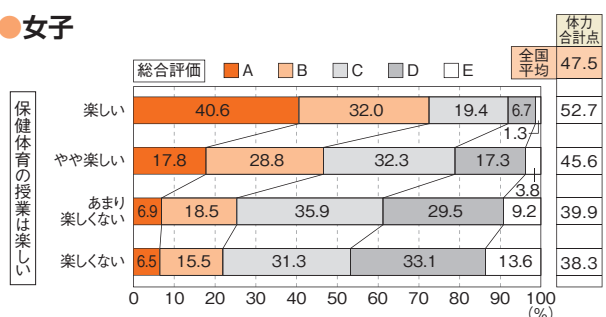


### 中学校

#### ● 男子



#### ● 女子

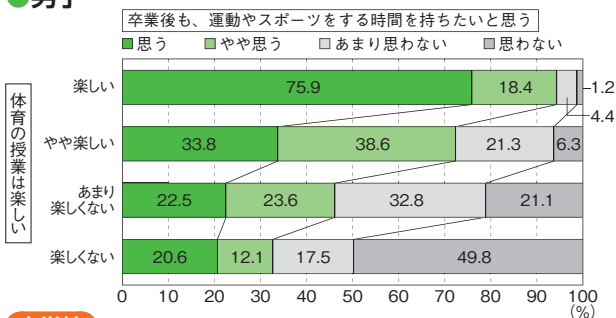




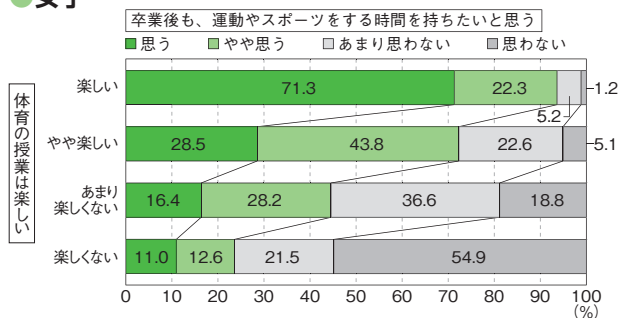
〔図17〕「体育・保健体育の授業は楽しい」×「卒業後も、運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う」

小学校

男子

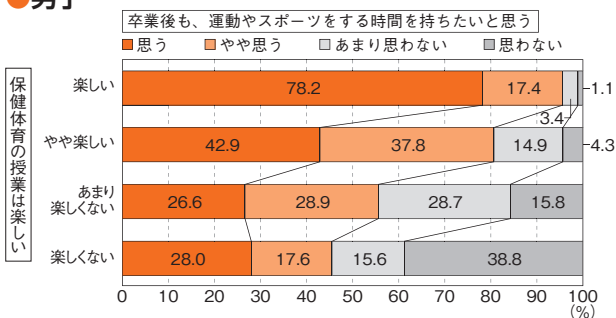


女子

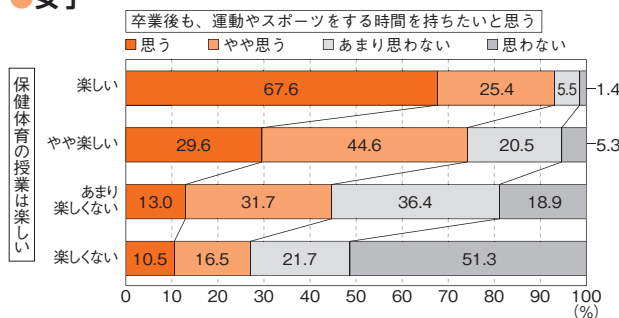


中学校

男子



女子



■ 体育・保健体育の授業が「あまり楽しくない」「楽しくない」と感じている児童生徒が思う「今より体育・保健体育の授業が楽しくなること」(P81,P109)

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。

このうち、体育・保健体育の授業は「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

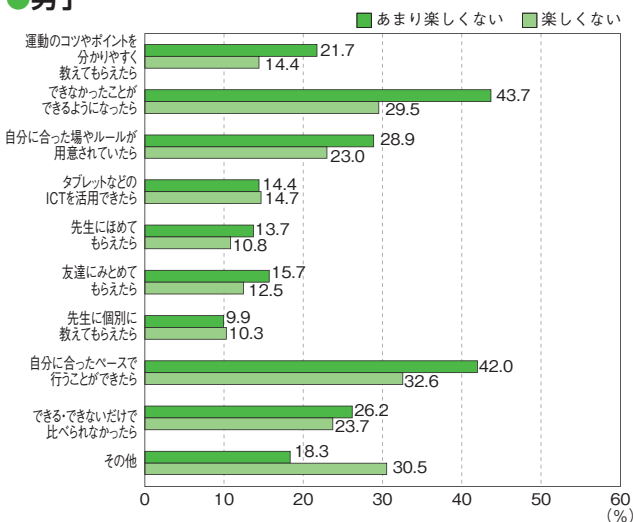
るようになったら」よりも「自分に合ったペースで行うことができたなら」と回答した割合が高く、「できなかったことができるようになったら」は、体育・保健体育の授業は「あまり楽しくない」と感じている児童生徒と「楽しくない」と感じている児童生徒では、回答した割合に差が見られた。

また、小中学校ともに女子は、「できる・できないだけで比べられ（比較され）なかったら」と回答した割合が高かった〔図18〕。

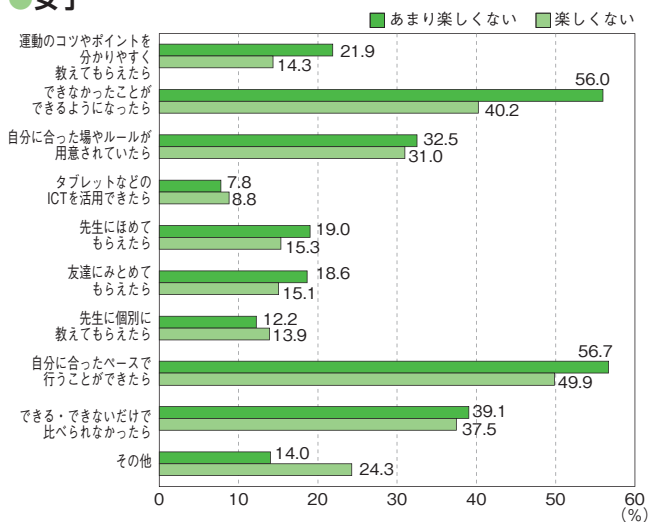
〔図18〕「今後どのようなことがあれば、今より体育・保健体育の授業が楽しくなると思うか」

小学校

男子

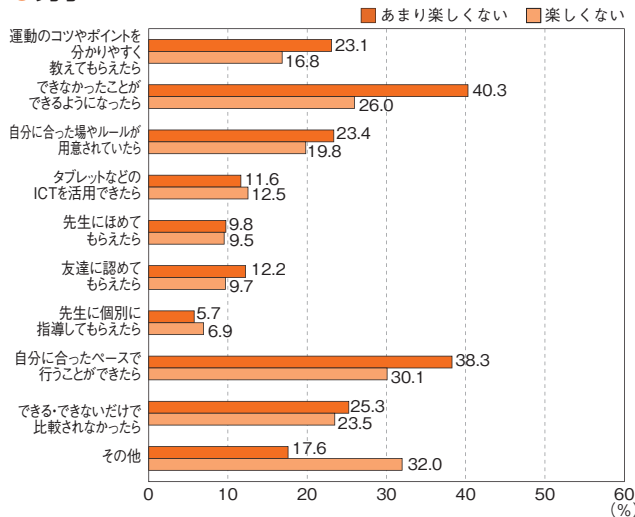


女子

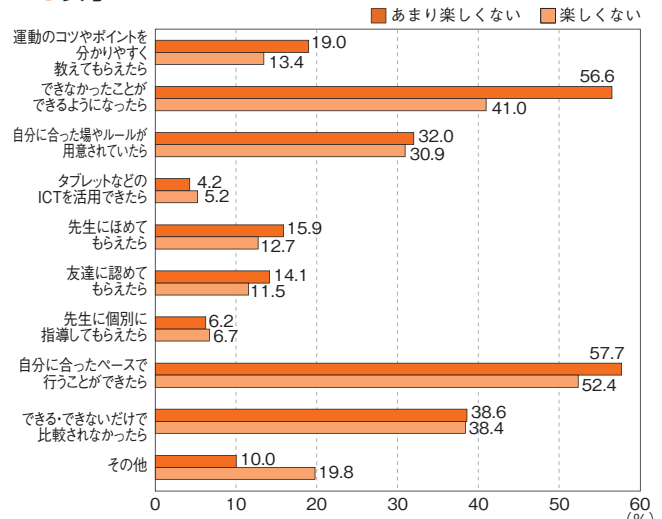


## 中学校

## ●男子



## ●女子



### ■ 児童生徒が体育・保健体育の授業で、できたり分かったりする学習方法 (P82、P110、P111)

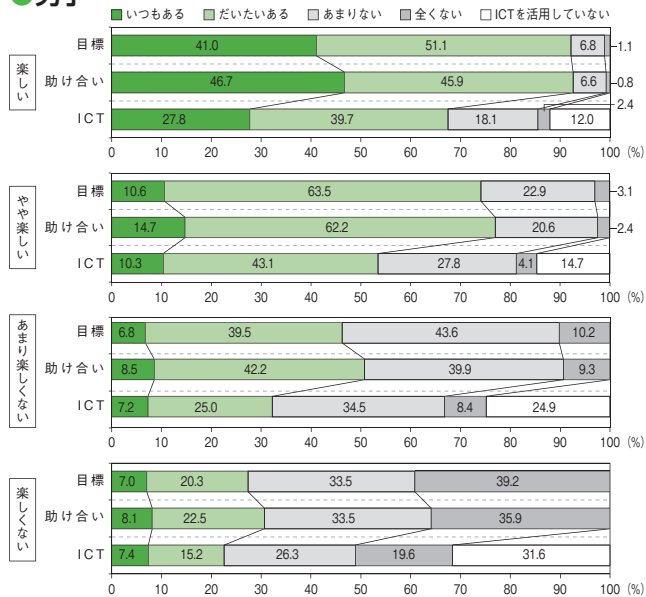
体育・保健体育の授業で、できたり分かったりすることについて「目標を意識すること」「友達と助け合ったり教え合ったりすること」「ICTを使うこと」の回答を比較すると、小中学校男女ともに、「友達と助け合ったり教え合ったりすること」と回答した割合が高

く、「ICTを使うこと」と回答した割合が低かった。「目標を意識すること」は、体育・保健体育の授業は「楽しい」と感じている児童生徒で、「友達と助け合ったり教え合ったりすること」と同様に回答した割合が高かったが、「やや楽しい」「あまり楽しくない」「楽しくない」と感じている児童生徒ほど、回答した割合が低くなる傾向があった [図19]。

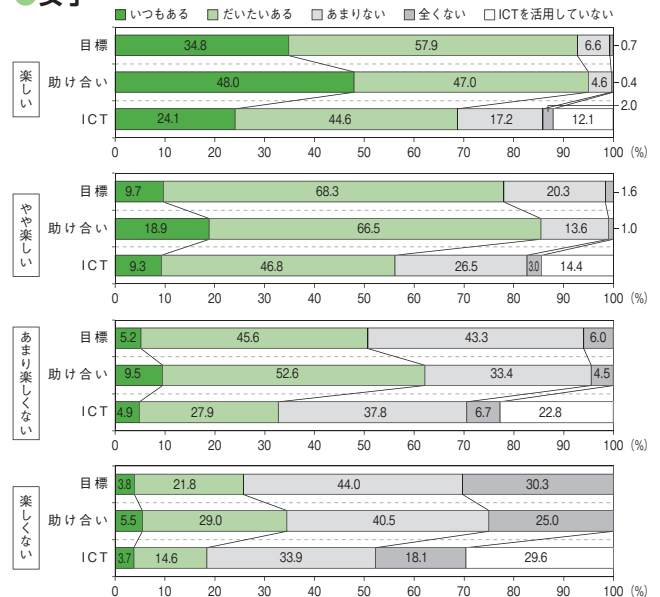
【図19】「体育・保健体育の授業は楽しい」×「目標を意識して学習することでできたり分かったりする、友達と助け合ったり教え合ったりして学習することでできたり分かったりする、ICTを使って学習することでできたり分かったりする」

## 小学校

## ●男子

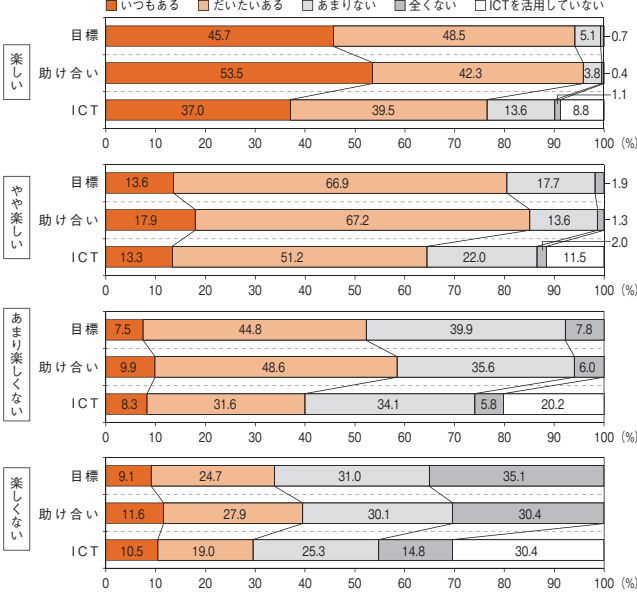


## ●女子

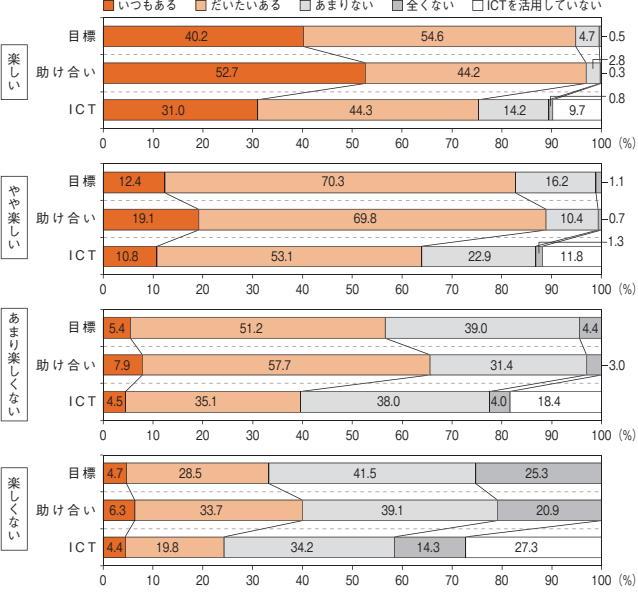


中学校

男子



女子



児童生徒の運動やスポーツへの様々な関わり方についての興味や関心(P78、P87、P106、P112)

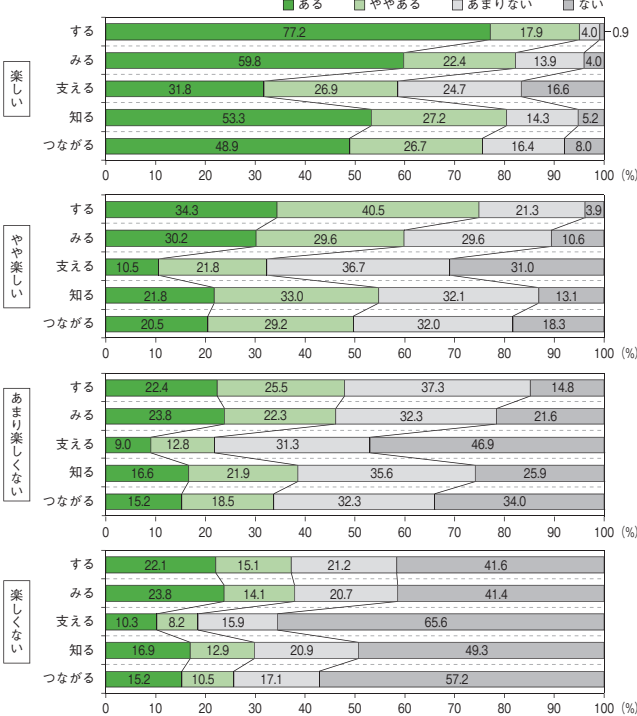
運動やスポーツへの様々な関わり方について、「する」は興味や関心が高く、「支える」は、低い傾向がある。体育・保健体育の授業は楽しいと感じている児童生徒は、「する」に興味や関心があると答える割合

が高いが、やや楽しいと感じている児童生徒では、「みる」と回答した割合に近づき、あまり楽しくない、楽しくないと感じている児童生徒では、「する」よりも「みる」に興味や関心が「ある」、「ややある」と回答した割合が高くなる傾向が見られた [図20]。

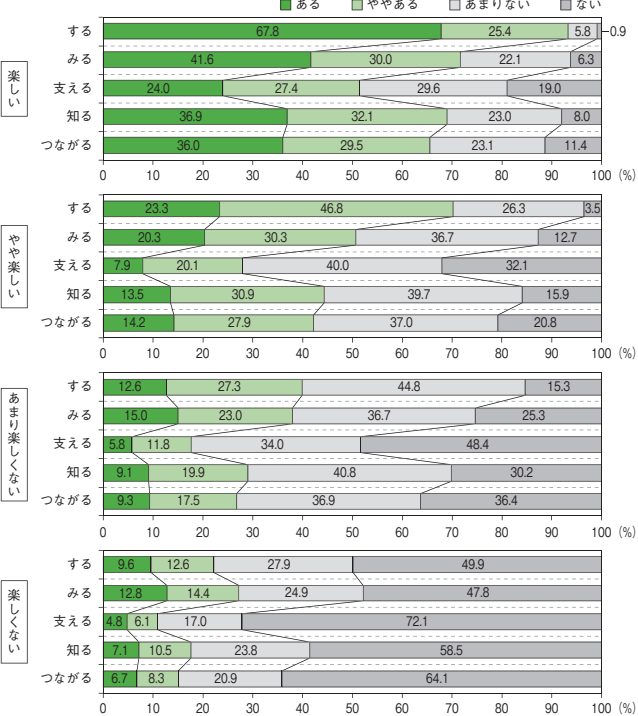
[図20] 「体育・保健体育の授業が楽しい」×「運動やスポーツへのいろいろな関わり方についての興味や関心」

小学校

男子

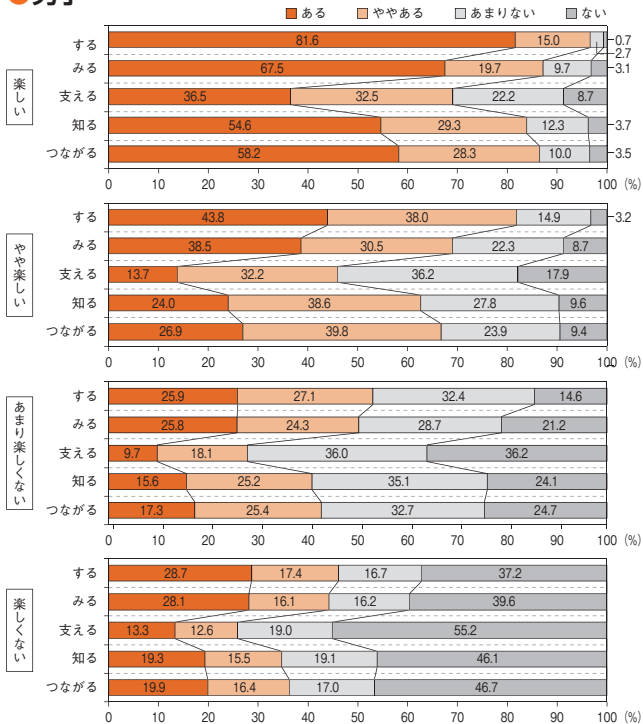


女子

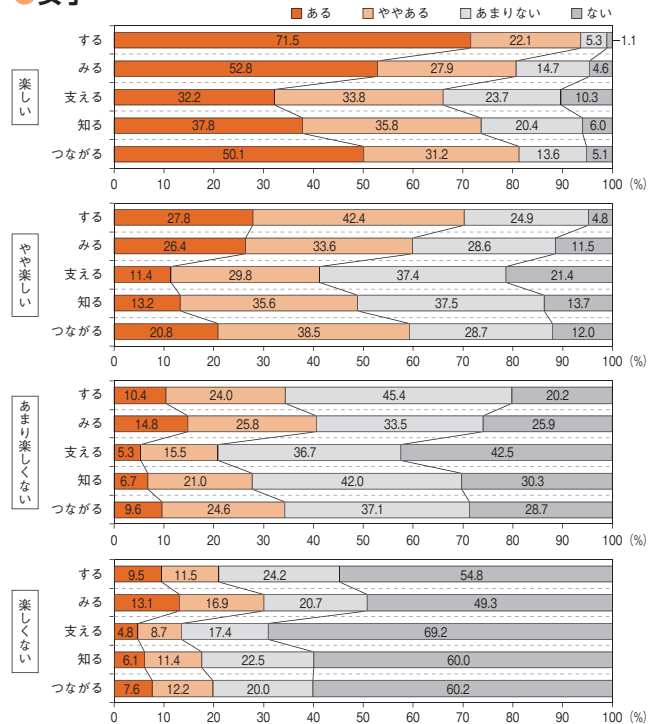


## 中学校

## ●男子



## ●女子



## 「Ⅲ 体育・保健体育の授業」のまとめ

児童生徒の回答から、授業を楽しんでいることと、児童生徒の運動習慣、体力合計点、運動継続への意欲との間には大きな関係があると考えられる。そのため、**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も「楽しい」と感じることができるような授業改善が求められる。**

授業改善の視点の一つ目が「体育・保健体育の授業での取組」である。体育・保健体育の授業は「楽しくない」と感じている児童生徒は「楽しい」と感じている児童生徒と比べ、「目標を意識して学習することで、できたり分かったりする」という回答が低い傾向が見られた〔図19〕。このことから**体育・保健体育の授業では教師が児童生徒の個に応じた運動課題を段階的に準備するとともに、児童生徒の誰もが自己に適した運動課題の解決に主体的に取り組み、それを達成することができる授業を実現することが有効であると考えられる。**

授業改善の視点の二つ目が「運動やスポーツへの多様な関わり方」である。体育・保健体育の授業は「楽しくない」と感じている児童生徒は、「楽しい」と感

じている児童生徒に比べ、運動やスポーツを「する」よりも「みる」への興味・関心が高い傾向が見られた〔図20〕。このことから、**体育・保健体育の授業において「みる」による運動やスポーツへの関わりだけでなく、「する」など多様な関わり方への興味・関心の高まりに繋げることも有効であると考えられる。**

これら二つの改善を実施するに当たっては、今より体育・保健体育の授業が楽しくなることについて、特に授業は「楽しくない」と感じている児童生徒は「自分に合ったペースで行うことができたなら」、小中学校ともに女子は「できる・できないだけで比較されなかったら」という回答が高いこと〔図18〕を踏まえることが重要である。また、児童生徒の興味・関心が低い傾向にある運動やスポーツを「支える」についても、友達と協働して楽しく取り組むことができるような学習活動の工夫も大切にしたい。

このように、**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も「楽しい」と感じることができるような「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一體的な充実に配慮することが求められる。**

IV

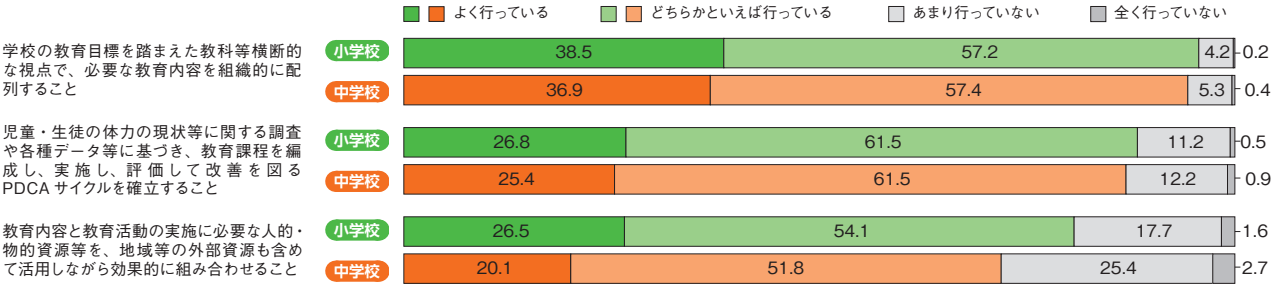
学校の特徴

■ 体力向上のための取り組み (P132)

「児童生徒の体力・運動能力の向上のための取組」としては、「学校の教育目標を踏まえた教科等横断的な視点で、必要な教育内容を組織的に配列すること」を行っている学校の割合が、小中学校ともに90%を

上回る結果となった。一方で、「教育内容と教育活動の実施に必要な人的・物的資源等を、地域等の外部資源も含めて活用しながら効果的に組み合わせること」を行っている学校の割合は低く、中学校では71.9%となっていた [図21]。

[図21] 児童生徒の体力・運動能力の向上のための取組として、次のことをどの程度行っていますか

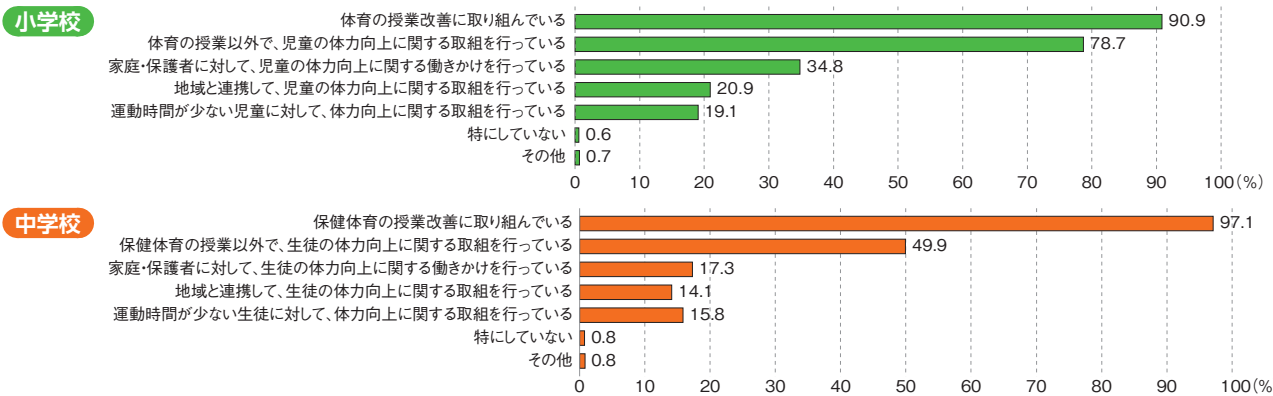


■ 児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組 (P132)

「児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組」としては、小中学校ともに「(保健) 体育の授業

改善に取り組んでいる」と回答した学校が最も多かった。次いで、「(保健) 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」と回答した学校が多かった [図22]。

[図22] 児童生徒が主体的に体力向上に取り組むために、どのような取組をしていますか

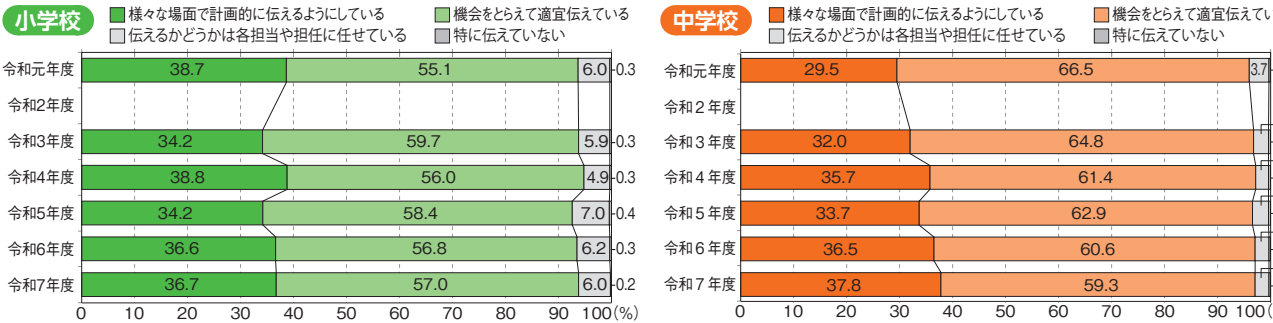


■ 健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを、児童生徒に伝える取組 (P136)

健康三原則の大切さを「様々な場面で計画的に伝え

るようにしている」学校の割合は、令和6年度と比べ、小学校で0.1ポイント、中学校で1.3ポイント増加した [図23]。

[図23] 健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを、児童生徒に伝える取組の経年変化



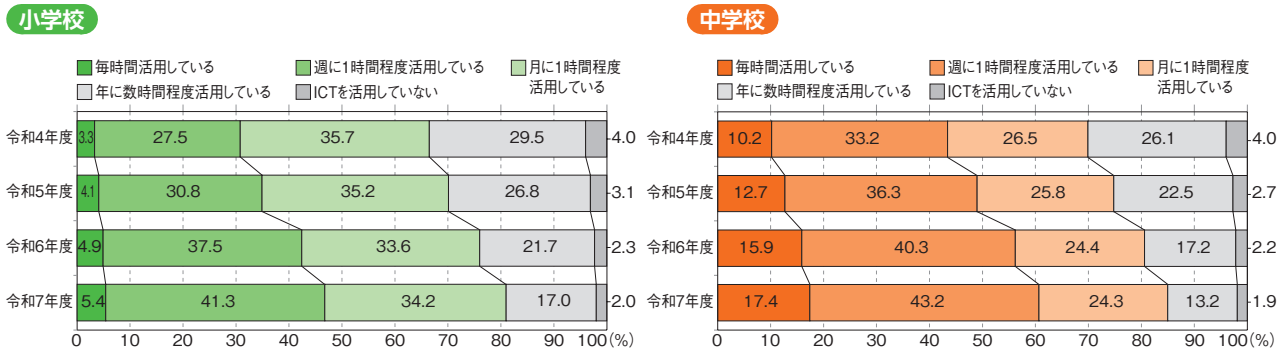


## ■ 体育・保健体育の授業におけるICTの活用について (P133、P134)

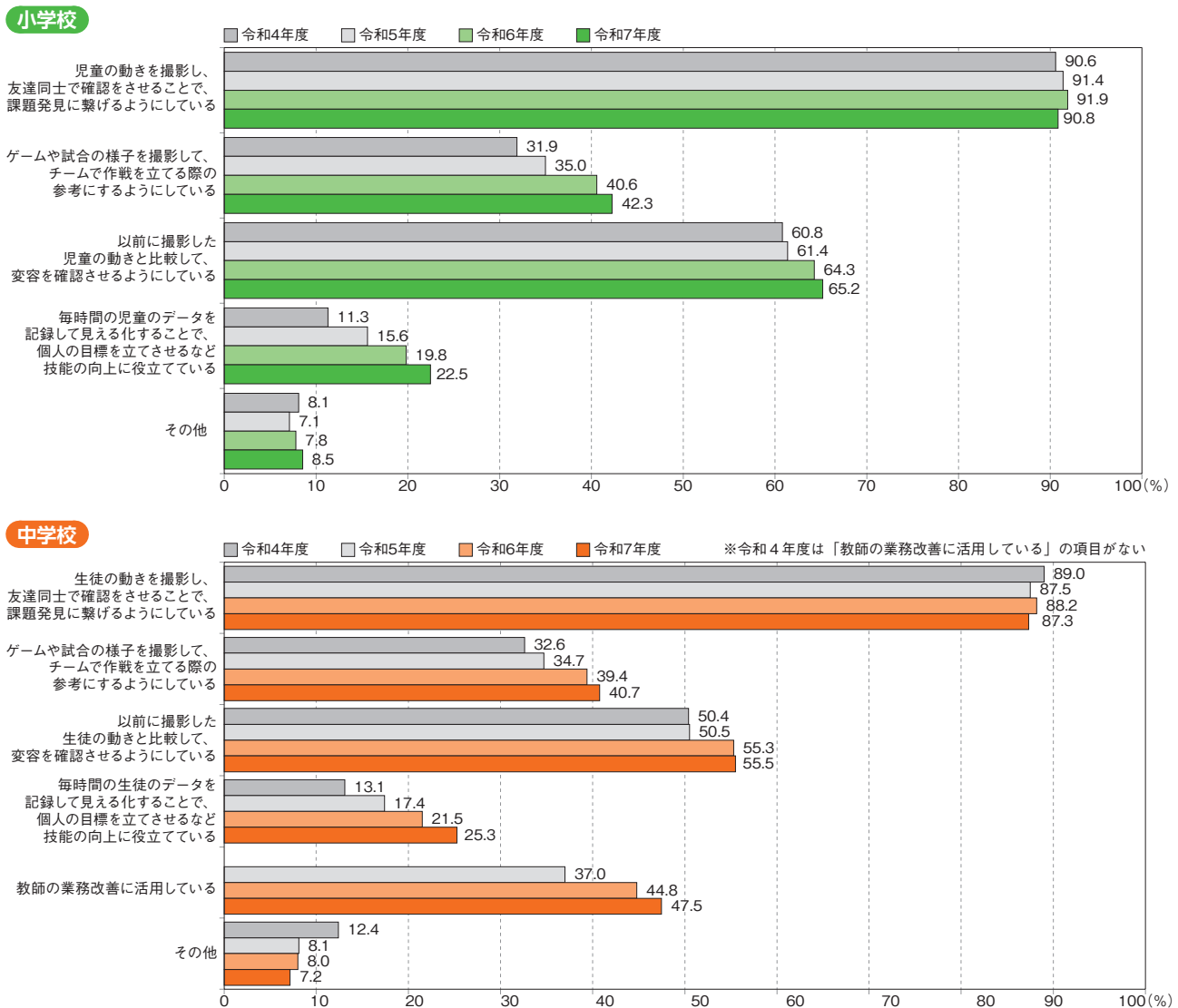
小学校は97.9%、中学校は98.1%の学校がICTを活用していると回答した〔図24〕。GIGAスクール構想により1人1台端末の整備が進んだことによると考えられる。活用状況で最も多かったのは小中学校ともに

「週に1時間程度活用している」であった。中学校では17.4%が「毎時間活用」しており、中学校でのICT活用が進んでいる。また、ICTの活用方法では、小中学校ともに「児童／生徒の動きを撮影し、友達同士で確認をさせることで、課題発見に繋げるようにしている」が最も多かった〔図25〕。

〔図24〕 体育・保健体育の授業におけるICT活用頻度の経年変化



〔図25〕 ICT活用方法の経年変化



■ 体育・保健体育の授業で大切にしていること (P134)

小中学校ともに、ほとんどの学校で「体を動かすことの楽しさを実感させること」を大切にしており、次いで「運動量を確保すること」や「仲間と協力して課

題を解決させること」が続いている〔図26〕。一方で小中学校ともに、「運動領域と保健領域の関連を図ること／体育分野と保健分野の関連を図ること」と回答した学校は少なかった〔図27〕。

〔図26〕 「体育・保健体育の授業で大切にしていること」 上位3項目

小学校			中学校		
1 位	体を動かすことの楽しさを実感させること	98.7%	1 位	体を動かすことの楽しさを実感させること	97.9%
2 位	運動量を確保すること	83.6%	2 位	仲間と協力して課題を解決させること	86.1%
3 位	仲間と協力して課題を解決させること	82.4%	3 位	運動量を確保すること	76.1%

〔図27〕 「体育・保健体育の授業で大切にしていること」 下位3項目

小学校			中学校		
1 位	運動領域と保健領域の関連を図ること	15.1%	1 位	体育分野と保健分野の関連を図ること	31.6%
2 位	体育で学習したことを実生活で生かせるようにすること	20.7%	2 位	体育や保健の見方・考え方を働かせるようにすること	35.8%
3 位	体育や保健の見方・考え方を働かせるようにすること	29.0%	3 位	体育で学習したことを実生活で生かせるようにすること	36.6%

■ 運動やスポーツが苦手な児童生徒・障害のある児童生徒・男女共習への取組について (P135、P137)

体育・保健体育の授業で「運動やスポーツが苦手な児童生徒がいる場合」行っている取組としては、小学校は、「友達同士で教え合いを促している」が最も多く、次いで「授業中にコツやポイントを重点的に教えている」「その児童に合った場やルール等で行えるようにしている」が続いた。中学校は、「授業中にコツやポイントを重点的に教えている」が最も多く、次いで「友達同士で教え合いを促している」「その生徒に合った場やルール等で行えるようにしている」が続いた。一方で、小中学校ともに「授業中に児童生徒自らが工夫して行えるようにしている」「教師や友達の真似を促している」や「授業中に自分の動きを撮影した

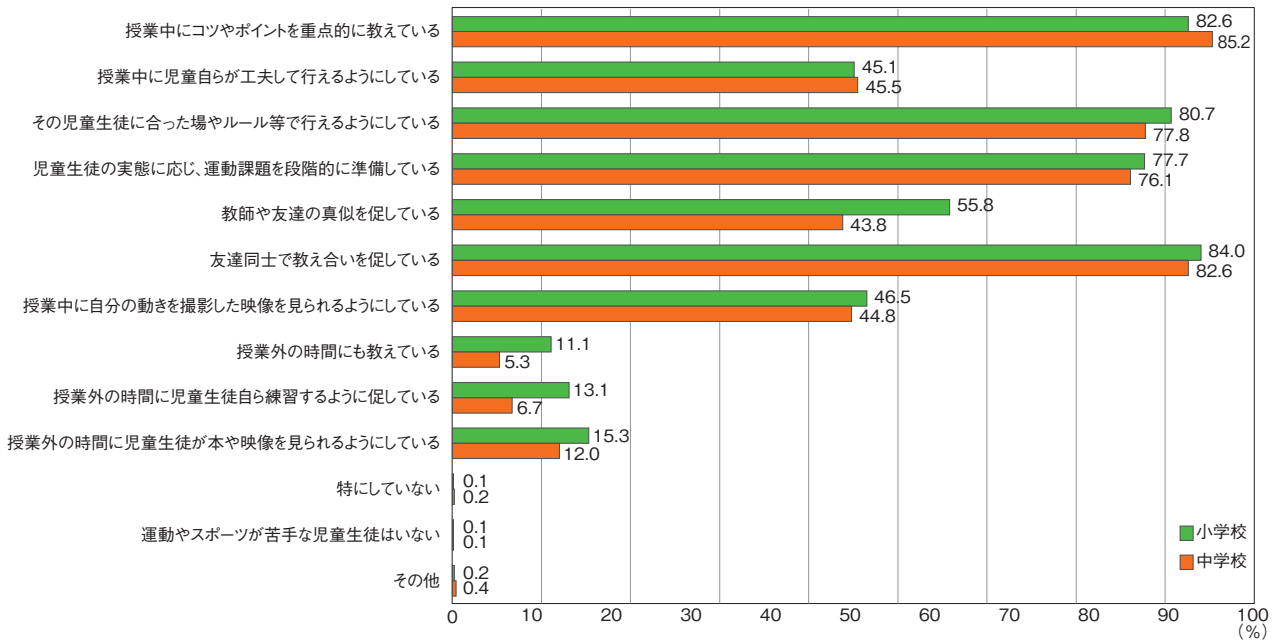
映像を見られるようにしている」と回答した学校は少なかった〔図28〕。

体育・保健体育の授業で「障害のある児童生徒への指導の工夫」として、小中学校ともに「その児童生徒に合ったルールで行えるようルールの工夫」が最も多く、次いで「使用するゴールや的などの距離を調整する等場所の工夫」や「視覚的に分かりやすい指導や動きを細分化して指導するなどの工夫」が続いた〔図29〕。

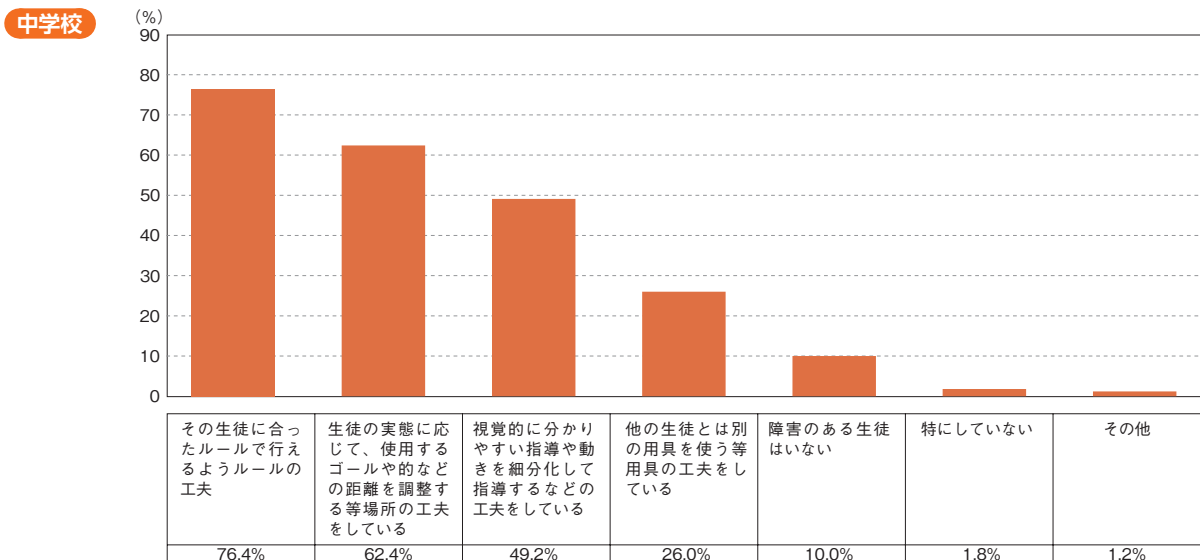
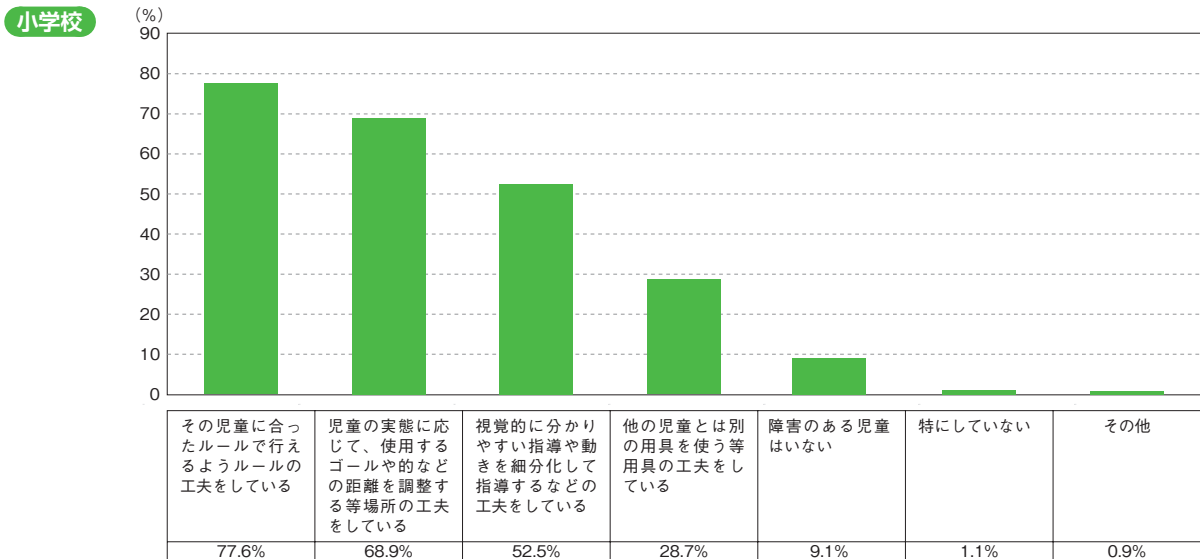
保健体育の授業で「男女共習にあたっての工夫」として、「ペアやグループ編成等への配慮」が最も多く、次いで「健康・安全に関する指導の充実」「仲間の状況に応じて楽しむ方法を学べるようにする指導の工夫」が続いた〔図30〕。



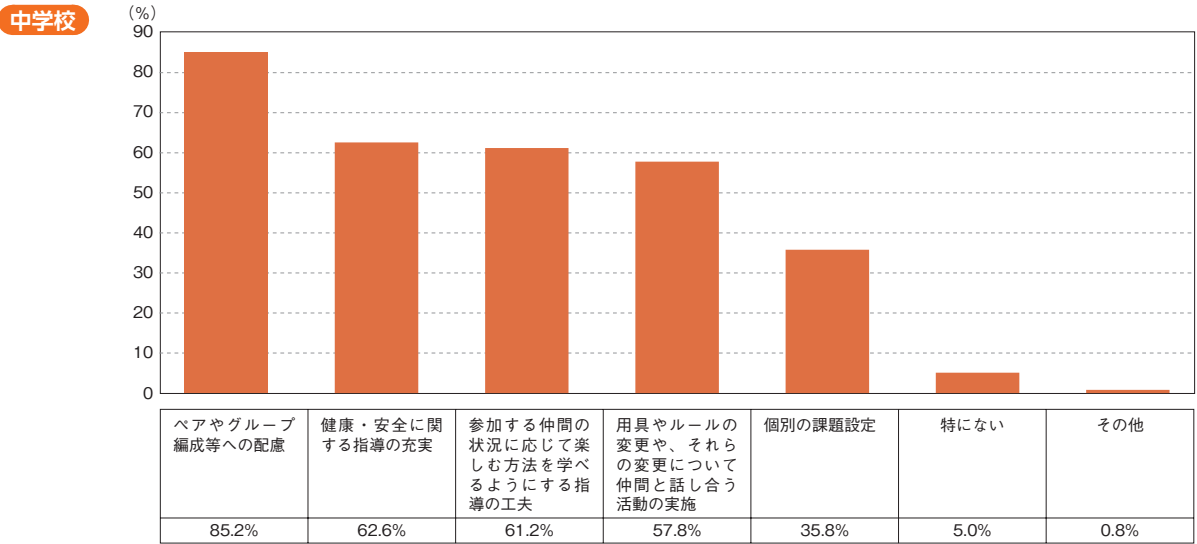
〔図28〕 運動やスポーツが苦手な児童生徒に対する取組



〔図29〕 障害のある児童生徒への指導の工夫



【図30】 男女共習にあたっての工夫（中学校のみ）



「Ⅳ 学校の特徴」のまとめ

体力向上や健康に関する項目をみると、「体力向上のための取組」では「学校の教育目標を踏まえた教科等横断的な視点で、必要な教育内容を組織的に配列すること」を行っている」と回答した学校が90%を上回るなど、学習指導要領で重視されるカリキュラム・マネジメントを意識した取組が広がっている。また、「健康三原則の大切さを伝える取組」では、「様々な場面で計画的に伝える」とする学校が漸増し、今年度の中学校では4割近くに達した。多くの学校が、児童生徒の体力・運動能力や健康に対する意識の向上を目指して多様な実践を行っている。

「児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組」については、授業改善など学校内での取組は多いものの、「家庭・保護者に対する働きかけ」は小学校で34%、中学校で17%、「地域と連携した取組」は小学校で20%、中学校で14%にとどまった。**体力の向上には適切な生活習慣や学校外で体を動かす機会も重要であり、家庭や地域との連携や情報発信の充実が望まれる。**

授業や指導方法に関する項目をみると、体育・保健体育の授業におけるICTの活用頻度が年々増加している。活用の内容も「ゲームや試合の様子を撮影して、作戦を立てる際の参考にする」「以前に撮影した児童

生徒の動きと比較させる」「毎時間のデータを記録して見える化する」などがこの4年間で5～10ポイント程度増え、多岐にわたっている。**引き続きICTを動きの確認や学習成果の把握などに役立て、資質・能力を身に付けるために効果的な活用をする必要がある。**

一方、複数回答でたずねた「体育・保健体育の授業で大切にしていること」では「運動領域と保健領域、体育分野と保健分野の関連を図る」が最も低く、小学校で15%、中学校でも31%にとどまった。また、運動やスポーツが苦手な児童生徒への対応では、8割以上の学校でポイントの重点的な指導や友達同士の教え合いを実施しているが、動きの模倣や映像の活用に取り組む学校は5割前後であった。「体育・保健体育の授業における障害のある児童生徒への指導の工夫」では「その児童生徒に合ったルールで行えるようルールの工夫」や「使用するゴールや的などの距離を調整する等場所の工夫」といった「ルールや場所の工夫」が多く、「保健体育の授業における男女共習にあたっての工夫」では「ペアやグループ編成等への配慮」が8割以上と最も高かった。**今後は、体育と保健との一層の関連を図った指導を進めるとともに、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、体育・保健体育の授業を楽しむことができるよう、指導方法の工夫、学習環境の改善など更なる工夫が求められる。**

## ■ 全体を通して

令和7年度調査における**体力合計点は、小中学校男女ともに前年度から向上しているが、中学校男子を除いて、新型コロナウイルス感染症拡大前の水準に至っていない。**

運動意欲については、運動やスポーツをすることは「好き」「やや好き」と回答した割合は、小学校男子、中学校男女で増加したが、小学校女子で減少した。1週間の総運動時間については、小中学校ともに1週間に420分以上運動すると回答した割合が減少し、0分と回答した割合が増加した。運動やスポーツをすることが好きと感じている児童生徒ほど体力合計点が高く、1週間の総運動時間も長くなる傾向にあることから、**運動やスポーツに対する好意的な意識形成のための様々な取組を進めることが必要であり、それに伴う児童生徒の運動時間の増加が期待される。**

生活習慣については、朝食を毎日食べると回答した割合が小中学校とも増加したが、小学校男女と中学校男子の5人に1人、中学校女子の4人に1人が朝食を食べない状況が続いており、引き続きの改善が求められる。また、睡眠時間は小中学校ともに増加傾向が続いている。スクリーンタイムは小学校で減少が見られ、中学校では増加した。運動習慣もこれらの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。**そのため、規則正しい生活習慣が良好な運動習慣につながることを理解できるよう、学校はもとより、家庭や地域とも連携・協力しながら生活全体を通じた取組を行っていくことが重要である。**

体育・保健体育の授業では、授業が「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した児童生徒は「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」今よりも授業が楽しくなると回答した割合が高く、特に「楽しくない」と回答した児童生徒は、「自分に合ったペースで行うことができたなら」と回答した割合が高かった。また、「できなかったことができるようになったら」は「あまり楽しくない」と「楽しくない」と回答した児童生徒で差が見られた。**成功体験が得られる授業や個に応じた指導を行うなど、児童生徒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。**

今回の調査では、児童生徒に対して「運動やスポーツへの関わり方」についての質問項目を新たに設けた。運動やスポーツを「する」「みる」への興味関心が高かった一方で、「支える」は児童生徒ともに興味関心が低い結果となった。また、小中学校に対して「体育・保健体育の授業での運動やスポーツが苦手な児童生徒への取組」「障害のある児童生徒への指導の工夫」及び中学校に対して「保健体育の授業における男女共習にあたっての工夫」について、新たに質問した。運動やスポーツが苦手な児童生徒へ「授業中にコツやポイントを重点的に教えている」、障害のある児童生徒には「児童生徒に合ったルールで行えるようルールの工夫をしている」、男女共習にあたっては「ペアやグループ編成等に配慮している」といった回答が多く、授業における様々な工夫をしている状況が見られた。今後も**体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツへの多様な関わり方を通して、運動やスポーツの意義や価値を感じられる学習活動の工夫も重要である。**

スポーツ庁では、児童生徒が運動の楽しさや喜びを感じて、日常から運動に親しみ、心身共に健康で幸福な生活を営むことができるよう、引き続き、学校、家庭、地域における様々な取組を支援し、運動・生活習慣の形成や体力向上の取組を推進していく。