令和７年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果(市の概要)

令和８年３月３１日
鹿児島市教育委員会

１　調査の概要

(1) 調査の目的

ア　国が全国的な子供の体力の状況を把握･分析することにより、子供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。

イ　各教育委員会が、自らの子供の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子供の体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。

ウ　各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

(2) 調査の実施学年・実施学校数・実施児童生徒数

学校種	実施学年	実施学校数(校)			実施児童生徒数(人)		
		本市	県	全国	本市	県	全国
小学校	５学年	78	483	18,424	4,861	12,914	913,144
中学校	２学年	39	225	9,313	4,406	12,337	816,548

本調査は、平成20年度から希望校により開始され、小･中学校の希望校の合計は、初年度72校、21年度83校であった。22年度は抽出による22校、23年度は震災のため中止、24年度26校で実施した。25年度から全校が対象となったが、令和２年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため中止。

(3) 調査事項

ア　児童生徒に対する調査

(ｱ) 実技に関する調査（測定方法については、新体力テストと同様）
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(小学校)、ハンドボール投げ(中学校)

(ｲ) 質問紙調査
運動習慣、生活習慣等

イ　学校に対する調査

(ｱ) 質問紙調査（子供の体力の向上に係る学校の取組等）

(4) 調査期間

令和７年４月から令和７年７月末までの期間

２　調査結果の概要（詳細については、調査まとめ｢別紙１～５｣を参照）

※　Ｔ得点とは｢全国平均(50とする)に対する相対的位置｣を示す。(Ｔ得点=偏差/標準偏差)

※　全国平均等との比較は、以下を基に表現する。

＜Ｔ得点の場合＞

＜％の場合＞

±２％以内　…ほぼ同じ　　±2.1～５％以内　…やや低い・高い

±5.1％以上 …低い・高い

＜総運動時間の表現について＞

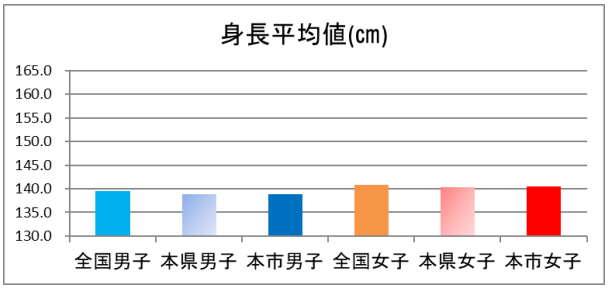
±35 分より長(短)い　‥‥長(短)い

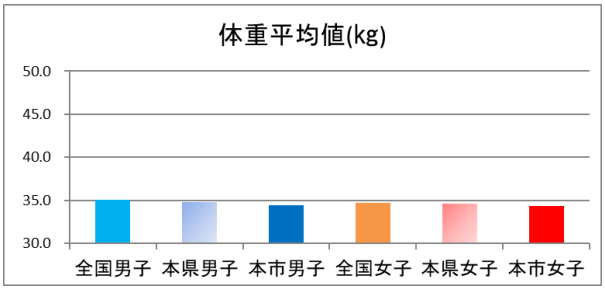
±21～±35 分未満　‥‥‥わずかに長(短)い

±21　　未満　‥‥‥‥‥‥ほとんど差がない

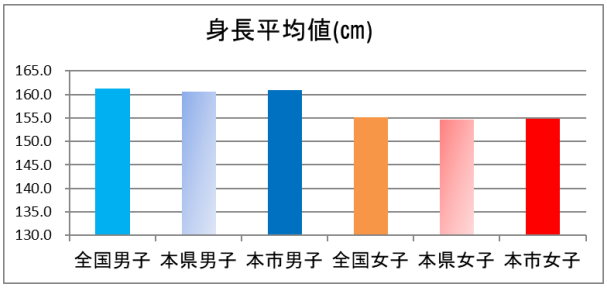
(1) 体格について

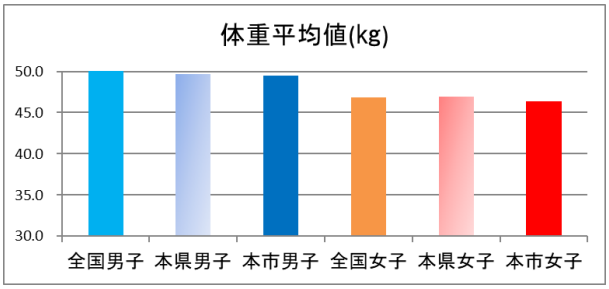
ア　小学校の状況





イ　中学校の状況

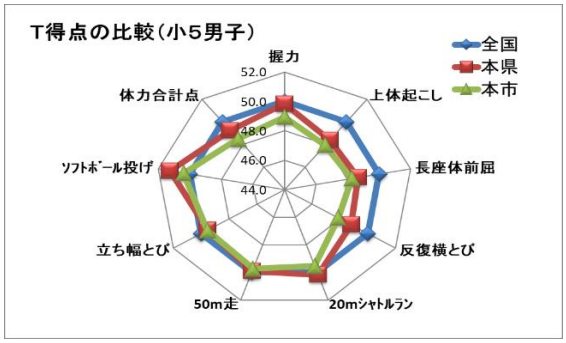


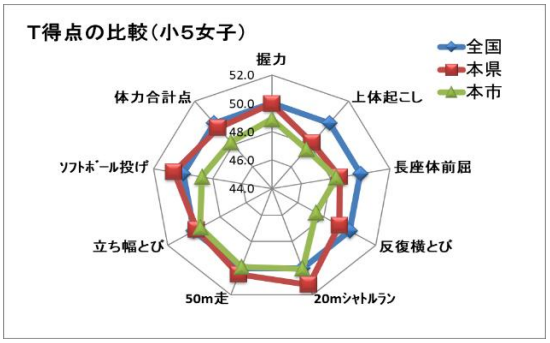


【全国平均との比較】
小学校男女の体格は、身長、体重共にほぼ同じである。
中学校男女の体格は、身長、体重共にほぼ同じである。

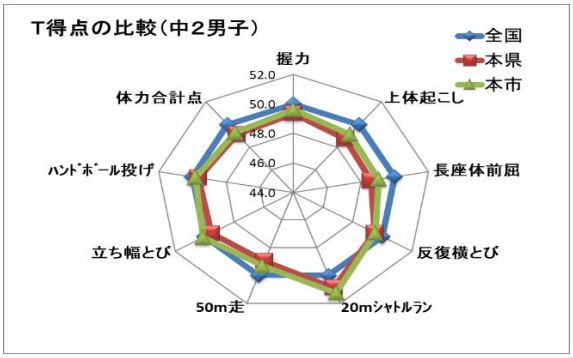
(2) 体力について

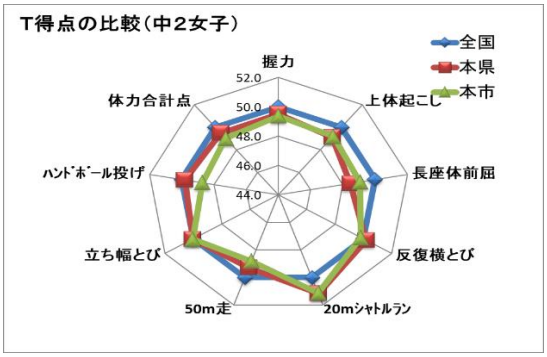
ア　小学校の状況





イ　中学校の状況

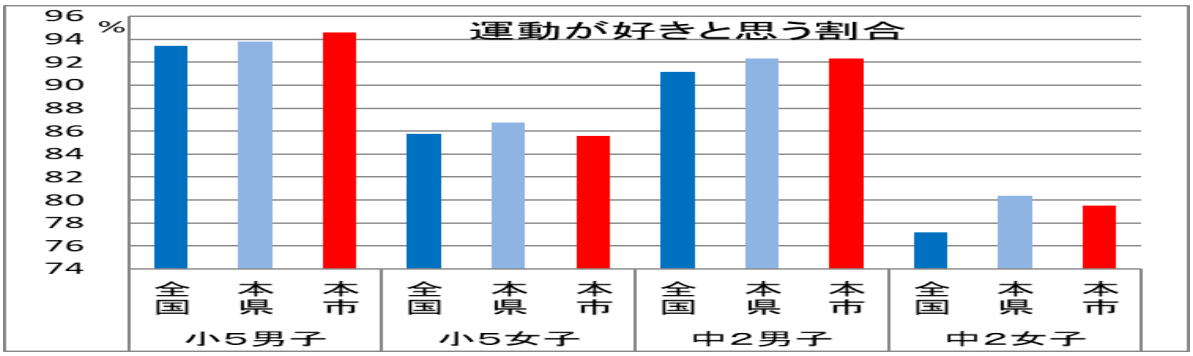




【全国平均との比較】
小学校の体力は、男女の反復横とびと女子の上体起こしが低い。男女の握力、長座体前屈、男子の上体起こし、女子のソフトボール投げはやや低く、その他の種目はほぼ同じであり、合計点は男女ともに、やや低い。
中学校の体力は、男女の 20ｍシャトルランがやや高いが、女子の 50ｍ走、ハンドボール投げがやや低い。その他の種目はほぼ同じである。

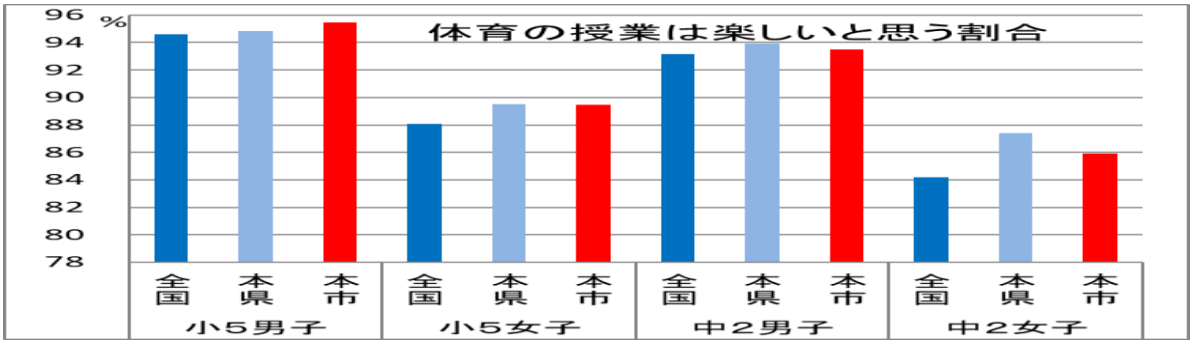
(3) 運動習慣等について

ア　「運動が好き（やや好きを含む）」思う割合



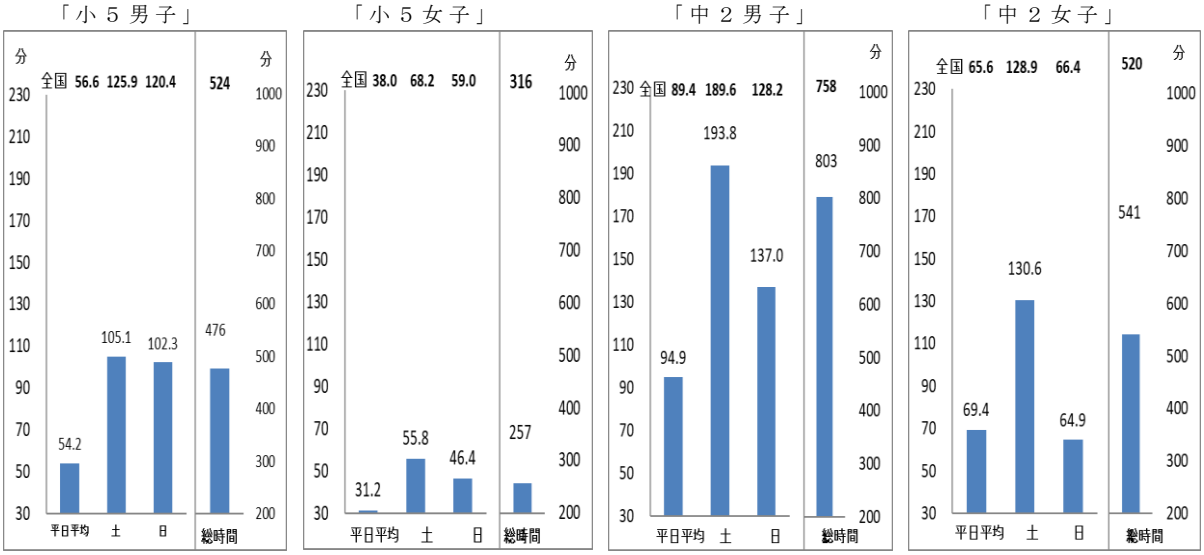
【全国平均との比較】
運動やスポーツをすることが「好き」「やや好き」と回答した割合は、小学校男女と中学校男子は約９割、中学校女子は約８割となっており、小学校、中学校共にほぼ同じである。

イ　体育の授業は楽しい（やや楽しい）と思う割合



【全国平均との比較】
「体育の授業は楽しい」について「楽しい」「やや楽しい」と回答した割合は、小学校男女、中学校男女ともに９割であり、小学校男女と中学校男女ともにほぼ同じである。

ウ　１週間の総運動時間（「授業以外で、運動やスポーツを１日で何分くらいするか」）



【全国平均との比較】
１週間の総運動時間は、小学校男女ともに短く、中学校男子は長く、中学校女子は差がない。平日の平均実施時間は、小学校男子はほとんど差がなく、小学校女子はわずかに短い。中学校男子はわずかに長く、中学校女子はほとんど差がない。土曜日、日曜日の平均実施時間は、小学校男子は短く、女子はわずかに短い。中学校男女はほとんど差がない。

(4) 体力の現状と課題について

体力合計点を全国平均と比較すると､小学校男女がやや低い傾向にあり、中学校男女がほぼ同じである。

種目別では、小学校は男女の反復横とびと女子の上体起こしが低く、男女の握力、長座体前屈、男子の上体起こし、女子のソフトボール投げはやや低く、その他の種目はほぼ同じである。昨年度との比較では、男女ともに長座体前屈、２０ｍシャトルラン、立ち幅跳びの３種目で平均が上回ったが、反復横とびが下回っており、全国平均との差も拡がっている。また、反復横とびはここ数年、全国平均よりも低い傾向があり、巧緻性、瞬発力を改善することが課題である。

また、中学校の体力は、男女の20ｍシャトルランがやや高いが、女子の50ｍ走、ハンドボール投げがやや低く、その他の種目はほぼ同じである。昨年度との比較では、男子は反復横とび以外の全ての種目、女子が長座体前屈とハンドボール投げで平均値を上回っているが、男女の長座体前屈については、ここ数年、全国平均より低い傾向があり、柔軟性を改善することが課題である。

運動習慣等については、１週間の総運動時間は､小学校男女ともに短く､中学校男子は長く、中学校女子は差がない。また、「運動やスポーツをすることが好き」と回答した割合は、小学校男女と中学校男子が概ね９割、中学校女子が８割で全国平均とほぼ同様の傾向にあり、「体育の授業が楽しい」と回答した割合は、小学校男女と中学校男女とも概ね９割で、全国平均とほぼ同様の傾向にある。

３　今後の対策等

(1) 学校の取組について

ア　自校の実態把握を基に課題を明確にし、その改善を図る具体的な方策を盛り込んだ体力向上全体計画・指導計画を作成し重点的に取り組む体力要素や指導の視点を明確にした上で、職員間での共通理解を図る。

イ　自校の課題となる体力要素の向上に取組む「ちょトレ」（ちょっとした時間に手軽に取り組むトレーニング）運動の取組を設定し、継続した取組により体力の向上を図る。

ウ　体育の授業では、「運動好きな子どもを育てる授業」（めあての確認、課題解決的な学習の実施、協同場面の設定等）の実践を行う。また、児童生徒が主体的に学び合う活動等の中で、達成感を実感できたり、技能の向上が図られたりする経験を通して、運動好きな児童生徒を育成する。

エ　世界保健機関(WHO)や多くの国々が推奨する１日６０分以上の身体活動への手立てとして、｢一校一運動｣や｢チャレンジかごしま｣などの活動を取り入れていく。

オ　タブレット端末を活用して課題の発見や動き・ポイントの確認、比較や改善点の共有など仲間との交流や振り返り等を充実させるとともに、鹿児島県体力診断プログラム「体力ナビ」を活用し、児童生徒一人一人の課題を基にした「個人カルテ」を作成し、児童生徒の主体的・継続的な運動の実践を推進する。

カ　運動を取り入れた生活習慣の定着を図るために、生活リズムや望ましい食習慣、睡眠などと関連させて、教育活動全体を通して指導していくとともに、家庭への啓発を図る。

キ　本調査結果等について家庭との共有に努め、休日の戸外等での遊びや親子等での運動への取組みを推奨する。また、「する・みる・支える・知る」の多様なスポーツとの関わり方ができるように地域のスポーツ団体や行事等の情報を提供する。

(2) 教育委員会の取組について

ア　「新体力テスト指導のポイントシート」の活用を促進し、体力テストを実施し、実態の把握を行う。その中で、各校の体力課題解決に向けた「一校一運動」や「ちょトレ」等の具体的な方策を設定・改善できるよう助言を行うとともに、継続的な体力向上に向けた取組を推進する。

イ　体育実技研修会等において、授業改善の視点にもとづいた実践事例や具体的な取組みについて共有し、授業の改善を図る。

　また、県が推奨する「体力アップ！チャレンジかごしま」への取組みや申告を積極的に推進していく。

ウ　「体力向上」研究協力校（伊敷台中学校）の実践内容や研究成果等の自校化に加え、研究授業への講師招聘と他校種を含めた近隣の学校に積極的な参加を促し、小中連携をとおした指導力の向上を図る。