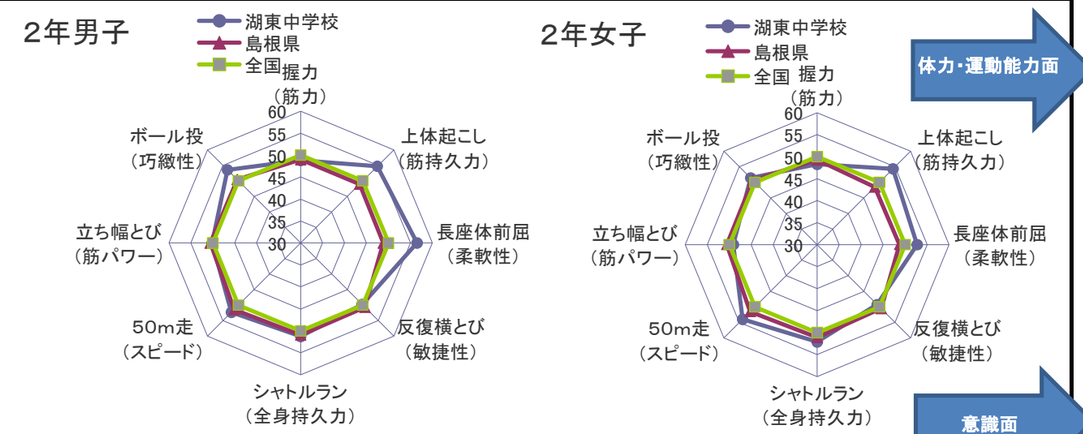
令和7年度　体力・運動能力調査結果及び分析・対策

令和8年3月30日

湖東中学校

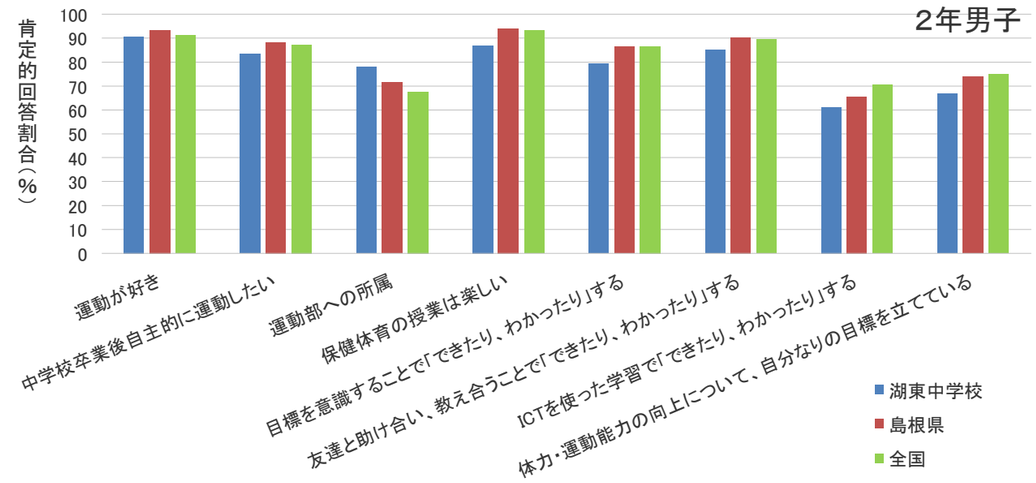
（1）令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果（全国平均を50としたときの比較）

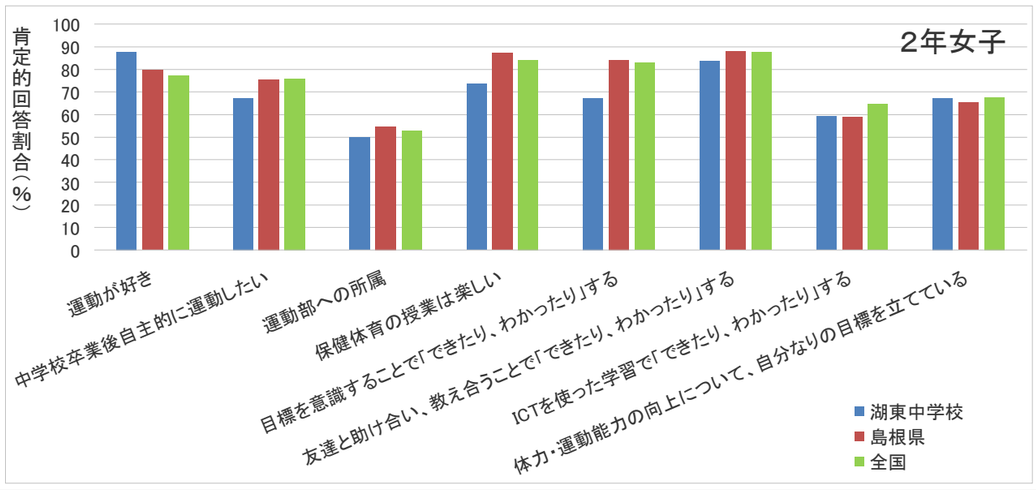


体力・運動能力面

意識面

全国体力・運動能力調査、運動習慣等調査＜意識調査＞の結果
（体力合計点との相関が指摘されているものや松江市教育委員会として注目しているものを挙げています）





（2）調査結果の分析

①体力・運動能力面　全国（偏差値）との比較

	握力（筋力）	上体起こし（筋持久力）	長座体前屈（柔軟性）	反復横とび（敏捷性）	シャトルラン（全身持久力）	50m走（スピード）	立ち幅とび（筋パワー）	ボール投（巧緻性）
男子	−1.2	4.7	6.5	−0.2	1.3	2.3	0.1	3.5
女子	−1.7	4.4	2.7	−0.7	2.1	4.0	−0.9	1.4

【−5p以上】	【−5〜−2p】	【−2〜0p】	【0〜2p】	【2〜5p】	【5p以上】
弱み ←					→ 強み

②意識面　全国（割合%）との比較

	運動が好き	中学校卒業後自主的に運動したい	運動部への所属	保健体育の授業は楽しい	目標を意識することで「できたり、わかったり」する	友達と助け合い、教え合うことで「できたり、わかったり」する	ICTを使った学習で「できたり、わかったり」する	体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている
男子	−0.4	−4.0	10.4	−6.1	−7.3	−4.3	−9.4	−8.3
女子	10.5	−8.6	−2.7	−10.7	−15.5	−4.0	−5.5	−0.4

【−7%以上】	【−7〜−3%】	【−3〜0%】	【0〜3%】	【3〜7%】	【7%以上】
弱み ←					→ 強み

（3）令和8年度の方針【学校全体での取組】

1．生徒の体力（実技）の現状
・保健体育の授業において、継続的に体つくり運動を行ったり、筋力向上に向けたトレーニングを取り入れたりするなどし、全体的な体力の向上を図っている。

2．全校及び学年別の運動に対する意識や運動習慣等における現状
・全校・昼休みの体育館利用では、多くの生徒が活発に体を動かしている。
・運動の苦手な生徒も前向きに取り組むことができる。

3．保健体育科の授業の工夫・改善、重点領域等
・授業アンケートを実施し、「意欲的に体育に取り組めているか」等の主体的に学習に取り組む態度を把握することで、生徒自ら取り組める機会を確保する。
・タブレット等のICT機器を有効に活用し、自身の動きを視覚的にフィードバックすることで、目指す姿や身体の動かし方等を理解できるようにする。
・ペア・グループ学習を積極的に取り入れ、学び合いの機会を増やすことで、運動への興味関心や意欲を高める。

4．保健体育授業以外の活動
・昼休みの体育館開放や運動用具貸し出しによる運動の環境づくり。
・スポーツ大会や球技大会等の運動的行事の実施。