

令和7年2月20日

保護者各位

小樽市立朝里小学校
校長 岡 田 貴 幸

令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

このたび、スポーツ庁から5年生児童を対象として1学期に実施した調査（新体力テスト）の結果が届きましたので、その調査結果をお知らせいたします。本日配付の個人票と合わせてご確認ください。

1. 各種目の内容

調査項目	単位	体力要素	測定方法
握力	kg	筋力	左右握力の平均値
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
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
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
20mシャトルラン	回	全身持久力	20m 走行の折り返し回数
50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
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
ソフトボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離
体力合計点	点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、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	

2. 本校と全国平均値との比較

※◎～全国平均値以上○～全国平均と同等▲～全国平均値以下

項目	男子	女子
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	▲	◎
体力合計点	○	○
総合評価	○	○

3. 1週間の総運動時間（％）

項目	男子	女子
0分	0.0	6.5
1時間未満	12.2	2.1
1時間以上～7時間未満	29.3	45.7
7時間以上	58.5	45.7

4. 結果から

体力・運動能力については、昨年度の課題であったシャトルラン・反復横跳びについては改善が見られつつあります。引き続き、全校でのなわとびの取組を継続して行きたいと思います。

今年度は体力合計点で、男女共に、全国平均とほぼ同じ結果となりました。測定した8項目中、男女共には2項目が全国平均を下回る結果となりました。特に50m走（疾走能力）が男女共に大きく下回りました。全校児童の結果においても、男女共にほぼ全ての学年で課題となっています。全校的な「走力」向上に向けた取組を進めていきたいと考えます。1週間の総運動時間については、「全くなし（0分間）」と答えた児童の割合が男子0％、女子が6.5％となっています。全国と比べて少なく、朝里の児童は、日常的に自主的に運動に参加する意識が高い傾向が見受けられます。学校では、引き続き、運動好きの児童を増やしながら日常の学校生活を過ごせるよう、授業の工夫を進めていきたいと思います。各家庭での自主的な運動への参加に、引き続きご協力ください。

また、冬季休業中に行った「生活習慣スケジュール」表の記入（入力）の取組を通して、日常の生活習慣（スクリーンタイムを含め）を見直し、児童の自己管理の能力を高め、運動する時間の確保を促して参ります。ご家庭におかれましては、スクリーンタイムのルール作り等、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。