

令和4年度

体力・運動能力調査報告書

山形県教育委員会

令和5年3月



## ま え が き

昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮しながらも、各学校の協力のもと「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」、「山形県体力・運動能力調査」を実施することができ、心より感謝申し上げます。

「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果によりますと、子どもの体力は全国的な低下傾向にあります。この体力低下については、コロナ禍により「運動時間の減少」「スクリーンタイムの増加」「肥満傾向の児童生徒の増加」という要因に、拍車がかかったためと考えられています。

そのような中、本県の体力の状況は、小学校5年生男女・中学校2年生男子が全国平均を上回り、中学校2年生女子についても、全国平均と同程度と考えられる結果でありました。また、過去との比較では、小学生5年生の運動時間はコロナ禍前に回復し、小学校5年生女子の体力合計点が全国の低下傾向に反して上昇するなど、明るい兆しも見えてつあります。しかしながら、中学校・高等学校の体力低下傾向には歯止めがかかっていないこと、全対象でコロナ禍前の体力水準に戻っていないことから、決して楽観視できないと捉えております。

今後についても、平成26年度から取り組んでまいりました全児童生徒の体力調査の実施を継続するとともに、各学校では実態に応じた工夫ある「1学校1取組み」や体育学習の充実をこれまで以上に図っていかねばならないと考えております。

県教育委員会では、「山形県スポーツ推進計画〈後期改定計画〉」において子ども（小学生）の1週間の総運動時間420分以上の生徒の割合が60%以上、運動・スポーツが嫌いという生徒（中学生）の割合が10%以下という目標を掲げております。体育の授業だけで体力向上に必要な運動量を確保することは難しいこと、子どもの運動習慣が大人になってからの生活習慣に大きく影響することから、「運動が好き」という子どもたちを増やし、生涯にわたって日常から運動に親しむことができるよう、授業改善や体力の向上に係る事業を展開してまいりました。

体力向上推進委員会では調査の結果を踏まえて、本県の体力の状況について分析し、体力向上対策会議では、具体的な方策について各学校の担当者に熱心な議論をしていただきました。本資料では、これらの一連の取り組みを経て、成果と課題及び今後の対策についてまとめております。各学校におかれましては、本資料を有効に活用し、体育授業の充実や指導者の資質向上、児童生徒の体力向上に努めていただけるものと期待しております。

結びに、本調査に御協力いただきました各学校の皆様、体力向上推進委員の皆様から感謝を申し上げます。

令和5年3月

山形県教育庁スポーツ保健課  
課長 村上周市



# 目次

## I 総括

- 1 結果のまとめ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1  
    (1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果  
    (2) 山形県体力・運動能力調査結果  
    (3) 体力の推移
- 2 児童生徒の体力向上対策会議  
    (1) 県教育委員会説明（県の状況、他県比較、体力向上推進委員会指摘等）・・・・・・2  
    (2) アイスブレイク・グループ協議・・・・・・・・・・・・・・・・24
- 3 県教育委員会の今後の取組みについて・・・・・・・・・・・・32
- 4 令和5年度児童生徒の体力向上対策・・・・・・・・・・・・33

## II 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣調査等

- 1 調査の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・35
- 2 山形県の結果の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・36  
    (1) 全国平均との比較  
    (2) 山形県の過去の記録との比較  
    (3) 山形県の傾向
- 3 山形県の実技に関する調査の結果  
    (1) 山形県平均値と全国平均値との比較・・・・・・・・42  
    (2) 児童生徒質問紙調査の結果・・・・・・・・47  
    (3) 学校質問紙のまとめ・・・・・・・・48
- 4 全国の調査結果の概要  
    (1) 調査結果のポイント・・・・・・・・49  
    (2) 調査結果の概要・・・・・・・・50

### Ⅲ 山形県体力・運動能力調査

1	調査の概要	61
	(1) 令和4年度体力・運動能力調査実施要項	
	(2) 調査対象学校数・児童生徒数	
2	調査結果の概要	
	(1) 各年齢の項目別状況と総合評価	
	①高等学校・中学校	62
	②小学校	64
	③目標値と R04 県平均値グラフ	66
	④総合評価一覧	70
	⑤総合評価における10年間の推移	72
	(2) 加齢に伴う各項目別変化	73
	(3) 高等学校の結果	78
	①高等学校のまとめ	
	②新体力テスト後の推移	
	(4) 中学校の結果	81
	(5) 小学校の結果	82

### Ⅳ 参考資料

1	全国体力・運動能力、運動習慣等調査の他県比較	83
2	山形県体力・運動能力調査	
	(1) アンケートの結果	99
	(2) 令和4年度新体力テスト結果一覧	104
	(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果	107
	(4) 追跡調査分析（コロナ禍の体力向上への影響）	111
3	握力・50m走・ボール投げにおける30年間の推移（10歳・13歳・16歳）	113
4	「体力向上対策会議」事後アンケートの結果	116
5	「1学校1取組み」の実践紹介	122



# I 総括

## 1 結果のまとめ

(1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

(2) 山形県体力・運動能力調査結果

(3) 体力の推移

## 2 令和4年度児童生徒の体力向上対策会議

(1) 県教育委員会説明

(県の現状、他県比較、体力向上推進委員会での指摘等)

(2) アイスブレイク・グループ協議

## 3 今後の県教育委員会の取組みについて

## 4 令和5年度児童生徒の体力向上対策







# 1 結果のまとめ

## (1) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

表1 令和4年度 本県児童生徒の種目別結果と体力合計点の全国平均比較

(○：全国平均を上回った22/34、▼：全国平均を下回った、＝：全国平均と同値)

		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	全国 平均超 合計	体力合計点(点)		
		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	持久 走	20m シャトル	50m走	立ち幅 とび	ボール 投げ		山形県	全国	全国差
小学校 5年生	男子	○	○	▼	○	-	○	▼	○	○	6	52.42	52.29	+0.17
	女子	○	○	▼	○		○	▼	○	○	6	55.72	54.32	+1.40
中学校 2年生	男子	○	▼	○	▼	○	○	=	▼	○	5	41.05	40.90	+0.15
	女子	○	▼	○	▼	○	○	=	▼	○	5	47.18	47.28	-0.10
全国平均超合計		4	2	2	2	2	4	0	2	4	22			

○小学生のスポーツ実施率(1日60分以上) 41.1% (R03 39.2%) ⇒ 60%※

○スポーツや運動が「嫌い」「やや嫌い」である中学生

15.8% (R03 17.2%) ⇒ 10%以下※

\*山形県スポーツ推進計画数値目標<後期改定計画>

## (2) 山形県体力・運動能力調査結果

《総合評価》

○中学校女子の1、2学年及び高校男子の3学年が、総合評価Bであった。

○その他は総合評価Cであった。

《項目別得点による分析》

○小・中・高等学校男女とも、「上体起こし」「反復横跳び」は良好な項目であった。

○課題となる項目は下表のとおりである。

小学校 低学年 男子	握力・50m走・立ち幅跳び・ボール投げ
小学校 低学年 女子	握力・50m走・立ち幅跳び・ボール投げ
小学校 中学年 男子	50m走・立ち幅跳び・ボール投げ
小学校 中学年 女子	なし
小学校 高学年 男子	握力・長座体前屈・50m走・立ち幅跳び・ボール投げ
小学校 高学年 女子	50m走
中学校 男子	握力・立ち幅跳び・ボール投げ・50m走
中学校 女子	握力・ボール投げ※1年のみ
高校 男子	立ち幅跳び・ボール投げ※1,2年のみ、握力※1年のみ
高校 女子	ボール投げ

○1週間のうち、全く運動をしない児童生徒の割合 11.1% (R03 11.3%)

## (3) 体力の推移

○令和2年の新型コロナウイルス感染症流行を発端に、児童生徒の体力低下傾向はより深刻になっている。

○今年度、小学校においては回復の兆しが見え始めたが、中学校・高等学校は依然として低下傾向に歯止めがかかっていない。

○種目別の推移では、長座体前屈を除いて、ほとんどの種目が低下傾向である。

## 2 令和4年度児童生徒の体力向上対策会議

日時：

令和5年2月 2日（木）庄内 14:00～16:45

13日（月）村山 //

15日（水）置賜 //

16日（木）最上 //

会場：オンライン

内容：

- ・ 開会行事（県教育委員会あいさつ）
- ・ アイスブレイク（グループごと）
- ・ 県教育委員会説明
- ・ 地区教育事務所説明
- ・ グループ協議・全体共有
- ・ 閉会行事

### （1） 県教育委員会説明

## 令和4年度全国体力・運動能力、 運動習慣等調査の概要

### 小5・中2を対象にした全国悉皆調査

### 本県の調査実施校数及び児童生徒数

	学校数（校）	児童生徒数（人）			備考
		男子	女子	合計	
小5	218	3,835	3,821	7,656	特別支援学校2校含
中2	96	3,662	3,513	7,175	特別支援学校3校含

# 調査結果の概要

## 小5男女、中2男子で全国平均超

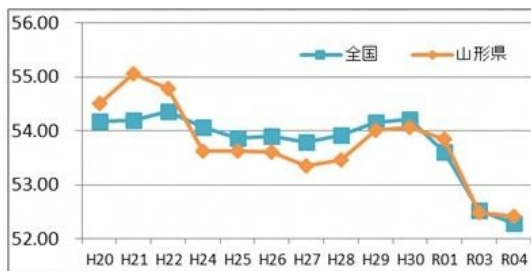
### 体力合計点

		山形県	全国	全国差
小5	男子	<b>52.42 点</b>	52.29 点	<b>+0.17点</b>
	女子	<b>55.72 点</b>	54.32 点	<b>+1.40点</b>
中2	男子	<b>41.05 点</b>	40.90 点	<b>+0.15点</b>
	女子	<b>47.18点</b>	47.28 点	<b>-0.10点</b>

## 小5男子、中2男女 過去最低値

なお、全国平均は全ての対象で過去最低値

### ● 小5男子(点)

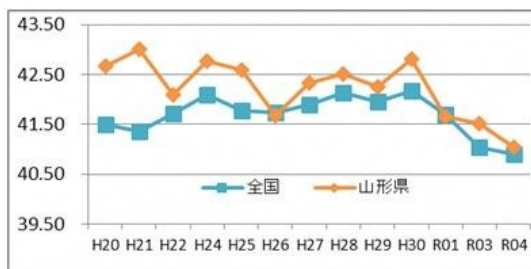


### ● 小5女子(点)

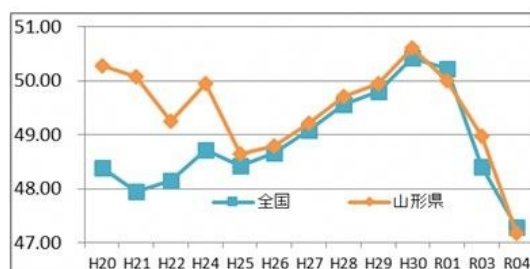


小学校は回復の兆し

### ● 中2男子(点)



### ● 中2女子(点)



中学校は低下傾向続く

# 本県児童生徒の種目別結果

		握力	上体起 こし	長座体 前屈	反復横 とび	持久走	20m シャトル ラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ	全国 平均超 合計
小学校 5年生	男子	○	○	▼	○		○	▼	○	○	6
	女子	○	○	▼	○		○	▼	○	○	6
中学校 2年生	男子	○	▼	○	▼	○	○	=	▼	○	5
	女子	○	▼	○	▼	○	○	=	▼	○	5
全国平均超合計		4	2	2	2	2	4	0	2	4	22

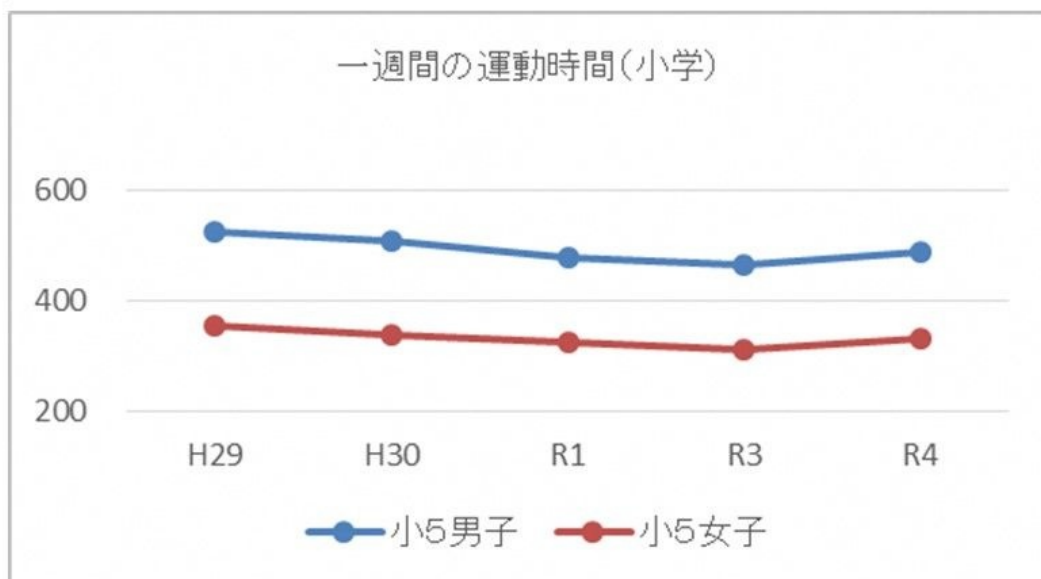
○全国平均を上回った ▼全国平均下回った =全国平均と同値

## 昨年度と大きな変化なし

### 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

#### （1）小学校の傾向

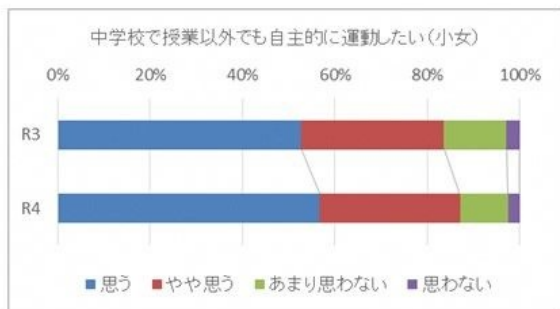
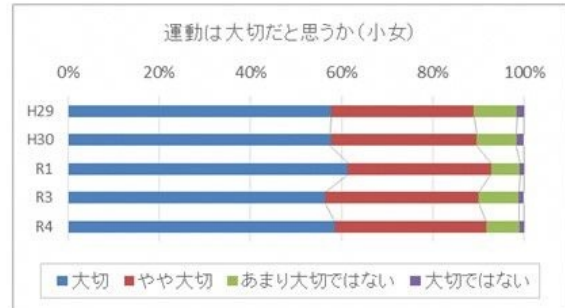
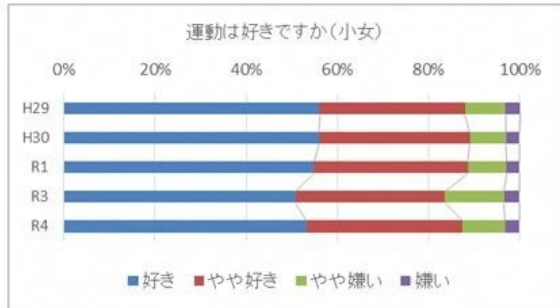
##### ①運動時間の回復



# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （１）小学校の傾向

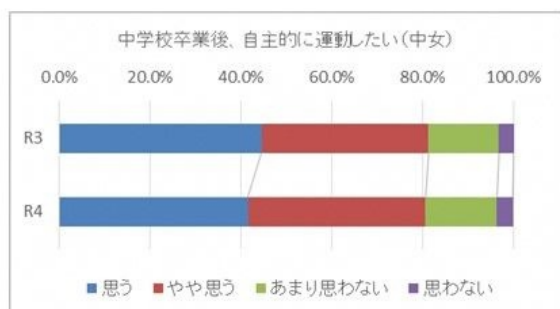
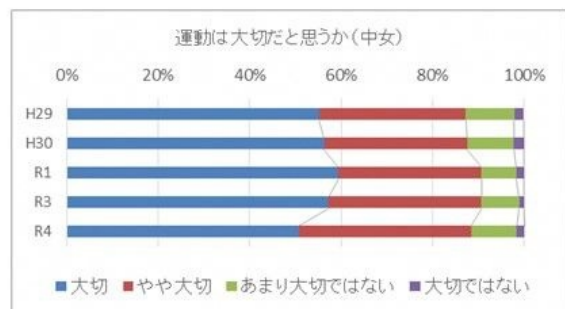
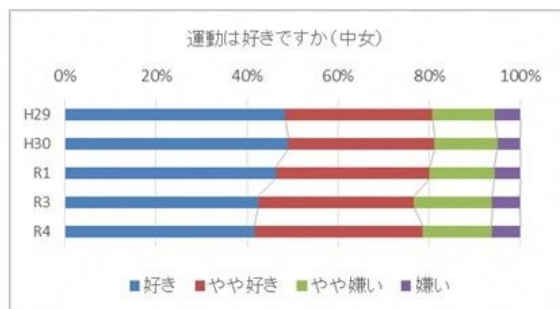
### ②小5女子の運動に関する意識の向上



# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （２）中学校の体力低下の要因

### ①中2女子の運動に対する意識の低下

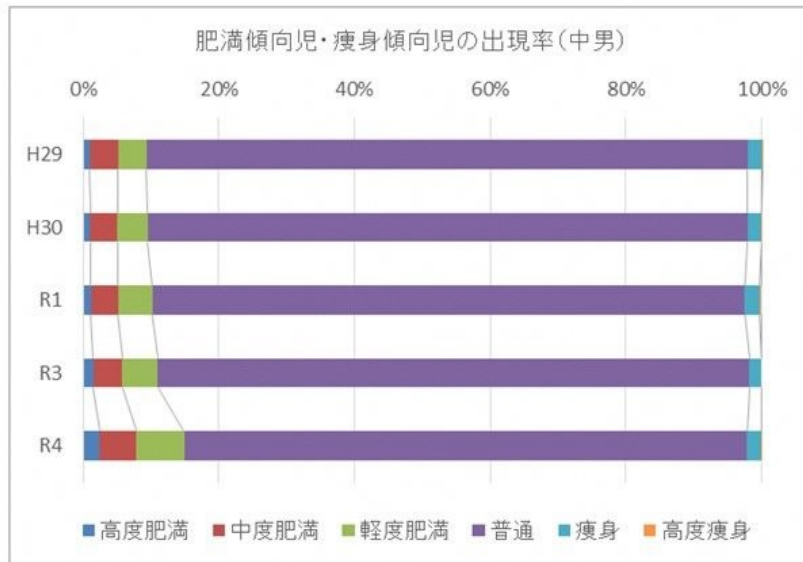




# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （２）中学校の体力低下の要因

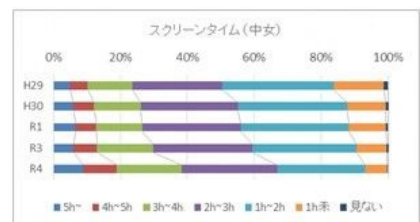
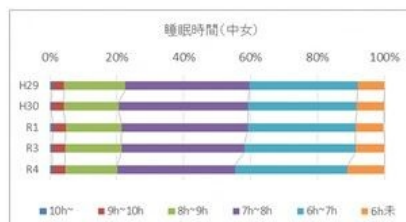
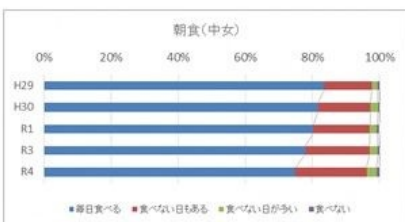
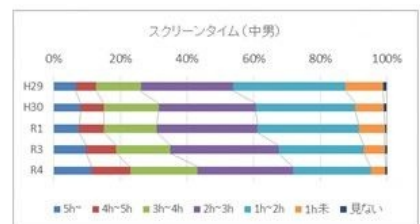
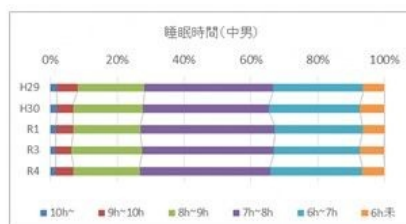
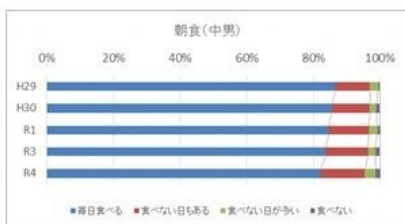
### ②肥満である生徒の増加



# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

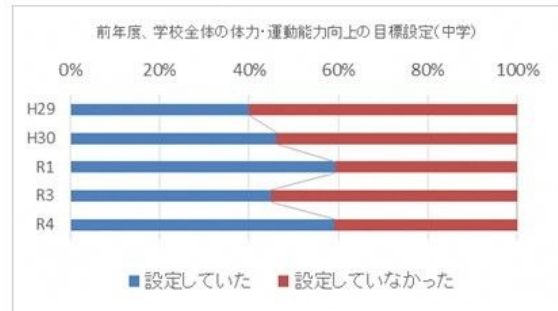
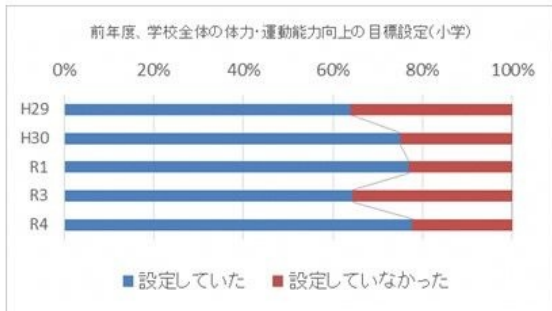
## （２）中学校の体力低下の要因

### ③朝食欠食↑、睡眠時間↓、スクリーンタイム↑



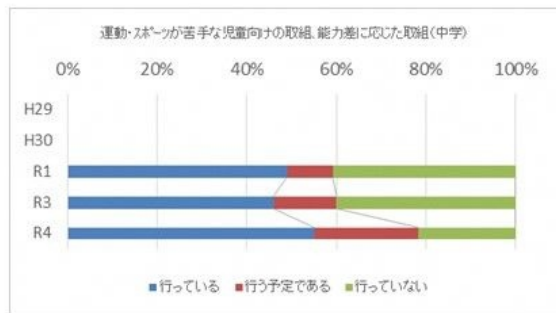
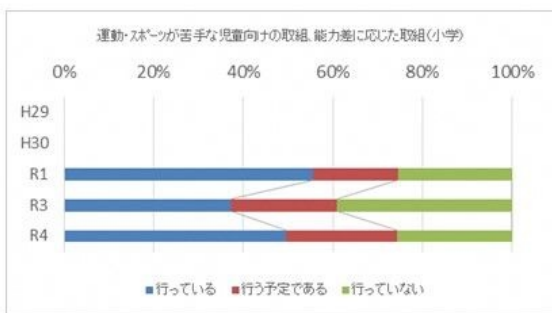
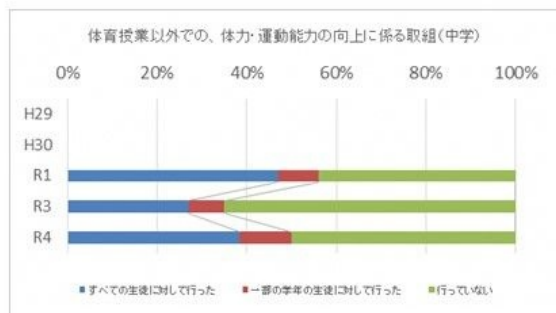
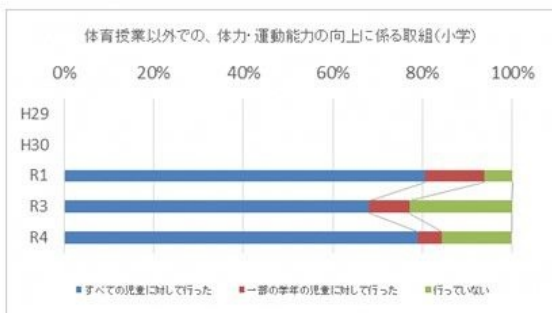
# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （3）取組みの改善が進んでいる



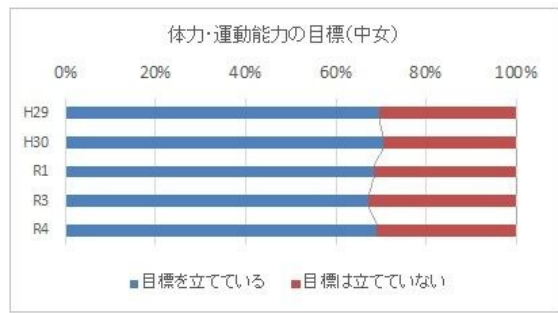
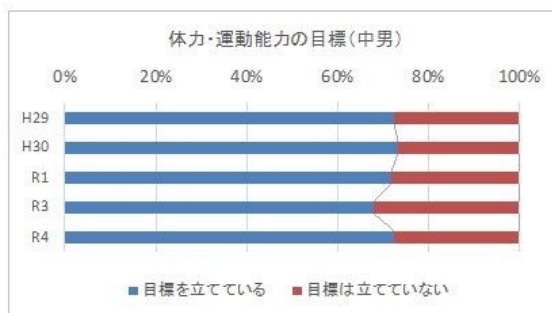
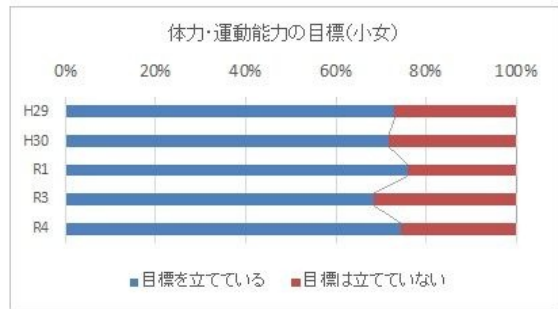
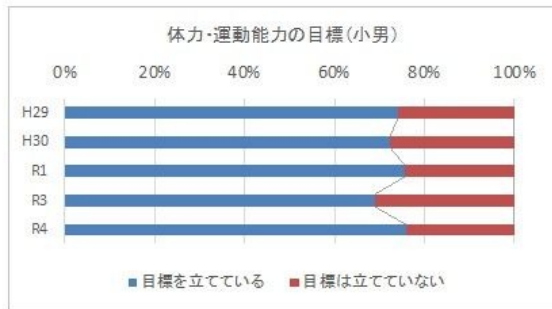
# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （3）取組みの改善が進んでいる



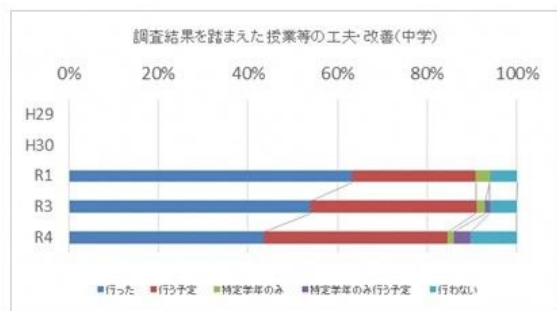
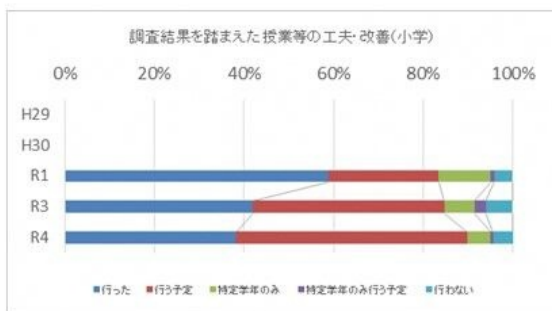
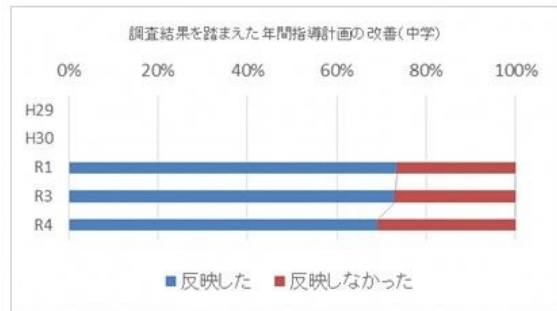
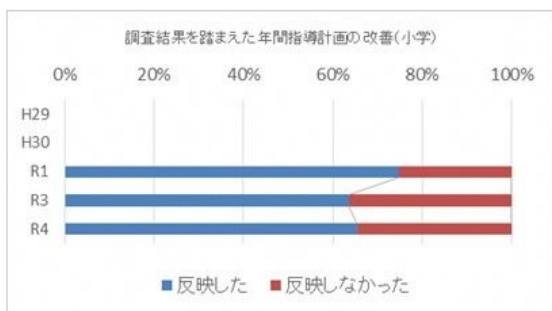
# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （３）取組みの改善が進んでいる



# 本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

## （３）取組みの改善が進んでいる





# 本県の課題

## ① 体力合計点が低い層の児童生徒の増加



- ② 児童生徒の生活習慣の乱れと肥満の増加
- ③ 児童生徒の運動に対する意識の低下

## 山形県体力・運動能力調査の概要

### 全学年を対象にした山形県悉皆調査

#### 調査対象学校数・児童生徒数

	学校数	調査人数
小学校	208	39,718人(83.4%) 【男子 20,059人 女子 19,659人】
中学校	86	20,362人(78.4%) 【男子 10,503人 女子 9,859人】
高校	44	14,670(90.4%) 【男子 7,081人 女子 7,589人】

# 山形県児童生徒の体力向上に向けた数値目標の設定について

総合評価基準表

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	段階
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上	A
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70	B
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62	C
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54	D
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下	E

総合評価基準表

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	段階
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	65以上	A
B	41～50	47～56	51～59	52～60	53～62	54～64	54～64	54～64	B
C	32～40	37～46	41～50	41～51	42～52	43～53	43～53	43～53	C
D	22～31	27～36	31～40	31～40	31～41	31～42	31～42	31～42	D
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	E

## 山形県体力・運動能力調査

### 調査結果の概要

目標値：総合評価Bの最低点（各年齢別）を項目数（8：握力～ボール投げ）で割った得点

- ：総合評価Bの最低点（各年齢別）を項目数（8：握力～ボール投げ）で割った得点以上の項目
- \*：総合評価Bの最低点（各年齢別）を項目数（8：握力～ボール投げ）で割った得点と同程度の項目
- ：総合評価Bの最低点（各年齢別）を項目数（8：握力～ボール投げ）で割った得点から1点以上下回った項目

	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳
目標得点	33	41	46	52	58	63
各項目の目標得点	4.13	5.13	5.75	6.50	7.25	7.88

	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
目標得点	41	47	51	52	53	54
各項目の目標得点	5.13	5.88	6.38	6.50	6.63	6.75

## 調査結果の概要（小学校男子）

良好：上・反・20m

課題：握・50m・立・ポ

歳	小学校 男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
6	R04県値	* 9.05	* 11.59	* 26.68	* 27.09	* 19.36	● 11.91	● 114.14	● 8.42	3023
	得点	↑ 4	↑ 4	↑ 4	4	4	3	↑ 3	↑ 3	↑ C
7	R04県値	● 10.77	* 14.28	* 27.76	* 31.73	* 28.28	● 10.99	● 125.19	● 11.74	3726
	得点	↑ 4	↑ 5	↑ 5	↑ 5	↑ 5	4	↑ 4	↑ 4	↑ C
8	R04県値	* 12.59	○ 15.79	* 29.92	○ 34.19	○ 34.07	* 10.43	* 135.12	* 14.68	4239
	得点	5	↑ 6	↑ 5	6	6	5	↑ 5	5	↑ C
9	R04県値	* 14.46	* 17.28	* 31.15	○ 38.24	* 40.26	● 10.09	● 142.47	● 17.84	4722
	得点	↑ 6	↑ 6	↑ 6	7	6	5	5	5	C
10	R04県値	● 16.48	* 18.86	● 32.84	○ 41.97	* 47.67	● 9.68	● 151.62	● 21.10	5243
	得点	↑ 6	↑ 7	↑ 6	↑ 8	7	6	6	6	↑ C
11	R04県値	* 19.50	○ 20.86	* 34.57	○ 44.70	* 55.46	* 9.29	* 162.19	* 24.99	5778
	得点	7	↑ 8	↑ 7	8	8	7	7	7	C

## 調査結果の概要（小学校女子）

良好：上・反・20m

課題：握・50m・立・ポ

歳	小学校 女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
6	R04県値	● 8.52	* 11.60	* 28.85	* 26.42	* 16.72	● 12.19	● 107.51	● 5.86	3080
	得点	↑ 3	↑ 4	↑ 4	4	4	3	↑ 3	↑ 3	↑ C
7	R04県値	● 10.07	* 13.77	* 30.51	* 30.77	* 22.93	● 11.24	● 117.51	● 7.73	3790
	得点	4	↑ 5	↑ 5	↑ 5	5	4	4	↑ 4	↑ C
8	R04県値	* 11.88	○ 15.08	* 32.98	○ 33.56	○ 27.92	* 10.67	* 128.36	* 9.87	4376
	得点	5	↑ 6	↑ 5	↑ 6	6	5	5	5	C
9	R04県値	* 14.00	○ 17.04	* 34.90	○ 37.27	* 33.85	* 10.19	* 137.85	* 12.11	4992
	得点	↑ 6	↑ 7	↑ 6	7	6	6	6	↑ 6	C
10	R04県値	* 16.57	○ 18.33	* 37.26	○ 40.99	* 41.24	● 9.72	* 146.96	* 14.52	5587
	得点	↑ 7	↑ 8	7	↑ 8	7	↑ 6	↑ 7	↑ 7	↑ C
11	R04県値	○ 19.08	○ 19.14	* 39.03	○ 42.80	○ 45.80	* 9.43	* 152.75	* 16.10	5963
	得点	8	↑ 8	7	8	8	7	7	7	C



## 調査結果の概要（中学校男女）

良好：上・反・20m

課題：握・50m・立・ポ

歳	中学校 男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	持久走 (秒)	合計点 (点)
12	R04県値	● 24.44	* 22.18	* 40.26	* 47.43	* 63.33	● 8.70	● 180.64	● 17.38	● 446.68	32.58
	得点	↑ 3	5	↑ 5	5	5	3	3	↑ 3	4	<b>C</b>
13	R04県値	● 29.78	○ 25.33	○ 44.36	○ 50.37	○ 77.95	● 8.05	● 197.29	● 20.59	* 407.29	41.00
	得点	↑ 4	6	↑ 6	6	6	4	↑ 4	↑ 4	5	<b>C</b>
14	R04県値	● 34.31	○ 27.97	* 47.75	○ 53.50	* 85.91	● 7.64	● 211.46	● 23.02	● 389.61	47.83
	得点	↑ 5	7	↑ 6	7	6	5	5	↑ 5	5	<b>C</b>

歳	中学校 女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	持久走 (秒)	合計点 (点)
12	R04県値	● 21.15	○ 18.71	* 43.64	○ 44.01	○ 47.21	* 9.28	* 159.74	● 11.21	* 307.33	41.76
	得点	↑ 4	6	↑ 5	6	6	5	5	4	5	<b>B</b>
13	R04県値	* 23.51	○ 21.18	○ 46.40	○ 45.20	○ 52.63	○ 8.96	* 165.23	* 12.77	* 297.68	47.20
	得点	↑ 5	7	↑ 6	7	6	6	5	5	5	<b>B</b>
14	R04県値	* 25.17	○ 22.97	* 49.25	○ 46.51	○ 54.78	* 8.83	* 169.39	* 13.70	* 294.15	50.91
	得点	↑ 6	7	↑ 6	7	7	6	6	6	6	<b>C</b>

## 調査結果の概要（高等学校男女）

良好：上・反・20m

課題：50m・ポ

歳	高校 男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	持久走 (秒)	合計点 (点)
15	R04県値	● 36.26	○ 28.04	* 47.20	○ 55.38	* 84.82	* 7.52	● 217.68	● 23.50	● 412.53	49.12
	得点	5	7	6	7	6	↑ 6	5	↑ 5	4	<b>C</b>
16	R04県値	* 38.54	○ 29.82	○ 49.86	○ 57.11	* 89.23	* 7.41	* 223.07	● 24.75	● 406.79	52.81
	得点	6	↑ 7	↑ 7	↑ 8	6	6	6	↑ 5	5	<b>C</b>
17	R04県値	* 40.23	○ 30.76	○ 51.43	○ 58.11	* 88.67	* 7.30	* 228.06	* 26.09	● 407.04	55.27
	得点	6	8	↑ 7	↑ 8	6	↑ 6	↑ 6	↑ 6	5	<b>B</b>

歳	高校 女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)	持久走 (秒)	合計点 (点)
15	R04県値	* 25.00	○ 22.58	* 47.71	○ 47.81	* 52.08	* 8.98	* 168.54	● 13.66	● 328.00	49.78
	得点	6	↑ 7	↑ 6	7	6	6	6	5	4	<b>C</b>
16	R04県値	* 25.62	○ 23.47	* 49.27	○ 48.15	* 50.74	* 8.98	* 169.54	● 13.88	● 320.35	50.88
	得点	6	↑ 8	↑ 6	8	6	6	6	5	4	<b>C</b>
17	R04県値	* 26.28	○ 24.46	○ 50.79	○ 48.49	* 51.49	* 8.89	* 170.72	* 14.43	● 325.27	52.61
	得点	6	↑ 8	↑ 7	↑ 8	↑ 6	↑ 6	6	6	4	↑ <b>C</b>

# 総合評価における10年間の推移

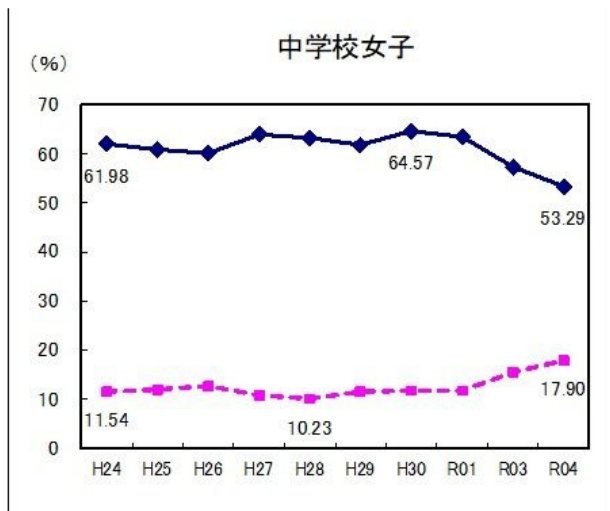
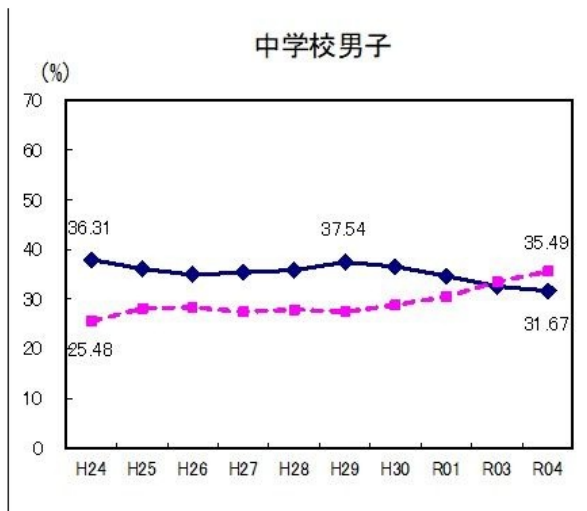
—◆— A+B段階 (体力水準が高いグループ)  
 - - - ■ - - - D+E段階 (体力水準が低いグループ)



**小学校は改善傾向の兆し**

# 総合評価における10年間の推移

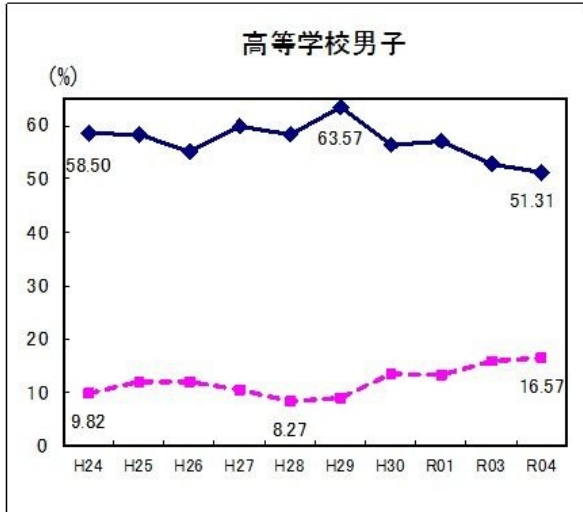
—◆— A+B段階 (体力水準が高いグループ)  
 - - - ■ - - - D+E段階 (体力水準が低いグループ)



**中学校は低下傾向が続く**

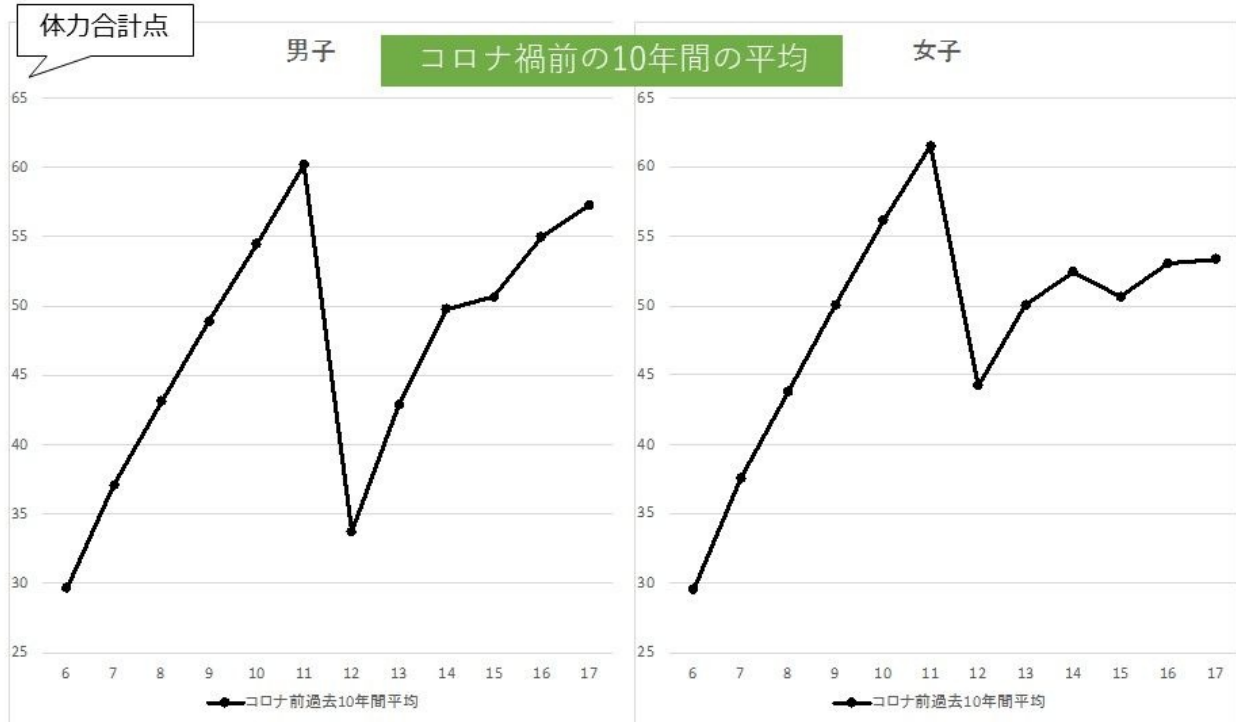
# 総合評価における10年間の推移

—◆— A+B段階 (体力水準が高いグループ)  
 - - - ■ - - - D+E段階 (体力水準が低いグループ)



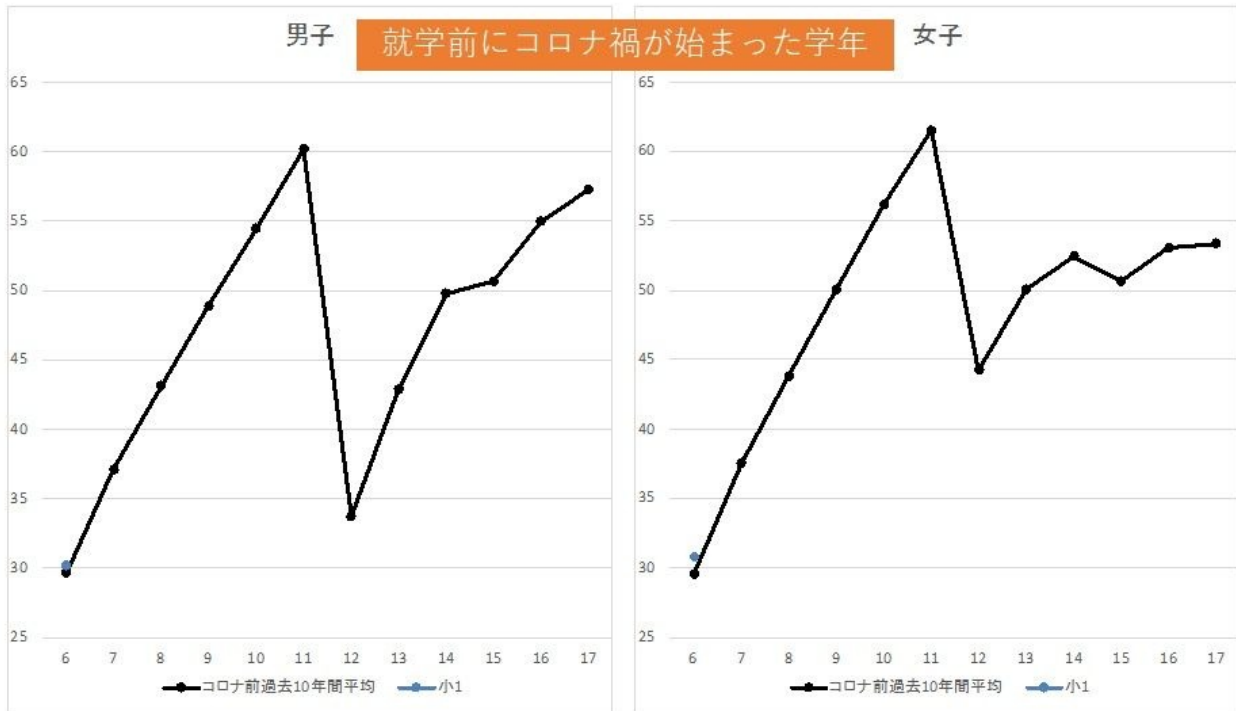
**高校も低下傾向が続く**

# コロナ禍による子どもたちの体力向上への負のインパクト



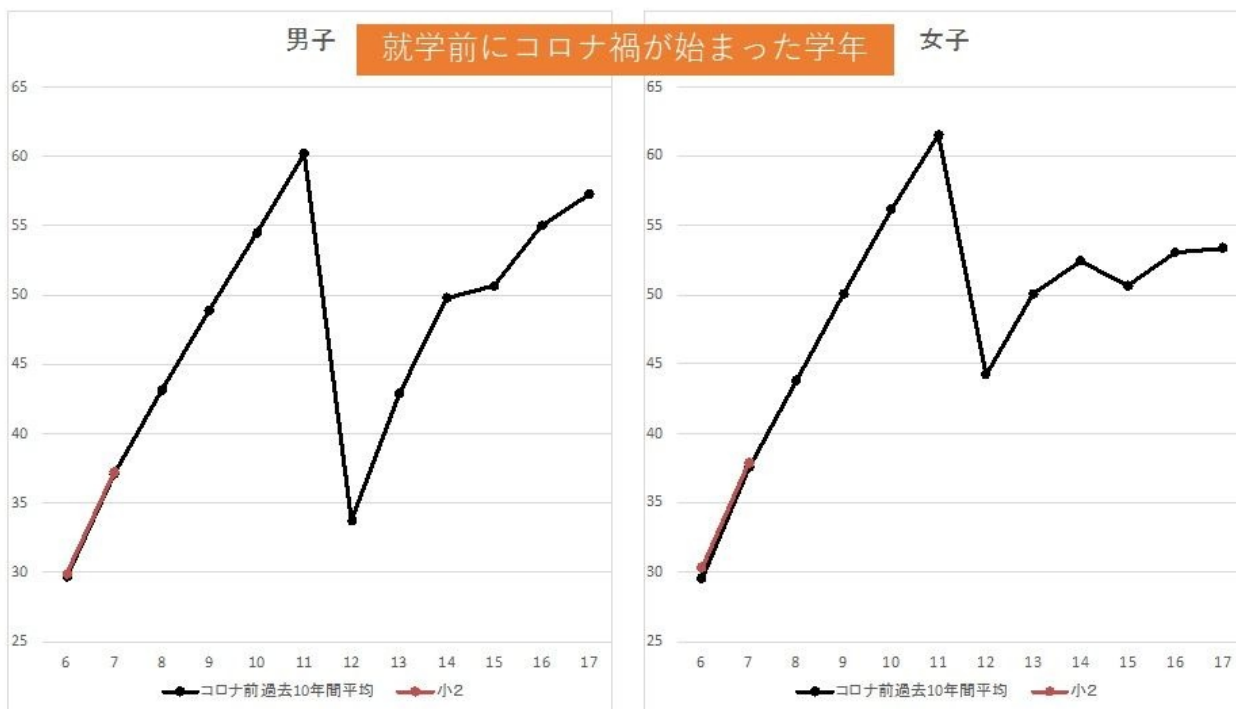
現小1

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



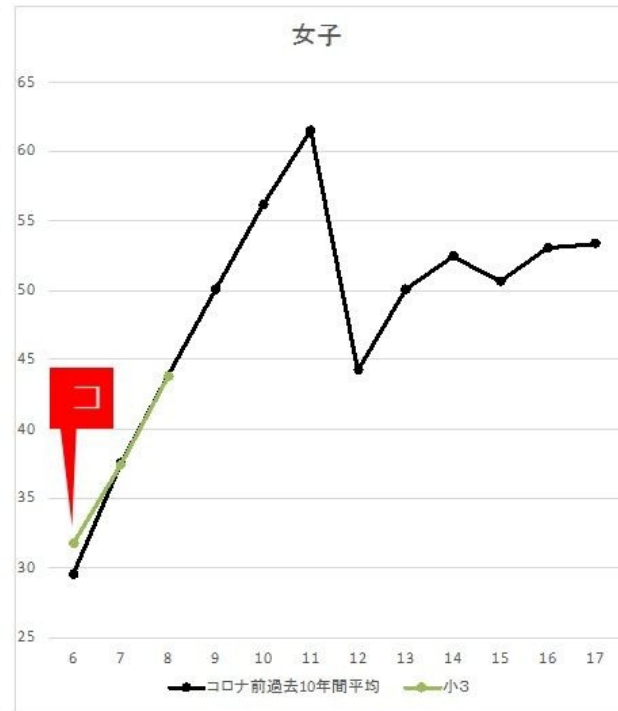
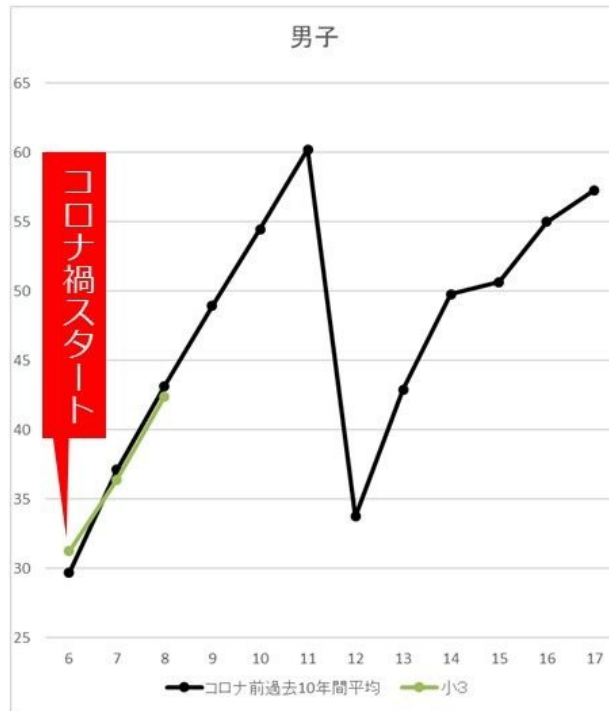
現小2

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



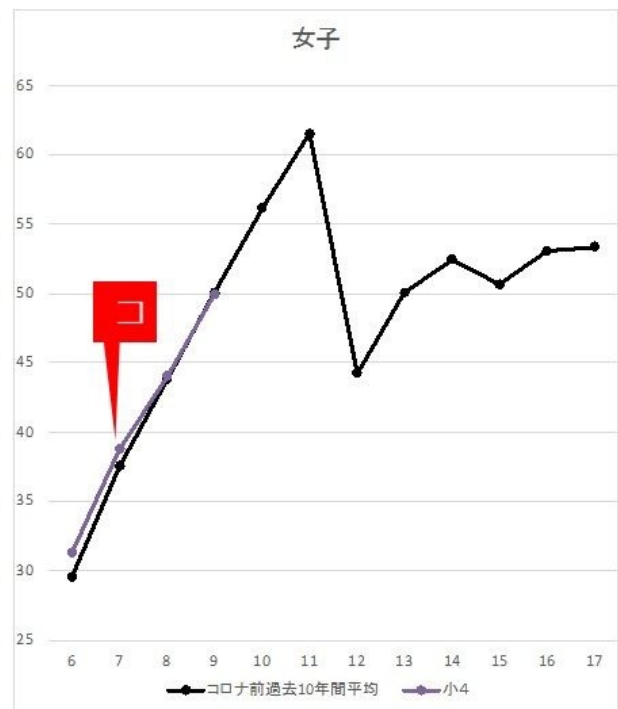
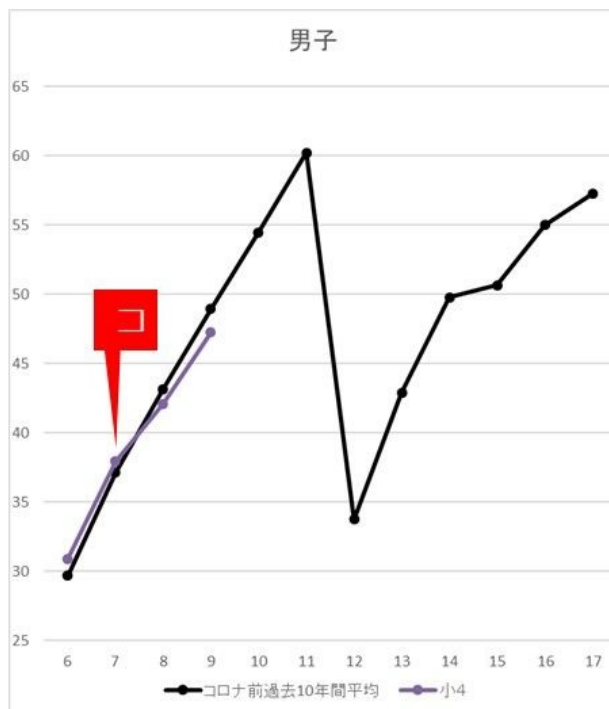
現小3

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



現小4

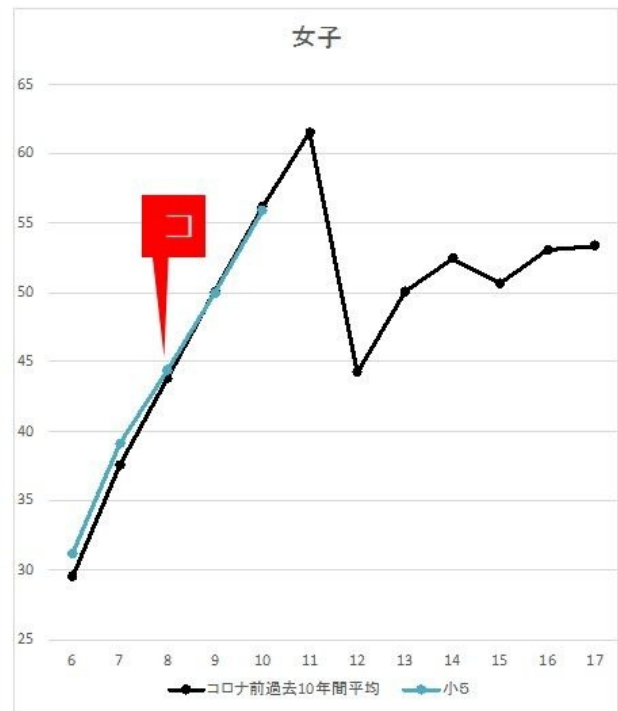
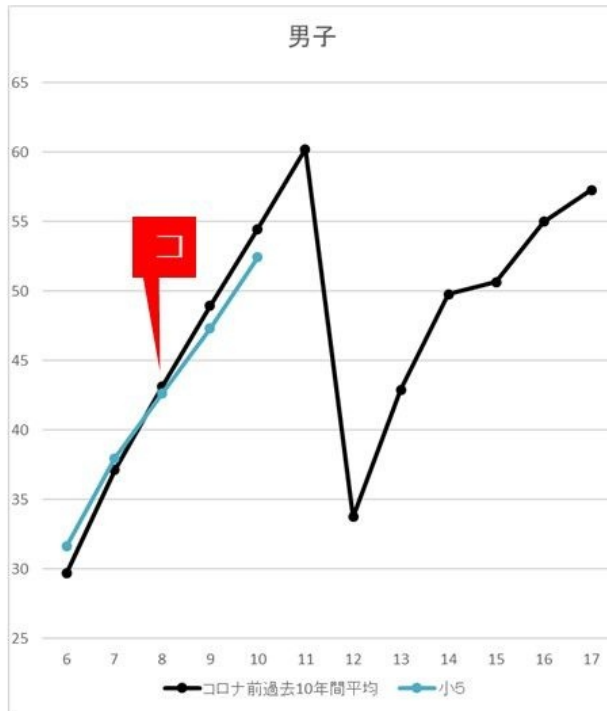
# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト





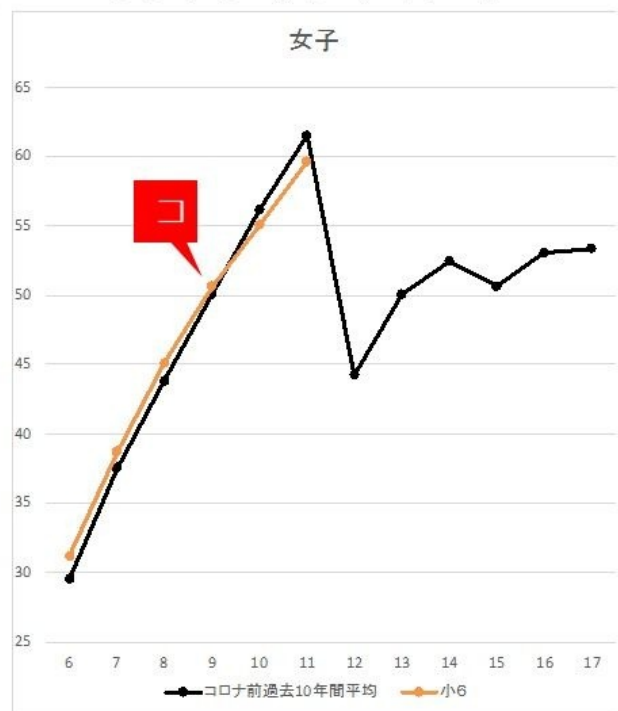
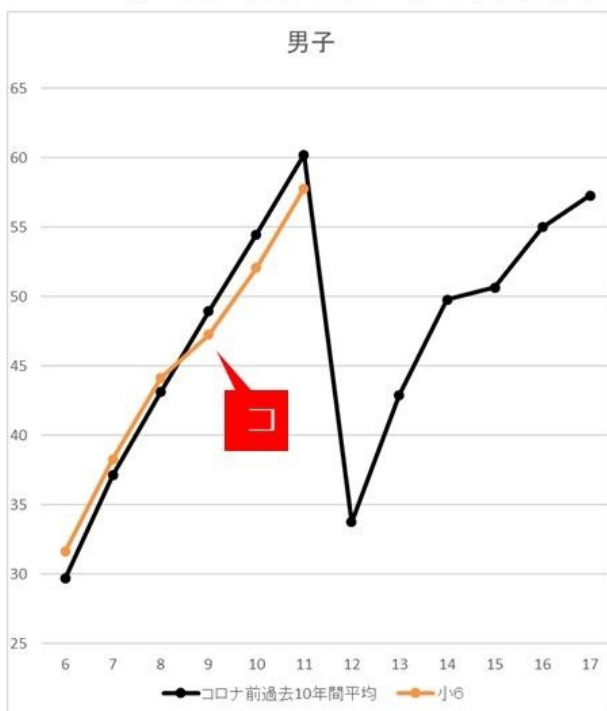
現小5

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



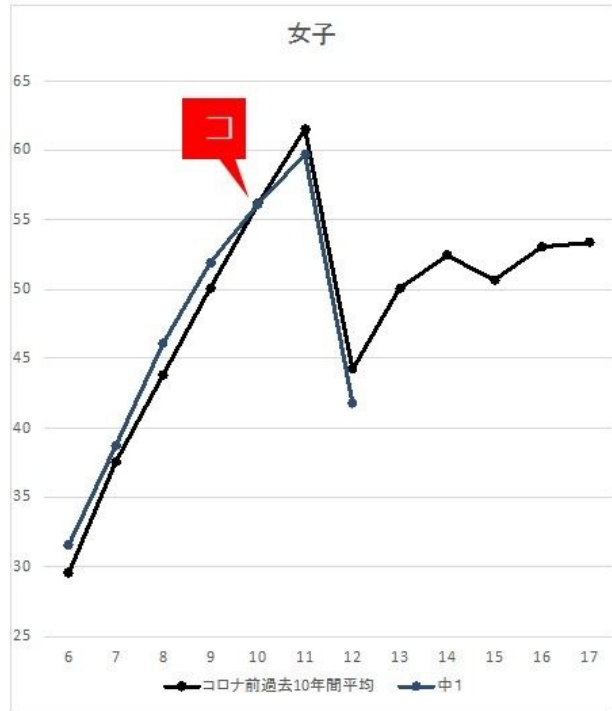
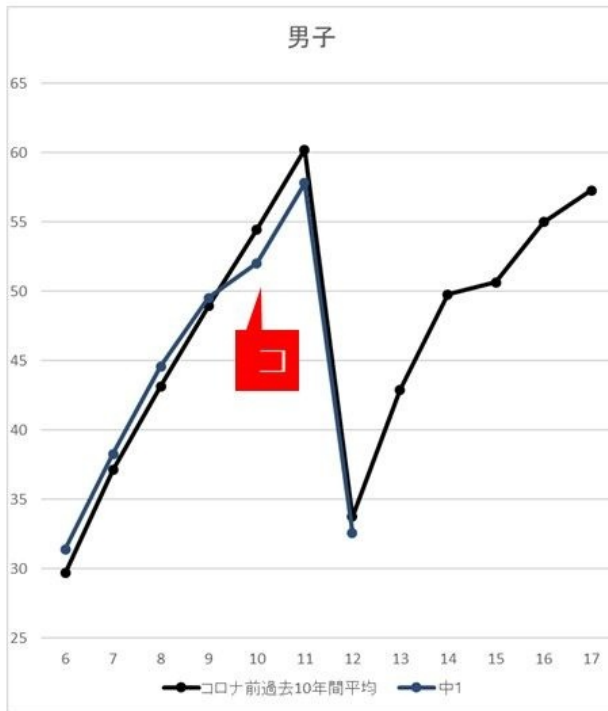
現小6

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



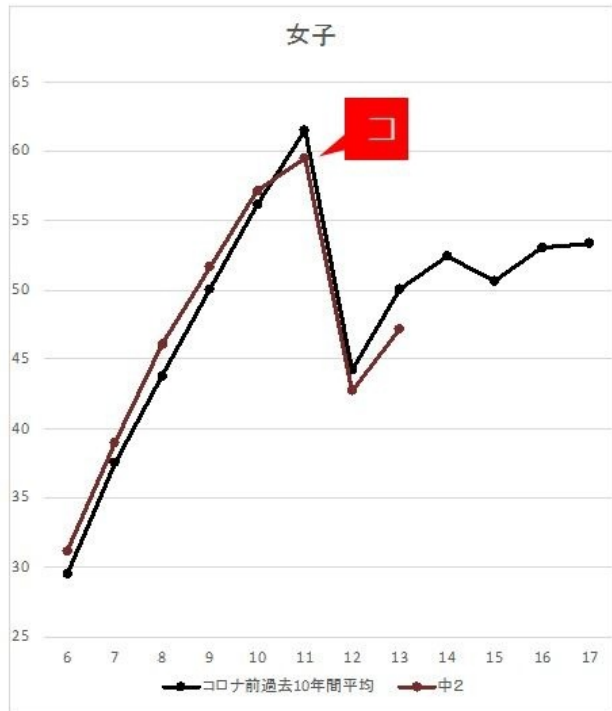
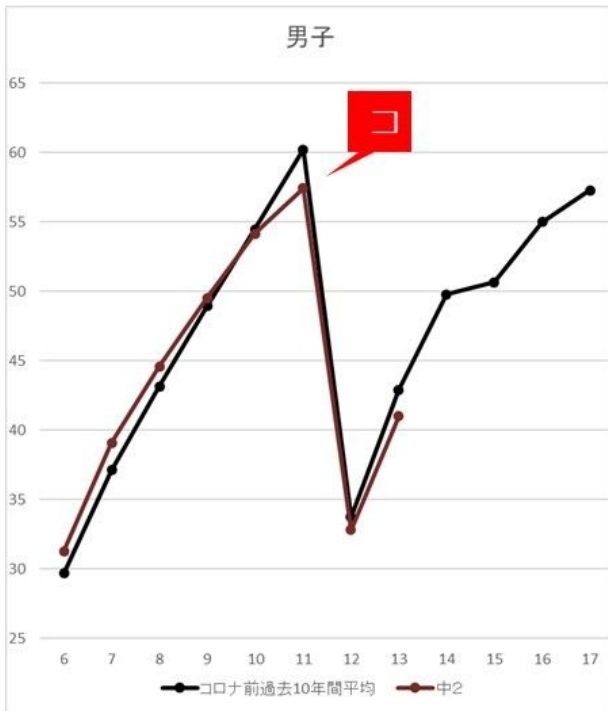
現中 1

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



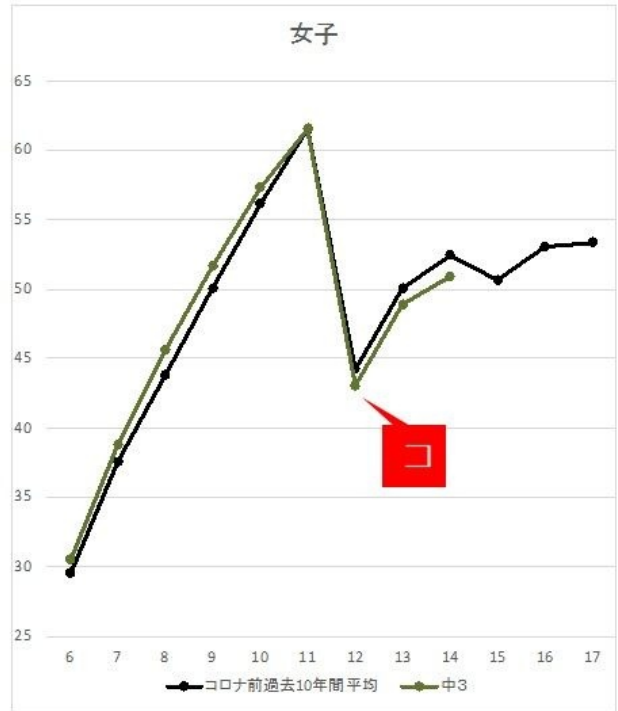
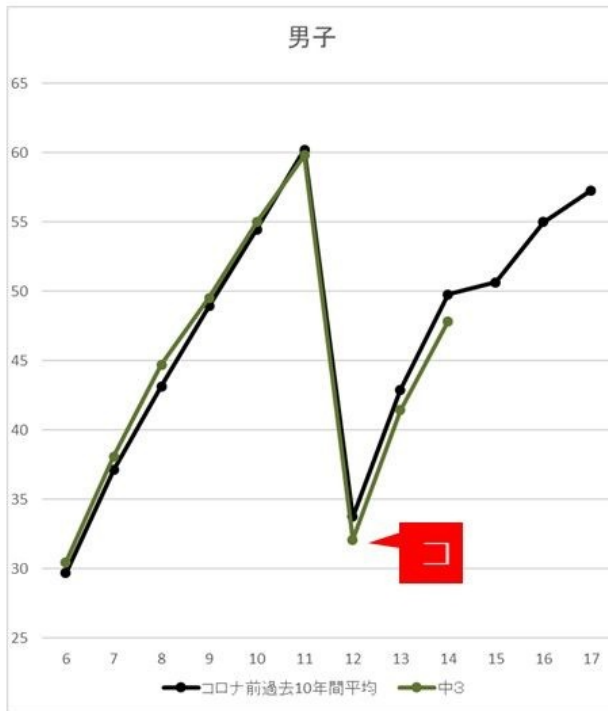
現中 2

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



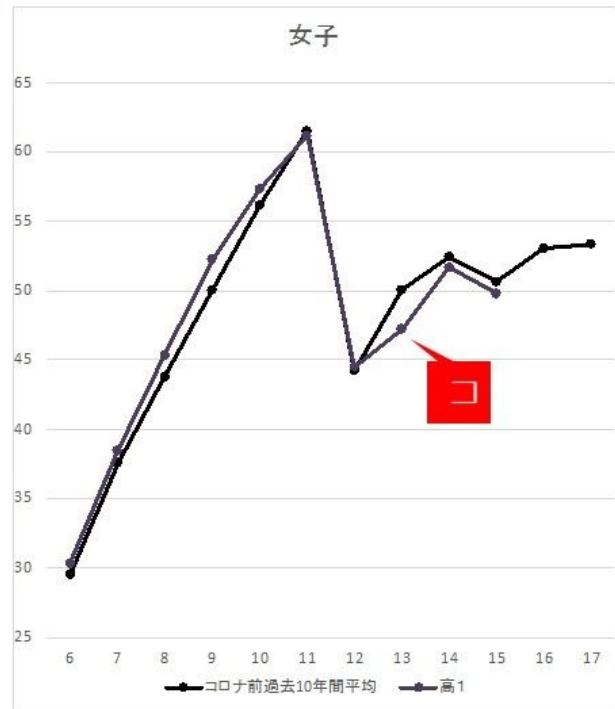
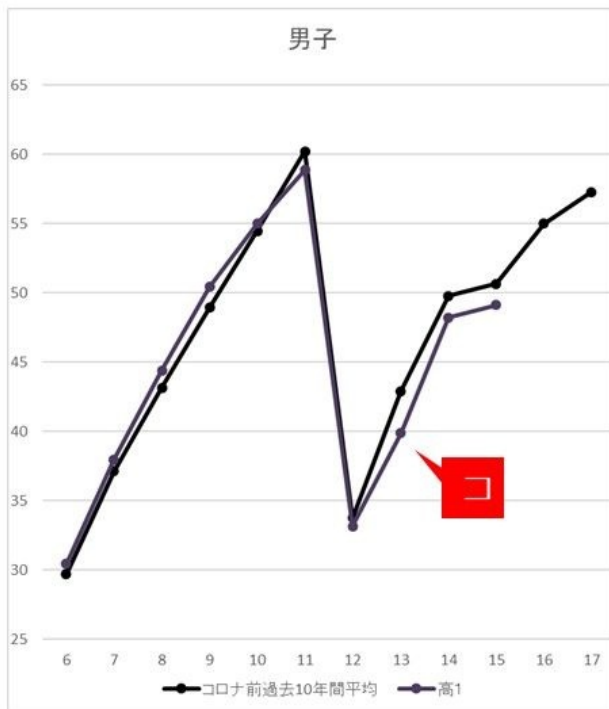
現中3

# コロナ禍による子どもたちの体力向上への負のインパクト



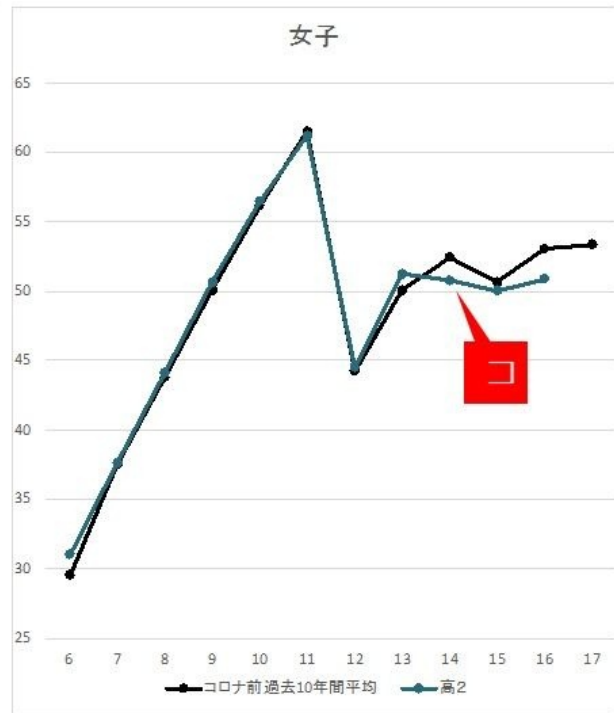
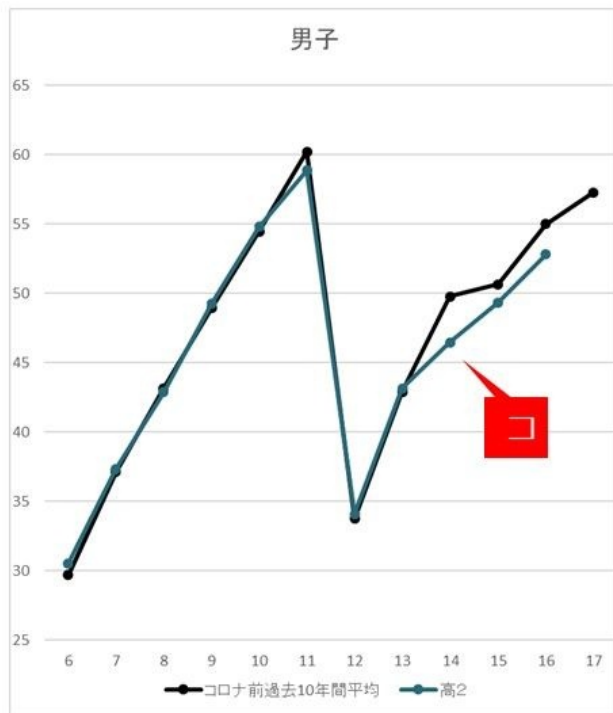
現高1

# コロナ禍による子どもたちの体力向上への負のインパクト



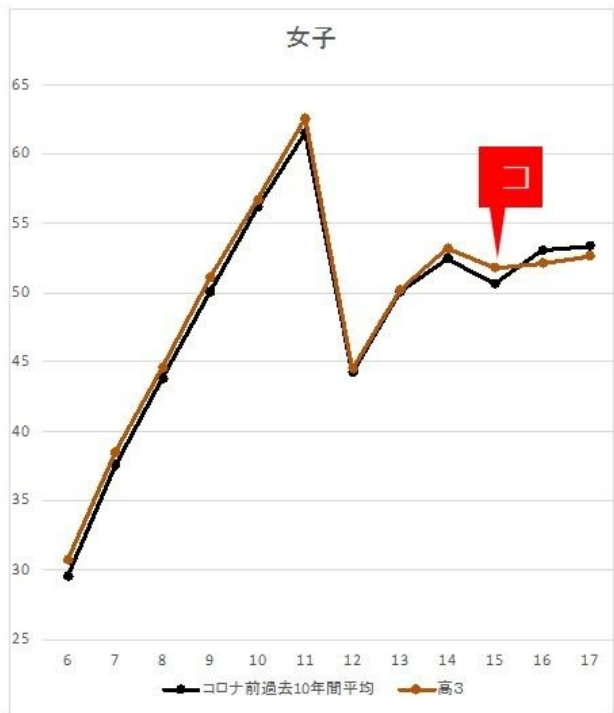
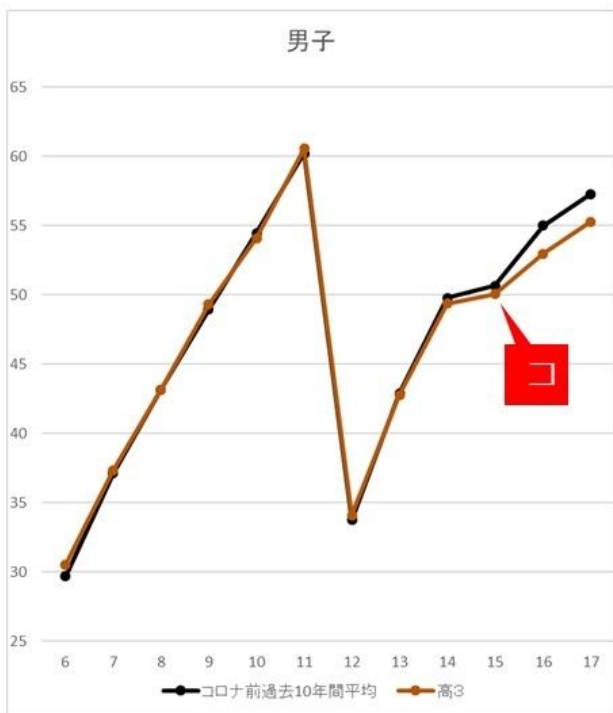
現高2

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



現高3

# コロナ禍による 子どもたちの体力向上への負のインパクト



## 体力合計点が優良な他県との比較から 推測される体力向上メカニズム

### 小学校・中学校

- ① 授業の充実
- ② 体育授業以外の取組みを全職員で
- ③ 職員も研鑽を積んで
- ④ 運動・スポーツが苦手な生徒への取組み※



### 児童生徒

運動への積極的・肯定的な意識



運動時間の確保・目標を持った取組み



体力向上

※苦手な生徒への取組みでは、運動への肯定的な意識が低下しないよう配慮が必要

## 体力向上推進委員会での専門家からの指摘

- ① 目の前の子どもたちの様子を把握
  - 教職員が問題意識と当事者意識を共有
  - 必要な取組みを企画・実施
- ② 授業改善
  - 子どもたちの運動に親しむ意識の醸成
  - 自主的な運動
  - 体力向上

## 山形県教育委員会からのメッセージ

1. 生涯にわたって運動に親しむ態度の醸成
2. 学校全体で、子どもたちの体力、運動習慣について共通認識を持って取り組む  
(授業づくり、場づくり、1学校1取組み)
3. 家庭との連携

## 実際に運動するかは 子どもたちに委ねられています。

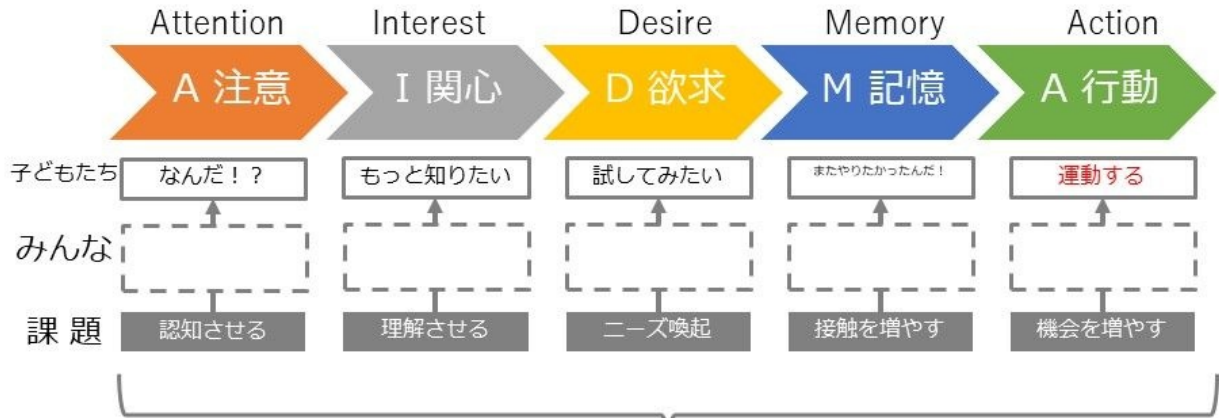
AIDMA (アイドマ) 消費者の購買決定プロセスのモデル





# 実際に運動するかは 子どもたちに委ねられています。

子どもたちが自主的に運動をするようになるために



どんな取組みができるでしょうか？

最後のAだけでは、生涯にわたって運動に親しむようになるのでしょうか？

## アイスブレイク

- ① 自己紹介。
- ② ファシリテーター 1 名、記録係 1 名を決める。発表は他の先生で。
- ③ ファシリテーターが進行、問い「なぜ子どもたちに体力が必要か？」について自由に話し合う。ネットや様々な資料を参考にしてもOK。
- ④ 記録係は、話し合ったことを「スライド 1」に入力。箇条書きOK。
- ⑤ 時間は10分間。ファシリテーターが時間管理。
- ⑥ 後ほど、いくつかのグループが3分間で発表。

実際の話し合いで作成されたスライド（抜粋）

〔小学校〕

グループ	#	令和4年度体力向上対策会議 グループ協議発表資料	スライド1
<h2>Q.なぜ子どもたちに体力が必要か？</h2> <ul style="list-style-type: none"><li>・体力はすべての基本。健康であること。生活の基礎。</li><li>・生涯通じて健康でいるために子どものうちから。</li><li>・危険回避。様々な動きを経験。</li><li>・困難に負けない心。達成感。</li><li>・体力があることで様々なスポーツに生かされる。人生の楽しみ。豊かな人生。</li></ul> <pre>graph TD; A[体を自由自在に使いこなす 多様なスポーツ経験] --&gt; B((豊かな人生)); C[食べる・遊ぶ・学ぶ・危機回避 生活] --&gt; B; D[達成感・粘り強さ・協調性] --&gt; B;</pre>			



## Q.なぜ子どもたちに体力が必要か？

- ・ 防衛体力・行動体力⇒体力とは言っても様々な要素が考えられるが...
- ・ 体力：**知徳体** 生きる上で、基本的な行動を支える体力は必要  
 ストレスの発散 精神面を支え整える  
 精神的な体力 受験・就職試験 社会性 人間関係  
 ⇒ 生活経験 考える力
- ・ 実際の体力テスト 男子1年は低く、学年が上がるにつれて筋力がUP。  
 全体的にdown 発達段階の差？  
 ↓  
 運動離れ・文化部に入部する生徒が多くなっている  
 コロナ禍の影響 運動の二極化  
 部活動任意加入でさらに運動離れ 対策
- ・ 結論  
 何をするにしても、子どもたちの体力は生きる上で必要だ！  
 全ての根源は健康な体 ⇒生きる力となる  
 ( 豊かな人生・豊かなスポーツライフ  
 社会を担う・日本を支える人間

## Q.なぜ子どもたちに体力が必要か？

(特に高校生について)

- ・ 定年の延長等で長く社会に出ていく必要があるため
- ・ 健康的に生きるために
- ・ 社会生活を送るため、自己実現のため
- ・ 勉強、社会生活をする土台に 疾病の予防
- ・ 運動に関わらない部分の体力 (調整力・柔軟性なども)

(その他現状など)

- ・ 基礎的な運動能力の低下

# グループ協議

- ① 記録係が「スライド2」を画面共有し、話し合いの記録を入力する。
- ② 「目の前の姿」を話し合い、まとめる。
- ③ 「理想の姿」を話し合い、まとめる。
- ④ 「変容するためのアクション」を話し合い、立案する。

各校で行なっている取組みを紹介し合ったり、これまでにないような自由な発想でアイデアを出してもらったりして、リラックスして進めてください。

- ④ 時間は40分間。ファシリテーターが時間管理。
- ⑤ 休憩はグループごと適宜。
- ⑥ 後ほど、いくつかのグループが5分間で発表。

実際の話し合いで作成されたスライド（抜粋）

〔小学校〕

グループ	#	令和4年度体力向上対策会議 グループ協議発表資料	スライド2
①目の前の姿		<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの体力・運動の様子</li> <li>▲体力的には減少傾向。検定等←プレッシャーに感じている児童もいる。二極化が進んでいる。人数が多くて使用が限られている。</li> <li>○授業の延長のことを休み時間にもできている。</li> <li>・学校全体の意識と取組み</li> <li>▲学校としての体力向上意識が低い。</li> <li>▲教員の意識の二極化。</li> <li>○児童会活動として遊びを含んだ活動。</li> <li>授業の中で楽しさに着目。</li> <li>・家庭との連携</li> <li>メディア時間についてはやっている。現状を伝える。PTAと取組みを作っている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>②理想の姿</li> <li>・子どもたちの体力・運動の様子</li> <li>できる人とできない人が交ざって運動できる。</li> <li>教科体育の充実→運動の仕方を覚える</li> <li>・学校全体の意識と取組み</li> <li>楽しい体育：音楽が鳴れば動き出すように型を作っていきたい。</li> <li>▲教員側の二極化も解消していく 職員会議等で情報提供していく（実践紹介）ICTなど</li> <li>・家庭との連携</li> <li>PTA保体部などで各学年テーマを決めるなど、短期間でも活動をしていく。</li> </ul>
③変容するためのアクション		<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業づくりや運動の場づくりについて</li> <li>⇒「できた」楽しさをあじわうステップアップ型。 本時の目標を把握する。</li> <li>・教職員の意識改革について</li> <li>⇒職員会議等で実践内容を共有していく。ICTなども活用していく。</li> <li>・家庭との連携について</li> <li>⇒PTAとの連携で短い期間でも活動を入れていく。</li> </ul>	



〔中学校〕

グループ	#	令和4年度体力向上対策会議 グループ協議発表資料	スライド2
<p><b>①目の前の姿</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの体力・運動の様子           <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業に対して一生懸命</li> <li>・集団では取り組めるが個になると消極的な面がある。</li> <li>・学年が上がるにつれて、少しずつ主体的に取り組めるようになる。</li> <li>・体力がない。</li> </ul> </li> <li>・学校全体の意識と取り組み           <ul style="list-style-type: none"> <li>・体育科教員のみで進めているところがある。</li> <li>・駅伝一つとっても他の先生方の協力がえられないことがある。</li> <li>・教員の部活動離れ</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携           <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ用具メーカーと町が提携して、コンディショニング教室（A中）</li> </ul> </li> </ul>		<p><b>②理想の姿</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの体力・運動の様子           <ul style="list-style-type: none"> <li>・その場だけの活動ではなく、生活への発展・意識づけ。</li> <li>・振り返りから次の活動につなげる、行動の変容</li> <li>・生徒同士の関りから、課題を発見し自己へ</li> </ul> </li> <li>・学校全体の意識と取り組み           <ul style="list-style-type: none"> <li>・他教科の先生方と体力の必要性を共有</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携           <ul style="list-style-type: none"> <li>・本当の「体力」について生徒、保護者へ理解求める</li> <li>・生活リズムチェック、睡眠の質など</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>③変容するためのアクション</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業づくりや運動の場づくりについて           <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テストの自己分析→課題把握→トレーニングメニュー計画→実戦→振り返り→自己の変容を実感。</li> <li>・基礎的な小学校での既習事項ができていないことが多い→できることを増やす。意欲にもつながる、楽しみ方がわかる。</li> <li>・運動が苦手でも「する・見る・知る・支える」の視点で、認めてあげる授業づくり</li> </ul> </li> <li>・教職員の意識改革について           <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テストの結果を職員で共有</li> <li>・「持続可能」であることが大切</li> <li>・部活動の練習へつなげてもらう</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携について           <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活リズムチェックの振り返りまでを保護者と共有。・運動・体力の必要性を保健の授業を中心に伝えていく</li> </ul> </li> </ul>			

〔高等学校〕

グループ	#	令和4年度体力向上対策会議 グループ協議発表資料	スライド2
<p><b>①目の前の姿</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの体力・運動の様子           <ul style="list-style-type: none"> <li>✓（A校）部活動が地域移行しているため、体力の低下が見受けられる。持久力等が顕著に低下している。</li> <li>✓（B校）高体連の大会等にあまり出ていないこともあり、低下が見受けられる。しかし、楽しむことについての取組みはいい。運動を考えて行うことについては苦手なのかもしれない。体力の二極化。</li> <li>✓（C校）新体力テストではA判定が減り、D判定が学年の1割程度となってしまった。</li> </ul> </li> <li>・学校全体の意識と取り組み           <ul style="list-style-type: none"> <li>✓学校行事の中で新体力テストを行い、生徒の体力状況を見てもらい、授業の中で地域との関わりや体力の向上を目指している。</li> <li>✓（B校）生活指導に関わっての取組み等は各教科ごと</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携           <ul style="list-style-type: none"> <li>✓スキー授業もあり、家庭の運動の理解はあるのでは。</li> <li>✓日頃からの連携等は特になし。</li> </ul> </li> </ul>		<p><b>②理想の姿</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの体力・運動の様子           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎日常生活で運動・スポーツに前向きな生徒</li> <li>◎「する・みる・支える・知る」を実践できる</li> <li>◎多種多様な運動の価値観を共感できる生徒</li> </ul> </li> <li>・学校全体の意識と取り組み           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎他教科や進路と関連させて共通理解を持つ。</li> <li>◎クラスマッチや体育祭を活用し、運動への意識付けをする。</li> <li>◎スキー実習等の課外学習を学校全体で協力し、実施する意義を共有する</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎体力や体型が進路活動の妨げになることを理解してもらう。</li> <li>◎部活動の地域移行により、家庭の運動への理解が出てくる。</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>③変容するためのアクション</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業づくりや運動の場づくりについて           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎勝敗以外の楽しみを実感できる授業づくり</li> <li>◎地域に根ざしたスポーツやニュースポーツなど技能の差が出にくいものを取り入れる。</li> <li>◎体育施設の開放</li> </ul> </li> <li>・教職員の意識改革について           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎生徒の健康課題解決のために共通理解を図る</li> <li>◎新体力テストの成績開示</li> </ul> </li> <li>・家庭との連携について           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎学校行事へ保護者の参加を勧め、現状を見てもらう。</li> <li>◎進路説明会で体力の重要性を説明する。</li> </ul> </li> </ul>			

## 変容するためのアクション（抜粋）

### ①授業づくりや運動の場づくりについて

#### 〔小学校〕

- ・ カリマネ・・・体育だけでなく他教科とも関連させて体力作りに取り組む。「目標を立てる→変容→振り返り」
- ・ 低中高での合同体育を実施することや、クラスマッチ等を行い、異学年交流を図る。
- ・ 授業や遊びを通して、運動が好きだというきっかけの場とする。
- ・ みんなが「できた」と思えるような運動の内容を毎時間仕組む
- ・ 何が課題でどんな運動をするべきかを子どもと共有する。話し合う。→子どもの納得感
- ・ 体育授業において、自己目標が達成できる場づくりの工夫
- ・ 課題を子どもたちと一緒につくる 振り返りも同様に ほかの教科の授業と同じように
- ・ 子どもたちの学びあいや認め合いを大切にしていく。
- ・ 思いっきり体を動かす時間の確保、そのための授業づくり
- ・ 運動が苦手な子どもでも楽しめるようなルールを子どもたちと作る。得意な子は積極的に運動していくが、苦手意識をもっている子どもがいかにか運動したいと思えるか
- ・ 子どもの実態に合わせた指導やスモールステップ。→教員によるコツやアドバイスを家庭で取り上げる
- ・ どの子どもでも意欲的に取り組める課題を設定する  
→折り返しペース走 自分の目標、ペアで励ましあう、頑張ったことが記録に残ることで意欲的に取り組む  
→どの種目にもコツがある コツを見つけよう 慣れを感じるまで行う
- ・ ICT 機器の活用。動画を見たり、練習をする様子を撮ったりして、授業の運動だけでなく休み時間の遊びにもつながっていくのでは。（例：ダンスなど）
- ・ チャレンジタイム（一輪車、なわとび、鉄棒、けん玉から選ぶ）
- ・ 授業でやったこと→遊びにつながる
- ・ 夢中でやっているうちに自然と技能が高まる場づくり
- ・ シンプルでやってみたいと思える場づくり
- ・ 跳の運動の一環として、学校内に動物のパネルを設置し、その高さを跳びたいと思わせるような工夫。
- ・ サッカーゴールの常設やドッジボールのコート（ライン）を準備した。
- ・ 的あてなど、いろいろな運動で遊べるような場を作ると、子どもが「ここいきたい、やりたい！」→運動のバリエーションが増えて、幅が広がる。
- ・ グラウンドにラインを常に引いておく（トラック、直線、走りやすい、走りたくなる場づくり）
- ・ 課題となる種目の測定装置の通年設置。体力テストに向けて休み時間等自由練習ができる場の設置。
- ・ 運動の生活化 いろいろな学年の子どもが取り組むと、子どもの間で広がる

#### 〔中学校〕

- ・ 「子どもたちが主役の授業」課題設定・場の工夫。
- ・ 意見を出しやすく（伝えやすく）する工夫（えんたくん）。
- ・ 主体的な活動←課題設定（やろう！体力に応じて）・ねらい・振り返り（もっと・これからも）
- ・ 体力テストの自己分析→課題把握→トレーニングメニュー計画→実戦→振り返り→自己の変容を実感。
- ・ 運動が苦手でも「する・みる・支える・知る」の視点で、認めてあげる授業づくり。1授業で1回は仲間と協力する場
- ・ 運動能力に関わらず楽しめるルール・場作り・工夫：ダンス、球技（誰もが自分から運

動する姿)

- ・ 運動能力に関わらず楽しめる種目：ニュースポーツ（興味関心）インディアカ・タグラグビーなど
- ・ コーディネーショントレーニングによる導入（調整力を身につける&運動量の確保）→応用が可能、仲間とのかかわり（雰囲気よくなる）
- ・ 音楽を使って楽しみながら走る活動（3分間走のかわりに鬼ごっこをすることも）
- ・ 数値化していくと変容が見られ自信もついていく
- ・ プロット図でビフォーアフターがわかっていい。振り返りを見るとポジティブになっている生徒が多い
- ・ できない→できるの過程を大事に（できたことを積極的に評価する）
- ・ スモールステップで段階的に指導していく。
- ・ こちらが考えている以上に子どもはできない子が多いため、単元の初めの導入を大切にしていく。
- ・ 基礎技能の向上・小学校との連携。
- ・ 日常的に運動に興味を引く環境づくり（バレーのネットの高さを壁に記すなど）
- ・ 運動の場・間（時間・仲間）の確保（ロング昼休みなど）。休み時間も活用し、楽しみながら自分の全力を出せる場を設定する。

### 〔高等学校〕

- ・ 楽しい、できるを増やしていく授業を展開していく（達成感を味わわせる）。勝敗以外の楽しみを実感できる授業づくり。体力の向上だけではなく、運動が「楽しい」と感じさせる授業づくり
- ・ 授業におけるねらいの明確化・見える化
- ・ 授業内で生徒が活動内容を考える場の設定
- ・ 体づくり運動などで運動が楽しいと思える機会を
- ・ ITを利用して、習熟度別の授業でできない生徒にも丁寧に指導。
- ・ 1年生で基礎的な技能や運動を徐々に開始、学び直し。→運動楽しい、嬉しいと思える工夫をしていく。
- ・ 準備運動のあと、必ずランニング（400m）に取り組む。→おにごっこなどに変えて取り組む。
- ・ 主体的に活動するための事前準備（タブレットでの運動計画など）
- ・ ICTの活用（スマホで動作撮影、教材の収集）
- ・ 走るトレーニングを数値化（見える化）し、走ることへの意識づけを高める。
- ・ 単元計画と学校行事をリンクさせて授業を進めていく
- ・ 生徒が取り組みやすい競技を増やしていく（生徒の興味のある種目）
- ・ 地域に根ざしたスポーツやニュースポーツなど技能の差が出にくいものを取り入れる。
- ・ 自分がこれは好き、と思える運動を一つでも見つけて継続
- ・ 色々な学校の取組みを情報共有
- ・ 昼休み等、体育館を開放し、怪我のないように気を付けながら自由に使用できる場をつくる。

## ②教職員の意識改革について

### 〔小学校〕

- ・ 共有して使える学習カードの準備をする。共有フォルダの教材倉庫（教材の共有）に体育のものも。
- ・ 動きを教えるときのポイントやコツなどを共有する。
- ・ 体育の得意な先生の指導や授業を見る。自己研鑽や授業研究。他の学年の体育を見る機会。（直接出なくても撮影した様子の共有でも）
- ・ 研修してきたものを職員に伝達するだけでなく、実際に校内研修として行ってみる。
- ・ 外部講師による教員研修や指導法の学び合い

- ・ 種目に応じた特性を教師が理解し、子どもたちが目指し、達成できるような手立てをする
- ・ 自分の学校の課題を把握し、課題解決に向けた話し合いや共有。目標の数値化（通年掲示）。
- ・ 「今日は誰の日」持ちより企画の業間活動
- ・ やらせる→子どもが自分から
- ・ 教師の思いだけでなく、子どもの思いを大切にする。
- ・ 教師が運動をしている姿を見せていく。そこから子どもたちも巻き込んで運動へ導いていく。

#### 〔中学校〕

- ・ 職員会議を通して運動に関する現状の周知（スポーツテストの結果や課題等）。年度初めに職員全員が課題を把握、学校全体でどんな取組みが行えるかを考えていく。
- ・ 運動に関する研修・体験⇒意欲喚起・知識
- ・ 教職員と子どもたちで練習試合
- ・ 教員が運動を好きであること
- ・ 持続可能であることも大切
- ・ 全校トレーニング（冬場の部活動のトレーニング）。体育科だけでなく、部活動の顧問、学年主任の協力を得る。役割分担することで先生方も自然に参加する雰囲気をつくり、教員の意識改革を図っていけないのではないか。

#### 〔高等学校〕

- ・ 体力テストの結果、生徒の運動の状況を職員（他教科・顧問・担任等）に共有
- ・ 行事を生かして（生徒も職員も 交流の機会＋運動の機会）
- ・ 生徒の健康課題解決のために共通理解を図る
- ・ 教科の年間反省で、体力について報告し、取組みを促す
- ・ 生徒・教職員に対して、目標・取組みの見える化（掲示板の利用）
- ・ 教員参加型公開授業
- ・ 教職員の意識改革や指導力向上を目的とした研修会を開催する。

### ③家庭との連携について

#### 〔小学校〕

- ・ 家庭に持ち帰る【運動カード】の作成。（音読カードのように）→学校と家庭で、子どもたちがどれだけ運動をしているか、どのくらいできるようになったかを共有する。
- ・ ICT を利用する→低学年の児童は親子で取り組むことができる、不登校の児童も同じことに取り組める、授業と家庭学習をつなげることができる
- ・ 夏休み中の親子での運動の宿題→取組みを共有し情報を共有。
- ・ 学年行事などを活用して、親子で運動に関わったり、体力についての知識をつけたりする場を設定する。
- ・ 子どもが学校で取り組んでいる様子を積極的に伝えて、おうちでも見てもらう機会を増やす。
- ・ 教員間で共有した子どもの体力の分析を家庭にも伝える
- ・ 体力の現状を伝え、学校でできることと家庭でできることを分けて伝える。社会を生き抜くために体力作りが重要であることを発信する。
- ・ PTA で体育系の活動
- ・ 学校保健委員会で課題等を共有する

#### 〔中学校〕

- ・ スポーツテストの結果、子どもたちが学習内容したこと等を HP・学級通信等で保護者に発信。PTA 総会などでお知らせ。
- ・ 家庭でできるトレーニングをタブレット等で配信（親子で一緒にトレーニングもあり）
- ・ 親子レポート（スポーツ観戦・親子トレーニングなど、「親子で運動に触れる」）

- ・ 学校参観時に外部講師を招いて講演会「アスリートの食事」「心の健康」「生活習慣」
- ・ 生活習慣の改善に向けて、メディア使用についてのルール設定のお願い
- ・ 生徒の運動の様子を見てもらう機会を設ける（体育祭など）
- ・ 家庭と生徒に意識調査を行う

#### 〔高等学校〕

- ・ 体力テストの結果の配布方法の工夫、通知表と一緒に保護者へ
- ・ さくら連絡網の活用（体力の状況、食事・睡眠の大切さを発信）
- ・ 体育科通信で学校の取組みや生徒の様子を発信（生徒の体力向上に向けた目標や活動内容を共有）
- ・ 体育委員のコラム。保健委員会との協力。
- ・ アンケートの実施（運動や生活習慣含めて）
- ・ 進路説明会で体力の重要性を説明する。
- ・ 学校行事へ保護者の参加を勧め、現状を見てもらう。

### 3 山形県教育委員会の今後の取組みについて

新型コロナの感染防止対策を徹底の上、県内全ての小・中学校・高等学校・市町村教育委員会・各教育事務所の連携を進めながら、児童生徒の運動習慣の充実と体力向上を図っていく。

#### (1) 新体力テスト結果の分析・提言を踏まえた取組みの充実

有識者を交えた体力向上推進委員会による本調査結果の課題等の分析・提言について、県内全ての小・中・高等学校の体育担当教員が参加する体力向上対策会議において共有し、各学校における体力向上に向けた「1学校1取組み」等の充実を図る。

#### (2) 児童生徒の運動能力を伸ばし、かつ、楽しい体育授業の展開に向けた教員の指導力向上

各学校において調査結果から児童生徒の運動能力の傾向を分析し、課題となっている能力を伸ばしつつ、楽しい体育の授業を実施できるよう体育担当教員の指導力の向上を図る。

#### (3) 児童生徒が日常的に運動に取り組むことにつながる資料等の提供

体力低下の要因とされている「運動時間の減少」、「肥満の増加」、「生活習慣の変化」の3点の改善に向け、児童生徒が学校以外の日常生活において自ら積極的に運動に取り組む環境づくりとして、児童生徒が日常的に行える運動の取組みの事例等をまとめ、学校を通して提供できるよう進めていく。

#### 【体育授業の充実と学校課題に応じた効果的な「1学校1取組み」の推進】

※1学校1取組み:各学校が主体的に行う体力づくりに向けた取組み

- ア. 運動の特性に触れ、運動の楽しさを味わうことができる授業づくりを促し、運動の日常化を図る。
- イ. 地域の実態や発達段階に合わせて、体力向上につながる授業づくりと学校の教育活動全体で行う体力づくりの実践を促す。
- ウ. 中・高の保健体育科教員を対象に体育授業指導力向上研修会を実施し、新学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の充実を図る。
- エ. 「令和5年度体育・保健体育指導力向上研修」受講者より小・中・高等学校の教員対象に伝達講習会を実施する（小学校は教育事務所単位で行う）。
- オ. 小学校教員等を対象に、小学校低・中学年向けの楽しい体育授業づくり指導者講習会を実施する。

#### 【部活動指導者講習会等の実施】

- ア. 運動部活動指導者研修会を実施する。
- イ. 部活動担当者や部活動指導員等に対し、効果的・効率的な指導等についての研修会を実施する。

#### 【山形県体力・運動能力調査システムの活用】

- ア. 各学校が児童生徒の体力や運動習慣等を把握するために、県内全ての小・中・高等学校の全児童生徒を対象に調査を実施。
- イ. 児童生徒が自分の体力を把握したり、学校と家庭が子どもの体力向上について連携を図る資料としたりするために、各学校がシステムから各個人の体力調査結果の個人カードを作成するよう推進する。

#### 【次代を担う子どもの元気アップ推進事業】

##### ◎子どもの体力向上推進委員会による体力向上の取組みの推進

- ア. 小・中・高等学校合同の体力向上対策会議を実施する。
- イ. 効果的な取り組み事例の共有化（「楽しく体を動かそう」DVDの活用促進を含）を進める。
- ウ. ドリームキッズ育成プログラムを体育授業に提供し、体育授業の充実・資質向上を推進する。

##### ◎令和の日本型学校体育構築支援事業の実施

- ア. 武道指導推進モデル校4校を指定する。指定校に対し、武道に係る地域スポーツ指導者等を派遣し武道領域の体育授業の充実と体育担当教員の資質向上を目指す。
- イ. 安全で効果的な小・中学校体育授業の充実に向けて実技サポーターを派遣する。

#### 【中学校・高等学校部活動指導員配置事業の実施】

- ア. 県内全ての中学校と、高等学校では11校に部活動指導員を配置するとともに、部活動指導員を対象とした、山形県における運動部活動の在り方に関する方針に沿った研修会を実施する。

#### 【子どもの健康づくり連携事業（学校保健）との連携】

- ア. 学校における健康課題解決に向けた連絡協議会を開催し、児童生徒の発育や疾病状況を把握するとともに、運動の習慣化はじめ生活習慣の改善について検討を行うことで、体力向上の促進を図る。



## 4 令和5年度山形県児童生徒の体力向上対策

### 山形県の体力の課題

《全校種共通》

★立ち幅跳び、20mシャトルラン  
持久走、ボール投げ

加えて、小・中学校：握力・50m走

### 改善のポイント

- ① ねらいに応じたウォーミングアップの充実
- ② 運動時間を増やして持久力アップ
- ③ 多様な動きで走力アップ
- ④ 動きの連動を意識して跳力アップ
- ⑤ 遠くへ投げる経験を増やして投力アップ

### 体力向上のための取組みのキーワード

**全力で**

出しきる！ 走りきる！  
投げきる！ 伸びきる！

**QOMを高めよう！**  
Quality of Motion  
(運動の質)



「体づくり運動」の指導の充実 ⇒ 運動の日常化

時間 空間 仲間 興味・関心 達成感  
5つのポイントで工夫してみましよう！

※参考：『子どもの体力向上のための取組ハンドブック』  
(文部科学省ホームページより)

好事例が  
たくさん  
載っています



### 各学校における取組み

#### 【学校全体の取組】

- 自校の体力向上の課題の確認、分析
- 体力・運動能力調査の実施と取組み
- 1学校1取組み  
(体育授業以外の取組みの推進)
- 教員の積極的な講習会の参加  
講習内容の伝達・徹底
- 部活動との連携(中・高)
- 学校・家庭・地域との連携  
(家庭・地域への発信力の向上)

### 期待する効果

教員の指導力向上

体育授業の充実

児童生徒の運動・スポーツに対する  
意欲向上

児童生徒の  
運動実施率増加

家庭・地域の  
協力・連携の向上

**新型コロナウイルス感染症対策を徹底しましょう！**

