



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6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、体力向上推進委員会での指摘等)
- (2) グループ協議

3 山形県教育委員会の今後の取組みについて

4 令和7年度山形県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6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種目、△：全国平均を下回った種目)

		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	53.13	52.54	+0.59
	女子	○	○	△	○		○	△	○	○	6	55.13	53.93	+1.20
中学校 2年生	男子	○	△	△	△	○	○	○	○	○	6	42.01	41.69	+0.32
	女子	○	△	△	△	○	○	=	△	○	4	46.99	47.22	-0.23

○運動・スポーツが好きな児童生徒の割合

88.2% (R6) ⇒ 88.7% (R7) ※

※第7次山形県教育振興計画数値目標

(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	なし
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・立ち幅跳び
中学校 男子	握力・立ち幅跳び 50m走※1年のみ
中学校 女子	握力・ボール投げ※1、3年のみ
高 校 男子	ボール投げ※1、2年のみ 握力※1年のみ
高 校 女子	50m走・ボール投げ※1、2年のみ

(3) 体力の推移

○ 児童生徒の体力は回復傾向であるが、新型コロナウイルス感染症流行以前の水準には至っていない。

・ 小学校において、男子で昨年からの回復傾向は継続している。

・ 中学校において、男子で回復の兆しが見え始めたが、女子は横ばいである。

・ 高等学校において、男女とも横ばいである。

○ 種目別の推移では、ほとんどの種目が回復傾向である。

2 令和6年度児童生徒の体力向上対策会議

日時：村山 令和7年2月12日（水）14:00～16:45
最上・置賜・庄内 令和7年2月14日（金）14:00～16:45

会場：オンライン

内容：

- ・ 開会行事（県教育委員会あいさつ）
- ・ 県教育委員会説明（体力結果報告）
- ・ 地区教育事務所説明
- ・ グループ協議Ⅰ
テーマ「1学校1取組みの共有」
「指導方法や内容、子どもたちの様子、課題などの共有」
- ・ グループ協議Ⅱ
テーマ「より多くの生徒にとって、体育授業・体育的行事が楽しくなる工夫」
- ・ 県教育委員会説明（今後の取組み）
- ・ 閉会行事

(1) 県教育委員会説明

令和6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	217	3,806	3,774	7,580	特別支援学校含む
中2	92	3,623	3,506	7,129	特別支援学校含む

調査結果の概要

小5男女・中2男子で全国平均超

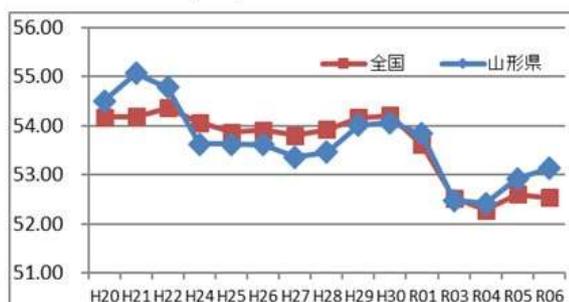
体力合計点

		山形県	全国	全国差
小5	男子	53.13 点	52.54 点	+0.59点
	女子	55.13 点	53.93 点	+1.20点
中2	男子	42.01 点	41.69 点	+0.32点
	女子	46.99 点	47.22 点	-0.23点

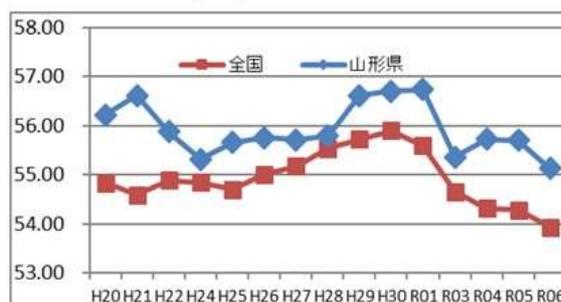
小5男子、中2男子 前年度を上回り

小5女子・中2女子は昨年度を下回っている

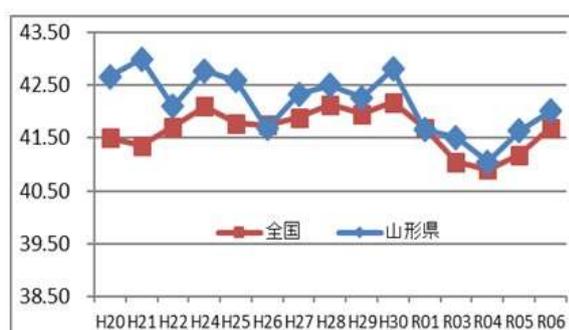
● 小5男子(点)



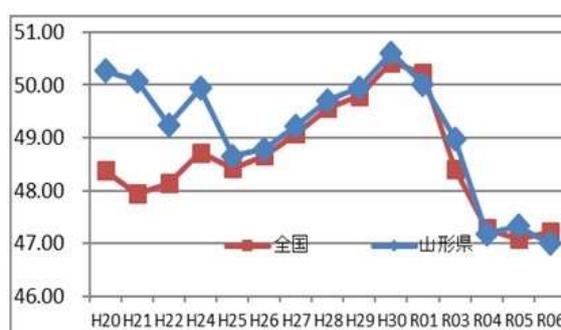
● 小5女子(点)



● 中2男子(点)



● 中2女子(点)



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	○	▼	▼	▼	○	○	○	○	○	6
	女子	○	▼	▼	▼	○	○	=	▼	○	4
全国平均超合計		4	2	0	2	2	4	1	3	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

昨年度より大きな変化なし

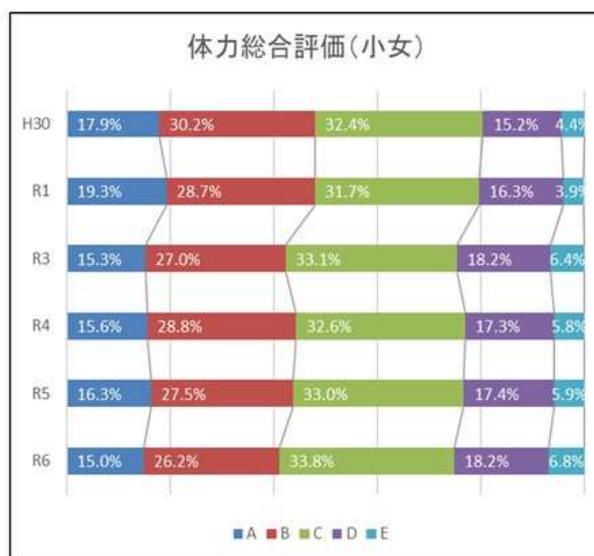
本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

（1）小学校の傾向

①体力総合評価の状況



小5男子は上位層が増加



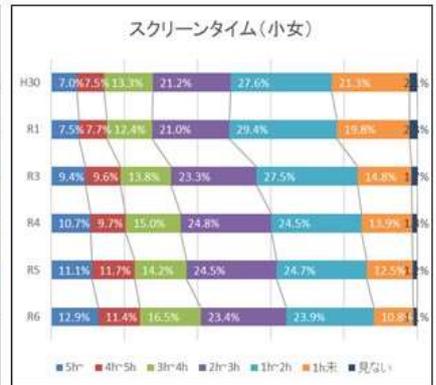
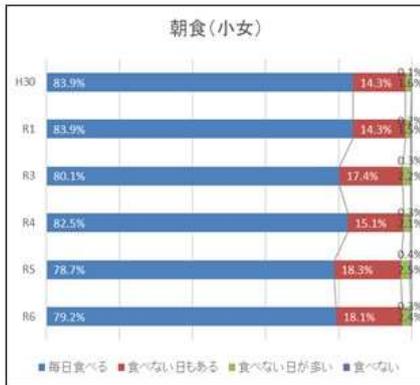
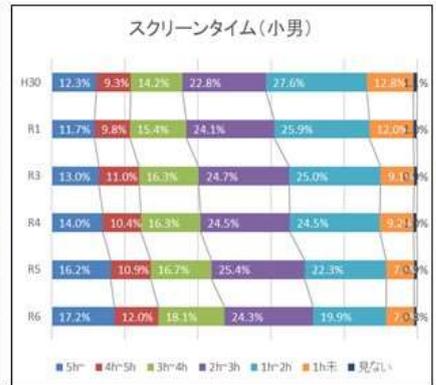
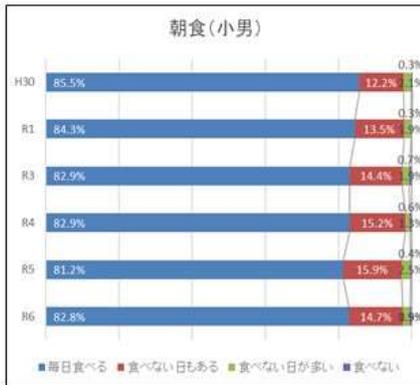
小5女子は下位層が増加

②生活習慣について (児童生徒・学校質問紙調査結果より)

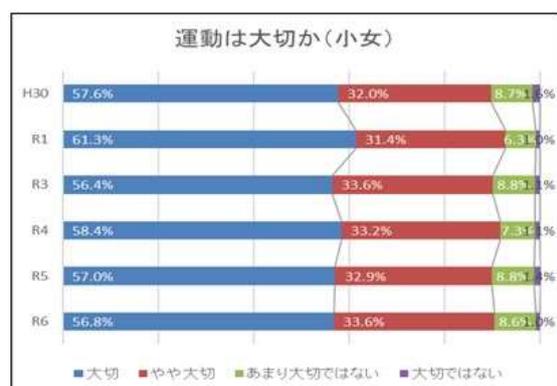
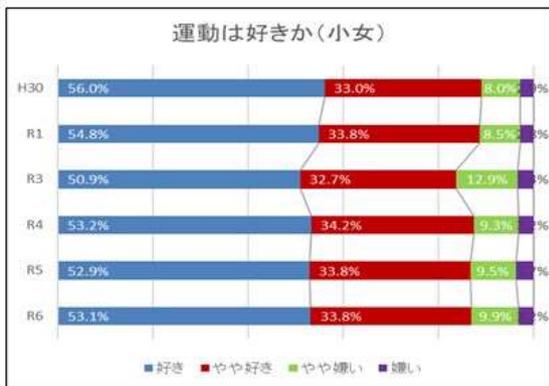
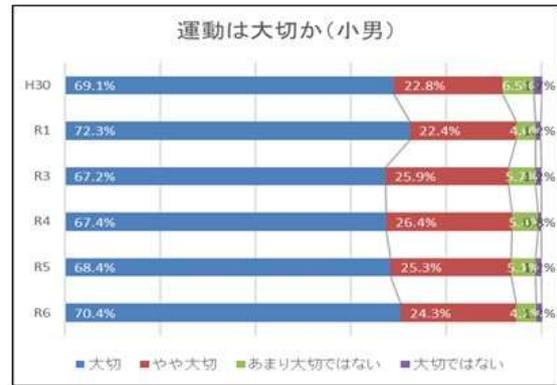
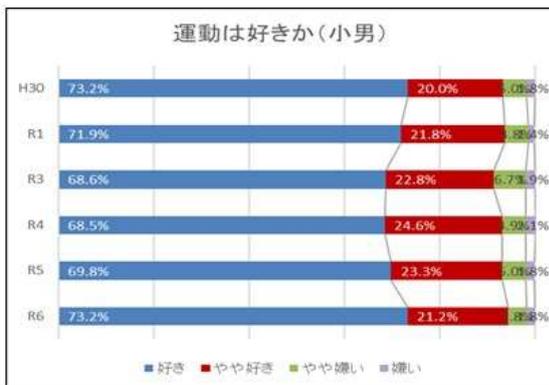
朝食欠食 (減)

睡眠時間 (増)

スクリーンタイム (増)



③運動に対する意識 (児童生徒・学校質問紙調査結果より)

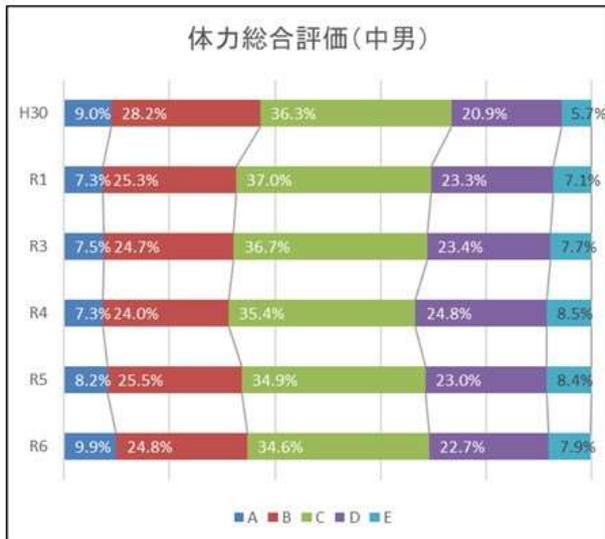


全ての項目で増加 (改善傾向)

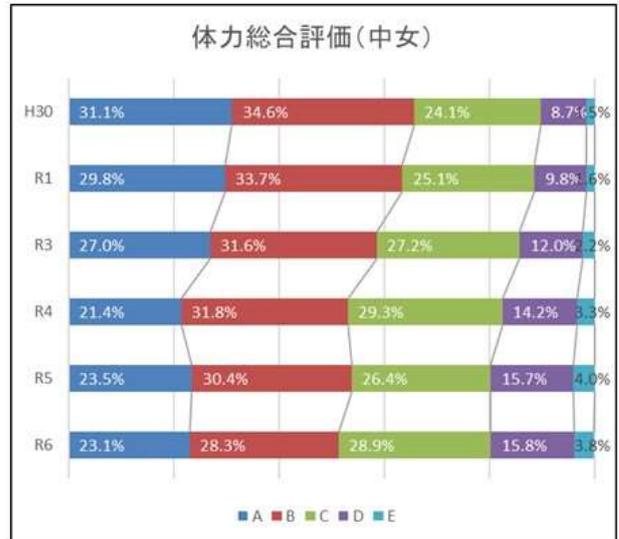
本県の傾向（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

（２）中学校の傾向

① 体力総合評価の状況

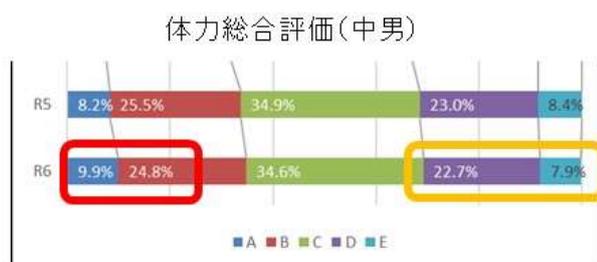
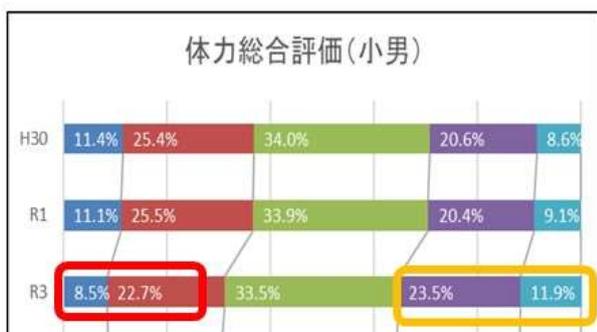


中2男子は上位層が増加



中2女子は下位層が増加

体力総合評価を伸び率で評価（中学2年生）



(A+B評価) 31.2% → 34.7%

(D+E評価) 35.4% → 30.6%

(A+B評価) 42.3% → 51.4%

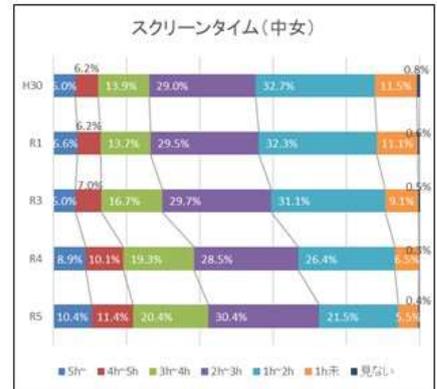
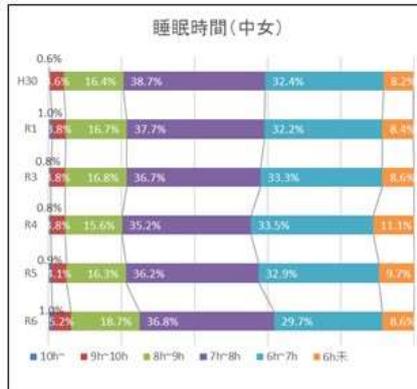
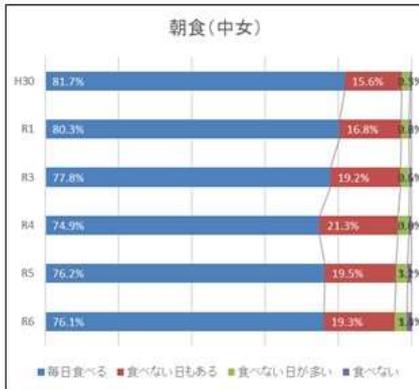
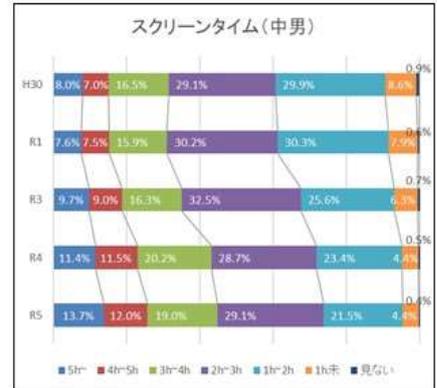
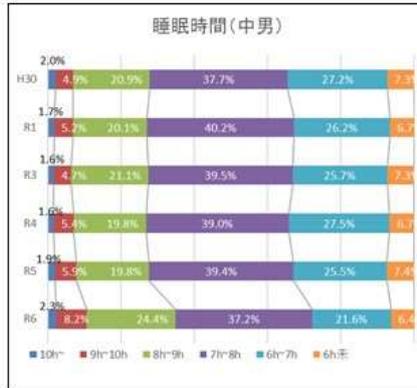
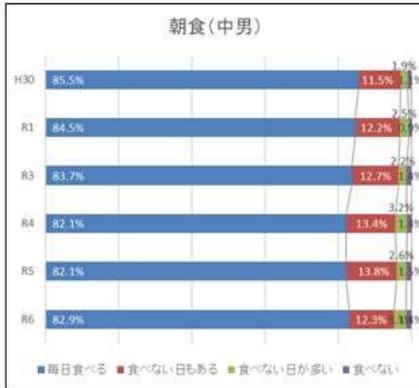
(D+E評価) 24.6% → 19.6%

②生活習慣について 朝食欠食（減）

（児童生徒・学校質問紙調査結果より）

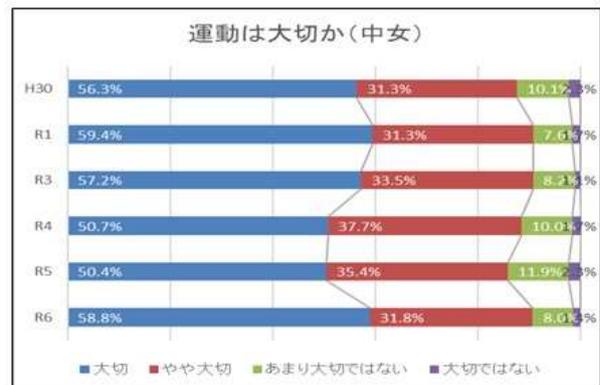
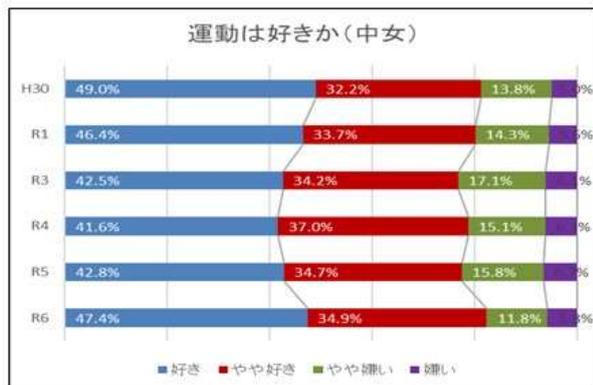
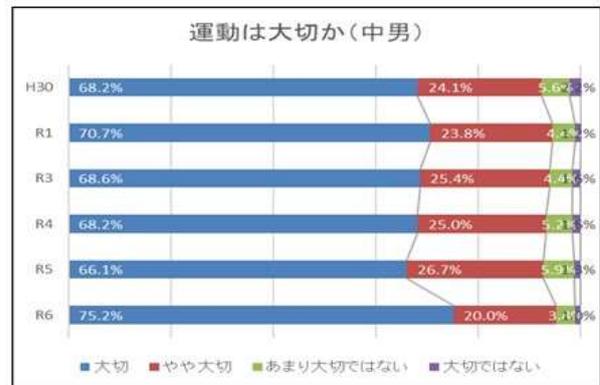
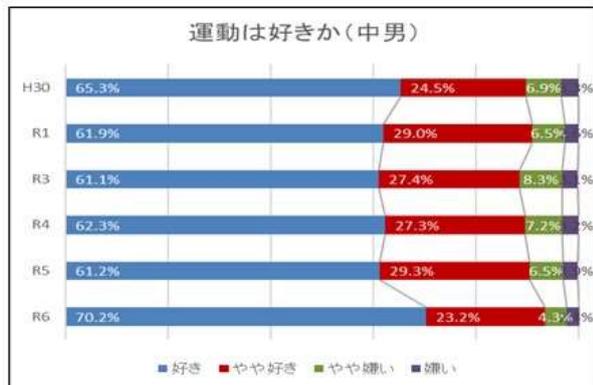
睡眠時間（増）

スクリーンタイム（増）



③運動に対する意識

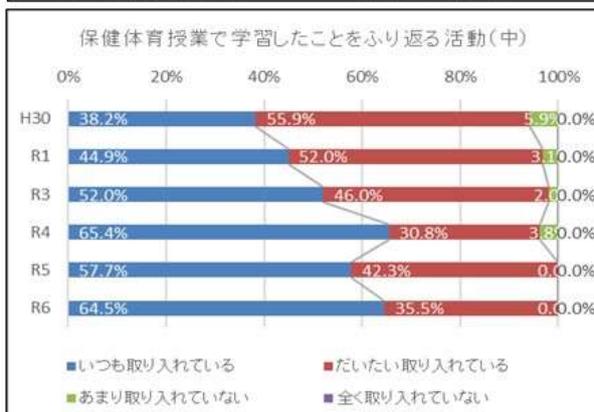
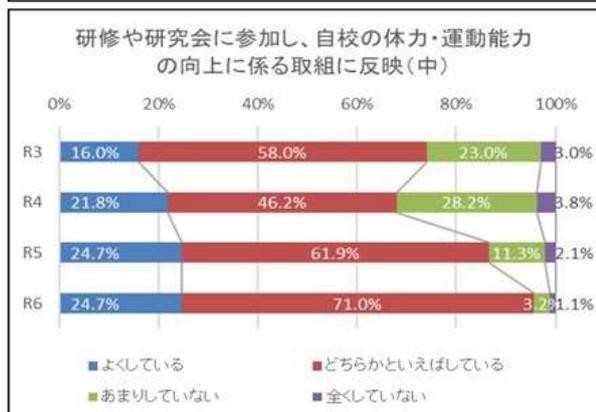
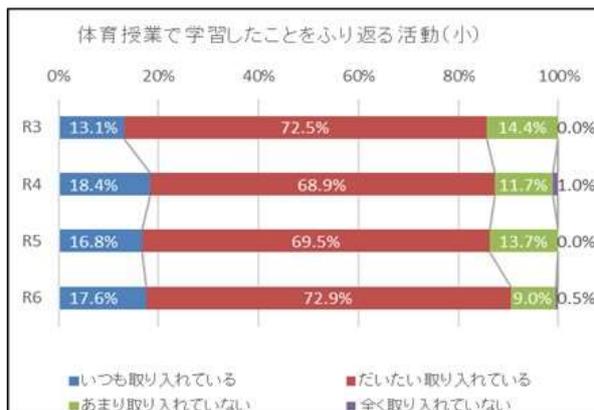
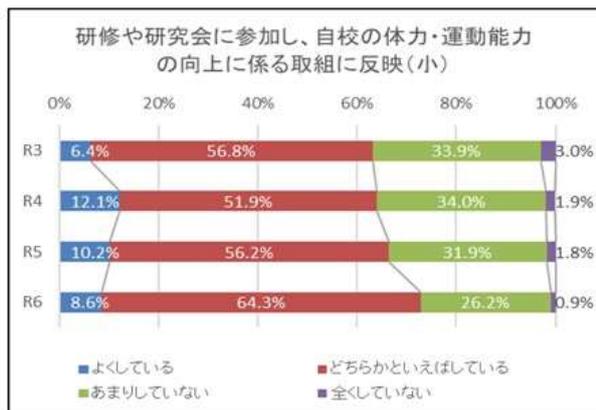
（児童生徒・学校質問紙調査結果より）



全ての項目で増加（改善傾向）

(3) 授業に関する取組み

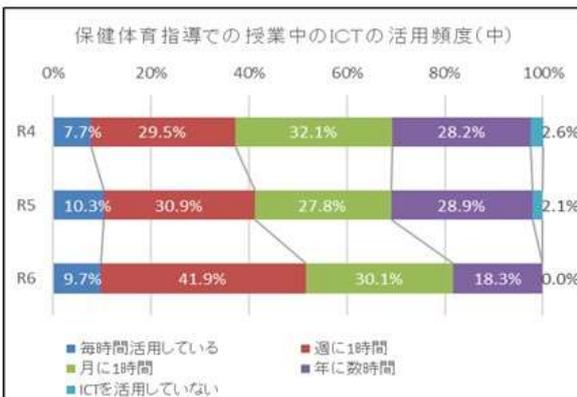
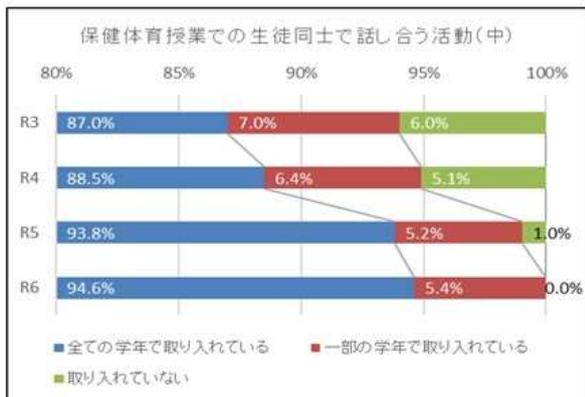
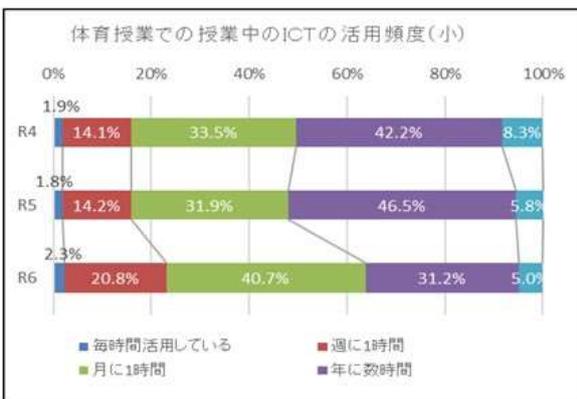
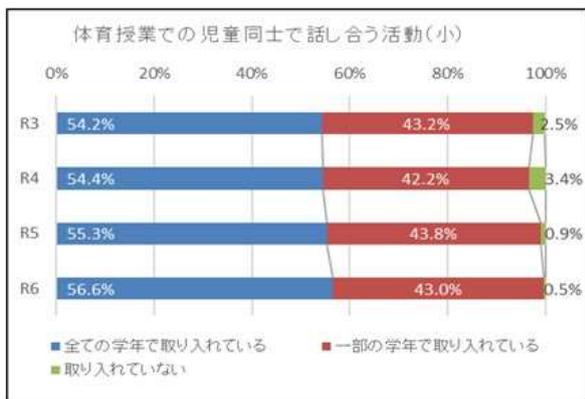
① 教員アンケート



(スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果より)

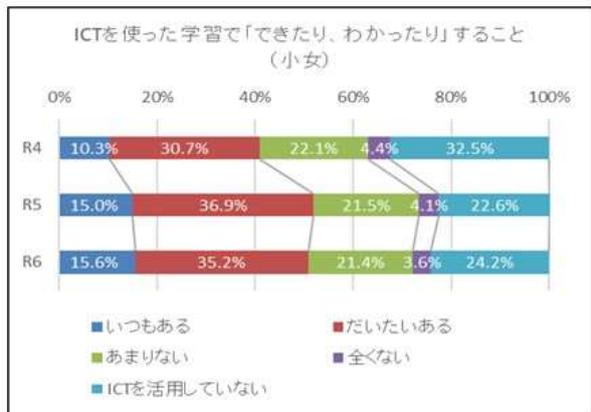
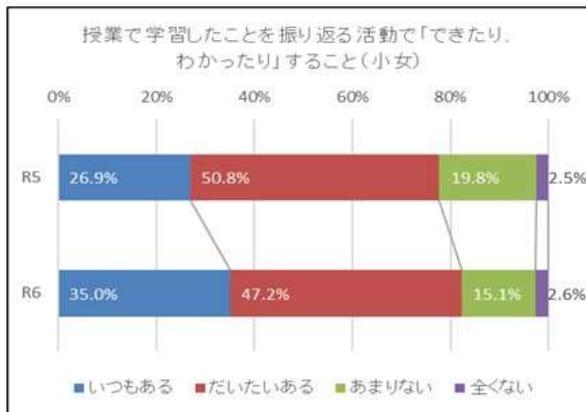
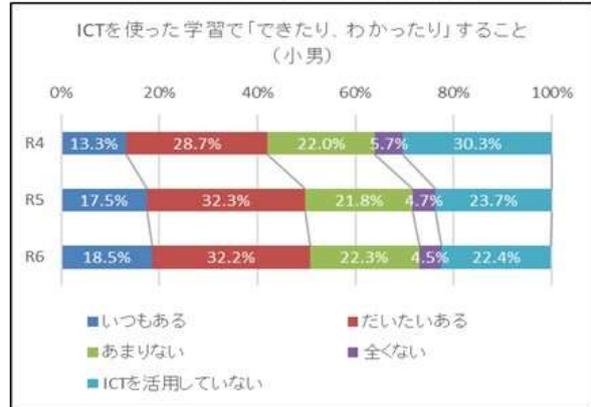
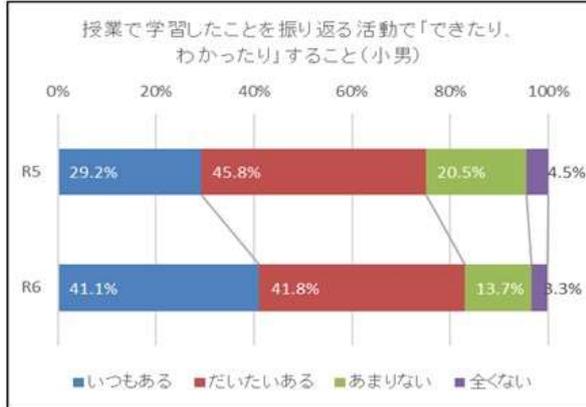
① 教員アンケート

(スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果より)



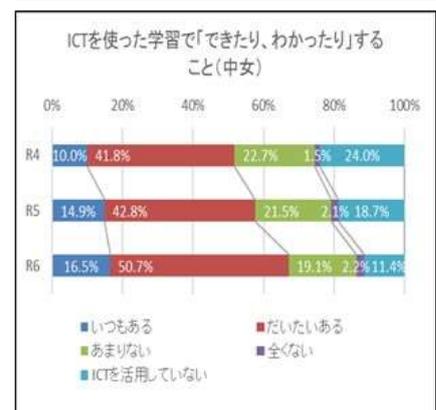
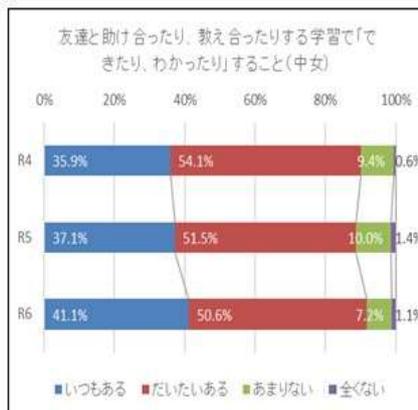
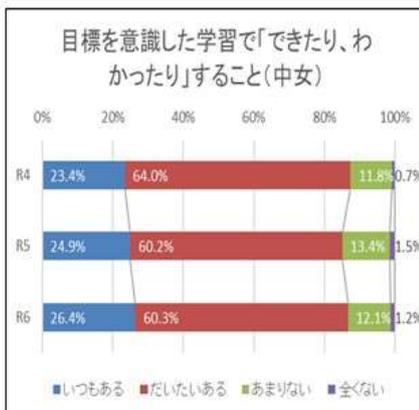
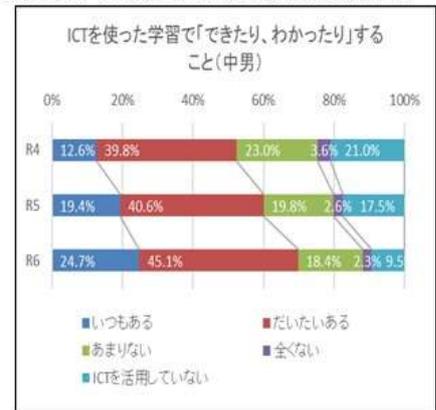
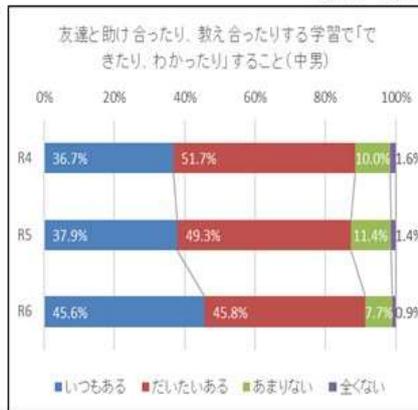
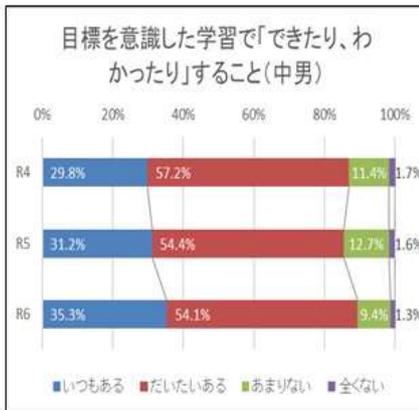
②児童アンケート（小5）

（スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果より）



③生徒アンケート（中2）

（スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果より）



R5本県の取組みの成果（R6の結果）

- (1) 昨年度の提言のとおり、各校に目の前の子どもたちの様子から、必要な取組みを企画・実施していただけた。
- (2) 全国学校体育研究大会山形大会の研究実践が波及

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	2 2 2	39,542人(86.4%) 【男子 19,959人 女子 19,586人】
中学校	9 6	17,478人(82.7%) 【男子 10,624人 女子 10,237人】
高校	4 5	12,962人(85.3%) 【男子 6,624人 女子 6,680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 : 反・20m

課題 : 握・50m・立・ボ

○ : 目標値以上 * : 同程度 ● : 目標値以下 ↑ : 前年度より上

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(点)
6	R06県値	* 9.12	* 11.49	○ 26.48	* 27.23	* 19.00	● 11.78	● 113.86	● 8.80	30.34
	得点	4	4	5	4	4	3	3	↑ 3	C
7	R06県値	● 10.71	* 14.21	* 27.54	* 31.26	* 28.51	● 10.92	● 125.87	● 12.21	37.30
	得点	4	5	5	5	5	4	4	↑ 4	C
8	R06県値	* 12.41	○ 15.95	* 29.65	○ 35.06	○ 35.96	* 10.37	* 134.91	* 15.60	42.90
	得点	5	6	5	6	6	5	5	↑ 5	C
9	R06県値	* 14.16	* 17.62	* 30.69	○ 39.07	* 43.47	* 9.95	* 143.68	* 18.59	48.00
	得点	6	6	6	7	↑ 6	↑ 6	6	↑ 6	C
10	R06県値	● 16.55	* 19.48	● 33.28	○ 42.40	* 49.43	● 9.59	● 152.44	● 21.65	53.23
	得点	↑ 6	↑ 7	6	↑ 8	↑ 7	↑ 6	↑ 6	↑ 6	↑ C
11	R06県値	* 19.40	○ 20.70	* 34.83	○ 45.25	* 56.94	* 9.26	* 161.76	* 24.34	57.92
	得点	↑ 7	↑ 8	↑ 7	↑ 8	↑ 7	↑ 7	↑ 7	↑ 7	C

調査結果の概要 (小学校女子)

良好 : 上・反

課題 : 握・50m・立・ボ

○ : 目標値以上 * : 同程度 ● : 目標値以下 ↑ : 前年度より上

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(点)
6	R06県値	● 8.59	* 11.42	* 28.60	* 26.76	* 16.11	● 12.04	● 106.89	● 5.89	30.74
	得点	↑ 3	4	4	4	4	↑ 3	3	3	C
7	R06県値	● 10.04	* 13.63	* 30.23	* 30.15	* 22.52	● 11.24	● 117.77	● 7.79	37.60
	得点	↑ 4	5	5	5	5	4	4	↑ 4	C
8	R06県値	* 11.66	○ 15.30	* 32.66	○ 33.93	○ 27.97	* 10.69	* 127.08	* 9.86	43.60
	得点	5	6	↑ 5	6	6	5	5	5	C
9	R06県値	* 13.54	○ 16.87	* 34.37	○ 37.77	* 35.10	* 10.21	* 136.82	* 12.06	49.59
	得点	6	7	6	7	↑ 6	6	6	↑ 6	C
10	R06県値	* 16.27	○ 18.43	* 37.61	○ 40.90	* 40.53	● 9.79	● 145.82	* 14.30	55.37
	得点	7	8	7	↑ 8	7	6	↑ 6	7	C
11	R06県値	○ 19.01	○ 19.38	* 39.38	○ 43.37	○ 46.15	* 9.43	* 152.79	* 16.30	59.96
	得点	8	8	7	↑ 9	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・立・ポ

○：目標値以上 *：同程度 ●：目標値以下 ↑：前年度より上

男

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	持久走	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(秒)	(点)
12	R06県値	● 23.86	* 22.41	* 40.26	* 48.23	* 64.81	● 8.61	● 181.57	● 17.56	● 443.28	33.24
	得点	3	↑ 5	5	↑ 5	5	↑ 3	↑ 3	3	↑ 4	C
13	R06県値	● 29.74	○ 25.66	○ 44.14	○ 51.67	○ 80.51	* 7.98	● 199.22	● 20.81	* 405.26	41.83
	得点	4	6	6	↑ 6	↑ 6	5	↑ 4	↑ 4	5	C
14	R06県値	● 34.98	○ 27.73	* 47.50	○ 54.26	* 86.99	* 7.59	● 213.36	● 23.23	● 388.58	48.44
	得点	↑ 5	↑ 7	6	7	6	6	↑ 5	↑ 5	5	↑ C

女

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	持久走	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(秒)	(点)
12	R06県値	● 21.23	○ 19.37	* 43.87	○ 44.76	○ 47.19	* 9.16	* 163.05	● 11.35	* 315.51	42.91
	得点	↑ 4	↑ 6	↑ 5	↑ 6	↑ 6	↑ 5	↑ 5	↑ 4	↑ 5	↑ B
13	R06県値	* 23.31	○ 20.93	○ 45.70	○ 45.82	○ 51.91	○ 8.97	* 165.76	* 12.37	* 302.41	46.71
	得点	5	7	6	↑ 7	6	6	↑ 5	5	5	C
14	R06県値	● 24.87	○ 22.28	* 48.44	○ 46.42	* 53.48	* 8.88	* 169.10	● 13.61	● 300.68	50.03
	得点	5	7	6	7	6	6	6	5	5	C

調査結果の概要（高等学校男女）

良好：上・長・反

課題：ポ・持

○：目標値以上 *：同程度 ●：目標値以下 ↑：前年度より上

男

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	持久走	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(秒)	(点)
15	R06県値	● 36.83	○ 27.58	* 47.43	○ 55.35	* 82.51	* 7.58	* 219.07	● 23.61	● 406.92	48.90
	得点	↑ 5	7	↑ 6	↑ 7	6	6	↑ 6	↑ 5	↑ 5	↑ C
16	R06県値	* 38.49	○ 29.07	* 48.88	○ 56.76	* 86.23	* 7.40	* 223.45	● 24.81	● 388.87	52.20
	得点	6	7	6	8	6	6	6	5	↑ 5	C
17	R06県値	* 39.85	○ 30.00	○ 50.38	○ 57.63	* 86.81	* 7.31	* 227.14	* 25.82	● 393.17	54.26
	得点	6	8	7	8	6	↑ 6	↑ 6	6	↑ 5	B

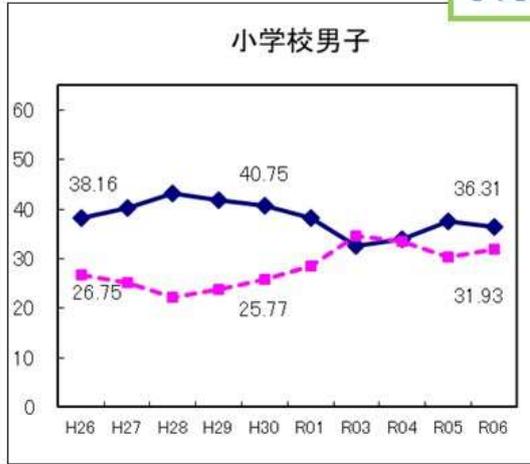
女

歳		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ	持久走	合計点
		(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(秒)	(点)
15	R06県値	* 25.14	○ 21.56	* 47.58	○ 47.32	* 48.61	● 9.02	* 168.66	● 13.18	● 316.71	48.69
	得点	↑ 6	7	6	7	6	5	6	5	↑ 5	C
16	R06県値	* 25.79	○ 22.85	* 49.56	○ 47.89	* 49.40	● 9.00	* 169.91	● 13.83	● 316.07	50.62
	得点	↑ 6	7	6	7	6	5	6	5	↑ 5	C
17	R06県値	* 26.30	○ 23.74	○ 50.41	○ 48.29	* 49.34	* 8.95	* 170.57	* 14.30	● 327.24	51.82
	得点	↑ 6	8	↑ 7	↑ 7	↑ 6	↑ 6	↑ 6	6	↑ 4	↑ C

総合評価における10年間の推移

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

小男



小女

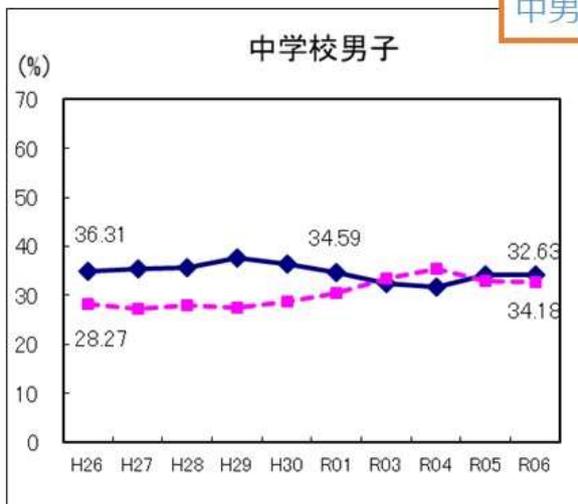


小学校は横ばい

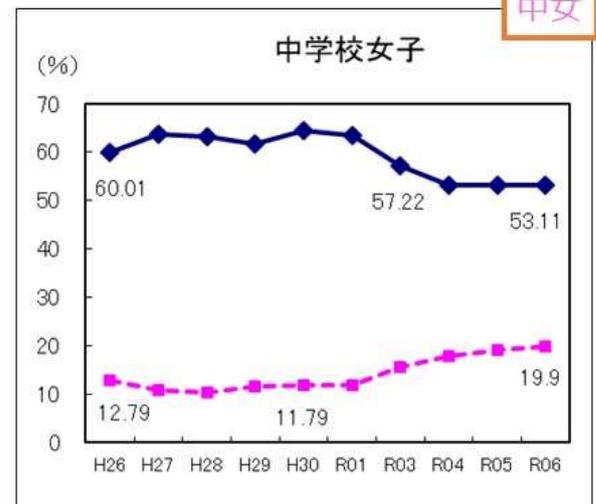
総合評価における10年間の推移

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

中男



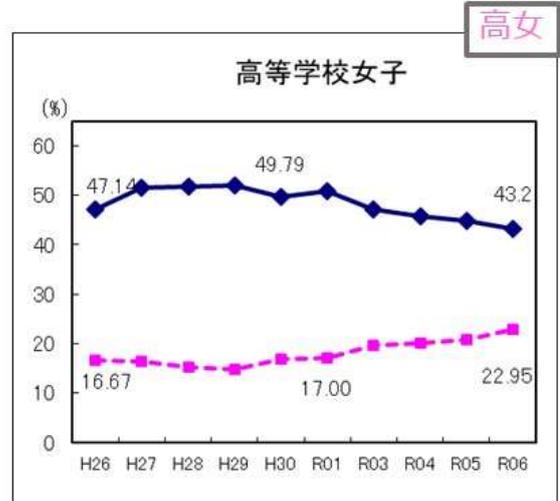
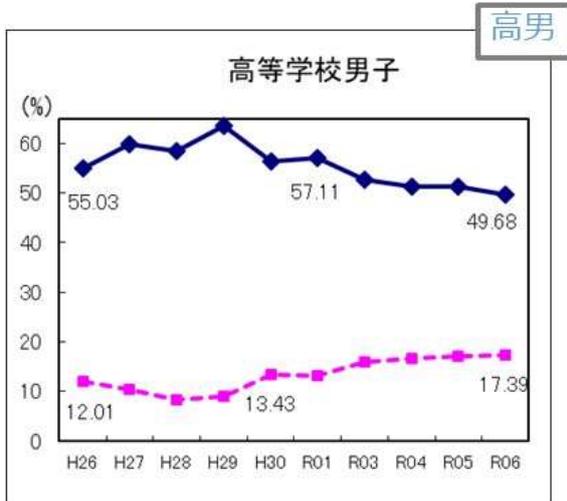
中女



中学校は、 男子が横ばい、女子は下位層が増加

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)



高校は、男女ともに上位層が減少、下位層が増加

資料 5

本県の今後の取組み

山形県教育委員会からのメッセージ

昨年に引き続き

1. 生涯にわたって運動に親しむ態度の醸成
2. “**楽しい**”体育・保健体育授業の推進
3. **体育と保健**との一層の関連
4. 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取り組み）
5. 家庭との連携

スポーツ庁分析・県体力向上推進委員会指摘

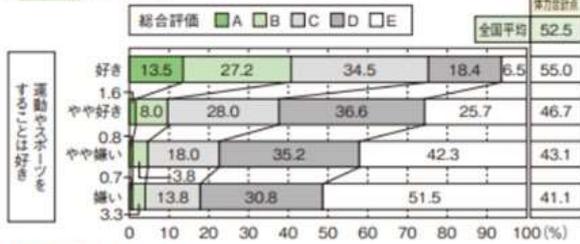
意識したい視点

1. “**楽しい**”体育・保健体育授業のより一層の推進
2. **生活習慣**の改善
3. **体力向上**への試み

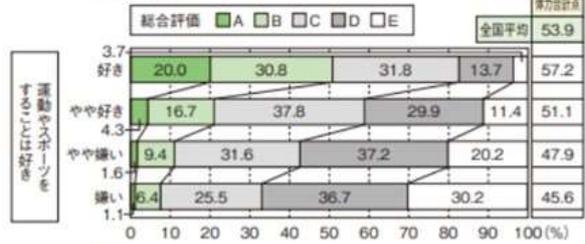
1、楽しい体育・保健体育授業の推進

[図5] 「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]

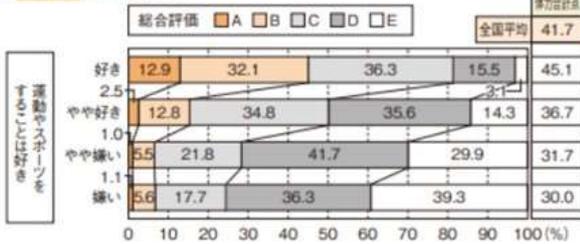
小学校 ●男子



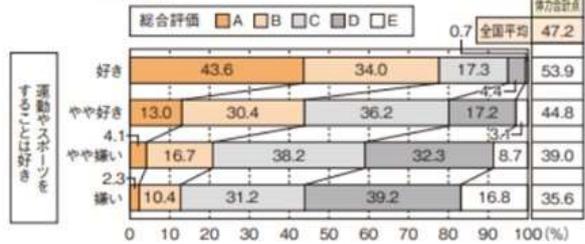
●女子



中学校 ●男子



●女子



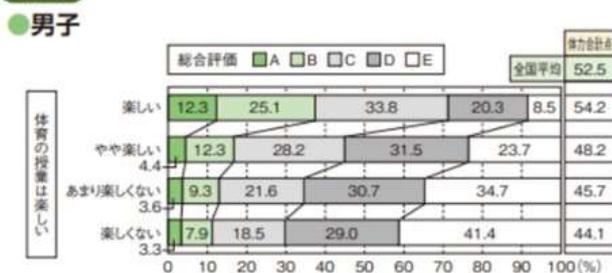
スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

「運動やスポーツが好き」な児童生徒ほど体力合計点や総合評価が高い

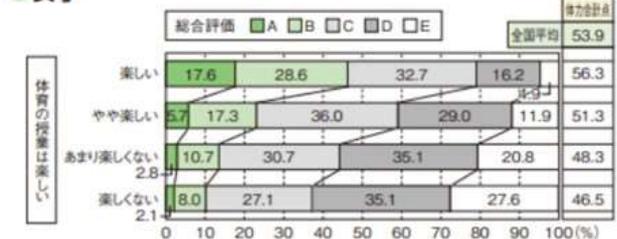
1、楽しい体育・保健体育授業の推進

[図17] 「体育・保健体育の授業は楽しい」×[総合評価と体力合計点]

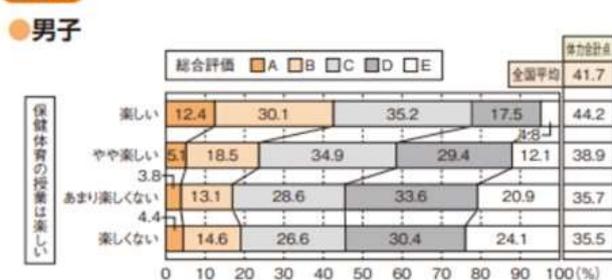
小学校 ●男子



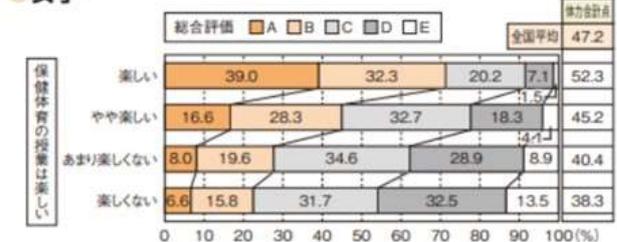
●女子



中学校 ●男子



●女子



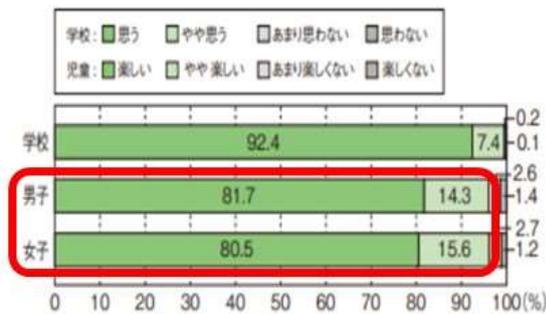
スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

1.“楽しい”体育・保健体育授業の推進

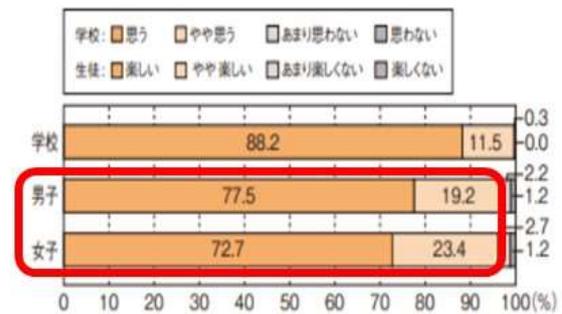
〔図22〕 児童生徒質問紙「体育・保健体育の授業が楽しいと感じるとき」、
学校質問紙「児童生徒が体育・保健体育の授業が楽しいと感じていると思うとき」

●できなかったことができるようになったとき

小学校



中学校



スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

1.“楽しい”体育・保健体育授業の推進

(R5 体力向上対策会議より)

できる、わかる

⇒楽しい

⇒もっとやりたい

できない、わからない

⇒楽しい

⇒もっとやりたい

1.“楽しい”体育・保健体育授業の推進

できる、わかる



⇒楽しい

⇒もっとやりたい

運動・技能の

「できる」だけに着目せず

例えば

- ・ 仲間にアドバイスできた
- ・ 仲間の良い動きに拍手ができた
- ・ 準備や片付けが手際よくできた

1.“楽しい”体育・保健体育授業の推進

できる、わかる



⇒楽しい

⇒もっとやりたい

子どもたちに求める

知識及び運動・技能が

発達段階や目的に合っているか

を再確認

1.“楽しい”体育・保健体育授業のより一層の推進

意識したい視点

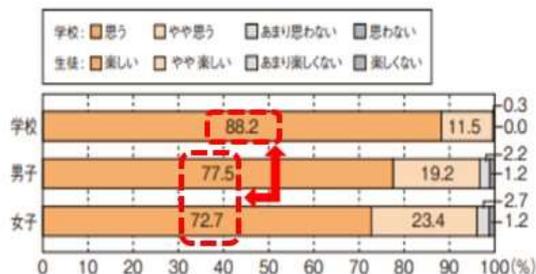
〔図22〕 児童生徒質問紙「体育・保健体育の授業が楽しいと感じるとき」、
学校質問紙「児童生徒が体育・保健体育の授業が楽しいと感じていると思うとき」

●できなかったことができるようになったとき

小学校



中学校



スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

1.“楽しい”体育・保健体育授業の推進

Q.体育（保健体育）の授業は楽しいですか （ ）は全国値

	楽しい・やや楽しい	あまり楽しくない・ 楽しくない
小5男子	95.1% (94.6%)	4.9% (5.4%)
小5女子	90.9% (90.0%)	9.1% (10.0%)
中2男子	93.4% (91.4%)	6.6% (8.6%)
中2女子	85.3% (83.7%)	14.7% (16.2%)

みんなで楽しめる実践例①

Gakken 体育・保健体育ジャーナル 高田彬成先生の記事より引用

“速い者、勝ち”ではないリレー

×単純にバトンをしながら走る【ただの勝負】
速い子も遅い子も目立つ 遅い子は苦痛

○最初にチームでタイム計測【基準】
チームで工夫しながら練習



↓
タイムの伸び率で競い合い
普通に走ったら遅いチームが伸び率では1番！！
みんなが活躍 チームとしての高まり・関わり合い

みんなで楽しめる実践例②

“相手を負かさない”ソフトバレーボール

どうしてもレシーブができない子

↓
発泡スチロールで作ったボードをはめてレシーブ

↓
うまくラリーが続くようになった

× 攻撃と守備 敵と味方

○ 同じラリーを続ける仲間
相手とゲームを楽しむ



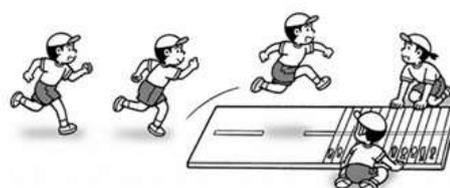
どうやったらみんな
が楽しめるかな～
(共生)

みんなで楽しめる実践例③

“マットを使った”走り幅跳び

▲靴が汚れる 手を着きたくない エリアが限られる
グループ活動が限られる

- マットを2枚重ね、間に防災用のアルミシート
→上のマットがスーツと滑って、つんのめらず安全
- 複数のグループが同時に練習可
- 動画撮影、意見を言い合える



「体育とはこういうもの」

「こういう場所で」

「このような道具を使って」

「こういうルールでやるのだ」

「教えなければならぬ」

「身につけさせなければならぬ」

運動嫌いな子ども 外遊びの経験が少ない etc



運動・スポーツ・体育が嫌い・体力低下

“ここさえ押さえればいい（運動の特性）”を明確に
みんなが楽しめるように工夫

楽しむことが何より大切

“やってみたい” “こうなりたい”

という気持ちを起こさせる



<県の事業>

武道推進モデル校事業

- ・中学校対象、武道2種目、外部指導者
R6(空手道、合気道、柔道、剣道)



外部指導者派遣事業

- ・小・中学校対象、苦手な領域の指導
R6 30校37名派遣(スキー、ダンス他)



柔道安全指導講習会

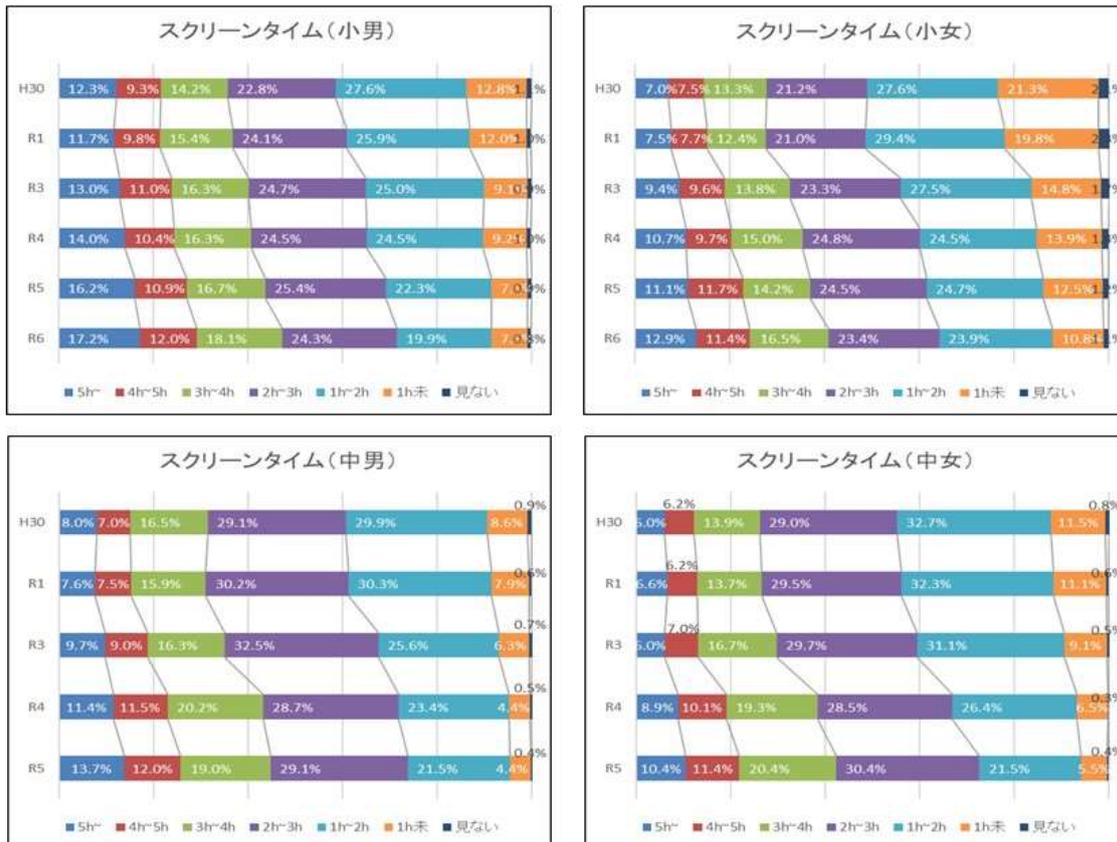
- ・中学校、高校対象、安全で楽しい柔道



実技指導者講習会

- ・小学校対象
R7 ACP講習(置賜、庄内)
体育実技指導者講習会(村山、最上)
- ・中学校・高校合同
R7 体育実技指導者講習会

2. 生活習慣の改善（スクリーンタイム）



スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

学校体育保健課（保健班）

<子どもの健康づくり連携派遣事業>

地域の**専門医**を学校に派遣



日常的に児童生徒の心身の健康づくりを**支援・推進**



健康問題に学校・家庭・地域で取り組む**体制整備**

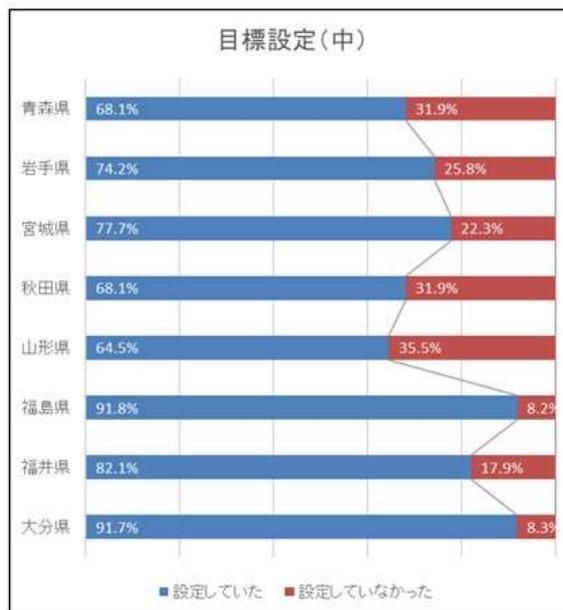
R6 専門医派遣（小・中・高）59校にて実施

生活習慣・いのち等について講演

⇒ 児童生徒、教職員の**健康への意識の向上**

3、体力向上への試み

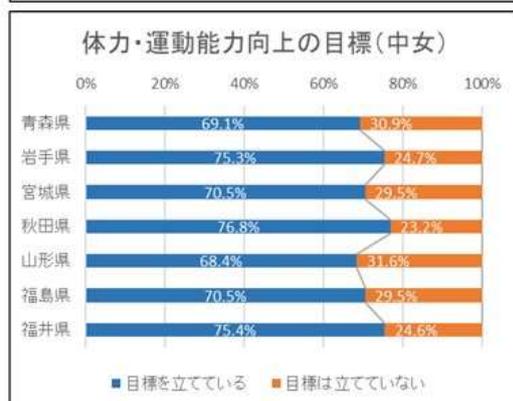
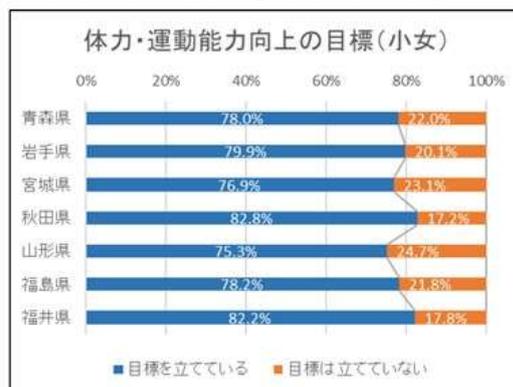
Q.体力・運動能力の向上のための学校全体の目標を設定していましたか



スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

3、体力向上への試み

Q.体力・運動能力の向上のための個人の目標を設定していましたか



スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書より

3、体力向上への試み

【年度当初】

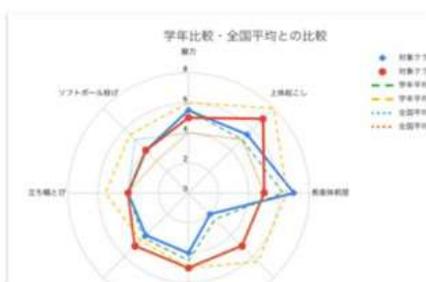
過去のデータを配付
(可能なら複数年)

平均記録

対象クラス	腕力	上体起こし	両足併足跳	反復跳び	ソフトボール	50m走
男(前年度)	13	15.5	24.5	20	20	11.05
女(前年度)	12	17	32	31	23	10.8
学年平均						
男(前年度)	13.25	13.5	31.75	22.25	22.75	10.925
女(前年度)	15	18.5	36.5	36.5	23	11.05
全国平均						
2年男子	10.76	14.45	28.15	31.1	27.7	10.58
2年女子	10.08	13.63	20.84	29.88	21.58	10.95

平均スコア

対象クラス	腕力	上体起こし	両足併足跳	反復跳び	ソフトボール	50m走
男(前年度)	5.5	5.5	7.0	2.0	4.0	4.0
女(前年度)	5.0	7.0	5.0	5.0	5.0	5.0
学年平均						
男(前年度)	5.5	5.0	6.3	2.5	4.5	4.3
女(前年度)	6.0	8.0	6.5	5.5	5.0	4.5
全国平均						
2年男子	4	5	5	5	5	5
2年女子	4	5	5	5	5	5



【児童・生徒】

各個人の伸び率を踏まえ、
来年度までの目標を設定

新体力テスト結果 記録カード (Sheet 1) の

新体力テスト結果 記録カード

		0 年 1 組 11					
1 新体力テストの自分の目標を立ててみましょう!		腕力	上体起こし	両足併足跳	反復跳び (50cm×10回)	50m走	立ち幅と
自分の目標							
自分の記録							
2 新体力テストの結果をまとめてみましょう		腕力	上体起こし	両足併足跳	反復跳び (50cm×10回)	50m走	立ち幅と
自分の記録		15.86	15.87	46.55	44.05	46.49	9.17
北海道		20	18	42	38	40	9.8
全国平均		8	8	7	9	8	7
北海道		8	8	8	7	7	8

北海道教育庁学校教育局HPより

低い項目を〇〇cm伸ばしたい!

B基準の最低点△△を取りたい!

3、体力向上への試み

【体づくり運動】

- ・ 目標に応じて運動を行う場面を設定

【各領域】

- ・ 体づくり運動との関連
- ・ 領域の特性に応じた体力向上

【授業以外】

- ・ 家庭で実践 (運動例の紹介)
- ・ 遊び、習い事
- ・ スポーツクラブ、部活動



可能な限り時期を
後半にずらし

**体力テスト
実施**



3、体力向上への試み（体づくり運動の重要性）

- ・ 将来、運動を選択 → 経験したことがある種目
- ・ 対人競技、球技 → 一人で実践しにくい
- ・ 知識がない → お金を払ってジムに通う

<体づくり運動>

運動の意義・行い方などの知識の定着



学校以外でも体力維持・向上

一人でも実践

生涯にわたり、運動を実践する・できる

最後に・・・

R7年度 第7次山形県教育振興計画策定

健やかな体の育成

R10までに・・・

●運動やスポーツが好きな児童・生徒



90%以上

中学校 第3学年

学校のテーマ	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業の工夫			
知識及び技能	その運動について、競技の向上や競争の楽しさや喜びを確かな技術をも身に付けることができるようにする。			
思考力、判断力、表現力等	動き観察・リレーでは、中間生へのつなぎを促しながら、動きなどの自己や仲間の様子を褒め、合理的な解決に向かう。			
学びに向かう力、人間性等	球上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止めることのできる練習や体験を大切にしようすることなどや、健康			
領域	知1	知2	知3	知4
運動	知1	知2	知3	知4
健康	知1	知2	知3	知4
道徳	知1	知2	知3	知4
外国語	知1	知2	知3	知4
芸術	知1	知2	知3	知4
総合	知1	知2	知3	知4
職業	知1	知2	知3	知4
キャリア	知1	知2	知3	知4
情報	知1	知2	知3	知4
生活	知1	知2	知3	知4
総合	知1	知2	知3	知4
職業	知1	知2	知3	知4
キャリア	知1	知2	知3	知4
情報	知1	知2	知3	知4
生活	知1	知2	知3	知4

●好事例を共有するプラットフォーム

クラウド上でいつでも見れる

(2) グループ協議

グループ協議 I (25分)

- ① 自己紹介。 **2分**
- ② ファシリテーター1名、記録係1名を決める (スライドに打ち込み)
- ③ ファシリテーターが進行、1学校1取組みについて (各学校より) **5分**

～授業についての情報共有～

対象：小5or6年 中1or2年 高校3年 (授業内容が不明の場合は担当学年)

- ④ 単元名を選択 ★全ての校種で共通するもの
【体づくり運動、球技ゴール型、ダンス、器械運動、陸上 から1つ】
- ⑤ テーマを選択
【男女共習、技能 (運動)、グループ活動、態度の指導 から1つ】
- ⑥ 情報共有 **18分**
【指導内容・方法、子どもたちの様子、課題など】

実際の話し合いで作成されたスライド (抜粋)

グループ	9	令和6年度体力向上対策会議 グループ協議 I
【単元名】 器械運動 (マット運動)		【テーマ】 技能
小学校 ・腕支持の形になる運動を繰り返し実施している。一部の生徒は自分の体重を支えられない生徒もいることが実態。 ・倒立 (壁倒立) ができる生徒は発展的な技に取り組んでいる様子。 ・学級経営を生かして体育の授業が実践できる。 ⇒失敗しても良い雰囲気づくり『児童生徒が安心して体育に取り組める環境』		
中学校 ・体も大きくなりはじめ腕支持ができなくなったり、回転することへの恐怖が高まっている様子。小学校低学年で経験を積んで学年を上げてほしい。中学1年生でマット運動を行うと学級の3割くらいの生徒は倒立前転ができない現状。		
高校 ・技能が上位生徒は進んで挑戦していく。高校生年代では恐怖心を克服して技に取り組むことが難しい。 ・できる人、できない人の差が大きい。「見られたくない」、「失敗したくない」生徒が多く消極的な様子が見える。		

【単元名】ダンス

【テーマ】男女共習 技能 グループ活動

小学校

- ・表現運動が多い。まねっこやテーマに合わせた動きを体を使って表現する。
- ・学習発表会などで披露するものを体育で実施している。
- ・5年生でフォークダンスを行うが学年によって男女の実態に応じて最初は恥ずかしがる児童も多い。→やっているうちに楽しくなっている様子は見られる。

中学校

- ・評価が難しい。
- ・小学校で表現運動を行っているが、ダンスになると・・・
- ・思春期ということもあり、恥ずかしがってしまう子どもも多い。

高校

- ・体育の授業で作ったダンスを文化祭で発表する。自分たちで曲や構成などを考えて行う。
- ・フォークダンスなどは行わない。・ダンスを習っている人が中心になって
- ・タブレットなどを使って実際に見ながら覚える。
- ・文化祭で踊らなくてはならないので、クラスでの呼びかけなどでみんな頑張っている。

【単元名】
体づくり運動

【テーマ】グループ活動

小学校

- ・グループエンカウンターのような形で行う。
- ・ペアでストレッチや筋トレ等を行い、一人ではなく複数でコミュニケーションをとりながら行うことで、仲間との高まりを楽しむようにする。
- ・課題としては、高学年で体力差や人間関係によっては上手くいかないことがあり、今後工夫が必要。

中学校

- ・1, 2年生では、他者と交流する動きを多く取り入れることにより、その後の体育や学校活動が円滑に進むようにすることを目的として行った。
- ・3年では自分の身体と向き合う時間をつくとともに、そこで考えたことを他者と交流し、より知識を深められるようにしている。

高校

- ・3人組でジグソー学習(トレーニングに関して)を取り入れている。
- ・学年が上がることにより目的に応じたメニューを作成できるように行っている。
- ・3年では、生涯にわたってスポーツに親しむことができるように、家でも取り組めるメニューをチームで考える取り組みを行っている。

グループ協議Ⅱ（30分）

- 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 「**グループ協議Ⅰ**」で選んだ領域について
「**①楽しい理由**」を話し合い、まとめる。
「**②楽しくない理由**」を話し合い、まとめる。
「**③より多くの児童生徒にとって楽しくなる工夫**」を話し合い、立案する。

各校で行なっている取り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。

- ⑥ 時間は**30分間**。ファシリテーターが時間管理。
- ⑦ 休憩はグループごと適宜。
- ⑧ 後ほど、いくつかのグループが5分間で発表。
(ファシリテーター、記録以外の方で発表)

実際の話し合いで作成されたスライド（抜粋）

グループ	35	令和6年度体力向上対策会議 グループ協議Ⅱ
【単元名】		
陸上運動（長距離）		
①楽しい理由 <ul style="list-style-type: none">・ いい汗がかける。・ 記録の伸びを体感できる。・ 個別の目標でできる。・ 友だちと一緒に走れる。・ 自己記録に挑戦できる。・	②楽しくない理由 <ul style="list-style-type: none">・ 苦しい。・ つかれる。・ 順位がつくのがいや。・ 力の差がはっきりする。・ 着替えがたいへん。（汗）・	
③より多くの児童生徒にとって楽しくなる工夫 <ul style="list-style-type: none">・ 苦しいことを楽しいと思えるように、気づかせる。・ 一周の記録から測り、段階的に目標を設定する。・ 前の自分とを比較し、その変化に気付ける。・ 学習カードで体育館一周の記録を測定し、めやすのタイムを設ける。・ 学習カードには、タイム、ラップタイム、気持ちの変化、ふりかえりを書かせる。 →（案）脈拍を平常時のものと、走り終わったあとのものを比較。 循環機能が高まったことを実感。指導者側のヒントになる。 <ul style="list-style-type: none">・ ふりかえりの中に、出てきた子どもの長距離走に対する前向きな思いを取り上げる。		

【単元名】

ダンス

①楽しい理由

- ・流行している曲に合わせて体を動かすこと。SNSなどの影響もあり。
- ・完成したものを見てもらう楽しさ。
- ・正解のない動きをすることで、誰でも楽しむことができる。
- ・授業の雰囲気づくり。みんなが恥ずかしがらずに踊れる環境づくり。

②楽しくない理由

- ・小学生は形のない動きをするのが難しい。
- ・高校生は苦手な生徒は選択しなくなる。
- ・恥ずかしい！

③より多くの児童生徒にとって楽しくなる工夫

- ・授業の雰囲気づくり。みんなが恥ずかしがらずに踊れる環境づくり。
- ・動画に撮って発表。（恥ずかしさを軽減）
- ・発表の場をつくる。（発表することの楽しさを知る）
- ・グループづくりの工夫。人間関係、人数。
- ・ダンスの授業の約束事を決める。
（恥ずかしがらず、堂々と！仲間の表現を認め合おう！）
- ・先生の雰囲気（明るく、楽しいテンションで！）

【単元名】

球技ゴール型

①楽しい理由

- ・シュートが決まる
- ・集団で体を動かすこと
- ・コミュニケーションを取りながら活動できる
- ・勝つことができる
- ・作戦を立てて、成功したとき

②楽しくない理由

- ・シュートが決まらない
- ・仲良くない人がいるとき
- ・負ける
- ・点数差が広がっているとき
- ・技能さがあるとき
- ・ルールがわからない

③より多くの児童生徒にとって楽しくなる工夫

- ・チーム分け
→高校...生徒同士で話し合い決める。上手な子、下手な子でドラフト制
人数差があるときは、審判・スコアを行う。順番で行う。
- 中・小学校...単元はじめに技能チェック。教師が決め、行っていく。
- ・練習タイム、ゲームタイム、作戦タイムを区別。ルールの確認（高校）
- ・ボールの工夫... 小さいボールを使う（小学校）
- ・ドリブル禁止、ルールの工夫 歩くのは5歩まで（中学校）

3 山形県教育委員会の今後の取組みについて

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) 体力向上推進委員会を開催し、今回の調査結果・分析について、有識者から助言をいただく。
- (2) 地区ごとに体力向上対策会議を開催し、本県の課題を各学校に共有する。
- (3) 各学校はこれを受け、体育授業の工夫改善や、学校全体の体力向上に関する「1学校1取組み」等の取組み、家庭と連携した取組みの推進を行う。

【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. 地域の実態や発達の段階に合わせて、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. 「体づくり運動」の充実を図る
- エ. 「体育理論」の充実を図る（中学校・高等学校）

【各種研修会の実施】

- ア. 「令和7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体育実技指導者講習会を実施する（小学校は教育事務所単位で行う）
→開催予定日令和7年7月2、3日
- イ. 小学校教員等を対象に楽しい体育授業づくり指導者講習会を実施する
- ウ. 中・高の保健体育科教員を対象に柔道安全指導講習会を実施する

【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、小学校、中学校、高等学校において全学年・全項目を入力する調査とする。（令和4年度より）
- 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。

【次代を担う子供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。

◎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外部指導者を派遣する。

【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等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7年度山形県児童生徒の体力向上対策

1 児童生徒にとっての体力とは

「体力は、人間の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものである。したがって、体力は、人が知性を磨き、知力を働かせて活動をしていく源である。また、体力は、生活をする上での気力の源でもあり、体力・知力・気力が一体となって、人としての活動が行われていく。このように、体力は「生きる力」の極めて重要な要素となるものである。」 子どもの体力向上のための総合的な方策について（答申）平成14年9月30日中央教育審議会

2 山形県の体力の現状

- 小学校・中学校ともに男子は回復傾向。女子は横ばい。
- 男子はコロナ禍前の水準に近いが、女子は戻っていない。

3 山形県の運動に対する意識の現状

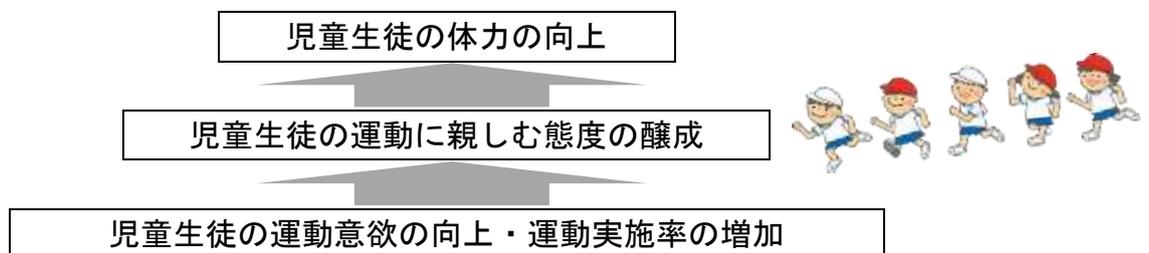
※かっこ内は全国平均

スポーツや運動が「好き」「やや好き」な小学5年生・中学2年生	88.2% (87.0%)
スポーツや運動が「大切」「やや大切」な小学5年生・中学2年生	91.6% (90.8%)
体育の授業が「楽しい」小学5年生・中学2年生	58.3% (58.9%)

4 体力向上推進委員会（有識者）での指摘

- (1) “楽しい” 体育・保健体育授業の推進 → 運動意欲の向上
- (2) 体育・運動と保健・健康の関連を図った指導の充実 → 健康意識の向上
- 運動習慣の改善

5 山形県の児童生徒の体力向上対策のイメージ



教員の指導力の向上（体育授業等の充実）

学校…学校全体で自校の児童生徒の体力、運動習慣について共通認識を持って取り組む

- 体力・運動能力調査の実施
- 自校の体力向上の課題の確認・分析
- 1学校1取組みの実施（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
- 学校・家庭との連携（家庭への発信力の向上）

県教委…学校・市町村教委・各教育事務所と連携しながら取り組む

- 体育授業の充実のための指導力向上を目指した各種講習会の開催
- 好事例を共有するプラットフォームの作成
- 1学校1取組みの推進
- 山形県体力・運動能力調査システムの活用
- 次代を担う子どもの元気アップ推進事業（体力向上推進委員会開催・令和の日本型学校体育構築支援事業）
- 子どもの健康づくり連携事業（学校保健）との連携