

体育 楽しく たくましく ～ 体に柔らかさと力強さを～

しまねっ子！元気アップ・レポート

令和2年度 島根県公立小・中・高等学校
児童生徒の体力・運動能力等調査報告書



令和3年3月 島根県教育委員会

まえがき

令和2年度は、昨年度末から世界中で新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、感染拡大防止対策として外出の自粛や3密を避けるなど、国民生活に大きな影響を及ぼし、スポーツの祭典である東京オリンピック・パラリンピックをはじめ様々なイベントが延期や中止となりました。

学校現場においても長期休業や、学校再開後においても密閉・密集・密接の「3密」を避けるなどの感染症対策、部活動や交流活動の制限など、学校生活においても多くの影響がありました。体育・保健体育の授業においても、児童・生徒の十分な運動時間を確保することが難しく、子どもたちの体力維持・向上への影響も懸念されます。

また、昨年度の「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」では、子どもの日常的な運動時間の減少が要因と考えられる体力の低下傾向が見られており、新型コロナウイルス感染症の影響による運動不足への対応も含め、子どもの体力向上と運動習慣を確立していくことが求められています。

そのような中、今年度より新しい学習指導要領が小学校において全面实施となり、中学校、高等学校でも令和3年4月以降順次実施となります。体育科・保健体育科は、小学校においては、運動が苦手な児童や意欲的に取り組まない児童に配慮すること、中学校及び高等学校においては、体力や技能の程度、年齢や性別及び障がいの有無等に関わらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方が共有できるようにすることを示しており、全ての子どもが生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現することを目指すことが求められています。

本年度は「全国体力・運動能力・運動週間等調査」も新型コロナウイルス感染症の影響により中止となり、それを受け、昭和39年から毎年実施してきた小中高校生を対象としての体力・運動能力等の本県の独自調査を初めて中止としました。しかし、各学校においては、感染拡大防止対策や子どもたちの健康・安全に最大限配慮した運動・体力向上の取組を実施いただき、また県内の状況調査にもご協力いただき感謝申し上げます。

このことから、本年度は調査結果を報告いただいた各学校の状況をとりまとめ、「令和2年度しまねっ子！元気アップ・レポート ～令和2年度 島根県公立小・中・高等学校 児童生徒の体力・運動能力等調査報告書～」を作成しました。

これらのデータの集積、事例の積み重ねを十分に分析し、今後の体育学習の充実並びに体力の向上に活かしてまいりたいと考えております。各学校におかれましても、本レポートを体力向上及び生活習慣改善への方策づくりにご活用いただければ幸いです。

終わりに、この報告書の作成にあたり、ご協力いただきました各学校、集計並びに統計に際しご支援いただいた各市町村教育委員会の方々に対しまして、心からお礼申し上げます。

令和3年3月

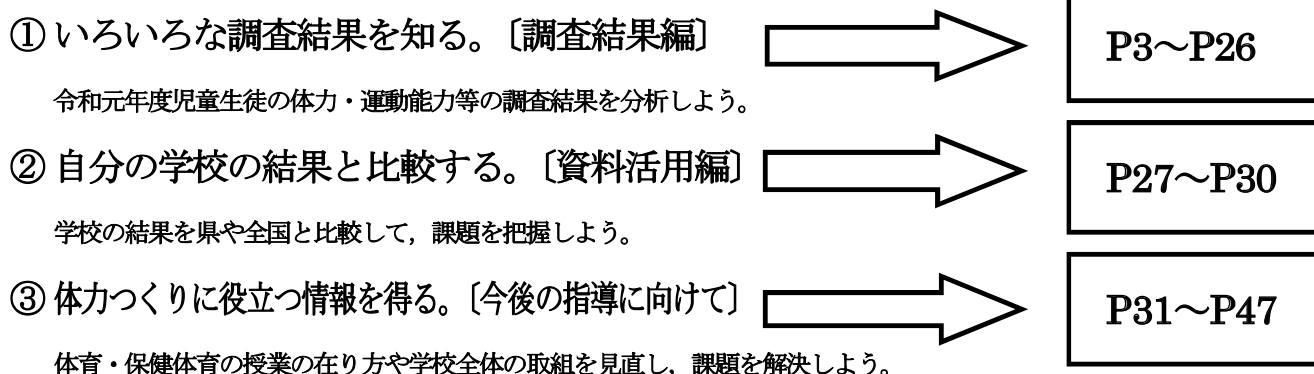
島根県教育庁保健体育課

課長 小村 淳 二

目 次

この冊子の活用方法	1	
令和2年度島根県児童生徒の体力・運動能力等調査について	2	
新体力テストで測定評価される体力要素	3	
I 調査結果編		
1 種目別平均・県標準偏差・県Tスコア	4	
2 過去5年間の平均値とTスコア	8	
3 体力・運動能力のバランス	10	
4 年齢と体力・運動能力	14	
5 運動頻度	17	
6 朝食摂取	18	
7 睡眠時間	19	
8 運動頻度と体力・運動能力	20	
9 運動部活動（地域スポーツ活動）所属と体力・運動能力	23	
10 県平均記録10年ごとの変化と傾向	26	
II 資料活用編		
児童生徒の体力・運動能力等調査平均値一覧	28	
III 今後の指導に向けて		
1 体育・保健体育の授業について	32	
【参考】島根県小学校体育連盟研究部の取組	35	
2 令和2年度 武道等指導充実・資質向上支援事業について	36	
3 令和2年度 しまねっ子！元気アップ・カーニバル	39	
4 地域や幼稚園・保育所等との連携による体力向上	41	
5 オリンピック・パラリンピック教育の推進について	43	
IV 学校における体育活動中の事故防止について		47

この冊子の活用方法



用語の説明

標準偏差 について

データの散らばり具合を数値化したものです。

データがそのデータ全体の平均値からどの程度かけ離れているかを表すものさしとして利用します。

標準偏差が小さいときは、そのデータ全体の偏りが小さく、個々のデータが平均値に近いデータの集まりであることを意味します。

標準偏差が大きいときは、そのデータ全体の偏りが大きく、個々のデータが平均値から大きく外れたデータの集まりであることを意味します。

例えば、標準偏差が5であれば、平均値の±5の範囲に数値の集まりがあることとなります。標準偏差が20であれば、平均値の±20の範囲で数値の集まりが見られることとなります。ですから、標準偏差の範囲に入っている数値は、平均集団の範囲内にあると言えます。

Tスコア について

体力テストの場合、種目によって単位や数値の幅などが異なるため、同じ尺度で比較することが難しくなります。

そのような場合、全体の平均値を50、標準偏差が10になるように修正して数値化することで比較がしやすくなります。

本冊子では、全国平均値を50とした場合の島根県平均値をTスコアとして数値化しています。

50を超えていれば、全国平均値を上回り、50未満であれば、全国平均値を下回っているということを示します。

(例) 全国平均との比較による島根県のTスコアの求め方

$$\text{県Tスコア} = 50 + 10(\text{県平均} - \text{全国平均}) \div \text{全国標準偏差}$$

令和2年度島根県児童生徒の体力・運動能力等調査について

本調査については、例年全学校で実施いただいておりますが、本年度は新型コロナウイルス感染症の影響により新体力テストが実施できなかった学校があるため、実施できた学校（未実施種目がある場合も含む）の中から、報告があった学校の記録のみで集計しました。

よって、集計サンプル数が例年と異なるため、例年と同様の数値比較や分析等が行えないことから、今年度の調査結果は「参考資料」として掲載しています。

【報告いただいた学校数】

小学校……112校

中学校…… 62校

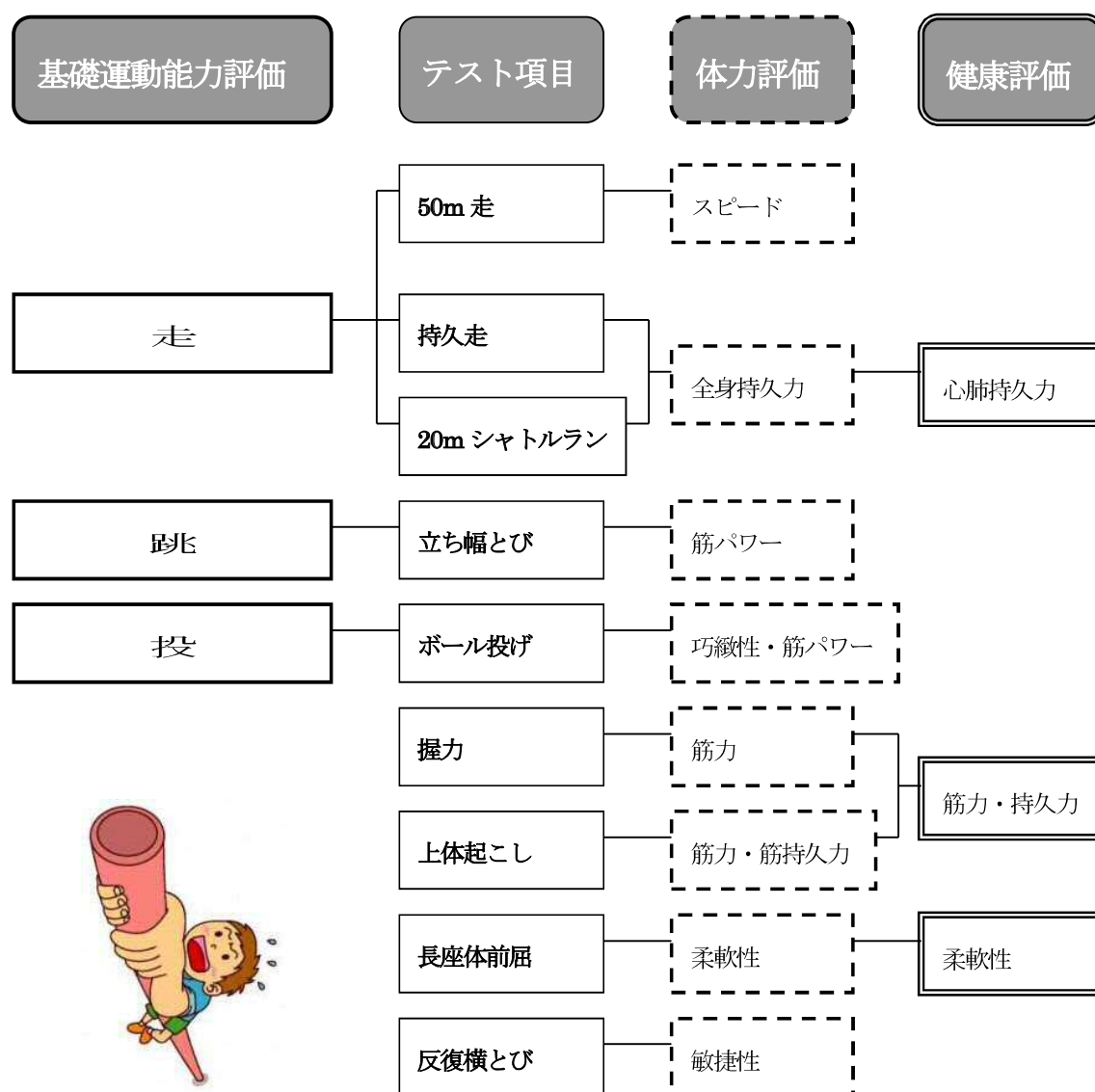
高等学校… 31校

新体力テストで測定評価される体力要素

体力・運動能力調査は、平成11年度から「新体力テスト」という名称を用いて実施されています。

「新体力テスト」は、所要時間の短縮、測定場所の確保、データの継続性、広い年齢層比較、測定の簡易性、信頼性・妥当性などの観点から検討を重ねながら作成されました。

6歳から19歳までのテスト項目は、8種類ありますが、これらの項目と体力要素の関係について示します。



「新体力テスト 有意義な活用のために」 (平成12年 文部省) より

I 調査結果編

1 種目別平均・県標準偏差・県Tスコア

(小学男子)

種目	学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6
握力 (Kg)	県サンプル数	333	339	345	323	345	367
	県平均	9.37	10.75	12.82	14.66	16.53	19.69
	全国R1平均	9.12	11.00	12.69	14.45	16.49	19.43
	県S61平均	-	-	-	-	18.36	20.75
	県標準偏差	2.42	2.76	2.82	3.32	4.07	5.20
	全国標準偏差	2.18	2.38	2.80	2.93	3.50	4.24
	県Tスコア	51.14	48.94	50.45	50.72	50.12	50.61
上体おこし (回)	県サンプル数	314	302	317	300	310	340
	県平均	11.13	14.31	15.68	17.57	19.60	20.84
	全国R1平均	11.64	14.54	16.72	18.63	20.79	22.66
	県標準偏差	5.32	6.02	5.77	4.85	5.42	5.08
	全国標準偏差	5.34	5.34	5.77	5.48	5.54	5.48
	県Tスコア	49.05	49.57	48.19	48.06	47.85	46.67
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	339	332	366	340	343	378
	県平均	25.89	27.64	29.73	30.98	32.79	34.51
	全国R1平均	26.54	27.74	29.73	31.06	33.49	35.72
	県標準偏差	7.57	6.39	7.70	8.00	7.86	8.53
	全国標準偏差	6.81	6.91	6.93	7.33	7.80	8.26
	県Tスコア	49.05	49.86	50.00	49.88	49.10	48.54
反復横とび (点)	県サンプル数	339	351	360	344	338	382
	県平均	27.87	32.48	36.36	39.06	43.30	45.96
	全国R1平均	27.26	31.58	35.38	39.21	43.61	46.27
	県S61平均	-	-	-	-	39.51	44.19
	県標準偏差	5.34	5.72	6.93	8.01	7.80	6.29
	全国標準偏差	5.02	5.90	7.16	7.34	6.73	6.55
県Tスコア	51.22	51.53	51.36	49.79	49.54	49.53	
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	338	343	354	345	344	364
	県平均	18.94	30.60	39.87	45.26	55.05	57.67
	全国R1平均	18.73	29.07	38.41	45.60	54.83	63.42
	県標準偏差	10.22	14.93	17.35	18.39	21.69	20.13
	全国標準偏差	9.58	14.00	17.27	18.91	21.20	22.38
	県Tスコア	50.22	51.09	50.84	49.82	50.10	47.43
50m走 (秒)	県サンプル数	391	397	373	372	367	418
	県平均	11.72	10.73	10.10	9.74	9.37	8.90
	全国R1平均	11.45	10.59	10.02	9.61	9.22	8.87
	県S61平均	-	-	-	-	8.96	8.68
	県標準偏差	1.60	0.99	1.16	0.90	0.95	0.79
	全国標準偏差	0.96	0.85	0.80	0.78	0.74	0.75
県Tスコア	47.15	48.32	48.97	48.38	47.99	49.61	
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	347	348	364	349	346	394
	県平均	118.60	128.51	141.93	149.16	156.32	167.28
	全国R1平均	114.74	125.57	136.81	144.52	155.38	164.07
	県標準偏差	19.57	22.81	18.99	19.02	21.89	22.36
	全国標準偏差	17.42	17.46	18.54	19.00	19.20	20.35
	県Tスコア	52.22	51.68	52.76	52.44	50.49	51.58
ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	338	332	350	327	329	372
	県平均	9.05	12.97	16.76	21.06	24.99	28.44
	全国R1平均	8.28	11.52	15.66	18.92	22.92	26.65
	県S61平均	-	-	-	-	28.42	32.35
	県標準偏差	3.87	5.05	5.97	7.79	8.18	8.84
	全国標準偏差	3.16	4.55	6.11	7.01	8.13	9.37
県Tスコア	52.44	53.19	51.80	53.06	52.54	51.91	

(小学女子)

種目	学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6
握力 (Kg)	県サンプル数	313	308	323	348	342	343
	県平均	8.82	10.22	12.14	14.04	16.34	19.39
	全国R1平均	8.57	10.23	11.84	13.87	15.91	19.23
	県S61平均	-	-	-	-	17.14	20.28
	県標準偏差	2.18	2.45	2.65	3.00	4.02	4.29
	全国標準偏差	2.00	2.24	2.48	3.02	3.56	4.12
	県Tスコア	51.24	49.96	51.21	50.57	51.21	50.39
上体おこし (回)	県サンプル数	292	280	296	318	304	321
	県平均	11.54	13.90	15.96	17.86	18.50	19.34
	全国R1平均	11.39	14.13	15.85	17.64	19.19	20.84
	県標準偏差	4.96	4.97	4.49	4.86	4.72	5.35
	全国標準偏差	5.11	5.31	5.17	5.10	4.99	4.88
	県Tスコア	50.29	49.57	50.22	50.43	48.62	46.93
	長座体前屈 (cm)	県サンプル数	309	304	354	362	335
県平均		28.82	31.10	32.66	35.16	37.14	39.07
全国R1平均		28.57	30.30	32.08	34.82	37.40	41.02
県標準偏差		7.77	7.61	7.29	7.55	8.28	8.47
全国標準偏差		6.61	6.81	6.89	7.30	8.32	8.24
県Tスコア		50.37	51.17	50.85	50.47	49.69	47.64
反復横とび (点)		県サンプル数	315	321	344	366	337
	県平均	27.71	31.41	34.12	38.47	42.49	44.96
	全国R1平均	26.52	30.56	33.58	37.91	41.51	44.19
	県S61平均	-	-	-	-	38.41	41.62
	県標準偏差	5.16	6.10	6.32	6.68	7.11	23.71
	全国標準偏差	4.62	5.52	6.50	6.46	6.15	5.66
	県Tスコア	52.58	51.55	50.83	50.87	51.60	51.36
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	307	317	338	363	342	333
	県平均	17.20	24.65	31.17	38.31	45.77	48.88
	全国R1平均	15.96	22.27	29.16	37.09	44.14	51.56
	県標準偏差	8.45	12.00	12.47	15.24	17.26	16.43
	全国標準偏差	6.63	9.31	12.55	15.16	17.08	17.93
	県Tスコア	51.86	52.55	51.60	50.81	50.96	48.51
	50m走 (秒)	県サンプル数	362	364	365	393	362
県平均		11.95	11.03	10.36	9.96	9.53	9.23
全国R1平均		11.82	10.93	10.40	9.91	9.52	9.15
県S61平均		-	-	-	-	9.19	8.93
県標準偏差		1.50	1.00	0.86	0.78	0.74	0.86
全国標準偏差		1.00	0.84	0.78	0.75	0.72	0.68
県Tスコア		48.65	48.86	50.56	49.35	49.80	48.88
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	317	323	349	368	339	364
	県平均	112.90	121.96	132.75	142.24	152.75	157.91
	全国R1平均	106.93	117.69	128.05	137.89	147.40	156.01
	県標準偏差	18.59	17.71	18.52	18.89	20.09	20.72
	全国標準偏差	16.22	16.53	17.49	17.94	19.13	19.87
	県Tスコア	53.68	52.58	52.69	52.43	52.80	50.96
	ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	308	301	328	349	324
県平均		6.29	8.25	10.62	13.77	15.97	18.38
全国R1平均		5.62	7.38	9.40	11.63	13.60	16.38
県S61平均		-	-	-	-	17.66	20.05
県標準偏差		2.35	3.01	3.65	8.25	5.39	10.09
全国標準偏差		1.90	2.43	3.14	3.64	4.24	5.38
県Tスコア		53.52	53.59	53.90	55.89	55.58	53.73

(中学・高校男子)

種目	学年	中1	中2	中3	高1	高2	高3
握力 (Kg)	県サンプル数	484	468	451	300	297	300
	県平均	24.49	29.19	34.59	36.33	39.54	41.57
	全国R1平均	23.94	30.03	34.46	37.10	39.91	41.85
	県S61平均	24.71	31.74	37.29	41.01	43.77	45.07
	県標準偏差	6.06	6.42	6.99	6.56	7.17	7.82
	全国標準偏差	5.96	7.02	7.09	6.95	7.22	7.51
上体おこし (回)	県サンプル数	484	464	451	290	287	290
	県平均	23.02	25.95	27.68	27.16	29.38	30.97
	全国R1平均	24.44	27.84	29.93	29.63	31.79	32.68
	県標準偏差	5.19	5.14	5.31	5.09	6.76	6.17
	全国標準偏差	5.74	5.35	5.69	5.50	5.65	5.93
	県Tスコア	47.53	46.48	46.04	45.51	45.73	47.11
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	484	468	451	300	296	300
	県平均	41.10	43.35	46.80	44.67	49.28	49.39
	全国R1平均	40.27	45.48	49.16	47.99	50.51	51.68
	県標準偏差	9.37	9.27	9.93	9.96	11.11	10.87
	全国標準偏差	9.44	10.35	10.73	10.43	10.65	11.09
	県Tスコア	50.88	47.94	47.80	46.82	48.85	47.94
反復横とび (点)	県サンプル数	484	466	449	310	307	310
	県平均	48.84	53.03	55.17	54.65	56.63	58.50
	全国R1平均	50.13	53.86	56.66	56.63	58.40	59.22
	県S61平均	41.81	44.07	46.90	47.85	48.98	49.04
	県標準偏差	6.47	5.88	6.91	6.45	8.36	6.48
	全国標準偏差	6.49	6.70	6.54	6.43	6.62	6.76
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	343	347	332	158	161	160
	県平均	69.41	85.36	92.70	84.82	89.23	90.52
	全国R1平均	71.57	88.28	94.81	88.54	96.74	95.61
	県標準偏差	21.92	21.81	22.88	22.54	27.11	25.00
	全国標準偏差	22.73	23.66	23.89	24.20	25.26	26.66
	県Tスコア	49.05	48.77	49.12	48.46	47.03	48.09
持久走 (秒)	県サンプル数	181	161	160	180	173	180
	県平均	424.56	393.68	373.59	379.57	377.50	380.52
	全国R1平均	413.89	377.78	365.57	374.84	358.41	357.74
	県S61平均	391.31	363.39	354.48	356.47	355.12	350.13
	県標準偏差	57.61	58.69	50.01	48.95	63.91	56.22
	全国標準偏差	53.42	46.97	44.68	44.49	45.76	48.60
50m走 (秒)	県サンプル数	494	474	450	300	296	300
	県平均	8.42	7.94	7.51	7.55	7.39	7.23
	全国R1平均	8.42	7.80	7.45	7.42	7.21	7.12
	県S61平均	8.49	7.98	7.59	7.46	7.27	7.14
	県標準偏差	0.77	0.77	0.65	0.58	0.90	0.59
	全国標準偏差	0.73	0.65	0.55	0.53	0.53	0.51
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	483	466	450	310	307	310
	県平均	183.89	201.21	216.05	218.21	223.81	229.45
	全国R1平均	182.75	201.67	214.74	219.34	226.94	230.85
	県標準偏差	23.93	24.04	23.13	22.95	25.67	24.61
	全国標準偏差	24.25	24.21	23.47	22.60	23.55	23.25
	県Tスコア	50.47	49.81	50.56	49.50	48.67	49.40
ハンドボール投げ (m)	県サンプル数	480	462	447	310	307	310
	県平均	18.84	21.79	24.21	23.37	25.73	26.83
	全国R1平均	18.44	21.38	23.69	24.18	25.80	26.76
	県S61平均	19.29	22.84	25.12	25.51	27.29	28.21
	県標準偏差	4.67	5.18	5.84	5.51	5.69	5.89
	全国標準偏差	5.07	5.61	5.55	5.74	6.10	6.30
県Tスコア	50.78	50.73	50.94	48.59	49.89	50.11	

(中学・高校女子)

種目	学年	中1	中2	中3	高1	高2	高3
握力 (Kg)	県サンプル数	462	482	481	300	296	295
	県平均	21.56	23.82	25.23	24.61	25.76	25.93
	全国R1平均	21.98	24.24	25.61	25.68	27.16	26.91
	県S61平均	23.72	25.77	28.06	27.76	28.77	29.47
	県標準偏差	4.21	4.47	4.44	4.69	4.37	4.70
	全国標準偏差	4.28	4.33	4.51	4.59	4.79	4.72
	県Tスコア	49.03	49.02	49.15	47.67	47.08	47.93
上体おこし (回)	県サンプル数	467	480	476	289	286	284
	県平均	19.68	21.86	22.95	20.90	22.05	23.08
	全国R1平均	21.90	24.43	25.20	23.94	24.98	25.55
	県標準偏差	4.85	4.84	5.13	5.21	6.35	5.88
	全国標準偏差	5.30	5.44	5.62	5.63	5.90	6.32
	県Tスコア	45.81	45.27	46.00	44.60	45.03	46.10
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	465	482	480	300	296	294
	県平均	42.64	45.61	47.24	47.66	47.65	49.74
	全国R1平均	43.88	46.78	49.81	48.13	49.34	50.67
	県標準偏差	8.58	9.76	9.09	9.14	10.08	9.90
	全国標準偏差	9.33	9.38	9.95	9.79	9.86	10.08
	県Tスコア	48.67	48.76	47.42	49.52	48.28	49.08
反復横とび (点)	県サンプル数	467	480	479	309	306	304
	県平均	45.43	46.75	47.72	46.46	47.95	48.23
	全国R1平均	46.85	48.96	49.38	48.78	49.55	49.55
	県S61平均	38.97	40.37	41.58	41.59	41.40	42.94
	県標準偏差	5.47	5.81	5.76	5.87	5.79	5.71
	全国標準偏差	5.55	5.87	5.99	5.58	6.08	6.17
	県Tスコア	47.43	46.23	47.22	45.84	47.38	47.87
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	328	350	357	159	157	153
	県平均	52.89	58.08	58.17	49.13	48.99	49.40
	全国R1平均	56.33	62.32	62.12	53.30	55.55	55.70
	県標準偏差	16.73	18.50	18.22	17.95	19.80	19.78
	全国標準偏差	19.80	19.95	20.17	17.59	19.83	20.90
	県Tスコア	48.26	47.87	48.04	47.63	46.69	46.99
持久走 (秒)	県サンプル数	160	179	169	178	177	180
	県平均	299.55	298.54	298.32	319.35	319.72	328.41
	全国R1平均	288.81	275.21	280.85	298.13	289.86	291.92
	県S61平均	270.92	269.81	270.40	286.76	290.68	290.95
	県標準偏差	38.55	45.82	43.75	61.28	58.89	57.99
	全国標準偏差	33.34	35.44	38.13	39.09	41.56	44.44
	県Tスコア	46.78	43.42	45.42	44.57	42.81	41.79
50m走 (秒)	県サンプル数	475	489	479	300	294	294
	県平均	9.00	8.84	8.78	9.00	8.98	9.02
	全国R1平均	8.90	8.62	8.56	8.80	8.72	8.76
	県S61平均	8.80	8.71	8.56	8.81	8.77	8.62
	県標準偏差	0.69	0.71	0.73	0.81	0.90	0.76
	全国標準偏差	0.71	0.67	0.69	0.71	0.77	0.79
	県Tスコア	48.62	46.68	46.75	47.23	46.64	46.72
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	469	481	479	309	306	304
	県平均	166.21	169.97	173.47	172.31	173.76	171.67
	全国R1平均	169.26	175.19	178.62	174.29	174.51	175.89
	県標準偏差	21.60	22.31	21.36	20.44	23.49	20.73
	全国標準偏差	20.93	21.30	22.74	21.49	22.03	23.26
	県Tスコア	48.54	47.55	47.74	49.08	49.66	48.18
ハンドボール投げ (m)	県サンプル数	462	480	481	310	306	304
	県平均	12.23	14.06	14.60	13.26	13.92	14.27
	全国R1平均	12.33	13.79	14.57	13.79	14.81	15.09
	県S61平均	13.82	15.07	16.09	15.46	16.01	16.57
	県標準偏差	3.83	4.32	4.29	4.26	4.34	4.13
	全国標準偏差	3.65	4.16	4.38	4.09	4.29	4.46
	県Tスコア	49.74	50.65	50.07	48.72	47.94	48.15

2 過去5年間の平均値とTスコア

(男子)

*R2はコロナにより参考データ

網かけは5年間の最高記録

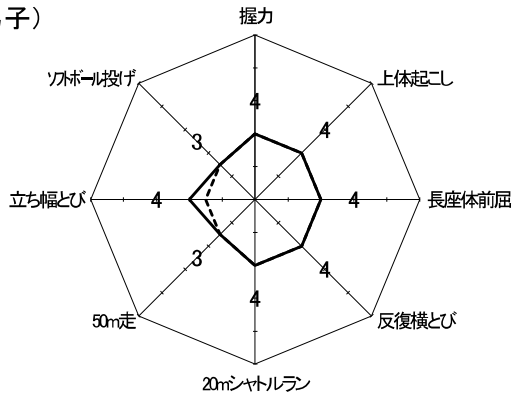
種目	年度	小1 Tスコア	小2 Tスコア	小3 Tスコア	小4 Tスコア	小5 Tスコア	小6 Tスコア	中1 Tスコア	中2 Tスコア	中3 Tスコア	高1 Tスコア	高2 Tスコア	高3 Tスコア
握力 (kg)	28	9.25	49.16	11.15	50.43	13.07	49.84	14.67	49.14	16.96	49.57	20.01	49.50
	29	9.18	48.85	10.67	47.89	12.84	50.10	15.05	50.36	16.74	49.41	19.80	50.10
	30	9.30	49.71	11.30	50.85	12.79	48.99	14.66	49.21	16.82	49.78	19.61	49.09
	R1	9.26	49.18	11.19	50.04	12.89	50.33	14.52	49.58	16.52	49.78	19.70	49.99
	R2	9.37	51.14	10.75	48.94	12.82	50.45	14.66	50.72	16.53	50.12	19.69	50.61
上体おこし (回)	28	11.01	47.84	14.41	50.47	16.25	49.40	18.78	50.60	20.16	49.10	21.86	49.93
	29	11.41	49.59	14.62	50.10	15.95	49.07	18.59	49.78	20.13	48.75	21.85	48.49
	30	11.94	50.74	14.81	50.72	16.12	49.03	18.06	49.16	19.76	48.21	21.22	48.48
	R1	11.50	48.93	14.86	50.29	16.46	49.62	18.34	49.67	19.35	47.70	21.92	48.01
	R2	11.13	49.05	14.31	49.57	15.68	48.19	17.57	48.06	19.60	47.85	20.84	46.67
長座体前屈 (cm)	28	26.23	49.90	27.06	48.60	28.84	49.08	30.52	48.67	32.90	49.13	34.78	48.95
	29	26.28	50.04	28.72	51.29	29.15	49.82	31.53	51.70	31.57	47.80	34.69	48.37
	30	26.84	50.98	28.18	50.54	29.18	49.56	31.26	50.04	32.38	48.34	34.74	49.11
	R1	26.43	50.89	28.10	50.63	28.39	47.66	31.47	50.55	31.92	47.46	34.07	48.26
	R2	25.89	49.05	27.64	49.86	29.73	50.00	30.98	49.88	32.79	49.10	34.51	48.54
反復横とび (点)	28	28.76	51.89	33.61	53.53	37.01	51.42	41.30	52.32	44.73	51.30	47.58	51.50
	29	27.47	48.76	32.67	50.73	35.46	48.94	40.28	50.84	44.54	50.81	46.94	50.38
	30	28.41	50.98	33.39	51.11	36.52	50.10	40.94	50.90	44.06	50.18	47.32	50.51
	R1	27.39	48.83	32.57	50.04	35.34	48.99	40.37	50.58	43.41	49.09	47.44	50.66
	R2	27.87	51.22	32.48	51.53	36.36	51.36	39.06	49.79	43.30	49.54	45.96	49.53
持久走 (秒)	28	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	407.82	52.40
	29	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	417.12	49.30
	30	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	415.94	49.42
	R1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	412.61	51.02
	R2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	424.56	48.00
20mシャトルラン (回)	28	21.58	53.17	31.58	52.26	42.32	51.92	51.31	52.20	61.29	52.24	71.53	53.08
	29	19.75	50.55	31.93	52.27	39.33	50.46	50.39	51.20	59.35	50.89	68.53	51.39
	30	19.83	51.28	31.39	51.17	40.65	51.26	49.59	50.47	60.05	51.48	68.46	51.74
	R1	19.09	50.50	32.28	51.71	40.15	50.33	48.64	50.81	56.63	49.87	66.70	50.53
	R2	18.94	50.22	30.60	51.09	39.87	50.84	45.26	49.82	55.05	50.10	57.67	47.43
50m走 (秒)	28	11.48	49.27	10.42	53.18	9.96	51.02	9.56	50.54	9.32	49.57	8.79	49.84
	29	11.52	49.95	10.53	51.32	10.03	49.73	9.54	50.88	9.20	50.11	8.82	49.66
	30	11.43	50.07	10.46	51.78	10.01	50.12	9.54	50.10	9.18	50.12	8.81	49.76
	R1	11.43	49.69	10.54	50.17	9.95	50.67	9.55	50.80	9.29	48.42	8.79	49.90
	R2	11.72	47.15	10.73	48.32	10.10	48.97	9.74	48.38	9.37	47.99	8.90	49.61
立ち幅とび (cm)	28	119.25	52.68	132.57	54.92	141.10	52.41	150.95	53.56	160.36	53.18	171.16	52.21
	29	118.10	52.10	131.69	53.02	140.13	52.23	149.92	52.50	158.27	52.41	169.44	51.45
	30	118.30	51.94	131.27	52.24	141.28	53.22	150.48	52.10	160.03	52.40	167.51	51.07
	R1	119.07	52.10	131.80	52.55	142.31	52.54	150.65	52.70	157.19	51.09	170.83	51.78
	R2	118.60	52.22	128.51	51.68	141.93	52.76	149.16	52.44	156.32	50.49	167.28	51.58
ボール投げ (m)	28	9.33	52.23	13.90	54.19	18.54	53.90	22.28	52.95	25.59	52.05	29.73	52.49
	29	9.17	51.52	13.52	52.58	17.27	52.31	22.51	53.04	26.01	53.06	29.15	52.22
	30	9.05	51.28	13.62	52.67	17.41	52.55	21.35	51.93	25.60	52.56	29.83	53.20
	R1	9.58	53.46	14.06	53.59	17.01	51.67	20.93	51.52	24.18	50.55	29.65	51.91
	R2	9.05	52.44	12.97	53.19	16.76	51.80	21.06	53.06	24.99	52.54	28.44	51.91

3 体力・運動能力のバランス

島根県の得点（実線）と前年度全国の得点（点線）
 グラフ内の数値は島根県平均値の得点（10点満点）

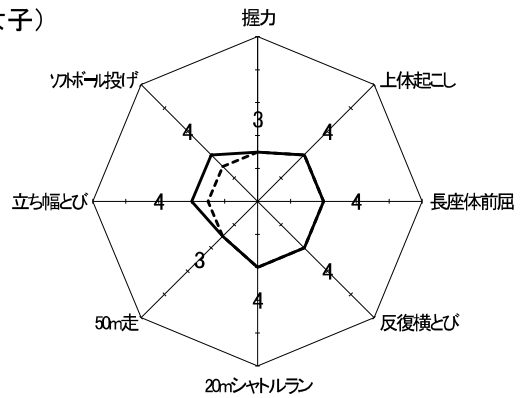
小学校1年生

（男子）



総合評価 C

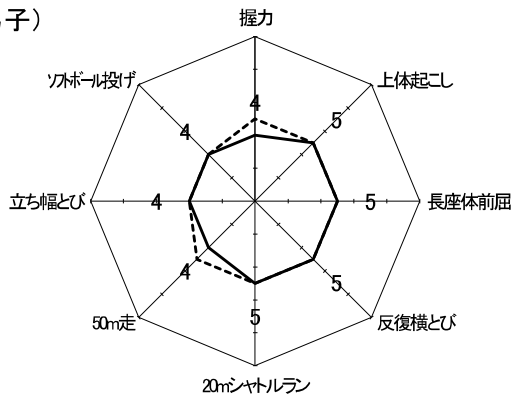
（女子）



総合評価 C

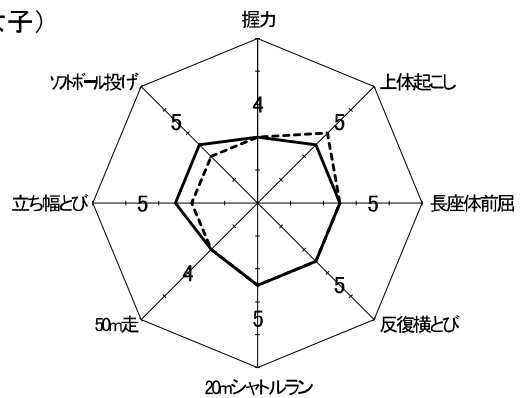
小学校2年生

（男子）



総合評価 C

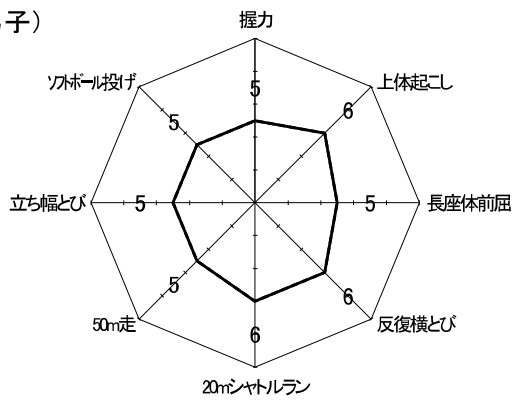
（女子）



総合評価 C

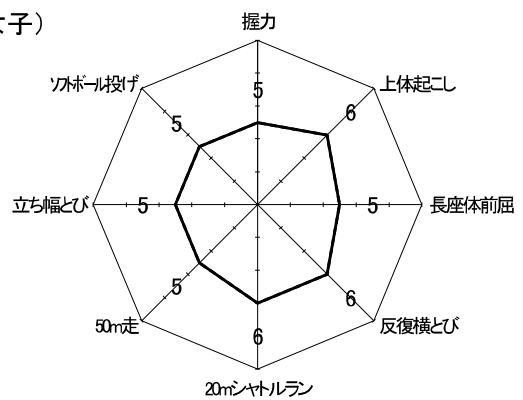
小学校3年生

（男子）



総合評価 C

（女子）

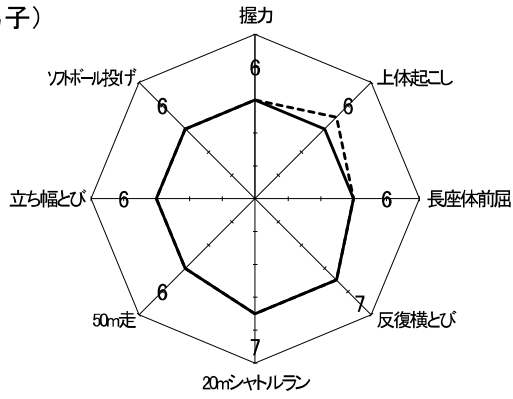


総合評価 C

島根県の得点（実線）と前年度全国の得点（点線）
 グラフ内の数値は島根県平均値の得点（10点満点）

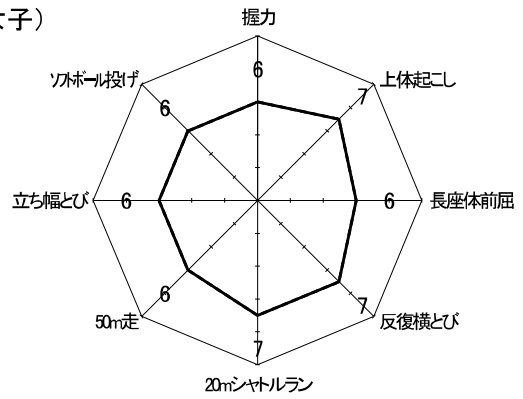
小学校4年生

(男子)



総合評価 C

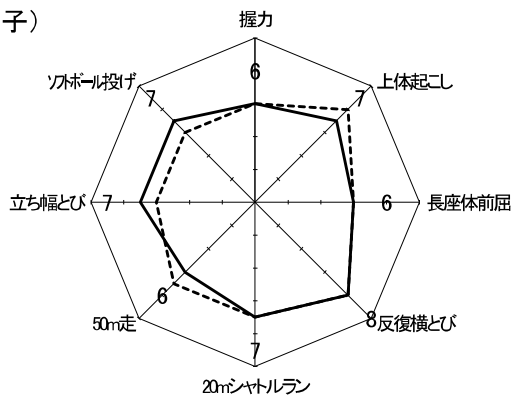
(女子)



総合評価 C

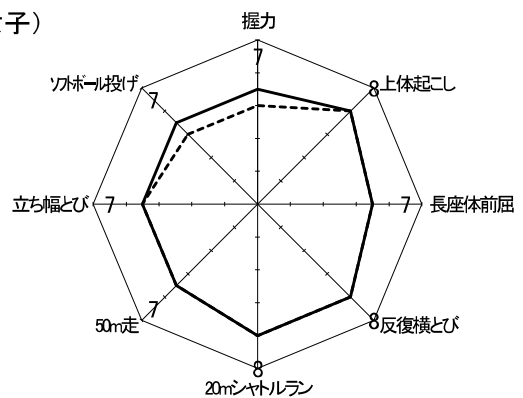
小学校5年生

(男子)



総合評価 C

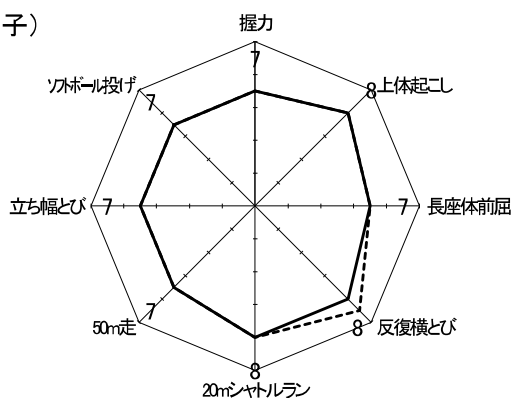
(女子)



総合評価 B

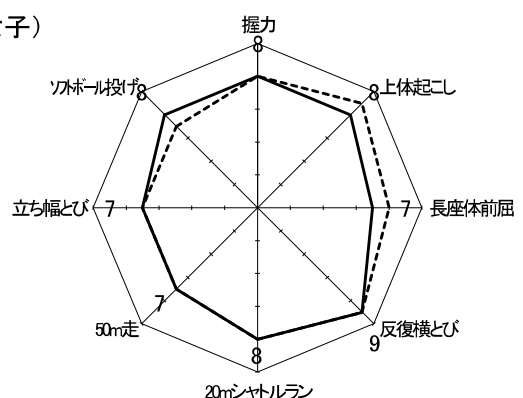
小学校6年生

(男子)



総合評価 C

(女子)

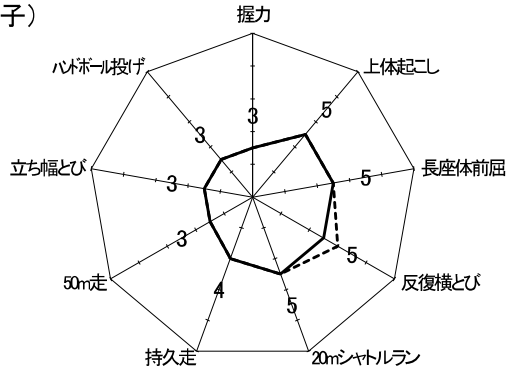


総合評価 C

島根県の得点（実線）と前年度全国の得点（点線）
 グラフ内の数値は島根県平均値の得点（10点満点）

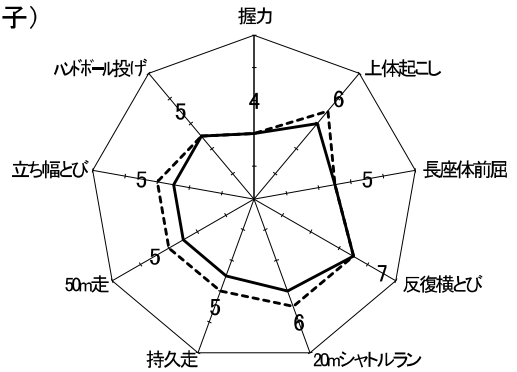
中学校1年生

(男子)



総合評価 C

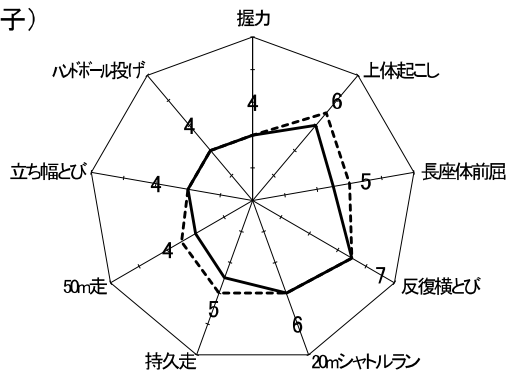
(女子)



総合評価 B

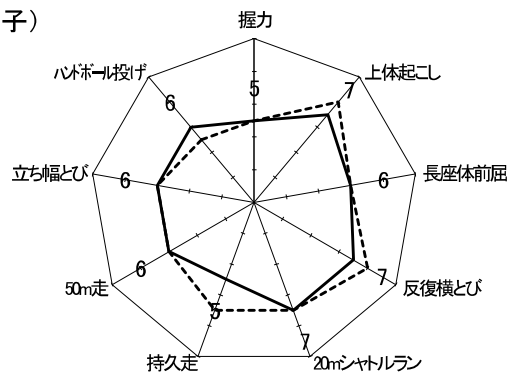
中学校2年生

(男子)



総合評価 C

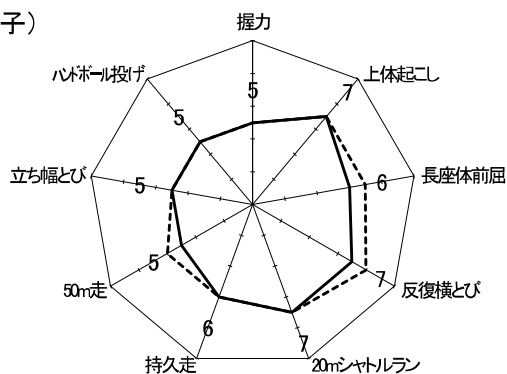
(女子)



総合評価 B

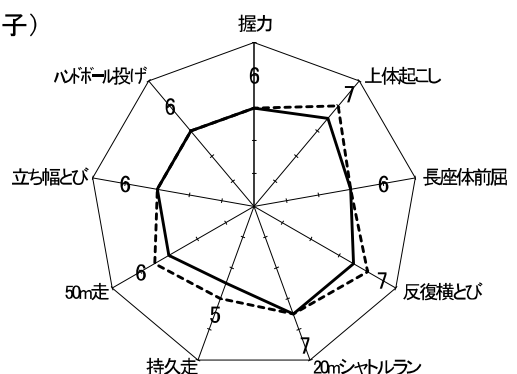
中学校3年生

(男子)



総合評価 C

(女子)

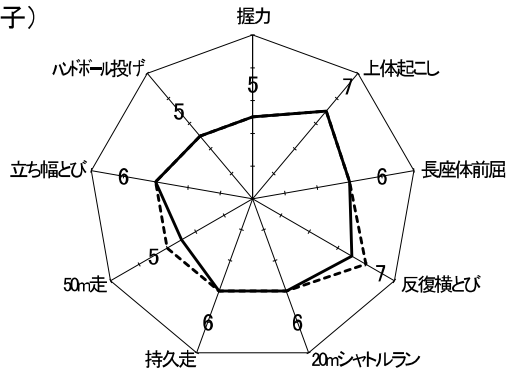


総合評価 B

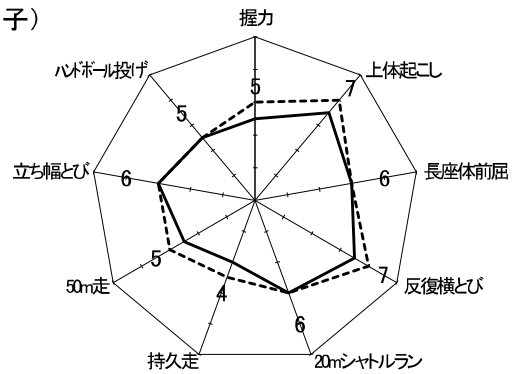
島根県の得点（実線）と前年度全国の得点（点線）
 グラフ内の数値は島根県平均値の得点（10点満点）

高等学校1年生

（男子）



（女子）

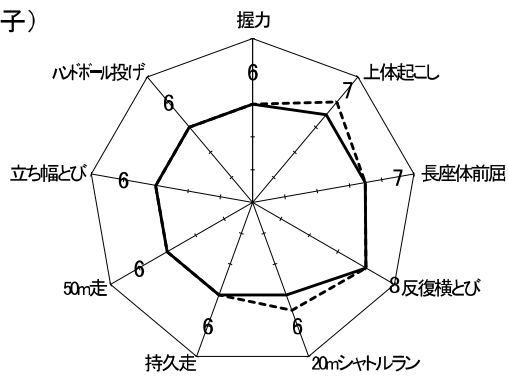


総合評価 C

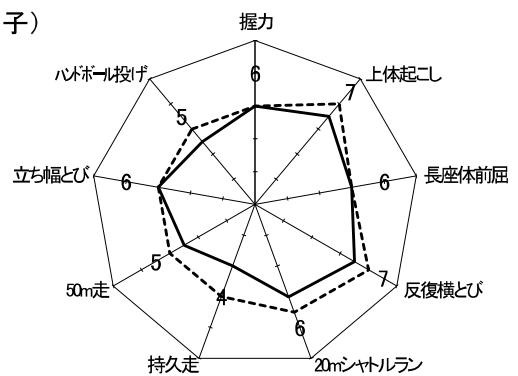
総合評価 C

高等学校2年生

（男子）



（女子）

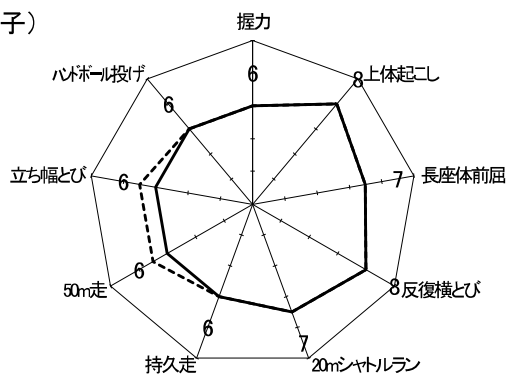


総合評価 C

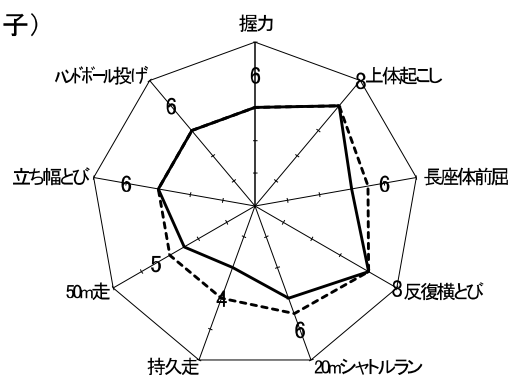
総合評価 C

高等学校3年生

（男子）



（女子）

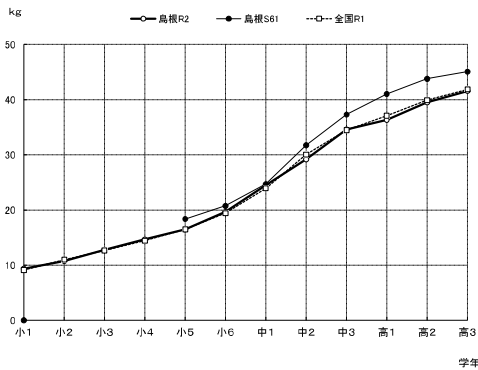


総合評価 B

総合評価 C

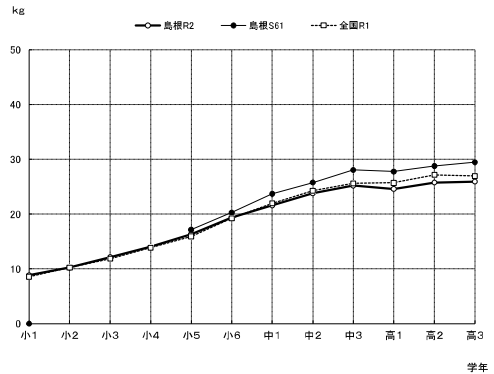
4 年齢と体力・運動能力 〔令和2年度と昭和61年度・令和元年度全国平均との比較〕

握力 男子



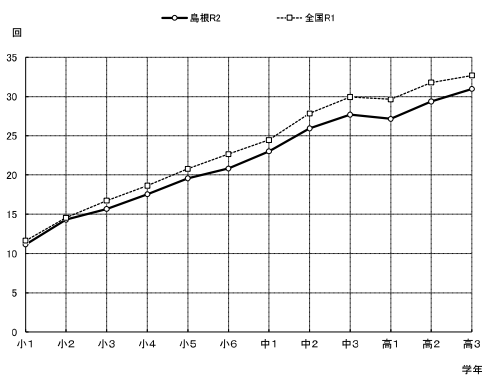
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	9.37	10.75	12.82	14.66	16.53	19.59	24.49	29.19	34.59	36.33	39.54	41.57
島根S61	未実施	未実施	未実施	未実施	18.36	20.75	24.71	31.74	37.29	41.01	43.77	45.07
全国R1	9.12	11.00	12.69	14.45	16.49	19.43	23.94	30.03	34.46	37.10	39.91	41.85

握力 女子



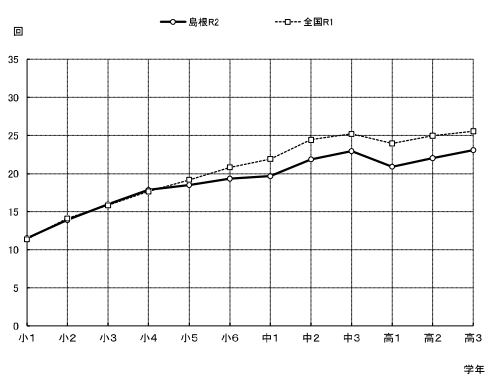
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	8.82	10.22	12.14	14.04	16.34	19.39	21.56	23.82	25.23	24.61	25.76	25.93
島根S61	未実施	未実施	未実施	未実施	17.14	20.28	23.72	25.77	28.06	27.76	28.77	29.47
全国R1	8.57	10.23	11.84	13.87	15.91	19.23	21.98	24.24	25.61	25.68	27.16	26.91

上体起こし 男子



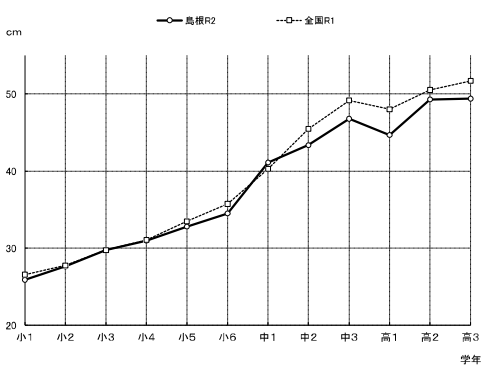
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	11.13	14.31	15.68	17.57	19.60	20.84	23.02	25.95	27.68	27.16	29.38	30.97
全国R1	11.64	14.54	16.72	18.63	20.79	22.66	24.44	27.84	29.03	29.63	31.79	32.68

上体起こし 女子



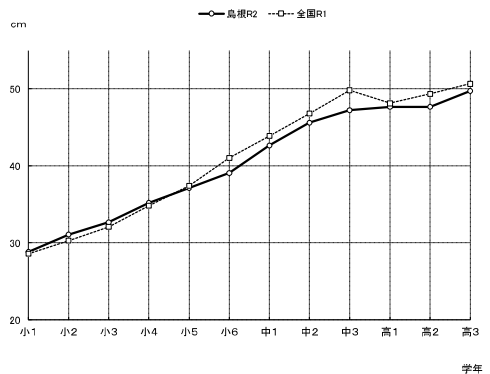
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	11.51	13.90	15.96	17.86	18.50	19.34	19.68	21.86	22.95	20.90	22.05	23.08
全国R1	11.39	14.13	15.85	17.64	19.10	20.84	21.90	24.43	25.20	23.94	24.98	25.55

長座体前屈 男子



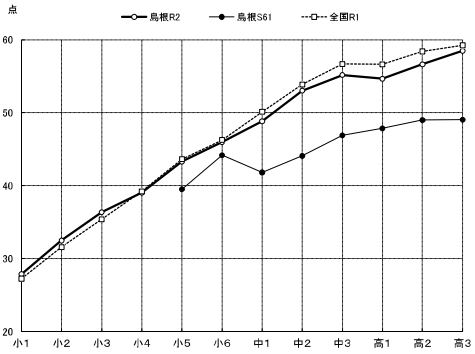
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	25.89	27.64	29.73	30.98	32.79	34.31	41.10	43.35	46.80	44.67	49.28	49.39
全国R1	26.54	27.74	29.73	31.06	33.49	35.72	40.27	45.48	49.16	47.99	50.51	51.68

長座体前屈 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	28.82	31.10	32.66	35.16	37.14	39.07	42.64	45.61	47.24	47.66	47.65	49.74
全国R1	28.57	30.30	32.08	34.82	37.40	41.02	43.88	46.78	49.81	48.13	49.34	50.67

反復横とび 男子

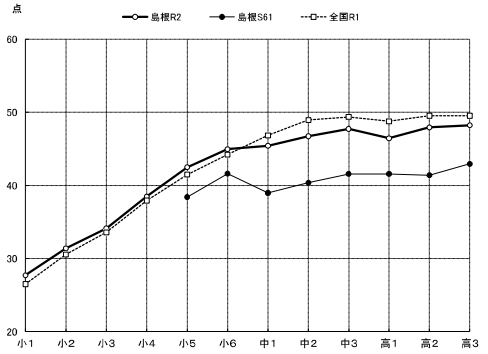


	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	27.87	32.48	36.36	39.06	43.30	45.96	48.84	53.03	55.17	54.65	56.63	58.50
島根S61		未実施		39.51	44.19	41.81	44.07	46.90	47.85	48.98	49.04	
全国R1	27.26	31.58	35.38	39.21	43.61	46.27	50.13	53.86	56.66	56.63	58.40	59.22

学年

点

反復横とび 女子

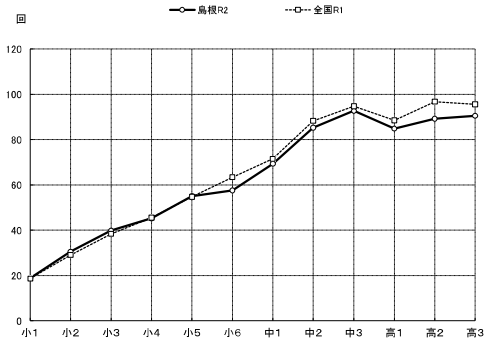


	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	27.71	31.41	34.12	38.47	42.49	44.96	45.43	46.75	47.72	46.46	47.95	48.23
島根S61		未実施		38.41	41.62	38.97	40.37	41.58	41.59	41.40	42.94	
全国R1	26.62	30.56	33.58	37.91	41.51	44.19	46.85	48.96	49.38	48.78	49.55	49.58

学年

点

20mシャトルラン 男子

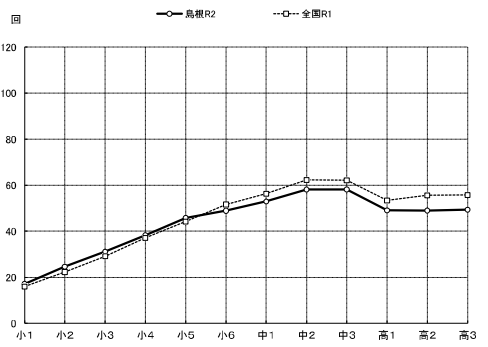


	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	18.94	30.60	39.87	45.26	55.05	57.67	69.41	85.36	92.70	84.82	89.23	90.62
全国R1	18.73	29.07	38.41	43.60	54.83	63.42	71.57	88.28	94.81	88.34	96.74	95.61

学年

回

20mシャトルラン 女子



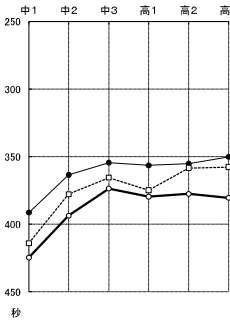
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	17.20	24.65	31.17	38.31	45.77	48.88	52.89	58.08	58.17	49.13	48.99	49.40
全国R1	15.96	22.27	29.16	37.09	44.14	51.66	56.33	62.32	62.12	53.30	55.55	55.70

学年

回

持久走 男子

島根R2 島根S61 全国R1

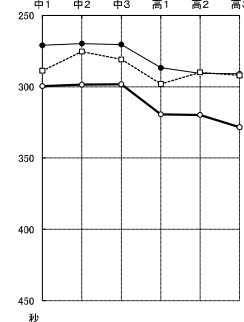


	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	424.56	393.68	373.59	378.57	377.50	390.62
島根S61	391.31	363.39	354.49	356.47	355.12	350.13
全国R1	413.89	377.78	365.67	374.84	368.41	357.74

秒

持久走 女子

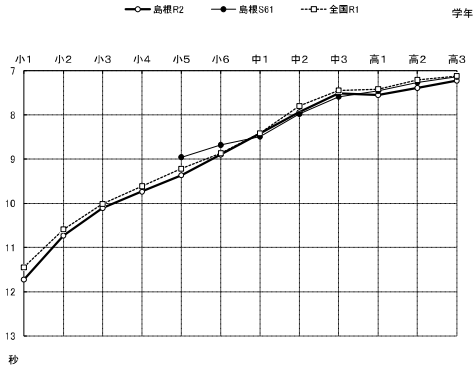
島根R2 島根S61 全国R1



	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	299.55	298.54	298.32	319.35	319.72	328.41
島根S61	270.92	269.81	270.40	286.76	290.68	290.95
全国R1	288.81	275.21	280.85	298.13	289.86	291.92

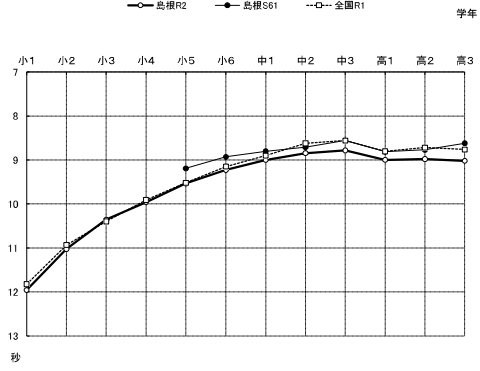
秒

50m 男子



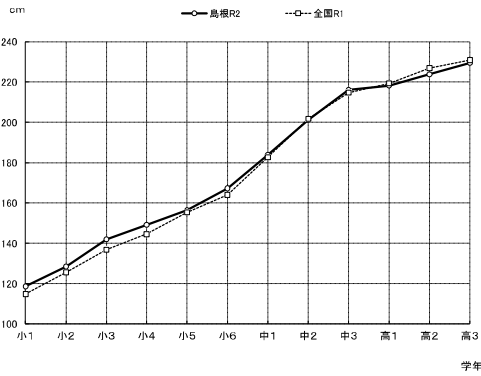
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	11.72	10.73	10.10	9.74	9.37	8.90	8.42	7.94	7.51	7.56	7.39	7.23
島根S61		未実施			8.96	8.68	8.49	7.98	7.59	7.46	7.27	7.14
全国R1	11.45	10.89	10.02	9.61	9.22	8.97	8.42	7.80	7.45	7.42	7.21	7.12

50m 女子



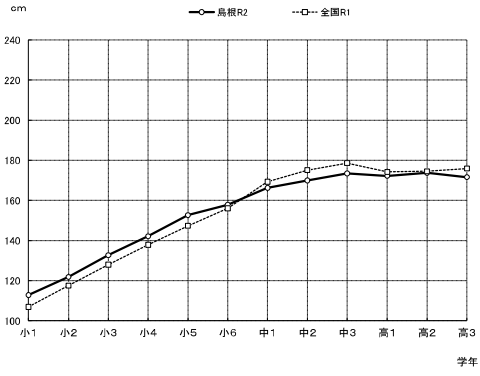
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	11.95	11.03	10.36	9.96	9.53	9.23	9.00	8.84	8.78	9.00	8.98	9.02
島根S61		未実施			9.19	8.93	8.80	8.71	8.56	8.81	8.77	8.62
全国R1	11.82	10.93	10.40	9.91	9.52	9.15	8.90	8.62	8.56	8.50	8.72	8.76

立ち幅とび 男子



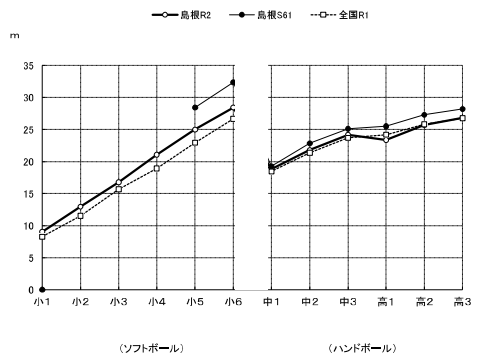
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	118.60	128.51	141.93	149.16	156.32	167.28	183.89	201.21	216.05	218.21	223.81	229.45
全国R1	114.74	125.57	136.81	144.52	155.38	164.07	182.75	201.67	214.74	219.31	226.94	230.85

立ち幅とび 女子



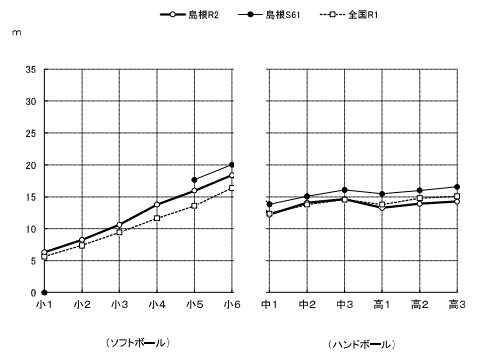
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	112.90	121.96	132.75	142.24	152.75	157.91	166.21	169.97	173.47	172.31	173.76	171.62
全国R1	106.93	117.69	128.05	137.89	147.40	156.01	169.20	175.19	178.62	174.29	174.51	175.89

ソフト・ハンドボール投げ 男子



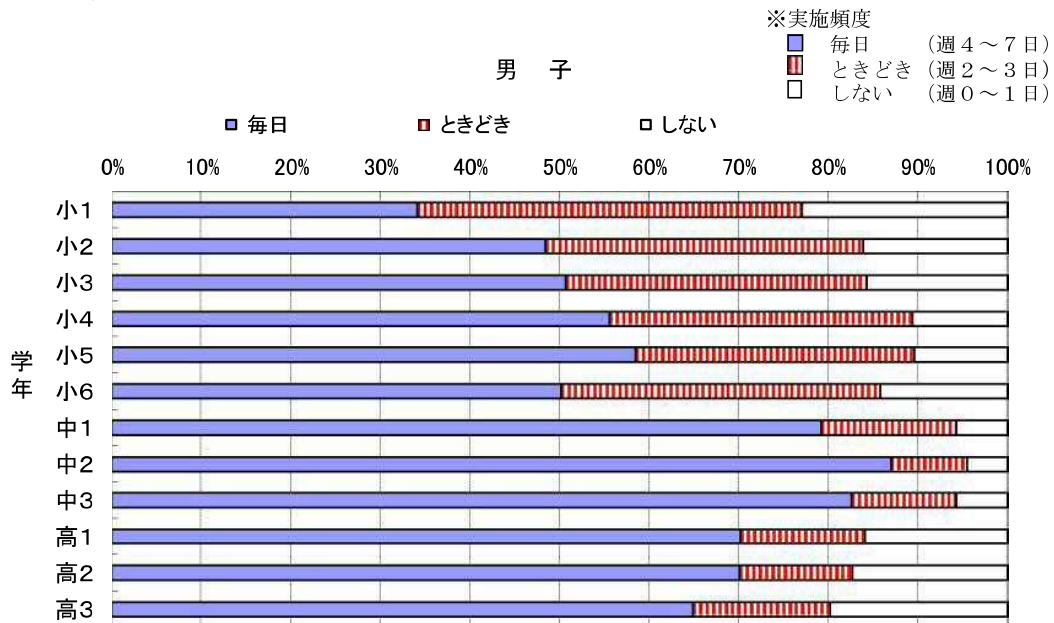
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	9.05	12.97	16.76	21.06	24.99	28.44	18.84	21.79	24.21	23.37	25.73	26.83
島根S61		未実施		28.72	32.35	19.29	22.84	25.12	25.51	27.29	28.21	
全国R1	8.28	11.62	15.66	18.92	22.92	26.55	18.44	21.38	23.69	24.18	25.80	26.76

ソフト・ハンドボール投げ 女子



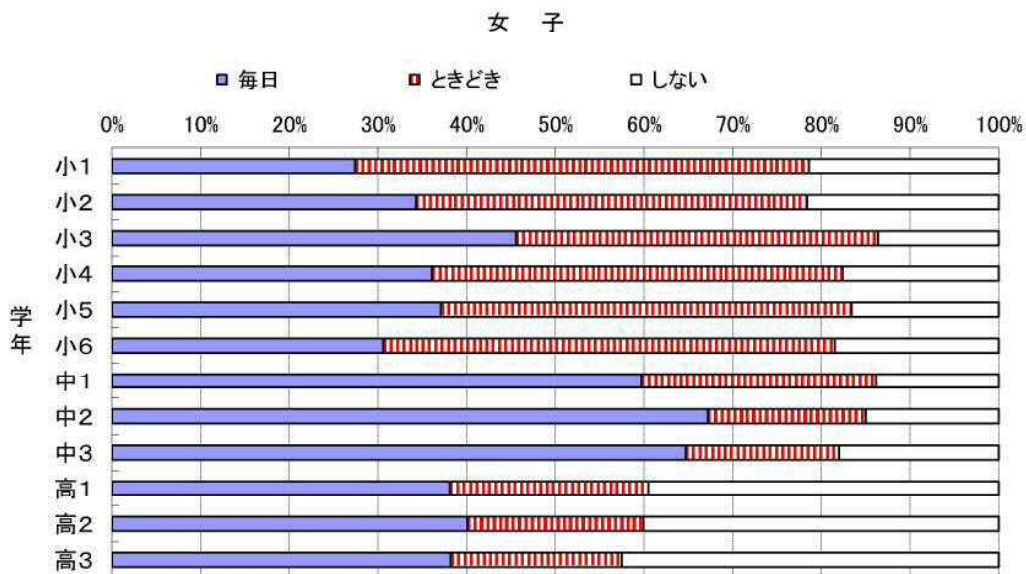
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R2	6.29	8.25	10.62	13.77	15.97	18.38	12.23	14.06	14.60	13.26	13.92	14.27
島根S61		未実施		17.60	20.05	13.82	15.07	16.09	15.46	16.01	16.57	
全国R1	5.62	7.38	9.40	11.63	13.60	16.38	12.33	13.79	14.57	13.79	14.81	15.09

5 運動頻度



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	34.1	48.4	50.7	55.6	58.5	50.2	79.2	87.1	82.6	70.2	70.1	64.9
ときどき	42.9	35.4	33.6	33.8	31.1	35.6	15.1	8.5	11.7	13.9	12.6	15.3
しない	22.9	16.1	15.7	10.6	10.4	14.2	5.7	4.5	5.7	15.9	17.3	19.8

%



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	27.4	34.3	45.5	36.1	37.1	30.6	59.7	67.2	64.7	38.1	40.1	38.2
ときどき	51.2	44.1	40.8	46.3	46.3	50.9	26.5	17.8	17.3	22.4	19.9	19.3
しない	21.4	21.6	13.6	17.6	16.6	18.5	13.8	15.0	18.0	39.5	40.1	42.5

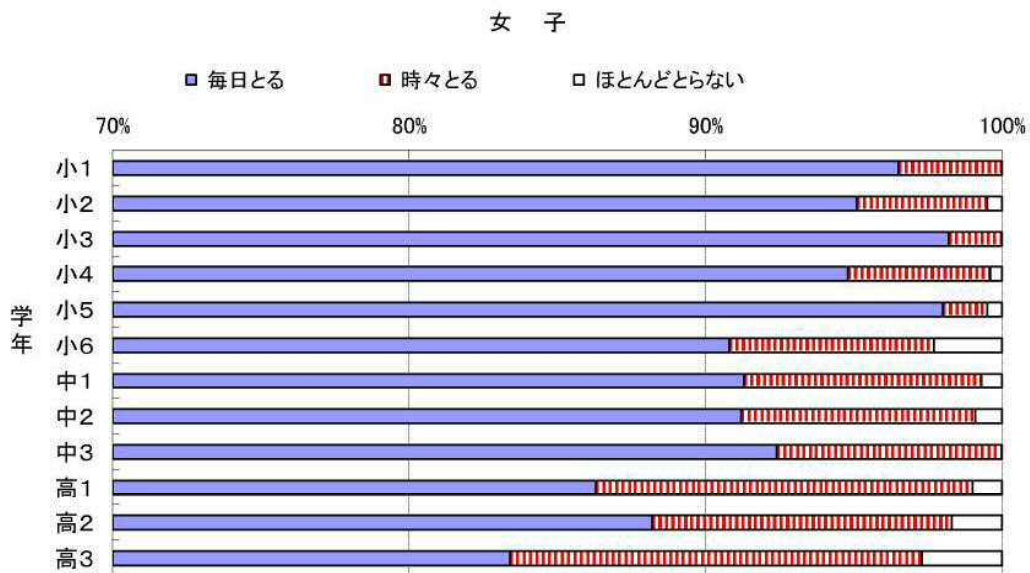
%

6 朝食摂取



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日とる	95.1	97.8	96.8	93.4	96.1	93.8	91.3	90.3	88.6	87.3	86.5	87.2
時々とる	4.9	1.8	3.2	4.7	3.4	5.3	7.3	8.7	9.7	9.7	11.4	10.0
ほとんどとらない	0.0	0.4	0.0	1.9	0.5	0.9	1.4	0.9	1.7	3.0	2.0	2.8

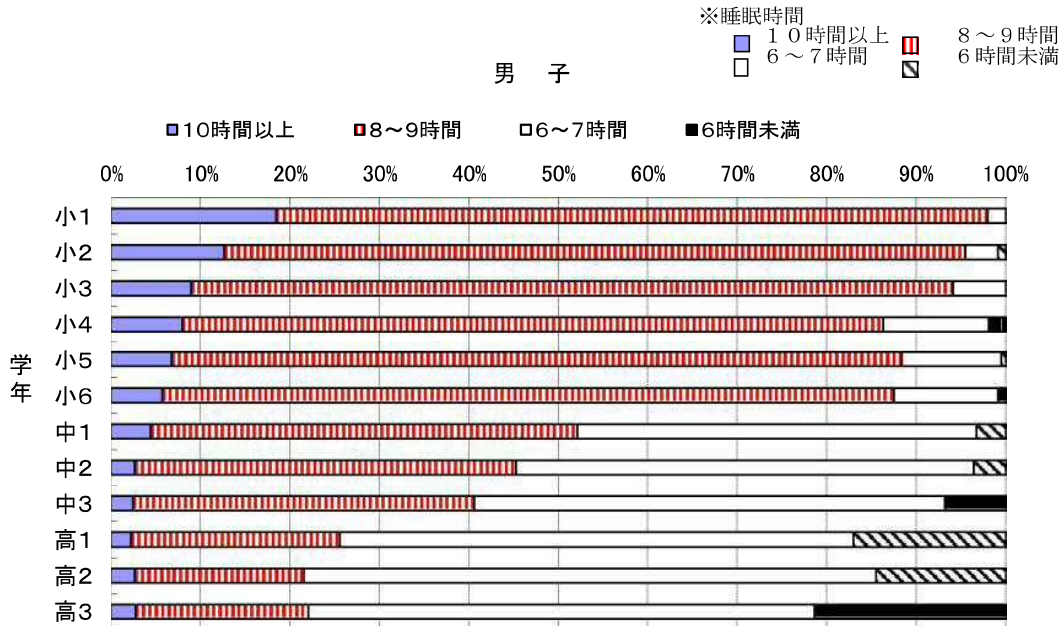
%



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日とる	96.5	95.1	98.2	94.7	98.0	90.7	91.2	91.2	92.4	86.3	88.2	83.4
時々とる	3.5	4.4	1.8	4.8	1.5	6.9	8.0	7.9	7.6	12.7	10.1	13.9
ほとんどとらない	0.0	0.5	0.0	0.4	0.5	2.3	0.7	0.9	0.0	1.0	1.7	2.7

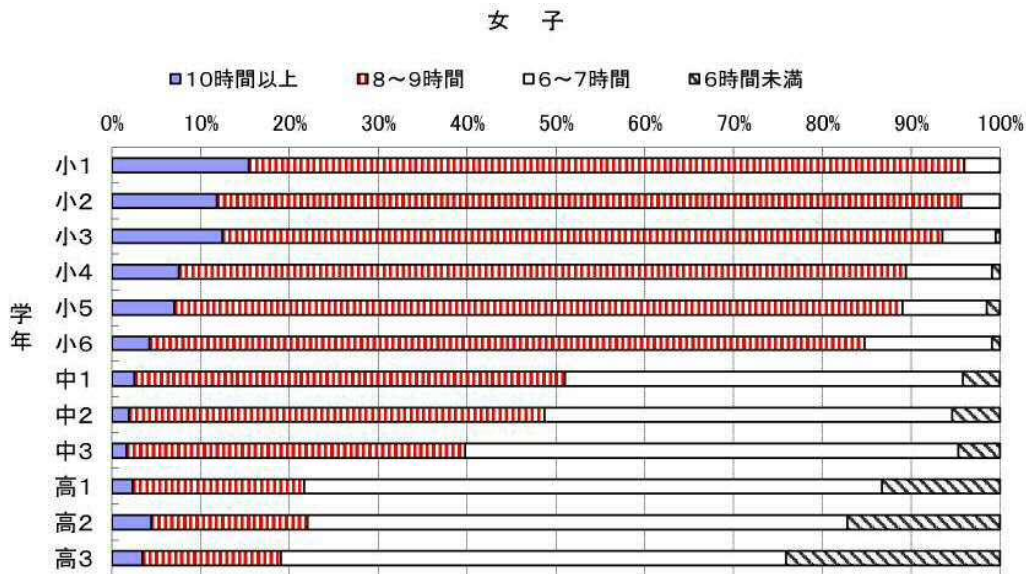
%

7 睡眠時間



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
10時間以上	18.5	12.7	9.0	8.0	6.8	5.8	4.5	2.7	2.5	2.3	2.7	2.8
8～9時間	79.5	82.8	85.1	78.3	81.6	81.8	47.7	42.6	38.1	23.3	18.9	19.3
6～7時間	2.0	3.6	5.9	11.8	11.1	11.6	44.6	51.1	52.5	57.3	64.0	56.6
6時間未満	0.0	0.9	0.0	1.9	0.5	0.9	3.3	3.6	6.8	17.0	14.5	21.4

%

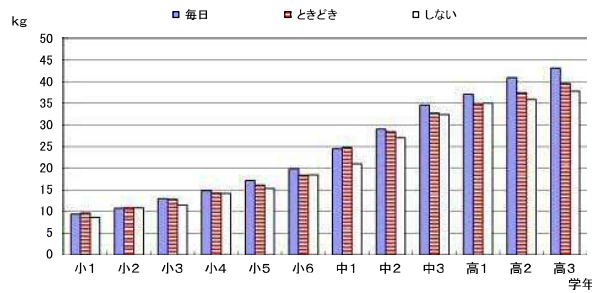


	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
10時間以上	15.4	11.8	12.4	7.5	7.0	4.2	2.5	1.9	1.6	2.3	4.4	3.4
8～9時間	80.6	83.8	81.1	81.9	82.0	80.6	48.5	46.8	38.1	19.3	17.6	15.6
6～7時間	4.0	4.4	6.0	9.7	9.5	14.4	44.8	45.9	55.5	65.0	60.8	56.9
6時間未満	0.0	0.0	0.5	0.9	1.5	0.9	4.2	5.4	4.7	13.3	17.2	24.1

%

8 運動頻度と体力・運動能力

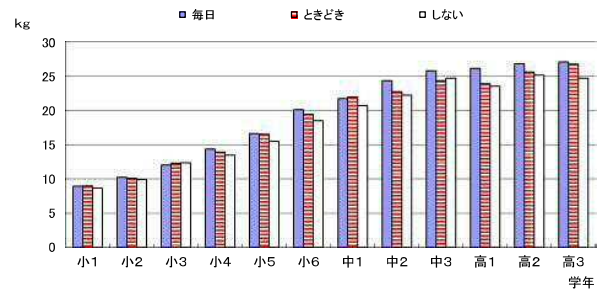
握力 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	9.41	10.79	12.99	14.86	17.21	19.92	24.50	29.11	34.59	37.08	40.94	43.12
とまどき	9.67	10.86	12.86	14.29	16.14	18.41	24.82	28.42	32.78	34.78	37.43	39.59
しない	8.65	10.88	11.50	14.22	15.32	18.44	21.00	27.05	32.39	35.02	35.86	37.81

kg

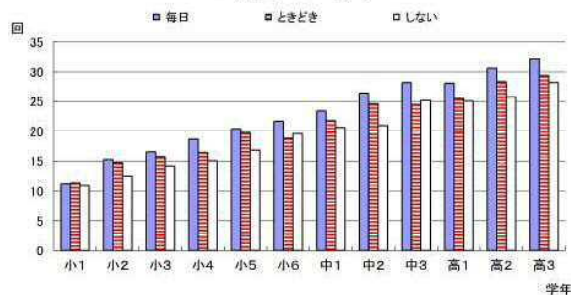
握力 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	8.96	10.27	12.05	14.38	16.61	20.11	21.68	24.34	25.73	26.10	26.79	27.06
とまどき	8.99	10.11	12.30	13.94	16.52	19.44	21.93	22.70	24.30	23.88	25.55	26.76
しない	8.70	9.95	12.38	13.52	15.44	18.48	20.66	22.18	24.68	23.50	25.12	24.68

kg

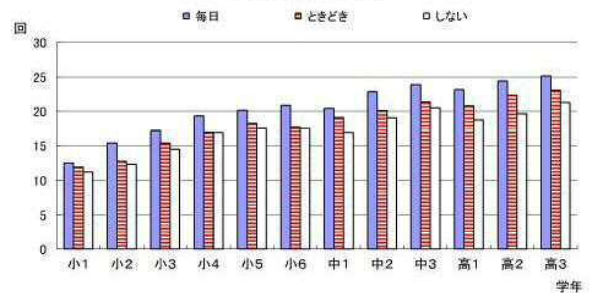
上体起こし 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	11.18	15.25	16.52	18.68	20.38	21.88	23.41	26.39	28.16	28.08	30.62	32.18
とまどき	11.36	14.73	15.70	16.44	19.74	18.86	21.77	24.58	24.45	25.45	28.32	29.36
しない	10.92	12.47	14.18	15.06	16.83	19.62	20.60	20.95	25.13	25.07	25.74	28.18

回

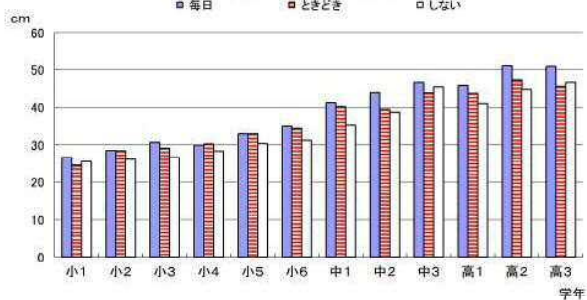
上体起こし 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	12.51	15.39	17.17	19.36	20.16	20.85	20.40	22.90	23.89	23.21	24.44	25.17
とまどき	11.94	12.74	15.38	16.96	18.26	17.73	19.10	20.11	21.31	20.74	22.37	23.11
しない	11.20	12.32	14.48	16.90	17.59	17.56	16.91	19.05	20.47	18.75	19.66	21.27

回

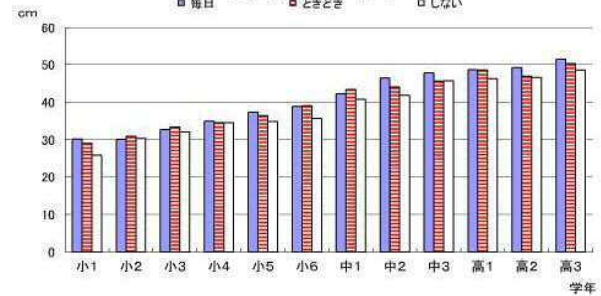
長座体前屈 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	26.56	28.48	30.65	29.97	32.97	35.04	41.21	43.90	46.66	45.78	51.02	50.85
とまどき	24.54	28.41	29.14	30.29	32.94	34.48	40.19	39.44	43.85	43.68	47.24	45.52
しない	25.50	26.08	26.60	28.26	30.30	31.25	35.24	38.68	45.35	49.94	44.76	46.63

cm

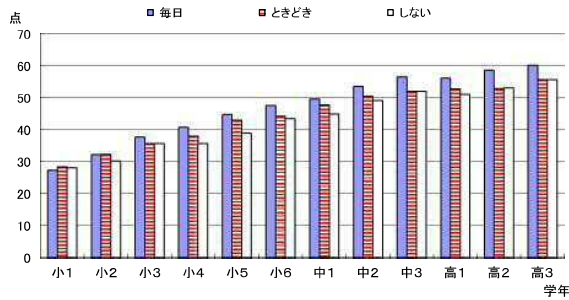
長座体前屈 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	30.19	30.11	32.70	34.93	37.26	38.85	42.19	46.40	47.81	48.57	49.21	51.39
とまどき	29.01	30.90	33.35	34.54	36.41	38.99	43.39	44.01	45.53	48.52	46.88	50.20
しない	25.68	30.36	32.06	34.54	34.84	35.67	40.75	41.80	45.66	46.19	46.56	48.48

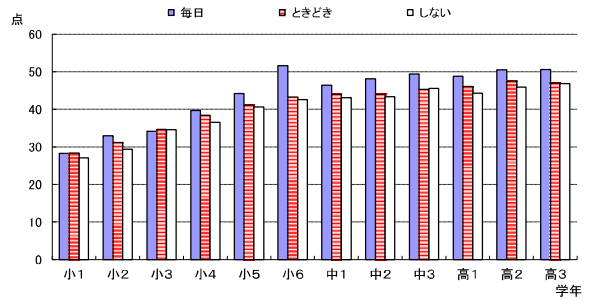
cm

反復横とび 男子



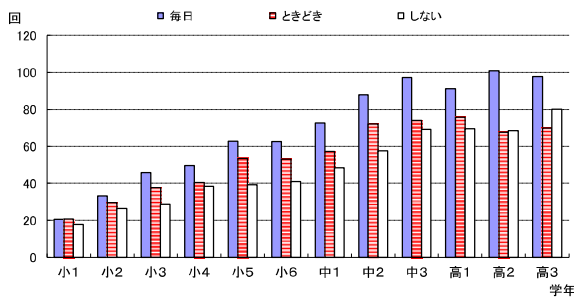
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	27.30	32.14	37.61	40.61	44.63	47.51	49.46	53.40	56.34	55.99	58.43	60.03
ときどき	28.32	32.19	35.59	37.88	42.90	44.11	47.61	50.31	51.83	52.67	52.73	55.56
しない	28.00	30.15	35.54	35.52	38.81	43.33	44.76	49.00	51.91	50.94	52.91	55.56

反復横とび 女子



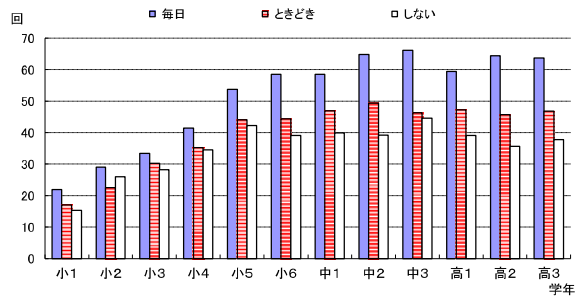
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	28.27	32.96	34.13	39.73	44.25	51.69	46.42	48.14	49.37	48.83	50.53	50.62
ときどき	28.31	31.16	34.65	38.35	41.12	43.26	44.06	44.01	45.33	46.08	47.52	47.00
しない	27.00	29.43	34.53	36.55	40.64	42.63	43.11	43.37	45.57	44.33	45.99	46.86

20mシャトルラン 男子



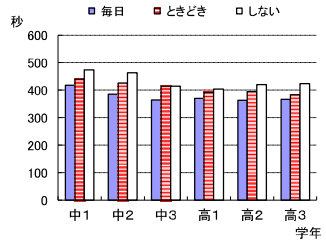
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	20.60	33.31	45.84	49.67	62.74	62.58	72.60	87.92	97.18	91.31	100.80	97.65
ときどき	20.68	29.58	37.84	40.34	53.56	53.12	57.26	72.24	74.03	75.88	67.68	69.92
しない	17.76	26.47	28.61	38.32	39.20	40.96	48.29	57.67	69.31	69.55	68.55	80.12

20mシャトルラン 女子



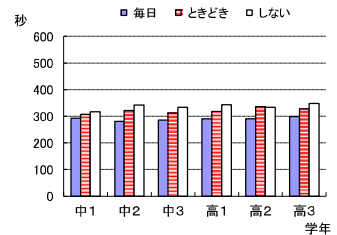
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	21.94	29.04	33.46	41.45	53.84	58.52	58.52	64.89	66.19	59.45	64.36	63.78
ときどき	17.00	22.55	30.24	35.24	44.10	44.34	46.96	49.41	46.28	47.29	45.70	46.75
しない	15.28	25.99	28.14	34.48	42.21	39.12	39.88	39.19	44.53	39.15	35.54	37.75

持久走 男子

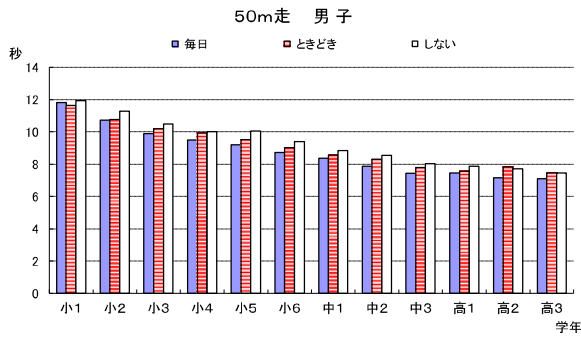


	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	418.13	384.56	364.37	371.09	363.84	366.43
ときどき	440.52	426.07	415.48	391.95	394.48	383.08
しない	473.60	463.83	414.33	403.29	420.15	423.53

持久走 女子

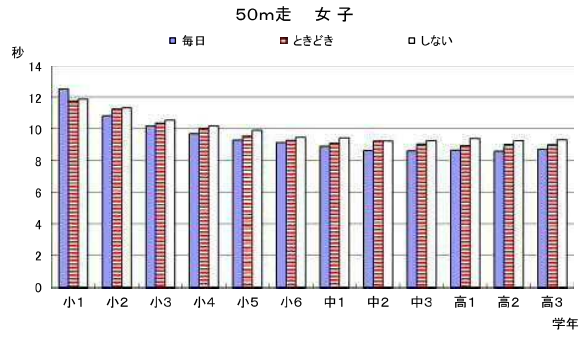


	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	293.33	280.22	284.16	290.34	290.82	299.48
ときどき	306.41	321.27	311.43	318.23	335.14	327.97
しない	317.00	342.27	332.85	343.37	333.34	348.46



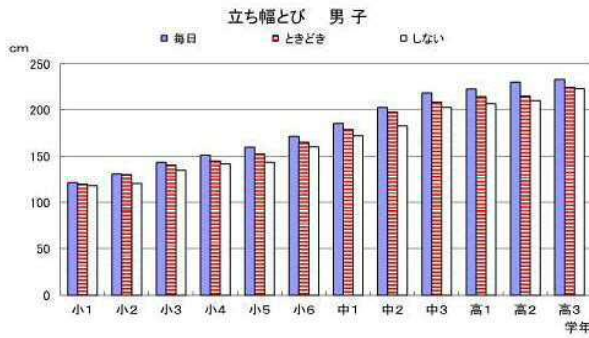
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	11.82	10.72	9.89	9.49	9.21	8.71	8.37	7.86	7.45	7.46	7.17	7.11
ときどき	11.64	10.77	10.19	9.93	9.51	9.03	8.57	8.30	7.79	7.56	7.82	7.47
しない	11.94	11.27	10.50	10.02	10.07	9.41	8.86	8.54	8.04	7.86	7.71	7.47

秒



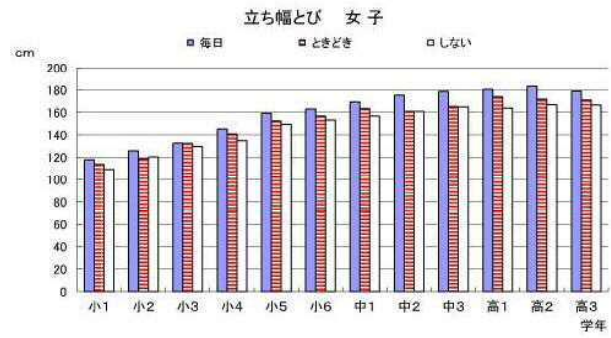
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	12.51	10.83	10.18	9.70	9.29	9.13	8.89	8.62	8.59	8.65	8.59	8.69
ときどき	11.74	11.26	10.36	10.02	9.54	9.27	9.09	9.23	9.03	8.93	9.02	9.00
しない	11.86	11.32	10.55	10.17	9.90	9.47	9.42	9.22	9.25	9.38	9.26	9.31

秒



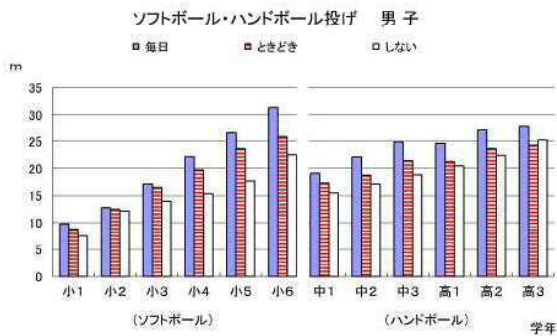
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	121.15	131.10	143.45	151.18	159.77	171.45	185.41	202.23	218.04	222.31	229.72	232.45
ときどき	119.46	130.16	140.71	144.75	152.60	164.93	178.73	197.64	208.04	214.00	214.54	223.98
しない	117.79	120.09	135.08	141.88	143.43	160.15	171.88	182.68	202.27	206.49	209.53	222.79

cm



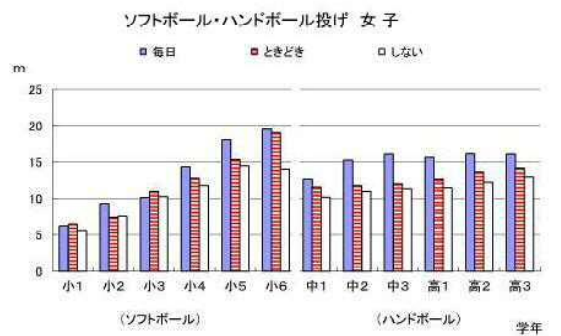
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	117.80	125.75	132.58	145.10	159.15	162.87	169.24	175.26	178.66	180.64	183.24	178.85
ときどき	113.61	118.44	132.32	140.65	152.24	156.76	163.20	160.87	165.04	173.92	171.62	170.87
しない	108.88	120.27	129.56	134.88	149.30	153.18	156.71	160.80	164.76	163.70	166.82	166.57

cm



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	9.73	12.77	17.14	22.15	26.58	31.34	19.08	22.12	24.91	24.60	27.09	27.86
ときどき	8.78	12.46	16.47	19.75	23.65	25.84	17.28	18.75	21.43	21.24	23.62	24.29
しない	7.49	12.15	13.97	15.38	17.67	22.50	15.44	17.11	18.83	20.43	22.40	25.20

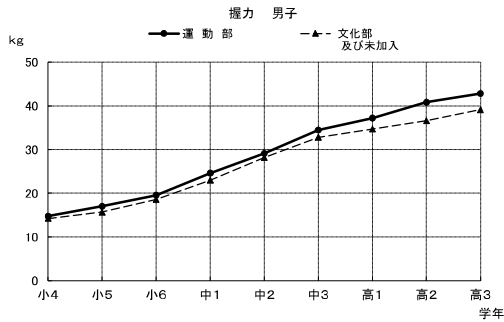
m



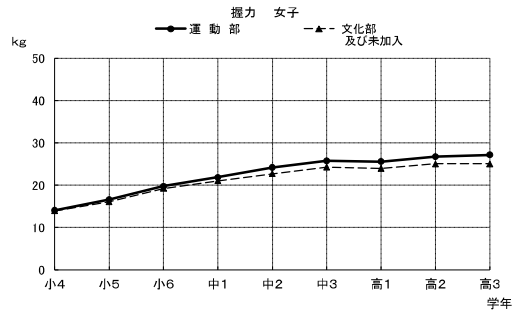
	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	6.25	9.29	10.13	14.34	18.01	19.49	12.64	15.25	16.08	15.63	16.12	16.11
ときどき	6.52	7.41	10.98	12.77	15.32	19.00	11.53	11.76	12.01	12.65	13.61	14.15
しない	5.63	7.60	10.23	11.76	14.45	14.00	10.18	10.97	11.34	11.47	12.24	12.94

m

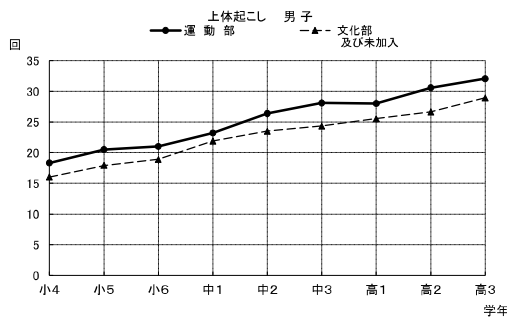
9 運動部活動（地域スポーツ活動）所属と体力・運動能力



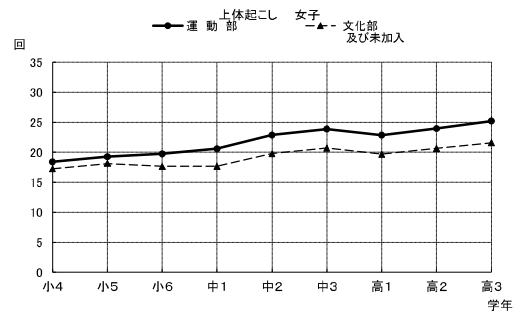
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.76	17.01	19.56	24.62	29.11	34.49	37.20	40.82	42.83
文化部及び未加入	14.24	15.67	18.60	23.00	28.17	32.80	34.71	36.59	39.13



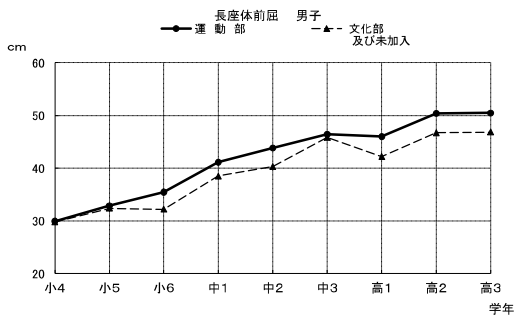
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.09	16.62	19.77	21.87	24.24	25.78	25.63	26.77	27.21
文化部及び未加入	13.95	16.08	19.25	21.06	22.71	24.29	23.98	25.06	25.07



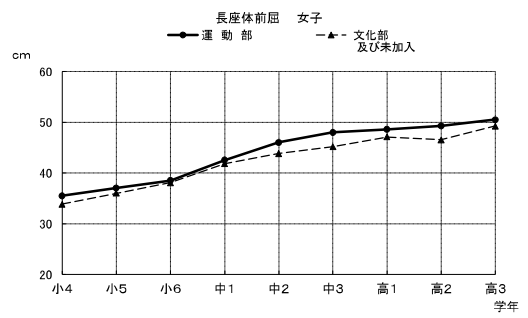
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	18.34	20.52	21.03	23.22	26.42	28.10	28.03	30.60	32.07
文化部及び未加入	16.04	17.94	18.91	21.92	23.51	24.35	25.54	26.66	28.93



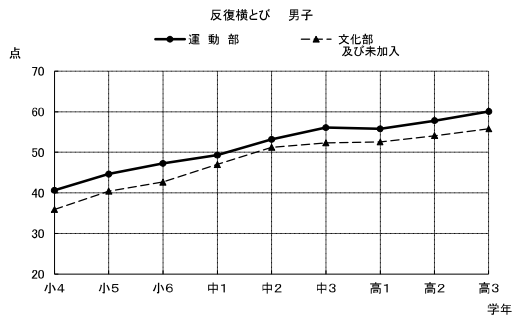
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	18.43	19.28	19.76	20.60	22.87	23.89	22.85	23.96	25.22
文化部及び未加入	17.26	18.14	17.65	17.66	19.78	20.71	19.70	20.66	21.59



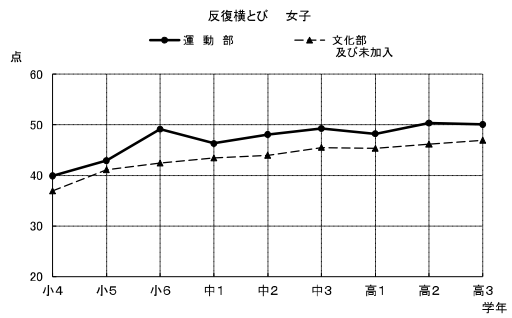
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	29.95	32.88	35.45	41.16	43.84	46.43	45.99	50.39	50.49
文化部及び未加入	29.83	32.41	32.23	38.52	40.33	45.85	42.23	46.73	46.85



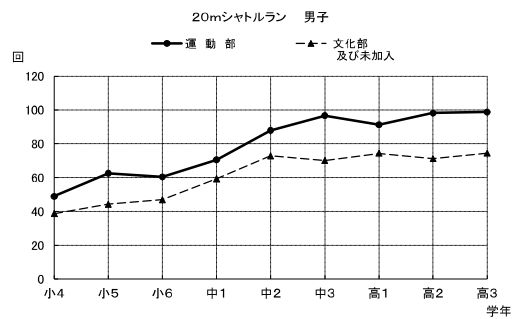
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	35.47	37.03	38.53	42.54	46.03	47.99	48.61	49.29	50.50
文化部及び未加入	33.83	35.99	38.10	41.85	43.82	45.17	47.08	46.50	49.23



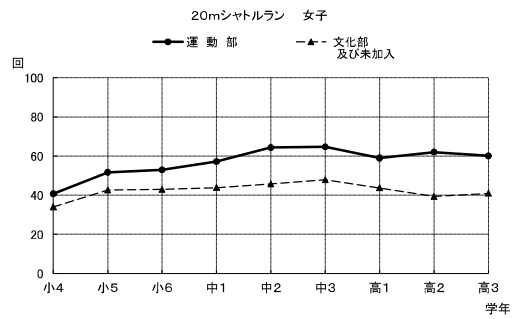
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	40.62	44.67	47.29	49.29	53.22	56.08	55.82	57.81	60.06
文化部及び未加入	36.94	40.44	42.70	47.03	51.24	52.36	52.57	54.10	55.80



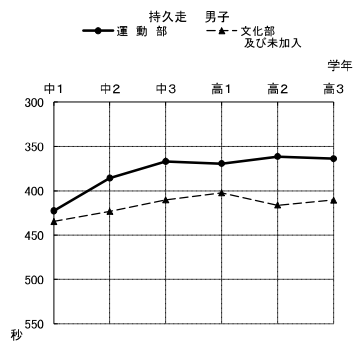
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	39.91	42.92	49.14	46.30	48.10	49.29	48.24	50.36	50.08
文化部及び未加入	36.95	41.15	42.45	43.46	43.97	45.50	45.35	46.18	46.96



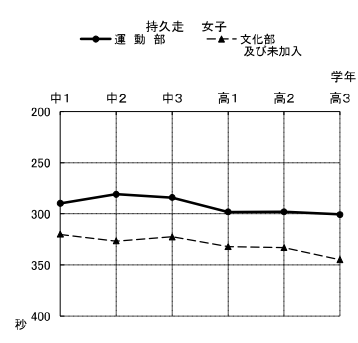
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	48.88	62.48	60.42	70.44	87.80	96.64	91.21	98.09	98.74
文化部及び未加入	38.60	44.20	46.90	59.21	72.82	70.17	74.38	71.17	74.39



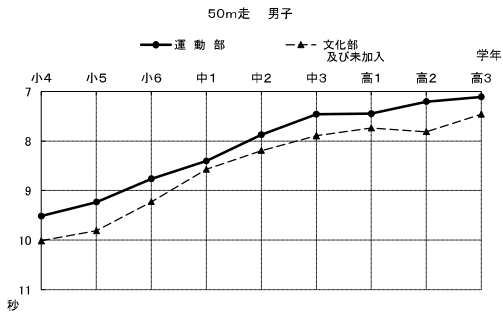
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	40.64	51.61	52.96	57.19	64.24	64.66	58.96	61.97	60.01
文化部及び未加入	34.01	42.57	42.86	43.92	45.78	47.85	43.78	39.32	40.91



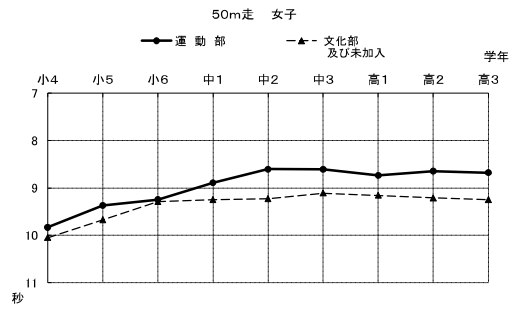
	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	422.43	389.58	366.81	369.25	361.38	363.63
文化部及び未加入	434.54	423.28	410.20	402.43	416.08	410.38



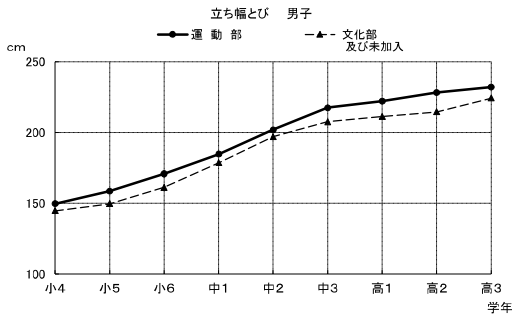
	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	289.70	280.73	283.99	298.09	297.91	300.66
文化部及び未加入	319.94	326.59	322.43	332.19	333.01	344.86



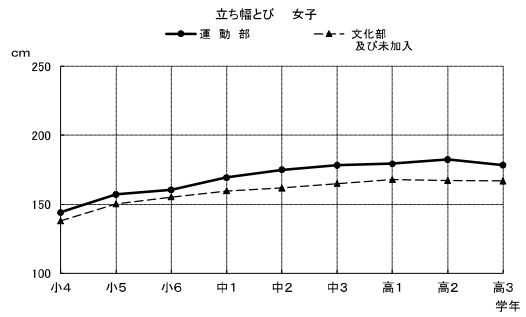
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	9.51	9.23	8.76	8.40	7.87	7.46	7.45	7.20	7.11
文化部 及び未加入	10.01	9.81	9.22	8.57	8.19	7.89	7.73	7.81	7.46



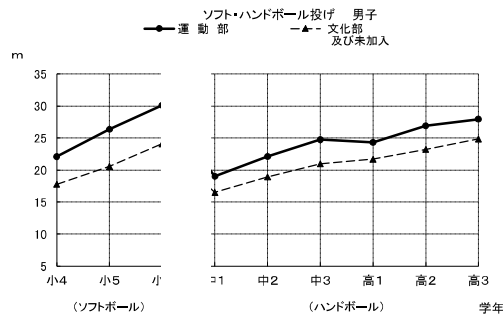
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	9.83	9.37	9.25	8.89	8.60	8.61	8.74	8.65	8.68
文化部 及び未加入	10.05	9.67	9.29	9.25	9.23	9.11	9.16	9.21	9.25



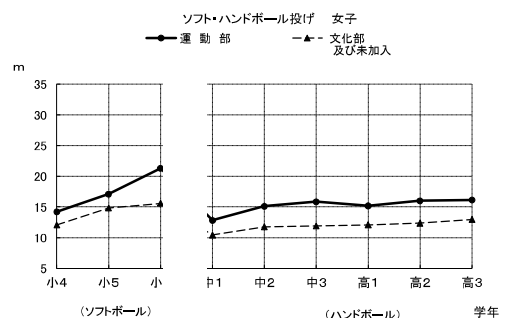
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	149.68	158.48	170.79	184.64	201.82	217.40	222.10	228.14	232.05
文化部 及び未加入	144.68	149.67	161.10	178.62	197.01	207.46	211.25	214.57	224.24



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	144.03	157.16	160.47	169.41	175.05	178.29	179.34	182.44	178.44
文化部 及び未加入	137.95	150.35	155.33	159.76	161.82	165.08	167.92	167.35	167.00



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	22.11	26.35	30.09	19.02	22.13	24.75	24.32	26.91	27.92
文化部 及び未加入	17.79	20.56	24.09	16.51	18.93	20.95	21.68	23.22	24.85



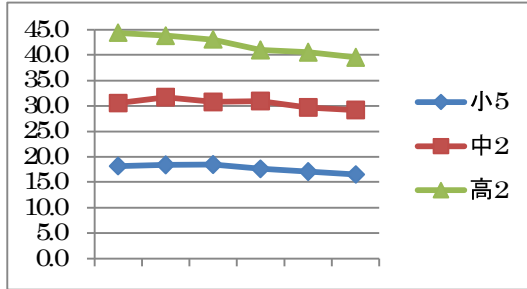
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.22	17.11	21.29	12.82	15.12	15.86	15.17	16.01	16.13
文化部 及び未加入	12.06	14.83	15.59	10.44	11.78	11.91	12.08	12.39	12.98

10 県平均記録 10年ごとの変化と傾向

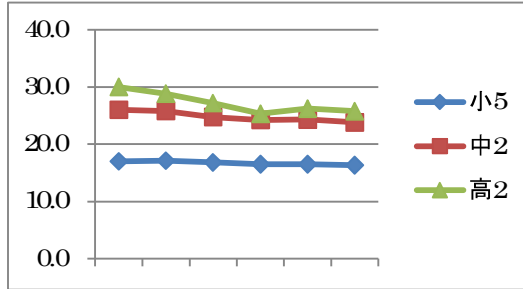
* R2年度はコロナにより参考データ

種目			1980(S55)	1986(S61)	1990(H2)	2000(H12)	2010(H22)	2020(R2)	傾向
			40年前	体カピーク時	30年前	20年前	10年前	今年度	
握力 (筋力)	男子	小5	18.2	18.4	18.5	17.6	17.1	16.5	低下
		中2	30.6	31.7	30.8	31.0	29.7	29.2	
		高2	44.4	43.8	43.1	41.0	40.6	39.5	
	女子	小5	17.0	17.1	16.8	16.5	16.5	16.3	
		中2	26.0	25.8	24.7	24.2	24.3	23.8	
		高2	30.0	28.8	27.2	25.3	26.2	25.8	
ボール投 (投力)	男子	小5	29.9	28.4	29.0	27.2	27.0	25.0	低下
		中2	22.0	22.8	21.9	21.6	22.0	21.8	
		高2	27.6	27.3	26.7	25.1	26.4	25.7	
	女子	小5	17.3	17.7	15.9	15.0	16.8	16.0	
		中2	15.3	15.1	14.1	13.1	14.4	14.1	
		高2	16.2	16.0	15.3	14.3	14.6	13.9	
50m走 (走力)	男子	小5	9.0	9.0	9.0	9.1	9.3	9.4	低下
		中2	8.1	8.0	7.9	8.0	7.9	7.9	
		高2	7.3	7.3	7.2	7.4	7.4	7.4	
	女子	小5	9.2	9.2	9.3	9.4	9.5	9.5	
		中2	8.6	8.7	8.7	8.9	8.8	8.8	
		高2	8.7	8.8	8.8	9.1	9.0	9.0	
反復横跳 (敏捷性)	男子	小5	38.3	39.5	40.6	41.7	43.2	43.3	※中高測定方法変更 (H11~) 向上
		中2	42.9	44.1	43.5	48.3	52.3	53.9	
		高2	48.4	49.0	48.1	51.8	56.4	58.4	
	女子	小5	36.8	38.4	38.7	39.6	41.2	42.5	
		中2	39.2	40.4	39.0	42.3	45.7	46.7	
		高2	41.9	41.4	40.2	43.0	46.4	48.0	
1500m走 1000m走 (持久力)	男子	中2	364.3	363.4	374.8	390.0	372.6	393.7	低下
		高2	350.9	355.1	364.1	372.5	376.0	377.5	
	女子	中2	266.9	269.8	277.6	293.4	287.7	298.5	
		高2	284.6	290.7	297.7	306.4	307.4	319.7	

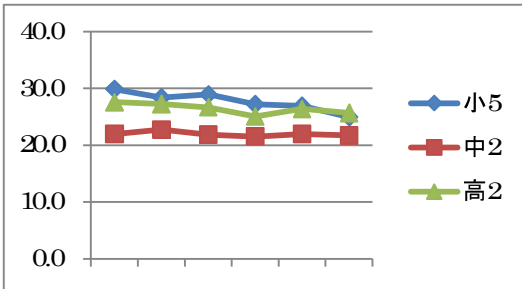
握力(筋力):男子



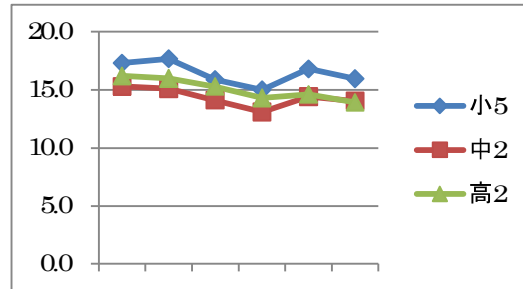
握力(筋力):女子



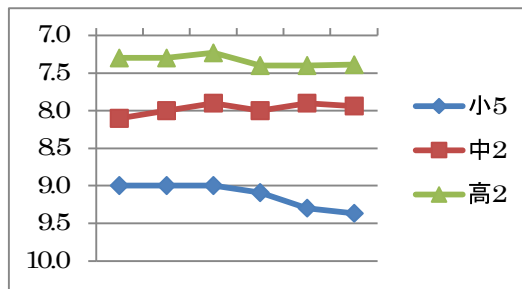
ボール投げ(投力):男



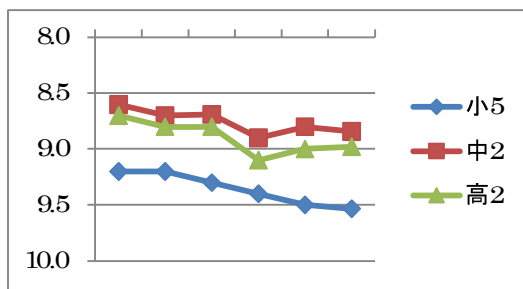
ボール投げ(投力):女



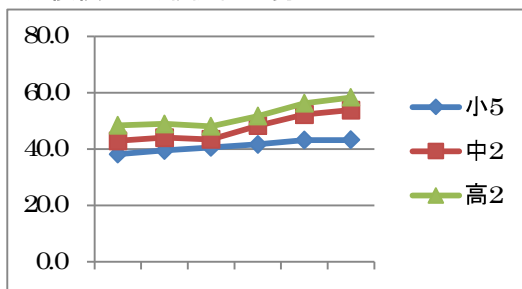
50m走(走力):男子



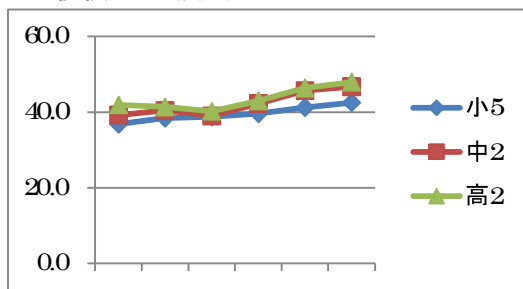
50m走(走力):女子



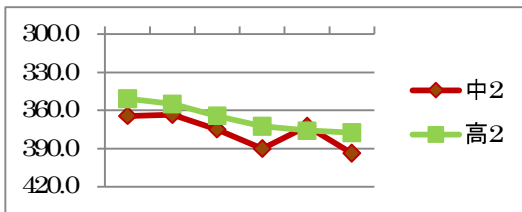
反復横とび(敏捷性):男子



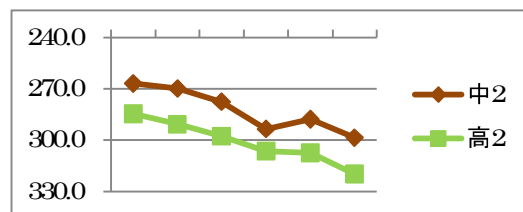
反復横とび(敏捷性):女子



1500m走(持久力):男子



1000m走(持久力):女子



資料1

・島根県小学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：前年度比高

黄塗：全国比高

(男子)

*02県平均はコロナにより参考データ

種目	学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6
握力 (kg)	02県平均	9.37	10.75	12.82	14.66	16.53	19.69
	01県平均	9.26	11.19	12.89	14.52	16.52	19.70
	01全国平均	9.12	11.00	12.69	14.45	16.49	19.43
	全国に対する 県のTスコア	51.14	48.94	50.45	50.72	50.12	50.61
上体おこし (回)	02県平均	11.13	14.31	15.68	17.57	19.60	20.84
	01県平均	11.50	14.86	16.46	18.34	19.35	21.92
	01全国平均	11.64	14.54	16.72	18.63	20.79	22.66
	全国に対する 県のTスコア	49.05	49.57	48.19	48.06	47.85	46.67
長座体前屈 (cm)	02県平均	25.89	27.64	29.73	30.98	32.79	34.51
	01県平均	26.43	28.10	28.39	31.47	31.92	34.07
	01全国平均	26.54	27.74	29.73	31.06	33.49	35.72
	全国に対する 県のTスコア	49.05	49.86	50.00	49.88	49.10	48.54
反復横とび (点)	02県平均	27.87	32.48	36.36	39.06	43.30	45.96
	01県平均	27.39	32.57	35.34	40.37	43.41	47.44
	01全国平均	27.26	31.58	35.38	39.21	43.61	46.27
	全国に対する 県のTスコア	51.22	51.53	51.36	49.79	49.54	49.53
20mシャトル ラン (回)	02県平均	18.94	30.60	39.87	45.26	55.05	57.67
	01県平均	19.09	32.28	40.15	48.64	56.63	66.70
	01全国平均	18.73	29.07	38.41	45.60	54.83	63.42
	全国に対する 県のTスコア	50.22	51.09	50.84	49.82	50.10	47.43
50m走 (秒)	02県平均	11.72	10.73	10.10	9.74	9.37	8.90
	01県平均	11.43	10.54	9.95	9.55	9.29	8.79
	01全国平均	11.45	10.59	10.02	9.61	9.22	8.87
	全国に対する 県のTスコア	47.15	48.32	48.97	48.38	47.99	49.61
立ち幅とび (cm)	02県平均	118.60	128.51	141.93	149.16	156.32	167.28
	01県平均	119.07	131.80	142.31	150.65	157.19	170.83
	01全国平均	114.74	125.57	136.81	144.52	155.38	164.07
	全国に対する 県のTスコア	52.22	51.68	52.76	52.44	50.49	51.58
ソフトボール 投げ (m)	02県平均	9.05	12.97	16.76	21.06	24.99	28.44
	01県平均	9.58	14.06	17.01	20.93	24.18	29.65
	01全国平均	8.28	11.52	15.66	18.92	22.92	26.65
	全国に対する 県のTスコア	52.44	53.19	51.80	53.06	52.54	51.91

・島根県小学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：前年度比高

黄塗：全国比高

(女子)

*02県平均はコロナにより参考データ

種目	学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6
握力 (kg)	02県平均	8.82	10.22	12.14	14.04	16.34	19.39
	01県平均	8.93	10.67	11.81	14.08	16.63	19.13
	01全国平均	8.57	10.23	11.84	13.87	15.91	19.23
	全国に対する 県のTスコア	51.24	49.96	51.21	50.57	51.21	50.39
上体おこし (回)	02県平均	11.54	13.90	15.96	17.86	18.50	19.34
	01県平均	11.33	13.72	15.97	17.66	18.54	19.66
	01全国平均	11.39	14.13	15.85	17.64	19.19	20.84
	全国に対する 県のTスコア	50.29	49.57	50.22	50.43	48.62	46.93
長座体前屈 (cm)	02県平均	28.82	31.10	32.66	35.16	37.14	39.07
	01県平均	29.56	31.23	32.90	35.88	36.37	38.25
	01全国平均	28.57	30.30	32.08	34.82	37.40	41.02
	全国に対する 県のTスコア	50.37	51.17	50.85	50.47	49.69	47.64
反復横とび (点)	02県平均	27.71	31.41	34.12	38.47	42.49	44.96
	01県平均	26.59	31.09	34.09	38.86	41.75	43.62
	01全国平均	26.52	30.56	33.58	37.91	41.51	44.19
	全国に対する 県のTスコア	52.58	51.55	50.83	50.87	51.60	51.36
20mシャトル ラン(回)	02県平均	17.20	24.65	31.17	38.31	45.77	48.88
	01県平均	17.62	25.17	30.62	40.35	47.30	54.20
	01全国平均	15.96	22.27	29.16	37.09	44.14	51.56
	全国に対する 県のTスコア	51.86	52.55	51.60	50.81	50.96	48.51
50m走 (秒)	02県平均	11.95	11.03	10.36	9.96	9.53	9.23
	01県平均	11.92	10.89	10.44	9.78	9.60	9.07
	01全国平均	11.82	10.93	10.40	9.91	9.52	9.15
	全国に対する 県のTスコア	48.65	48.86	50.56	49.35	49.80	48.88
立ち幅とび (cm)	02県平均	112.90	121.96	132.75	142.24	152.75	157.91
	01県平均	109.66	123.10	132.31	144.10	149.09	158.05
	01全国平均	106.93	117.69	128.05	137.89	147.40	156.01
	全国に対する 県のTスコア	53.68	52.58	52.69	52.43	52.80	50.96
ソフトボール 投げ(m)	02県平均	6.29	8.25	10.62	13.77	15.97	18.38
	01県平均	6.03	8.29	10.29	13.19	15.52	17.61
	01全国平均	5.62	7.38	9.40	11.63	13.60	16.38
	全国に対する 県のTスコア	53.52	53.59	53.90	55.89	55.58	53.73

資料 2

・島根県中学校・高等学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：前年度比高

黄塗：全国比高

(男子)

*02県平均はコロナにより参考データ

種目	学年	中1	中2	中3	高1	高2	高3
握力 (kg)	02県平均	24.49	29.19	34.59	36.33	39.54	41.57
	01県平均	24.27	29.37	34.91	36.96	39.45	41.02
	01全国平均	23.94	30.03	34.46	37.10	39.91	41.85
	全国に対する 県の1スコア	50.92	48.80	50.18	48.89	49.49	49.62
上体おこし (回)	02県平均	23.02	25.95	27.68	27.16	29.38	30.97
	01県平均	23.84	25.95	28.02	28.11	29.42	31.66
	01全国平均	24.44	27.84	29.93	29.63	31.79	32.68
	全国に対する 県の1スコア	47.53	46.48	46.04	45.51	45.73	47.11
長座体前屈 (cm)	02県平均	41.10	43.35	46.80	44.67	49.28	49.39
	01県平均	38.59	41.92	45.53	46.54	49.34	50.60
	01全国平均	40.27	45.48	49.16	47.99	50.51	51.68
	全国に対する 県の1スコア	50.88	47.94	47.80	46.82	48.85	47.94
反復横とび (点)	02県平均	48.84	53.03	55.17	54.65	56.63	58.50
	01県平均	49.72	53.41	55.65	56.12	57.38	58.52
	01全国平均	50.13	53.86	56.66	56.63	58.40	59.22
	全国に対する 県の1スコア	48.02	48.75	47.72	46.93	47.32	48.93
20mシャトル ラン (回)	02県平均	69.41	85.36	92.70	84.82	89.23	90.52
	01県平均	74.79	94.89	100.64	89.60	92.58	99.24
	01全国平均	71.57	88.28	94.81	88.54	96.74	95.61
	全国に対する 県の1スコア	49.05	48.77	49.12	48.46	47.03	48.09
持久走 (秒)	02県平均	424.56	393.68	373.59	379.57	377.50	380.52
	01県平均	412.61	383.14	366.87	376.96	376.09	366.30
	01全国平均	413.89	377.78	365.57	374.84	358.41	357.74
	全国に対する 県の1スコア	48.00	46.61	48.21	48.94	45.83	45.31
50m走 (秒)	02県平均	8.42	7.94	7.51	7.55	7.39	7.23
	01県平均	8.44	7.92	7.47	7.53	7.47	7.17
	01全国平均	8.42	7.80	7.45	7.42	7.21	7.12
	全国に対する 県の1スコア	49.98	47.87	48.84	47.57	46.64	47.90
立ち幅とび (cm)	02県平均	183.89	201.21	216.05	218.21	223.81	229.45
	01県平均	182.85	200.24	213.06	220.69	223.92	231.61
	01全国平均	182.75	201.67	214.74	219.34	226.94	230.85
	全国に対する 県の1スコア	50.47	49.81	50.56	49.50	48.67	49.40
ハンドボール 投げ (m)	02県平均	18.84	21.79	24.21	23.37	25.73	26.83
	01県平均	18.65	21.76	24.14	24.06	24.99	26.38
	01全国平均	18.44	21.38	23.69	24.18	25.80	26.76
	全国に対する 県の1スコア	50.78	50.73	50.94	48.59	49.89	50.11

・島根県中学校・高等学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：前年度比高

黄塗：全国比高

(女子)

*02県平均はコロナにより参考データ

種目	学年	中1	中2	中3	高1	高2	高3
握力 (kg)	02県平均	21.56	23.82	25.23	24.61	25.76	25.93
	01県平均	21.87	24.05	24.80	25.41	26.17	26.02
	01全国平均	21.98	24.24	25.61	25.68	27.16	26.91
	全国に対する 県のスコア	49.03	49.02	49.15	47.67	47.08	47.93
上体おこし (回)	02県平均	19.68	21.86	22.95	20.90	22.05	23.08
	01県平均	20.31	22.00	22.52	22.15	23.73	23.14
	01全国平均	21.90	24.43	25.20	23.94	24.98	25.55
	全国に対する 県のスコア	45.81	45.27	46.00	44.60	45.03	46.10
長座体前屈 (cm)	02県平均	42.64	45.61	47.24	47.66	47.65	49.74
	01県平均	42.15	44.47	46.64	46.61	48.04	47.27
	01全国平均	43.88	46.78	49.81	48.13	49.34	50.67
	全国に対する 県のスコア	48.67	48.76	47.42	49.52	48.28	49.08
反復横とび (点)	02県平均	45.43	46.75	47.72	46.46	47.95	48.23
	01県平均	46.54	47.22	47.93	48.02	48.50	47.62
	01全国平均	46.85	48.96	49.38	48.78	49.55	49.55
	全国に対する 県のスコア	47.43	46.23	47.22	45.84	47.38	47.87
20mシャトル ラン (回)	02県平均	52.89	58.08	58.17	49.13	48.99	49.40
	01県平均	56.38	59.68	62.57	54.64	53.92	53.90
	01全国平均	56.33	62.32	62.12	53.30	55.55	55.70
	全国に対する 県のスコア	48.26	47.87	48.04	47.63	46.69	46.99
持久走 (秒)	02県平均	299.55	298.54	298.32	319.35	319.72	328.41
	01県平均	292.81	290.34	296.64	304.02	310.99	314.20
	01全国平均	288.81	275.21	280.85	298.13	289.86	291.92
	全国に対する 県のスコア	46.78	43.42	45.42	44.57	42.81	41.79
50m走 (秒)	02県平均	9.00	8.84	8.78	9.00	8.98	9.02
	01県平均	8.92	8.72	8.68	8.90	8.93	9.05
	01全国平均	8.90	8.62	8.56	8.80	8.72	8.76
	全国に対する 県のスコア	48.62	46.68	46.75	47.23	46.64	46.72
立ち幅とび (cm)	02県平均	166.21	169.97	173.47	172.31	173.76	171.67
	01県平均	165.89	171.78	173.75	172.46	174.44	173.54
	01全国平均	169.26	175.19	178.62	174.29	174.51	175.89
	全国に対する 県のスコア	48.54	47.55	47.74	49.08	49.66	48.18
ハンドボール 投げ (m)	02県平均	12.23	14.06	14.60	13.26	13.92	14.27
	01県平均	12.54	13.33	14.03	13.73	14.34	14.20
	01全国平均	12.33	13.79	14.57	13.79	14.81	15.09
	全国に対する 県のスコア	49.74	50.65	50.07	48.72	47.94	48.15

Ⅲ 今後の指導に向けて

1 体育・保健体育の授業について

(1) 小学校における水泳及び鉄棒実技習得状況の実態調査から

言うまでもなく、体育・保健体育の授業では、できなかったことができるようになる経験を保証していくことが大切です。今年度も島根県内全公立小学校を対象に、4年生の「鉄棒運動」逆上がり達成率の調査を行いました。残念ながら新型コロナウイルス感染症の影響により水泳学習はほとんどの学校で実施できなかったため、6年生の「水泳」25m完泳率については調査できていません。平成26年度の調査開始からの県の達成率を以下のように示していますが、ここ数年逆上がりの達成率は大きく低下しており、地域や学校によって大きな差も見られます。今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により体育授業にも様々な制限がかかりましたが、全ての児童が「できなかった運動や技ができるようになった」という喜びや達成感を味わうことができる授業づくりを目指したいものです。

◆ 4年生の逆上がりの達成率 52.4% (R2年度)

年度	H26	H27	H28	H29	H30	R01
逆上がり達成率(%)	58.5	55.3	54.4	55.9	53.4	51.4

◆ 6年生の25m完泳率 【R2年度は実施せず】

	H26	H27	H28	H29	H30	R01
25mの完泳率(%)	81.7	79.2	81.4	84.1	82.5	78.6

★鉄棒運動や体力向上に効果があったと思われる自校の取組例【体育授業】

- 学校独自の体育授業スタイルの構築
 - ・例えば1年生と6年生の合同体育を数回実施し、鉄棒だけでなく、なわとび運動や投運動についてかかわりのある体育学習。
- 地域の外部講師を招き、器械運動の授業をしてもらう。
- 全学年が同時期に鉄棒単元を取り扱うことで、休み時間等の教科外活動での教え合いや学び合いにつながる。
- 逆上がりにつながる「壁けり逆上がり」や「トントン逆上がり」の練習をする。
- 鉄棒運動とマット運動を関連づけて学習
 - ・逆上がりに必要な基本的な動きや感覚をマットの上で学習する。
- 鉄棒運動の単元では、授業の始めに鉄棒セットや遊具（登り棒や雲梯等）を活用した運動遊びを取り入れる。

- 屋外での体育時には、サーキットトレーニングのように鉄棒運動を組み合わせ、鉄棒に触れる機会を増やす。
- 授業前半に帯で取り組む 5 種目運動や体幹トレーニング(首倒立、ブリッジ、体幹を鍛える運動等)、柔軟運動（しまねっ子ソングに合わせて、柔軟運動の実施）
- 体力・運動能力調査の結果をもとに、学年ごとに向上を目指して取り組む種目を 1～2 種目決め、体育の授業等でそれに関わる運動を一定期間行う。

★鉄棒運動や体力向上に効果があったと思われる自校の取組例【教科外の体育的活動】

- 校内器械運動発表会（下学年の前で演技・下学年にビデオ配信）や器械運動練習会
- タオルやハチマキを使った逆上がり練習
- 鉄棒補助具（のり巻きやベルト）を自由に使えるような工夫と環境整備
- サイトの紹介や動画配信・オンラインでの体操などを実施
- 鉄棒セットの校内実態調査を実施
- 児童会主体による「鉄棒教室」や「鉄棒週間」
- 冬季等の一定期間、体育館に室内鉄棒を常時設置
- 校舎内に室内用鉄棒の設置（職員室前、各階オープンスペース、中庭、通路等）
- 姿勢体操の実施（朝の活動や掃除後）
- 児童会主体による「ストレッチ・プログラム」
- ラジオ体操検定、新体力テストの結果をもとに「〇〇小オリンピック」の実施
- 体力向上推進計画に従い、柔軟運動（1 学期）、持久走（2 学期）、縄跳び（3 学期）を重点的に取り組む活動
- ノーボールデー…鬼ごっこをして遊ぶ児童が増えた。（敏捷性）
- シャトルラン大会
- ゲストランナー（〇〇高校の生徒）を招いて、マラソン大会や駅伝大会を実施。
- 立位による全校共通の号令（体幹強化の意識）
- 朝やバス待ち時間の校庭利用

また、昨年度（令和元年度）の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によれば、体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけや理由を尋ねた結果（島根県）は、「友達に教えてもらった」「先生や友達のまねをしてみた」「授業中に先生に個別にコツやポイントを教えてもらった」等が上位です。ここで注目すべき点は、自分一人で工夫したり練習したりするよりも、友だちや先生との関わりの影響が大きいことです。授業中に教員や友達のまねを促し、コツやポイントを重点的に教えるとともに、友達同士で教え合いを促すような取組や指導が大切です。

また、運動を苦手と感じている児童生徒や、運動に意欲的に取り組めない児童生徒への指導を重視し、技能のみに偏ることなく、思考・判断・表現する力や仲間との協力などの「できた」にも視点を置き、バランスよく指導することが大切です。体育授業においても運動やスポーツとの「する・みる・支える・知る」といった多様な関わり方を実践し、多方面からの「できた」を児童生徒が実感できるような工夫をしていきましょう。

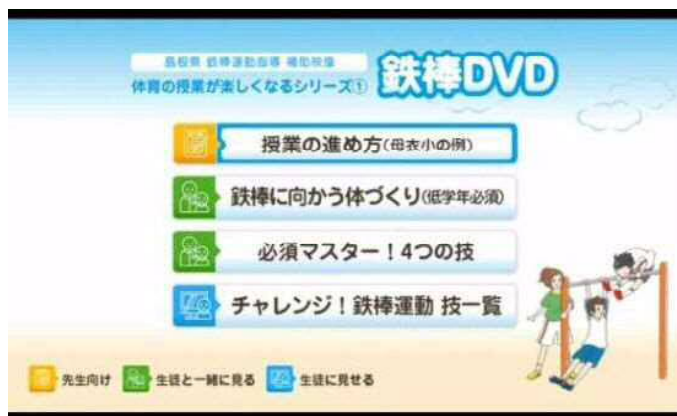
(2) 活用してみませんか 島根県教育委員会作成DVD

「体育の授業が楽しくなるシリーズ」①鉄棒、②マット運動、③なわとび運動

これらのDVDには、小・中学校の学習指導要領解説に例示されている技のお手本映像や小学校で身に付けてほしい技の習得方法、授業展開の例を収録しています。DVDを活用することで、授業に臨む子供たちにとってより楽しい授業となるようお願いを込めて制作しています。実際の授業、教材研究、校内研修等でご活用ください。

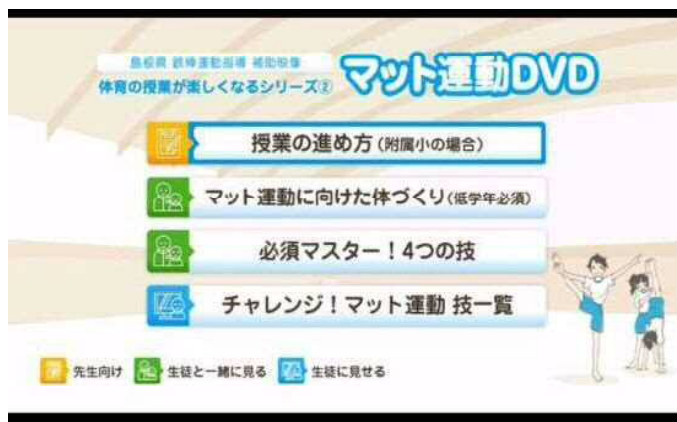
① 鉄棒DVD

(平成25年3月)



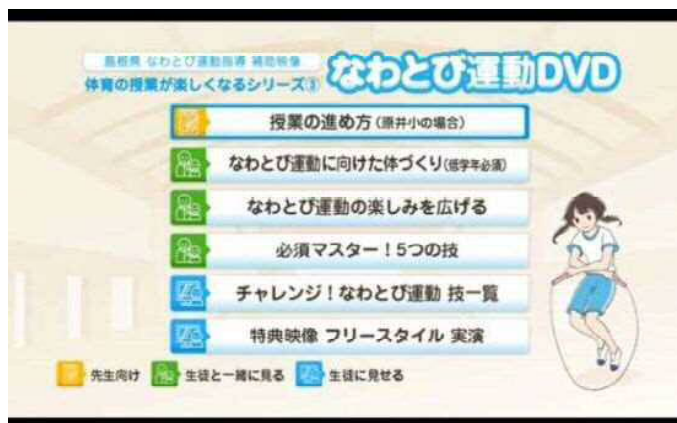
② マット運動DVD

(平成26年3月)



③ なわとび運動DVD

(平成27年3月)



【参考】島根県小学校体育連盟研究部の取組

なりたい姿のイメージをもち、

「できそう」「できた」が連続する体育学習

島根県小学校体育連盟研究部長 太田 康弘

体育の学習では、自分の体を動かしたり仲間と共に活動したりすることによって「できるようにになりたい。」「もっとよりよくするにはどうするとよいか。」という思いが生まれます。その思いの中には、よりよい動きや健康的な生活のイメージがあります。島根県小学校体育連盟研究部では、そのイメージを具体化し、ゴールを見据えて段階的に実現していくことで、学びの達成感、満足感を得ることができると考え、研究を進めています。

ここに挙げたイメージとは、1時間ごとの授業の中で自分になりたい姿、単元の終盤でなっていたい姿である「ゴールイメージ」です。達成したい明確なイメージ像を作り、自分の動きや生活を客観視することで自分のイメージと実際との差を見つけ、その差を埋めるためのアプローチを考え、実践する。ゴールイメージをもち、「できそう」という感覚をもつことで、子どもたちは主体的に自他の運動についての課題を発見し、解決に向けて試行錯誤しながら、思考を深め、技能を高めていくことができると考えられます。「できそう」から「できた」になることで、次の「できそう」が生まれ、さらなる「できた」につながっていくのではないのでしょうか。このような「ゴールイメージ」をもった段階的な「できそう」「できた」の連続により、子どもたちの「見方・考え方」を豊かで確かなものへとしていきたいと考えています。

そこで、研究部ではこのような姿が実現するために、3つの具体的視点をもって追求していきます。

（1）課題や変容の自覚を促す「動きと思考を高めていく単元構成と授業構成」の追求

- 「できそう」「できた」が連続する単元構成の工夫
- 身に付けさせたい力や系統性を明確にした単元構成、授業構成の計画
- 課題を持って解決する場(思考・判断の場面)の効果的な計画

（2）ゴールイメージを支える「基礎感覚や基本技能を高めていくための手立て」の追求

- 「できそう」という思いがもてる運動の基本となる感覚や技能を養う運動の工夫
- 生活経験や体験活動を取り入れる工夫（保健学習）

（3）ゴールイメージに向かう「主体的・対話的で深い学び」の追求

- 課題を持って解決するための学習方法や場の設定の工夫
- 学習意欲を喚起する工夫
- かかわりを豊かにし、思考を深める言語活動の充実

各市郡の研究では、上記の3つの視点をもった取組が実践されています。今年度、新型コロナウイルス感染拡大防止により県大会（鹿足大会）が中止となりましたが、鹿足大会の取組や成果、また、各市郡から報告された実践には子どもたちのいきいきと学ぶ姿が表れています。研究紀要をご覧いただき、各校の実践にいかしていただければと思います。今後もたくさんのご意見をいただきながら研究を進めていきたいと思っておりますので、よろしくごお願い致します。

2 令和2年度 武道等指導充実・資質向上支援事業について

新学習指導要領では、カリキュラム・マネジメントとアクティブラーニングの双方の視点からの授業改善の検討が重要とされています。今後求められる21世紀型の資質・能力の育成に向けては、教科、教科外活動、学校教育活動全体の役割構造を捉えた上で、教科において取り組むべき授業改善を検討することが望まれています。体育科・保健体育科の学習では、技能の基礎となる知識（コツや練習法等）、態度の基となる知識（フェアプレイの意義や行動の仕方等）、思考・判断・表現の基となる知識（課題解決の仕方等）の確実な習得（「わかる」）が必要となります。さらに基礎的・基本的な技能の習得（「できる」）が、学びへの意欲や主体的な学びへとつながっていきます。そして、この「わかる」と「できる」の体験が、より効果的なグループ活動（「かかわる」）を生み、課題解決的な深い学びとなり、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実施する力が身につくと考えられます。

保健体育課では、「主体的・対話的で深い学び」の実現をめざして、各組織と連携し下記の教員研修を実施しました。

《ベースボール型授業の指導法に関する研修会：大田市教研体育部会》

8月20日（木） 仁摩農村環境改善センター

大田市教研と連携し、中学校での球技、小学校でのボール運動における「ベースボール型」の必修化を踏まえ、今年度はコロナの影響で講師は2名だったが、教研保健体育部会のニーズに応じた内容となり、参加者はとても意欲的に取り組んでいた。

受付では机に、アルコール消毒、不織布マスクが準備され、感染症対策も徹底的に講じられていた。その他、本日のレジュメ、JSA（日本ソフトボール協会）からのアンケート、DVD付テキストを受付時に受取り、意欲的に閲覧していた。

硬すぎず軟らかすぎず、素材に工夫が施されたボールやバットの使用や、ゲームを行う際に、投げバットを防止するためのバットを置くサークルやコーンの設置といった安全面の配慮について、また、「投げる：近く→遠く」、「打つ：静止したボール→投げられたボール」といった段階的な指導法についての実践があった。投げる、打つといった基本的な動作の指導法として、簡単な言語をリズム化して指導する方法や運動量を確保するゲーム形式の実践法を体験し、授業にすぐに生かすことができる内容だった。

この時間終了後、黄色のスポンジ硬ボール1ダースをその場で各学校に配られた。この他に、ティー台、バット（大小）など、1セットが後日、各学校にJSAから送られた。



ボールを投げるとき、肘を張るために頭の上に手の甲を当て「トントンポン」で体をねじって投げる。



ゴロキャッチでは、膝の高さにお尻を落とし、クラブ側の手を下にワニの口にする。キャッチ時は「パクッ」と言う。



バッティングのイメージをつくるために、両手を合わせて、左右にぶんぶん振る。



段階別の簡易ゲームで打球を捕球した守備の周辺に全員が集まり「アウト」と叫ぶことでランナーがアウトになる。



熱戦したゲームを終え、得点版を裏にされ表示されていなかった得点を、集合時に初めて確認する。



最後まで積極的に講師に質問をする姿に、本日の研修が充実し、各学校で還元されることが期待できる。

《中学校体育教員球技研修：教員のニーズに合わせた研修》

9月23日（金） 鹿島総合体育館（東部）

10月16日（金） 島根県立体育館（西部）

1日の研修内容として、午前がネット型、午後がゴール型になっていた。

進み方として、午前午後両方とも、基本的な運動の行い方、自己にあった空間、コツを確認し、スキルを身につける時間。ゲームの前の作戦時間。ゲーム。ゲームの振り返りとしてグループの課題を発見し、解決方法を見つけ話合う時間。ゲーム。反省等を含む話し合い活動の時間。全体で発表。という流れだった。

学習指導要領の改定で大きく変わったところが、特別な支援を要する生徒等にどれだけ目を向けて授業展開ができるか。また苦手意識が強く、なかなか目の見ることのない生徒にどれだけゲームを楽しませることができるのか。という思いで指導法を紹介された。

また、長い時間運動することが、生徒の運動満足度につながるとは限らない。短い時間でも運動強度、質を高めてあげることで満足度は増し、戦術、体力アップにつながる。球技をするからには得点を多く取って勝利する。このことをゲームを楽しむ力として勝敗を競う力を育む。どうやって得点するのか分かる、できる。どうやって勝つのか分かる、できる。そのために自己の課題やグループの課題を考える。中学校の50分授業の中で、ゲームも行い、知識も教え、話し合い活動で課題発見や解決を求め、最後振り返りを行うなど、無理に等しいし、中途半端に終わってしまう。だから、3時間パッケージとして、「①ゲームを取り入れながら運動の行い方や知識を学ぶ時間②振り返りの時間③ゲームばかりの時間」とする方法もあるのだという。このパッケージを2～3つの塊で取り組むことで、思考力、判断力、表現力を培うこともできる。

そのため、ゲーム1回1回のデータを収集し分析する時間を、ゲーム終了時に設けている。何もデータがない状態で、根拠のない漠然とした答えを出そうとするのではなく、きちんと自分たちのとったデータ結果をもとに解決しようとする方法をここで学ぶことができた。



ゲームはグループで話し合った内容をもとに実践した。また基本的なスキルを意識して少人数に分けて行われた。



ゲームが終わると、自分たちの課題について話し合い、次のゲームへ生かすための解決方法を考えていた。



空いたスペースにパスを出すために空いたスペースをどう作り出すか。常にアウトナンバーでの展開で行った。



2回目のゲームが終わると、さらにグループで話し合い、最後に全体で班ごとに発表をし、共有した。

《武道等推進事業柔道授業公開：トップアスリートをゲストに》

10月23日（金） 江津市立江津中学校柔道場

投げ技マイスターを有効利用した授業展開。前時までの復習やポイント等を丁寧に確認しながらの展開だったため、生徒もペアで考えスムーズに取り組むことができた。本時の目標や評価規準が「思考・判断」の観点であった。グループ活動を通して学習カードを利用しながら、崩しの方向、不安定な体制を試行錯誤し、深める場面が多々見られた。最後の振り返りの場面でもより深まるように、授業者や授業協力者がヒントを与えながら巡回した。次回は、生徒から出たポイントや動きのコツを自己や仲間の課題と照らし合わせ、基礎的な知識や技能を活用して学習課題への取り組み方を工夫できるように展開を考えている。

授業後の協議で、参加者からは投げ技マイスターの有効性や安全性についてたくさんの意見があった。投げ技マイスターを使うとコロナ対策もできる。直接道着をつかむことなく、相手とも適度な距離も保つことができる。たくさん投げることも必要だが、柔能く剛を制すということで、小柄の生徒も大柄の生徒を投げることを学習するうえで、とても有効だった。技能はバラバラだが一生懸命に取り組むことができる。

マイスター使用時と使用しないときの違いはという質問もあり、マイスターをひとつかませることで運動が上げさになる。柔道着をすぐつかませると間合いが近くなる癖がつき崩しにくくなる、など柔道専門家の専門的な回答により参加者の意識や取り組む姿勢が変わった。



マイスターを使って後ろ受け身、崩しながら横受け身の練習を行っている。



生徒と前時までのポイントの確認と復習をしている。



前時に行った体落としの練習をゆつくりと、1→2→3と順に確認し、取り組んでいる。



1→2→3と順に確認するのではなく、流れをつくるために素早く動くことを意識し、示範を通して確認。



マイスターなしで組み合い、実際に投げる示範をし、素早さや崩しを確認させている。



動きのポイントを書き出すグループ活動が円滑に進むよう声かけをしている。

3 令和2年度しまねっ子！元気アップ・カーニバル

「しまねっ子！元気アップ・カーニバル」は、ダンスや柔軟運動、また縄跳びやボールなどを使った運動種目に学校の仲間と一緒に挑戦する集会活動です。ここで行う運動種目は「しまねっ子！元気アップ・プログラム」として、島根県の地名にちなんだ名前が付けられています。

今年度も県内24小学校で開催しました。各校で友だちと声を掛け合い、助け合いながら記録の向上を目指し、運動することを夢中になって楽しんでいる一人一人の姿が見られました。

なお、カーニバル開催校には株式会社ローソンの協力により運動用具等が贈られました。

	元気アップ・カーニバル開催校等	開催日
1	大田市立北三瓶小学校	9月18日(水)
2	大田市立大田小学校	9月30日(水)
3	出雲市立東小学校	10月6日(火)
4	安来市立飯梨小学校	10月19日(月)
5	奥出雲町立馬木小学校	10月21日(水)
6	雲南市立阿用小学校	11月5日(水)
7	雲南市立鍋山小学校	11月17日(火)
8	奥出雲町立八川小学校	11月19日(木)
9	吉賀町立六日市小学校	11月25日(水)
10	大田市立久手小学校	11月26日(木)
11	奥出雲町立高尾小学校	12月2日(水)
12	安来市立赤屋小学校	12月3日(木)
13	大田市立朝波小学校	12月4日(金)
14	出雲市立須佐小学校	12月7日(月)
15	大田市立大森小学校	1月9日(月)
16	出雲市立多伎小学校	1月20日(金)
17	出雲市立長浜小学校	2月1日(月)
18	松江市立鹿島東小学校	2月3日(水)
19	吉賀町立柿木小学校	2月8日(月)
20	安来市立南小学校	2月9日(火)
21	雲南市立三刀屋小学校	2月9日(火)
22	益田市立匹見小学校	2月17日(水)
23	益田市立都茂小学校	2月18日(木)
24	大田市立久屋小学校	2月19日(金)



「しまねっ子！元気アップ・プログラム」

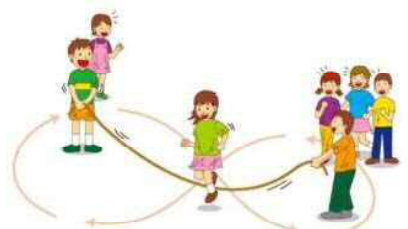
① 島根県民 思いやりの対面パス



② 隠岐の牛突き かべ突きパス



③ 松江城 忍者8のじとび



④ 宍道湖一周 一輪車の旅



⑤ 奥いずもおろち みんなでジャンプ



⑥ 出雲ドーム ブリッジ



⑦ 三瓶山登頂 登り棒



⑧ 石見銀山間歩 フープくぐり



⑨ 江の川 マラソン



⑩ 水産浜田 とびうおキャッチ



⑪ 鯉から龍に変身 蟠竜湖連続2重跳び



⑫ ドジョウすくい 3種目 柔軟運動



⑬ ぐるっと逆さま！ 砂時計逆立ち



⑭ 神在月！神様大忙しシャトルラン



⑮ よどみなく跳ぼう！ 高津川清流ジャンプ



4 地域や幼稚園・保育園との連携による体力向上

(1) 運動好きな子どもを育てるための地域連携事業

<事業の趣旨>

児童・未就学児を対象に運動好きな子どもを育てるため、総合型地域スポーツクラブ（注1）、スポーツ推進委員協議会（注2）、レクリエーション協会、スポーツ少年団、公民館、放課後児童クラブ、放課後子ども教室等の地域団体と連携し、日常生活においても気軽にできる運動で構成された内容や体を動かすことが楽しいと実感できるようなプログラム（「場・しかけ」）を“地域ぐるみ”で提供する。

<総合型地域スポーツクラブ等と連携した事例>

NPO法人しんじ湖スポーツクラブ（わんぱくキッズ広場）

(概要)

地元の幼保園や小学校でのびのびと体を動かす機会を提供し、体力の維持・向上を図る。

また、園や学校での生活や家庭において自発的に体を動かしてチャレンジしたくなるように、遊びや場の工夫を紹介することもねらいとしている。

今年度はしんじ幼保園、宍道小学校、来待小学校で運動や遊びの機会を提供。

- ・しんじ幼保園・・・運動遊び、リズム遊び、なわ遊び、跳び箱遊び、鉄棒遊びなど
- ・宍道小学校・来待小学校・・・ダンス、鉄棒、体づくり、マット、跳び箱など

(本事業の魅力)

①連続性ある指導を実現

幼児期から児童期まで継続して指導を行うため、指導員は幼児・児童の実態をよく把握しており、指導内容や方法に反映しやすい。

②地域一体となった幼児・児童の健全育成の推進

しんじ湖スポーツクラブ、幼保園、小学校の代表者による運営会議や担当者連絡会議などを定期的に開催し、活動のねらいやめざす姿の共有、指導方法や内容の検討、推進状況の確認などをきめ細やかに行うことができる。



(注1) 地域の人々に年齢、興味・関心、技術・技能レベル等に応じた様々なスポーツ機会を提供する、多目録、多世代、多志向の地域密着型のスポーツクラブである。島根県内には33クラブが存在する。(2020年7月現在)

(注2) 県内各教育事務所単位に結成されたスポーツ推進委員の連絡組織で構成される協議会。スポーツ推進委員はスポーツ基本法に基づき市町村から委嘱されており、住民にスポーツの楽しさを伝え、健康増進や体力向上のための指導・助言をする役割を担っている。

(2) 未就学児の体力向上推進事業 ～専門指導者派遣事業～

<事業の趣旨>

専門指導者を派遣し、年長児に対して発達段階に適した好ましい運動習慣のきっかけづくりや体力向上推進に向けた多様な動きを経験する運動遊びを提供することで、運動遊びへの興味・関心を高めるとともに、小学校入学以降に体育の授業に苦手意識をもたせないようにする。

また、幼稚園・保育所等で実践を行うことで、教員や保育士の研修の場とし、資質の向上を図る。

<対象> 大田市内の幼稚園・保育所の年長・年中児および教員・保育士

<会場> 各園・所の遊戯室ほか

<回数> 全18回 ※同一園(所)にそれぞれ2回の訪問を原則とする

<内容> ・各園(所)で行っている運動遊び(ウォーミングアップ等)への指導・助言

・専門指導者による各種運動遊びの実践と指導方法の伝達

<講師> NPO法人ジョイナススポーツクラブ(青木 大 さん他)



実施の流れ

- 1 事前打ち合わせ
- 2 ウォーミングアップ(幼稚園や保育所職員の指導)
- 3 専門指導者による運動遊び指導
- 4 活動後の振り返り・次回の指導内容打ち合わせ

幼稚園や保育所にある用具を使い、「パッカパッカ」「チョキ」「バンザイ」など子どもが想像しやすい言葉かけをしたり、脚や手の位置が一目でわかるように視覚的な工夫をしたり、進んで取り組む気持ちを引き出せるように指導していく。

幼児の姿から

- ・指導を受けた後には、誘い合って運動したり進んで新しい技に挑戦したり、意欲的に取り組むことが多くなってきた。
- ・園や所だけでなく、ストレッチや側転の練習に家庭でも取り組むなど、運動の時間や場が広がってきている。

教員や保育士から

- ・運動遊びで多様な動きを経験することについて、保育者、保護者とも重要性を再認識することができた。
- ・いろいろな用具を使って、段階的に指導していくと動きが習得できることが分かった。
- ・運動が苦手な子どもに対しての指示や補助の仕方が参考になった。 など

今後の方向性

- ・多様な動きを経験させることで、意図的に体力や運動能力を伸ばしていくことを継続する。
- ・日常における運動遊びの取組を充実させるため、補助の仕方などの技術指導に加え、環境づくり等についても指導・助言を行っていく。
- ・事業効果を高めるため、関係機関・関係者等と情報共有しながら、協力して実施していく。

5 オリンピック・パラリンピック教育の推進について

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会に関連した教育コンテンツがウェブサイト等でも紹介されていますが、それらのキーワード・キーセンテンスを集めてみました。学校教育活動につながる様々なヒントがあります。

国際オリンピック委員会 (IOC)

卓越 (Excellence) …… より高い目標を目指すことに伴う価値、努力することの大切さ
友情 (Friendship) …… スポーツを通じて培われる友情
敬意／尊重 (Respect) …… 支える人々、多様な文化や人々への敬意

国際パラリンピック委員会 (IPC)

勇気 (Courage) …… パラアスリートの挑戦への勇気
決断 (Determination) …… ものごとを前向きに進めていく上での決断
平等 (Equality) …… 障害の有無に関係しない平等な社会を目指す
鼓舞 (Inspiration) …… パラアスリートの姿が人々を勇気づけ感動させる

オリンピック・パラリンピックそのものについての学び

「知識」

歴史、競技種目、アスリートのパフォーマンスや努力のすごさ、オリンピック精神、パラリンピックの意義、用具の工夫・開発やクラス分け等のパラリンピックの特性等

「負の部分と改善に向けた取組」

商業主義が引き起こす歪みと IOC 改革の取組、スポーツの公平性を蝕むドーピングの問題点とアンチ・ドーピングの取組等

「選手の体験・エピソード」「大会を支える仕組み」など

オリンピック・パラリンピックを通じた学び

「スポーツの価値（スポーツが個人や社会にもたらす効果）を学ぶ」

- ▶ チャレンジや努力を尊ぶ態度
- ▶ ルールの尊重やフェアプレイの精神
- ▶ スポーツ・インテグリティ（※高潔性）の保持
- ▶ 他者の尊重や自己実現
- ▶ 健康増進等にもたらす効果
 - スポーツをしようとする気運や身体を動かすことへの自発的な関心の向上
 - 生涯にわたってスポーツに積極的に参画

「平和でよりよい世界を構築する次代の若者の育成」

我が国の社会全体や地域の課題、国際社会の状況や現代的な課題に向き合うきっかけとすることも大切

「こうした学習を通して（育成・向上を図る）」

- ▶ 社会の課題の発見や解決に向けて他者と協働しつつ主体的に取り組む態度
- ▶ 多様性の尊重（人間としての共通性、他者への共感、思いやり等）
- ▶ 公德心（マナー、フェアプレイ精神、ボランティア精神、おもてなし精神等）

★オリンピック・パラリンピック・ムーブメント全国展開事業について

(1) 目的

- ①オリンピック・パラリンピック教育推進校によるモデル的な取組を進めながら、県内学校への啓発を行い、オリンピック・パラリンピックの機運を醸成する。
- ②モデル事業のノウハウや成果を共有し、その後の教育活動につなげる。

(2) 令和2年度オリパラ教育推進校(小学校4校、中学校3校 計7校)

松江市立出雲郷小学校 松江市立湖南中学校 大田市立久屋小学校
大田市立第三中学校 邑南町立日貫小学校 益田市立美都中学校
吉賀町立柿木小学校

(3) 実践事例

[アスリートの招聘(講演会)]

<概要>

- ▶体験談を聴き、オリンピック・パラリンピックの理念や価値を学ぶとともに、東京大会への機運醸成を図る。
- ▶メダル獲得や日本代表選手になるまでの苦悩と努力を知り、失敗や挫折を恐れず最後までやり遂げようとする大切さに気付く。

<講師>

平岡 拓晃 氏(筑波大学体育系体育センター助教/オリンピック)
鹿島 丈博 氏(大東文化大学スポーツ健康科学部准教授/オリンピック)
小池 岳太 氏(JTB コミュニケーションズ/パラリンピアン)



<感想>

- ▶「本当の失敗は、失敗と向き合わないこと。」という講師の言葉が印象的でした。失敗を恐れず、挑戦する姿勢を大切にしていきたいです。
- ▶勇気をもって挑戦し続けることの大切さを学び、自分自身を見つめるきっかけにもなりました。

[ビデオレターによるアスリートとの交流]

<概要>

- ▶障害者マラソンランナーの道下美里さんからの動画メッセージを視聴し、動画に込められた思いや願いを受け止める。
- ▶応援メッセージを考え、応援旗及び動画メッセージを作成する。
- ▶今回の応援プロジェクトを通して東京大会への機運醸成を図るとともに、福祉教育の推進につなげる。

<講師>

道下 美里 氏(三井住友海上火災保険株式会社/パラリンピアン)



<感想>

- ▶アスリートとしての高い意識、競技への思いや夢などを知ることができました。
- ▶講師の言葉が心に響き、勇気づけられました。自分の目標に向かって頑張りたいです。
- ▶僕たちの思いが届きますように…。東京大会が楽しみです。

[パラスポーツ体験]

<概要>

- ▶講師の生き方にふれ、目標をもって様々なことに挑戦する意欲を高め、最後までやり遂げようとする大切さに気付く。
- ▶講演内容やパラスポーツの体験を通して、相手に対する配慮や日常生活におけるユニバーサルデザインに気付くきっかけとする。
- ▶パラリンピックの理念や価値を学ぶとともに、東京大会への興味関心を高める。

<講師>

藤田 英二 氏(山口県障害者スポーツ協会会長/パラリンピアン)【ボッチャ体験】
押上 誠 氏(島根オロチビート 代表)【ブラインドサッカー体験】



<感想>

- ▶「チャレンジド」の意味を知らなくて何だろうと思っていたけど、お話を聞いて言葉の意味を知ることができました。
- ▶勇気をいただきました。最初から諦めることなく、何事にもチャレンジしていく姿勢を大切にしていきたいです。
- ▶新たな気づきがあり、共生社会に向けた取組を進めていきたいと思えます。

[地域スポーツ指導者による講演、運動体験]

<概要>

- ▶誰でも取り組める活動を通して、楽しみながら運動への興味・関心を高める。
- ▶体全体を思いっきり動かす経験を通して、スポーツを楽しむ心を醸成する。
- ▶オリンピック・パラリンピックの理念や価値を学ぶとともに、東京大会への興味関心を高める。

<指導者>

川上 功 氏(マラソンランナー)

流水真理子 氏(スポーツ・レクリエーション指導者)

岩根 礼子 氏(ダンス指導者)



<感想>

- ▶コロナウイルス感染症の影響で体を動かす機会が少なかったけど、しっかり体を動かすことができ良かったです。運動・スポーツの大切さに気がきました。
- ▶今、自分にできることを考え、行動することの大切さを知りました。勇気とパワーをいただきました。

[パラリンピックに関する調べ学習]

<概要>

- ▶パラリンピックの理念や価値を学ぶとともに、東京大会への興味関心を高める。
- ▶パラリンピック選手の生き方にふれ、目標をもって様々なことに挑戦する意欲を高め、最後までやり遂げようとする大切さに気付く。



<感想>

- ▶調べたことを3年生に発表しました。3年生がパラリンピックに興味を持ってくれてうれしかったです。来年の東京大会が楽しみです。
- ▶夢をもち、その夢に向かって努力することの大切さを学ぶことができました。

IV 学校における体育活動中の事故防止について

体育活動を積極的に展開するためには、体育の授業や体育的行事(運動会等)、運動部活動等の体育活動にかかわる事故防止に万全を期することが必要です。

各学校におかれましては、体育活動中の事故防止対策等について再度確認し、必要に応じて、下記の事故防止に関する参考資料等も活用しながら見直しを行うなどの措置を講ずるとともに、各学校において適切な対応がなされるよう効果的なご指導をお願いします。

学校における体育活動中の事故防止等に関する参考資料

- 学校における体育活動中の事故防止について(報告書)(平成24年7月 文部科学省)
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1323968.htm
- 学校における体育活動中の事故防止のための映像資料(DVD)(平成26年3月 文部科学省)
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLGpGsGZ3lmbBZpfbIZpdamkuUGAZsFHsX>
- 柔道の授業の安全な実施に向けて(平成24年3月 文部科学省)
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/judo/1318541.htm
- 運動部活動の在り方に関する調査研究報告書(運動部活動での指導のガイドライン)(平成25年5月)
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1335529.htm
- プールの安全標準指針(平成19年3月 文部科学省・国土交通省)
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/boushi/1306538.htm
- 学校安全参考資料「生きる力」をはぐくむ学校での安全教育(平成22年3月 文部科学省)
http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/1289310.htm
- 学校施設における事故防止の留意点について(平成21年3月 文部科学省)
<https://www.nier.go.jp/shisetsu/pdf/jikoboushizentai.pdf>
- 「学校でのスポーツ事故を防ぐために」(独)日本スポーツ振興センター
<https://www.jpnsport.go.jp/anzen/tabid/1746/Default.aspx>
- 「学校災害事故防止に関する調査研究(学校での事故防止対策集)」(独)日本スポーツ振興センター
http://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/337/Default.aspx
- 独立行政法人日本スポーツ振興センター教材カード(平成30年5月発行) 他
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/card/tabid/519/Default.aspx

【スポーツ事故防止（突然死、頭頸部外傷、熱中症等）の参考資料】

- 「スポーツ事故防止ハンドブック」（平成26年度文部科学省委託事業）
独立行政法人日本スポーツ振興センター 平成27年3月
※ 全学校等に配布（平成27～28年）



https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1746/Default.aspx

【重大事故の情報提供】

- 「学校安全ナビ」 独立行政法人日本スポーツ振興センター
年3回（3月・6月・9月）と9月には特別号も発行
※ 全学校等に配布



<https://www.jpnsport.go.jp/anzen/kankobutuichiran/tabid/996/Default.aspx>

【組体操を含む体育的行事における事故防止に関する参考資料】

- 「体育的行事における事故防止事例集」（平成28年度スポーツ庁委託事業）
独立行政法人日本スポーツ振興センター 平成29年3月
※ 全小学校・中学校等に配布（平成29年）



https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1809/Default.aspx

【運動部活動指導の参考資料】

- 「運動部活動での指導のガイドライン」 平成25年5月 文部科学省
※全中学校・高等学校に配布（平成25年）

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/detail/1406072.htm

- 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」 平成30年3月 スポーツ庁
※全中学校・高等学校に配布（平成30年）

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/013_index/toushin/1402678.htm