

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4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5年3月 島根県教育委員会

ま え が き

今年度は、島根県立横田高等学校男子ホッケー部が、インターハイ、国体、全国高校選抜大会で優勝し、平成20年以来14年ぶり2度目の3冠を成し遂げました。また、今年1月に18年間の土俵生活を終えた大相撲の元関脇 隠岐の海関（現 君ヶ濱親方）や、昨シーズンのチャンピオンシップ出場に続き、今シーズンも首位争いを繰り広げるプロバスケットボールチーム「島根スサノオマジック」など、今日の島根県では、スポーツに関わる話題が尽きない状況といえます。県民の皆様のスポーツに対する興味・関心も大いに高まっていることと思います。

しかし、その一方で、今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、令和3年度に続き、全国的に体力合計点が低下する結果が報告されました。スポーツ庁は、その低下傾向の要因として考えられる児童生徒の基本的な生活習慣に関して、「本調査で調査されている朝食摂取や睡眠時間は低下傾向が、スクリーンタイムは増加傾向が続いており、これらも含めて改善に努めていかなければならない。」としています。

本県においても同様の傾向は見られており、小学5年生、中学2年生の男女ともに、体力合計点は2年連続で全国平均を上回ったものの、その数値は昨年度を下回りました。ただし、本県の独自調査では、各校種において、昨年度と比較し数値が上昇している項目も見とれます。

各学校において、今年度も続いたコロナ禍の中、基本的な感染症対策を徹底しながら指導内容や方法を工夫し、子どもたちの健康・安全に最大限配慮した運動・体力向上の取組を日々行っていたことに対し、改めて感謝申し上げます。

さて、新学習指導要領は、今年度からいよいよ全ての校種において実施（高等学校は年次進行での実施）となりました。ここ数年のコロナ禍での対応のように、予測が難しいこれからの時代を生きる子どもたちが、答えのない問いに立ち向かって行くために、目の前の事象から解決すべき課題を発見し、主体的に考え、他者と協働して課題を解決し、自分たちが納得できる答えを生み出す力が一層強く求められています。体育科・保健体育科においても、その学習活動を通して「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の資質・能力の三つの柱を育成することで、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。

島根県教育委員会では、今年度も「しまねっ子！元気アップ・レポート ～令和4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、調査に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、調査結果の分析と今後の取組についてご教示いただいた島根大学教育学部 須崎康臣先生に対しまして、心からお礼申し上げます。

令和5年3月

島根県教育庁保健体育課

課 長 徳 永 恵 美

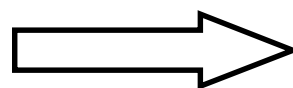
目 次

この冊子の活用方法	1
令和4年度島根県児童生徒の体力・運動能力等調査実施要項	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 島根県児童生徒の体力・運動能力等調査の結果から	32
2 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から	34
3 体育・保健体育の授業について	41
4 令和4年度 武道等指導充実・資質向上支援事業について	52
5 令和4年度 しまねっ子！元気アップ・カーニバル	56
6 地域や幼稚園・保育園・認定こども園等との連携による体力向上	58
7 オリンピック・パラリンピック教育の推進について	60
IV まとめ	
～今後の取組のポイントと体育・保健体育の授業改善について～	63
V 学校における体育活動中の事故防止について	64

この冊子の活用方法

① いろいろな調査結果を知る。〔調査結果編〕

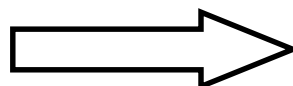
令和4年度児童生徒の体力・運動能力等の調査結果を分析しよう。



P4～P26

② 自分の学校の結果と比較する。〔資料活用編〕

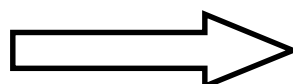
学校の結果を県や全国と比較して、課題を把握しよう。



P28～P31

③ 体力づくりに役立つ情報を得る。〔今後の指導に向けて〕

体育・保健体育の授業の在り方や学校全体の取組を見直し、課題を解決しよう。



P32～P65

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になります。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になります。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4年度 島根県児童生徒の体力・運動能力等調査実施要項

1 調査の目的

公立小・中・高等学校の児童生徒を対象に新体力テストを実施することにより、本県児童生徒の体力・運動能力を明らかにするとともに、体育指導と行政上の基礎資料を得る。

2 調査対象と人員

- ① 1校当たりの調査対象児童生徒数は下表に示すとおり。
義務教育学校は小中学校に準ずる。

学校種別	小学校	中学校	高等学校
対象学年と年齢	第1学年 6歳 第2学年 7歳 第3学年 8歳 第4学年 9歳 第5学年 10歳 第6学年 11歳	第1学年 12歳 第2学年 13歳 第3学年 14歳	第1学年 15歳 第2学年 16歳 第3学年 17歳
1年齢当たりの調査人員	10名	20名	20名
性別内訳	男子5名、女子5名	男子10名、女子10名	男子10名、女子10名
1学校当たりの調査人員	60名	60名	60名

- ② 年齢は、令和4年4月1日現在の満年齢とする。
- ③ 調査人員の抽出に当たっては、新体力テスト実施後、全種目実施した児童生徒の中から必要な対象数を無作為に抽出する。
- ④ 児童生徒が①の表に掲げる調査対象数に満たない学校及び学年は、実施した児童生徒の記録を該当の調査記録用紙に記入する。
- ⑤ 松江市立皆美が丘女子高等学校は、各学年女子10名のみの記録を記入し提出する。

3 新体力テスト実施期間

令和4年4月～

4 新体力テストの実施内容と方法

- (1) 小学校第1学年～第6学年児童は、『新体力テスト実施要項（6歳～11歳対象）』
中・高等学校生徒は、『新体力テスト実施要項（12歳～19歳対象）』によりその全種目を実施。義務教育学校児童生徒は小中学校に準ずる。

※中・高等学校の持久走/シャトルランはどちらかの選択だが、両方実施した場合は両方記入してもよい。

『新体力テスト実施要項』については、下記を参照のこと。

スポーツ庁：https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop03/list/detail/1408001.htm

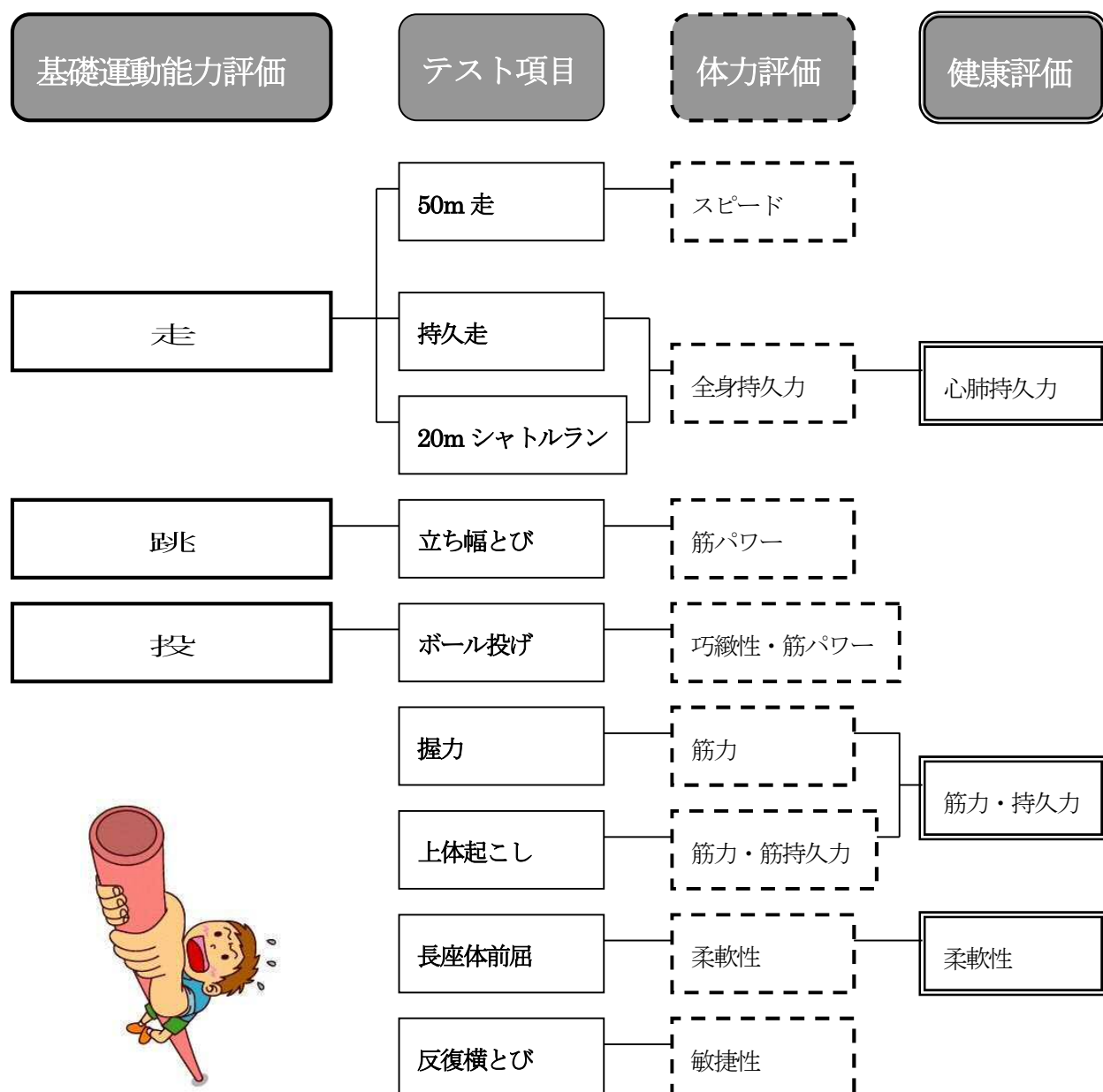
- (2) 実施に当たっては、上記実施要項の「実施上の注意」に留意するとともに、事前指導により、児童生徒がやり方をよく理解した上で実施すること。

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	320	320	320	320	320	320
	県平均	9.13	10.50	12.42	14.72	16.42	19.52
	全国R3平均	9.24	10.74	12.73	14.39	16.90	19.77
	県S61平均	-	-	-	-	18.36	20.75
	県標準偏差	2.23	2.28	2.97	3.32	3.59	4.53
	全国標準偏差	2.13	2.44	2.80	3.13	3.71	4.55
上体おこし (回)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	11.88	13.82	15.88	17.98	18.78	20.65
	全国R3平均	12.05	13.86	15.73	17.98	19.94	21.65
	県標準偏差	5.24	5.40	5.77	5.98	5.43	5.05
	全国標準偏差	5.08	5.57	5.64	5.50	5.23	5.31
	県Tスコア	49.66	49.93	50.26	50.00	47.79	48.11
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	27.06	27.93	29.88	31.93	32.81	34.73
	全国R3平均	26.39	28.61	30.34	31.78	33.37	35.78
	県標準偏差	6.67	6.76	7.25	7.73	7.75	7.65
	全国標準偏差	6.48	6.83	7.04	7.63	8.03	8.38
	県Tスコア	51.04	49.00	49.35	50.19	49.30	48.74
反復横とび (点)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	27.57	30.75	35.44	38.81	41.93	45.32
	全国R3平均	28.28	31.65	34.95	39.43	42.83	45.86
	県S61平均	-	-	-	-	39.51	44.19
	県標準偏差	4.60	6.23	7.09	7.78	7.72	6.96
	全国標準偏差	5.06	6.59	7.43	7.53	6.92	6.75
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	20.32	30.77	36.58	46.16	52.15	62.18
	全国R3平均	18.92	28.40	36.45	44.27	52.45	61.16
	県標準偏差	10.88	14.63	16.69	18.98	19.93	22.58
	全国標準偏差	9.31	13.91	16.85	19.36	21.42	22.87
	県Tスコア	51.51	51.70	50.08	50.97	49.86	50.44
50m走 (秒)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	11.44	10.67	10.05	9.87	9.35	8.88
	全国R3平均	11.33	10.55	10.07	9.59	9.24	8.84
	県S61平均	-	-	-	-	8.96	8.68
	県標準偏差	1.13	1.18	0.88	2.42	0.94	0.82
	全国標準偏差	0.99	0.87	0.83	0.77	0.77	0.77
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	120.82	131.34	141.13	148.49	155.13	168.78
	全国R3平均	117.03	127.19	136.77	147.73	155.86	166.33
	県標準偏差	16.80	19.60	20.19	19.73	22.23	22.09
	全国標準偏差	18.23	17.54	18.91	19.46	20.43	22.73
	県Tスコア	52.08	52.36	52.31	50.39	49.64	51.08
ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	319	320	320	320
	県平均	8.93	12.75	16.82	20.61	23.66	27.69
	全国R3平均	8.43	11.08	14.74	18.47	21.75	25.43
	県S61平均	-	-	-	-	28.42	32.35
	県標準偏差	3.60	4.94	6.27	7.48	8.60	9.51
	全国標準偏差	3.25	4.26	5.79	6.69	7.99	9.39
ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	319	320	320	320
	県平均	8.93	12.75	16.82	20.61	23.66	27.69
	全国R3平均	8.43	11.08	14.74	18.47	21.75	25.43
	県S61平均	-	-	-	-	28.42	32.35
	県標準偏差	3.60	4.94	6.27	7.48	8.60	9.51
	全国標準偏差	3.25	4.26	5.79	6.69	7.99	9.39
ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	319	320	320	320
	県平均	8.93	12.75	16.82	20.61	23.66	27.69
	全国R3平均	8.43	11.08	14.74	18.47	21.75	25.43
	県S61平均	-	-	-	-	28.42	32.35
	県標準偏差	3.60	4.94	6.27	7.48	8.60	9.51
	全国標準偏差	3.25	4.26	5.79	6.69	7.99	9.39

(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	320	320	320	320	320	320
	県平均	8.22	9.98	11.80	14.26	16.80	19.37
	全国R3平均	8.71	10.18	11.95	13.87	16.49	19.53
	県S61平均	-	-	-	-	17.14	20.28
	県標準偏差	2.27	2.34	2.79	3.44	3.97	4.44
	全国標準偏差	2.00	2.35	2.67	3.16	3.72	4.17
	県Tスコア	47.56	49.15	49.45	51.24	50.84	49.61
上体おこし (回)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	10.97	13.37	15.61	16.98	18.32	19.27
	全国R3平均	11.56	13.46	15.91	17.64	18.68	19.66
	県標準偏差	5.19	5.06	5.51	4.64	4.66	4.63
	全国標準偏差	5.00	5.24	4.78	4.99	4.92	4.79
	県Tスコア	48.81	49.83	49.36	48.69	49.26	49.19
	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
長座体前屈 (cm)	県平均	29.47	31.57	33.62	34.95	37.25	39.43
	全国R3平均	28.78	31.01	33.91	35.52	37.30	40.71
	県標準偏差	6.94	6.69	7.77	8.23	7.78	8.40
	全国標準偏差	6.59	6.37	7.44	7.62	8.14	8.81
	県Tスコア	51.05	50.87	49.60	49.25	49.94	48.54
反復横とび (点)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	26.29	30.30	33.75	37.33	40.96	42.86
	全国R3平均	27.39	30.74	33.75	37.64	41.00	43.44
	県S61平均	-	-	-	-	38.41	41.62
	県標準偏差	5.14	5.92	6.96	6.74	6.49	6.36
	全国標準偏差	4.45	5.83	7.14	7.15	6.90	6.24
	県Tスコア	47.52	49.24	50.00	49.57	49.94	49.06
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	17.27	23.60	29.95	37.09	44.02	51.01
	全国R3平均	15.75	23.14	29.13	35.60	42.33	47.52
	県標準偏差	8.19	11.46	13.51	15.04	16.15	17.79
	全国標準偏差	6.28	9.91	13.09	16.01	17.07	18.14
	県Tスコア	52.42	50.46	50.63	50.93	50.99	51.92
	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
50m走 (秒)	県平均	11.84	11.03	10.35	9.92	9.58	9.18
	全国R3平均	11.77	10.89	10.32	9.91	9.49	9.16
	県S61平均	-	-	-	-	9.19	8.93
	県標準偏差	1.16	0.97	0.99	0.88	0.79	0.71
	全国標準偏差	1.00	0.84	0.86	0.77	0.76	0.72
	県Tスコア	49.34	48.30	49.63	49.86	48.79	49.72
	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
立ち幅とび (cm)	県平均	109.80	122.71	133.53	141.42	150.00	157.46
	全国R3平均	108.78	119.28	130.53	141.05	148.36	155.76
	県標準偏差	18.96	18.50	20.69	21.53	22.03	21.29
	全国標準偏差	16.67	17.43	17.98	18.75	20.30	20.87
	県Tスコア	50.61	51.97	51.67	50.20	50.81	50.81
ソフトボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	320	320	320	320
	県平均	5.58	7.82	10.51	13.19	15.46	17.99
	全国R3平均	5.70	7.36	9.45	11.61	13.86	15.97
	県S61平均	-	-	-	-	17.66	20.05
	県標準偏差	2.23	2.97	3.94	5.05	5.25	5.89
	全国標準偏差	1.91	2.34	3.05	3.69	4.56	5.36
	県Tスコア	49.36	51.96	53.48	54.28	53.51	53.77

(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	320	320	320	250	250	250
	県平均	24.08	29.14	33.98	36.51	37.92	39.52
	全国R3平均	24.53	30.39	34.65	37.03	39.55	41.80
	県S61平均	24.71	31.74	37.29	41.01	43.77	45.07
	県標準偏差	6.29	6.44	6.75	7.57	7.16	6.98
	全国標準偏差	6.21	7.24	7.29	7.05	7.60	8.05
	県Tスコア	49.27	48.27	49.09	49.27	47.85	47.17
上体おこし (回)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	22.45	25.10	26.87	27.29	28.01	29.86
	全国R3平均	23.92	27.31	28.96	28.44	30.55	31.94
	県標準偏差	5.78	5.71	5.55	5.59	6.72	6.09
	全国標準偏差	5.42	5.64	5.57	5.99	5.96	5.93
	県Tスコア	47.29	46.09	46.25	48.07	45.74	46.50
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	39.63	41.59	45.07	47.49	46.90	48.30
	全国R3平均	40.98	44.80	47.81	47.94	50.27	52.56
	県標準偏差	9.83	9.79	10.70	10.59	11.82	10.27
	全国標準偏差	9.64	10.41	10.48	10.96	11.38	11.19
	県Tスコア	48.61	46.92	47.39	49.59	47.04	46.19
反復横とび (点)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	48.59	52.18	55.74	54.42	55.90	57.55
	全国R3平均	49.69	53.77	56.28	56.23	57.92	59.16
	県S61平均	41.81	44.07	46.90	47.85	48.98	49.04
	県標準偏差	7.19	7.76	6.52	7.23	8.19	7.51
	全国標準偏差	6.76	7.00	6.92	6.81	6.94	6.67
	県Tスコア	48.38	47.73	49.22	47.35	47.09	47.59
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	160	160	160	50	50	50
	県平均	68.55	82.74	91.34	71.58	79.06	86.54
	全国R3平均	70.58	86.88	94.44	87.61	93.75	95.97
	県標準偏差	23.59	25.75	23.02	27.29	30.53	28.10
	全国標準偏差	23.96	23.56	23.77	24.64	26.98	26.98
	県Tスコア	49.15	48.24	48.70	43.50	44.55	46.50
持久走 (秒)	県サンプル数	160	160	160	200	200	200
	県平均	433.99	405.59	384.46	398.32	387.11	372.12
	全国R3平均	410.21	389.08	374.31	385.93	362.02	364.91
	県S61平均	391.31	363.39	354.48	356.47	355.12	350.13
	県標準偏差	77.29	71.56	52.47	69.90	68.75	48.22
	全国標準偏差	50.20	50.51	51.00	51.54	47.90	49.17
	県Tスコア	45.26	46.73	48.01	47.60	44.76	48.53
50m走 (秒)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	8.43	7.87	7.48	7.63	7.42	7.29
	全国R3平均	8.38	7.78	7.41	7.39	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	0.82	0.72	0.61	0.80	0.59	0.60
	全国標準偏差	0.76	0.62	0.58	0.58	0.55	0.55
	県Tスコア	49.34	48.66	48.81	45.80	46.23	47.01
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	184.98	200.52	214.96	217.78	224.33	227.11
	全国R3平均	185.41	203.80	216.35	219.17	225.41	229.74
	県標準偏差	25.15	23.57	21.90	28.27	24.21	22.43
	全国標準偏差	25.53	24.11	24.60	23.72	24.83	24.05
	県Tスコア	49.83	48.64	49.43	49.42	49.57	48.91
ハントボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	18.22	21.20	23.75	23.79	24.33	25.56
	全国R3平均	18.14	21.09	23.54	23.82	25.44	26.73
	県S61平均	19.29	22.84	25.12	25.51	27.29	28.21
	県標準偏差	4.77	5.64	5.43	5.89	6.05	5.53
	全国標準偏差	5.00	5.48	5.85	5.99	6.37	6.55
	県Tスコア	50.16	50.19	50.37	49.95	48.25	48.22

(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	320	320	320	250	250	250
	県平均	20.33	23.20	24.76	24.46	25.68	26.23
	全国R3平均	21.73	24.19	25.73	25.88	26.78	26.99
	県S61平均	23.72	25.77	28.06	27.76	28.77	29.47
	県標準偏差	3.99	4.27	4.63	4.84	5.47	4.90
	全国標準偏差	4.35	4.42	4.57	4.76	4.72	5.00
	県Tスコア	46.78	47.77	47.88	47.01	47.66	48.47
上体おこし (回)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	19.02	21.73	22.73	20.90	22.16	22.24
	全国R3平均	20.50	23.23	24.55	23.43	24.95	25.00
	県標準偏差	5.15	5.55	5.55	6.22	5.44	6.37
	全国標準偏差	5.00	5.51	5.85	5.71	6.04	6.29
	県Tスコア	47.03	47.27	46.89	45.58	45.39	45.60
長座体前屈 (cm)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	41.87	44.46	46.09	46.59	47.74	48.36
	全国R3平均	43.64	46.65	49.00	48.63	50.24	50.80
	県標準偏差	9.34	9.45	9.96	10.36	10.59	9.83
	全国標準偏差	9.82	9.72	9.96	10.38	10.20	10.13
	県Tスコア	48.20	47.75	47.09	48.03	47.55	47.59
反復横とび (点)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	44.82	47.06	48.67	46.57	47.41	47.15
	全国R3平均	45.78	48.31	49.34	48.40	49.56	49.29
	県S61平均	38.97	40.37	41.58	41.59	41.40	42.94
	県標準偏差	6.56	5.95	6.47	6.77	7.34	6.40
	全国標準偏差	5.59	6.14	6.16	5.85	6.10	6.29
	県Tスコア	48.28	47.96	48.90	46.88	46.46	46.61
20mシャトルラン (回)	県サンプル数	160	160	160	50	50	50
	県平均	49.12	55.73	57.37	39.66	46.46	47.72
	全国R3平均	50.85	60.46	60.91	52.16	56.24	53.71
	県標準偏差	19.11	20.10	17.56	15.97	20.34	21.71
	全国標準偏差	19.03	19.97	19.97	18.76	20.83	20.99
	県Tスコア	49.09	47.63	48.23	43.34	45.31	47.15
持久走 (秒)	県サンプル数	160	160	160	200	200	200
	県平均	317.65	297.58	289.46	320.48	317.63	337.29
	全国R3平均	300.80	286.56	287.16	297.80	291.25	291.83
	県S61平均	270.92	269.81	270.40	286.76	290.68	290.95
	県標準偏差	74.09	43.25	39.93	50.82	49.54	89.53
	全国標準偏差	38.36	39.38	37.86	40.15	39.93	42.85
	県Tスコア	45.61	47.20	49.39	44.35	43.39	39.39
50m走 (秒)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	9.06	8.73	8.61	9.07	8.93	9.03
	全国R3平均	8.98	8.66	8.58	8.76	8.71	8.73
	県S61平均	8.80	8.71	8.56	8.81	8.77	8.62
	県標準偏差	0.78	0.68	0.65	1.03	0.78	1.14
	全国標準偏差	0.72	0.70	0.69	0.75	0.78	0.84
	県Tスコア	48.91	48.99	49.68	45.84	47.18	46.46
立ち幅とび (cm)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	164.04	172.88	176.00	170.29	171.90	171.02
	全国R3平均	167.23	174.40	178.61	174.09	175.40	174.12
	県標準偏差	21.97	21.57	22.01	25.45	25.71	24.52
	全国標準偏差	21.10	22.11	22.00	23.43	23.73	24.88
	県Tスコア	48.49	49.31	48.81	48.38	48.53	48.75
ハントボール投げ (m)	県サンプル数	320	320	320	250	250	250
	県平均	11.78	13.70	14.66	13.20	13.35	13.91
	全国R3平均	11.92	13.35	14.44	14.27	14.64	15.20
	県S61平均	13.82	15.07	16.09	15.46	16.01	16.57
	県標準偏差	3.98	4.16	4.43	4.02	4.34	4.65
	全国標準偏差	3.74	4.12	4.48	4.29	4.47	4.59
	県Tスコア	49.63	50.86	50.50	47.50	47.12	47.19

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)	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	24.10	50.05	29.55	49.71	34.14	48.99	36.70	49.18	39.30	48.76	40.59	47.67
	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	24.27	50.55	29.37	48.60	34.91	50.14	36.96	48.62	39.45	49.11	41.02	48.99
	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	24.49	50.92	29.19	48.80	34.59	50.18	36.33	48.89	39.54	49.49	41.57	49.62
	R3	8.98	49.35	10.82	49.25	12.68	49.98	14.32	49.54	16.74	50.71	20.18	51.78	23.11	48.60	29.43	49.14	33.92	49.23	36.33	48.89	39.16	48.96	41.31	49.28
	R4	9.13	49.47	10.50	49.01	12.42	48.89	14.72	51.06	16.42	48.69	19.52	49.46	24.08	49.27	29.14	48.27	33.98	49.09	36.51	49.27	37.92	47.85	39.52	47.17
上 体 おこし (回)	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	23.48	47.90	25.89	46.26	28.60	46.69	28.35	47.27	30.17	47.10	30.58	45.58
	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	23.84	48.59	25.95	45.97	28.02	45.87	28.11	46.63	29.42	46.13	31.66	48.76
	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	23.02	47.53	25.95	46.48	27.68	46.04	27.16	45.51	29.38	45.73	30.97	47.11
	R3	11.76	50.22	14.19	49.34	16.47	49.56	17.47	47.88	18.45	45.77	21.12	47.19	22.60	46.79	25.88	46.33	27.88	46.40	27.46	46.05	28.85	44.79	31.05	47.25
	R4	11.88	49.66	13.82	49.93	15.88	50.26	17.98	50.00	18.78	47.79	20.65	48.11	22.45	47.29	25.10	46.09	26.87	46.25	27.29	48.07	28.01	45.74	29.86	46.50
長 座 体前屈 (cm)	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	39.09	49.37	41.79	47.83	45.86	48.21	46.10	49.52	48.12	49.10	50.21	48.77
	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	38.59	48.58	41.92	46.75	45.53	47.72	46.54	48.48	49.34	48.95	50.60	49.56
	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	41.10	50.88	43.35	47.94	46.80	47.80	44.67	46.82	49.28	48.85	49.39	47.94
	R3	26.54	50.00	27.34	49.42	29.90	50.25	31.60	50.73	32.85	49.18	35.30	49.50	39.50	49.18	42.33	46.95	45.42	46.51	45.99	48.08	48.64	48.24	51.57	49.90
	R4	27.06	51.04	27.93	49.00	29.88	49.35	31.93	50.19	32.81	49.30	34.73	48.74	39.63	48.61	41.59	46.92	45.07	47.39	47.49	49.59	46.90	47.04	48.30	46.19
反 復 横とび (点)	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	50.52	50.89	53.45	50.00	55.54	49.42	55.66	49.36	57.56	49.78	58.24	49.32
	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	49.72	49.12	53.41	48.81	55.65	48.18	56.12	49.08	57.38	48.06	58.52	49.33
	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	48.84	48.02	53.03	48.75	55.17	47.72	54.65	46.93	56.63	47.32	58.50	48.93
	R3	27.37	50.22	31.05	49.10	34.92	49.36	38.48	49.01	42.23	47.94	45.71	49.14	49.22	48.60	53.10	48.86	55.39	48.06	55.04	47.53	56.32	46.85	58.74	49.28
	R4	27.57	48.59	30.75	48.63	35.44	50.66	38.81	49.18	41.93	48.69	45.32	49.19	48.59	48.38	52.18	47.73	55.74	49.22	54.42	47.35	55.90	47.09	57.55	47.59
持久走 (秒)	30	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	415.94	49.42	373.64	50.75	372.25	48.50	380.02	49.35	373.89	47.32	363.72	48.59
	R1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	412.61	51.02	383.14	49.19	366.87	48.84	376.96	49.54	376.09	47.63	366.30	49.10
	R2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	424.56	48.00	393.68	46.61	373.59	48.21	379.57	48.94	377.50	45.83	380.52	45.31
	R3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	426.73	47.60	381.64	49.18	371.26	48.73	387.92	47.06	380.91	45.08	375.66	46.31
	R4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	433.99	45.26	405.59	46.73	384.46	48.01	398.32	47.60	387.11	44.76	372.12	48.53
20 m シャトルラン (回)	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	80.22	53.43	92.44	51.09	102.34	52.48	91.68	50.74	98.32	50.92	101.26	51.57
	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	74.79	50.70	94.89	51.87	100.64	51.62	89.60	49.75	92.58	48.94	99.24	52.37
	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	69.41	49.05	85.36	48.77	92.70	49.12	84.82	48.46	89.23	47.03	90.52	48.09
	R3	20.37	51.71	30.15	50.77	38.73	50.18	46.46	50.45	54.81	49.99	63.50	50.03	69.96	49.29	87.64	49.73	92.52	49.04	91.62	51.27	91.58	47.96	85.38	46.16
	R4	20.32	51.51	30.77	51.70	36.58	50.08	46.16	50.97	52.15	49.86	62.18	50.44	68.55	49.15	82.74	48.24	91.34	48.70	71.58	43.50	79.06	44.55	86.54	46.50
50m走 (秒)	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	8.37	50.63	7.89	48.64	7.42	50.42	7.56	47.55	7.26	48.99	7.18	48.58
	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	8.44	49.80	7.92	47.54	7.47	49.10	7.53	47.59	7.47	45.31	7.17	49.25
	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	8.42	49.98	7.94	47.87	7.51	48.84	7.55	47.57	7.39	46.64	7.23	47.90
	R3	11.65	47.93	10.59	50.00	10.11	48.93	9.69	49.01	9.25	49.61	8.86	50.15	8.36	50.80	7.85	49.26	7.48	49.40	7.46	49.28	7.40	46.39	7.24	47.59
	R4	11.44	48.91	10.67	48.61	10.05	50.21	9.87	46.36	9.35	48.52	8.88	49.44	8.43	49.34	7.87	48.66	7.48	48.81	7.63	45.80	7.42	46.23	7.29	47.01
立ち幅 と び (cm)	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	183.42	50.88	198.33	49.44	214.66	50.94	219.77	51.32	227.58	51.10	227.78	49.60
	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	182.85	50.03	200.24	48.60	213.06	48.92	220.69	50.34	223.92	49.06	231.61	51.46
	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	183.89	50.47	201.21	49.81	216.05	50.56	218.21	49.50	223.81	48.67	229.45	49.40
	R3	118.17	51.97	129.37	52.17	140.97	52.24	146.48	51.03	158.12	51.42	168.08	51.97	183.75	50.41	200.75	49.62	216.38	50.70	218.63	49.68	223.64	48.60	229.26	49.31
	R4	120.82	52.08	131.34	52.36	141.13	52.31	148.49	50.39	155.13	49.64	168.78	51.08	184.98	49.83	200.52	48.64	214.96	49.43	217.78	49.42	224.33	49.57	227.11	48.91
ボール 投 げ (m)	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	18.85	51.16	21.52	50.41	23.82	50.00	23.88	49.13	25.67	49.77	26.42	48.46
	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	18.65	50.50	21.76	50.67	24.14	49.80	24.06	49.03	24.99	48.54	26.38	49.53
	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	18.84	50.78	21.79	50.73	24.21	50.94	23.37	48.59	25.73	49.89	26.83	50.11
	R3	8.80	51.66	12.76	52.72	16.24	50.95	20.58	52.37	23.94	51.25	27.77	51.20	17.84	48.81	21.44	50.11	23.86	50.30	23.91	49.53	24.49	47.85	26.78	50.04
	R4	8.93	51.54	12.75	53.93	16.82	53.60	20.61	53.20	23.66	52.40	27.69	52.41	18.22	50.16	21.20	50.19	23.75	50.37	23.79	49.95	24.33	48.25	25.56	48.22

(女 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

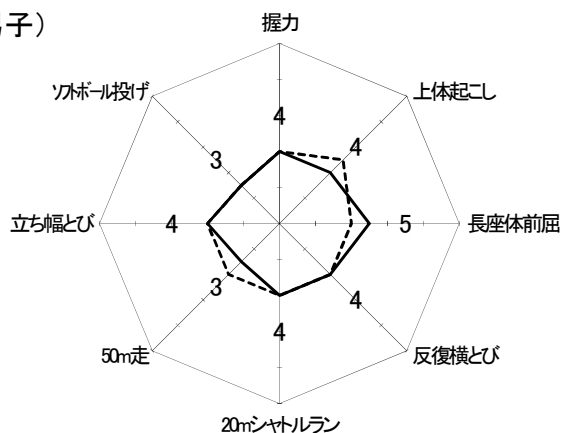
種目	年度	小1	Tスコア	小2	Tスコア	小3	Tスコア	小4	Tスコア	小5	Tスコア	小6	Tスコア	中1	Tスコア	中2	Tスコア	中3	Tスコア	高1	Tスコア	高2	Tスコア	高3	Tスコア
握 力 (kg)	30	9.02	51.11	10.58	50.70	12.28	49.90	14.15	50.08	16.76	50.14	19.27	49.28	21.63	49.80	23.83	49.09	25.76	50.38	24.58	47.91	25.73	48.54	26.47	49.00
	R1	8.93	50.86	10.67	51.02	11.81	49.00	14.08	50.29	16.63	50.75	19.13	49.43	21.87	50.04	24.05	49.39	24.80	47.94	25.41	49.22	26.17	49.50	26.02	48.24
	R2	8.82	51.24	10.22	49.96	12.14	51.21	14.04	50.57	16.34	51.21	19.39	50.39	21.56	49.03	23.82	49.02	25.23	49.15	24.61	47.67	25.76	47.08	25.93	47.93
	R3	8.49	49.62	10.38	50.66	12.20	51.46	14.27	51.34	16.64	52.05	19.52	50.70	21.14	48.04	23.78	48.93	25.27	49.24	24.48	47.38	25.54	46.62	26.30	48.71
	R4	8.22	47.56	9.98	49.15	11.80	49.45	14.26	51.24	16.80	50.84	19.37	49.61	20.33	46.78	23.20	47.77	24.76	47.88	24.46	47.01	25.68	47.66	26.23	48.47
上 体 おこし (回)	30	11.83	51.08	13.63	49.69	16.22	50.62	17.54	49.28	18.93	49.14	19.79	48.68	20.74	48.94	22.89	48.01	24.01	48.18	21.67	46.86	23.97	48.73	23.80	48.02
	R1	11.33	49.73	13.72	49.90	15.97	50.39	17.66	49.41	18.54	48.32	19.66	47.19	20.31	48.09	22.00	45.55	22.52	45.26	22.15	47.01	23.73	48.61	23.14	47.09
	R2	11.54	50.29	13.90	49.57	15.96	50.22	17.86	50.43	18.50	48.62	19.34	46.93	19.68	45.81	21.86	45.27	22.95	46.00	20.90	44.60	22.05	45.03	23.08	46.10
	R3	11.64	50.49	14.06	49.87	15.83	49.96	17.02	48.78	18.16	47.93	19.07	46.38	19.49	45.45	21.53	44.67	23.18	46.41	21.27	45.25	22.62	46.00	23.18	46.25
	R4	10.97	48.81	13.37	49.83	15.61	49.36	16.98	48.69	18.32	49.26	19.27	49.19	19.02	47.03	21.73	47.27	22.73	46.89	20.90	45.58	22.16	45.39	22.24	45.60
長 座 体前屈 (cm)	30	28.48	50.53	31.86	51.76	33.70	51.48	34.14	48.54	36.08	47.68	38.80	48.55	42.52	49.62	42.41	46.08	46.81	48.57	46.38	50.33	47.40	49.26	48.37	48.85
	R1	29.56	51.71	31.23	50.67	32.90	50.21	35.88	51.21	36.37	48.01	38.25	47.01	42.15	47.96	44.47	46.91	46.64	47.95	46.61	48.73	48.04	49.74	47.27	48.02
	R2	28.82	50.37	31.10	51.17	32.66	50.85	35.16	50.47	37.14	49.69	39.07	47.64	42.64	48.67	45.61	48.76	47.24	47.42	47.66	49.52	47.65	48.28	49.74	49.08
	R3	29.19	50.93	31.32	51.50	33.30	51.77	35.54	50.98	36.78	49.26	39.23	47.83	42.26	48.26	44.10	47.14	47.27	47.45	45.46	47.28	47.26	47.89	48.51	47.86
	R4	29.47	51.05	31.57	50.87	33.62	49.60	34.95	49.25	37.25	49.94	39.43	48.54	41.87	48.20	44.46	47.75	46.09	47.09	46.59	48.03	47.74	47.55	48.36	47.59
反 復 横とび (点)	30	27.97	52.30	32.36	51.96	35.31	51.08	39.07	50.76	42.55	51.92	44.43	50.13	46.44	50.93	47.86	50.23	48.33	49.61	47.68	50.43	48.68	50.82	48.87	50.58
	R1	26.59	49.48	31.09	50.07	34.09	49.24	38.86	50.26	41.75	49.59	43.62	48.22	46.54	49.60	47.22	47.34	47.93	47.39	48.02	48.66	48.50	49.30	47.62	47.53
	R2	27.71	52.58	31.41	51.55	34.12	50.83	38.47	50.87	42.49	51.60	44.96	51.36	45.43	47.43	46.75	46.23	47.72	47.22	46.46	45.84	47.95	47.38	48.23	47.87
	R3	26.46	49.88	30.48	49.85	34.35	51.19	37.08	48.71	41.39	49.81	42.98	47.86	45.01	46.69	46.98	46.63	49.04	49.43	47.02	46.85	46.92	45.67	49.06	49.20
	R4	26.29	47.52	30.30	49.24	33.75	50.00	37.33	49.57	40.96	49.94	42.86	49.06	44.82	48.28	47.06	47.96	48.67	48.90	46.57	46.88	47.41	46.46	47.15	46.61
持久走 (秒)	30	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	290.96	50.31	278.61	50.00	281.26	50.07	315.86	45.91	303.21	47.37	310.66	46.78
	R1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	292.81	49.98	290.34	46.20	296.64	44.85	304.02	48.25	310.99	47.12	314.20	46.89
	R2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	299.55	46.78	298.54	43.42	298.32	45.42	319.35	44.57	319.72	42.81	328.41	41.79
	R3													305.04	45.13	289.91	45.85	292.65	46.91	314.66	45.77	326.42	41.20	314.99	44.81
	R4													317.65	45.61	297.58	47.20	289.46	49.39	320.48	44.35	317.63	43.39	337.29	39.39
20 m シャトルラン (回)	30	18.28	53.89	25.05	52.03	33.57	53.47	41.10	52.35	50.18	52.76	54.96	52.28	63.67	56.03	68.71	53.48	64.98	51.90	49.88	48.28	47.70	46.24	55.20	49.82
	R1	17.62	52.14	25.17	52.19	30.62	50.16	40.35	51.11	47.30	51.03	54.20	51.66	56.38	51.25	59.68	47.68	62.57	49.95	54.64	51.13	53.92	49.27	53.90	50.46
	R2	17.20	51.86	24.65	52.55	31.17	51.60	38.31	50.81	45.77	50.96	48.88	48.51	52.89	48.26	58.08	47.87	58.17	48.04	49.13	47.63	48.99	46.69	49.40	46.99
	R3	16.14	50.28	23.99	51.84	31.85	52.14	37.88	50.52	46.38	51.31	50.73	49.54	52.56	48.09	62.23	49.96	61.54	49.71	44.04	44.74	48.08	46.23	48.66	46.63
	R4	17.27	52.42	23.60	50.46	29.95	50.63	37.09	50.93	44.02	50.99	51.01	51.92	49.12	49.09	55.73	47.63	57.37	48.23	39.66	43.34	46.46	45.31	47.72	47.15
50m走 (秒)	30	11.65	51.22	10.94	49.96	10.25	51.27	9.79	51.24	9.38	50.96	9.09	50.44	8.85	51.21	8.61	50.79	8.61	49.60	9.00	48.10	8.91	48.50	8.79	49.91
	R1	11.92	47.98	10.89	50.08	10.44	48.72	9.78	50.95	9.60	48.55	9.07	50.71	8.92	50.17	8.72	47.99	8.68	47.84	8.90	48.82	8.93	48.26	9.05	46.74
	R2	11.95	48.65	11.03	48.86	10.36	50.56	9.96	49.35	9.53	49.80	9.23	48.88	9.00	48.62	8.84	46.68	8.78	46.75	9.00	47.23	8.98	46.64	9.02	46.72
	R3	11.88	49.42	10.82	51.33	10.36	50.45	9.90	50.16	9.53	49.80	9.23	48.81	8.92	49.69	8.70	48.76	8.63	48.96	9.03	46.78	8.98	46.58	8.87	48.63
	R4	11.84	49.34	11.03	48.30	10.35	49.63	9.92	49.86	9.58	48.79	9.18	49.72	9.06	48.91	8.73	48.99	8.61	49.68	9.07	45.84	8.93	47.18	9.03	46.46
立ち幅 と び (cm)	30	111.21	51.94	124.59	52.53	134.71	53.12	144.48	52.53	152.12	52.52	161.64	52.54	169.06	51.37	175.13	51.41	175.94	50.95	170.68	50.56	173.70	50.96	178.09	52.13
	R1	109.66	50.36	123.10	52.75	132.31	51.69	144.10	51.71	149.09	50.56	158.05	49.76	165.89	48.85	171.78	47.74	173.75	48.49	172.46	49.63	174.44	50.27	173.54	49.50
	R2	112.90	53.68	121.96	52.58	132.75	52.69	142.24	52.43	152.75	52.80	157.91	50.96	166.21	48.54	169.97	47.55	173.47	47.74	172.31	49.08	173.76	49.66	171.67	48.18
	R3	110.26	52.05	124.55	54.15	133.34	53.03	141.33	51.92	150.64	51.69	158.13	51.07	164.12	47.55	171.68	48.35	176.01	48.85	168.82	47.45	171.28	48.53	174.15	49.25
	R4	109.80	50.61	122.71	51.97	133.53	51.67	141.42	50.20	150.00	50.81	157.46	50.81	164.04	48.49	172.88	49.31	176.00	48.81	170.29	48.38	171.90	48.53	171.02	48.75
ボール 投 げ (m)	30	6.01	51.05	8.23	52.12	10.88	52.97	13.26	53.65	15.44	52.29	17.79	52.80	12.56	51.06	13.50	50.38	14.85	50.99	13.42	48.80	14.62	50.11	14.90	49.65
	R1	6.03	51.12	8.29	52.85	10.29	51.17	13.19	52.27	15.52	51.70	17.61	51.47	12.54	51.20	13.33	48.60	14.03	48.62	13.73	49.31	14.34	49.45	14.20	48.65
	R2	6.29	53.52	8.25	53.59	10.62	53.90	13.77	55.89	15.97	55.58	18.38	53.73	12.23	49.74	14.06	50.65	14.60	50.07	13.26	48.72	13.92	47.94	14.27	48.15
	R3	5.57	49.73	7.92	52.20	10.91	54.81	13.31	54.62	15.72	55.00	17.93	52.87	12.04	49.20	13.45	49.18	14.89	50.72	13.28	48.74	13.85	47.76	14.71	49.15
	R4	5.58	49.36	7.82	51.96	10.51	53.48	13.19	54.28	15.46	53.51	17.99	53.77	11.78	49.63	13.70	50.86	14.66	50.50	13.20	47.50	13.35	47.12	13.91	47.19

3 体力・運動能力のバランス

島根県の得点（実線）と令和3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）

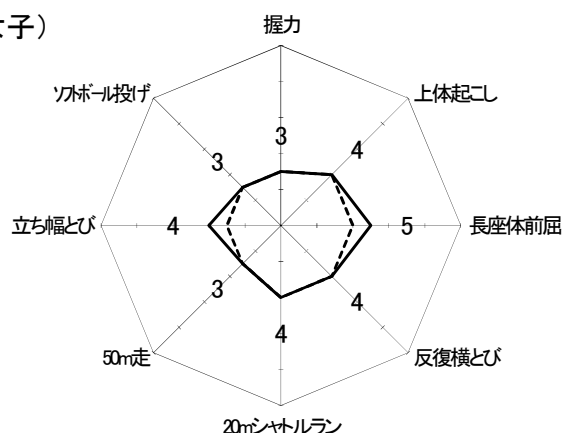
小学校1年生

（男子）



総合評価 C

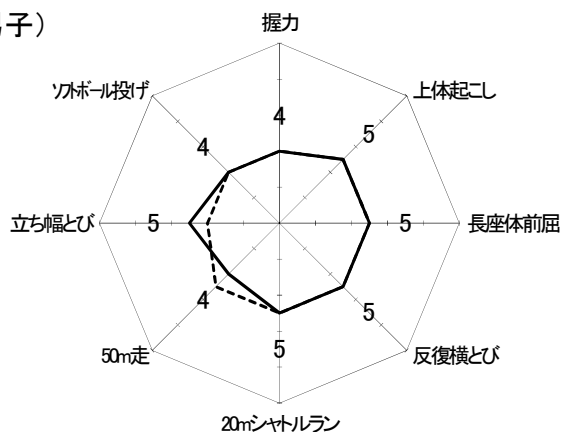
（女子）



総合評価 C

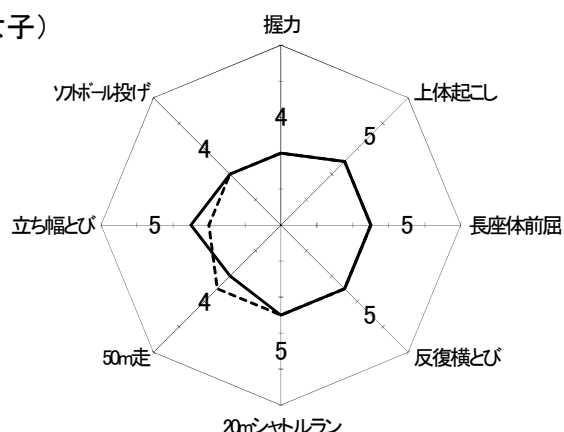
小学校2年生

（男子）



総合評価 C

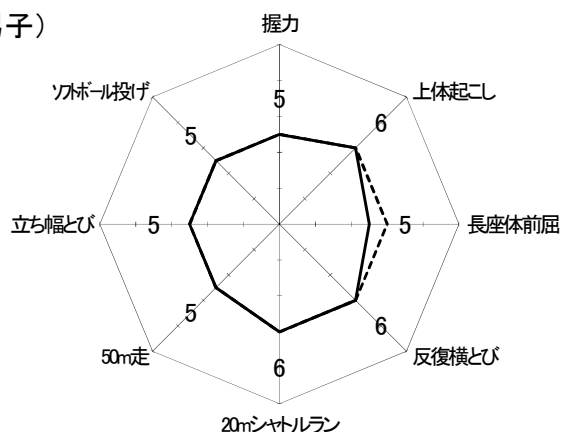
（女子）



総合評価 C

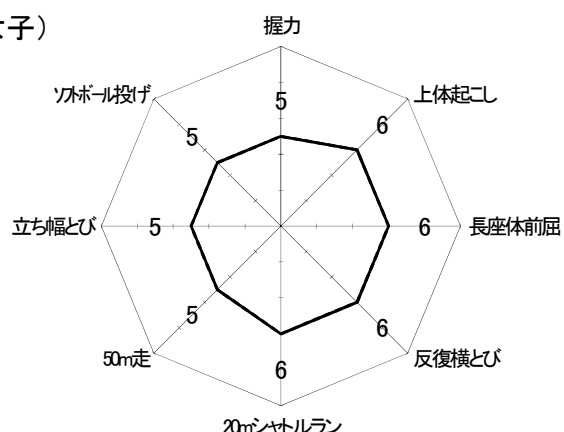
小学校3年生

（男子）



総合評価 C

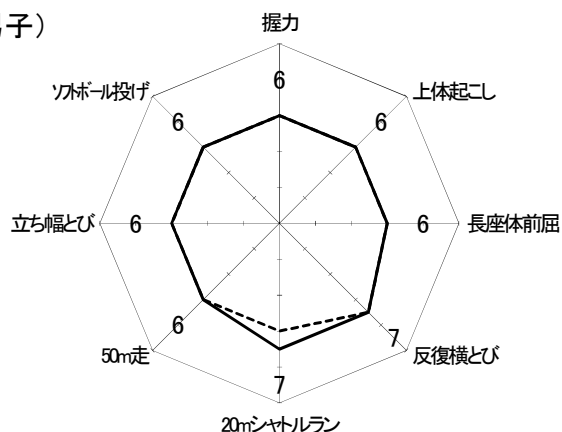
（女子）



総合評価 C

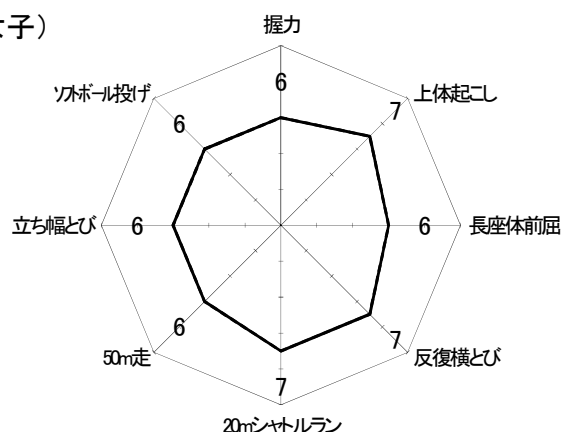
小学校4年生

（男子）



総合評価 C

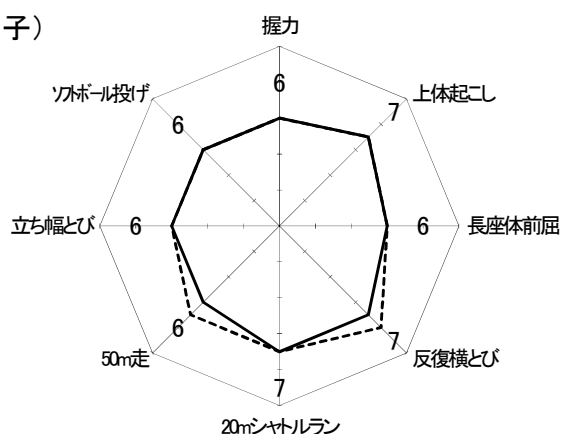
（女子）



総合評価 C

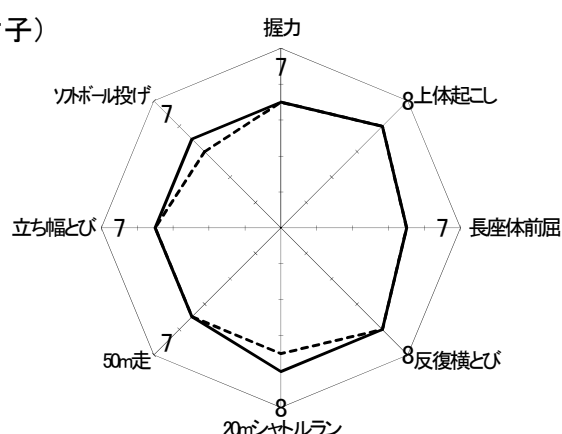
小学校5年生

（男子）



総合評価 C

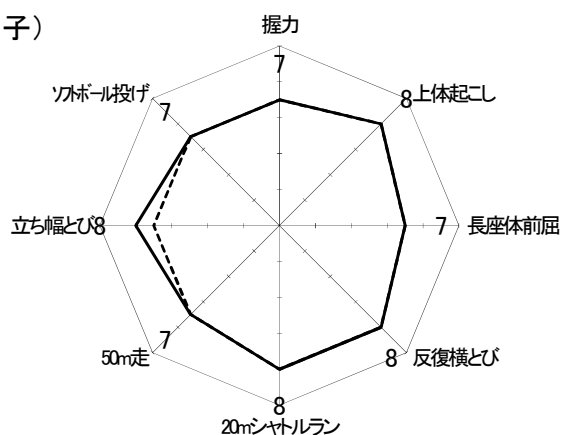
（女子）



総合評価 B

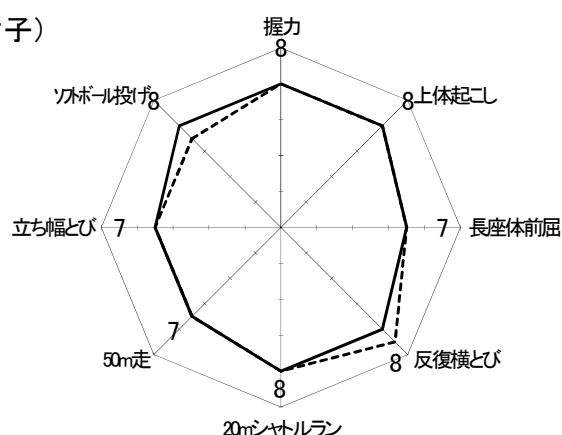
小学校6年生

（男子）



総合評価 C

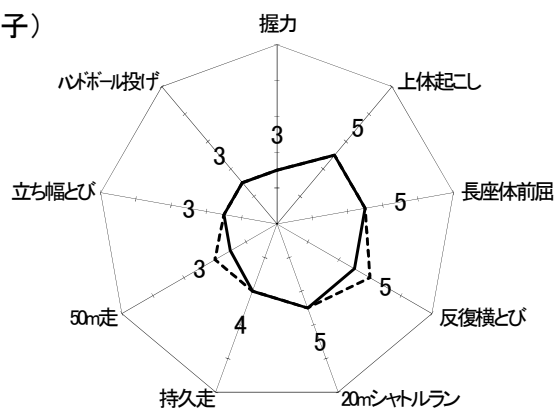
（女子）



総合評価 C

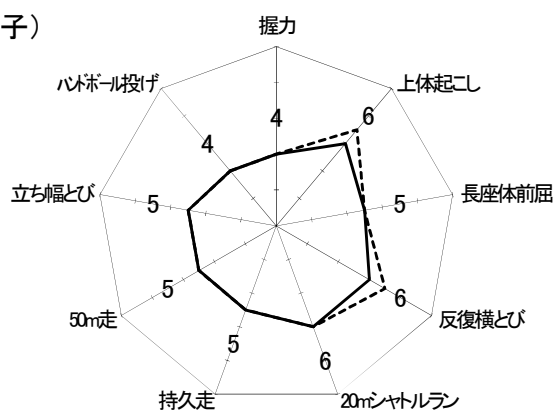
中学校1年生

（男子）



総合評価 C

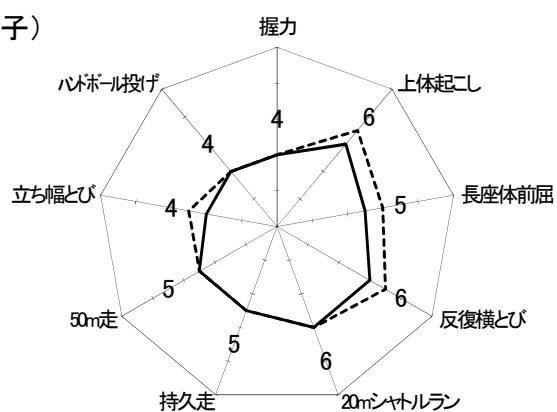
（女子）



総合評価 B

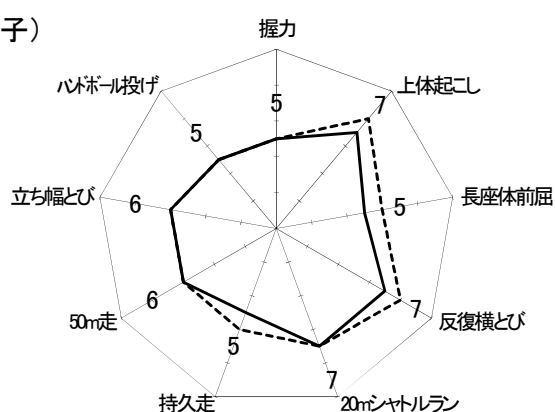
中学校2年生

（男子）



総合評価 C

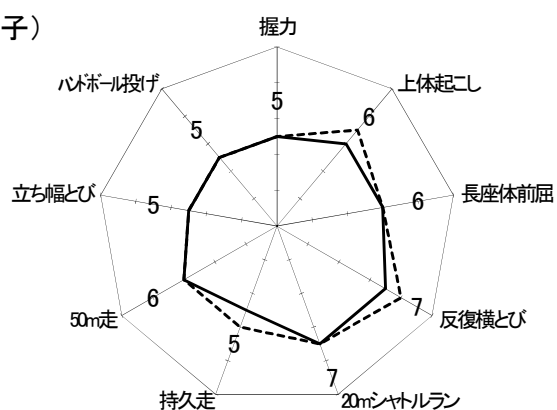
（女子）



総合評価 B

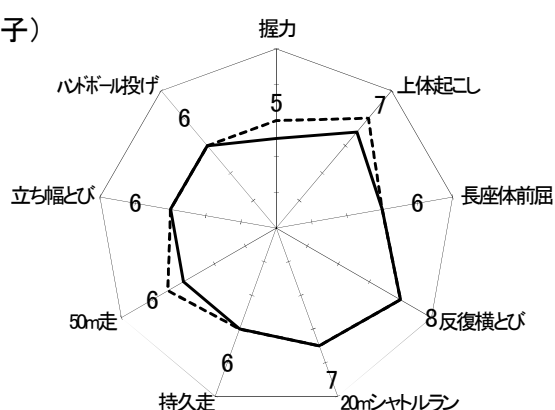
中学校3年生

（男子）



総合評価 C

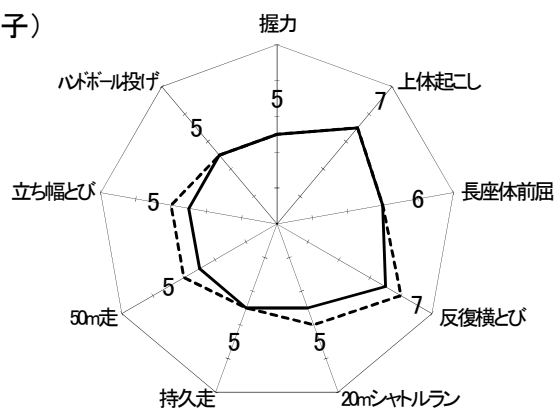
（女子）



総合評価 B

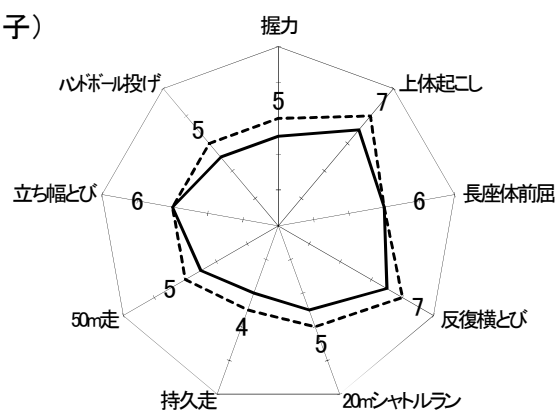
高等学校1年生

（男子）



総合評価 C

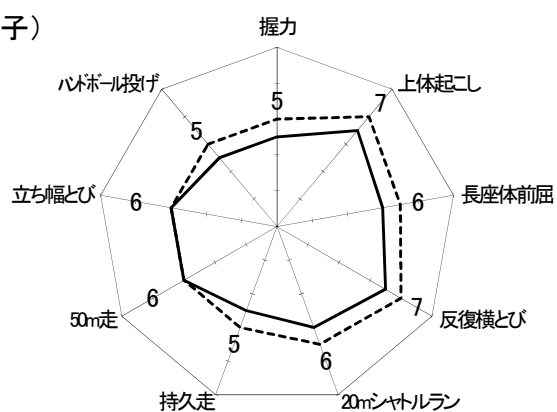
（女子）



総合評価 C

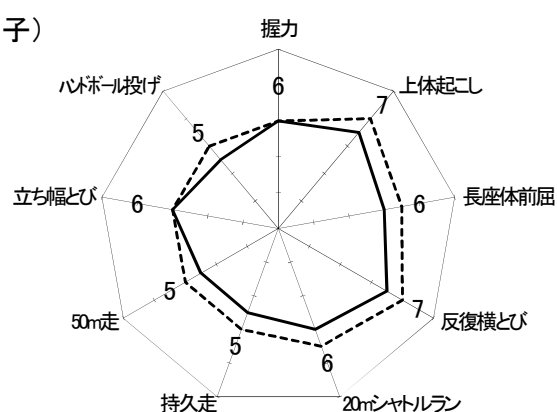
高等学校2年生

（男子）



総合評価 C

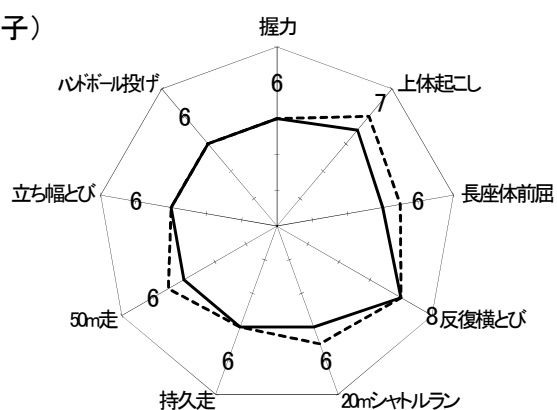
（女子）



総合評価 C

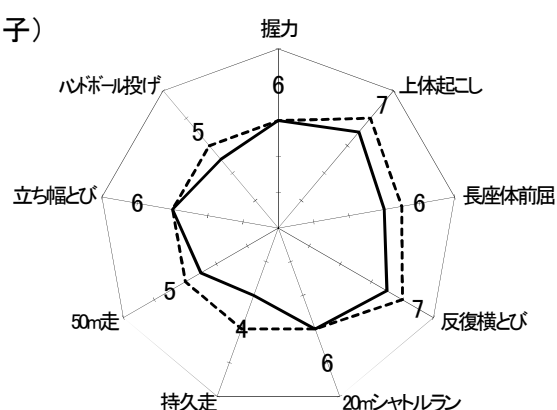
高等学校3年生

（男子）



総合評価 C

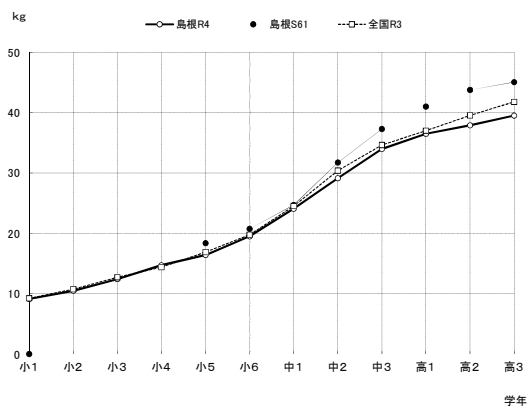
（女子）



総合評価 C

4 年齢と体力・運動能力 〔令和4年度と昭和61年度・令和3年度全国平均との比較〕

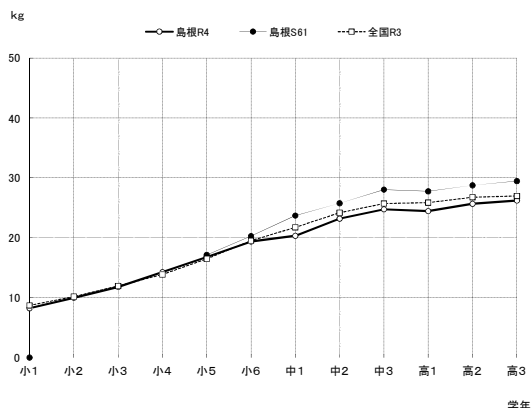
握力 男子



	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R4	9.13	10.50	12.42	14.72	16.42	19.52	24.08	29.14	33.98	36.51	37.92	39.52
島根S61	未実施				18.36	20.75	24.71	31.74	37.29	41.01	43.77	45.07
全国R3	9.24	10.74	12.73	14.39	16.90	19.77	24.53	30.39	34.65	37.03	39.55	41.80

kg

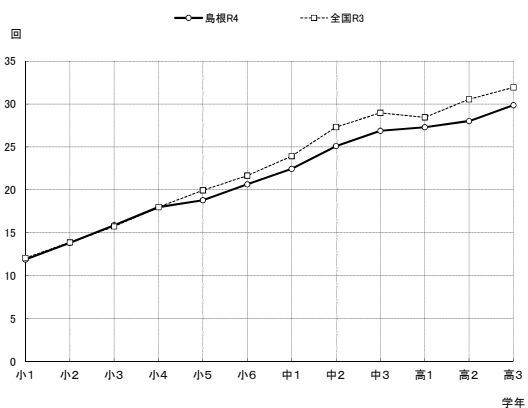
握力 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	8.22	9.98	11.80	14.26	16.80	19.37	20.33	23.20	24.76	24.46	25.68	26.23
島根S61	未実施				17.14	20.28	23.72	25.77	28.06	27.76	28.77	29.47
全国R3	8.71	10.18	11.95	13.87	16.49	19.53	21.73	24.19	25.73	25.88	26.78	26.99

kg

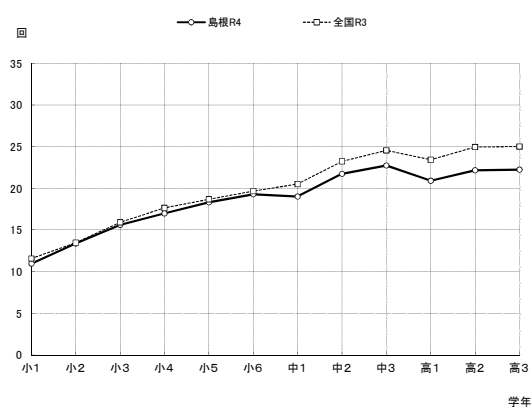
上体起こし 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	11.88	13.82	15.88	17.98	18.78	20.65	22.45	25.10	26.87	27.29	28.01	29.86
全国R3	12.05	13.86	15.73	17.98	19.94	21.65	23.92	27.31	28.96	28.44	30.55	31.94

回

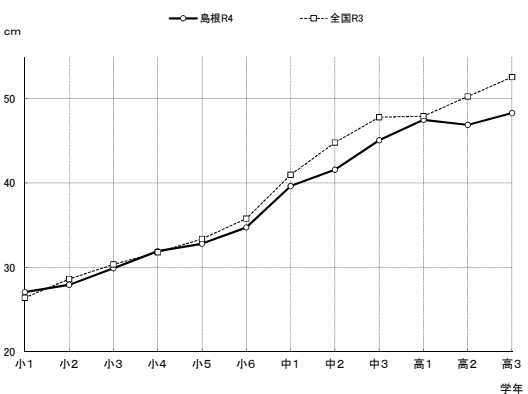
上体起こし 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	10.97	13.37	15.61	16.98	18.32	19.27	19.02	21.73	22.73	20.90	22.16	22.24
全国R3	11.56	13.46	15.91	17.64	18.68	19.66	20.50	23.23	24.55	23.43	24.95	25.00

回

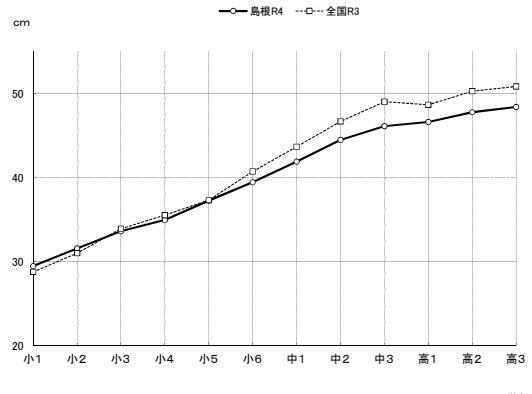
長座体前屈 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	27.06	27.93	29.88	31.93	32.81	34.73	39.63	41.59	45.07	47.49	46.90	48.30
全国R3	26.39	28.61	30.34	31.78	33.37	35.78	40.98	44.80	47.81	47.94	50.27	52.56

cm

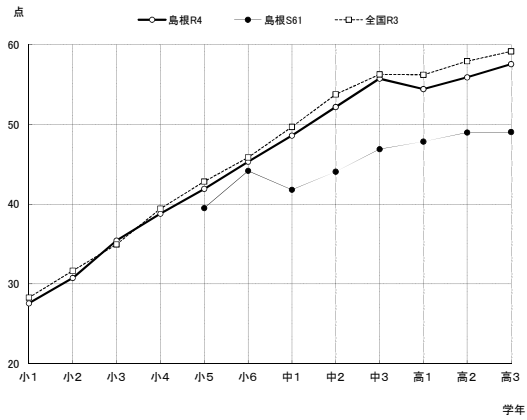
長座体前屈 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	29.47	31.57	33.62	34.95	37.25	39.43	41.87	44.46	46.09	46.59	47.74	48.36
全国R3	28.78	31.01	33.91	35.52	37.30	40.71	43.64	46.65	49.00	48.63	50.24	50.80

cm

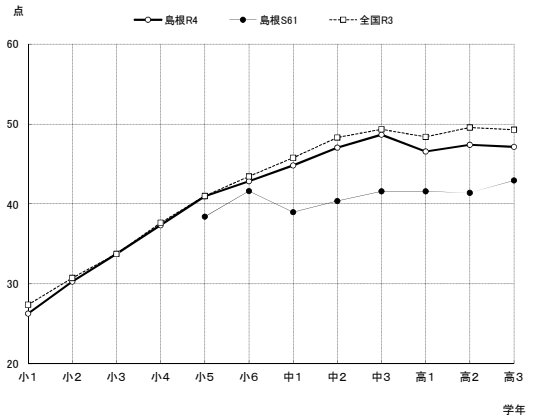
反復横とび 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	27.57	30.75	35.44	38.81	41.93	45.32	48.59	52.18	55.74	54.42	55.90	57.55
島根S61	未実施					39.51	44.19	41.81	44.07	46.90	47.85	48.98
全国R3	28.28	31.65	34.95	39.43	42.83	45.86	49.69	53.77	56.28	56.23	57.92	59.16

点

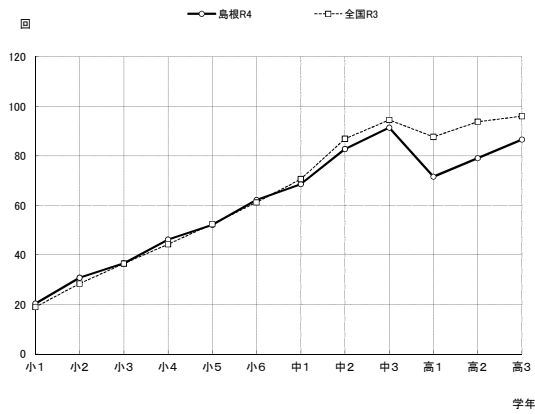
反復横とび 女子



	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R4	26.29	30.30	33.75	37.33	40.96	42.86	44.82	47.06	48.67	46.57	47.41	47.15
島根S61	未実施					38.41	41.62	38.97	40.37	41.58	41.40	42.94
全国R3	27.39	30.74	33.75	37.64	41.00	43.44	45.78	48.31	49.34	48.40	49.56	49.29

点

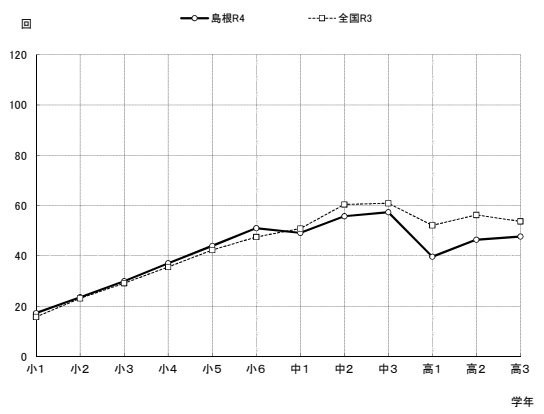
20mシャトルラン 男子



	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R4	20.32	30.77	36.58	46.16	52.15	62.18	68.55	82.74	91.34	71.58	79.06	86.54
全国R3	18.92	28.40	36.45	44.27	52.45	61.16	70.58	86.88	94.44	87.61	93.75	95.97

回

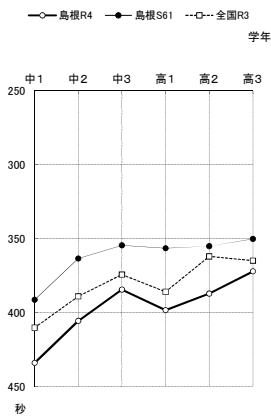
20mシャトルラン 女子



	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R4	17.27	23.60	29.95	37.09	44.02	51.01	49.12	55.73	57.37	39.66	46.46	47.72
全国R3	15.75	23.14	29.13	35.60	42.33	47.52	50.85	60.46	60.91	52.16	56.24	53.71

回

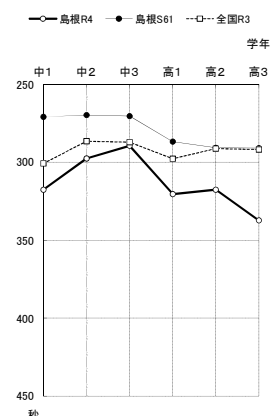
持久走 男子



	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	433.99	405.59	384.46	398.32	387.11	372.12
島根S61	391.31	363.39	354.48	356.47	355.12	350.13
全国R3	410.21	389.08	374.31	385.93	362.02	364.91

秒

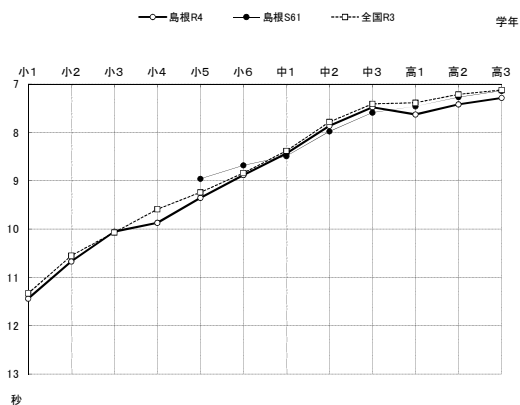
持久走 女子



	中1	中2	中3	高1	高2	高3
島根R4	317.65	297.58	289.46	320.48	317.63	337.29
島根S61	270.92	269.81	270.40	286.76	290.68	290.95
全国R3	300.80	286.56	287.16	297.80	291.25	291.83

秒

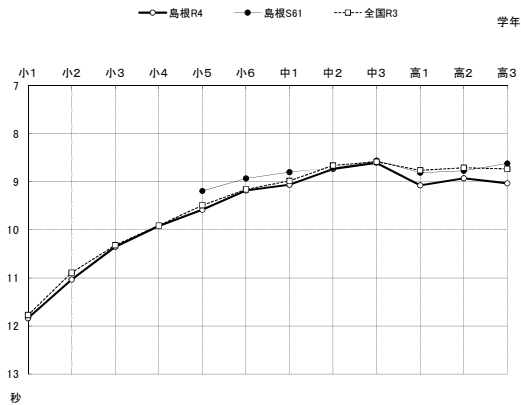
50m 男子



	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R4	11.44	10.67	10.05	9.87	9.35	8.88	8.43	7.87	7.48	7.63	7.42	7.29
島根S61		未実施			8.96	8.68	8.49	7.98	7.59	7.46	7.27	7.14
全国R3	11.33	10.55	10.07	9.59	9.24	8.84	8.38	7.78	7.41	7.39	7.21	7.12

秒

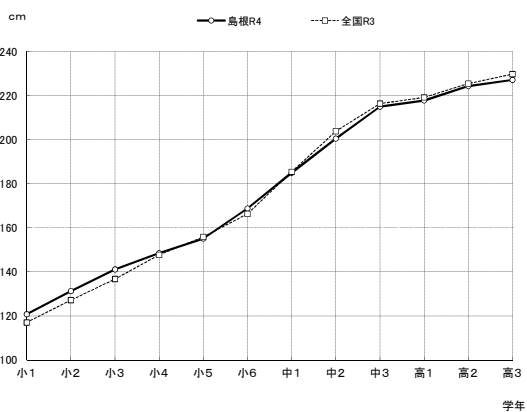
50m 女子



	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R4	11.84	11.03	10.35	9.92	9.58	9.18	9.06	8.73	8.61	9.07	8.93	9.03
島根S61		未実施			9.19	8.93	8.80	8.71	8.56	8.81	8.77	8.62
全国R3	11.77	10.89	10.32	9.91	9.49	9.16	8.98	8.66	8.58	8.76	8.71	8.73

秒

立ち幅とび 男子

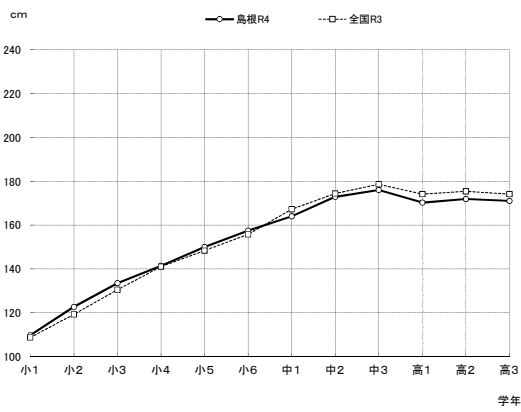


学年

	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R4	120.82	131.34	141.13	148.49	155.13	168.78	184.98	200.52	214.96	217.78	224.33	227.11
全国R3	117.03	127.19	136.77	147.73	155.86	166.33	185.41	203.80	216.35	219.17	225.41	229.74

cm

立ち幅とび 女子

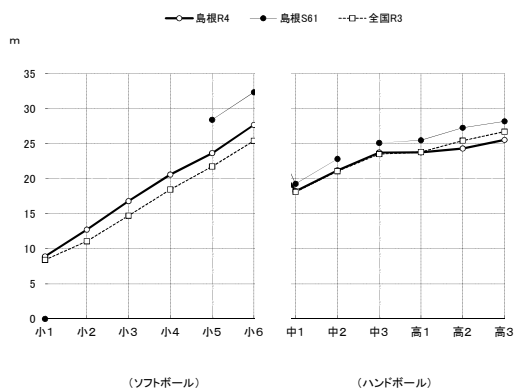


学年

	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R4	109.80	122.71	133.53	141.42	150.00	157.46	164.04	172.88	176.00	170.29	171.90	171.02
全国R3	108.78	119.28	130.53	141.05	148.36	155.76	167.23	174.40	178.61	174.09	175.40	174.12

cm

ソフト・ハンドボール投げ 男子



(ソフトボール)

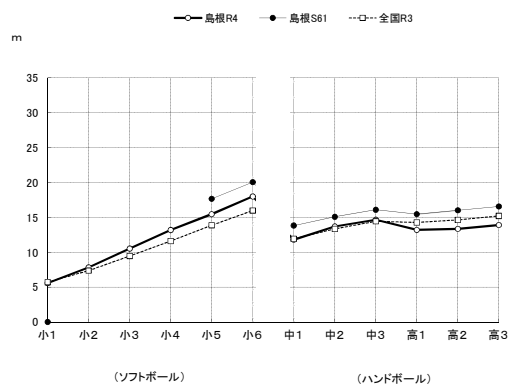
(ハンドボール)

学年

	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R4	8.93	12.75	16.82	20.61	23.66	27.69	18.22	21.20	23.75	23.79	24.33	25.56
島根S61		未実施			28.42	32.35	19.29	22.84	25.12	25.51	27.29	28.21
全国R3	8.43	11.08	14.74	18.47	21.75	25.43	18.14	21.09	23.54	23.82	25.44	26.73

m

ソフト・ハンドボール投げ 女子



(ソフトボール)

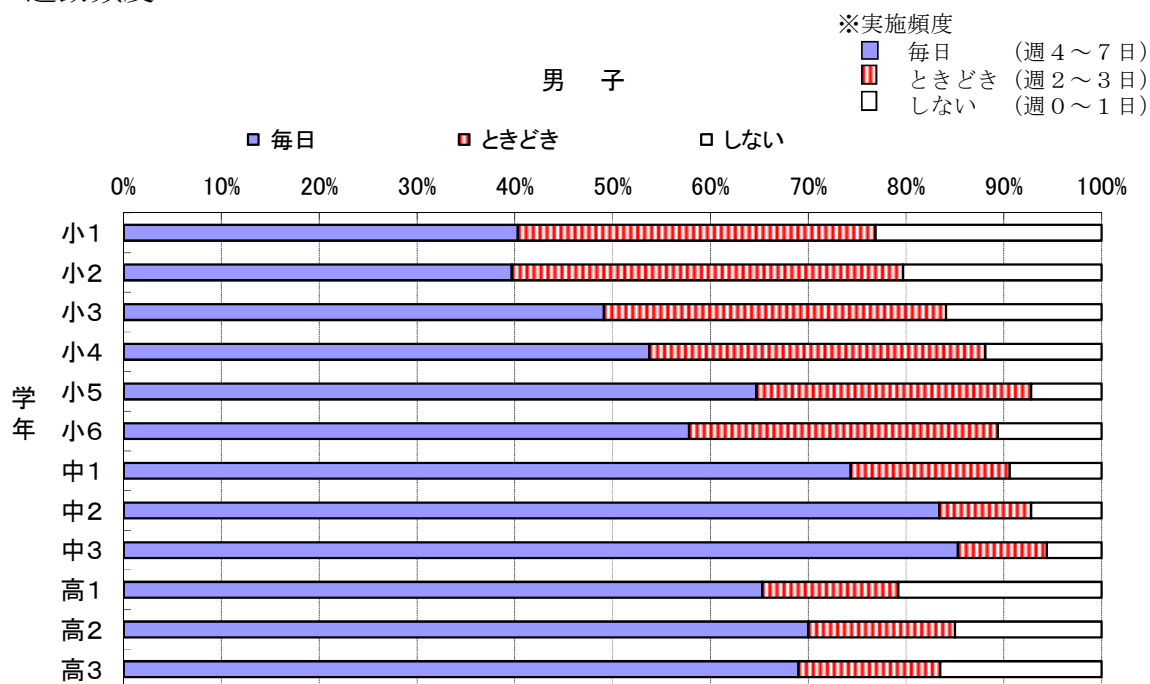
(ハンドボール)

学年

	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R4	5.58	7.82	10.51	13.19	15.46	17.99	11.78	13.70	14.66	13.20	13.35	13.91
島根S61		未実施			17.66	20.05	13.82	15.07	16.09	15.46	16.01	16.57
全国R3	5.70	7.36	9.45	11.61	13.86	15.97	11.92	13.35	14.44	14.27	14.64	15.20

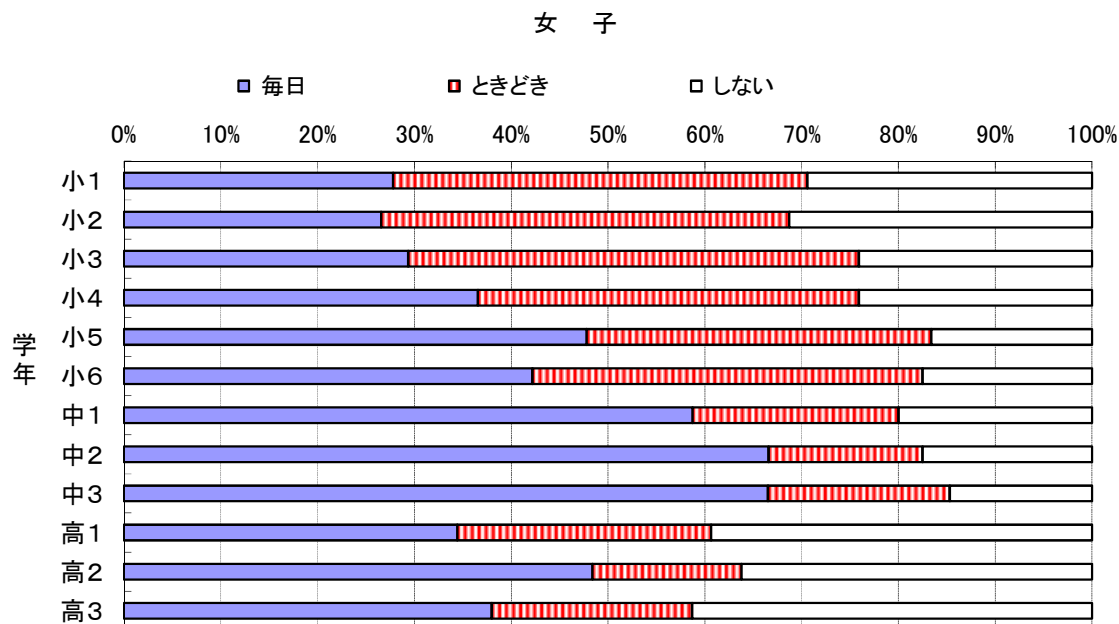
m

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	40.3	39.7	49.1	53.8	64.7	57.8	74.4	83.4	85.3	65.3	70.0	69.0
ときどき	36.6	40.0	35.0	34.4	28.1	31.6	16.3	9.4	9.1	13.9	15.0	14.5
しない	23.1	20.3	15.9	11.9	7.2	10.6	9.4	7.2	5.6	20.8	15.0	16.5

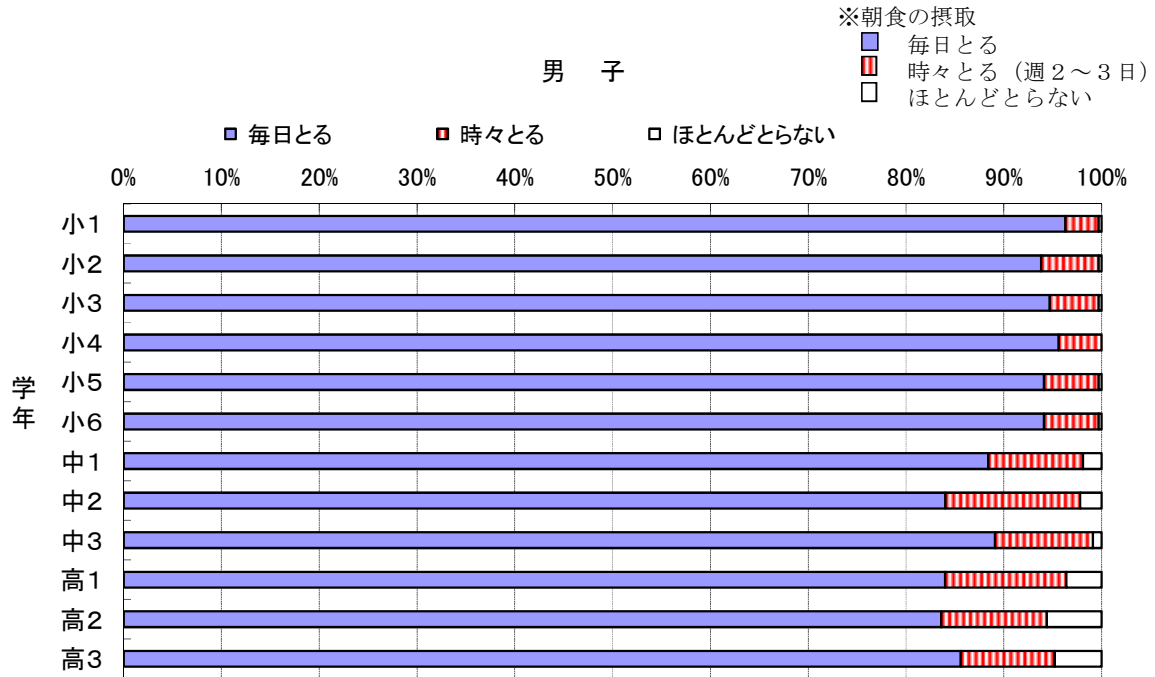
%



	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	27.8	26.6	29.4	36.6	47.8	42.2	58.8	66.6	66.6	34.4	48.4	38.0
ときどき	42.8	42.2	46.6	39.4	35.6	40.3	21.3	15.9	18.8	26.2	15.4	20.7
しない	29.4	31.3	24.1	24.1	16.6	17.5	20.0	17.5	14.7	39.3	36.2	41.3

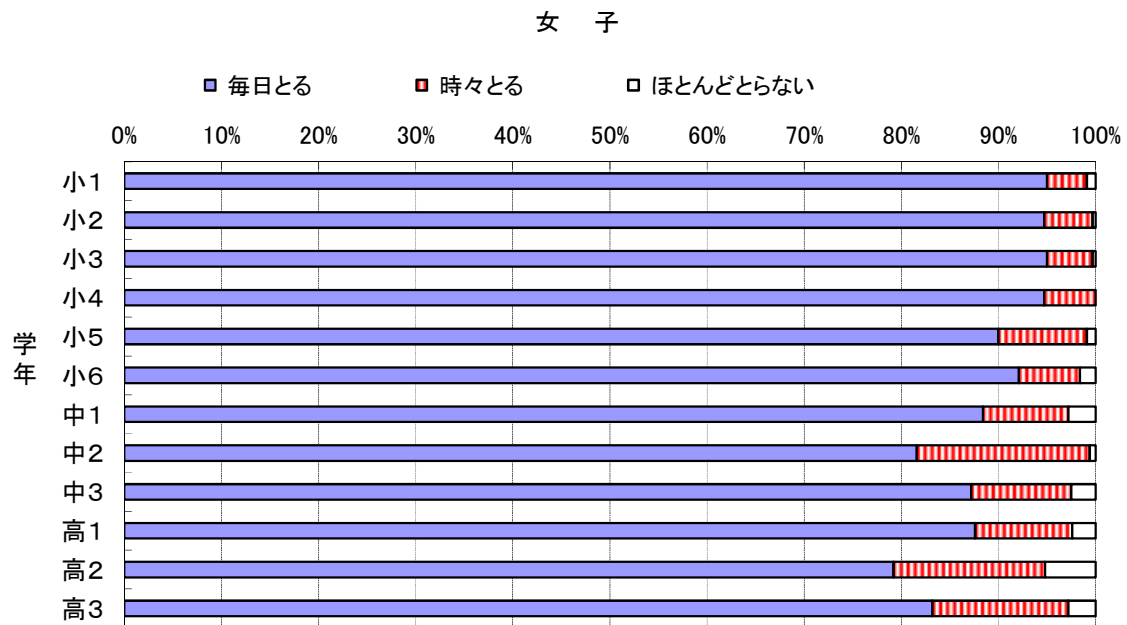
%

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	96.3	93.8	94.7	95.6	94.1	94.1	88.4	84.1	89.1	84.0	83.6	85.6
時々とる	3.4	5.9	5.0	4.4	5.6	5.6	9.7	13.8	10.0	12.4	10.8	9.6
ほとんどとらない	0.3	0.3	0.3	0.0	0.3	0.3	1.9	2.2	0.9	3.6	5.6	4.8

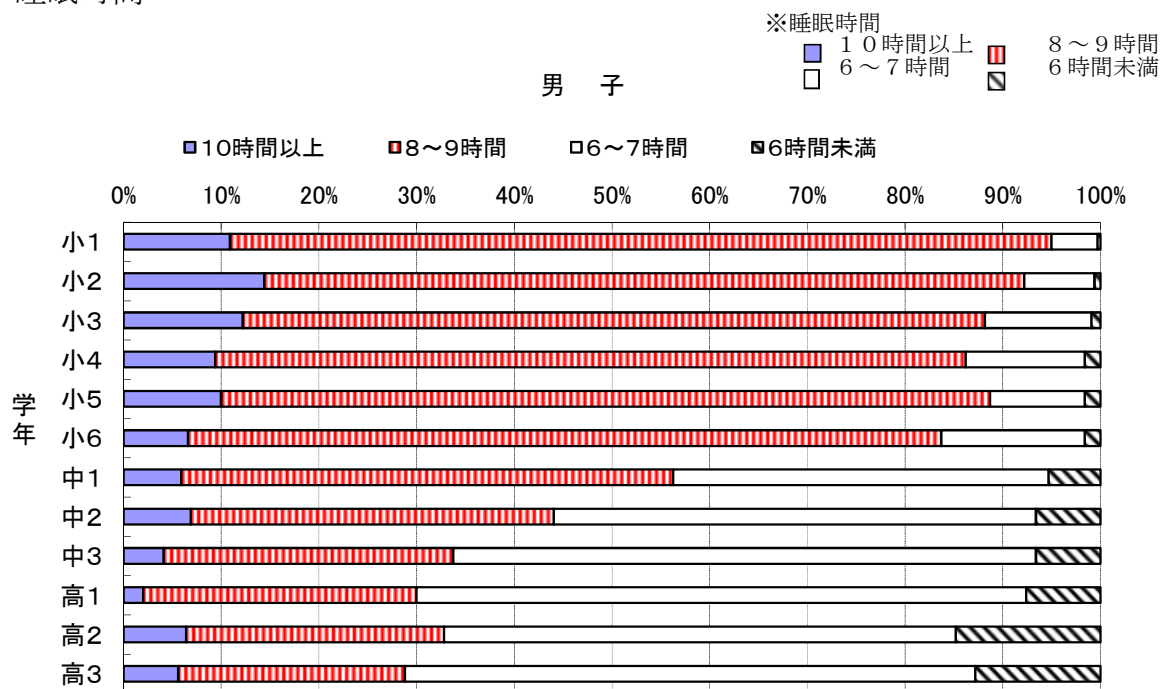
%



	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	95.0	94.7	95.0	94.7	90.0	92.2	88.4	81.6	87.2	87.6	79.2	83.2
時々とる	4.1	5.0	4.7	5.3	9.1	6.3	8.8	17.8	10.3	10.0	15.6	14.0
ほとんどとらない	0.9	0.3	0.3	0.0	0.9	1.6	2.8	0.6	2.5	2.4	5.2	2.8

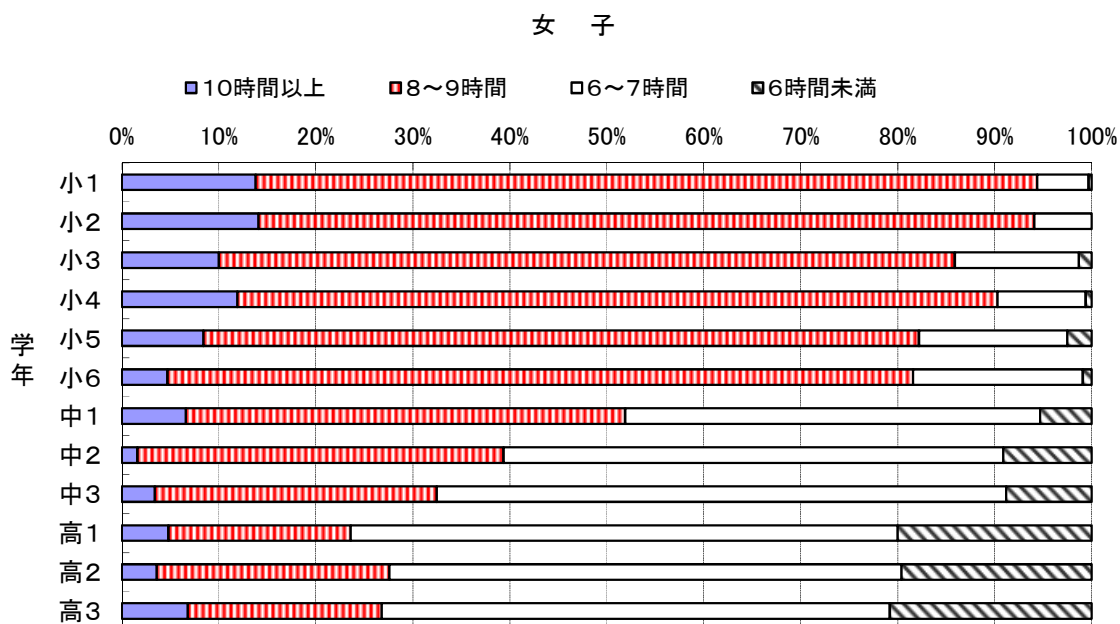
%

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	10.9	14.4	12.2	9.4	10.0	6.6	5.9	6.9	4.1	2.0	6.4	5.6
8～9時間	84.1	77.8	75.9	76.9	78.8	77.2	50.3	37.2	29.7	28.0	26.4	23.2
6～7時間	4.7	7.2	10.9	12.2	9.7	14.7	38.4	49.4	59.7	62.4	52.4	58.4
6時間未満	0.3	0.6	0.9	1.6	1.6	1.6	5.3	6.6	6.6	7.6	14.8	12.8

%

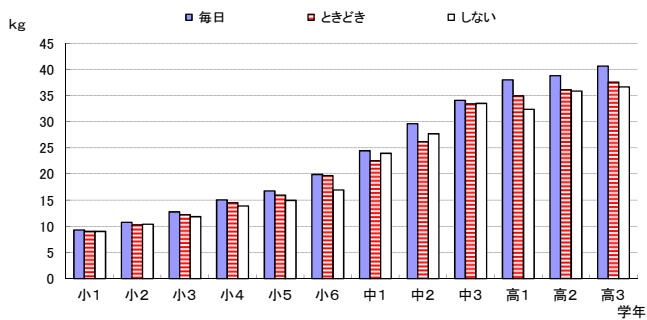


	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
10時間以上	13.8	14.1	10.0	11.9	8.4	4.7	6.6	1.6	3.4	4.8	3.6	6.8
8～9時間	80.6	80.0	75.9	78.4	73.8	76.9	45.3	37.8	29.1	18.8	24.0	20.0
6～7時間	5.3	5.9	12.8	9.1	15.3	17.5	42.8	51.6	58.8	56.4	52.8	52.4
6時間未満	0.3	0.0	1.3	0.6	2.5	0.9	5.3	9.1	8.8	20.0	19.6	20.8

%

8 運動頻度と体力・運動能力

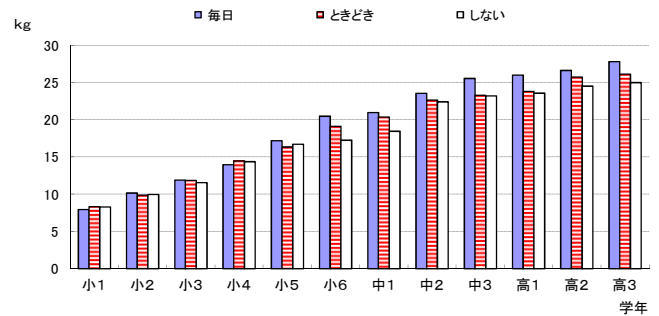
握力 男子



	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	9.29	10.77	12.75	15.05	16.77	19.90	24.43	29.60	34.08	37.99	38.80	40.64
ときどき	9.01	10.27	12.24	14.49	15.98	19.70	22.53	26.20	33.38	34.91	36.11	37.56
しない	9.02	10.40	11.82	13.89	14.96	16.94	23.93	27.70	33.50	32.37	35.86	36.63

kg

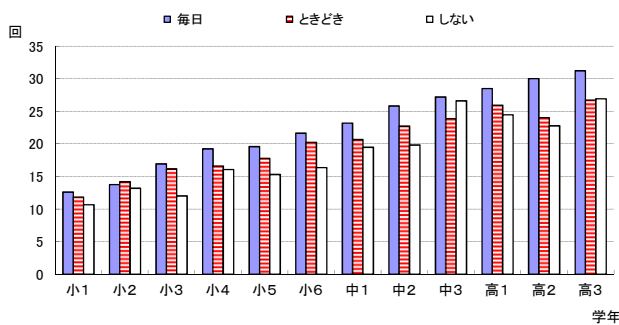
握力 女子



	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	7.96	10.15	11.90	13.97	17.18	20.47	20.96	23.55	25.53	25.99	26.62	27.80
ときどき	8.34	9.88	11.87	14.47	16.34	19.13	20.38	22.63	23.28	23.78	25.74	26.12
しない	8.30	9.97	11.56	14.38	16.72	17.25	18.45	22.41	23.19	23.57	24.51	24.98

kg

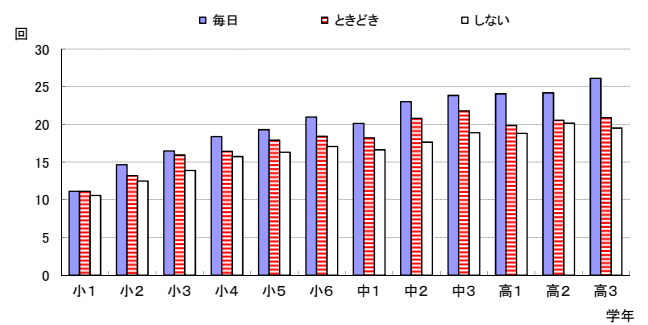
上体起こし 男子



	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	12.60	13.76	16.93	19.26	19.60	21.65	23.21	25.82	27.21	28.52	30.02	31.23
ときどき	11.84	14.19	16.15	16.64	17.80	20.24	20.67	22.73	23.90	25.94	24.03	26.72
しない	10.68	13.20	12.02	16.08	15.30	16.38	19.50	19.83	26.61	24.49	22.78	26.93

回

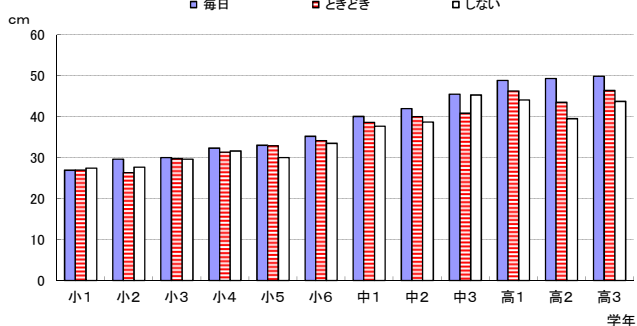
上体起こし 女子



	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	11.13	14.66	16.48	18.40	19.31	20.99	20.13	23.02	23.85	24.07	24.18	26.12
ときどき	11.12	13.22	15.95	16.43	17.90	18.43	18.21	20.82	21.78	19.89	20.55	20.90
しない	10.57	12.48	13.88	15.74	16.32	17.07	16.63	17.64	18.89	18.82	20.16	19.52

回

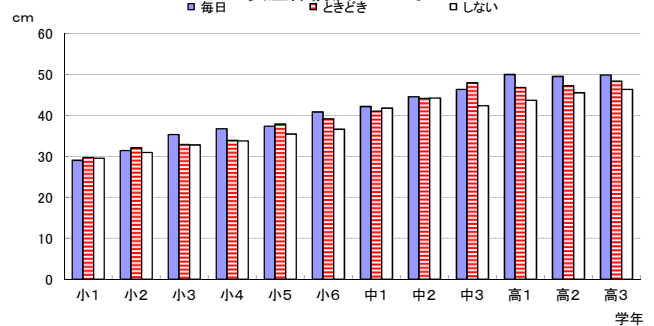
長座体前屈 男子



	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	26.95	29.64	30.05	32.33	33.05	35.25	40.09	42.01	45.50	48.88	49.34	49.89
ときどき	26.96	26.36	29.76	31.40	32.96	34.17	38.63	40.07	40.86	46.32	43.51	46.42
しない	27.44	27.69	29.65	31.63	30.04	33.53	37.70	38.70	45.33	44.12	39.54	43.76

cm

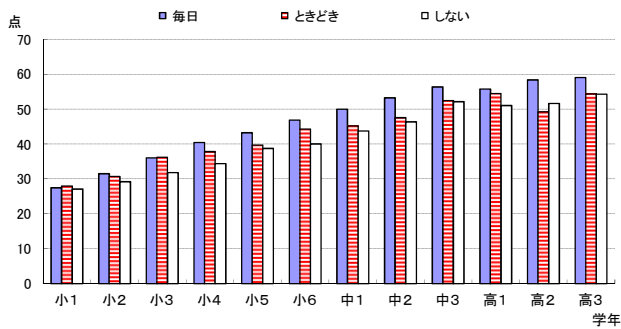
長座体前屈 女子



	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	29.03	31.42	35.33	36.76	37.39	40.85	42.20	44.59	46.38	50.01	49.56	49.89
ときどき	29.71	32.10	32.95	33.96	37.89	39.15	41.04	44.16	47.98	46.88	47.24	48.40
しない	29.54	30.96	32.82	33.79	35.45	36.63	41.80	44.27	42.38	43.72	45.57	46.40

cm

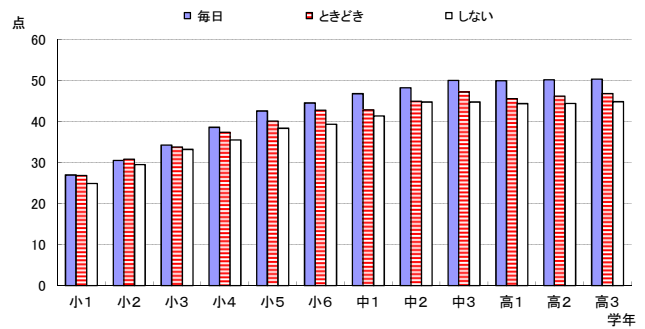
反復横とび 男子



	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	27.47	31.52	36.06	40.42	43.25	46.84	49.95	53.21	56.33	55.74	58.37	59.06
ときどき	27.96	30.75	36.21	37.83	39.69	44.30	45.17	47.53	52.41	54.47	49.22	54.33
しない	27.11	29.23	31.82	34.37	38.74	40.03	43.73	46.35	52.11	51.00	51.59	54.27

点

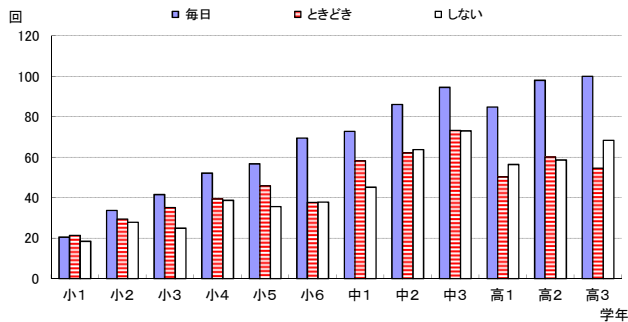
反復横とび 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	26.94	30.48	34.20	38.56	42.54	44.47	46.74	48.18	49.96	49.88	50.11	50.28
ときどき	26.82	30.80	33.77	37.33	40.07	42.71	42.79	44.92	47.15	45.50	46.16	46.80
しない	24.88	29.46	33.18	35.48	38.30	39.30	41.31	44.71	44.72	44.33	44.37	44.80

点

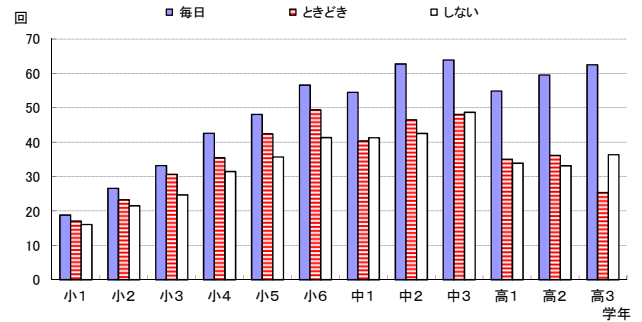
20mシャトルラン 男子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	20.45	33.64	41.49	52.13	56.73	69.46	72.76	86.05	94.55	84.80	98.00	100.03
ときどき	21.38	29.43	35.04	39.40	45.83	37.59	58.25	62.10	73.31	50.29	60.07	54.50
しない	18.42	27.78	24.88	38.66	35.57	37.76	45.19	63.77	73.00	56.36	58.57	68.38

回

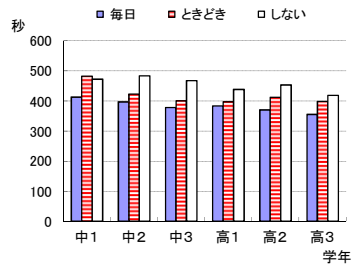
20mシャトルラン 女子



	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	18.81	26.59	33.18	42.56	48.09	56.58	54.48	62.75	63.88	54.85	59.50	62.50
ときどき	17.09	23.25	30.64	35.47	42.42	49.39	40.34	46.50	48.05	35.07	36.17	25.40
しない	16.06	21.52	24.68	31.44	35.70	41.32	41.29	42.52	48.69	33.90	33.15	36.33

回

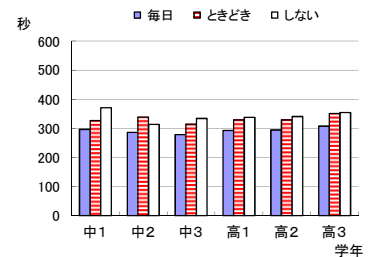
持久走 男子



	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	413.15	396.90	378.28	383.72	370.10	355.65
ときどき	482.69	422.95	401.06	397.04	412.59	398.82
しない	472.57	483.80	467.57	438.60	453.50	418.85

秒

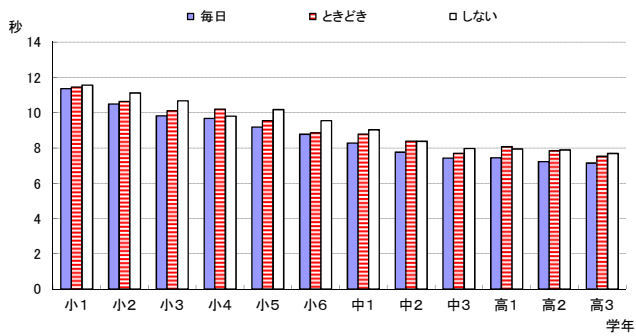
持久走 女子



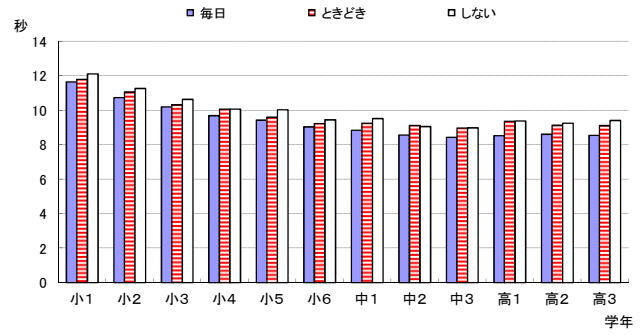
	中1	中2	中3	高1	高2	高3
毎日	296.30	286.02	278.18	292.54	294.33	307.57
ときどき	326.51	338.96	314.68	328.94	329.35	350.84
しない	370.90	313.52	333.89	337.82	340.24	354.15

秒

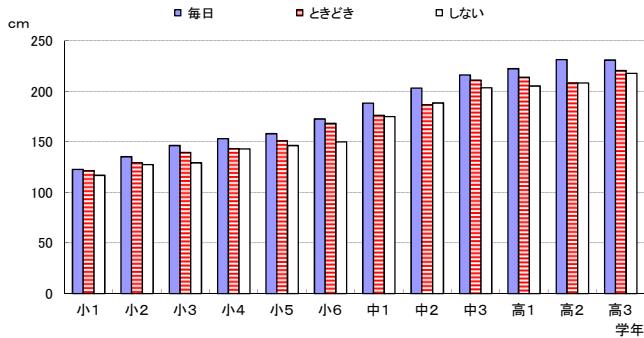
50m走 男子



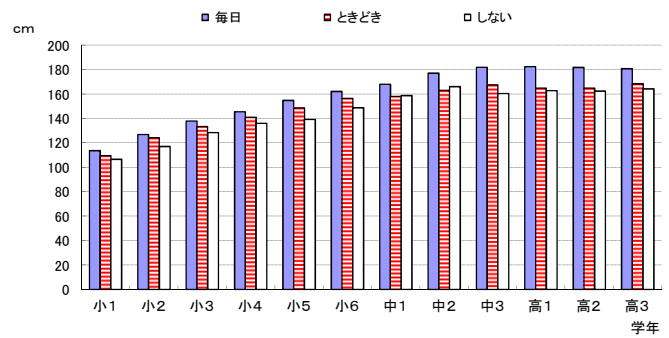
50m走 女子



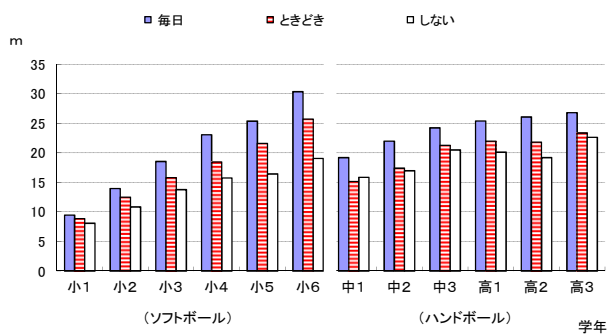
立ち幅とび 男子



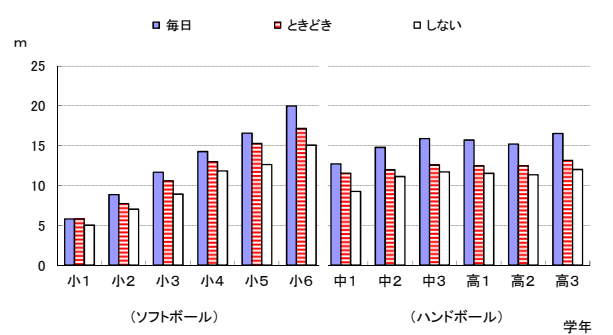
立ち幅とび 女子



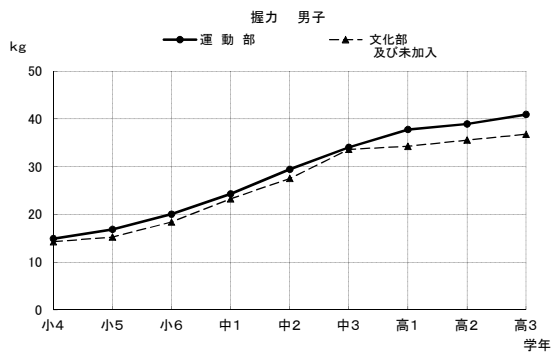
ソフトボール・ハンドボール投げ 男子



ソフトボール・ハンドボール投げ 女子

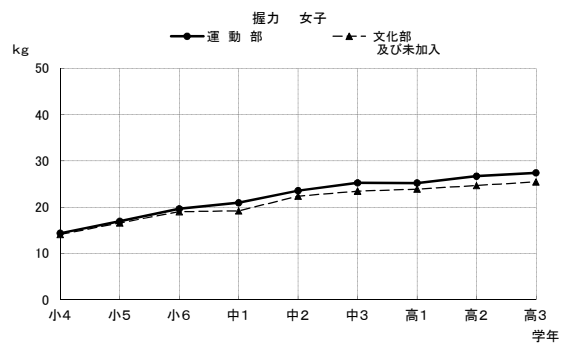


9 運動部活動（地域スポーツ活動）所属と体力・運動能力



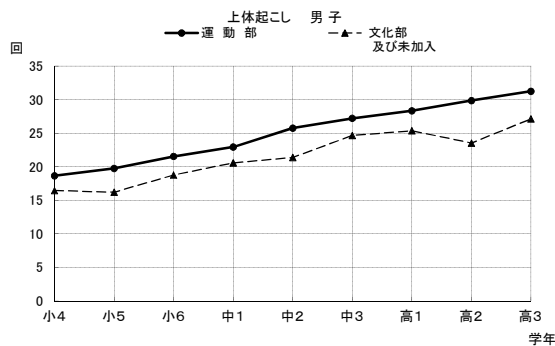
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.92	16.85	20.05	24.29	29.43	34.04	37.76	38.90	40.92
文化部 及び未加入	14.27	15.24	18.40	23.27	27.50	33.60	34.26	35.53	36.76

kg



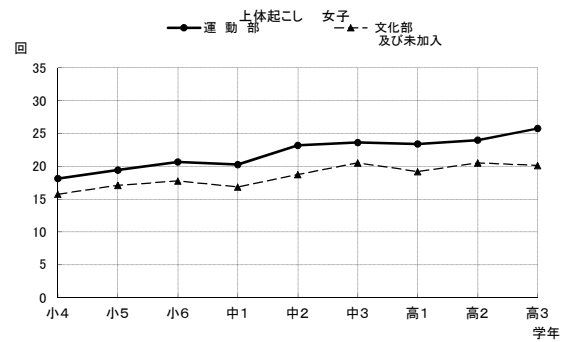
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.39	16.97	19.68	20.97	23.59	25.28	25.24	26.71	27.45
文化部 及び未加入	14.13	16.62	19.03	19.24	22.41	23.48	23.92	24.73	25.49

kg



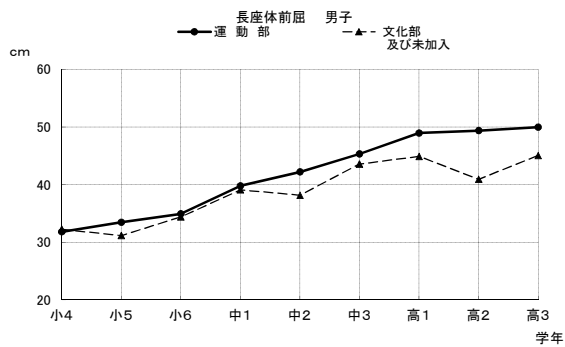
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	18.65	19.75	21.54	22.94	25.76	27.21	28.35	29.86	31.25
文化部 及び未加入	16.46	16.20	18.77	20.58	21.38	24.64	25.37	23.53	27.12

回



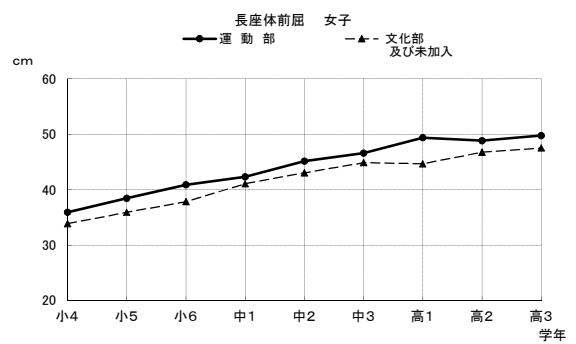
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	18.12	19.42	20.66	20.27	23.19	23.61	23.39	23.98	25.76
文化部 及び未加入	15.73	17.10	17.75	16.85	18.73	20.53	19.19	20.51	20.12

回



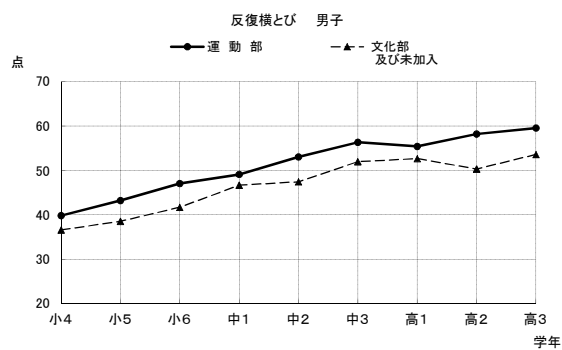
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	31.80	33.43	34.90	39.78	42.20	45.30	48.93	49.37	49.95
文化部 及び未加入	32.21	31.14	34.37	39.08	38.15	43.55	44.88	40.90	45.05

cm

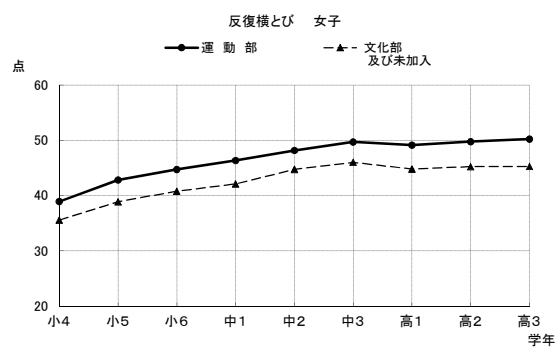


	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	35.91	38.45	40.87	42.33	45.15	46.59	49.38	48.84	49.76
文化部 及び未加入	33.88	35.93	37.85	41.07	43.05	44.86	44.66	46.75	47.53

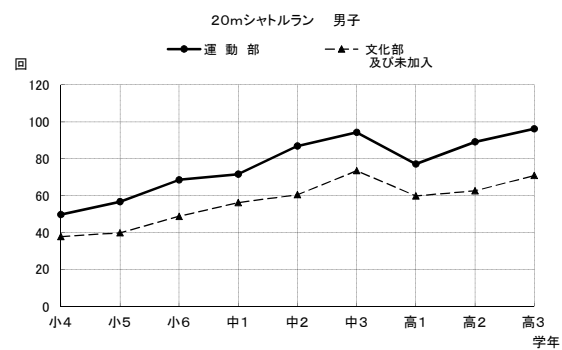
cm



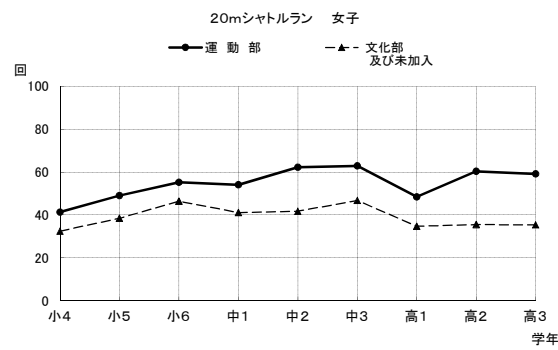
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	39.80	43.19	47.04	49.09	53.03	56.31	55.40	58.20	59.55
文化部 及び未加入	36.57	38.54	41.69	46.67	47.42	51.95	52.65	50.32	53.60



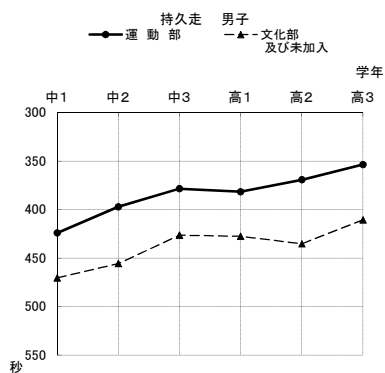
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	38.93	42.83	44.72	46.37	48.19	49.72	49.15	49.77	50.23
文化部 及び未加入	35.57	38.89	40.82	42.12	44.74	46.02	44.80	45.26	45.29



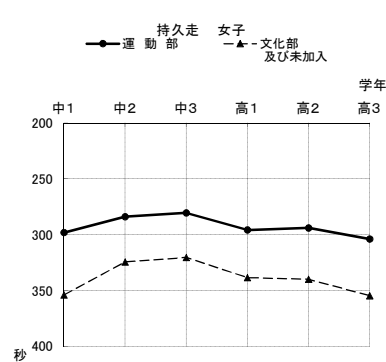
	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	49.82	56.73	68.51	71.63	86.86	94.19	77.12	89.10	96.13
文化部 及び未加入	37.87	39.86	48.83	56.25	60.52	73.50	59.81	62.68	70.89



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	41.30	49.05	55.22	54.08	62.27	62.93	48.44	60.41	59.15
文化部 及び未加入	32.44	38.46	46.42	41.07	41.76	46.75	34.72	35.50	35.33

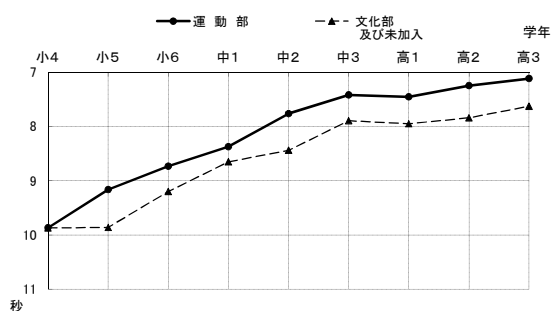


	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	424.14	397.15	378.46	381.55	369.26	353.59
文化部 及び未加入	470.50	455.83	426.45	427.48	435.37	410.62



	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	298.13	283.97	280.51	295.80	293.99	303.79
文化部 及び未加入	353.91	324.30	320.31	338.34	339.88	354.55

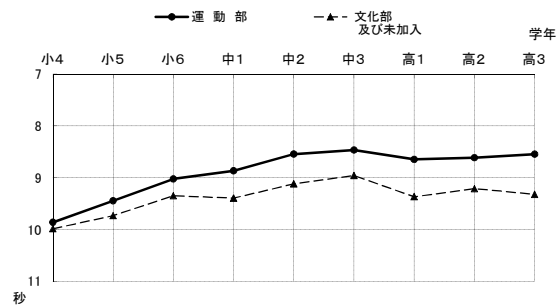
50m走 男子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	9.87	9.16	8.73	8.37	7.76	7.42	7.45	7.25	7.11
文化部及び未加入	9.87	9.86	9.20	8.65	8.44	7.89	7.95	7.84	7.63

秒

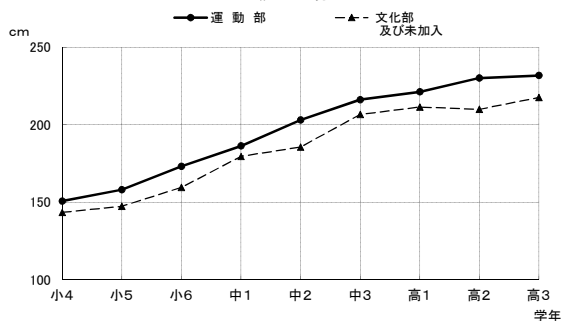
50m走 女子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	9.86	9.45	9.03	8.87	8.54	8.47	8.65	8.62	8.55
文化部及び未加入	9.99	9.73	9.35	9.39	9.12	8.96	9.37	9.21	9.32

秒

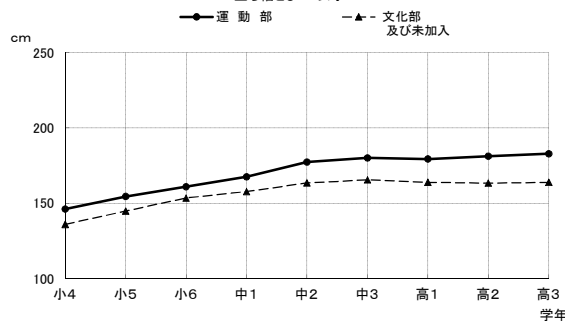
立ち幅とび 男子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	150.73	158.03	173.17	186.36	203.13	216.21	221.27	230.24	231.89
文化部及び未加入	143.42	147.37	159.52	179.65	185.71	206.71	211.47	210.00	217.65

cm

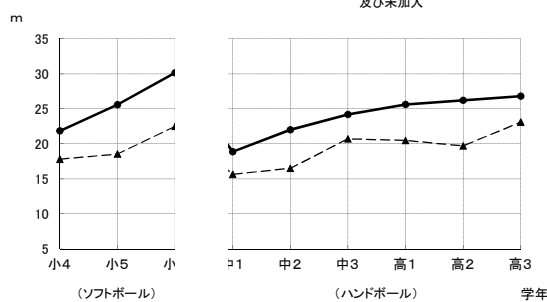
立ち幅とび 女子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	146.27	154.60	160.99	167.63	177.43	180.14	179.45	181.25	182.88
文化部及び未加入	136.07	144.91	153.59	157.82	163.57	165.59	163.98	163.41	163.88

cm

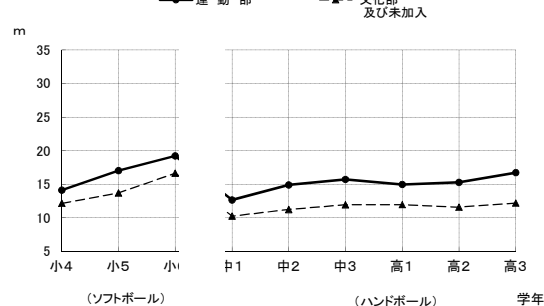
ソフト・ハンドボール投げ 男子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	21.86	25.58	30.16	18.89	22.02	24.21	25.63	26.23	26.81
文化部及び未加入	17.80	18.54	22.50	15.65	16.52	20.71	20.47	19.71	23.11

m

ソフト・ハンドボール投げ 女子



	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
運動部	14.12	17.03	19.23	12.67	14.91	15.74	14.97	15.29	16.74
文化部及び未加入	12.16	13.72	16.64	10.25	11.24	11.95	11.97	11.59	12.20

m

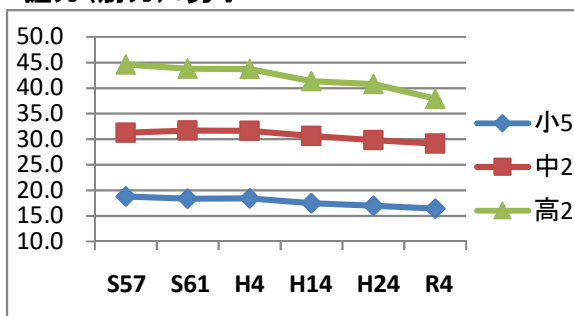
10 県平均記録 10年ごとの変化と傾向

			1982(S57)	1986(S61)	1992(H4)	2002(H14)	2012(H24)	2022(R4)	傾向
種目			40年前	体力ピーク時	30年前	20年前	10年前	今年度	
握力 (筋力)	男子	小5	18.8	18.4	18.4	17.5	17.0	16.4	低下
		中2	31.3	31.7	31.7	30.7	29.9	29.1	
		高2	44.6	43.8	43.7	41.4	40.8	37.9	
	女子	小5	17.3	17.1	16.9	16.6	16.5	16.8	
		中2	26.1	25.8	24.6	24.6	24.0	23.2	
		高2	29.5	28.8	26.8	26.7	26.1	25.7	
ボール投 (投力) 【※】	男子	小5	29.7	28.4	28.0	27.3	26.4	23.7	低下
		中2	22.3	22.8	21.4	20.8	21.8	21.2	
		高2	28.2	27.3	27.2	25.7	26.9	24.3	
	女子	小5	17.7	17.7	16.0	15.5	16.1	15.5	
		中2	15.3	15.1	13.7	13.3	14.0	13.7	
		高2	16.3	16.0	15.4	14.1	14.3	13.4	
50m走 (走力)	男子	小5	8.9	9.0	9.0	9.2	9.2	9.4	中・小 高：回 ：低下 復下
		中2	8.0	8.0	8.0	8.1	7.9	7.9	
		高2	7.3	7.3	7.3	7.6	7.3	7.4	
	女子	小5	9.2	9.2	9.3	9.5	9.6	9.6	
		中2	8.7	8.7	8.8	9.1	8.7	8.7	
		高2	8.7	8.8	8.9	9.2	9.0	8.9	
反復横跳 (敏捷性)	男子	小5	39.2	39.5	40.3	42.5	45.1	41.9	※中・小 中高：横 測定方：ば 法向上 変更い (H11～)
		中2	43.0	44.1	43.6	48.9	53.6	52.2	
		高2	48.5	49.0	47.3	53.6	56.4	55.9	
	女子	小5	37.8	38.4	37.6	40.0	41.3	41.0	
		中2	39.7	40.4	38.8	42.6	46.4	47.1	
		高2	41.8	41.4	40.1	44.1	46.1	47.4	
1500m走 1000m走 (持久力)	男子	中2	370.3	363.4	375.4	392.4	375.9	405.6	低下
		高2	365.7	355.1	365.5	378.5	364.5	387.1	
	女子	中2	278.9	269.8	275.4	296.1	285.6	297.6	
		高2	290.2	290.7	297.5	318.2	310.4	317.6	

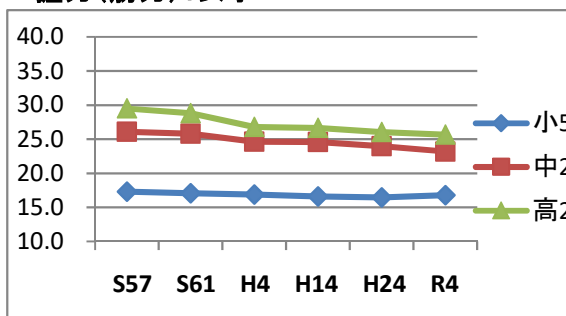
【※】「ボール投」は、小学校はソフトボール投げの記録、中学校・高等学校はハンドボール投げの記録

10年ごとの県平均記録グラフ

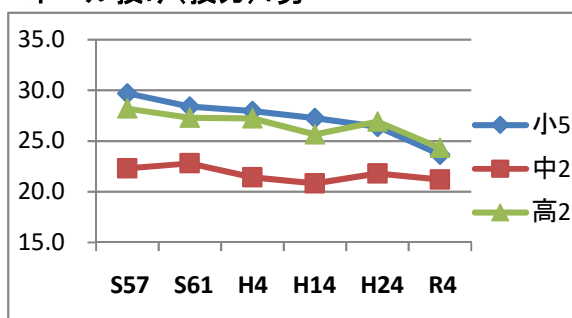
握力(筋力):男子



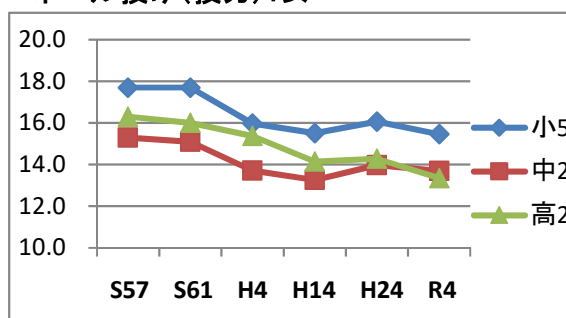
握力(筋力):女子



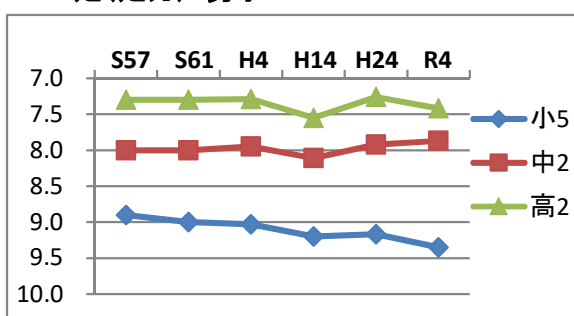
ボール投げ(投力):男



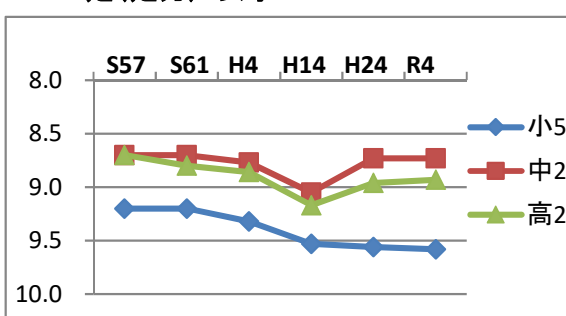
ボール投げ(投力):女



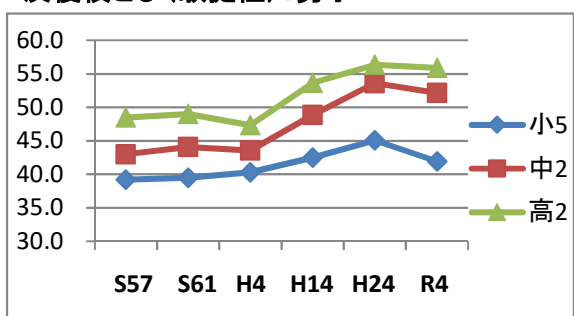
50m走(走力):男子



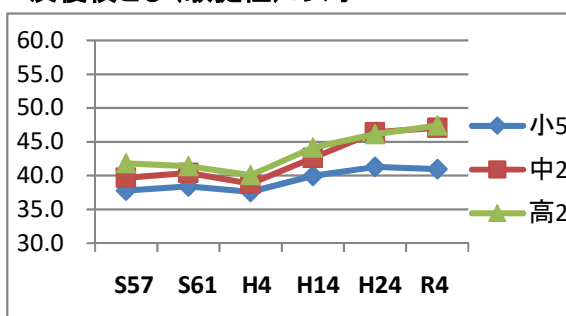
50m走(走力):女子



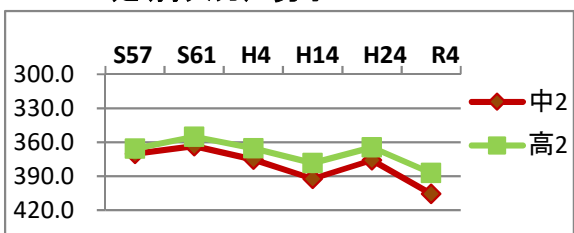
反復横とび(敏捷性):男子



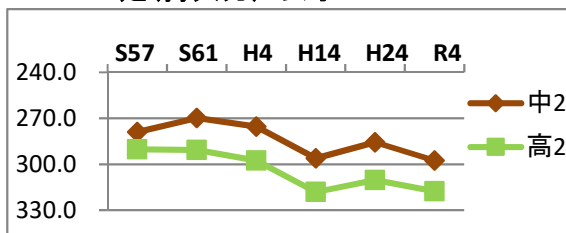
反復横とび(敏捷性):女子



1500m走(持久力):男子



1000m走(持久力):女子



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

・島根県小学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：昨年度比高

黄塗：全国比高

(男子)

種 目	学 年	小 1	小 2	小 3	小 4	小 5	小 6
握 力 (kg)							
	04県平均	9.13	10.50	12.42	14.72	16.42	19.52
	03県平均	8.98	10.82	12.68	14.32	16.74	20.18
	03全国平均	9.24	10.74	12.73	14.39	16.90	19.77
	全国に対する 県のIスコア	49.47	49.01	48.89	51.06	48.69	49.46
上体おこし (回)							
	04県平均	11.88	13.82	15.88	17.98	18.78	20.65
	03県平均	11.76	14.19	16.47	17.47	18.45	21.12
	03全国平均	12.05	13.86	15.73	17.98	19.94	21.65
	全国に対する 県のIスコア	49.66	49.93	50.26	50.00	47.79	48.11
長座体前屈 (cm)							
	04県平均	27.06	27.93	29.88	31.93	32.81	34.73
	03県平均	26.54	27.34	29.90	31.60	32.85	35.30
	03全国平均	26.39	28.61	30.34	31.78	33.37	35.78
	全国に対する 県のIスコア	51.04	49.00	49.35	50.19	49.30	48.74
反復横とび (点)							
	04県平均	27.57	30.75	35.44	38.81	41.93	45.32
	03県平均	27.37	31.05	34.92	38.48	42.23	45.71
	03全国平均	28.28	31.65	34.95	39.43	42.83	45.86
	全国に対する 県のIスコア	48.59	48.63	50.66	49.18	48.69	49.19
20mシャトル ラン (回)							
	04県平均	20.32	30.77	36.58	46.16	52.15	62.18
	03県平均	20.37	30.15	38.73	46.46	54.81	63.50
	03全国平均	18.92	28.40	36.45	44.27	52.45	61.16
	全国に対する 県のIスコア	51.51	51.70	50.08	50.97	49.86	50.44
50m走 (秒)							
	04県平均	11.44	10.67	10.05	9.87	9.35	8.88
	03県平均	11.65	10.59	10.11	9.69	9.25	8.86
	03全国平均	11.33	10.55	10.07	9.59	9.24	8.84
	全国に対する 県のIスコア	48.91	48.61	50.21	46.36	48.52	49.44
立ち幅とび (cm)							
	04県平均	120.82	131.34	141.13	148.49	155.13	168.78
	03県平均	118.17	129.37	140.97	146.48	158.12	168.08
	03全国平均	117.03	127.19	136.77	147.73	155.86	166.33
	全国に対する 県のIスコア	52.08	52.36	52.31	50.39	49.64	51.08
ソフトボール 投げ (m)							
	04県平均	8.93	12.75	16.82	20.61	23.66	27.69
	03県平均	8.80	12.76	16.24	20.58	23.94	27.77
	03全国平均	8.43	11.08	14.74	18.47	21.75	25.43
	全国に対する 県のIスコア	51.54	53.93	53.60	53.20	52.40	52.41

・島根県小学校新体力テストの平均値と全国平均値

朱書：昨年度比高

黄塗：全国比高

(女子)

種 目	学 年	小 1	小 2	小 3	小 4	小 5	小 6
握 力 (kg)							
	04県平均	8.22	9.98	11.80	14.26	16.80	19.37
	03県平均	8.49	10.38	12.20	14.27	16.64	19.52
	03全国平均	8.71	10.18	11.95	13.87	16.49	19.53
	全国に対する 県のIスコア	47.56	49.15	49.45	51.24	50.84	49.61
上体おこし (回)							
	04県平均	10.97	13.37	15.61	16.98	18.32	19.27
	03県平均	11.64	14.06	15.83	17.02	18.16	19.07
	03全国平均	11.56	13.46	15.91	17.64	18.68	19.66
	全国に対する 県のIスコア	48.81	49.83	49.36	48.69	49.26	49.19
長座体前屈 (cm)							
	04県平均	29.47	31.57	33.62	34.95	37.25	39.43
	03県平均	29.19	31.32	33.30	35.54	36.78	39.23
	03全国平均	28.78	31.01	33.91	35.52	37.30	40.71
	全国に対する 県のIスコア	51.05	50.87	49.60	49.25	49.94	48.54
反復横とび (点)							
	04県平均	26.29	30.30	33.75	37.33	40.96	42.86
	03県平均	26.46	30.48	34.35	37.08	41.39	42.98
	03全国平均	27.39	30.74	33.75	37.64	41.00	43.44
	全国に対する 県のIスコア	47.52	49.24	50.00	49.57	49.94	49.06
20mシャトル ラン (回)							
	04県平均	17.27	23.60	29.95	37.09	44.02	51.01
	03県平均	16.14	23.99	31.85	37.88	46.38	50.73
	03全国平均	15.75	23.14	29.13	35.60	42.33	47.52
	全国に対する 県のIスコア	52.42	50.46	50.63	50.93	50.99	51.92
50m走 (秒)							
	04県平均	11.84	11.03	10.35	9.92	9.58	9.18
	03県平均	11.88	10.82	10.36	9.90	9.53	9.23
	03全国平均	11.77	10.89	10.32	9.91	9.49	9.16
	全国に対する 県のIスコア	49.34	48.30	49.63	49.86	48.79	49.72
立ち幅とび (cm)							
	04県平均	109.80	122.71	133.53	141.42	150.00	157.46
	03県平均	110.26	124.55	133.34	141.33	150.64	158.13
	03全国平均	108.78	119.28	130.53	141.05	148.36	155.76
	全国に対する 県のIスコア	50.61	51.97	51.67	50.20	50.81	50.81
ソフトボール 投げ (m)							
	04県平均	5.58	7.82	10.51	13.19	15.46	17.99
	03県平均	5.57	7.92	10.91	13.31	15.72	17.93
	03全国平均	5.70	7.36	9.45	11.61	13.86	15.97
	全国に対する 県のIスコア	49.36	51.96	53.48	54.28	53.51	53.77

・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：昨年度比高

黄塗：全国比高

(男子)

種 目	学 年	中 1	中 2	中 3	高 1	高 2	高 3
握 力 (kg)							
	04県平均	24.08	29.14	33.98	36.51	37.92	39.52
	03県平均	23.11	29.43	33.92	36.33	39.16	41.31
	03全国平均	24.53	30.39	34.65	37.03	39.55	41.80
	全国に対する 県のTスコア	49.27	48.27	49.09	49.27	47.85	47.17
上体おこし (回)							
	04県平均	22.45	25.10	26.87	27.29	28.01	29.86
	03県平均	22.60	25.88	27.88	27.46	28.85	31.05
	03全国平均	23.92	27.31	28.96	28.44	30.55	31.94
	全国に対する 県のTスコア	47.29	46.09	46.25	48.07	45.74	46.50
長座体前屈 (cm)							
	04県平均	39.63	41.59	45.07	47.49	46.90	48.30
	03県平均	39.50	42.33	45.42	45.99	48.64	51.57
	03全国平均	40.98	44.80	47.81	47.94	50.27	52.56
	全国に対する 県のTスコア	48.61	46.92	47.39	49.59	47.04	46.19
反復横とび (点)							
	04県平均	48.59	52.18	55.74	54.42	55.90	57.55
	03県平均	49.22	53.10	55.39	55.04	56.32	58.74
	03全国平均	49.69	53.77	56.28	56.23	57.92	59.16
	全国に対する 県のTスコア	48.38	47.73	49.22	47.35	47.09	47.59
20mシャトル ラン (回)							
	04県平均	68.55	82.74	91.34	71.58	79.06	86.54
	03県平均	69.96	87.64	92.52	91.62	91.58	85.38
	03全国平均	70.58	86.88	94.44	87.61	93.75	95.97
	全国に対する 県のTスコア	49.15	48.24	48.70	43.50	44.55	46.50
持久走 (秒)							
	04県平均	433.99	405.59	384.46	398.32	387.11	372.12
	03県平均	426.73	381.64	371.26	387.92	380.91	375.66
	03全国平均	410.21	389.08	374.31	385.93	362.02	364.91
	全国に対する 県のTスコア	45.26	46.73	48.01	47.60	44.76	48.53
50m走 (秒)							
	04県平均	8.43	7.87	7.48	7.63	7.42	7.29
	03県平均	8.36	7.85	7.48	7.46	7.40	7.24
	03全国平均	8.38	7.78	7.41	7.39	7.21	7.12
	全国に対する 県のTスコア	49.34	48.66	48.81	45.80	46.23	47.01
立ち幅とび (cm)							
	04県平均	184.98	200.52	214.96	217.78	224.33	227.11
	03県平均	183.75	200.75	216.38	218.63	223.64	229.26
	03全国平均	185.41	203.80	216.35	219.17	225.41	229.74
	全国に対する 県のTスコア	49.83	48.64	49.43	49.42	49.57	48.91
ハンドボール 投げ (m)							
	04県平均	18.22	21.20	23.75	23.79	24.33	25.56
	03県平均	17.84	21.44	23.86	23.91	24.49	26.78
	03全国平均	18.14	21.09	23.54	23.82	25.44	26.73
	全国に対する 県のTスコア	50.16	50.19	50.37	49.95	48.25	48.22

・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：昨年度比高

黄塗：全国比高

(女子)

種 目	学 年	中 1	中 2	中 3	高 1	高 2	高 3
握 力 (kg)	04県平均	20.33	23.20	24.76	24.46	25.68	26.23
	03県平均	21.14	23.78	25.27	24.48	25.54	26.30
	03全国平均	21.73	24.19	25.73	25.88	26.78	26.99
	全国に対する 県のTスコア	46.78	47.77	47.88	47.01	47.66	48.47
上体おこし (回)	04県平均	19.02	21.73	22.73	20.90	22.16	22.24
	03県平均	19.49	21.53	23.18	21.27	22.62	23.18
	03全国平均	20.50	23.23	24.55	23.43	24.95	25.00
	全国に対する 県のTスコア	47.03	47.27	46.89	45.58	45.39	45.60
長座体前屈 (cm)	04県平均	41.87	44.46	46.09	46.59	47.74	48.36
	03県平均	42.26	44.10	47.27	45.46	47.26	48.51
	03全国平均	43.64	46.65	49.00	48.63	50.24	50.80
	全国に対する 県のTスコア	48.20	47.75	47.09	48.03	47.55	47.59
反復横とび (点)	04県平均	44.82	47.06	48.67	46.57	47.41	47.15
	03県平均	45.01	46.98	49.04	47.02	46.92	49.06
	03全国平均	45.78	48.31	49.34	48.40	49.56	49.29
	全国に対する 県のTスコア	48.28	47.96	48.90	46.88	46.46	46.61
20mシャトル ラン (回)	04県平均	49.12	55.73	57.37	39.66	46.46	47.72
	03県平均	52.56	62.23	61.54	44.04	48.08	48.66
	03全国平均	50.85	60.46	60.91	52.16	56.24	53.71
	全国に対する 県のTスコア	49.09	47.63	48.23	43.34	45.31	47.15
持久走 (秒)	04県平均	317.65	297.58	289.46	320.48	317.63	337.29
	03県平均	305.04	289.91	292.65	314.66	326.42	314.99
	03全国平均	300.80	286.56	287.16	297.80	291.25	291.83
	全国に対する 県のTスコア	45.61	47.20	49.39	44.35	43.39	39.39
50m走 (秒)	04県平均	9.06	8.73	8.61	9.07	8.93	9.03
	03県平均	8.92	8.70	8.63	9.03	8.98	8.87
	03全国平均	8.98	8.66	8.58	8.76	8.71	8.73
	全国に対する 県のTスコア	48.91	48.99	49.68	45.84	47.18	46.46
立ち幅とび (cm)	04県平均	164.04	172.88	176.00	170.29	171.90	171.02
	03県平均	164.12	171.68	176.01	168.82	171.28	174.15
	03全国平均	167.23	174.40	178.61	174.09	175.40	174.12
	全国に対する 県のTスコア	48.49	49.31	48.81	48.38	48.53	48.75
ハンドボール 投げ (m)	04県平均	11.78	13.70	14.66	13.20	13.35	13.91
	03県平均	12.04	13.45	14.89	13.28	13.85	14.71
	03全国平均	11.92	13.35	14.44	14.27	14.64	15.20
	全国に対する 県のTスコア	49.63	50.86	50.50	47.50	47.12	47.19

Ⅲ 今後の指導に向けて

1. 島根県児童生徒の体力・運動能力等調査から

(1) 体力面

【種目・学齢別】(→P28～P31)

小学校男子においては、3, 4 年生で 8 種目中 6 種目が全国平均を上回っています。ボール投げは全ての学年が、20m シャトルランと立ち幅跳びは 5 年生以外が全国平均を上回り、立ち幅跳びにおいては昨年度の数値を上回る学年が多い状況にあります。しかし、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、50m 走において、多くの学年で全国平均に及ばない状況が見受けられます。

小学校女子においては、全ての学年で 8 種目中 3～4 種目が全国平均を上回っています。立ち幅跳びや 20m シャトルランでは全ての学年が、ボール投げでは 1 年生以外が全国平均を上回りました。また、長座体前屈では、全国平均には及ばない学年が多いものの、ほとんどの学年で昨年度よりも数値が伸びました。一方で、男女ともに、握力や 20m シャトルランといった筋力、持久力にかかわる種目において数値が下がっている傾向が見受けられます。

中学校男子においては、ハンドボール投げで全ての学年が全国平均を上回りました。一方で、上体起こし、20m シャトルラン、持久走で全ての学年が数値を落としています。高校男子では全ての項目で全国平均に届いていませんが、各学年において、1～2 種目で昨年度の数値を上回っています。

中学校・高校女子において、全体的に全国数値に及んでいない傾向があります。また、中学 1 年生と高校 3 年生では、全ての種目で昨年度の数値を下回りました。その一方で、中学 2 年生で 5 種目、高校 2 年生で 6 種目が、昨年度の数値を上回りました。

【40 年推移】(→P26, 27)

昭和 57 年からの比較可能な同一種目の推移を見ると、握力やボール投げは、男女ともに低下傾向が続いています。体力数値ピーク時の昭和 61 年当時の記録とは開きがありますが、中学校・高校の 50m 走においては回復傾向にあり、ピーク時とほぼ変わらない数値です。

【新体力テストのポイントを絞った運動（遊び）の例】

事前に動きを練習した上で新体力テストを行うと「それは本来の力とは言えないのでは？」と感じる人がいるかもしれません。しかし、下記のような運動（遊び）を行い、基本的な体の動かし方を身に付けてからテストを行うのは、おかしいことはありません。むしろ、「各種目の行い方が分からないままに行うことの方がよくない」とも言えるように思います。

例えば、新体力テストの前にだけ重点的に行うのではなく、各運動領域の指導に合わせて取り入れるようにしたり、朝の活動に取り入れたりしてみるのもよいと思います。

種目	○運動例 ・こつ
握力	○握力計を強く握ることがよく分からない子の場合、「新聞紙丸め」で握り込むことを教えましょう。 ☆動画「【室伏長官】動画 簡単エクササイズのすすめ（スポーツ庁）」で確認できます。 https://www.youtube.com/watch?v=biVH6_DEAg ○握力計を握るときに肘が曲がってしまう子の場合、「タオルの両手巻き」「体操棒に吊した糸の巻き取り」などで肘を伸ばすことを教えましょう。 ・（握力計の）指の握りの幅を正しく調節して測定する。 ・連続して測定すると疲れが残るため、同一被測定者が 2 回続けて行わない。 ・声を出しながら（息を吐きながら）行う。
上体起こし	○肥満傾向があるなどして起き上がるのが難しい子の場合、（新体力テストの）実施手順どおりに両肘と両ももが着くまで上体を起こすのは困難です。まずは、首から肩までを浮かせることを目標としましょう。

	(例えば、仰向けになった子供の顔の前で教師が本などを持ち、「本に額が着くように上体を起こしてごらん」のように伝え、運動をさせましょう。) ・補助者は両腕や太ももなどで被測定者の脚をしっかり押さえる。 ・顎を引くことで力が入りやすくなる。 ・腰を丸めることで、腰への負担を和らげることができる。
長座体前屈	○ハンカチやタオル、体育帽などを両手で持ち、自分の足の上をスライドさせて送り出す動きを練習しましょう。 ○「しまねっ子！元気アップ・プログラム」の「ドジョウすくい3種目柔軟運動」に日常的に取り組みましょう。 ・ストレッチを十分行ったうえで、顎を引き、背筋を伸ばした姿勢で息を吐きながらゆっくり体を曲げる。
反復横跳び	○サイドステップを指導しておきましょう。 ・滑りにくい場所で3本ラインの幅とサイドステップのリズムを確認してから行う。 ・低い姿勢のまま、「上に跳ぶ」ではなく「横に移動」を意識させる。
20m シャトルラン	○コーンとコーンバーを設置した練習ゾーンを設け、コーンバーに触れながらラインを確実に踏みましょう。 ・最初の段階でスピードを出しすぎることなく電子音に合わせたペース配分で行う。 ・1度間に合わないことがあっても次に間に合えば続けられることを確認しておく。 ・自分に合った呼吸のリズムを見付け、なるべく一定にする。
50m 走	○腕振りを指導しておきましょう。 ・スタート時の利き足を確認するとともに出遅れないよう集中する。 ・ゴール手前でスピードを緩めず、ゴールラインの先5m付近まで全力で走りきる。 ・真っ直ぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走る。
立ち幅跳び	○台への両足跳び乗りや台からの両足跳び下りで、腕の振り方、膝の使い方などを練習しておきましょう。 ・斜め45度の方向を意識して体全体で跳ぶ。(三角定規などでイメージをもつ)
ソフトボール 投げ(小) ハンドボール 投げ(中・高)	○肩の交互回しを練習しましょう。 (立ったまま指先を肩に軽く着け、肩を交互に回します。) ○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練習をし、投球フォーム(体の動き)を覚えましょう。 ・円内でのステップや、ボールを持たない手の突き出しなどを確認してから行う。 ・斜め45度の方向を意識して投げる。(三角定規などでイメージをもつ)

(参考:「気になる子の体育 授業で生かせる実例 52」学研)

(2) 生活面

【運動頻度】(→P17)

全体的に運動頻度は女子よりも男子が高く、「毎日運動する」と回答した児童生徒は男女ともに小学校低学年から増加傾向にあり、中学校にかけてピークを迎え、高校生で減少する傾向は昨年度までと変わりません。その中で、中学生の「運動をしない」の割合は若干高くなっているのに対し、高校生の「運動をしない」の割合は昨年度よりも低くなっています。

小学校低学年の女子及び高校生の女子において、体育・保健体育の授業以外では「ほとんど運動をしない」割合が高く、特に、高校生の女子については全学年で4割前後となっています。

【朝食摂取】(→P18)

小学生においては、平均すると94%以上が「毎日とる」という結果で昨年度とほぼ同じです。一方、中学生では昨年度90%以上だったのに対し約86%、高校生になると、「ほとんどとらない」の割合が増えてきており、全体の約4%見られます。

【睡眠時間】(→P19)

小学生では、「8～9時間」の割合が最も高く、中学生・高校生では、「6～7時間」の割合が高くなっています。小学生では4年生までは全体として見ると「10時間以上」の割合がほぼ10%以上と高いですが、5年生から中学生以降は減少しています。高校生になると「6時間未満」が増え、平均すると男子が約12%、女子が約20%となっています。

2. 全国体力・運動能力，運動習慣等調査の結果から

スポーツ庁が実施した「令和4年度全国体力・運動能力，運動習慣等調査」によれば，全国の体力合計点の状況は，令和3年度と比較すると，令和4年度は小・中学校の男女ともに低下しました。小・中学校ともに，「50m走」と「20mシャトルラン」が低下，中学校の「持久走」「上体起こし」及び「反復横跳び」が低下した一方で，「長座体前屈」は昨年度に続き向上傾向にあるという結果が公表されました。

○実技の状況



全国以上

昨年度以上
下線

小学5年		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)		20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
男子	全国	16.21	18.86	33.80	40.37		45.93	9.53	150.86	20.31	52.29
	島根県	16.12	18.26	32.45	40.47		49.54	9.50	152.64	21.81	52.65
	昨年度島根	16.15	18.45	33.30	41.44		52.01	9.39	154.99	22.28	53.55
女子	全国	16.10	17.97	38.20	38.67		36.98	9.70	144.59	13.16	54.32
	島根県	16.04	17.60	37.05	39.11		39.69	9.69	145.98	13.88	54.75
	昨年度島根	16.01	18.15	37.23	39.93		42.60	9.60	148.09	14.17	55.86

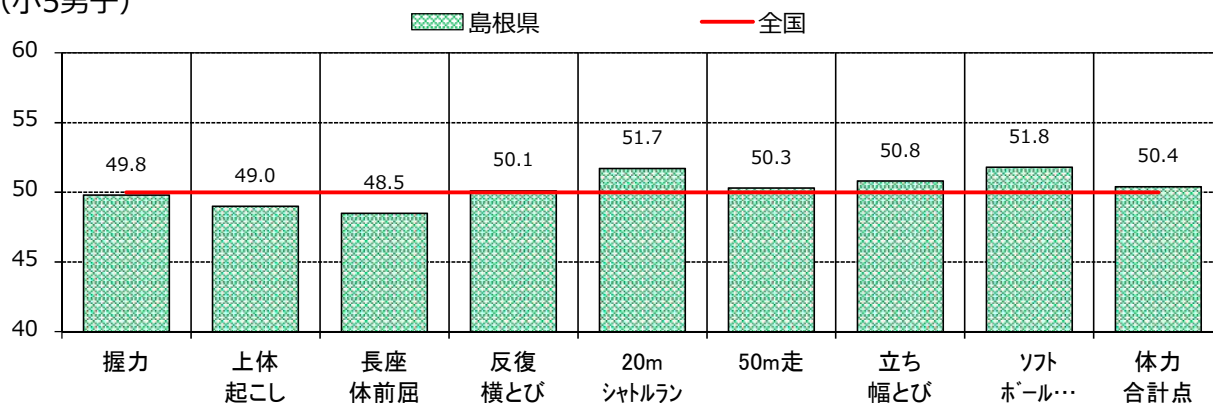
中学2年		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
男子	全国	28.95	25.64	43.76	51.02	410.92	77.69	8.06	196.82	20.20	40.90
	島根県	28.75	25.35	42.72	51.31	399.45	81.36	7.95	199.85	20.52	41.43
	昨年度島根	28.65	25.30	43.49	51.89	398.46	83.95	7.93	199.11	20.67	41.58
女子	全国	23.17	21.58	46.05	45.81	303.96	51.34	8.97	166.89	12.38	47.28
	島根県	22.79	21.02	45.10	45.86	304.64	54.23	8.87	169.27	12.51	47.33
	昨年度島根	23.46	21.29	45.20	46.60	296.25	57.01	8.82	171.11	12.79	48.73

島根県の状況を見ますと，全体として体力合計点は小学校，中学校で男女ともに全国平均点を上回りました。小中男女がそろって全国平均を上回ったのは2年連続です。また，種目別に見ると下記のような点が指摘できます。

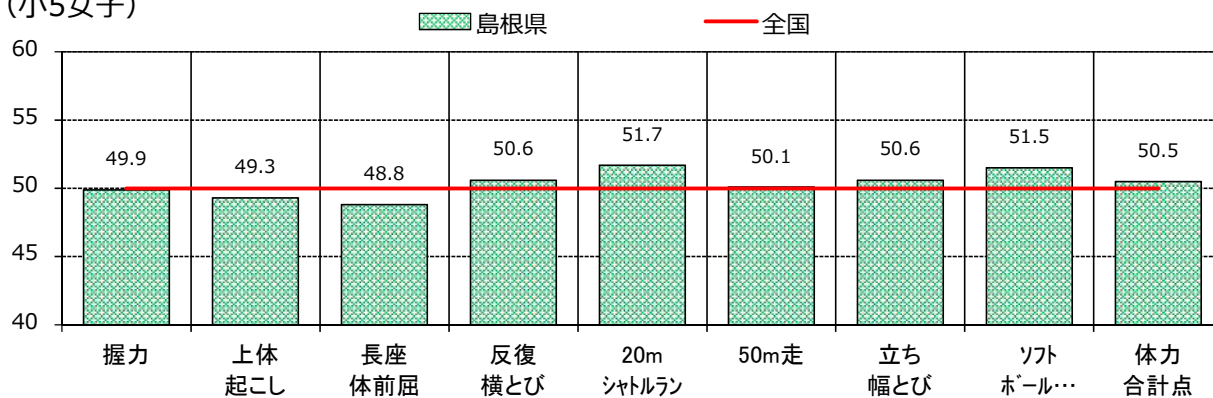
- ・小学校，中学校で男女ともに，これまでと同じく握力，上体起こし（筋力）や長座体前屈（柔軟性）が全国平均と比べて低い傾向にあるが，その他の種目は全国平均よりも数値が高い傾向にある。
- ・握力については，小5女子と中2男子は数値が上昇，小5男子はほぼ昨年度並みで数値を維持した。全国平均との差も，上体起こしや長座体前屈に比べて小さいことがわかる。
- ・本県小学生の体力合計点は，昨年度までと同様に，全国平均と比較すると依然として高い得点であるが，昨年度は1点以上あった全国平均との差が，今年度は0.5点以下であった。小学校5年生は男女とも，調査が始まった平成20年度以降で最も低い得点である。
- ・本県中学生の体力合計点の順位は，これまでと同様に小学生に比べて順位が低いものの，昨年度よりも順位を下げた小学生に対し，中学生は男女ともに順位を維持している。
- ・種目別に見ると，昨年度の数値を上回ったのは小5女子が1種目，中2男子が3種目のみであった。全体的に伸び悩んでいることが分かる。

実技調査 T 得点（平均が 50、標準偏差が 10 の正規分布に近似するように変換した値）

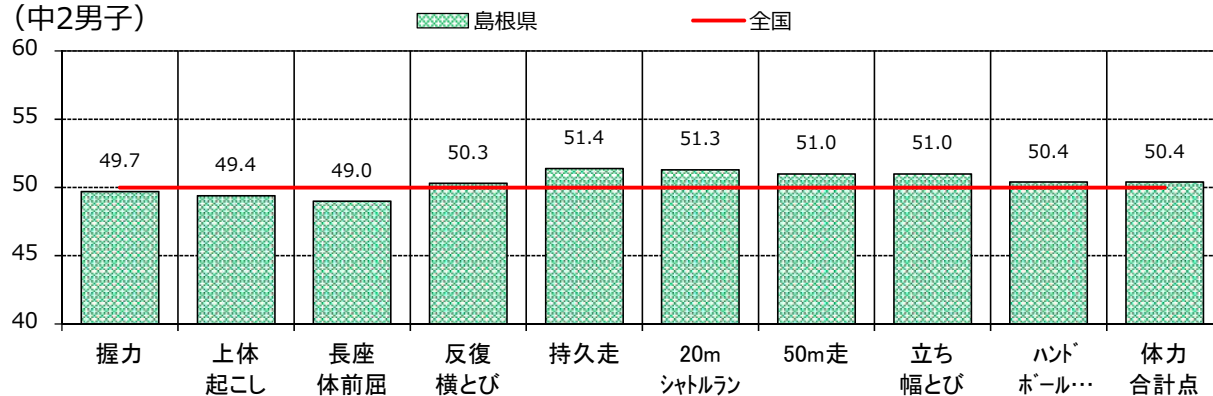
(小5男子)



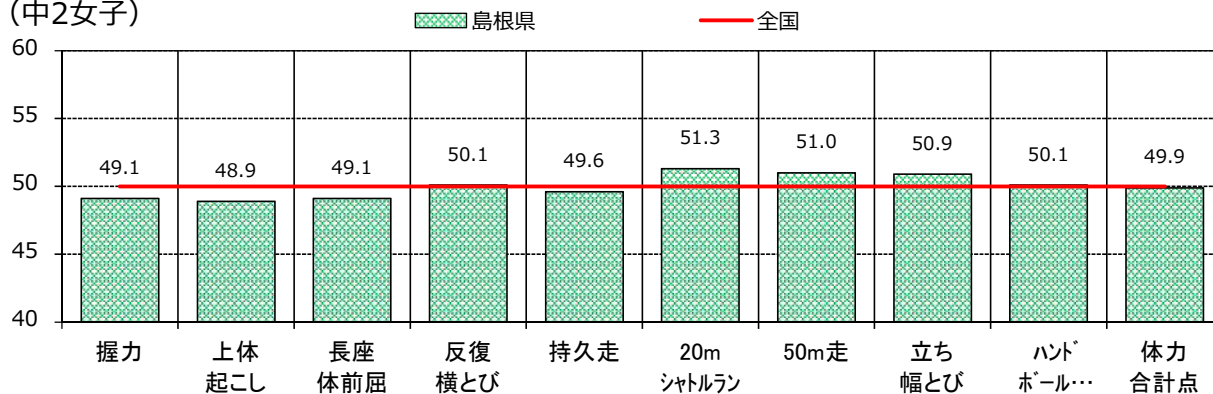
(小5女子)



(中2男子)



(中2女子)



○体力合計点による総合評価の割合

小学5年 男子

	A	B	C	D	E	体力合計点
全国R04	9.6%	21.1%	32.4%	24.0%	12.9%	52.29
	30.7%		32.4%	36.9%		
島根R03	11.6%	24.2%	32.8%	21.4%	10.0%	53.55
島根R04	8.5%	22.6%	35.1%	22.7%	11.1%	52.65
	31.1%		35.1%	33.8%		

小学5年 女子

	A	B	C	D	E	体力合計点
全国R04	13.0%	24.1%	34.0%	21.1%	7.7%	54.32
	37.1%		34.0%	28.8%		
島根R03	15.8%	27.8%	33.4%	18.2%	4.8%	55.86
島根R04	13.8%	24.6%	33.5%	21.4%	6.7%	54.75
	38.4%		33.5%	28.1%		

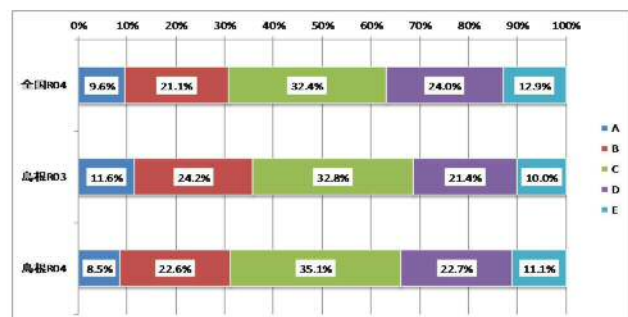
中学2年 男子

	A	B	C	D	E	体力合計点
全国R04	7.7%	23.2%	35.1%	24.5%	9.5%	40.90
	30.9%		35.1%	34.0%		
島根R03	6.5%	25.6%	37.9%	23.0%	7.0%	41.58
島根R04	7.7%	23.5%	38.1%	23.0%	7.8%	41.43
	31.2%		38.1%	30.8%		

中学2年 女子

	A	B	C	D	E	体力合計点
全国R04	23.4%	29.7%	28.5%	14.7%	3.7%	47.28
	53.1%		28.5%	18.4%		
島根R03	26.6%	32.1%	26.9%	12.4%	2.1%	48.73
島根R04	22.4%	31.1%	28.7%	15.0%	2.8%	47.33
	53.5%		28.7%	17.8%		

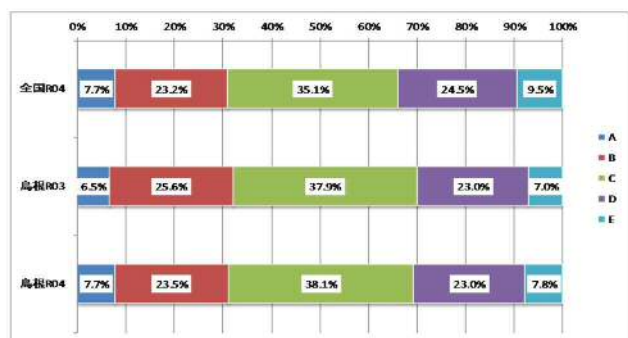
小学5年 男子



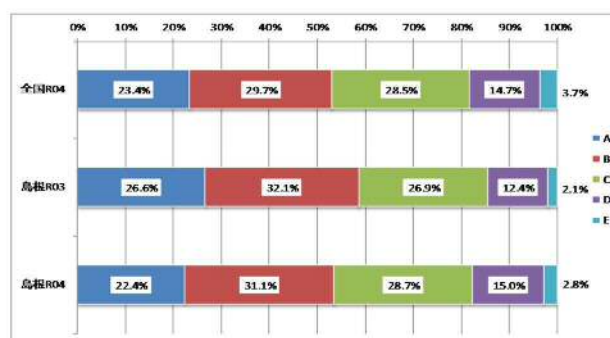
小学5年 女子



中学2年 男子



中学2年 女子



- ・小学校では男女ともに、昨年度と比較するとA及びB評価の減少がみられるが、全国平均と比較すると、A+B評価の割合が若干高く、D+E評価の割合が低い。島根県に限ってみると、男女ともに下位層（D、E評価）の割合が大幅に高くなり、上位層（A、B評価）の割合が大幅に低くなっており、この結果が体力合計点の低下につながっていることがわかる。
- ・中学校では、昨年度に引き続き、A+B評価の割合が男女ともに全国平均を上回っており、D+E評価の割合が低くなっている。男女ともに体力の底上げが進んでいる傾向が見て取れる。ただし、島根県に限ってみると、中2女子において小学校と同様の傾向が見られている。
- ・中2男子については、小5男女、中2女子と比べて、下位層の割合の上昇が抑えられている。また県内で唯一、A評価の割合が上昇しており、体力合計点の維持につながったと思われる。

○体力合計点の推移

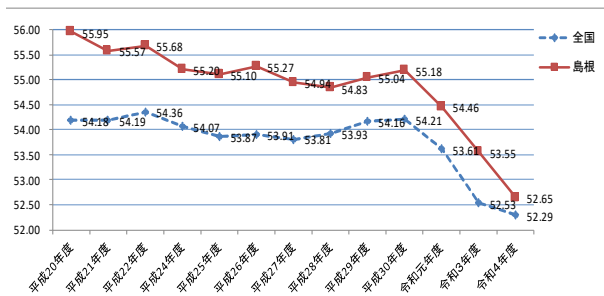
小5男子体力合計点	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	54.18	54.19	54.36	54.07	53.87	53.91	53.81	53.93	54.16	54.21	53.61	52.53	52.29
島根県	55.95	55.57	55.68	55.20	55.10	55.27	54.94	54.83	55.04	55.18	54.46	53.55	52.65
	8位	11位	6位	9位	9位	10位	11位	11位	11位	12位	12位	11位	16位

小5女子体力合計点	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	54.84	54.59	54.89	54.85	54.70	55.01	55.19	55.54	55.72	55.90	55.59	54.66	54.32
島根県	56.46	56.19	57.12	55.77	56.10	56.23	55.90	55.91	56.10	56.38	56.30	55.86	54.75
	10位	11位	6位	13位	11位	12位	17位	17位	19位	19位	16位	11位	18位

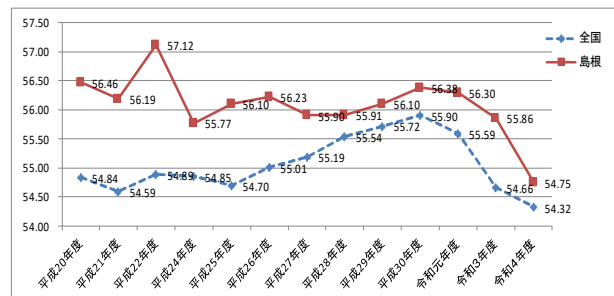
中2男子体力合計点	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	41.50	41.36	41.71	42.32	41.78	41.63	41.80	42.00	41.96	42.18	41.56	41.05	40.90
島根県	41.64	41.11	41.78	42.12	41.75	41.47	41.43	41.43	41.19	42.02	41.46	41.58	41.43
	24位	27位	24位	23位	27位	28位	36位	37位	40位	32位	32位	25位	24位

中2女子体力合計点	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	48.38	47.94	48.14	48.72	48.42	48.55	48.96	49.41	49.80	50.43	50.03	48.41	47.28
島根県	47.82	47.18	48.12	48.05	47.77	47.63	47.74	48.03	48.06	48.79	49.05	48.73	47.33
	28位	31位	24位	28位	30位	39位	42位	44位	45位	45位	40位	32位	32位

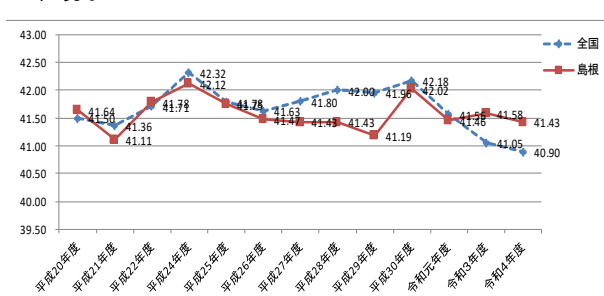
小5男子



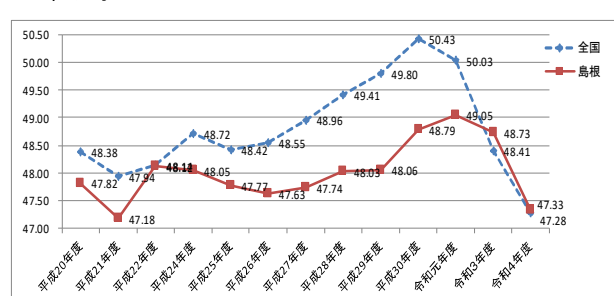
小5女子



中2男子



中2女子



体力合計点を直近過去5年の経年変化で見ると、全国的には、令和元年度からの低下傾向が続いており、児童生徒、男女で低下の程度に若干の違いは見られるものの、全体的な傾向としては概ね同様でした。島根県においては、小5男女と中2女子で著しく低下、中2男子はほぼ横ばい（微減）となりました。小5男女はともに調査開始以降で最も低い得点となりました。

全国平均点との比較や都道府県別順位の面からみると、島根県は前述のとおり、握力と上体起こし、長座体前屈に弱みが見られるものの、総合的な数値は全国を上回りました。ただ、全国平均を上回った種目であっても大きく数値が低下した種目が多く、中2男女は概ね昨年度の順位を維持したものの、小5男女は順位が低下しました。全国と島根県の年次推移を見ると、中2男女は全国並みの低下幅でしたが、小5男女は全国を上回る低下幅となりました。

○ 1 週間の総運動時間の割合

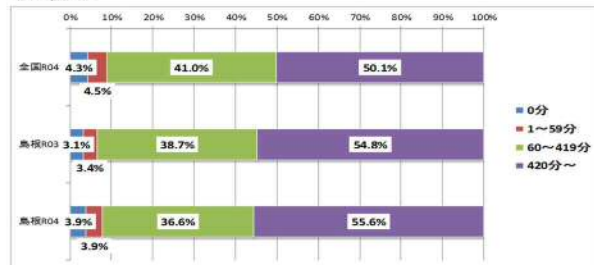
	小学5年男子			
	0分	1～59分	60～419分	420分～
全国R04	4.3%	4.5%	41.0%	50.1%
	8.8%		91.1%	
島根R03	3.1%	3.4%	38.7%	54.8%
島根R04	3.9%	3.9%	36.6%	55.6%
	7.8%		92.2%	

	小学5年女子			
	0分	1～59分	60～419分	420分～
全国R04	5.8%	8.8%	56.3%	29.2%
	14.6%		85.5%	
島根R03	5.0%	8.9%	52.9%	33.3%
島根R04	6.2%	7.8%	52.3%	33.8%
	14.0%		86.1%	

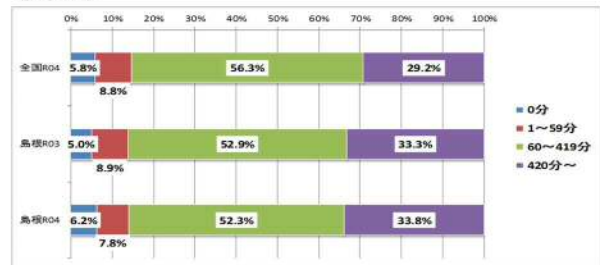
	中学2年男子			
	0分	1～59分	60～419分	420分～
全国R04	5.8%	2.3%	13.8%	78.1%
	8.1%		91.9%	
島根R03	3.6%	1.7%	9.8%	84.8%
島根R04	3.6%	1.6%	10.6%	84.3%
	5.2%		94.9%	

	中学2年女子			
	0分	1～59分	60～419分	420分～
全国R04	12.3%	5.8%	24.2%	57.7%
	18.1%		81.9%	
島根R03	10.8%	7.5%	20.8%	60.9%
島根R04	10.2%	6.0%	24.2%	59.6%
	16.2%		83.8%	

小5男子



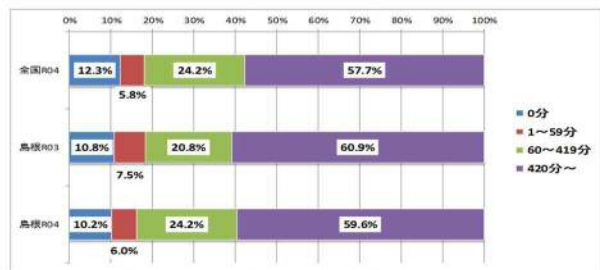
小5女子



中2男子



中2女子



○1 週間の総運動時間「60 分未満」の割合の変化

小5男子	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	6.6	6.5	6.3	7.2	7.6	8.8	8.8
島根県	6.4	6.1	6.1	6.2	6.7	6.5	7.8

中2男子	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	7.1	6.7	6.0	6.9	7.1	7.4	8.1
島根県	5.6	6.0	5.4	5.0	6.1	5.3	5.2

(単位：%)							
小5女子	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	12.9	11.6	11.6	13.2	13.0	14.5	14.6
島根県	12.4	11.9	11.7	14.0	14.2	13.9	14.0

中2女子	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和4年度
全国平均	20.9	20.9	19.1	19.8	19.4	17.8	18.1
島根県	21.5	21.0	18.7	19.1	19.7	18.4	16.2

「1 週間の総運動時間」は、島根県では小、中学校ともに女子より男子のほうが長い傾向にあり、420 分以上の層の割合は、中2女子は全国平均を上回り、小5男女と中2男子においては大きく上回っています。運動をほとんどしない60分未満の層は、小学校で増加、中学校では減少しています。中2女子においては、あまり運動しない生徒の割合が年々減少しており、4年ぶりに全国平均を下回りました。過去の調査と比較しても最も低い割合となっています。中2女子は総運動時間0分の層も年々減少しており、改善の傾向にあることがうかがえる一方、小5男女ではこの層の割合が上昇しており、女子は全国平均を3年ぶりに上回りました。

○体力向上に関わる意識や心理的側面

児童生徒への意識調査によると、「運動やスポーツをすることは好きか」「運動やスポーツは大切なことか」など、運動やスポーツへの高い意識や価値観を抱いている集団は、体力数値が高いという相関関係が表れています。また、昨年度までの調査では、「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」（達成感）、「難しいことでも、失敗を恐れなくて挑戦している」（挑戦）、「自分には、よいところがあると思う」（自己肯定感）などの心理的側面において肯定的に回答する集団についても同様の結果が見られていました。体力向上には、授業等における運動面での直接的な取組だけでなく、運動やスポーツに対する肯定的な意識を高める多様なアプローチが重要と考えられます。

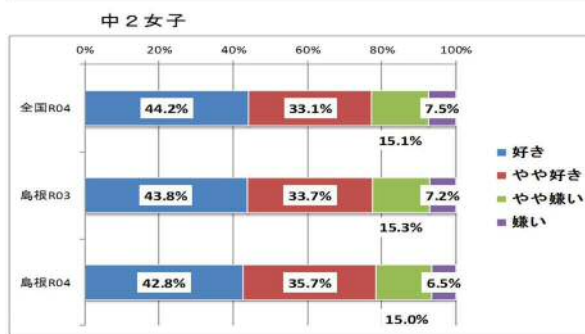
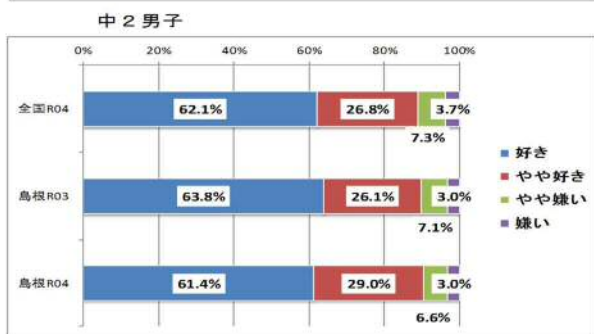
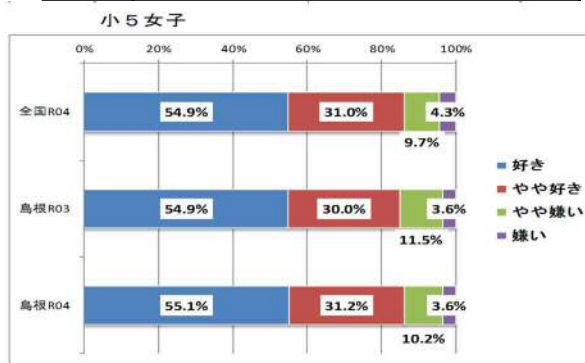
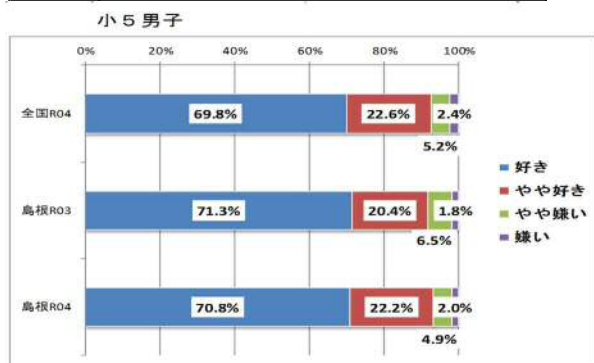
Q. 運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることが好きですか

区分	小学5年男子			
	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
全国R04	69.8%	22.6%	5.2%	2.4%
	92.4%		7.6%	
島根R03	71.3%	20.4%	6.5%	1.8%
島根R04	70.8%	22.2%	4.9%	2.0%
	93.0%		6.9%	

区分	小学5年女子			
	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
全国R04	54.9%	31.0%	9.7%	4.3%
	85.9%		14.0%	
島根R03	54.9%	30.0%	11.5%	3.6%
島根R04	55.1%	31.2%	10.2%	3.6%
	86.3%		13.8%	

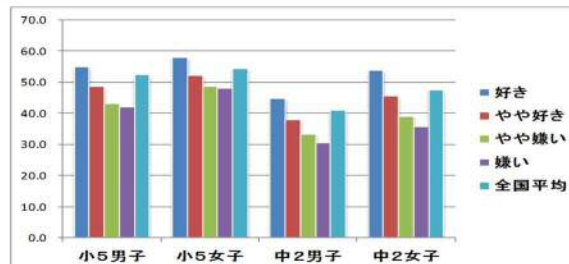
区分	中学2年男子			
	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
全国R04	62.1%	26.8%	7.3%	3.7%
	88.9%		11.0%	
島根R03	63.8%	26.1%	7.1%	3.0%
島根R04	61.4%	29.0%	6.6%	3.0%
	90.4%		9.6%	

区分	中学2年女子			
	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
全国R04	44.2%	33.1%	15.1%	7.5%
	77.3%		22.6%	
島根R03	43.8%	33.7%	15.3%	7.2%
島根R04	42.8%	35.7%	15.0%	6.5%
	78.5%		21.5%	



「運動が好き」と体力合計点（島根県）

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	全国平均
小5男子	54.9	48.4	43.0	41.9	52.3
小5女子	57.9	52.0	48.6	47.9	54.3
中2男子	44.8	37.7	33.1	30.5	40.9
中2女子	53.8	45.4	38.8	35.6	47.3



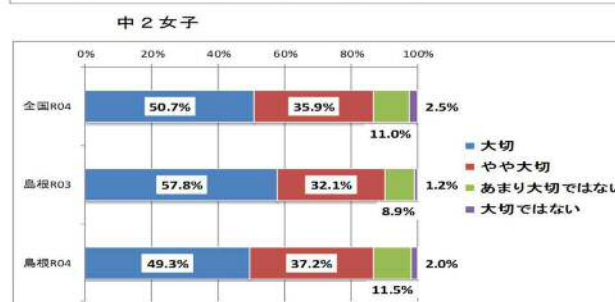
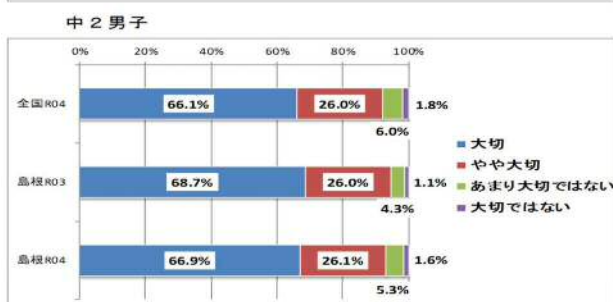
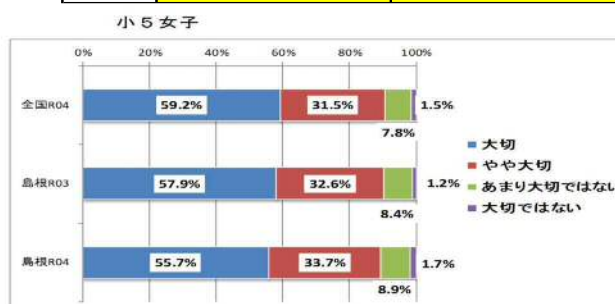
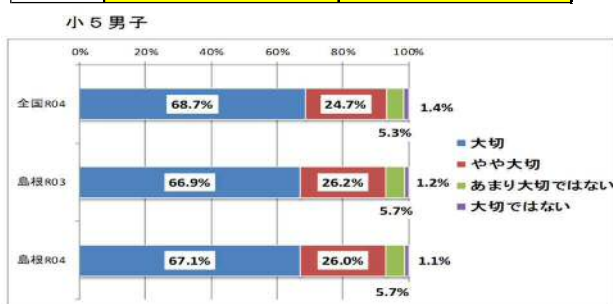
Q. あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切なものですか

区分	小学5年男子			
	大切	やや大切	あまり大切ではない	大切ではない
全国R04	68.7%	24.7%	5.3%	1.4%
	93.4%		6.7%	
島根R03	66.9%	26.2%	5.7%	1.2%
島根R04	67.1%	26.0%	5.7%	1.1%
	93.1%		6.8%	

区分	小学5年女子			
	大切	やや大切	あまり大切ではない	大切ではない
全国R04	59.2%	31.5%	7.8%	1.5%
	90.7%		9.3%	
島根R03	57.9%	32.6%	8.4%	1.2%
島根R04	55.7%	33.7%	8.9%	1.7%
	89.4%		10.6%	

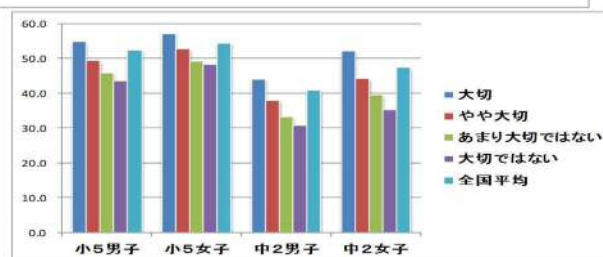
区分	中学2年男子			
	大切	やや大切	あまり大切ではない	大切ではない
全国R04	66.1%	26.0%	6.0%	1.8%
	92.1%		7.8%	
島根R03	68.7%	26.0%	4.3%	1.1%
島根R04	66.9%	26.1%	5.3%	1.6%
	93.0%		6.9%	

区分	中学2年女子			
	大切	やや大切	あまり大切ではない	大切ではない
全国R04	50.7%	35.9%	11.0%	2.5%
	86.6%		13.5%	
島根R03	57.8%	32.1%	8.9%	1.2%
島根R04	49.3%	37.2%	11.5%	2.0%
	86.5%		13.5%	



「運動は大切」と体力合計点（島根県）

	大切	やや大切	あまり大切ではない	大切ではない	全国平均
小5男子	54.7	49.3	45.7	43.6	52.3
小5女子	57.0	52.8	49.1	48.3	54.3
中2男子	43.9	37.8	33.2	30.8	40.9
中2女子	52.0	44.3	39.4	35.2	47.3



島根県の様子を全国平均と比較してみると、小中学校の男女ともに、数値がほぼ全国並みであることが分かります。また、肯定的な回答をした割合は女子よりも男子の方が高い傾向が全国、島根県ともに見られています。中学校女子では、「あなたにとって運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツは大切なものですか」という質問について、「大切」と回答した生徒の割合が昨年度と比較して大きく下がっていることがわかります。

スポーツ庁の報告書には、次のように今後の取組につながるヒントが記されています。

（前略）ここで示されたような学習活動（※）を取り入れていくことで、運動が好きという意識を育み、さらに、運動実施を通じた健康増進はもちろん、多くの友人の獲得や社会的な成長など、その後の人生において役立つ様々な事柄の獲得に期待できることを児童生徒が理解、学習していくことは、生涯にわたり、主体的に運動やスポーツに取り組む姿勢を持つことにつながると思われる。

（令和4年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」 P20）

※「ここで示されたような学習活動」とは、児童生徒にとって体育・保健体育の授業が楽しくなるために有効であると示唆された、「友達との交流機会」や「個々の発達段階、発達ペースに見合った学習活動」のこと。

3. 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

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どの領域（分野）、単元においても保障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、6年生の「水泳」25m完泳率と4年生の「鉄棒運動」逆上がり達成率の調査を行いました。今年度は前回調査に続き、県全体の完泳率や達成率は低下しており、地域や学校によって差も見られます。全ての児童生徒に「できなかった運動ができるようになった」という喜びを味わわせたいものです。

※今年度の水泳実技指導の実施は193校、未実施は6校。
（実施校のうち、泳力調査実施が186校、未実施が7校）
※【 】内は前回調査の割合。

◆ 島根県6年生の25m完泳率

47.2%

	H26	H27	H28	H29	H30	R01	R02	R03	R04
25mの完泳率(%)	81.7	79.2	81.4	84.1	82.5	78.6	中止	60.0	47.2

◇学校規模と完泳率

6年生10名以下の小規模校[65校]の完泳率・・・68.8%【73.7%】
6年生11名から99名の中規模校[112校]の完泳率・・・46.6%【58.9%】
6年生100名以上の大規模校[9校]の完泳率・・・44.3%【55.7%】

◇プールの有無

プールのある学校[138校]の完泳率・・・46.2%【62.2%】
プールのない学校[61校]の完泳率・・・51.7%【54.5%】

◇授業回数と完泳率

授業回数10回以上の学校[54校]の完泳率・・・58.7%【76.5%】
授業回数9回以下の学校[139校]の完泳率・・・44.8%【56.9%】

◇水泳教室の実施の有無

実施校[10校]の完泳率・・・65.7%【81.2%】
未実施校[176校]の完泳率・・・46.8%【58.7%】

◇昨年度の実施の有無

昨年度実施校[151校]の完泳率・・・53.3%
昨年度未実施校[35校]の完泳率・・・36.7%

◆ 島根県4年生の逆上がりの達成率

50.8%

年度	H26	H27	H28	H29	H30	R01	R02	R03	R04
逆上がり達成率(%)	58.5	55.3	54.4	55.9	53.4	51.4	52.4	51.5	50.8

★鉄棒運動や体力向上に効果があったと思われる各校の取組例【体育授業及び授業外での取組】

○鉄棒を触ってみたいくなるような環境づくり

- ・屋内の鉄棒設置（体育館、ホール、ランチルームなど）
- ・鉄棒の下に鉄棒用シートやマットを敷く
- ・様々な鉄棒の技の紹介（実演、動画、掲示物など）
- ・補助や、補助具を使つての指導
- ・鉄棒カードの活用

○姿勢体操

○体幹を鍛える運動

○柔軟運動（前屈、開脚、ブリッジなど）

○ICT活用（動画視聴、動画撮影）

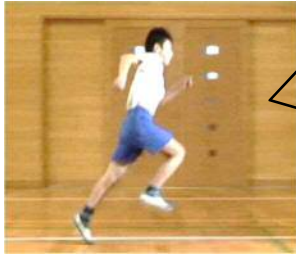
○校内マラソン、ロードレース、業間マラソン

○鬼ごっこ

○基礎感覚づくり【逆さ感覚、締め(体)に力を入れる感覚、腕支持の感覚、回転感覚、バランス感覚など】

・五種目歩走【「体育の授業が楽しくなるシリーズ②マット運動DVD」(島根県教育委員会)より】

けんけんとしび【体幹(締め)・リズム感覚】



- ・前を見て、腕をしっかり振る。
- ・蹴る足と反対の足をしっかりと振ることで前によく進む。

手足走り【腕支持感覚・逆さ感覚・体幹(締め)など】



- ・腰を高く上げ、指先は前を向け、手を着いて素早く動かす。
- ・手と足をリズムよく着くようにする。

仰向けの手足走り【腕支持感覚・体幹(締め)】



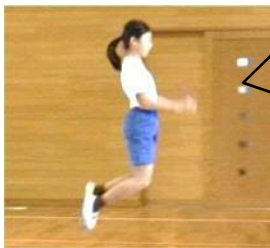
- ・仰向けになってお尻を上げて、足の方へ進む。
- ※反対方向や横方向へ進むときは、ぶつかりやすくなるので注意。

うさぎとしび【腕支持感覚・逆さ感覚・体幹(締め)・体の投げ出し感覚】



- ・手、足、手、足の順に着くように運動する。手を遠くに着いたうさぎ跳びになるとよい。
- ・足を着く位置が、着いている手より前に出るとよい。

両足としび【バランス感覚・体幹(締め)】



- ・腕は下から前に向かって振って進む。
- ・足がばらばらになるようなら、帽子などを膝に挟む。

この他にも、

- ・アザラシ歩き(両手歩き)【腕支持感覚】
- ・ワニ歩き【体幹の締め】
- ・手押し車【腕支持感覚、体幹の締め】
- ・馬跳び【支持感覚、体重移動感覚】

など、様々な基礎感覚づくりの運動があります。

・鉄棒セット【「体育の授業が楽しくなるシリーズ①鉄棒DVD」(島根県教育委員会)より】

♪口伴奏♪ 『とび上がり』から『ツバメ』 1・2・3、『ふとん干し』 ぶーらんぶーらん 『起き上がり』、『サイクリング、サイクリング、赤信号(2回)』、『前回り』から『ダンゴムシ』 1・2・3

①とび上がり→ツバメ

【バランス感覚・締め(力)を入れる感覚】



- ・頭から足までを一直線にし、前傾姿勢をとる運動。
- ・体や肘をまっすぐに伸ばして、体を締めることが大切。

②ふとん干し→ふとん振り→起き上がり

【逆さ感覚・振動感覚・回転感覚】



- ・腰骨を鉄棒に引っかけてぶら下がる運動。
- ・ふとん干しの状態から、体を前後に振る運動。足の曲げ伸ばしや手の振り、顎の出し入れを意識する。
- ・ふとん干しの状態から手首を返して起き上がる運動。逆上がりの後半部分になる。

③サイクリング【バランス感覚・体幹】



- ・鉄棒上で腕支持をし、足だけを、自転車をこぐように回転させる運動。
- ・足を回転する状態と、それを急に止めることによって、支える上半身に負荷がかかり、鍛えられる。

④前回り→ダンゴムシ

【締め(力)を入れる感覚】



- ・前回りから、両手足を縮めた状態の懸垂であるダンゴムシの体勢になる運動。
- ・前回りのスピードをコントロールすることが大切。初めは分けて行ってもよい。

★水泳運動や体力向上に効果があったと思われる各校の取組例

【学習形態】

- 泳力別グループ（技能ごと）に分かれての学習
- 泳力の異なるペアやトリオでの学習
- 個別指導

☆「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」の学習内容に応じて使い分けることが大切です。

【安全確保の学習】

- 一般社団法人水難学会より提供してもらった資料を活用した安全確保についての学習
- 「着衣泳」や「溺れている人を助ける方法」などの動画（日本赤十字社）を活用した学習
- ふるさと教育に併せて行った「水辺の安全学習」
- コロナ感染予防について、スポーツ庁の動画を参考にした指導

【系統性・スモールステップ】

- 系統性を意識した指導
 - （例として）①水を好きになるように授業を工夫する
 - ②低学年で徹底的に「沈む」ことを経験させる
 - ③中学年で「浮く」そして「進む」泳法はなんでもよし
 - ④5年生で平泳ぎ及びクロールの泳法（体の動かし方、息継ぎ）、安全確保につながる運動（背浮き、浮き沈み）を習得する
 - ⑤6年生で25～50mを目指す
- クロールや平泳ぎについて、技能段階に応じた指導マニュアルの作成・活用
- 技能習得までの段階をスモールステップで記載したカードの活用
- 市で統一した水泳カードや、市が作成した水泳指導資料や単元構成表、系統表の活用

【運動の感覚づくり】

- 息継ぎの感覚づくり
 - バブリングやボビングを習得した上で、簡単な動作での息継ぎ練習
- 水慣れの活動（水への抵抗感を和らげる）
 - ペットボトルにナンバリングし、同じ番号のものを探す活動
 - ブクブクパー、水中ジャンケン
 - 毎時間行う10の活動【①プールの中を走る②顔つけ10秒③だるま浮き④大の字浮き10秒⑤けのびの形浮き10秒⑥沈む（手、尻、腹、背中を水底につける）⑦（壁を蹴って）けのび⑧（壁を蹴って）けのびバタ足⑨背浮きビート板あり30秒⑩背浮きビート板なし30秒
- 浮く感覚づくり
 - 伏し浮き、くらげ浮き、だるま浮き、けのびなど
 - 全身の力を抜いて浮く時間を設ける
- 合い言葉やオノマトペを使うなど、動きの言語化によってリズムを体に覚えさせる
 - 「壁を蹴る→けのびの姿勢」の動きを「セン・スイ・カーン」で行う
 - 「ブクブクブクー、パッ（息継ぎ）」「耳を肩（腕）に付ける（ストリームライン）」
- 陸上での動きの確認
 - 手のかき方、バタ足、平泳ぎのキック

【ICTの活用】

- 撮 影・・・自らの泳ぐフォームを撮影し、確認する
 - グループで撮影し、お互いのフォームについて考えを伝え合う
- 分 析・・・自分の泳ぎを映像から分析する時間を設け、自分の泳ぎの成長や課題を自覚
- 動画視聴・・・手本となる動画を視聴し、正しい動きをイメージする
- 映像共有・・・[Microsoft Teams]などの共有アプリを活用し、課題把握や助言に生かす

【場や環境の整備】

- プールサイドに「○メートル」の表示をすることで、自分で確認できるようにする
- プール台を使って水深を浅くする
- 水泳学習前に職員会でミニ研修会を行う
- 水泳学習期間中の授業担当者同士での情報交換
- 外部指導員やインストラクターの活用

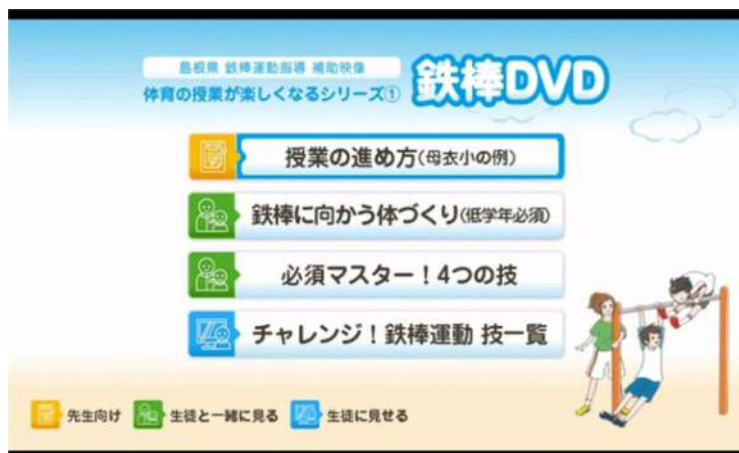
(2) 活用してみませんか 島根県教育委員会作成DVD

「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。

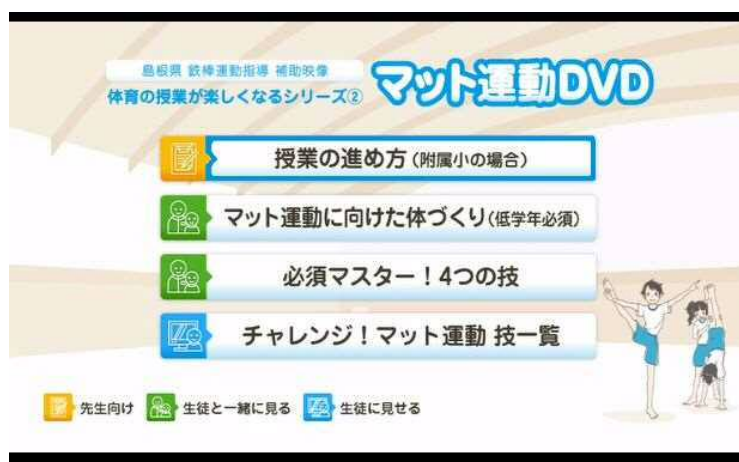
① 鉄棒DVD

(平成25年3月)



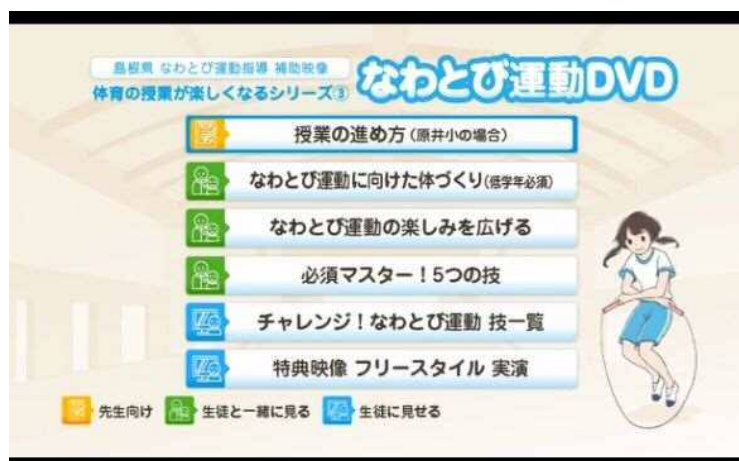
② マット運動DVD

(平成26年3月)



③ なわとび運動DVD

(平成27年3月)



(3)「楽しい」体育の授業と大切にしたい学習活動

下の表は、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の中から、児童生徒が体育・保健体育の授業を「楽しい」と思っているかどうかの調査結果です。県内で、授業を「楽しい」「やや楽しい」と感じている子供の割合は、全国に比べプラスマイナス1%以内とほぼ全国平均並みとなっています。ただし、「楽しい」と感じている子供だけで比較すると、中学校男子を除いて全国平均よりも低くなっています。その一方で、中学校では男女ともに、令和元年度と比較すると「楽しい」の割合が5%以上増えています。(中2男子：R1 48.9%→R4 57.4%，中2女子 R1 35.2%→R4 41.8%) 今後も引き続き、児童生徒にとって魅力のある授業づくりに努め、授業が「楽しくない」の割合を減らし、「楽しい」と感じる子供を増やしていく必要があります。

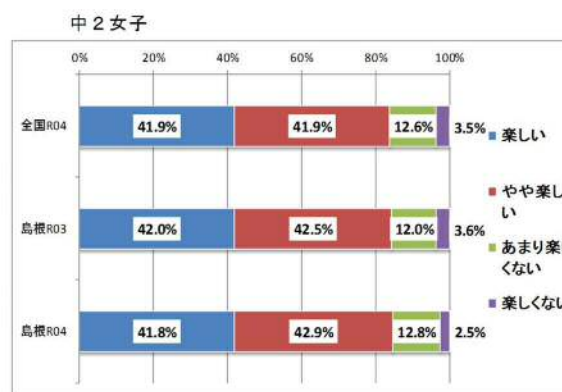
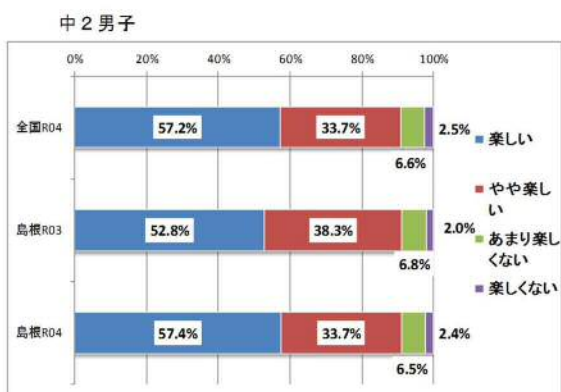
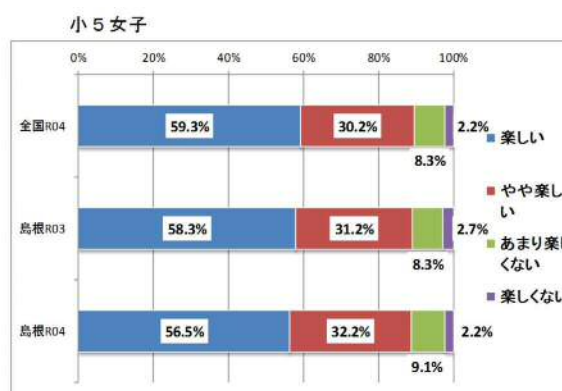
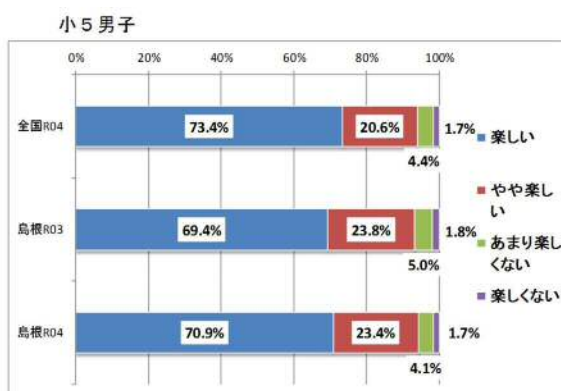
Q. 体育（保健体育）の授業は楽しいですか

区分	小学5年男子			
	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
全国R04	73.4%	20.6%	4.4%	1.7%
	94.0%		6.1%	
島根R03	69.4%	23.8%	5.0%	1.8%
島根R04	70.9%	23.4%	4.1%	1.7%
	94.3%		5.8%	

区分	小学5年女子			
	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
全国R04	59.3%	30.2%	8.3%	2.2%
	89.5%		10.5%	
島根R03	58.3%	31.2%	8.3%	2.7%
島根R04	56.5%	32.2%	9.1%	2.2%
	88.7%		11.3%	

区分	中学2年男子			
	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
全国R04	57.2%	33.7%	6.6%	2.5%
	90.9%		9.1%	
島根R03	52.8%	38.3%	6.8%	2.0%
島根R04	57.4%	33.7%	6.5%	2.4%
	91.1%		8.9%	

区分	中学2年女子			
	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
全国R04	41.9%	41.9%	12.6%	3.5%
	83.8%		16.1%	
島根R03	42.0%	42.5%	12.0%	3.6%
島根R04	41.8%	42.9%	12.8%	2.5%
	84.7%		15.3%	

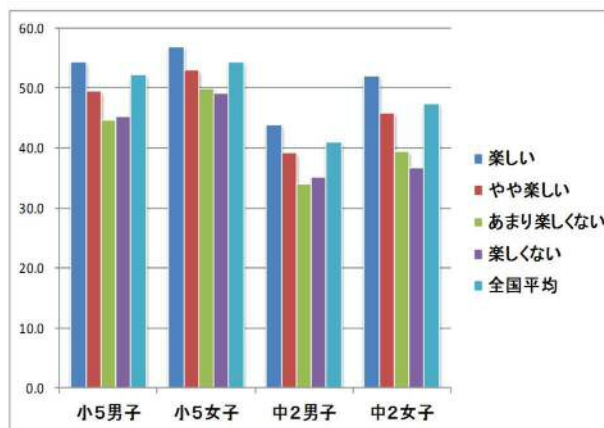


「体育が楽しい」と回答した割合（P45）と「運動やスポーツが好き」と回答した割合（P39）とを照らし合わせてみると、小学校においては、男女ともに「体育が楽しい」の割合が「運動やスポーツが好き」の割合を上回っています。一方、中学校においては、「保健体育が楽しい」と回答した割合は「運動やスポーツが好き」と回答した割合と比較して下回っている状況が依然としてあります。しかし、令和元年度に比べると「保健体育が楽しい」の割合は上昇しており、回復に向かっていることが読み取れます（前ページ）。下記のとおり、島根県の児童生徒が体育・保健体育の授業が「楽しい」「楽しくない」で回答した結果と体力合計点との関連から明らかなように、授業が「楽しい」ことが体力の向上に密接にかかわっていると言えます。

特に、体力数値の低い集団に対して、体育・保健体育が「楽しい」と思えるような授業改善を進めることにより、県全体の体力向上に結びつけていくことが求められます。

「体育は楽しい」と体力合計点

	楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない	全国平均
小5男子	54.3	49.5	44.7	45.2	52.3
小5女子	56.8	53.0	49.8	49.1	54.3
中2男子	43.9	39.1	34.0	35.2	40.9
中2女子	52.1	45.7	39.5	36.7	47.3



【体育が「楽しい」「やや楽しい」と回答した人への質問（学年男女ごとの上位6位まで）】

体育が楽しいと感じる理由	小5男子の順位(位)	小5女子の順位(位)	中2男子の順位(位)	中2女子の順位(位)
自分が好きな種目、できる種目があるから	2	1	3	2
体を動かすことが好きだから	1	3	2	3
友達と一緒にできるから	3	2	1	1
できなかったことができるようになるから	4	4	6	5
いろんな種目を体験できるから	5	5	4	4
体を動かすとすっきりした気分になるから	6	6	5	6

【体育が「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した人への質問（学年男女ごとの上位6位まで）】

今後どのようなことがあれば、今より体育の授業が楽しくなると思うか	小5男子の順位(位)	小5女子の順位(位)	中2男子の順位(位)	中2女子の順位(位)
自分のペースで行うことができれば	1	1	1	1
人と比べられなかったら（人と比較されないようになったら）	2	3	3	3
できなかったことができるようになったら	3	2	2	2
自分に合った場やルールが用意されてたら	4	4	5	4
タブレットなどのICTを活用できたら	5	[8]	4	[7]
運動のコツやポイントを分かりやすく教えてもらえたら	6	5	6	5
友達に認めてもらえたら	[7]	6	[7]	6

また、島根大学 須崎先生の分析によると、「児童生徒が進んで取り組めるような体育・保健
体育授業を教師が実践することは、児童生徒が授業の楽しさを感じることに繋がっている」
ことが考えられるという結果が出ています。

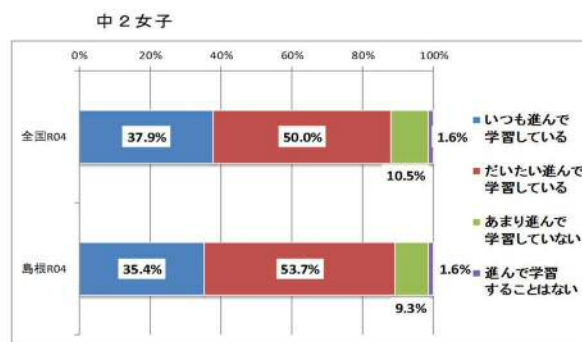
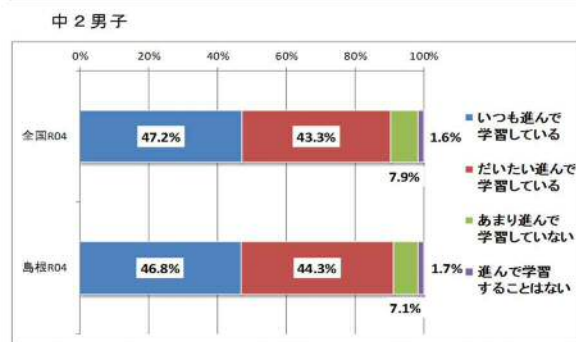
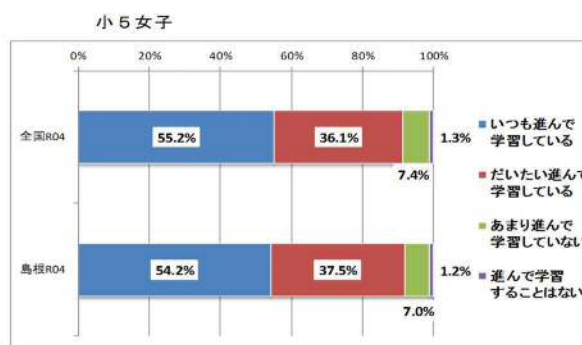
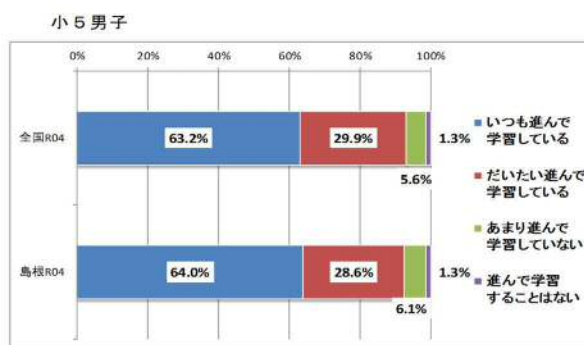
Q. 体育・保健体育の授業では、進んで学習に参加していますか。

区分	小 学 5 年 男 子			
	いつも進んで 学習している	だいたい進んで 学習している	あまり進んで 学習していない	進んで学習 することはない
全国R04	63.2%	29.9%	5.6%	1.3%
	93.1%		6.9%	
島根R04	64.0%	28.6%	6.1%	1.3%
	92.6%		7.4%	

区分	小 学 5 年 女 子			
	いつも進んで 学習している	だいたい進んで 学習している	あまり進んで 学習していない	進んで学習 することはない
全国R04	55.2%	36.1%	7.4%	1.3%
	91.3%		8.7%	
島根R04	54.2%	37.5%	7.0%	1.2%
	91.7%		8.2%	

区分	中 学 2 年 男 子			
	いつも進んで 学習している	だいたい進んで 学習している	あまり進んで 学習していない	進んで学習 することはない
全国R04	47.2%	43.3%	7.9%	1.6%
	90.5%		9.5%	
島根R04	46.8%	44.3%	7.1%	1.7%
	91.1%		8.8%	

区分	中 学 2 年 女 子			
	いつも進んで 学習している	だいたい進んで 学習している	あまり進んで 学習していない	進んで学習 することはない
全国R04	37.9%	50.0%	10.5%	1.6%
	87.9%		12.1%	
島根R04	35.4%	53.7%	9.3%	1.6%
	89.1%		10.9%	



この分析では、「体育授業の経験が、体育授業の楽しさと体力に及ぼす影響」として検討されており、『体育授業での経験』が『進んでの学習』を促進し、『楽しさ・体力』につながる」といった関係が想定されています。

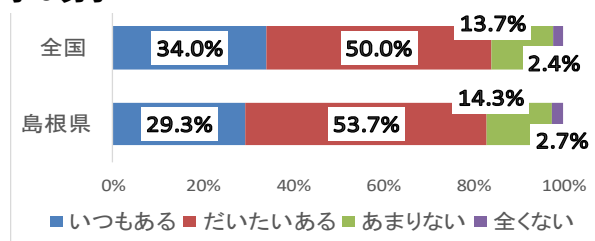
この分析に用いられた「体育授業での経験」は、

- ・目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」する経験
- ・自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」する経験
- ・友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」する経験
- ・タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」する経験

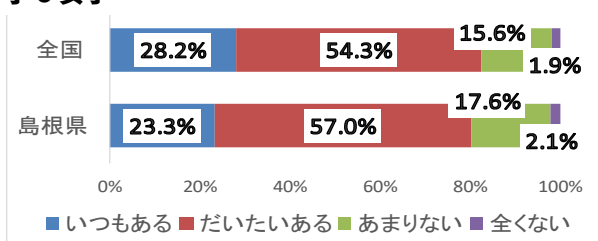
の4つです。（「令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の児童生徒質問紙の項目）全国調査の集計結果は次ページ以降のとおりです。

Q. 体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

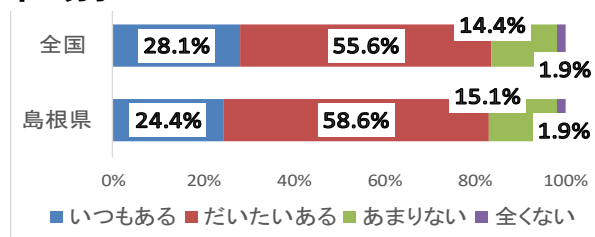
小5男子



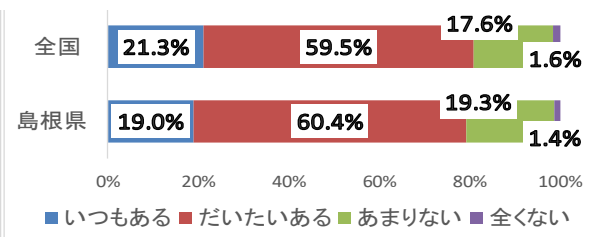
小5女子



中2男子

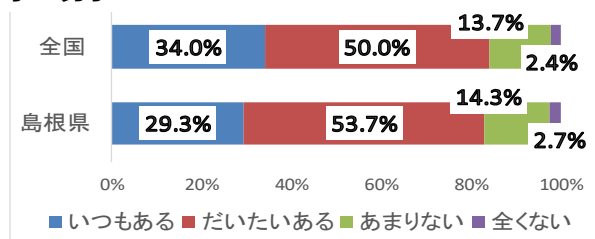


中2女子

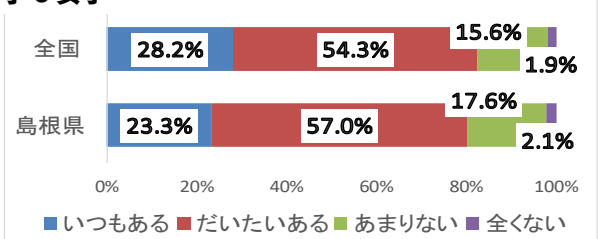


Q. 体育の授業で、自分に合った練習の方法を選んで学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

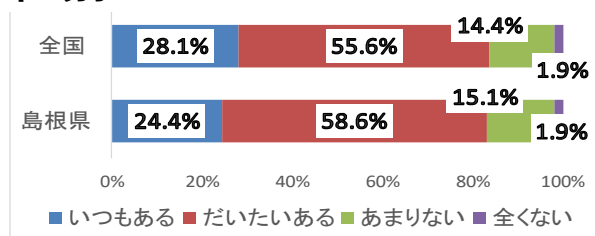
小5男子



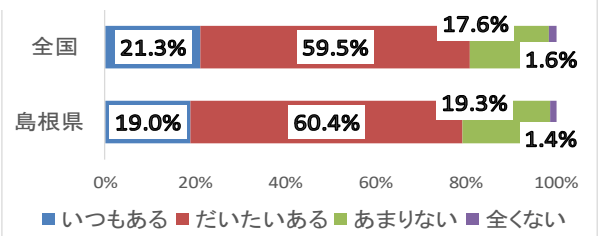
小5女子



中2男子

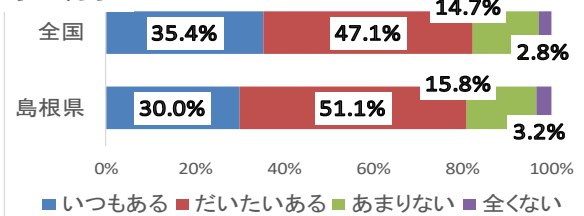


中2女子

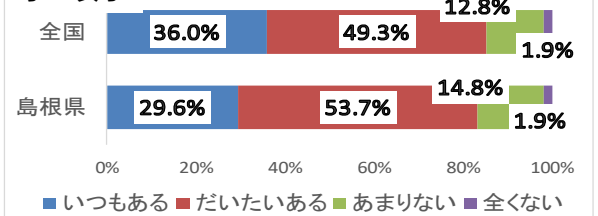


Q. 体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

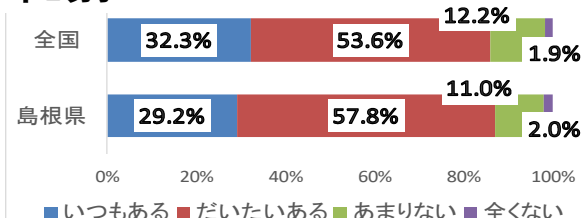
小5男子



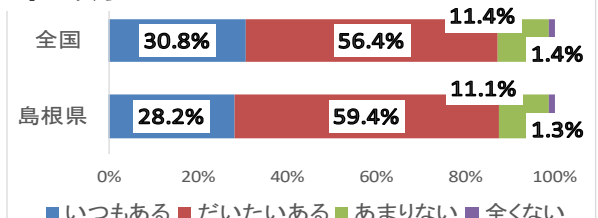
小5女子



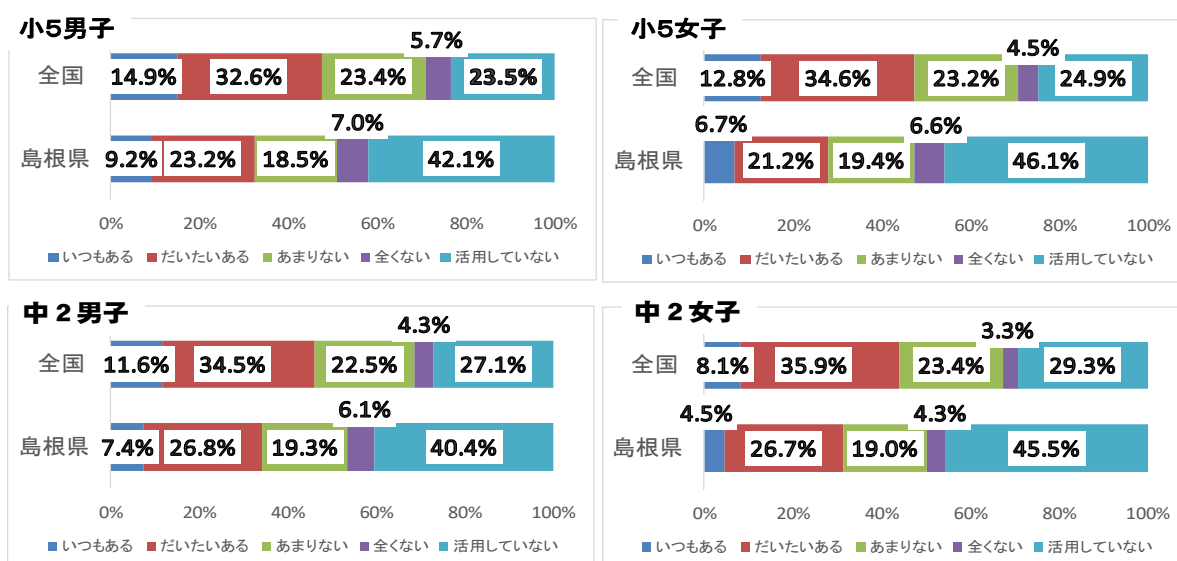
中2男子



中2女子



Q. 体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



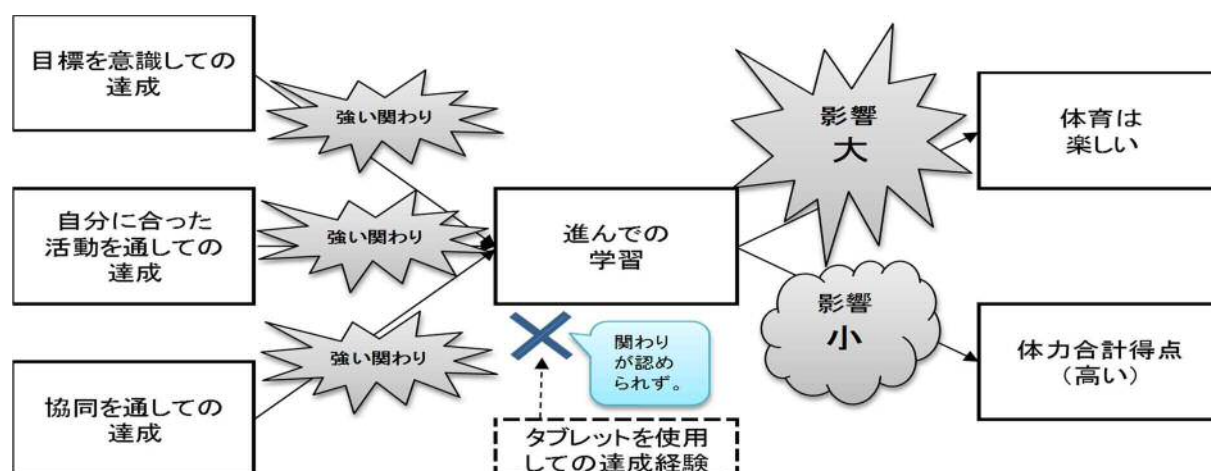
分析の結果、以下の2つのことが分かりました。

- ① 小中学校ともに、体育授業に進んで参加できることが、授業が楽しいと感じることや体力が高まることと関係があることが分かりました。

今年度の結果からは、「進んでの学習」と「体育は楽しい」には強い関係性が見られたものの、「進んで学習」と「体力合計得点の高さ」には、強い関係性は見られませんでした。ただ、影響は小さくても寄与できるものであるため、学習に対して進んで取り組めるような授業を実践していけるようにしていきたいものです。

- ② 小中学生の体育授業における「進んでの学習」は、どのような経験と関係しているのかが分かりました。

結果としては、「目標を意識しての達成経験」「自分に合った活動を通しての達成経験」「協同を通しての達成経験」が、「進んでの学習」に関係していました。つまり、小学生と中学生が進んで学習に取り組むためには、①体育授業で目標を設定する機会、②課題解決に取り組む際に自分の課題に合った練習（解決）方法を選択する機会、③クラスメイトとの協同を行える機会を教師が仕組み、④その活動を通して達成経験を得る授業展開が重要だということです。以上の4点を考慮した授業展開を行うことによって、小学生と中学生は体育授業に進んで取り組めるようになり、その結果、体育授業を楽しいと感じる気持ちを育むことが可能になると考えられるということです。



きっかけ、理由	小5男子	小5女子	中2男子	中2女子
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	38.2(38.6)	28.7(35.4)	35.1(35.1)	30.6(34.2)
授業中に自分で工夫して練習した	36.0(32.7)	31.6(29.4)	37.2(37.6)	32.4(31.0)
自分に合った場やルールが用意された	13.0(8.8)	9.9(7.0)	7.0(2.4)	6.4(2.6)
先生や友達のまねをしてみた	43.9(40.3)	51.0(48.0)	38.1(39.0)	48.2(45.6)
友達に教えてもらった	48.8(46.0)	60.0(56.7)	53.5(45.2)	65.7(61.9)
授業中に自分の動きを撮影した動画を見た	8.5(6.7)	7.2(6.3)	6.3(4.3)	6.7(5.3)
授業外の時間に先生に教えてもらった	6.2(6.7)	4.9(6.2)	2.8(2.5)	1.7(2.2)
授業外の時間に自分で練習した	22.8(24.1)	27.8(33.6)	9.8(10.4)	11.9(12.3)
授業外の時間に自分で本を読んだり動画を見たりした	10.5(13.7)	8.4(11.5)	6.5(6.0)	5.5(5.2)
できるようになったことがない	4.7(4.5)	3.0(3.3)	6.0(5.8)	5.1(4.3)

上の表は、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の児童生徒質問紙より、「これまでの体育の授業で『できなかったことができるようになった』きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。」への回答結果です。【複数回答可 単位は% ()内は令和3年度の割合】

前述の「進んで学習に取り組むために重要な4点」と照らし合わせながら考えてみますと、

- ① 「体育授業で目標を設定する機会」・・・「授業中に自分の動きを撮影した動画を見た」の割合が上昇しており、メタ認知による自己目標の設定につながっていると考えられます。
- ② 「課題解決に取り組む際に自分の課題に合った練習（解決）方法を選択する機会」・・・「自分に合った場やルールが用意された」の割合が上昇しており、教師が場やルールを工夫する意識をもって授業準備をしていることがつながっていると考えられます。
- ③ 「クラスメイトとの協同を行える機会」・・・「友達や先生のまねをしてみた」や「友達に教えてもらった」の割合が概ね上昇しており、教師が友達との関わりを意図的に仕組むことによって協同の場面につながったと考えられます。

これらのことが、達成経験を得る授業展開につながったと考えられますが、その一方で、「できるようになったことがない」と回答した児童生徒が少なからず見られていることも見逃せません。

小学校の場合、「授業外の時間に自分で練習した」の割合も高くなっています。「できる」を味わうことに加え、授業の中で「もう少しでできそう」や「できるイメージをつかんだ」「できないけどコツやポイントがわかった」などの感覚を得ることも、授業外の自主的な取組につながっていることが考えられます。各種の運動を系統的に捉え、「主運動につながる準備運動の工夫」や「課題解決に向けたスモールステップでの技（運動遊び）の習得」を大切にし、子供たちにとっての個別最適な学びのある授業にしていきたいと思います。

今回、小学生と中学生ともに「ICT（タブレットなど）の使用を通しての達成経験」が体育授業に進んで参加することと関係していないという分析結果が出ました。この点について、島根県の調査結果を見ると、そもそも体育授業で「ICTを活用していない」と回答した児童生徒が全体の4割以上であった（全国平均は3割未満）ことが読み取れます。つまり、県内小中学校での体育授業でICTを活用するケースは増えつつあるものの、まだ多くはないことに加え、児童生徒の肯定的な回答が3割前後（全国平均も5割未満）であることから、児童生徒がその効果を実感できるほどの効果的な活用には至っていないケースが多いということが考えられます。

一生懸命に運動に取り組んでいる最中に、自分自身の運動の様子を見ることはできません。さらに、体育で扱う運動は、非日常的な動きを多く含んでいます。そんな中で、ICTを効果的に活用する場面はたくさんあり（次ページの資料）、活用することによって、課題を発見したり、課題解決の方法を選択するための根拠としたり、自己の技能の向上（伸び）を確認したりすること

などにつながります。

これらは、前述の「進んでの学習」と関係する経験にもつながっていることから、ICTを使用しての達成経験が「体育は楽しい」と感じることに大きな影響を与える可能性は十分にあると考えられます。

【資料】ICTを効果的に活用する場面と方法（器械運動の例）	
技を知る	・開始時に学習内容を確認する。
現在を知る	・技がどれくらいできるのか挑戦した後に、自分の動きを確認する。
進捗を知る	・技を練習した後に、自分の動きを確認する。
情報共有	・同じつまづきが発生したとき、友達と教え合い、振り返りをする。
結果を知る	・自身の達成度を確認する。

光文書院「T-Navi Edu Vol.14 『器械運動におけるICT活用術』日本大学水島宏一教授」より

体力合計点の上位に位置する学校の取組の特徴から、児童生徒の体力・運動能力向上のために「学校全体の目標」や「学年としての目標」を設定したり、「体育授業以外で、全ての児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組」を行ったりするといった、組織的・計画的な実践を心がけることが重要と考えられます。

今回の調査において、令和4年度の報告書で示された体力上位校の取組実施率が全国平均を上回った主な項目との比較を行った際、島根県内の小中学校で「大きな改善が見られた取組」と「取組実施率が低下した項目」は以下のとおりでした。

大きな改善が見られた取組	小 学 校				中 学 校			
	・運動やスポーツが苦手(嫌い)な傾向がある児童向けの取組、または能力差に応じた取組を現在行っていますか。				・令和3年度に生徒の体力・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。			
	R3島根	↗	R4島根	R4全国	R3島根	↗	R4島根	R4全国
	38.5%	16.5%	55.0%	52.0%	77.4%	9.3%	86.7%	70.0%
	・体育の授業では、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか。				・保健体育の授業では、生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか。			
	R3島根	↗	R4島根	R4全国	R3島根	↗	R4島根	R4全国
	59.5%	11.1%	70.6%	59.5%	81.7%	3.9%	85.6%	87.7%

小学校においては、コロナ禍による体力の低下傾向を改善するために、運動が苦手な児童向けの活動の取組を増やしたことや、児童同士で話し合う活動を意図的に仕組むことで対話的な学びを支援しようとしたことが考えられます。

中学校においては、昨年度から取組率が高かった（8割前後）ことを受け、今年度さらに意識を高くもつことができたと考えられます。中学校においても、保健体育の授業で対話的な学びを重視していることが読み取れました。

取組実施率が低下した項目	小 学 校				中 学 校			
	・体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れていますか。				・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか。			
	R3島根	↘	R4島根	R4全国	R3島根	↘	R4島根	R4全国
	24.5%	2.8%	21.7%	36.2%	60.2%	11.3%	48.9%	66.3%
	・健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを、児童に伝えていますか。				・令和3年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて、授業等の工夫・改善を行いましたか。			
	R3島根	↘	R4島根	R4全国	R3島根	↘	R4島根	R4全国
	40.0%	5.6%	34.4%	38.8%	65.6%	5.6%	60.0%	50.9%

児童生徒の体力低下が見られている島根県において、体力上位校での取組（率）は、次年度以降の方針を改善していくための一つの指標になりうると考えます。各校が子どもたちの実態に合わせて方針を決定することが最優先なのは言うまでもありませんが、ここに示した全国調査の結果もぜひ参考にさせていただきたいと思います。

4 令和4年度 令和の日本型学校体育構築支援事業について

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る。

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た。

《ベースボール型授業の指導法に関する研修会：益田市教研体育部会》

10月21日（金） 益田市民体育館

益田市教研と連携し、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、ソフトボール協会より講師1名、一般社団法人日本野球機構より、1名の講師を派遣していただき、開催した。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。



集まりっこベースボールの様子。みんな大きな声で「アウト」と叫ぶ。



ゴロのボールを取るときの具体的なポイントを解説を交えながらの実演。



バックホームゲームの様子

《中学校体育教員武道研修：教員のニーズに合わせた研修》

9月22日（木） 鹿島総合体育館（東部：剣道）

島根県立武道館（東部：柔道）

10月14日（金） 島根県立体育館（西部：柔道）

各中学校の授業ニーズに合わせて「柔道」と「剣道」の2種目で行った。受講者の振り返りでは、保健体育の授業で何を学ぶことが大切なのかを考えることができた。「武道の何が学ぶべき伝統文化なのか」「『保健体育的学力』とは何を学ばせることなのか」「今まで考えてもみなかった示唆に富んだ発見がたくさんあった」という感想や、剣道では、「悩み続けていた防具をつけることへの葛藤が解決できた」「すぐに授業で取り組もうとする意欲をもつことができた」などの前向きな感想がたくさん聞かれた。

武道学習としての学びは当然のことながら、学習指導要領で求められる資質能力や保健体育という教科に求められるこれからの方向性についてもたくさん学ぶことができた意義深い研修となった。

【柔道研修】



なぜ柔道が伝統文化と呼べるのかをわかりやすく説明。



投げ技マイスターを用いて、崩される感覚を学ぶ。



投げ技マイスターから柔道衣に持ちかえた時の感覚の違いをグループでディスカッション。



投げ技マイスターを使って、体が空中に投げ出される感覚をガイドする。

【剣道研修】



木刀を利用し、新聞紙を切るゲーム。受講者も興味を持って、積極的に取り組んでいた。



学習指導要領に沿った指導計画や評価規準について、座学で講義。



実技研修の前半は、講義形式で資料を使った説明があった。口頭で補助の仕方や動きの確認があり次に生かした。



《授業協力者柔道授業公開：トップアスリートをゲストに》

1 1月2日（水）大田市立大田西中学校柔道場

1 1月3日（木）江津市立江津中学校柔道場

オリンピックの杉本美香氏を講師に迎え、授業協力者としての TT 授業を開催した。武道協力者、授業協力者派遣校の教員の研修機会とし行った事業である。翌日は、地域指導者や中学校の教員を中心に、指導者講習会ならびに中学生の柔道部員たちの講習会の機会とした。参加者からは、一流の本物に触れる機会が得られ、大変刺激的で良い機会だったとの好評を得た。

授業では、投げ技の段階的指導（低い位置からだんだん高い位置に）から、わかりやすい言葉がけによる投げ技指導へと進み、T2である杉本氏を有効に活用した授業展開であった。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な展開を考えていた。

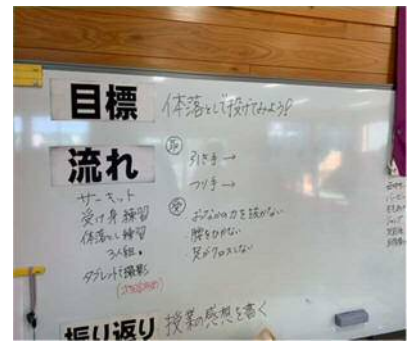
授業後の協議で、参加者からは「投げ技の段階的な指導方法が学べ、新しい引き出しが増えた」という感想が聞かれた。また、何より「一流の技を間近で見られる子供たちにとって他に変えられない良い経験となった」という感想が聞かれた。



立て看板で雰囲気を盛り上げる工夫！！



杉本氏がT2として授業へ参加



目標や授業の流れをホワイトボードに示す



段階的な指導の後で、立った状態からの投げ技へと移行。



本物の技を間近に見る機会到来。



杉本氏の技を食い入るように見つめる生徒たち。

5 令和4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。

今年度は県内 24 小学校での開催を計画してスタートしました。今年度も新型コロナウイルス感染症の影響でカーニバルを開催できなかった学校はありました（活動報告書提出の形で実施）が、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で楽しんでいる一人一人の姿が見られました。

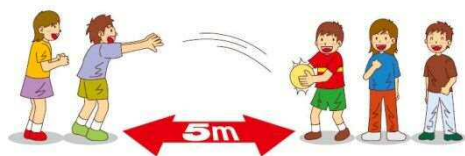
なお、カーニバル開催校及び取組紹介校には株式会社ローソンの協力により運動用具等が贈られました。

	元気アップ・カーニバル開催校等	開催日
1	雲南市立阿用小学校	9月 1日（木）
2	大田市立高山小学校	9月 14日（水）
3	松江市立朝酌小学校	9月 15日（木）
4	松江市立佐太小学校	9月 21日（水）
5	大田市立大田小学校	9月 28日（水）
6	奥出雲町立八川小学校	10月 6日（木）
7	大田市立北三瓶小学校	10月 7日（金）
8	大田市立朝波小学校	10月 11日（火）
9	吉賀町立六日市小学校	10月 26日（水）
10	邑南町立日貫小学校	11月 2日（水）
11	安来市立母里小学校	11月 22日（火）
12	安来市立赤屋小学校	11月 24日（木）
13	飯南町立頓原小学校	11月 29日（火）
14	出雲市立多伎小学校	1月 27日（金）
15	安来市立南小学校	1月 30日（月）
16	出雲市立西野小学校	1月 30日（月）
17	出雲市立長浜小学校	1月 31日（火）
18	浜田市立今福小学校	2月 1日（水）
19	雲南市立海潮小学校	2月 3日（金）
20	雲南市立三刀屋小学校	2月 3日（金）
21	松江市立竹矢小学校	2月 7日（火）
22	吉賀町立柿木小学校	2月 8日（水）
23	大田市立久屋小学校	2月 21日（火）
24	出雲市立須佐小学校	活動紹介



「しまねっ子！元気アップ・プログラム」

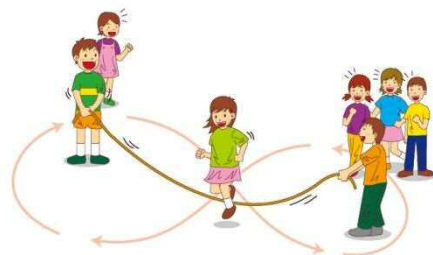
①島根県民 思いやりの
対面パス



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



6 地域や幼稚園・保育所・認定こども園等との連携による体力向上

(1) 令和4年度 幼児期からの運動促進事業

「幼児期の運動遊び」専門指導者派遣事業

【事業の概要】

幼稚園、保育所、認定こども園、子育て支援センター等へ、器械体操・コーディネーション系の運動指導を行う専門指導者を派遣し、子どもたちに多様な動きを経験させることで運動遊びへの興味・関心を高めたり習慣化に繋がったりして、バランスの取れた身体能力の発達を促す。あわせて、教員・保育士が専門的な指導を実際に観察したり補助したりすることで指導力の向上を図る。

【対象】 雲南市内の幼稚園・保育所・認定こども園の年長児及び教員・保育士

【会場】 各園・所の遊戯室ほか

【期間】 令和4年6月～令和4年12月

【派遣数】 全28回 ※同一の園・所で2回を原則とする

【内容】
・専門指導者による幼児への運動遊びの提供
・幼児の運動遊びに関わる指導者への指導・助言
・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

【講師】 特定非営利活動法人ジョイナススポーツクラブ 坂本 圭 氏



【活動の実際】

指導を充実させるために、指導者と園・所との打ち合わせを確実にし、指導計画に反映させるようにした。

プログラム構成に当たっては、基礎的な体力を高め運動能力を伸ばすことにとどまらず、「できるようになった!」「もっとやりたい!」という達成感や充実感が得られ、興味や関心が高まることを大切にしたい。

職員に対しては、用具の安全な使用方法、指導のアイデアなどを学べるように、専門指導者の指導を間近で観察したり補助を体験したりできるようにし、活動後の意見交換でフォローを行った。

<指導の流れ>

- 1 当日の打ち合わせ
- 2 ウォーミングアップ
(園・所の職員による指導)
- 3 派遣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

成果や課題(実施園・所の報告書から)

<幼児>

○運動にあまり積極的でなかった子どももよく体を動かし、やってみようとする姿が見られるようになりました。

○「体を動かすことは楽しい」「面白い」という気持ちが持てました。また、「こんな動きもできる!」と自信ができました。

▲「手と足」など体の異なる部分を同時に動かす遊びを、もっと経験させる必要性を感じます。

<教諭・保育士>

○職員の質問に対して運動遊具を使って教えていただいたので、とても分かりやすく身につけやすいものとなりました。

○運動が子どもの発達にどのように関わっていくのか意識するようになり、経験が不足しがちな動きを、園生活でどのように補完していくとよいか考えるようにしています。

○保護者から「園で遊んだ運動遊びを親子でやってみました」と聞かされました。家庭でも意識してくださり、運動遊びが親子のふれあいの時間となっています。

▲体育用具や遊具を活用した遊びの環境づくりと、運動遊びの取り組みを継続していくことが必要。

(2) 令和4年度「幼児期の運動遊び」指導者講習会

【事業の概要】

5月に熊本県で開催されたスポーツ庁主催の「体育・保健体育指導力向上研修」での研修内容の伝達講習。

【対象】 ・公立・私立幼稚園の教員，保育所の保育士，認定こども園の教員・保育士
・その他（幼児期の運動遊びに関わる指導者や行政担当者等）

【会場】 大田市総合体育館 〒694-0064 島根県大田市大田町大田口 1451

【期 日】 令和4年8月3日（水）

【日 程】 12:30 12:50 13:00 14:30 14:45 16:15 16:30

受付	開講 行事	理論・実技1	休憩	理論・実技2	閉講 行事
----	----------	--------	----	--------	----------

【内 容】 **理論・実技1** 新幼稚園教育要領を踏まえた運動遊び指導（新幼稚園教育要領に基づいた指導と評価）

理論・実技2 ・多様な動きの経験につながる環境設定と指導の工夫
・幼児期にふさわしい運動遊びの展開

【講 師】 出雲市立古志幼稚園 副主任教諭 永岡 真理子 氏



【活動の実際】

幼児期に運動遊びを行う意義や効果，発達段階や個人差への対応，指導のポイントなどについて研修を行った。感染症予防のため活動量の調整や参加者間の距離確保が必要となったが，理論だけでなく実技を取り入れることで，翌日からの業務に活かせる実践力を高められるよう配慮した。

幼稚園教育要領，保育所保育指針，幼児期運動指針などで示されている内容をしっかりと理解することが大切であり，レポートリーやバリエーションを意識した指導で，生涯にわたって健康で安全な生活と豊かなスポーツライフを送るための基礎を育むことについて学びを深めることができた。

参加者の振り返りから

- 自己決定する力を育てることが重要だということを改めて学ぶことができました。種類（形，大きさ，形など）をたくさん用意して，自分たちで選ぶことを大切に，今後の保育をしていきたいと思います。
 - 運動有能感ということが印象に残りました。「〇〇ができた！」という喜びに共感するだけでなく，できなくても「がんばっていたところ」「他の子とは違うよさ」を認めていくことで，気持ちが高まっていくのだと思いました。
 - 子どもたちだったらどんなふうに遊ぶだろうかと考えたり，他の先生方の意見を聞いたりできてよかったです。 など
- ▲コロナがあるので難しいとは思いますが，参加者同士が話し合えたらよかったなと思いました。

理論・実技1				
十分に理解できた	理解できた	どちらとも言えない	あまり理解できなかった	理解できなかった
19	4	0	0	0

理論・実技2				
十分に理解できた	理解できた	どちらとも言えない	あまり理解できなかった	理解できなかった
19	4	0	0	0

7 オリンピック・パラリンピック教育の推進について

学習指導要領の体育科、保健体育科におけるオリンピック・パラリンピック教育の記載を抜粋したものは下記のとおりです。オリンピック・パラリンピック教育は、大会そのものへの興味関心の向上だけでなく、オリンピック・パラリンピックを題材としてスポーツの価値、国際・異文化理解、共生社会への理解を深めるなど多面的な教育的価値を持ちます。体育科や保健体育科の学習だけではなく、他教科や総合的な学習の時間、特別の教科道徳などさまざまな視点から学習を展開することができます。

○小学校体育科 第3内容の取り扱い

(7) オリンピック・パラリンピックに関する指導として、フェアなプレイを大切にするなど、児童の発達の段階に応じて、各種の運動を通してスポーツの意義や価値等に触れることができるようにすること。

○中学校保健体育科 体育分野 H体育理論 第3学年

3 文化としてのスポーツの意義

イ オリンピックやパラリンピック及び国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。

○高等学校保健体育科 第1章総説 第2節 1改訂の趣旨 ③改善の具体的事項

ア (ウ) スポーツの意義や価値等の理解につながるよう、内容等について改善を図る。特に、東京オリンピック競技大会がもたらす成果を次世代に引き継いでいく観点から、知識に関する領域において、オリンピック・パラリンピックの意義や価値及びドーピング等の内容等について改善を図る。

○高等学校保健体育科 H体育理論 1 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展

ア 知識 (1) (イ) 現代のスポーツは、オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していること。また、ドーピングは、フェアプレイの精神に反するなど、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせること。

また、次に記載したオリンピック・パラリンピック教育のキーワード・キーセンテンスは、あらゆる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）

トップアスリート派遣事業の取組について

オリンピック・パラリンピック教育の趣旨に基づく取組を、今年度は「トップアスリート派遣事業」という形で実施しました。2030年開催予定の「島根かみあり国スポ・全スポ」に向けてジュニア層の意識啓発と競技力の向上を図るため、県内の小学生を対象として、各競技のトップアスリート等を派遣しました。今年度は、小学校8校で事業を実施しました。

事業の実施に際しては、事前準備や当日の運営面など競技団体や関係の皆様にもご協力いただき、充実した活動となりました。

 R4. 10. 13 実施	①雲南市立西日登小学校で、ソフトボール元女子日本代表監督の宇津木妙子氏によるソフトボール教室を実施しました。投打の基礎・基本から教わりました。	 R4. 10. 17 実施	②益田市立吉田小学校で、体操競技オリンピック（アテネ五輪金・銅メダリスト、北京五輪銅メダリスト）の鹿島丈博氏による体操教室を実施しました。
 R4. 11. 18 実施	③松江市立乃木小学校で、松江市出身の元プロバスケットボール選手、広瀬健太氏による講話とバスケットボール交流（シュート対決・ゲーム）を実施しました。	 R4. 11. 22 実施	④大田市立池田小学校で、東京オリンピック空手男子組手75kg超級の銅メダリスト荒賀龍太郎氏による空手道教室と講話を実施しました。
 R4. 12. 8 実施	⑤出雲市立高松小学校で、柔道オリンピック（ロンドン五輪銀メダリスト）の平岡拓晃氏による柔道につながる動きの指導と講話を実施しました。	 R4. 12. 21 実施	⑥出雲市立北浜小学校で、ボストンマラソン優勝やフルマラソンギネス記録などの実績をもつプロランナーの川内優輝氏による講話と陸上教室を実施しました。
 R5. 2. 20 実施	⑦安来市立宇賀荘小学校で、フェンシング競技のオリンピック（ロンドン五輪銀メダリスト）の千田健太氏による講話と、フェンシング教室を実施しました。	 R5. 2. 27 実施	⑧雲南市立海潮小学校で、S/J リーグ所属の山陰合同銀行女子バドミントン部の選手・監督・コーチの皆さんによるバドミントン教室や交流を実施しました。

子どもたちが各競技の魅力を体験するとともに、講師の人柄や人間性にもふれ、スポーツがもつ限りない可能性や力を感じることができました。一人一人の子どもたちが、本事業をきっかけに、今後も「する・見る・支える」など様々な視点からスポーツに関わり、2030年開催予定の「島根かみあり国スポ・全スポ」に向けても、より主体的な取組が広がっていくことを期待しています。

IV まとめ ～今後の取組のポイントと体育・保健体育の授業改善について～

全国体力・運動能力、運動習慣等調査から、スポーツ庁は、次のように述べています。

「体育・保健体育の授業が楽しくなるためには、友達との交流機会の増加や個々の発達段階、発達ペースに見合った学習活動を取り入れることが有効であり、これらを通してより多くの達成感や、それに伴う楽しさを感じる経験を積み重ねることが重要であることが示唆された。また、体育・保健体育の授業が楽しいと感じている児童生徒においては、『運動が好き』や『卒業後も運動したい』の割合が高くなる傾向も確認された。」

これらはごく当たり前のことかもしれませんが、特に、運動を苦手とする児童生徒が、運動やスポーツに対する好意的な意識をもてるようにするために、私たち教員が授業を工夫していく際の重要なヒントになることは間違いありません。特に、児童生徒が体育授業の「楽しさ」を味わうことにつなげるために、友達との関わりを通して運動のこつやポイントをよりよく理解でき、動きや技（遊び）の習得に近づくことができるような単元計画や授業展開を工夫することは必須であると考えます。そして、「できるようにになりたい」(願望),「できそう」(可能性),「できた」(達成)を実感できる授業につなげていくことが「運動やスポーツをすることが好き」な児童生徒を増やすことにつながるものと期待できます。

今年度も島根大学教育学部 須崎 康臣先生に、児童生徒の体力の推移や意識調査の検証と、今後の島根県において求められる体力向上への取組に有効な手立て等について分析・考察をお願いしました。分析結果が記された報告書の「6. 最後に」を紹介します。(一部原文と異なる)

R4年度の調査では、コロナ禍の影響もあり全国的に体力合計点の低下がみられ、島根県の小学生男女および中学生女子において同様の結果であった。一方で、中学生男子についてはR3年度に比べて体力は維持されていることが示された。また、肥満度と生活習慣との関係、体育授業での楽しさと体力向上に寄与する体育授業での経験について分析を行った。今回の分析で示された結果について、その概要を3つにまとめた。

- ① コロナ禍において、3年間（小5→中2）の縦断的なTスコアの低下量は、男子がこれまでで最も小さくなっており、女子は2番目に小さくなっている。
- ② 肥満の抑制には、生活習慣の改善が重要になるため、生活習慣への指導が重要になる。しかし、分析では、生活習慣（朝食摂取頻度、睡眠時間、テレビ等の視聴時間、体力合計点）から肥満度を説明できる割合（ R^2 ）は0に近い値を示していたので、肥満度には質問紙で調査されていない生活習慣の項目が影響している。（ただし、0ではないため、上記項目の改善を意図した支援は肥満抑制への効果に期待できる。）
- ③ 体育授業での楽しさを味わわせることや、体力の向上のためには、学習に対して進んで取り組ませる支援が重要になる。学習に対して進んで取り組むためには、体育授業で目標設定、課題の自己選択、友人と協力して活動を行う機会を提供する必要がある。

コロナ禍によって学校や子どもを取り巻く環境は大きく変わってしまった。それに伴い、島根県だけでなく、全国的に体力合計点が低下する中、島根県の中学生男子の体力は維持されている。しかし、体力の内訳を確認すると、全体的に下位層にシフトしていることは考慮しておく必要がある。体力の向上のためには、生活習慣の改善がその働きを有しているが、体育授業もその役割を担うことが示されている。そのため、体力の向上のためには、体育授業で効果的な知見を提供し、学べる機会を増やす支援が必要となってくる。

今年度より、全ての校種において学習指導要領が実施となりました。その趣旨を踏まえ、単元などのまとまりの中で、子供たちにとって必然性の感じられる活動を盛り込んだ授業改善に取り組むことは、運動が苦手な子供たちにとっても運動やスポーツの楽しさを味わうことができる、魅力的な授業づくりにつながっていくものと考えられます。今後、各校種において一人一人の児童生徒の特性に合わせた場の整備や、子供たちが主体的・対話的で深い学びを享受できるような「促し」が、授業において一層取り組まれることを期待します。

V 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31年3月 文部科学省)

http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/1416715.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

映像資料：https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1765/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年度～)

https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/card/tabid/519/Default.aspx

【スポーツ事故防止（心停止、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」（令和2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 令和2年12月
- 「スポーツ事故対応ハンドブック」（令和2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 令和2年12月
- ※ 全学校等に配布（令和3年）



https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1956/Default.aspx

【骨折の事故防止の参考資料】

- 骨折事故防止パンフレット「なくそう！骨折事故」
（令和3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 令和3年10月

https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1978/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

- 運動部活動事故防止パンフレット「なくそう！運動部活動の事故」
独立行政法人日本スポーツ振興センター 令和4年3月

https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/3010/Default.aspx

