

目 次

《共通資料》

ご あ い さ つ	1
は じ め に	2
I 実 施 要 項	3

《校種別資料》

II 調査結果の概要

1 平成24年度京都市立学校児童・生徒の体力・運動能力の現状について	
（1）小学校の現状	1
○資料1<京都市立学校児童・生徒の新体力テストの平均値の推移（平成23年度・24年度京都市平均値比較）>	
2<平成24年度京都市立学校児童・生徒の体格、新体力テストの平均値と平成23年度全国平均値との比較>	
3<T・スコアーから見た平成23年度・24年度京都市平均値の比較（23年度を50とした場合）>	
4<T・スコアーから見た平成24年度京都市平均値と23年度全国平均値との比較（全国平均値を50とした場合）>	
2 京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移	13
（1）小学校の考察（2年生・5年生）	14
3 運動部活動所属による比較	20
（1）小学校6年生	21
4 今後の課題	23

II 調査結果の概要

1 平成24年度京都市立学校児童・生徒の体力・運動能力の現状について	
（2）中学校の現状	1
○資料1<京都市立学校児童・生徒の新体力テストの平均値の推移（平成23年度・24年度京都市平均値比較）>	
2<平成24年度京都市立学校児童・生徒の体格、新体力テストの平均値と平成23年度全国平均値との比較>	
3<T・スコアーから見た平成23年度・24年度京都市平均値の比較（23年度を50とした場合）>	
4<T・スコアーから見た平成24年度京都市平均値と23年度全国平均値との比較（全国平均値を50とした場合）>	
2 京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移	9
（2）中学校の考察（2年生）	10
3 運動部活動所属による比較	13
（2）中学校3年生	14
4 今後の課題	16

II 調査結果の概要

1 平成24年度京都市立学校児童・生徒の体力・運動能力の現状について	
（3）高等学校の現状	1
○資料1<京都市立学校児童・生徒の新体力テストの平均値の推移（平成23年度・24年度京都市平均値比較）>	
2<平成24年度京都市立学校児童・生徒の体格、新体力テストの平均値と平成23年度全国平均値との比較>	
3<T・スコアーから見た平成23年度・24年度京都市平均値の比較（23年度を50とした場合）>	
4<T・スコアーから見た平成24年度京都市平均値と23年度全国平均値との比較（全国平均値を50とした場合）>	
2 京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移	9
（3）高等学校の考察（2年生）	10
3 運動部活動所属による比較	13
（3）高等学校3年生	14
4 今後の課題	16

Ⅱ 調 査 結 果 の 概 要

1 平成24年度京都市立学校児童・生徒の体力・運動能力の現状について

(1) 小学校の現状

① 23年度京都市平均値との比較

＜小学校の傾向＞

平成24年度の京都市平均値を学年ごと男女別に平成23年度の京都市平均値と比較してみると次のような結果になった。

小学校:京都市24年度と京都市23年度平均値比較

学年 性別 種目	1 年 男	1 年 女	2 年 男	2 年 女	3 年 男	3 年 女	4 年 男	4 年 女	5 年 男	5 年 女	6 年 男	6 年 女	種目別向上 数値数合計
握力		↑									↑	↑	3
上体起こし	↑	↑	↑	↑			↑	↑		↑	↑		8
長座体前屈	↑	↑	↑	↑				↑					5
反復横とび									↑	↑	↑	↑	4
20mシャトルラン											↑	↑	2
50m走					↑		↑		↑	↑	↑	↑	6
立ち幅跳び					↑		↑	↑		↑			4
ボール投げ													0
学年別向上数値数 合 計	2	3	2	2	2	0	3	3	2	4	5	4	32

※↑…平均値が23年度よりも上回るもしくは同じ数値

全96項目

空白…平均値が23年度より下回った

●24年度と23年度の京都市平均比較についての考察●

【男子の傾向】

全体的に見ると、「上体起こし」「50m走」の2種目に関しては、23年度の京都市平均値並み、もしくは上回る結果を残しているが、その他の種目では、23年度の京都市平均値を下回る結果となった。

低学年の比較では、「上体起こし」「長座体前屈」において、23年度の京都市平均値を上回り、その他の種目については、23年度を下回っていた。特に「握力」「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」に関しては、どの学年も落ち込みが見られた。1年生の入学時に近い時期に新体力テストが行われていることから、就学前に体を動かす経験が乏しいことや、全体的に体力が身についてきていない状態で入学してきていることが推測される。

中学年の比較では、「50m走」「立ち幅跳び」において、23年度の京都市平均値を上回る結果となり、「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」「ボール投げ」が、どちらの学年も23年度を下回る結果となっている。全体的に見てみると、23年度の結果を上回っている種目が、3年生では2種目、4年生では3種目と少ないが、下回っている種目の数値的な差は小さいものとなっている。

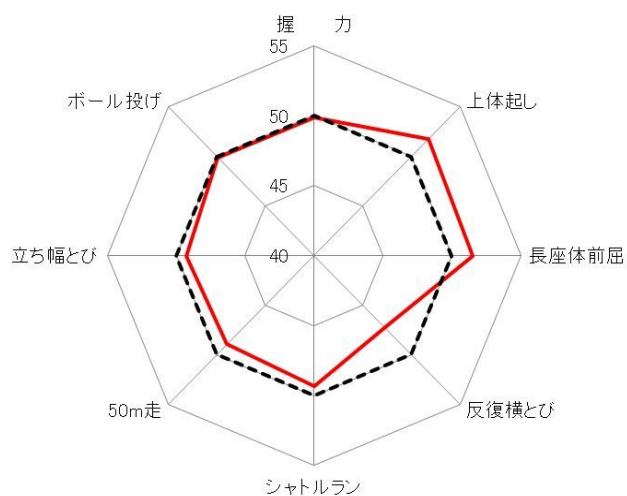
高学年の比較では、「反復横とび」「50m走」において、23年度の京都市平均値を上回り、「長座体前屈」「立ち幅跳び」「ボール投げ」が、どちらの学年も23年度を下回る結果となっている。しかし、数値的に大きく下回る種目はなかったことから、6年間を通して平均的に体力が付いてきていると考えられる。

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校男子）

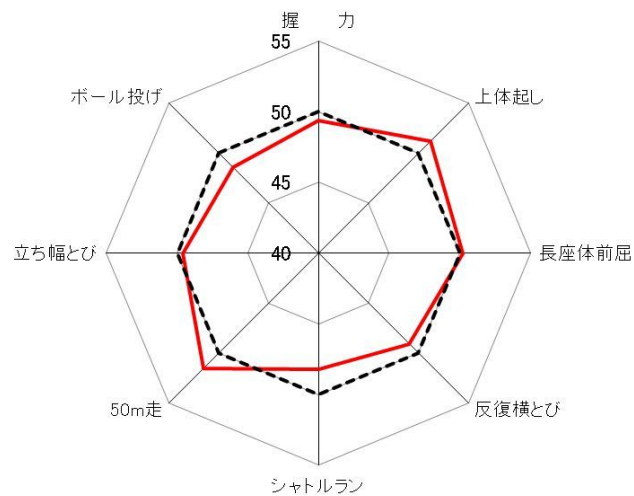
〈24年度・23年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：24年度 ， 点線（…）：23年度

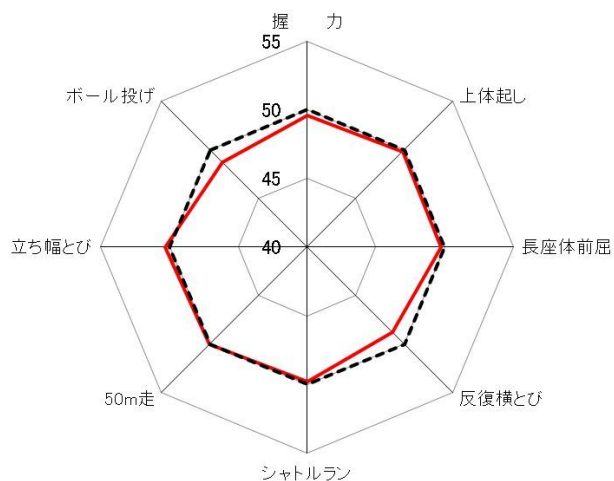
前年度市比較 小学校男子1年



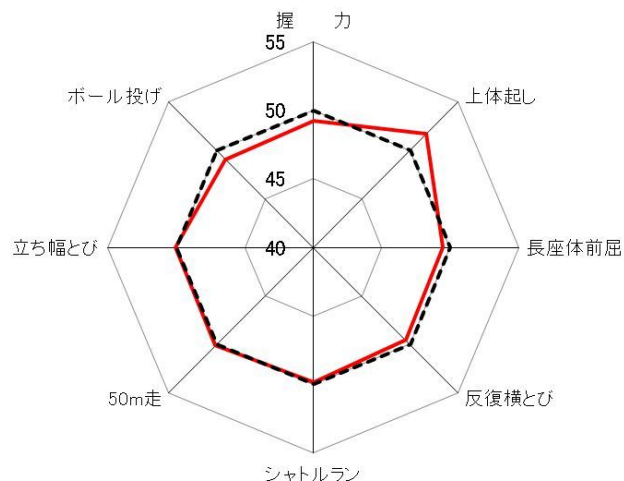
前年度市比較 小学校男子2年



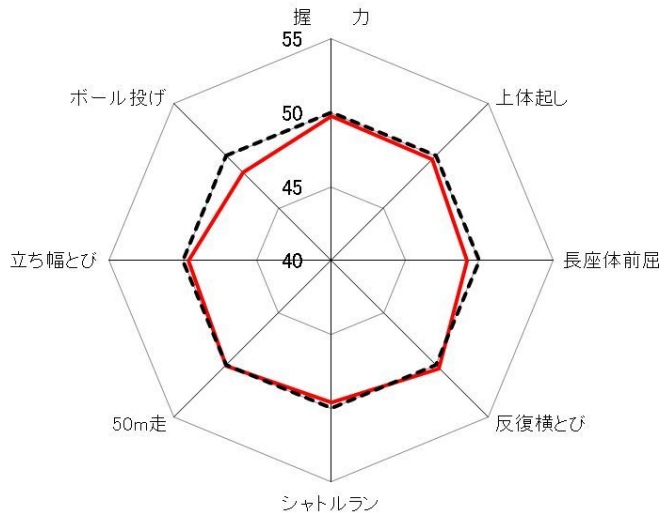
前年度市比較 小学校男子3年



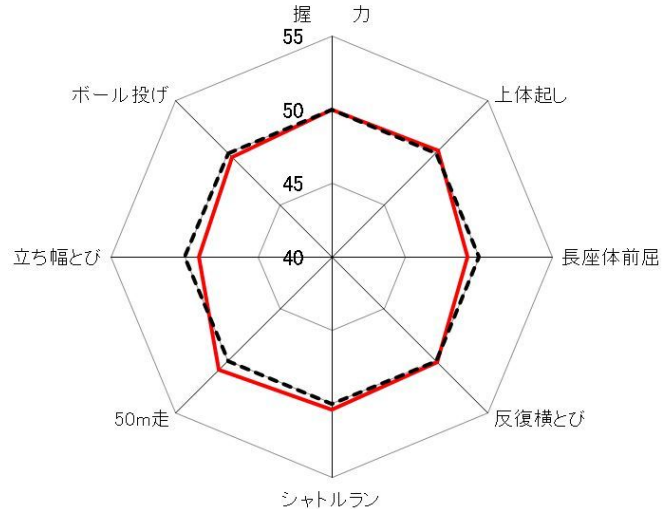
前年度市比較 小学校男子4年



前年度市比較 小学校男子5年



前年度市比較 小学校男子6年



【女子の傾向】

全体的に見ると、ほとんどの学年で「上体起こし」においては、23年度の京都市平均値を上回る結果を残しているが、「反復横とび」「ボール投げ」は昨年度の結果を大きく下回り、特に「ボール投げ」に関しては、男子同様、23年度を上回る結果を残した学年はなかった。その他の5種目では、ほぼ23年度の京都市平均値並みの結果であった。

低学年の比較では、「上体起こし」「長座体前屈」において、23年度の京都市平均値を上回り、また下回っている種目では、1学年の「反復横とび」、2学年の「20mシャトルラン」の落ち込みが顕著であった。就学前から様々な動きのある運動を行う経験はあるものの、時間を決めて同じ運動を繰り返すような経験は少ないのではないかと考えられる。

中学年の比較では、3学年女子に関しては、どの種目についても昨年度を上回る結果を残すことはできなかった。しかし、その多くが僅差の数値で下回っているものであり、来年度の伸びが期待される。

高学年の比較では、「反復横とび」「50m走」において、男子と同様に、23年度の京都市平均値を上回る結果となった。上回る種目も下回る種目も、大きく23年度のものとは変わっていることが少ない点から、継続的な小学校における体育学習などの運動活動によって、バランスよく体力が付いてきているのではないかと考えられる。

【まとめ】

男子と女子を比較すると、**どの学年も、昨年度の平均値と比較して上回る種目が非常に似ていることがわかった。**そのことから、**男女変わらず普段から同じような運動に親しむ傾向があると言える。**学校での**体育学習の影響が大きいことも推測される。**

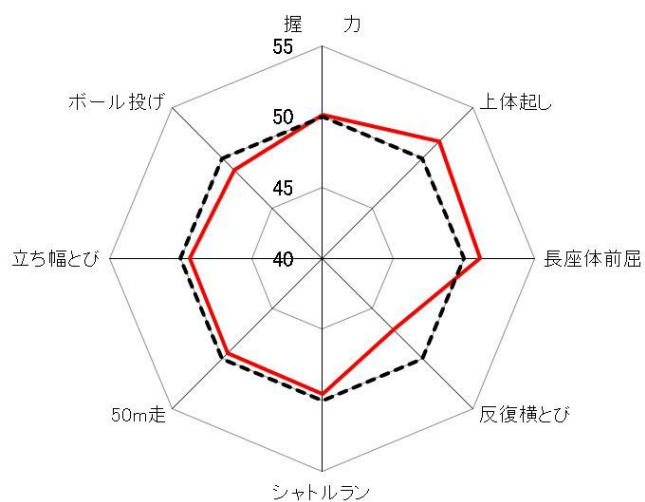
京都市平均値で上回っている種目を見てみると、「上体起こし」「50m走」といった種目が上回っている。これも昨年度と同様になるが、「筋持久力」と「走力」において優位であることが分かる。反対に「握力」「ボール投げ」といった**「筋力」が必要になってくる種目が下回っている。**このことから、**普段の体育学習や行間体育等において、これらを高める運動（遊び）を十分に行っていきたい。**様々な運動（遊び）の中でも、「うんてい」や「のぼり棒」「鉄棒」などを利用した多様な動きの経験を十分に行わせることや「とびくらべ」「幅跳び」「跳び箱」などの運動経験の充実を図っていくことが大切であると考えられる。

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校女子）

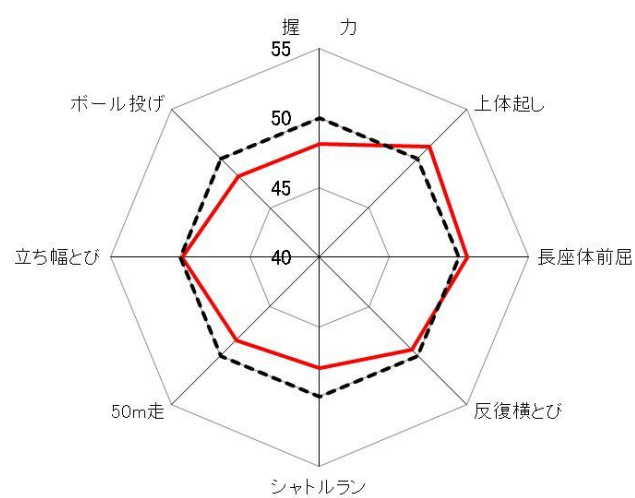
〈24年度・23年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：24年度 ，点線（…）：23年度

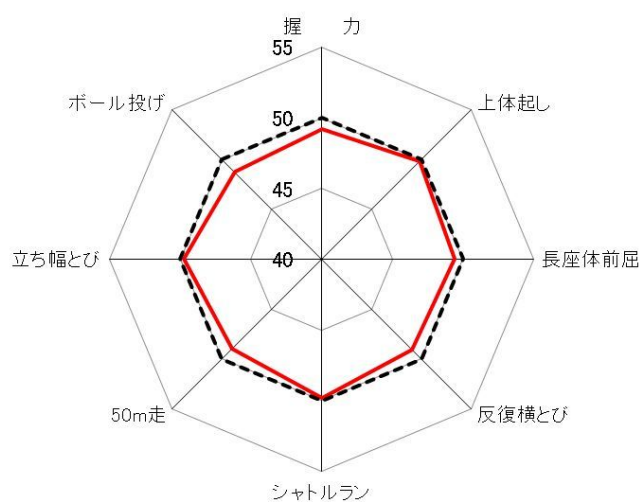
前年度市比較 小学校女子1年



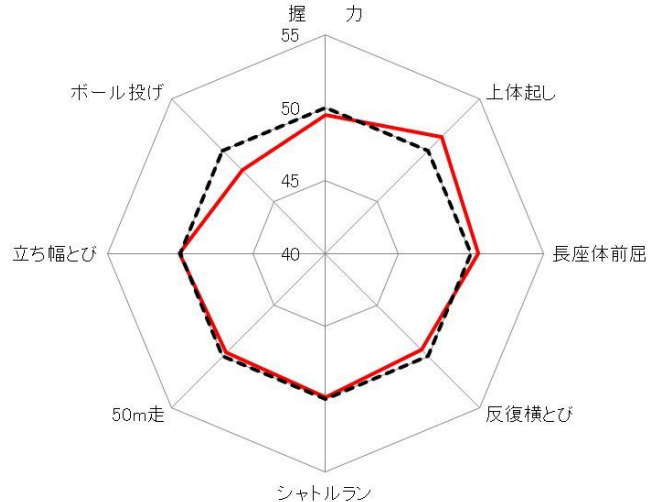
前年度市比較 小学校女子2年



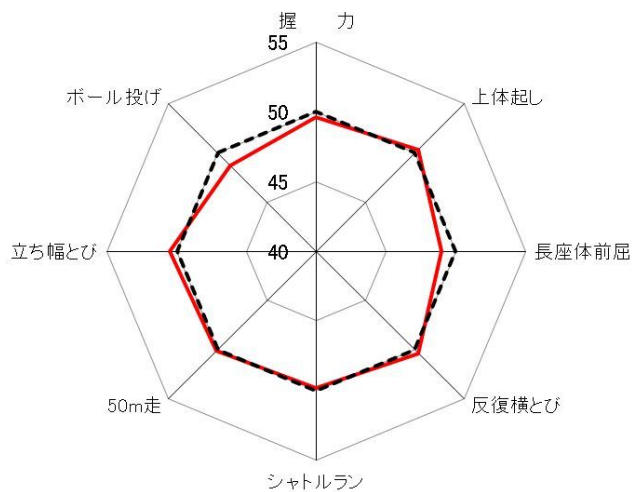
前年度市比較 小学校女子3年



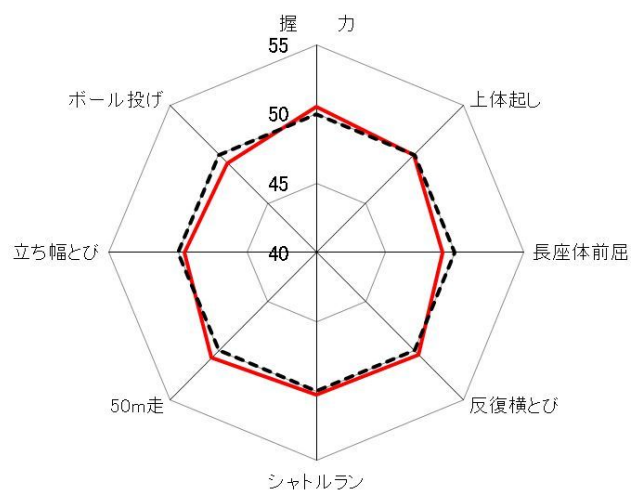
前年度市比較 小学校女子4年



前年度市比較 小学校女子5年



前年度市比較 小学校女子6年



② 23年度全国平均値との比較

<小学校の傾向>

平成24年度の**京都市**平均値を学年ごと男女別に平成23年度の**全国**平均値と比較してみると次のような結果になった。

小学校：京都市24年度と全国23年度平均値比較

種目	1年		2年		3年		4年		5年		6年		種目別向上 数値数合計
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	
握力													0
上体起こし	↑	↑		↑									3
長座体前屈	↑						↑	↑	↑		↑		5
反復横とび													0
20mシャトルラン													0
50m走					↑				↑	↑	↑	↑	5
立ち幅跳び													0
ボール投げ													0
学年別向上数値数 合 計	2	1	0	1	1	0	1	1	2	1	2	1	13

※↑…平均値が23年度よりも上回るもしくは同じ数値

全 96 項目

空白…平均値が23年度より下回った

●24年度京都市平均値と23年度の全国平均値比較についての考察●

【男子の傾向】

全体的にみると、「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」では、全国平均値並み、もしくは上回る結果を残しているが、そのほかの種目では、全国平均値より下回る結果が出た。特に、「握力」や「反復横とび」については大幅に下回る結果となった。

まず、低学年（1学年）の比較では、「上体起こし」や「長座体前屈」では、全国平均値を上回る結果が出た。そのほかの種目に関しては、全国平均値を下回り、「反復横とび」「握力」「立ち幅とび」に関しては全国平均値から大幅な落ち込みが見られた。このことは、入学前に体を動かす経験が乏しく、全体的に体力が身についていない、と推測される。2学年では、1学年で落ち込んでいた「50m走」において全国平均値を上回る結果となった。そのほかの種目に関しては、1学年からの傾向がそのまま引き継がれている。「50m走」「上体起こし」「長座体前屈」では、全国平均値に近く、「反復横とび」「握力」「立ち幅とび」に関しては全国平均値から大幅な落ち込みが見られたという傾向は、中学年になっても大きく変わらない結果となった。

高学年（5学年）の比較では、落ち込みが見られた種目のうち、「握力」については全国平均値との差が縮まった。6学年になると落ち込みが見られた種目のうち、「20mシャトルラン」についても全国平均値との差が縮まった。各種目の数値も、「立ち幅とび」以外の種目については、全国平均値との差が縮まった。

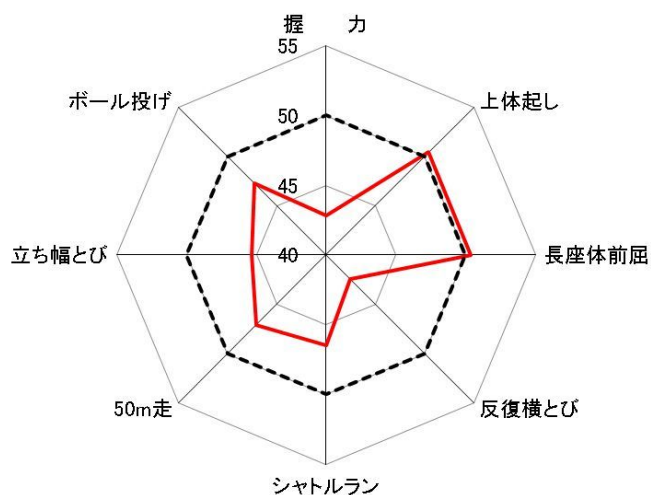
このことは、小学校での体育活動によって、個々の能力が高まった結果であるが、**敏捷性については、全国平均値との比較において、体育活動の中で補い切れていないと推測できる。**

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校男子）

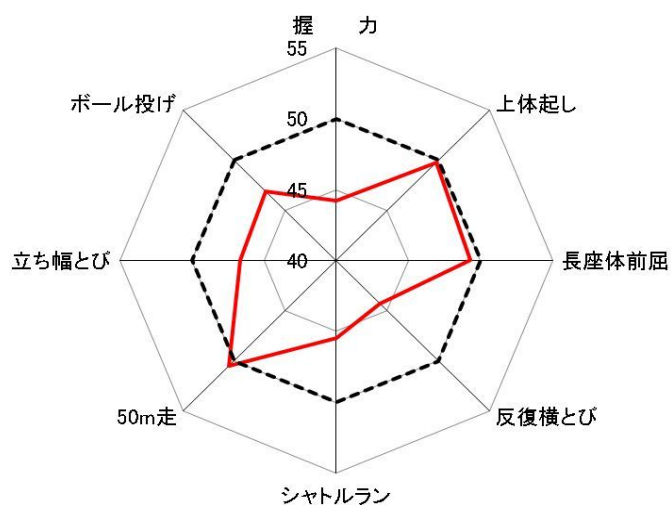
〈23年度全国平均値・24年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：24年度 ， 点線（…）：23年度

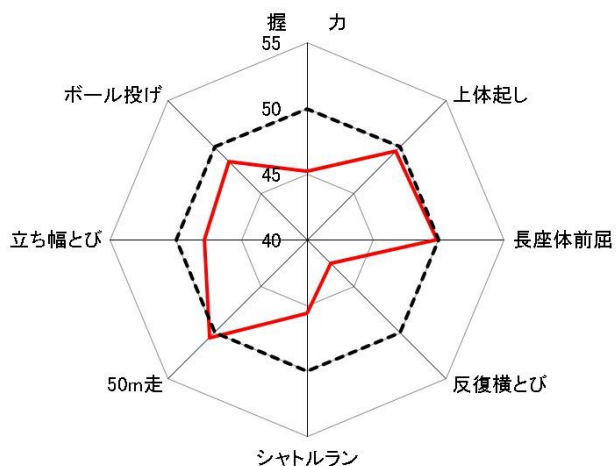
前年度国比較 小学校男子1年



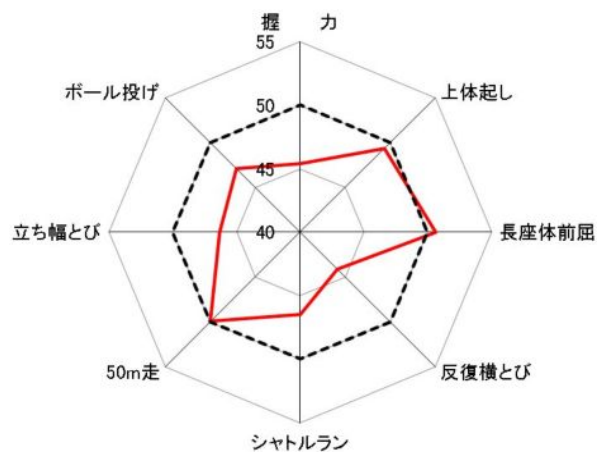
前年度国比較 小学校男子2年



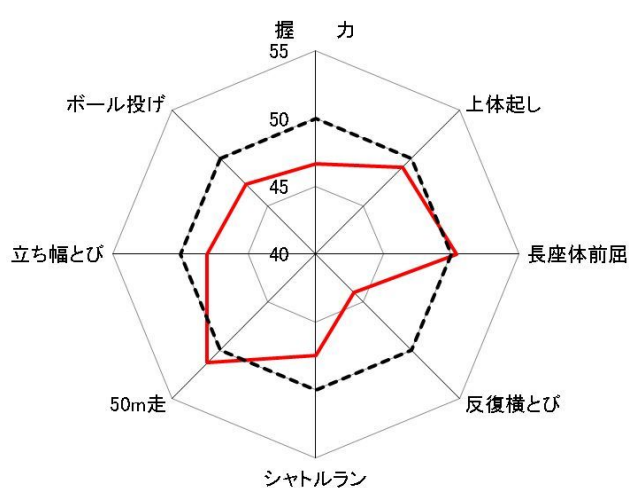
前年度国比較 小学校男子3年



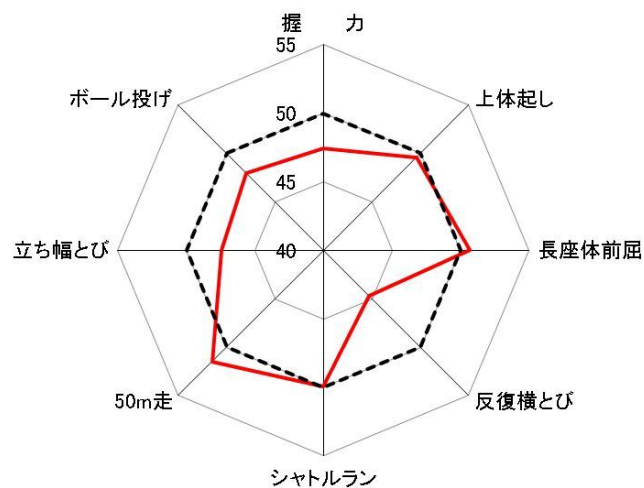
前年度国比較 小学校男子4年



前年度国比較 小学校男子5年



前年度国比較 小学校男子6年



【女子の傾向】

全体的にみると、男子とよく似た傾向であるが、「握力」「反復横とび」については、男子以上に全国平均値を下回る結果となった。

低学年の比較では、「上体起し」については、全国平均値を上回っていた。「長座体前屈」については、全国平均値とほぼ同じで、そのほかの種目に関しては、全国平均値を下回り、特に「反復横とび」「握力」「立ち幅とび」については、大きな落ち込みが見られる。低学年の時期で、京都市の特徴がすでに表れている結果が出ている。男子と同じく、入学前の運動経験によるところが大きいと推測される。

特に2学年では男子と比べて各種目の落ち込みは大きいものになっている。走ることはできても、俊敏な動きや力強い動きは苦手であると推測できる。中学年（3学年）の比較では、2学年より「立ち幅跳び」「50m走」で、数値の上昇がみられ、全国平均値との差は小さくなっている。しかし、「20mシャトルラン」では全国平均値との差が広がっている。男子との比較では、各種目での差はほとんどなくなってきたが、「握力」「反復横とび」での数値の落ち込みは変わらなかった。

高学年（6学年）での比較では、「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」の3種目は、低学年と同様に全国平均値よりも大きく下回る結果となった。そのほかの種目に関しては、全国平均値を下回っているが、学年が進むにつれて小さくなってきている。特に3学年から比べると「20mシャトルラン」の結果は大幅に伸びている。体育活動での取組で、持久力が身につけてきた結果が出ていると思われる。

【まとめ】

これらのことを考えると、男子、女子ともに、「筋力」と「敏捷性」を高めることが体育の授業で必要になってきていると思われる。具体的な単元や活動をあげれば、低学年では、「機械・器具を使った運動」において、力試しをする動きがある運動（うんてい・のぼり棒など）、中学年では、「器械運動」において、自分の体を支持する運動（鉄棒における支持技、マット運動における倒立技など）、高学年では、「陸上運動」において、俊敏な動きを高める運動（ハードル走で、リズミカルにハードルを飛び越えるなど）などがある。

これらの単元や活動で、全国平均値との差がある部分について伸ばしていくことで結果が出ると思われる。

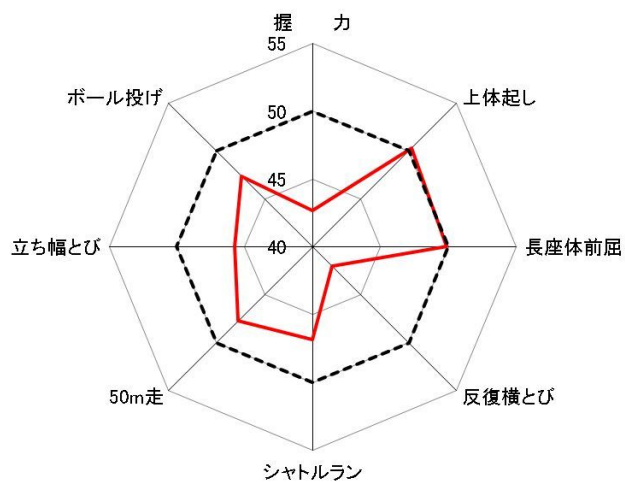
特に低学年では、上記に挙げた運動だけではなく、それぞれの領域において、様々な種類の運動を経験させ、多様な動きを身につける基礎を培う必要がある。その経験が中・高学年になって体力向上につながり、結果に反映されると思われる。

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校女子）

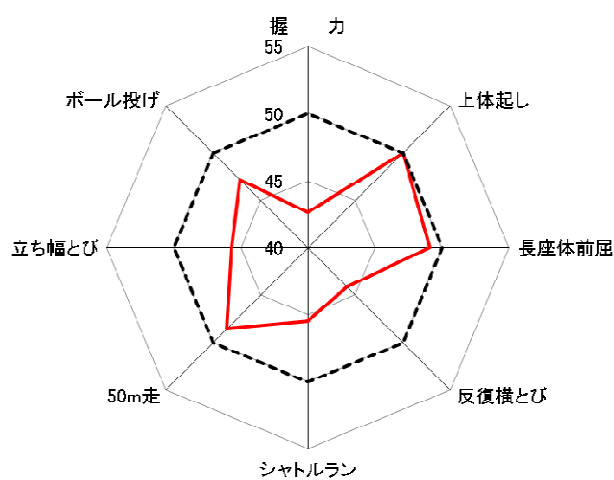
〈23年度全国平均値・24年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：24年度 ，点線（…）：23年度

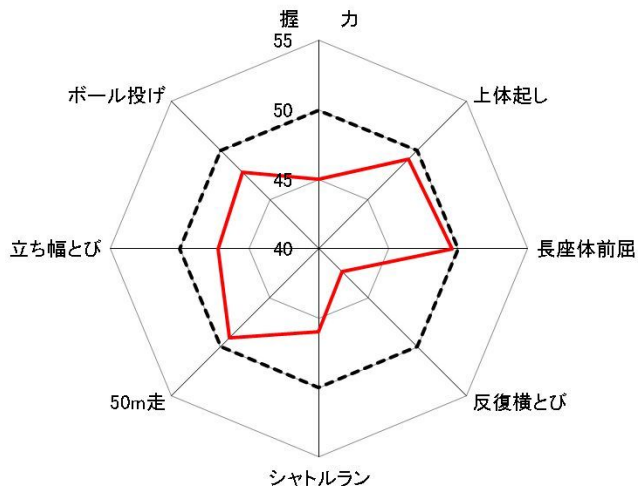
前年度国比較 小学校女子1年



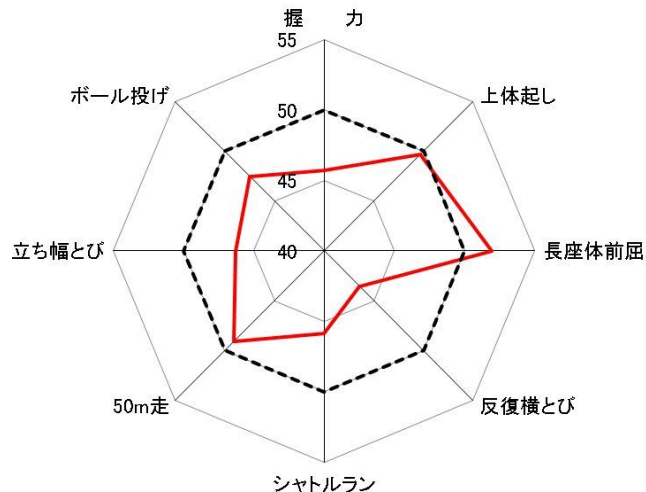
前年度国比較 小学校女子2年



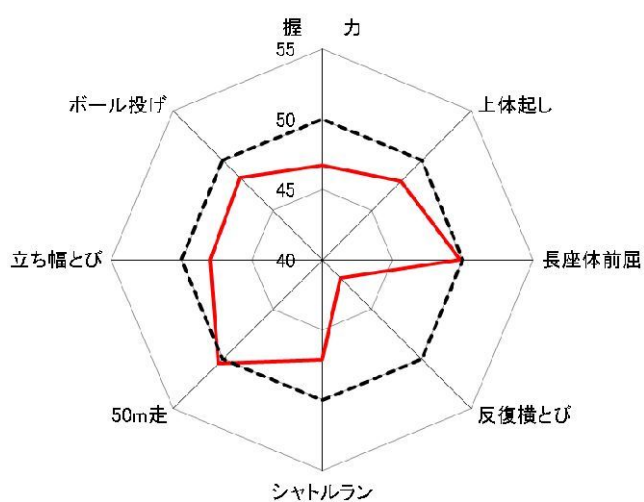
前年度国比較 小学校女子3年



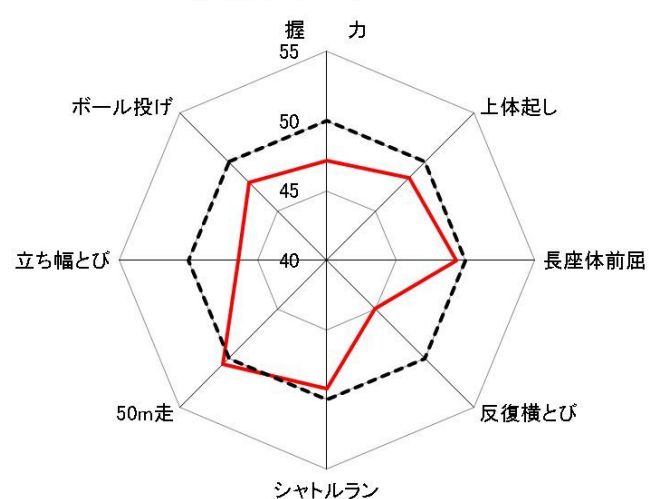
前年度国比較 小学校女子4年



前年度国比較 小学校女子5年



前年度国比較 小学校女子6年



資料 1

京都市立学校児童・生徒の新体力テストの平均値の推移（２３年度・２４年度京都市平均値比較）

<小学校>

種 目 項 目		握力 (Kg)		上体起 (回)		体前屈 (cm)		反復横 (点)		持久走 (秒)		シャトル (折り返し数)		５０m走 (秒)		立ち幅 (cm)		ボール投 (m)	
性別	学年	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度
男子	１	7.77	7.73	10.63	11.54	25.05	26.12	25.35	23.53	—	—	15.64	15.04	11.69	11.83	108.84	107.30	7.94	7.90
	2	9.76	9.58	13.49	14.17	26.76	26.92	28.38	27.74	—	—	24.99	22.60	10.58	10.73	121.69	120.93	12.28	11.55
	3	11.68	11.55	15.92	15.84	29.15	28.95	31.00	30.06	—	—	30.57	30.26	10.07	10.07	131.62	132.22	16.54	15.76
	4	13.64	13.37	17.05	18.01	32.20	31.63	35.14	34.79	—	—	40.65	40.26	9.58	9.57	140.04	140.20	20.09	19.42
	5	15.92	15.83	19.35	19.16	34.30	33.50	37.74	38.01	—	—	49.89	49.14	9.18	9.18	151.72	150.94	24.65	23.29
	6	18.74	18.75	21.38	21.50	36.26	35.52	42.06	42.17	—	—	61.08	61.89	8.85	8.77	161.37	159.22	28.13	27.75
女子	1	7.07	7.10	10.14	10.99	27.05	27.84	24.46	22.68	—	—	13.57	13.27	12.05	12.11	101.05	99.91	5.50	5.26
	2	9.06	8.56	12.70	13.31	28.55	29.05	26.66	26.27	—	—	19.49	17.43	10.97	11.11	112.08	111.77	7.72	7.20
	3	11.00	10.79	14.65	14.56	32.14	31.63	29.17	28.50	—	—	22.81	22.60	10.38	10.47	123.02	122.57	9.65	9.22
	4	12.95	12.78	15.75	16.45	34.99	35.47	32.60	32.13	—	—	29.10	28.90	9.93	9.96	130.79	130.89	12.22	11.35
	5	15.43	15.28	17.12	17.28	37.92	36.92	34.81	35.11	—	—	37.54	37.22	9.51	9.50	141.27	142.35	14.57	13.88
	6	18.22	18.46	19.02	18.98	40.10	39.28	39.23	39.57	—	—	46.94	47.46	9.20	9.14	149.19	148.26	16.82	16.26

<中学校>

種 目 項 目		握力 (Kg)		上体起 (回)		体前屈 (cm)		反復横 (点)		持久走 (秒)		シャトル (折り返し数)		５０m走 (秒)		立ち幅 (cm)		ボール投 (m)	
性別	学年	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度
男子	1	22.73	22.72	23.35	22.76	39.35	39.38	45.57	45.75	—	—	72.08	70.61	8.42	8.41	179.80	171.95	19.19	17.82
	2	27.40	27.70	26.66	26.92	43.64	43.15	49.93	49.81	—	—	85.48	87.75	7.93	7.94	192.31	192.60	21.52	21.73
	3	33.57	32.36	28.77	28.81	47.42	46.78	52.17	51.86	—	—	91.88	91.65	7.57	7.60	205.63	203.94	24.52	23.09
女子	1	20.83	20.87	19.70	18.97	42.77	42.56	41.20	41.23	—	—	51.60	52.29	8.99	9.01	159.97	156.63	12.54	11.83
	2	22.71	22.64	21.49	22.24	44.56	43.96	43.61	44.09	—	—	59.23	60.20	8.81	8.78	163.37	164.08	13.53	13.37
	3	24.20	24.19	22.73	22.69	46.54	45.41	44.45	44.68	—	—	56.50	58.46	8.76	8.75	167.61	165.94	14.56	14.08

<高等学校>

種 目 項 目		握力 (Kg)		上体起 (回)		体前屈 (cm)		反復横 (点)		持久走 (秒)		シャトル (折り返し数)		５０m走 (秒)		立ち幅 (cm)		ボール投 (m)	
性別	学年	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度	２３年度	２４年度
男子	1	35.53	36.33	31.34	32.27	47.12	48.09	56.14	56.28	430.95	426.81	91.68	96.52	7.48	7.26	218.26	215.78	24.98	25.32
	2	37.42	37.60	29.70	32.07	43.58	48.72	51.68	58.95	411.96	365.44	101.25	106.95	7.32	7.06	226.05	224.18	25.60	26.90
	3	38.17	39.86	31.94	33.50	47.22	51.17	57.49	59.73	400.03	343.04	108.31	104.20	7.12	7.01	225.23	225.85	26.50	26.81
女子	1	23.76	24.78	25.24	26.81	47.71	47.46	48.97	50.03	323.67	319.00	58.61	62.23	8.57	8.58	175.09	173.76	14.39	14.53
	2	24.80	25.35	24.94	26.13	47.36	49.96	47.62	50.34	413.03	325.86	58.42	64.50	8.82	8.48	172.38	178.68	15.01	15.07
	3	25.35	25.09	25.86	26.01	48.53	48.65	48.80	50.15	530.00	304.80	57.88	59.23	8.84	8.73	170.98	171.22	14.81	15.04

※ １１年度～２４年度の平均値の推移については資料編p 14から参照。

平成24年度京都市立学校児童・生徒の体格、新体力テストの平均値と平成23年度全国平均値との比較

<小学校>

種 目 項 目			身長 (cm)		体重 (Kg)		握力 (Kg)		上体起 (回)		体前屈 (cm)		反復横 (点)		シャトル (折り返し数)		50m走 (秒)		立ち幅 (cm)		ボール投 (m)	
学年	性別	区分	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
1年	男	京都市	116.50	5.04	21.10	3.17	7.73	2.43	11.54	5.38	26.12	7.87	23.53	6.44	15.04	7.72	11.83	1.32	107.30	18.25	7.90	3.23
		全国	116.82	4.93	21.41	3.11	9.41	2.34	11.33	5.43	25.86	6.70	27.58	5.37	18.22	9.01	11.53	1.01	115.33	17.27	8.81	3.27
	女	京都市	115.40	4.75	20.50	2.97	7.10	2.32	10.99	4.68	27.84	8.17	22.68	6.24	13.27	5.89	12.11	1.14	99.91	16.40	5.26	1.80
		全国	116.11	4.85	20.96	3.08	8.81	2.33	10.83	5.40	27.92	7.01	26.44	4.70	15.42	6.73	11.88	1.04	106.77	16.21	5.80	2.05
2年	男	京都市	122.40	5.14	23.70	3.82	9.58	2.89	14.17	5.59	26.92	7.29	27.74	6.72	22.60	11.94	10.73	1.13	120.93	19.59	11.55	4.62
		全国	122.44	5.29	23.61	3.52	11.11	2.63	14.29	5.65	27.42	6.85	31.35	6.33	28.84	13.71	10.68	0.90	126.79	17.66	13.09	4.95
	女	京都市	121.40	5.13	23.20	3.64	8.56	2.69	13.31	5.58	29.05	7.18	26.27	6.23	17.43	8.83	11.11	1.03	111.77	17.94	7.20	2.58
		全国	121.73	4.95	23.37	3.48	10.34	2.42	13.30	5.00	29.69	6.75	29.62	5.69	22.08	10.24	10.98	0.91	118.84	16.49	7.91	2.51
3年	男	京都市	128.30	5.42	26.90	4.85	11.55	3.23	15.84	5.44	28.95	7.67	30.06	7.08	30.26	15.62	10.07	0.92	132.22	18.97	15.76	6.07
		全国	128.42	5.23	26.84	4.25	12.98	3.01	16.10	5.68	29.04	6.82	35.23	6.91	37.54	16.56	10.12	0.86	136.14	18.33	16.67	5.94
	女	京都市	127.30	5.43	26.20	4.43	10.79	3.07	14.56	5.02	31.63	7.59	28.50	6.32	22.60	11.65	10.47	0.89	122.57	18.02	9.22	3.30
		全国	127.61	5.23	26.22	4.20	12.18	2.79	15.00	5.06	31.93	6.97	33.27	6.24	27.40	11.85	10.39	0.77	127.23	17.09	9.88	2.99
4年	男	京都市	133.60	5.65	30.10	5.94	13.37	3.32	18.01	5.72	31.63	8.78	34.79	7.82	40.26	18.48	9.57	0.84	140.20	20.12	19.42	6.94
		全国	133.67	5.68	30.13	5.49	14.84	3.18	18.39	5.88	31.17	7.08	39.12	7.32	46.83	18.79	9.56	0.80	147.14	18.85	21.54	7.16
	女	京都市	133.50	6.05	29.50	5.45	12.78	3.34	16.45	5.16	35.47	8.86	32.13	7.01	28.90	12.87	9.96	0.84	130.89	19.14	11.35	4.22
		全国	133.75	5.99	29.78	5.19	14.13	3.16	16.61	5.06	34.04	7.42	36.88	7.33	34.96	14.59	9.89	0.76	138.05	19.26	12.37	4.02
5年	男	京都市	138.80	6.08	33.60	6.79	15.83	3.90	19.16	5.56	33.50	8.85	38.01	8.41	49.14	20.73	9.18	0.83	150.94	21.99	23.29	8.27
		全国	138.79	5.93	33.61	6.44	17.03	3.60	19.68	5.62	33.20	7.85	42.29	7.13	54.40	20.92	9.28	0.74	154.54	18.49	25.48	8.09
	女	京都市	140.10	6.86	33.60	6.75	15.28	4.01	17.28	5.10	36.92	8.95	35.11	7.73	37.22	15.77	9.50	0.75	142.35	21.00	13.88	4.95
		全国	140.26	6.81	33.78	6.27	16.55	3.84	18.37	5.36	37.08	8.03	40.24	6.29	41.97	16.80	9.53	0.75	146.19	18.74	14.75	4.91
6年	男	京都市	144.80	7.00	37.50	8.01	18.75	4.56	21.50	5.57	35.52	8.95	42.17	7.95	61.89	21.75	8.77	0.74	159.22	22.11	27.75	9.39
		全国	144.90	6.90	37.67	7.46	19.90	4.46	21.73	5.80	34.96	8.37	45.76	6.77	62.07	21.35	8.88	0.73	164.59	21.05	29.66	9.40
	女	京都市	147.00	6.87	38.70	7.66	18.46	4.52	18.98	5.17	39.28	9.12	39.57	7.19	47.46	18.21	9.14	0.76	148.26	21.46	16.26	6.13
		全国	146.97	6.61	39.06	7.33	19.72	4.41	19.79	5.05	39.85	8.50	42.98	6.75	48.80	17.95	9.18	0.71	155.77	20.94	17.54	6.19

【標本数】

1年男： 851名，1年女： 743名 4年男： 1，214名，4年女： 1，174名
 2年男： 921名，2年女： 837名 5年男： 5，111名，5年女： 4，942名
 3年男： 1，074名，3年女： 1，127名 6年男： 1，809名，6年女： 1，686名

資 料 3

Tスコアーから見た平成24年度京都市平均値と平成23年度全国平均値との比較（平成23年度を50とした場合）

<男子>

	小学校						中学校			高等学校		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	1年生	2年生	3年生
握 力	42.83	44.20	45.24	45.40	46.66	47.43	46.20	45.83	45.36	46.61	44.74	46.25
上 体 起 こ し	50.40	49.78	49.55	49.36	49.08	49.61	46.91	48.41	47.58	54.36	50.73	51.10
長 座 体 前 屈	50.38	49.28	49.87	50.64	50.39	50.68	49.61	48.55	48.83	49.10	48.10	49.23
反 復 横 と び	42.46	44.31	42.51	44.09	43.99	44.71	44.14	44.97	44.27	51.03	52.70	52.43
20mシャトルラン	46.46	45.45	45.60	46.50	47.48	49.91	49.11	48.93	47.94	53.81	55.04	53.47
50 m 走	47.08	50.52	50.56	49.94	51.33	51.49	50.35	48.27	47.64	47.06	46.63	46.77
立 ち 幅 と び	45.35	46.68	47.86	46.32	48.05	47.45	45.53	46.45	45.38	49.00	49.06	48.46
ボ ー ル 投 げ	47.24	46.90	48.47	47.04	47.29	47.97	46.79	49.32	46.81	50.60	50.76	49.40

<女子>

	小学校						中学校			高等学校		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	1年生	2年生	3年生
握 力	42.69	42.66	45.01	45.74	46.69	47.15	47.22	46.49	46.13	47.49	47.40	46.01
上 体 起 こ し	50.29	50.03	49.13	49.68	47.95	48.40	46.03	48.23	46.83	56.44	53.56	51.82
長 座 体 前 屈	49.88	49.06	49.56	51.93	49.80	49.33	49.49	48.04	47.84	50.73	51.84	49.24
反 復 横 と び	42.02	44.12	42.36	43.52	41.84	44.94	43.03	44.80	44.52	55.46	55.38	53.66
20mシャトルラン	46.81	45.46	45.95	45.84	47.17	49.26	49.25	49.04	48.94	56.39	55.36	52.01
50 m 走	47.74	48.54	49.08	49.06	50.48	50.60	49.61	49.17	49.00	45.92	45.34	48.39
立 ち 幅 と び	45.77	45.72	47.27	46.28	47.95	46.42	45.28	46.32	45.87	51.61	52.66	48.93
ボ ー ル 投 げ	47.37	47.14	47.79	47.46	48.24	47.93	47.95	48.42	47.83	49.84	50.12	49.23

資 料 4

Tスコアーから見た平成24年度京都市平均値と平成23年度京都市平均値との比較（平成23年度を50とした場合）

<男子>

	小学校						中学校			高等学校		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	1年生	2年生	3年生
握 力	49.86	49.35	49.57	49.24	49.75	50.02	49.98	50.44	48.35	51.37	50.29	52.68
上 体 起 こ し	51.76	51.24	49.84	51.68	49.67	50.20	48.99	50.45	50.07	51.59	53.49	52.24
長 座 体 前 屈	51.52	50.21	49.77	49.43	49.18	49.21	50.03	49.57	49.44	50.90	54.71	53.44
反 復 横 と び	47.27	49.09	48.78	49.57	50.32	50.13	50.25	49.84	49.60	50.20	55.38	52.92
20mシャトルラン	49.31	48.24	49.81	49.80	49.63	50.36	49.35	50.98	49.91	52.41	52.62	48.43
50 m 走	48.95	51.50	50.01	50.11	50.06	50.89	50.07	49.90	49.55	47.32	45.73	47.72
立 ち 幅 と び	49.27	49.60	50.30	50.07	49.66	49.08	46.82	50.11	49.40	48.85	49.23	50.26
ボ ー ル 投 げ	49.88	48.57	48.73	49.09	48.38	49.60	47.22	50.38	47.53	50.63	52.72	50.68

<女子>

	小学校						中学校			高等学校		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	1年生	2年生	3年生
握 力	50.12	48.14	49.25	49.53	49.61	50.54	50.09	49.85	49.97	52.74	51.27	49.44
上 体 起 こ し	51.68	51.18	49.82	51.34	50.31	49.92	48.65	51.24	49.94	52.81	51.88	50.20
長 座 体 前 屈	51.11	50.65	49.44	50.51	48.98	49.13	49.79	49.42	48.92	49.73	52.40	50.11
反 復 横 と び	47.11	49.41	49.03	49.38	50.38	50.41	50.04	50.70	50.31	51.99	53.61	52.28
20mシャトルラン	49.55	47.93	49.82	49.86	49.79	50.29	50.36	50.45	50.88	51.94	52.88	50.65
50 m 走	49.45	48.41	48.96	49.64	50.12	50.74	49.73	50.38	50.15	50.06	45.33	48.90
立 ち 幅 と び	49.38	49.83	49.75	50.05	50.48	49.55	48.56	50.29	49.38	49.35	52.82	50.10
ボ ー ル 投 げ	48.82	48.25	48.73	48.10	48.71	49.11	48.16	49.61	49.00	50.38	50.17	50.60

2 京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移

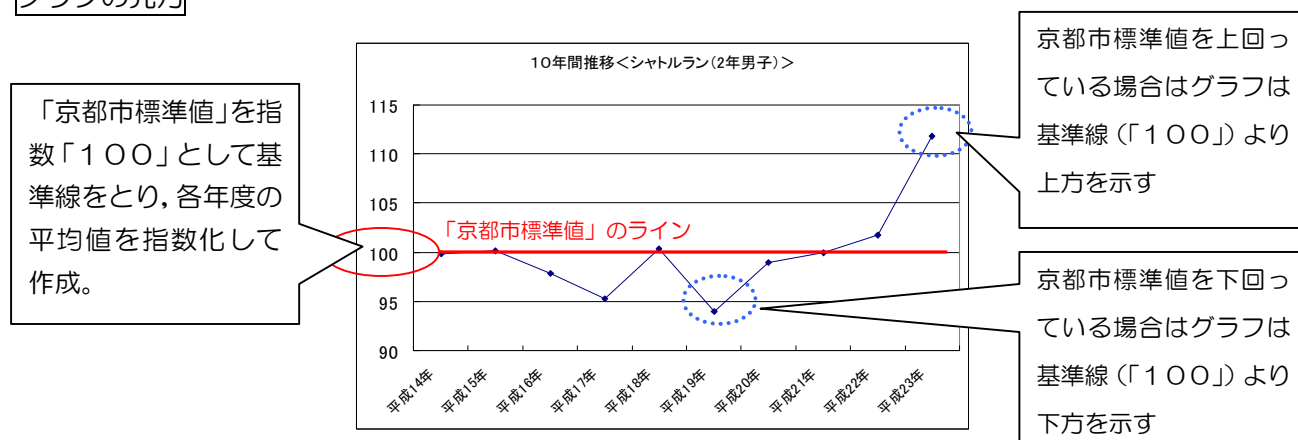
「京都市標準値」※との比較による折れ線グラフにより、京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移を示す表と共に、各種目と体力要素の関わりについて考察する。

※「京都市標準値」…各年度の種目別平均値について過去10年間の平均値を算出した値

校 種	比較考察対象	分析種目
小学校	2年生	シャトルラン・50m走・立ち幅とび・ボール投げ
	5年生	握力・シャトルラン・50m走・ボール投げ
中学校	2年生	握力・シャトルラン・50m走・ボール投げ
高等学校	2年生	握力・50m走・ボール投げ

※ 高等学校については、シャトルランを実施していない年度があるため分析していない

グラフの見方



◎平成15年度～24年度「京都市標準値」と24年度「京都市平均値」比較

種 目 対 象			握 力		シャトルラン		50m走		立ち幅とび		ボール投げ※	
			標準値	24 平均値	標準値	24 平均値	標準値	24 平均値	標準値	24 平均値	標準値	24 平均値
小 学 校	2 年	男子			22.38	22.60	10.76	10.73	123.02	120.93	12.33	11.55
		女子			17.61	17.43	11.09	11.11	113.79	111.77	7.53	7.20
	5 年	男子	16.21	15.83	47.51	49.14	9.25	9.18			24.74	23.29
		女子	15.56	15.28	36.39	37.22	9.53	9.50			14.59	13.88
中 学 校	2 年	男子	28.72	27.70	82.74	87.75	7.99	7.94			21.50	21.73
		女子	23.01	22.64	56.35	60.20	8.83	8.78			13.57	13.37
高 等 学 校	2 年	男子	38.23	37.60			7.14	7.06			26.16	26.90
		女子	25.35	25.35			8.76	8.48			14.39	15.07

●数値は小数第3位で四捨五入

●ゴシック体：24 平均値が標準値を上回っている種目

※ 小学生はソフトボール投げ、中学・高校生はハンドボール投げ

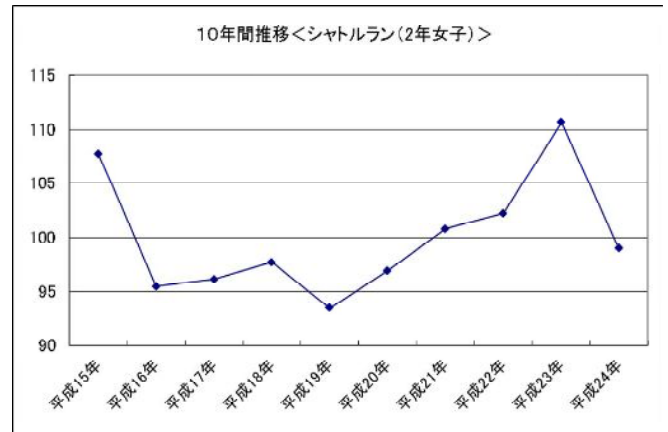
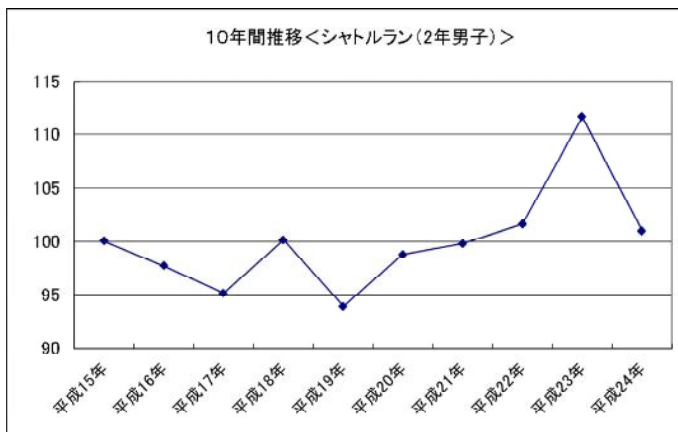
(1) 小学校2年生の考察

各種目と体力要素の関わり ※下記表の□の項目が考察対象です。

	体力要素 種目	うごきを 持続する力 (全身・筋 持久力)	すばやさ (スピード)	体の 柔らかさ (柔軟性)	力強さ (筋力)	タイミングのよさ (敏捷性) (巧緻性)
	握 力				○	
	上 体 起 し	○			○	
	長 座 体 前 屈			○		
	反 復 横 と び		○			○
走	20mシャトルラン	○				
	持 久 走	○				
	50 m 走		○		○	
跳	立 ち 幅 と び				○	○
投	ソフト・ハンドボール投げ				○	○

10年推移グラフ

～20mシャトルラン～



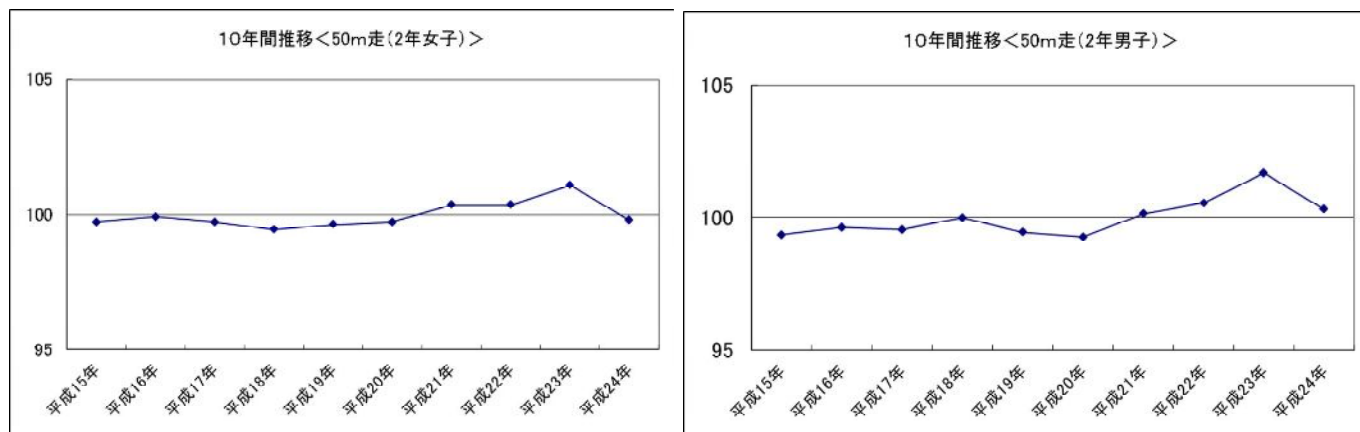
【10年間の推移傾向と体力要素について】

平成20年度までは、京都市標準値(「100」のライン)を下回ることが多かったが、21年度以降は男女ともに上回るようになってきたが、24年度はどちらも落ち込んでいる。全国の平均値(男子約29回、女子約22回)を大きく下回っており、今後も動きを持続する力(全身・筋持久力)が求められる20mシャトルランをどのように向上させていくかの課題は残る。

【要素を伸ばす運動】

子どもたちの全身・筋持久力を向上させていくためには、ある程度長い時間、運動を継続して行い、心肺機能を高めていくことが必要である。また、新学習指導要領で新設された多様な動きをつくる運動(遊び)などの学習場の中で、楽しみながらできる運動として、長い時間運動を継続して行うような場面を取り入れていきたい。さらに、学習場面だけではなく、子どもたちが休み時間を利用して「鬼ごっこ」などをして遊ぶことは、子どもたちの全身・筋持久力の向上には効果的である。

～50m走～



【10年間の推移傾向と体力要素について】

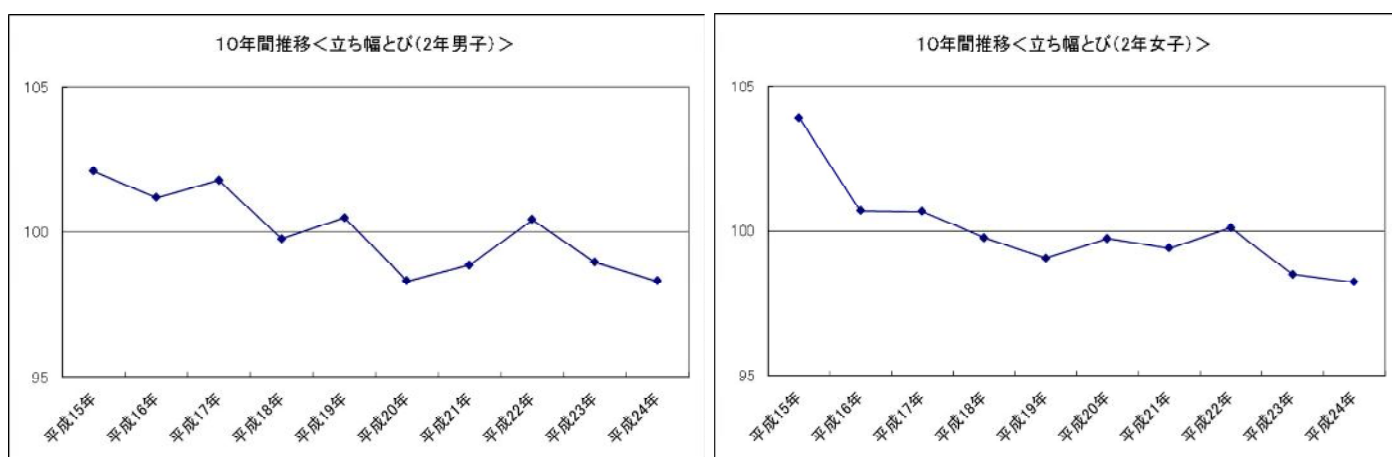
運動の基礎となる走力については、この10年間、ほぼ横ばい傾向であるが、平成21年度からの4年間では、男子が4年間、女子も3年間、京都市標準値を上回っている。

【要素を伸ばす運動】

体育の学習や休み時間等、子どもたちは多くの場面で「走る」ことを行っている。しかし、体育の学習でボール運動を行っているときや休み時間に友達と走り回って遊んでいるときに、自分の走り方を気にして走っている子どもは少ないと考えられる。正しいフォームで走ることは、走力を高めるのに効果的である。そこで、**体育学習で行う「かけっこ遊び」や「リレー遊び」などを通して、**

① **きちんとしたフォームで、②しっかりと腕を振って走ること、③足をしっかりとあげて走ること、など、まずは簡単なことから意識して走ろうとするような声かけや指導**を行っていくことは、子どもたちの速く走る力を高めることに効果的である。

～立ち幅とび～



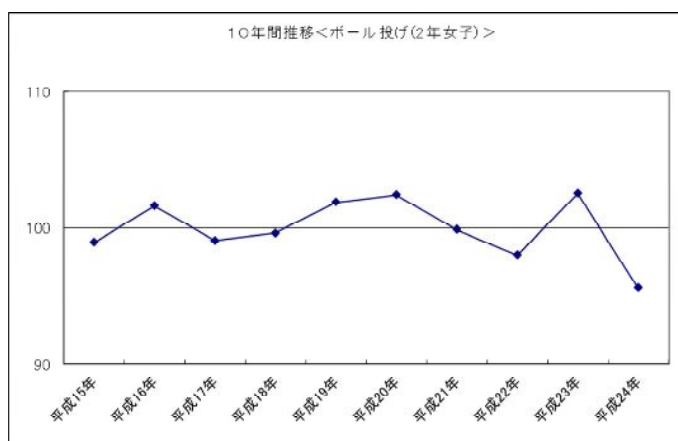
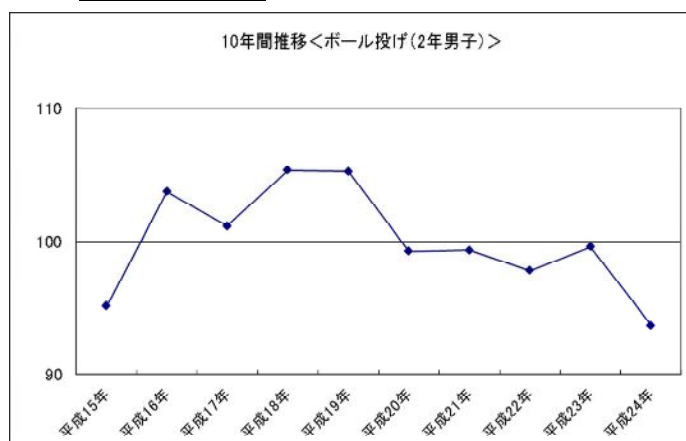
【10年間の推移傾向と体力要素について】

平成18年度頃から京都市標準値を下回ることが多く、全体的に低下傾向にあると言える。跳ぶことも走ることと同様に、運動の基本となるものであり、低下傾向の防止に向けて、引き続き効果的な取組を行っていくことが必要である。

【要素を伸ばす運動】

子どもたちの力強く跳ぶ力やタイミングよく跳ぶ力を向上させていくためには、自分の体を効果的に動かすことに慣れる必要がある。きちんとしたフォームで、しっかりと腕を振って跳んだり、膝の屈伸運動を意識して跳んだりすることが必要となる運動であるので、多様な動きをつくる運動（遊び）などの学習の中で、簡単な障害物を避けて跳ぶなど、楽しみながらできる運動の中に俊敏性や巧緻性を高める要素を取り入れていくことが必要である。

～ボール投げ～



【10年間の推移傾向と体力要素について】

それぞれの年度にばらつきがあり傾向はつかみにくいが、男女ともにこの4・5年は京都市標準値を下回っており、特に今年度の落ち込みが最も大きくなっている。俊敏性や巧緻性といった、体をタイミングよく動かすことやボールを投げるために必要な筋力アップにつながる運動を継続して行っていく必要がある。

【要素を伸ばす運動】

遊ぶ場所や遊ぶ時間の減少など、以前と比べて子どもたちの生活様式が大きく変わり、ボールを遠くに投げたり、力一杯投げたりする経験が少なくなっていることは、これまでも言われてきているが、低学年の子どもたちが小さいボールを扱う経験は、体育の学習場面ではあまりない。そこで、「的当て」をしたり、ボール運動（遊び）の学習の準備運動時間に、意識的に小さいボールを扱うような時間を確保したりして、正しい投げ方に慣れていくことは、子どもたちがボールを遠くまで投げる力を高めることに効果的である。

全体のまとめ

以上、2年生の新体力テストの10年間の推移をみると、上昇している種目もあれば、下降している種目もある。全国平均値と比較すると、男子では「上体起こし」、女子では「50m走」のそれぞれ1種目ずつが上回っているが、他の種目では下回っているのが現状である。そのことから、これからも引き続き、子どもたちの体力・運動能力の向上を図るために、体育学習の充実はもちろん、遊びや生活の指導、さらには家庭への働きかけなど、あらゆる面で取組を進めていくことが必要である。

(1) 小学校5年生の考察

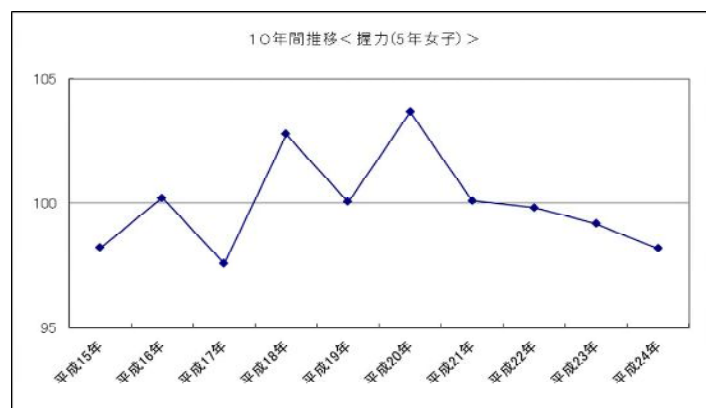
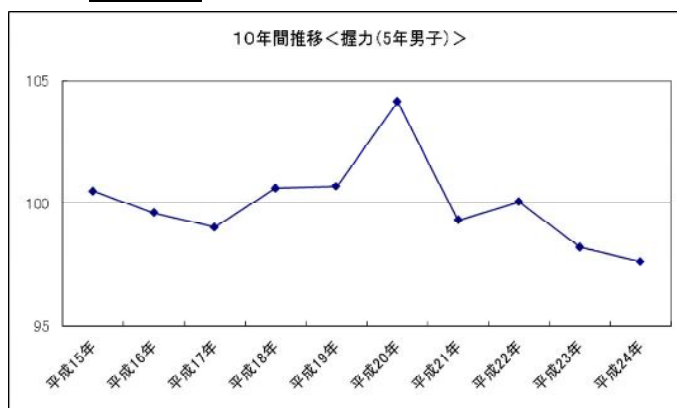
各種目と体力要素の関わり

※下記表の□の項目が考察対象です。

	体力要素 種目	うごきを 持続する力 (全身・筋 持久力)	すばやさ (スピード)	体の 柔らかさ (柔軟性)	力強さ (筋力)	タイミングのよさ (敏捷性) (巧緻性)
	握 力				○	
	上 体 起 し	○			○	
	長 座 体 前 屈			○		
	反 復 横 と び		○			○
走	20mシャトルラン	○				
	持 久 走	○				
	50 m 走		○		○	
跳	立 ち 幅 と び				○	○
投	ソフト・ハンドボール投げ				○	○

10 年推移グラフ

～握力～



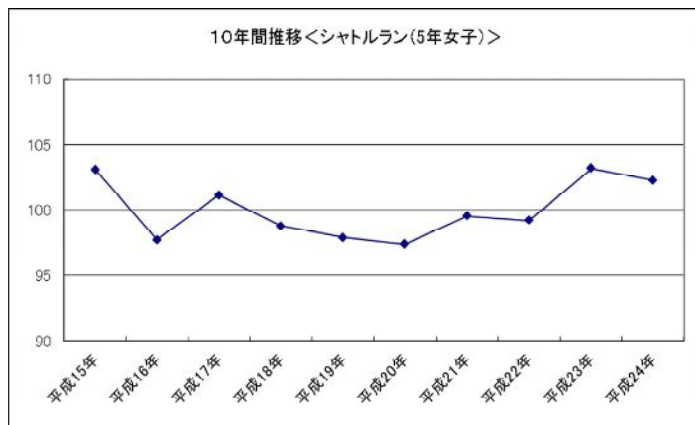
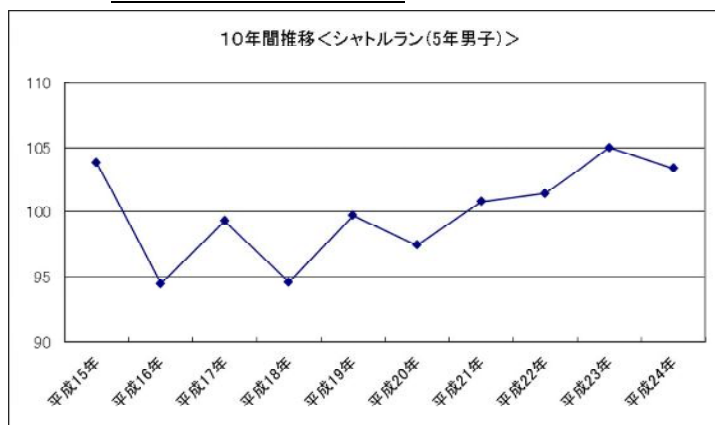
【10 年間の推移傾向と体力要素について】

それぞれの年度にばらつきがあり、傾向がつかみにくいですが、この2・3年は男女ともに京都市標準値を下回っている。力強い運動を行っていくために握力だけではなく、**他の筋力も含めた筋力アップにつながる運動を行っていく必要がある。**

【要素を伸ばす運動】

子どもたちの握力を向上させていくためには、新学習指導要領で新設された、多様な動きをつくる運動（遊び）の中で、楽しみながらできる「**グーパー体操**」などを取り入れたり、安全面には十分注意した上で、「**鉄棒遊び**」や「**鉄棒運動**」を通して、**自らの体重を支えるような運動を取り入れることが有効**である。また、測定方法自体が普段の生活とはかけ離れていることもあるため、測定方法に慣れるため、低学年から測定の積み重ねも必要であると考えられる。

～20mシャトルラン～



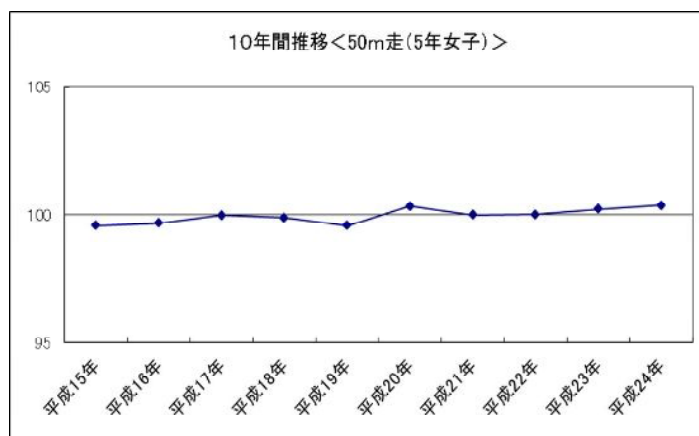
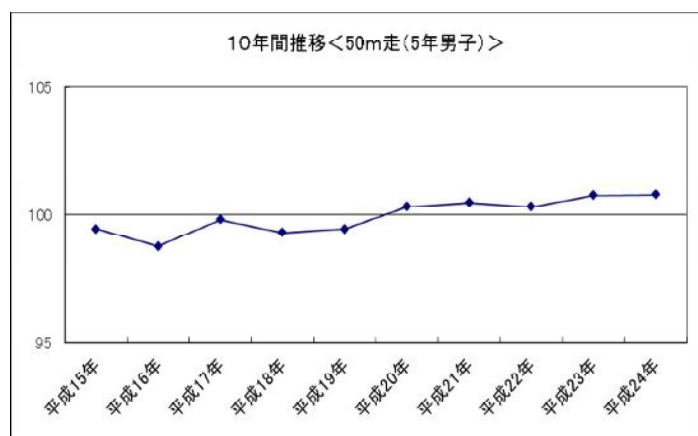
【10年間の推移傾向と体力要素について】

この10年間の推移を見てみると、上昇・下降を繰り返し傾向はつかみにくいですが、男子は21年度からの4年間、女子はこの2年間で京都市標準値を上回っている。しかし全国の平均値（男子約54回、女子約42回）を上回ることとはなく、今後も動きを持続する力（全身・筋持久力）をどのように向上させていくか、低学年同様の課題である。

【要素を伸ばす運動】

子どもたちの全身・筋持久力を向上させていくためには、ある程度長い時間、運動を継続して行い、心肺機能を高めていくことが必要である。京都市の指導計画においては、高学年で取り入れられている「ジョギング」や、全学年で取り入れられている「水遊び・水泳」などの学習を通して、一人一人の運動能力の差や実態に応じ、課題を明確にして運動を行っていくことが、子どもたちの全身・筋持久力の向上には効果的である。

～50m走～



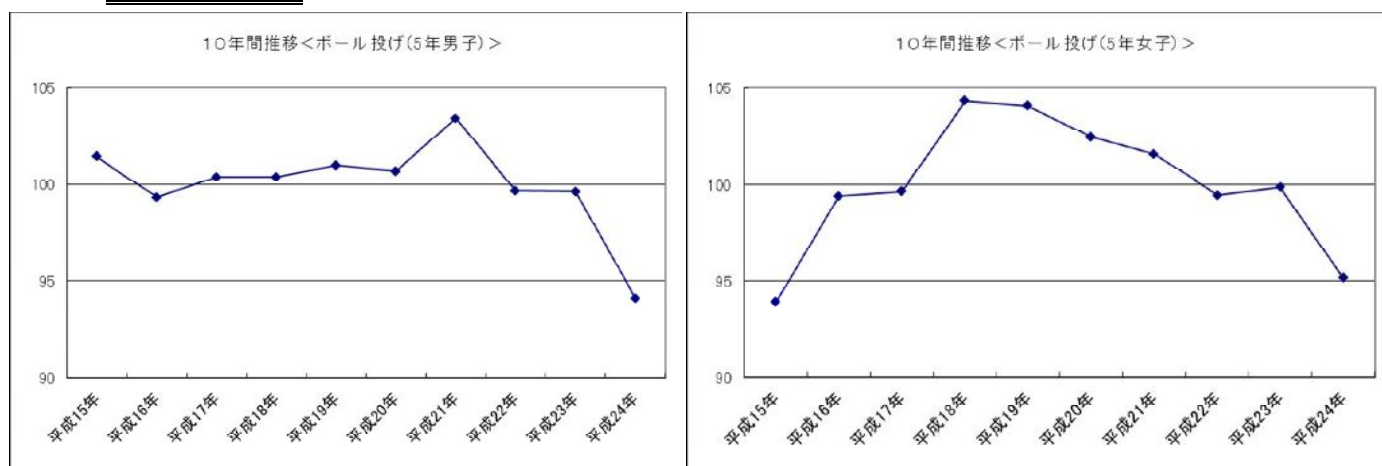
【10年間の推移傾向と体力要素について】

運動の基礎となる走力については、この10年間、ほぼ横ばい傾向であるが、平成20年度からの5年間では、京都市標準値を僅かにではあるが上回っており、23年度と24年度に関しては、男女ともに全国の平均値を上回っている。特に男子では、この10年間の推移としてとらえると、少しずつではあるが、向上してきていると言える。

【要素を伸ばす運動】

体育の学習や休み時間等，子どもたちは多くの場面で「走る」ことを行っている。しかし，体育の学習でボール運動を行っているときや休み時間に友だちと鬼ごっこをして遊ぶときに，自分の走り方を気にして走っている子どもは少ないと考えられる。そこで，体育で行うリレーの学習や短距離走の学習を通して，①自分に合ったスタートの仕方を学ばせる②きちんとしたフォームでしっかりと手を振って走することを意識させるなど，低学年のころから引き続き，きちんとした「走り方」を意識させ身に付けさせていくことが，子どもたちの速く走る力を高めることに効果的である。

～ボール投げ～



【10年間の推移傾向と体力要素について】

それぞれの年度にばらつきがあり，傾向はつかみにくい，平成22年度からの3年間で，京都市標準値を下回っている。敏捷性や巧緻性といった，タイミングよく体を動かすことやボールを投げるために必要な筋力アップにつながる運動を継続して行っていく必要がある。

【要素を伸ばす運動】

以前と比べて，子どもたちの生活様式が大きく変わり，ボールを遠くまで投げたり，力一杯投げたりする経験が少なくなっていることは，これまでも言われてきているが，現在京都市の指導計画では，これまでになかった「ベースボール型」の学習を取り入れている。その学習を通して，腕をしっかりあげ，肩を回して投げる，といった正しい投げ方・フォームを身に付けることは，子どもたちがボールを遠くまで投げる力を高めることに効果的である。

全体のまとめ

以上，5年生の新体力テストの10年間の推移を見ると，男女にかかわらず上昇している種目もあれば，下降している種目もある。全国平均値と比較すると，男女ともに上回っているのは50m走で，長座体前屈は男子のみ上回っているが，その他の種目では下回っている。そのことから，これからの引き続き子どもたちの体力・運動能力の向上を図るために，体育学習の充実はもちろん，遊びや生活の指導，さらには家庭への働きかけなど，あらゆる面で取組を進めていくことが必要であると考えられる。

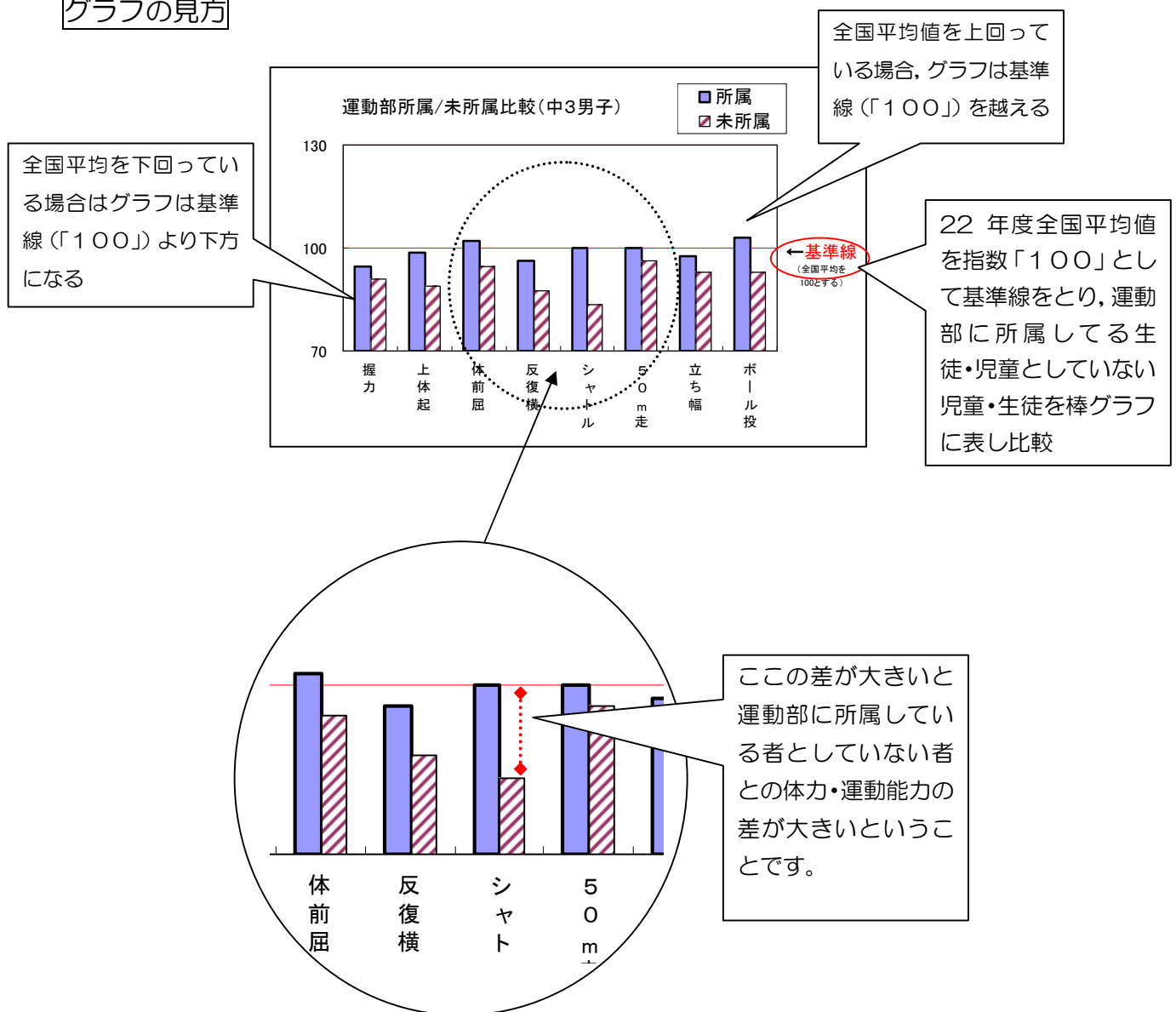
3 運動部活動所属による比較

「23年度全国平均値」と運動部に「所属している者」と「所属していない者」の24年度京都市平均値との比較により、運動部活動の所属の有無による体力・運動能力の差異を示す。

○比較対象対象

小学校6年生、中学校3年生、高等学校3年生

グラフの見方



(1) 小学校6年生

<男 子>

運動部所属／未所属比較

所属者の記録は、全ての測定種目において未所属者の記録を上回っていた。

目立って大きな差が見られたのは、「上体起こし」、「20mシャトルラン」、「ソフトボール投げ」であった。

全国平均値との比較

所属者の場合、「上体起こし」、「長座体前屈」、「20mシャトルラン」、「50m走」の4種目において上回った。23年度は、所属者が上回ったのは3種目（「長座体前屈」、「20mシャトルラン」、「50m走」）

であったのに比べると、24年度は1種目増えている。「握力」や「反復横とび」の2種目に関しては、ここ数年、続けて全国平均値を下回っている。

未所属者の場合は、昨年度同様「長座体前屈」の1種目のみが上回るという結果であった。

<女 子>

運動部所属／未所属比較

男子の場合と同様、所属者の記録は全ての未所属者の記録を上回っていた。目立って大きな差が見られた種目も、男子と同様「上体起こし」、「20mシャトルラン」、「ソフトボール投げ」の3種目であった。

全国平均値との比較

所属者の場合、「上体起こし」、「長座体前屈」、「20mシャトルラン」、「50m走」、「ソフトボール投げ」の5種目において上回った。「握力」「反復横とび」、「立ち幅跳び」の3種目が全国平均を下回り、この結果は3年連続で同じである。

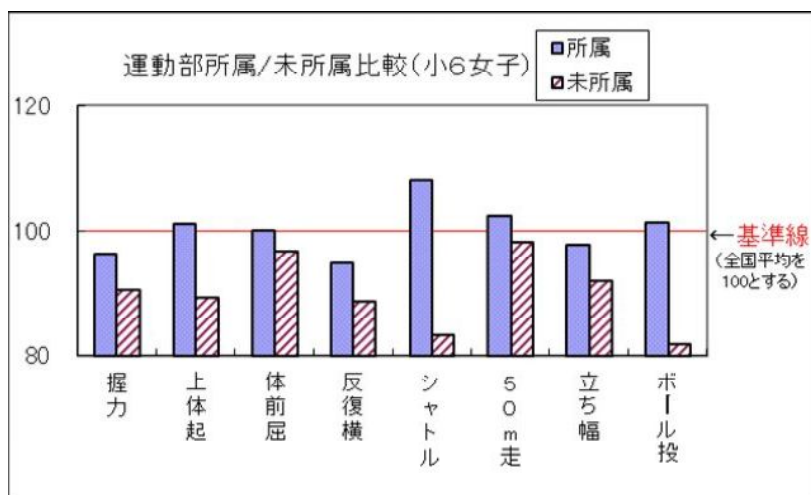
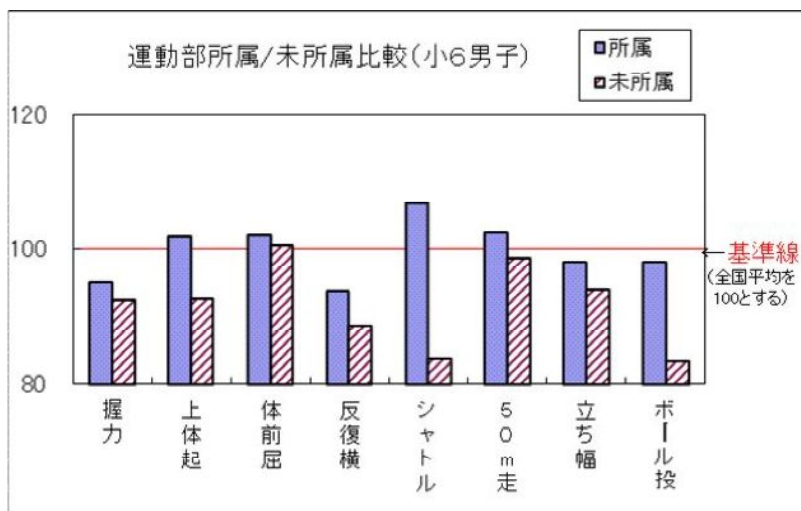
未所属者の場合は、1種目も上回った種目は無かった。

考察

以上の結果から、運動部所属者は未所属者より体力・運動能力で明らかに高い水準にあるということが分かる。このことは、「運動をよくする子どもと、ほとんどしない子どもの二極化傾向」の顕著な表れである。また、男女とも大きな差が見られた「上体起こし」「20mシャトルラン」「ボール投げ」は、運動経験の差が大きく影響する種目であることが考えられる。

「運動部に所属する」ことは自らの希望であり、運動部所属者は体を動かす機会が多いことに加えて、運動に対する関心も高い。運動部に所属することは、運動を行う機会が増え、結果、体力向上につながっている。しかし、運動能力の低い児童は体を動かす機会が少ないため、一層の体力の低下につながっている。

児童の体力を高めるために、学校の果たす役割は大きい。普段から運動に接する機会の少ない児童に対して、体育学習を通して運動の楽しさを味わわせたり、スポーツに生涯にわたって取り組んでいこうという気持ちを育んだりしていくことが大切である。そのためには指導者側が意識して、体育学習の進め方や各運動のポイントを研究していく必要がある。また、体育的行事や業間休みの取り組みを工夫していくことで、運動の機会を増やし、児童の体力を高めていくことも大切である。さらに、家庭でも運動に積極的に取り組むことができるよう、家庭でもできる運動を児童や保護者に向けて発信していくという役割も大切だと考えられる。



< 小学校・部活動所属による平均値の比較【４年～６年】 >

●：運動部所属

学年	性別	区分	握力 (Kg)	上体起 (回)	体前屈 (cm)	反復横 (点)	シャトル (折り返し数)	５０m走 (秒)	立ち幅 (cm)	ボール投 (m)	標本数 (名)
４年	男	●	13.66	18.31	31.32	35.44	43.85	9.50	141.81	20.58	675
			12.99	17.61	32.02	33.97	35.92	9.64	138.13	17.92	539
		全国	14.84	18.39	31.17	39.12	46.83	9.56	147.14	21.54	—
	女	●	13.11	17.12	35.00	32.60	30.85	9.86	132.63	12.24	491
			12.54	15.95	35.81	31.80	27.54	10.03	129.60	10.69	684
		全国	14.13	16.61	34.04	36.88	34.96	9.89	138.05	12.37	—
５年	男	●	16.11	19.64	33.90	38.72	51.86	9.08	152.95	24.28	3397
			15.27	18.21	32.71	36.60	43.77	9.37	146.94	21.31	1715
		全国	17.03	19.68	33.20	42.29	54.40	9.28	154.54	25.48	—
	女	●	15.72	17.93	37.37	36.00	40.44	9.37	145.37	14.99	2573
			14.79	16.56	36.43	34.14	33.73	9.63	139.07	12.69	2370
		全国	16.55	18.37	37.08	40.24	41.97	9.53	146.19	14.75	—
６年	男	●	18.91	22.11	35.70	42.90	66.23	8.67	161.31	29.09	1256
			18.37	20.10	35.14	40.51	51.96	9.01	154.50	24.69	554
		全国	19.90	21.73	34.96	45.76	62.07	8.88	164.59	29.66	—
	女	●	18.95	20.00	39.85	40.75	52.71	8.97	152.23	17.75	957
			17.83	17.65	38.53	38.01	40.60	9.37	143.08	14.31	730
		全国	19.72	19.79	39.85	42.98	48.80	9.18	155.77	17.54	—

4 今 後 の 課 題

子どもの体力低下が、市民の間でも認識され、関係各方面で子どもの体力向上のための様々な事業が推進されているところである。

文部科学省の全国の体力調査では、子どもの体力の改善がはっきりと明確化したと発表された。翻って京都市はどうか。京都市も全国と同じような傾向にはあるが、大きく改善されていない。詳しくは、これまでの資料と考察をご覧いただきたい。

子どもたちにとって「体力の向上」とは、子どもたちがこれからの生涯、様々な活動を行うための原動力、「生きるための力」を付けることである。意識的なことも含め、体力・運動能力の向上には持続的な取組が必要であり、またこれまでの取組を検討・修正し、必要に応じて新たな内容の取組を展開する必要がある。

① 体育科・保健体育科の学習指導の充実に向けて取組の継続

すべての教職員が体力低下の現状と子どもたちの身体活動の重要性を再認識し、子どもたちに身に付けさせたい体力・運動能力の内容を明らかにし、そのための授業改善や適切な運動の配列を工夫した指導計画の作成と実施に努めることが必要である。

② 「生涯スポーツ」を見据えた学校教育活動における運動機会の設定と指導の充実

すべての児童生徒が運動の楽しさを経験する機会の設定と指導の充実に努めることで、運動から遠ざかり気味の子が楽しく遊んだり運動したりできるように努める。

休み時間や放課後の自由遊び、特別活動、運動部活動など学校教育全般での取組を検討・工夫・実施していくことで、子ども自らが運動の楽しさを追及し、生涯に渡ってスポーツに親しむ意識を育む。

③ 体力に関する児童生徒の的確な現状分析と各取組の評価

児童生徒の体力の実態をよりの確に把握することが大切である。そのためには、新体力テスト標本数の増加が必要である。そこで、各学校において新体力テストを実施するための条件整備と計画立案、実施に努める。

また、新体力テストに取り組む姿勢で数値に違いが出ることから、指導者が趣旨や実施方法について理解を深め、児童・生徒に伝える等、記録向上に向けた働きかけが必要である。

④ 家庭・地域の役割と連携

体力低下の危機的現状や子どもの体力向上の必要性について、保護者をはじめとする地域住民への意識付けを進める。

体力向上には、生活習慣が深く関わっている。適切な食生活の確立や十分な睡眠時間の確保などは、家庭の協力なしでは改善できない。家庭への生活習慣の認識や、改善が進められるような働きが必要である。

また、保護者や地域住民が運営主体者となった運動機会の設定を増進し、それへの子どもの参加をさらに推進する。