

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26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25年度・26年度京都市平均値比較）>
- 2 <平成26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25年度全国平均値との比較>
- 3 <T・スコアーから見た平成25年度・26年度京都市平均値の比較（25年度を50とした場合）>
- 4 <T・スコアーから見た平成26年度京都市平均値と25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	22
----------------------	----

(1) 小学校6年生	23
------------------	----

4 今後の課題	25
---------------	----

II 調査結果の概要

1 平成26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25年度・26年度京都市平均値比較）>
- 2 <平成26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25年度全国平均値との比較>
- 3 <T・スコアーから見た平成25年度・26年度京都市平均値の比較（25年度を50とした場合）>
- 4 <T・スコアーから見た平成26年度京都市平均値と25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	14
----------------------	----

(2) 中学校3年生	15
------------------	----

4 今後の課題	18
---------------	----

II 調査結果の概要

1 平成26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25年度・26年度京都市平均値比較）>
- 2 <平成26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25年度全国平均値との比較>
- 3 <T・スコアーから見た平成25年度・26年度京都市平均値の比較（25年度を50とした場合）>
- 4 <T・スコアーから見た平成26年度京都市平均値と25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	14
----------------------	----

(3) 高等学校3年生	15
-------------------	----

4 今後の課題	17
---------------	----

Ⅱ 調 査 結 果 の 概 要

1 平成26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 25年度京都市平均値との比較

＜小学校の傾向＞

平成26年度の京都市平均値を学年ごと男女別に平成25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 26 年度と京都市 25 年度平均値比較

種目 学年 性別	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
	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目	種目
握力	↑	↑								↑			3
上体起こし					↑		↑	↑		↑		↑	5
長座体前屈	↑	↑	↑	↑	↑		↑	↑	↑	↑	↑	↑	11
反復横とび							↑	↑		↑			3
20m シャトルラン				↑						↑		↑	3
50m 走			↑	↑				↑	↑				4
立ち幅跳び	↑									↑			2
ボール投げ										↑			1
学年別向上数値数 合 計	3	2	2	3	2	0	3	4	2	7	1	3	32

※↑…平均値が25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25年度より下回った

●26年度と25年度の京都市平均比較についての考察●

【男子の傾向】

向上数値数を見てみると、48項目中13項目で昨年度を上回るもしくは同じ数値となっており、半数以上の項目が下回っている。この結果より、体力が昨年度に比べて低下してきていると考えられる。

各種目別にみていくと、「長座体前屈」のみ昨年よりも上回るもしくは同じ数値であり、その他の7種目では下回る数値となった。

低・中・高学年別にみていくと、低学年の比較では、「長座体前屈」のみ両学とも昨年度の京都市平均値を上回るもしくは同じ数値となり、「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「ボール投げ」の4種目が両学年とも下回る数値となった。中学年の比較では、「上体起こし」「長座体前屈」の2種目が両学年ともに昨年度の京都市平均値を上回るもしくは同じ数値となり、「握力」「20mシャトルラン」「50m走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」の5種目で両学年ともに下回る数値となった。高学年では、「長座体前屈」のみ、両学年ともに京都市平均を上回るもしくは同じ数値となり、「握力」「上体起こし」「反復横とび」「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」「ボール投げ」の6種目で両学年ともに下回る数値となった。

【女子の傾向】

向上数値数は48項目中19項目で昨年度の数値を上回るもしくは同じ数値となっており、男子と同様に昨年度よりも児童の体力が低下したことがうかがえる。

各種目をみていくと、男子同様に「長座体前屈」はほとんどの学年で昨年度の京都市平均を上回るもしくは同じ数値であった。しかし、その他の7種目については、多くの学年で昨年度よりも下回る数値である。

低・中・高学年別にみていくと、低学年では、「上体起こし」「反復横とび」「立ち幅跳び」「ボール投げ」で昨年度の平均を下回っている。2年生は、昨年度1学年時にすべての種目で上回ったもしくは同じだった数値だった。しかし、2学年になると昨年度の数値を上回ったのは3種目となり、昨年からの向上は少ないと考えられる。中学年では、3学年が全種目で昨年度の結果を下回る数値であった。昨年度すべての種目で数値を上回った4年生は、今年度は4種目において向上した。昨年度に比べて両学年ともに体力の向上は大きくみられないと考えられる。高学年では、他学年と異なり、5学年は「50m」以外の種目で昨年度の京都市平均を上回るもしくは同じ数値がみられた。

【まとめ】

各種目の数値的な差がほとんどの学年で小さいことや、京都市の平均値の変動も大きいことから、一貫した傾向性を見出すことは難しい。例えば、昨年度の男子数値別向上数をみると、「握力」「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」「ボール投げ」の5種目が多くの学年で上回るもしくは同じ(平成25年度新体力テスト結果報告書より)であった。今年度は、「長座体前屈」以外の種目は半分以上の学年で下回る結果となった。昨年度数値を上回った種目で下がったと考えられる。この点を踏まえた上で、今年度の傾向を考えたい。

まず、全体的な傾向について、向上数値数をみると、昨年度の数値を上回るもしくは同じ数値のものが96項目中32項目にとどまり、数値だけみると体力が低下してきたのではないかと考えられる。ただし、昨年度は同様の比較において、96項目中61項目で上回るもしくは同じという結果であった。このことから、京都市の平均が例年よりも高かったとも考えられる。この結果より、一概に児童の体力が低下しているとは断言できないが、運動する機会を増やす必要があるのではないかと考える。しかし、「長座体前屈」は昨年度、今年度ともに数値を上回るもしくは同じ数値である。児童の柔軟性が増してきているのではないかと考える。

次に、6年生男子の数値に注目してみた。他の学年とは異なり、数値の低下が大きい。特に「ボール投げ」の種目で数値の低下が他の学年に比べ大きくなっている。ボールを投げる機会が少なくなってきたのではないかと考える。遊びの中でボールを投げるという動作を増やしていく必要があると思う。

全体的に向上数値数が下回っているのが今年度の特徴と言える。運動の機会が少なくなったり、運動に取り組む児童と取り組まない児童の二極化が進んだりしているのではないかと考える。

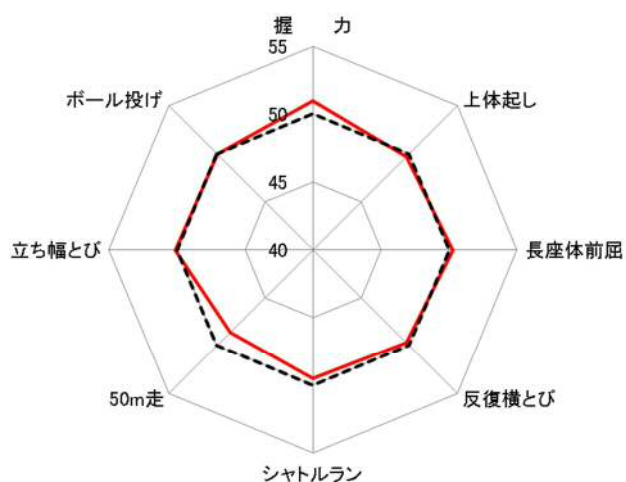
今年度多くの種目で昨年度より数値が低下したことにより、これまでの取組の見直しや、普段からの体育の学習や行間体育・休み時間など、教育活動全般を通して豊かな運動経験を確保し、児童の体力向上に努めていく必要がある。また、遊びの中で運動の面白さを自ら見出し、運動を楽しむ姿勢を身に付けてほしい。また、よりよい取り組みについて学校間で情報を交流したり、発信したりする場を設けていくことも大切である。

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校男子）

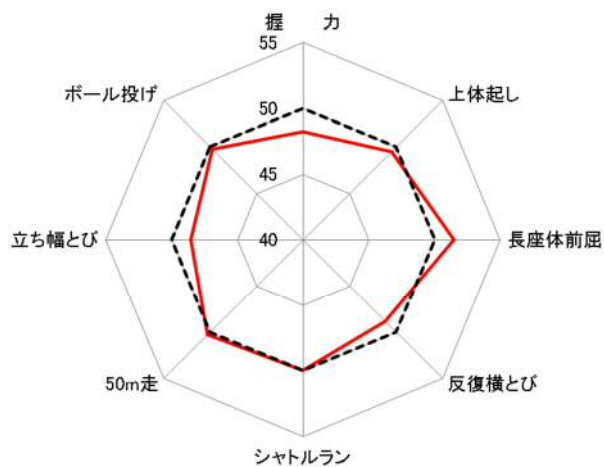
〈26年度・25年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：26年度 ，点線（…）：25年度

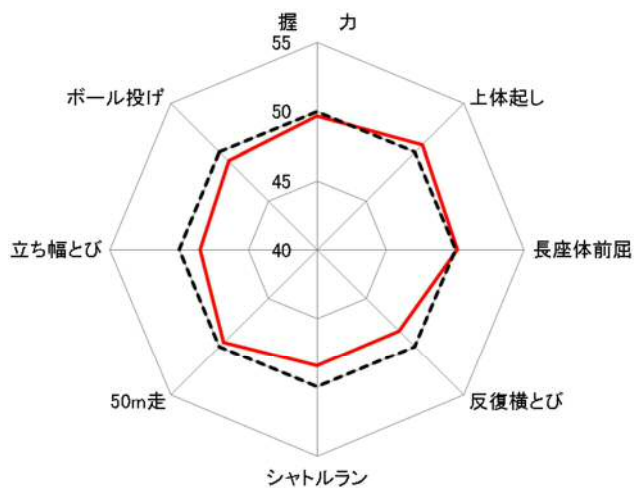
前年度市比較 小学校男子1年



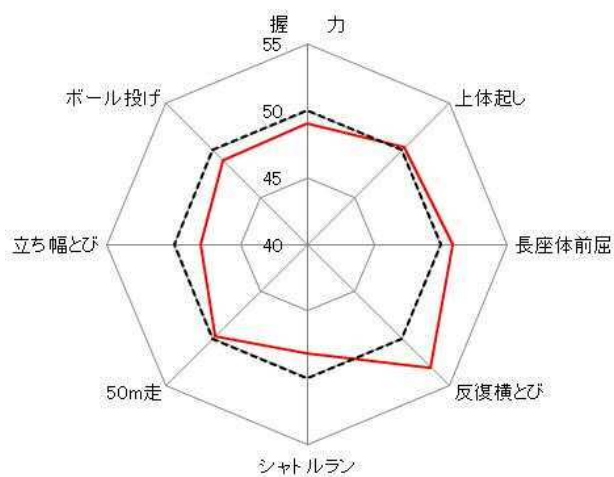
前年度市比較 小学校男子2年



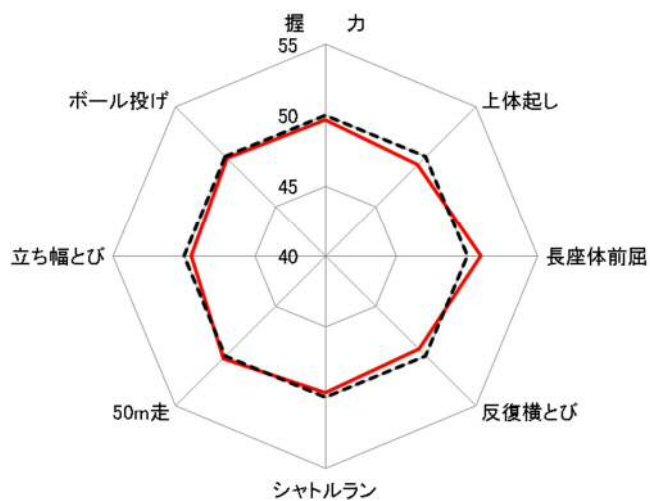
前年度市比較 小学校男子3年



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

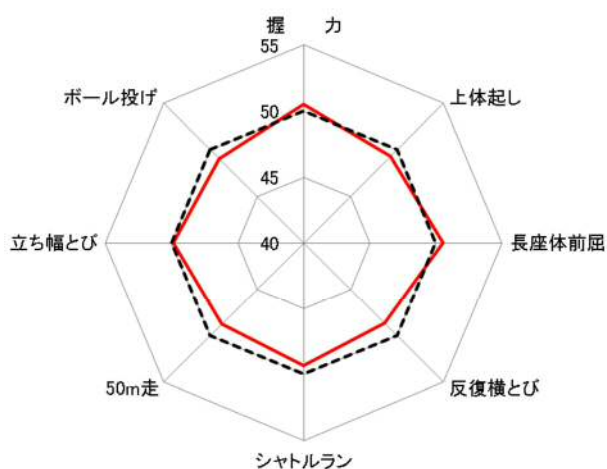


Tスコアによるレーダーチャート図（小学校女子）

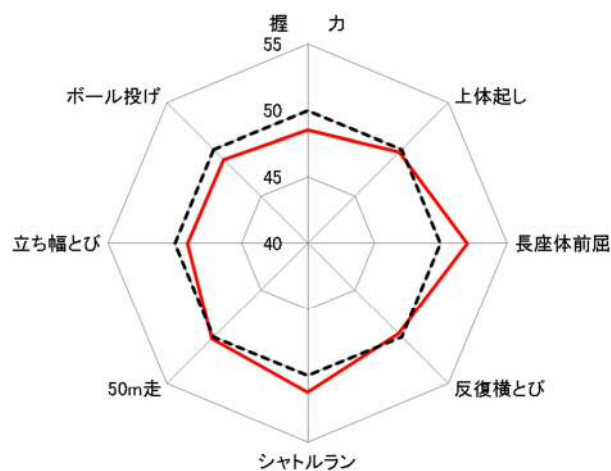
〈26年度・25年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：26年度 ，点線（…）：25年度

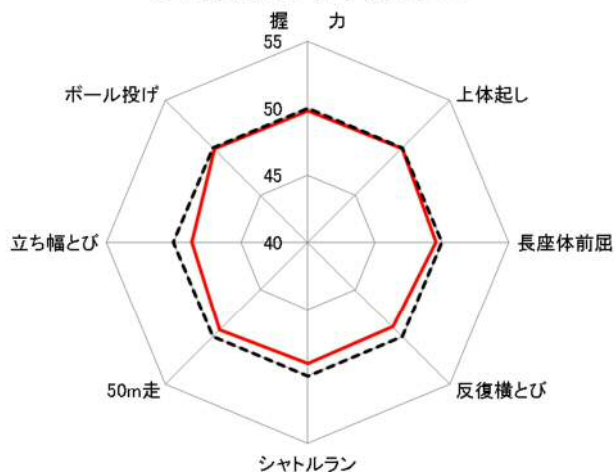
前年度市比較 小学校女子1年



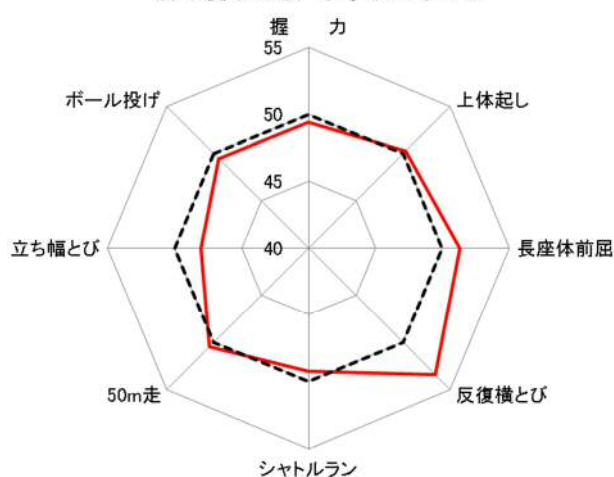
前年度市比較 小学校女子2年



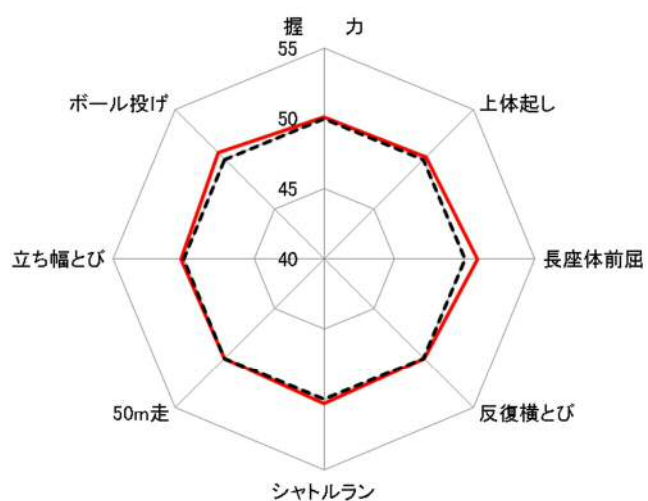
前年度市比較 小学校女子3年



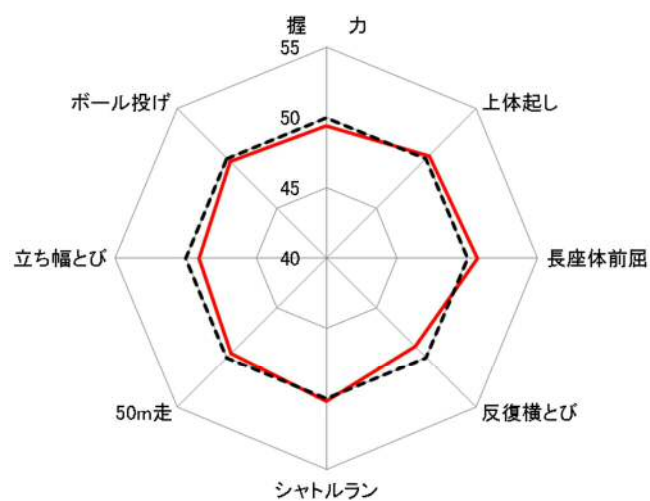
前年度市比較 小学校女子4年



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 25年度全国平均値との比較

＜小学校の傾向＞

平成26年度の**京都市**平均値を学年ごと男女別に平成25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26年度と全国25年度平均値比較

種目 学年 性別	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
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
握力													0
上体起こし		↑											1
長座体前屈	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	12
反復横とび													0
20m シャトルラン													0
50m 走							↑	↑	↑				3
立ち幅跳び													0
ボール投げ													0
学年別向上数値数 合 計	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	16

※ ↑…平均値が全国よりも上回るもしくは同じ数値

全 96 項目

空白…平均値が全国より下回った

●26年度京都市平均値と25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、「長座体前屈」においては全国の都道府県平均値を上回るもしくは同じ数値を残しているが、その他の種目では、全国平均値より下回る結果となった。とりわけ、「握力」「反復横とび」については大幅に下回る結果となった。

第1学年の数値をみると、「長座体前屈」では全国平均値を上回る結果であった。その他の種目に関しては、全国平均を下回り、「握力」「反復横とび」は大幅な落ち込みがみられた。入学前に体を動かす経験が少なく、全国の一年生と比べて体力が身につけていないまま入学してきていることが予想される。

第4学年の数値を見てみると、「長座体前屈」「50m走」で全国平均値よりも上回る結果であった。他の種目において、全国平均よりも下回っているものの、他の学年よりも落ち込みは少ない。また、他の5学年においても、「50m走」「20mシャトルラン」については全国平均と近い数値になっている。小学校体育や校内の取り組み等で走る機会が確保されていて、児童の「すばやさ」や「動きを持続する力」を伸ばす土壌があることがうかがえる。

第6学年の数値を見てみると、「握力」「立ち幅とび」「反復横とび」の種目で大幅に全国平均と比べて落ち込みがあり、他学年と異なった結果となっている。特にボール投げについては、他学年はほぼ全国平均と近い数値を示していることから、第6学年には何らかの原因があるのではないかと考える。駅伝やマラソンの充実により走ることに活発になってきている半面、ボールを使って運動することが減ってきているのではないかと推測する。

【女子の傾向】

女子の傾向も男子の傾向とほぼ同様である。「長座体前屈」のみすべての学年で全国平均を上回っているが、その他の種目はほぼ全国平均を下回っている。「50m走」「20mシャトルラン」については、学年が上がるごとに全国平均に近くなっている。

京都市の児童の特徴として、男子女子ともに「体の柔らかさ」は全国の児童よりも優れているが、「力強さ」や「タイミングの良さ」の面で、全国の児童より劣っていることが分かる。

【まとめ】

①50m走」「20mシャトルラン」の伸びについて

学年が上がるにつれて「50m走」「20mシャトルラン」については全国平均値に近くなっている。このことは、各校において朝ランニングや業間マラソン等、走ることへの取り組みが推進されていることに起因していると考えられる。また、京都市では小学6年生を対象とした大文字駅伝大会が開催され、定着していることも児童が意欲をもつ理由となっているのではないかと考える。さらに、京都市は駅伝やマラソンの盛んな地域であり、近年のジョギングブームと合わせて、小学生児童を育てる保護者の間でも「走」に関する意識が高いことも背景にあると考える。それにも関わらず、全国平均よりも下回っているのは、遊ぶ場所の減少や通学時間が短いということも関係するのではないだろうか。

今後も児童が目標をもち、運動を楽しむことができるようにするとともに、地域・保護者ぐるみで児童の体力向上を図る姿勢を大切にしたい。

②力強さ」や「タイミングの良さ」を育むことについて

「50m走」「20mシャトルラン」と違い、「握力」「反復横とび」「立ち幅とび」は全国平均との差が縮まらないままである。このことを意識し、授業の改善や体育的行事の工夫をしていく必要があると考える。

とりわけ「握力」については、「しっかりとものを握る力」であることから児童の安全な行動につながると言っても過言ではない。近年、総合遊具からの転落事故が増えている。総合遊具や高鉄棒は児童の体力を高める上でとても効果的な設備である。児童が転落するおそれがあるから使用禁止にするのでは本末転倒である。児童が自分の体重を支えたり、ぶらさがったりする経験が少ないまま入学してきていることを指導者が認識し、安全に使用することができるよう指導することが大切である。特に、3点で必ず支えることはしっかりとおさえておきたい。また、体育学習時だけでなく休憩時間にも児童が使えるように学校体制として約束やルールを整え、共通理解しておきたい。

今年度も昨年度に引き続き全国平均値よりも京都市平均値のほうが低い種目が多くみられた。この結果を真摯に受け止め、日々の授業や教育活動に活かし、児童の体力向上に努めたい。

体力テストの数値を上げることだけに目を奪われるのではなく、まずは運動の持っている良さを十分に楽しませること、そして指導者が運動のポイントをしっかりと意識して指導に当たることで達成したり克服したりする喜びを味あわせたい。そのような日々の取り組みを積み重ねることで児童の体力も向上していくのではないだろうか。

Tスコアによるレーダーチャート図（小学校男子）

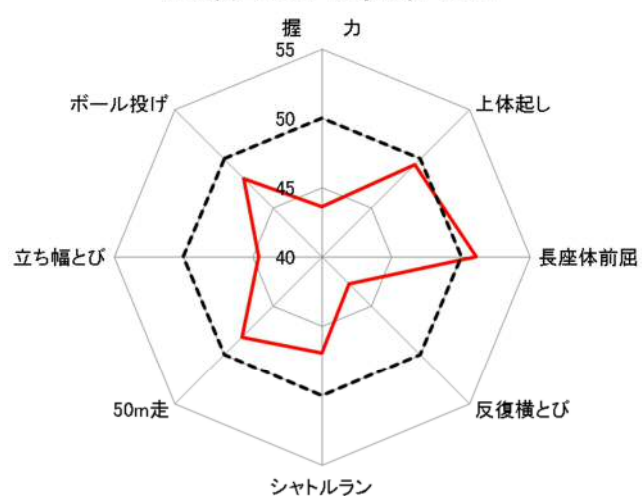
〈25年度全国平均値・26年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：26年度 ，点線（…）：25年度

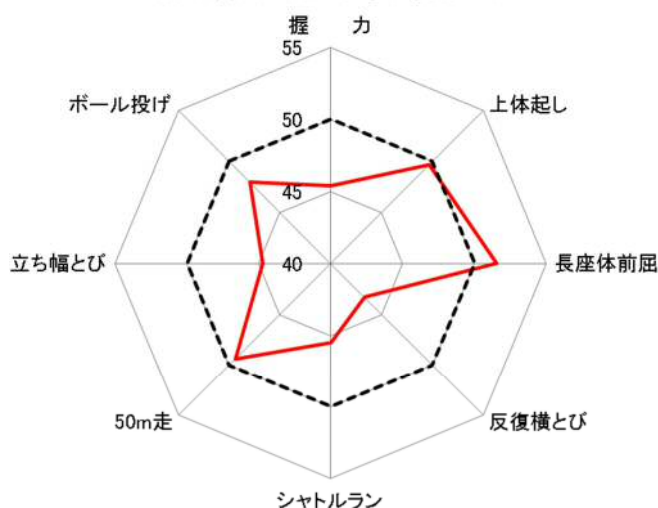
前年度国比較 小学校男子1年



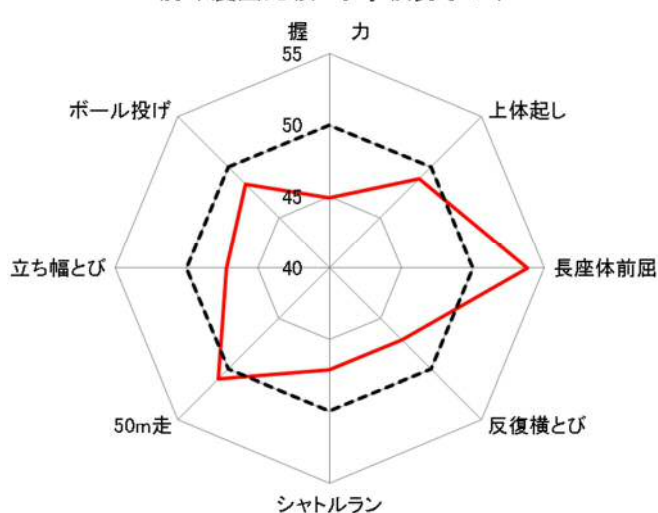
前年度国比較 小学校男子2年



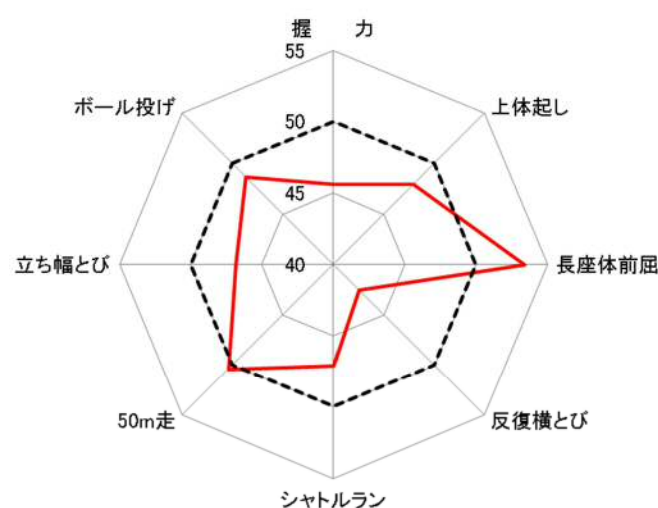
前年度国比較 小学校男子3年



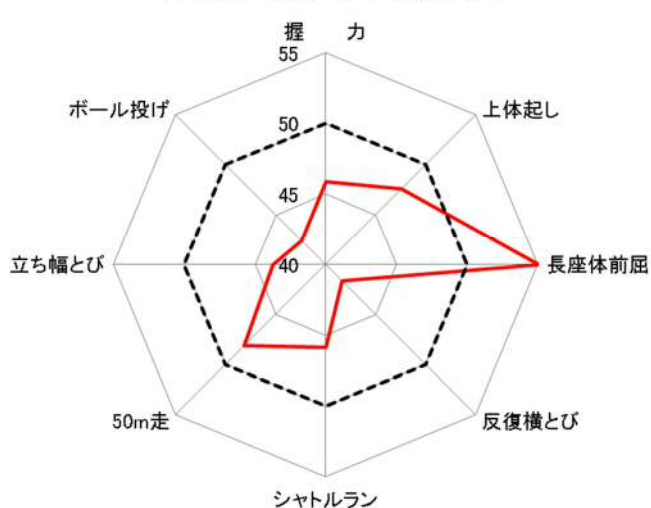
前年度国比較 小学校男子4年



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

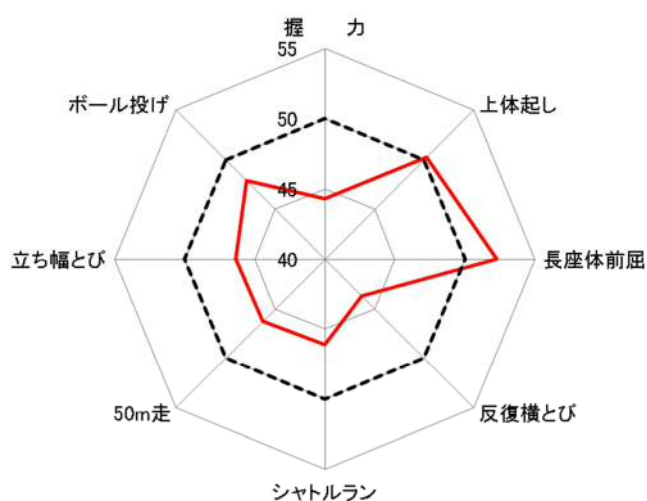


Tスコアによるレーダーチャート図（小学校女子）

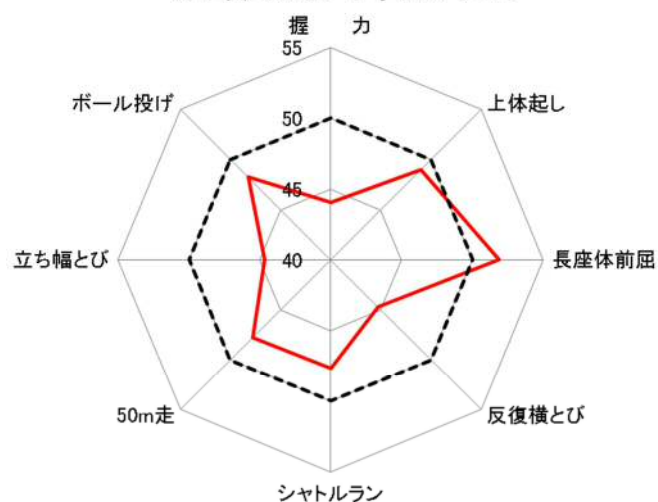
〈25年度全国平均値・26年度京都市平均値比較〉

赤の実線（—）：26年度 ，点線（…）：25年度

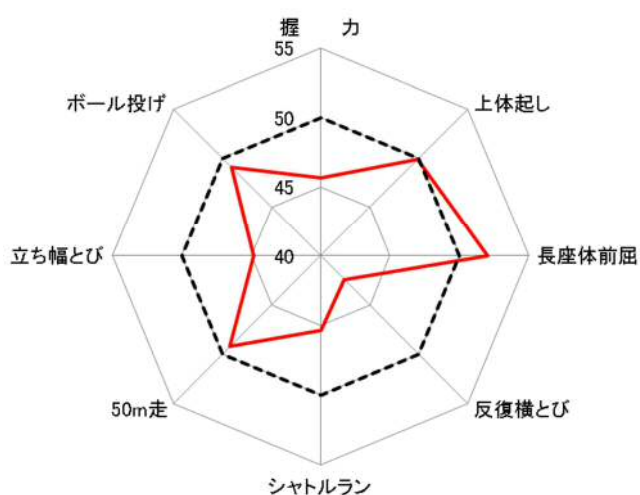
前年度国比較 小学校女子1年



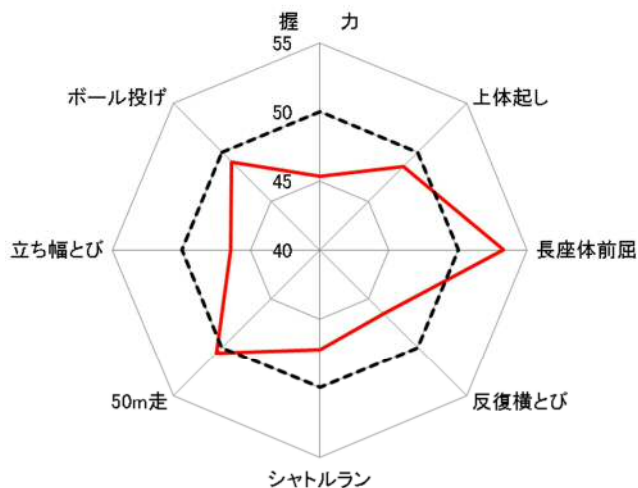
前年度国比較 小学校女子2年



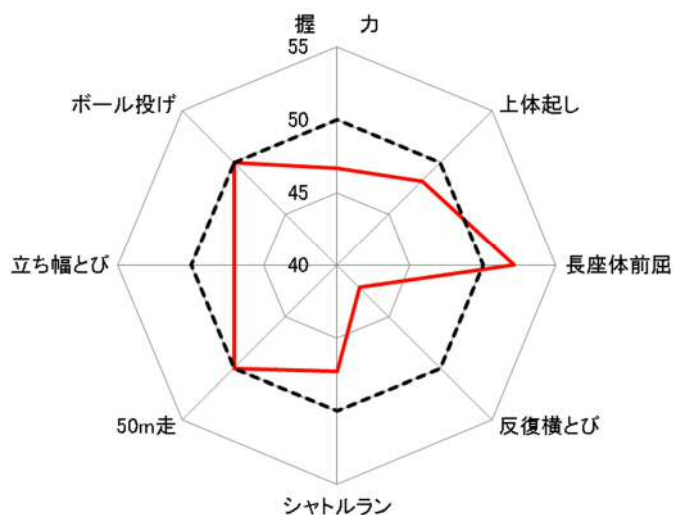
前年度国比較 小学校女子3年



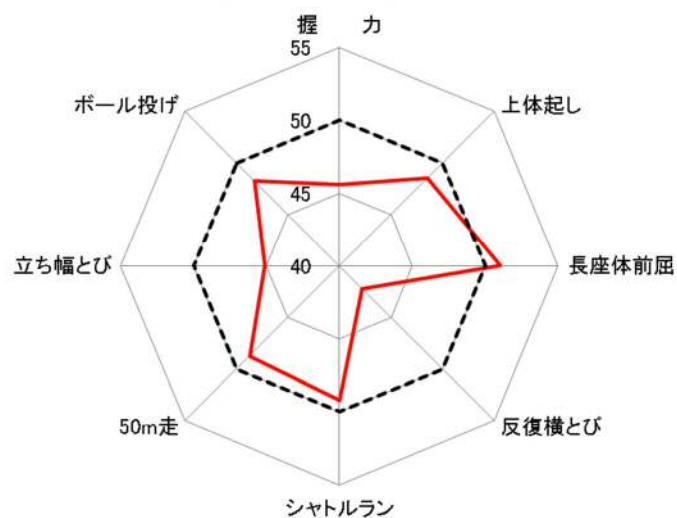
前年度国比較 小学校女子4年



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（２５年度・２６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)		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	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度
男子	１	7.76	8.03	11.33	11.16	27.32	27.58	24.85	24.68	15.15	14.69	11.65	11.83	107.86	108.19	7.90	7.88
	２	10.01	9.50	13.87	13.61	27.02	28.12	28.34	27.55	24.32	24.29	10.79	10.76	119.63	116.66	11.61	11.49
	３	11.81	11.70	15.56	15.96	30.16	30.29	31.86	30.49	32.78	30.29	10.12	10.16	131.64	128.31	15.71	15.15
	４	13.80	13.44	17.35	17.51	32.30	33.16	34.46	36.75	44.43	40.74	9.57	9.59	144.38	139.75	19.96	19.19
	５	15.93	15.80	19.44	18.98	34.28	35.17	38.60	37.99	50.14	49.43	9.25	9.23	149.94	148.84	23.49	23.37
	６	18.34	18.19	21.10	20.36	35.72	38.02	41.95	40.43	61.51	54.12	8.85	9.04	158.33	151.40	26.53	21.50
女子	１	7.37	7.51	11.08	10.75	28.93	29.47	24.34	23.56	13.73	13.28	11.99	12.15	101.48	101.25	5.61	5.36
	２	9.37	8.95	12.91	12.80	29.65	31.23	27.26	27.07	18.63	19.85	11.13	11.11	111.22	109.44	7.55	7.22
	３	11.07	11.01	14.85	14.81	33.68	33.33	29.92	29.11	23.62	22.56	10.45	10.51	123.20	120.51	9.49	9.44
	４	12.90	12.69	15.84	15.97	35.38	36.69	31.93	34.39	31.77	30.68	9.98	9.94	135.16	130.74	11.78	11.57
	５	15.27	15.30	17.46	17.60	38.08	38.98	35.65	35.69	37.98	38.51	9.55	9.55	140.51	140.99	14.00	14.35
	６	18.14	17.87	19.14	19.29	39.85	40.55	39.74	38.77	47.16	47.56	9.17	9.20	148.52	146.33	16.10	15.92

<中学校>

種 目 項 目		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)	
性別	学年	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度
男子	１	22.94	21.61	23.01	23.02	40.53	37.28	46.41	45.61	70.94	70.65	8.42	8.53	173.95	172.49	18.54	18.39
	２	27.93	27.26	27.25	26.62	43.92	42.78	50.43	49.88	87.57	87.49	7.93	7.89	191.68	191.80	21.55	21.24
	３	33.05	32.91	28.95	29.91	46.07	47.64	52.70	53.15	95.41	93.30	7.50	7.53	207.89	208.62	23.74	24.06
女子	１	20.81	20.42	18.97	18.82	43.25	39.57	42.29	41.99	51.07	50.02	8.99	9.15	158.39	158.46	11.67	11.88
	２	22.53	22.69	22.57	21.74	44.11	44.72	43.96	44.62	59.33	59.92	8.79	8.75	161.31	164.65	13.06	13.15
	３	24.51	23.60	23.13	23.26	46.17	45.54	45.47	45.11	61.27	59.61	8.69	8.77	167.43	167.10	14.16	14.01

<高等学校>

種 目 項 目		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)	
性別	学年	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度	２５年度	２６年度
男子	１	36.35	35.36	32.32	30.88	50.08	47.48	56.25	55.18	94.42	94.42	7.38	7.38	214.66	214.66	24.82	24.43
	２	38.51	37.16	32.84	31.66	49.24	49.34	56.17	56.39	102.55	102.55	7.19	7.19	217.62	217.62	26.06	26.05
	３	38.46	39.23	32.09	32.47	48.79	48.30	56.97	53.90	102.89	102.89	7.14	7.14	223.43	223.43	26.42	26.79
女子	１	23.97	24.78	23.79	24.31	47.15	47.03	47.00	47.60	53.84	55.75	8.92	8.81	165.63	171.16	13.18	13.26
	２	24.82	24.06	24.15	24.26	48.32	47.80	45.62	46.27	57.12	55.41	8.88	8.81	168.85	170.27	14.06	13.53
	３	26.26	25.24	26.47	25.62	51.15	48.99	50.38	48.48	64.18	57.97	8.62	8.82	178.70	172.55	15.00	14.38

※１１年度～２６年度の平均値の推移については資料編を参照。

資 料 2

平成26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25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	116.3	4.94	21.00	3.18	8.03	2.46	11.16	4.88	27.58	8.33	24.68	6.71	14.69	7.55	11.83	1.15	108.19	18.62	7.88	3.15
		全国	116.5	4.91	21.30	3.35	9.53	2.31	11.51	6.02	25.84	6.44	27.39	4.63	18.76	9.46	11.52	0.96	114.93	18.39	8.67	3.12
	女	京都市	115.4	4.91	20.50	3.02	7.51	2.47	10.75	4.74	29.47	7.79	23.56	6.78	13.28	6.23	12.15	1.23	101.25	18.60	5.36	1.96
		全国	115.5	4.88	20.80	3.21	8.72	2.13	10.63	4.97	28.01	6.41	26.11	4.07	15.86	6.60	11.80	0.93	107.37	16.70	5.74	1.82
2年	男	京都市	122.6	5.29	23.80	3.88	9.50	2.84	13.61	5.36	28.12	8.48	27.55	6.10	24.29	12.33	10.76	1.00	116.66	19.69	11.49	4.70
		全国	122.4	5.13	24.00	4.07	11.16	2.61	13.95	5.58	27.33	7.07	31.85	5.94	28.33	13.26	10.61	0.84	126.15	17.49	12.38	4.49
	女	京都市	121.5	5.17	23.20	3.73	8.95	2.69	12.80	5.06	31.23	8.43	27.07	5.34	19.85	9.10	11.11	1.06	109.44	18.08	7.22	2.56
		全国	121.5	5.16	23.40	3.85	10.35	2.35	13.30	4.98	29.85	7.32	29.96	5.49	22.14	9.87	10.93	0.82	118.24	16.55	7.64	2.41
3年	男	京都市	128.2	5.49	26.80	4.88	11.70	3.14	15.96	5.88	30.29	9.06	30.49	6.96	30.29	16.60	10.16	0.99	128.31	20.83	15.15	5.91
		全国	128.0	5.44	27.00	5.10	12.99	2.79	16.14	5.74	29.23	6.96	35.10	6.91	37.67	16.29	10.11	0.82	137.53	17.52	16.31	5.69
	女	京都市	127.2	5.35	26.10	4.47	11.01	3.13	14.81	5.37	33.33	8.87	29.11	6.90	22.56	11.69	10.51	0.99	120.51	18.22	9.44	3.43
		全国	127.4	5.54	26.40	4.75	12.10	2.52	14.88	5.24	32.00	6.71	33.57	5.88	28.25	12.34	10.45	0.78	129.33	17.09	9.71	2.88
4年	男	京都市	133.5	5.66	30.00	5.87	13.44	3.58	17.51	5.80	33.16	10.18	36.75	9.10	40.74	18.73	9.59	0.89	139.75	22.70	19.19	7.11
		全国	133.6	5.70	30.40	6.19	15.03	3.15	18.16	5.65	30.49	6.99	38.80	7.09	46.05	18.45	9.67	0.80	144.71	17.66	20.33	6.77
	女	京都市	133.3	6.14	29.40	5.46	12.69	3.40	15.97	5.01	36.69	10.30	34.39	8.08	30.68	13.72	9.94	0.85	130.74	20.72	11.57	4.07
		全国	133.4	6.11	29.80	5.74	14.11	3.03	16.69	4.99	34.29	7.30	36.51	6.13	34.40	13.36	9.98	0.72	137.03	17.90	11.92	3.62
5年	男	京都市	139.0	6.13	33.70	6.98	15.80	3.90	18.98	5.76	35.17	10.36	37.99	8.54	49.43	20.69	9.23	0.85	148.84	22.73	23.37	8.30
		全国	138.9	6.18	34.00	7.37	17.36	3.55	20.09	5.43	32.66	7.33	42.97	6.67	55.33	20.34	9.26	0.75	154.70	18.57	24.45	7.94
	女	京都市	140.0	6.70	33.70	6.74	15.30	3.89	17.60	5.29	38.98	10.35	35.69	7.71	38.51	15.88	9.55	0.79	140.99	20.70	14.35	5.20
		全国	140.1	6.78	34.00	7.04	16.55	3.74	18.55	5.33	37.25	8.19	40.69	6.40	42.79	15.82	9.55	0.69	146.52	18.65	14.37	4.29
6年	男	京都市	139.0	7.02	37.70	7.96	18.19	4.72	20.36	5.77	38.02	9.02	40.43	8.72	54.12	22.11	9.04	0.83	151.40	26.63	21.50	9.32
		全国	145.1	7.10	38.40	8.58	20.04	4.48	21.69	5.50	34.08	7.79	45.79	6.44	62.62	20.70	8.90	0.75	163.72	19.64	28.41	9.05
	女	京都市	140.0	6.67	38.30	7.42	17.87	4.47	19.29	5.27	40.55	9.41	38.77	7.92	47.56	17.39	9.20	0.79	146.33	24.58	15.92	6.23
		全国	146.8	6.62	39.00	7.76	19.74	4.24	20.01	4.91	39.69	8.12	43.02	5.47	48.95	17.26	9.12	0.63	155.20	18.07	16.85	5.38

【標本数】

1年男： 890名、1年女： 814名 4年男： 1,298名、4年女： 1,233名
 2年男： 906名、2年女： 835名 5年男： 4,950名、5年女： 4,746名
 3年男： 1,085名、3年女： 993名 6年男： 1,707名、6年女： 1,538名

資 料 3

Tスコアから見た平成26年度京都市平均値と平成25年度全国平均値との比較（平成25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	43.51	43.64	45.38	44.95	45.61	45.87	45.00	46.24	46.04	45.10	44.15	44.61
上 体 起 こ し	49.42	49.39	49.69	48.85	47.96	47.58	46.19	46.52	48.47	51.63	49.49	49.54
長 座 体 前 屈	52.70	51.12	51.52	53.82	53.42	55.06	47.44	49.37	49.74	50.02	49.58	46.92
反 復 横 と び	44.15	42.76	43.33	47.11	42.53	41.68	43.61	44.67	45.95	49.56	48.76	43.78
20mシャトルラン	45.70	46.95	45.47	47.12	47.10	45.89	48.58	48.86	48.44	52.79	52.65	53.67
50 m 走	46.77	48.21	49.39	51.00	50.40	48.13	48.19	49.38	48.30	50.19	50.00	49.62
立 ち 幅 と び	46.33	44.57	44.74	47.19	46.84	43.73	45.41	46.42	47.31	51.41	50.10	47.05
ボ ー ル 投 げ	47.47	48.02	47.96	48.32	48.64	42.36	49.08	48.83	48.69	49.29	49.12	49.07

<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	44.32	44.04	45.67	45.31	46.66	45.59	46.61	46.29	45.92	48.01	44.95	46.73
上 体 起 こ し	50.24	49.00	49.87	48.56	48.22	48.53	45.96	46.86	47.64	52.41	50.73	52.48
長 座 体 前 屈	52.28	51.89	51.98	53.29	52.11	51.06	46.26	49.61	48.02	50.61	50.61	51.31
反 復 横 と び	43.73	44.74	42.41	46.54	42.19	42.23	44.59	46.67	46.36	51.29	48.93	52.18
20mシャトルラン	46.09	47.68	45.39	47.22	47.29	49.19	48.56	50.09	48.59	51.85	51.03	52.52
50 m 走	46.24	47.80	49.23	50.56	50.00	48.73	47.16	50.00	47.46	51.07	50.99	51.28
立 ち 幅 と び	46.34	44.68	44.84	46.49	47.03	45.09	46.41	47.65	46.77	50.56	49.96	50.69
ボ ー ル 投 げ	47.91	48.26	49.06	49.03	49.95	48.27	49.00	48.51	48.38	47.18	47.00	48.56

資 料 4

Tスコアから見た平成26年度京都市平均値と平成25年度京都市平均値との比較（平成25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	50.99	48.25	49.66	49.03	49.67	49.68	47.69	49.06	49.81	48.43	47.80	51.21
上 体 起 こ し	49.68	49.51	50.75	50.31	49.21	48.68	50.02	48.96	51.58	47.67	47.95	50.72
長 座 体 前 屈	50.26	51.47	50.16	50.87	50.96	52.44	46.85	48.95	51.44	47.35	50.10	49.56
反 復 横 と び	49.72	48.80	48.37	53.04	49.31	48.35	48.80	49.28	50.64	48.10	50.28	45.83
20mシャトルラン	49.48	49.98	48.47	48.12	49.67	46.81	49.87	49.96	49.11	50.60	50.38	51.26
50 m 走	48.59	50.29	49.59	49.75	50.23	47.56	48.66	50.51	49.53	48.95	48.93	49.20
立 ち 幅 と び	50.16	48.57	48.49	48.02	49.52	47.20	49.39	50.04	50.28	52.91	52.76	49.65
ボ ー ル 投 げ	49.95	49.76	49.10	48.91	49.85	44.53	49.70	49.48	50.56	49.33	49.98	50.65

<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	50.53	48.53	49.80	49.42	50.08	49.43	49.11	50.36	48.03	52.07	48.14	47.73
上 体 起 こ し	49.30	49.77	49.92	50.26	50.28	50.30	49.72	48.64	50.21	50.76	50.15	48.72
長 座 体 前 屈	50.58	52.03	49.57	51.31	50.94	50.73	46.34	50.60	49.35	49.90	49.50	47.89
反 復 横 と び	48.69	49.68	48.95	53.44	50.05	48.89	49.50	50.99	49.46	51.08	50.57	47.08
20mシャトルラン	49.34	51.24	49.10	49.24	50.32	50.22	49.42	50.28	49.22	51.02	49.20	47.22
50 m 走	48.76	50.20	49.29	50.50	50.00	49.61	47.68	50.50	48.99	51.29	50.79	47.50
立 ち 幅 と び	49.87	49.06	48.64	48.04	50.22	49.06	50.03	51.33	49.85	52.17	50.60	46.93
ボ ー ル 投 げ	49.01	48.93	49.86	49.50	50.71	49.70	50.57	50.21	49.65	50.21	48.63	48.51

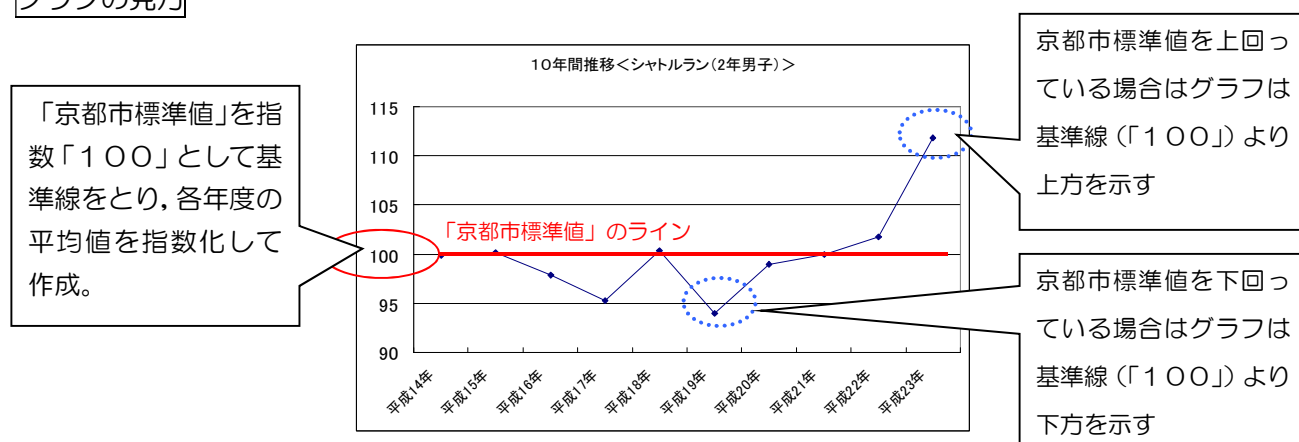
2 京都市立学校児童・生徒の過去10年間の体力・運動能力の推移

「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	比較対象	分析種目
小学校	2年生	シャトルラン・反復横とび・50m走・立ち幅とび・ボール投げ
	5年生	握力・反復横とび・シャトルラン・50m走・ボール投げ
中学校	2年生	握力・反復横とび・シャトルラン・50m走・ボール投げ
高等学校	2年生	握力・反復横とび・シャトルラン・50m走・ボール投げ

グラフの見方



◎平成17年度～26年度「京都市標準値」と26年度「京都市平均値」比較

種 目			握 力		シャトルラン		反復横とび		50m走		立ち幅とび		ボール投げ※	
			標準値	26平均値	標準値	26平均値	標準値	26平均値	標準値	26平均値	標準値	26平均値	標準値	26平均値
小 学 校	2 年	男子			22.81	24.29	27.43	27.55	10.75	10.76	121.64	116.66	12.19	11.49
		女子			17.88	19.85	26.36	27.07	11.09	11.11	112.58	109.44	7.49	7.22
	5 年	男子	16.14	15.80	48.05	49.43	37.64	37.99	9.24	9.23			24.46	23.37
		女子	15.53	15.30	36.73	38.51	35.09	35.69	9.53	9.55			14.60	14.35
中 学 校	2 年	男子	28.36	27.26	84.29	87.49	49.22	49.88	7.97	7.89			21.50	21.24
		女子	22.92	22.69	57.60	59.52	43.39	44.62	8.82	8.75			13.47	13.15
高 等 学 校	2 年	男子	38.16	37.16	99.48	103.47	56.00	56.39	7.14	7.25			26.20	26.05
		女子	25.09	24.06	57.00	55.41	46.76	46.27	8.76	8.81			14.32	13.53

●数値は小数第3位で四捨五入

●ゴシック体：26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

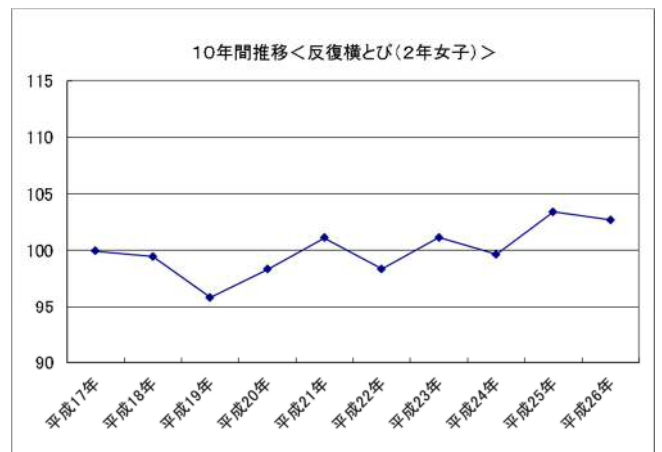
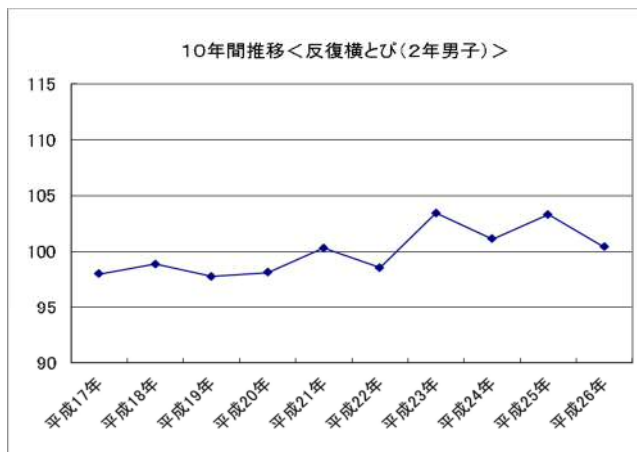
(1) 小学校2年生の考察

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

～反復横とび～



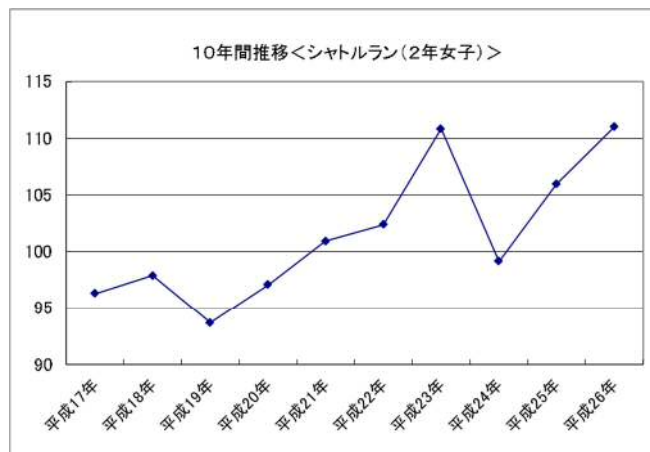
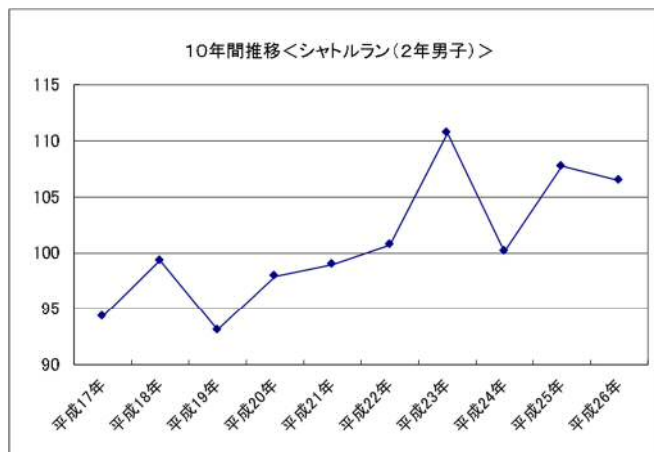
【10年間の推移傾向と体力要素について】

本年度は男女共に数値を落としているものの、本年度を含めて、ここ数年は京都市標準値を上回る結果が出ている。10年間の推移でみても、向上していることが分かる。ただ、全国平均値と比較すると、結果は著しく下回っており、全国的に見ても劣る結果が出ている。今後も、**俊敏性や巧緻性といった、タイミングよく体を動かすことや、瞬発力を高めることが課題**となってくる。

【要素を伸ばす運動】

俊敏性を高める運動として、**プライオメトリックトレーニング**（筋肉を伸長させたあとすぐに収縮させ、筋力とスピードを向上させるトレーニング）が効果的である。例えば、**ラダー（ハシゴ状の器具）やミニハードルを用いた素早いステップや、素早く跳びはねる運動を繰り返すこと**によって、筋収縮速度を向上させ、俊敏性を高めることが必要である。

～20mシャトルラン～



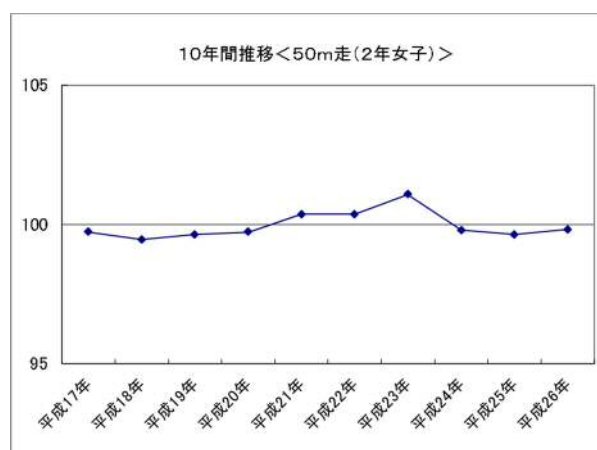
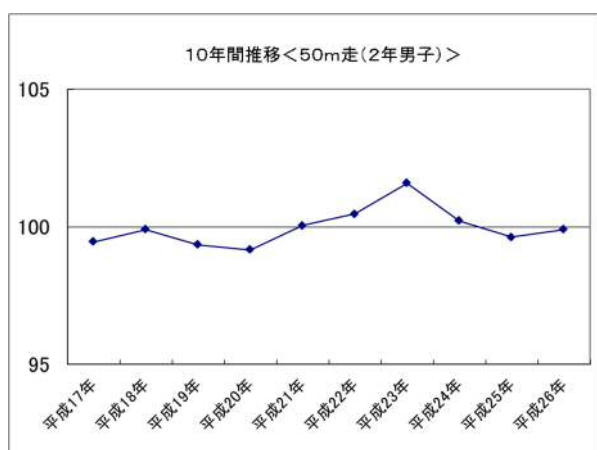
【10年間の推移傾向と体力要素について】

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、22年度以降は男女共に上回ることが多くなった。特に女子に関しては、この2年間で大きく向上している。しかし、全国の平均値と比較すると下回っており、今後も動きを持続する力（全身・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、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）などの学習の場の中で、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～



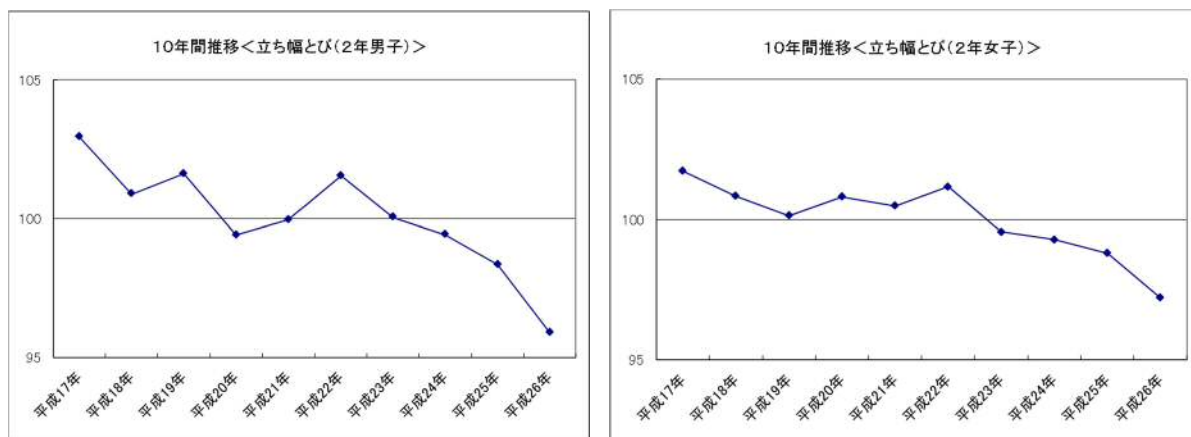
【10年間の推移傾向と体力要素について】

男女共にこの10年間で、大きな変化はあまり見られないが、平成17年度と比べると、若干ではあるが上昇した値を示している。このテストでは、瞬発力・筋力・俊敏性などの要因が複合された形で、最高疾走スピードとしてあらわれる。

【要素を伸ばす運動】

スピードを高めるためには、短い距離を全力で走ることが有効である。10mや30m・50mなどを目安にして走る。ただし、1本走った後すぐに2本目を走るのではなく、1本走ったら次の1本まで30秒ぐらいを目安に休憩を取ることが必要である。1本1本の間隔が短いと、疲れが溜まってスピードが落ちてしまい、持久系のトレーニングになってしまうため、**1本ごとに最高スピードで全力疾走ができるように取り組むことが大切である。**

～立ち幅とび～



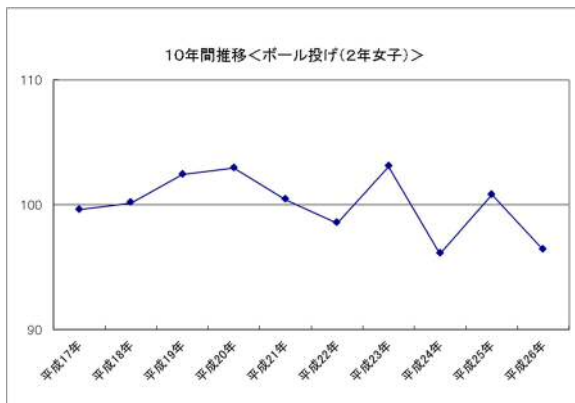
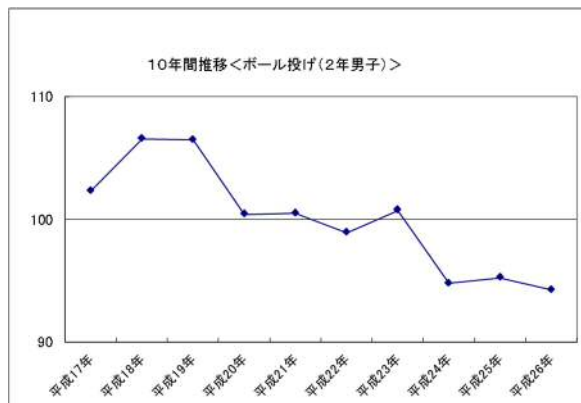
【10年間の推移傾向と体力要素について】

平成20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力が必要である。**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ですが、男女共に平成21年度以降は京都市標準値を下回ることが多く、特にこの3年間では、男子の落ち込みが顕著である。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、ボールを遠くへ投げたり、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に、意識的に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、逆に下回っている種目もある。全国平均値と比較すると、男女共に多くの種目で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必要がある。

(1) 小学校5年生の考察

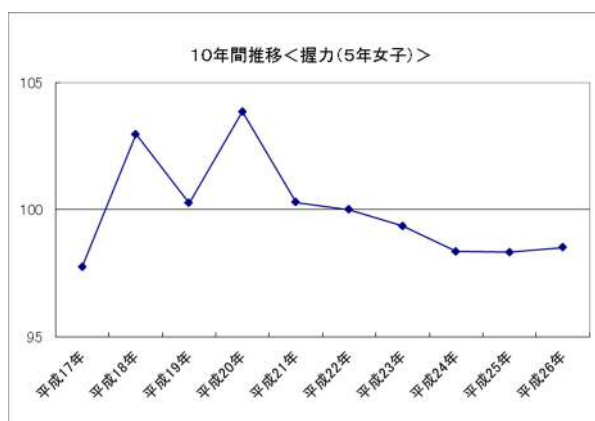
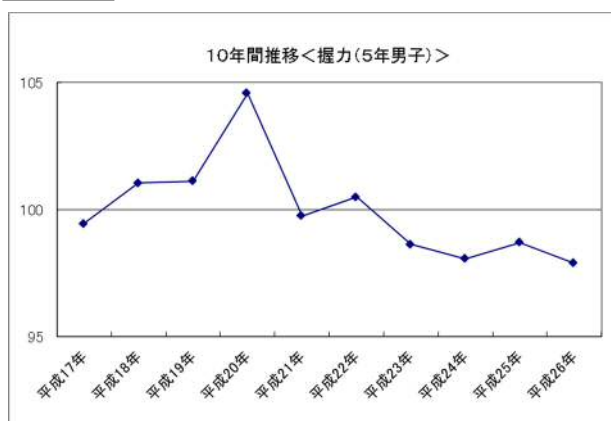
各種目と体力要素の関わり

※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～



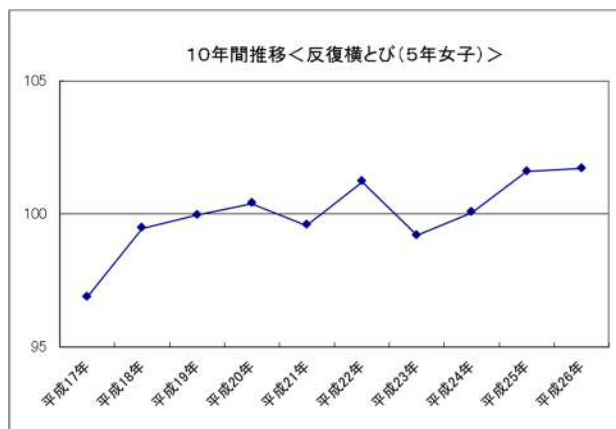
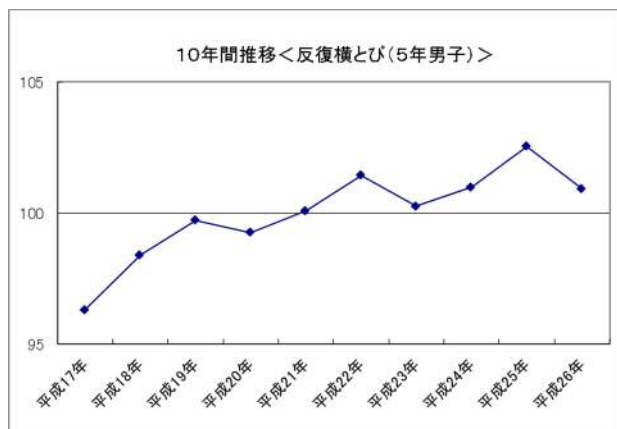
【10年間の推移傾向と体力要素について】

各年度によって結果にばらつきがあるものの、ここ数年間は男女とも京都市標準値を下回っている。握力だけではなく、筋力の低下が懸念される結果が出ている。そのため、力強い運動を行うために、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、安全面に十分注意したうえで、「鉄棒遊び」や「鉄棒体操」を通して、自らの体重を支える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。

～反復横とび～



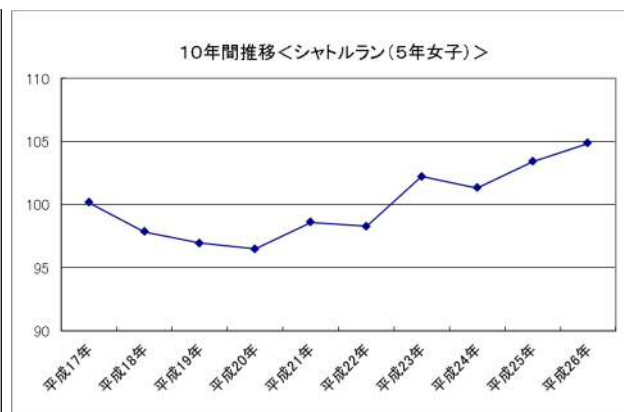
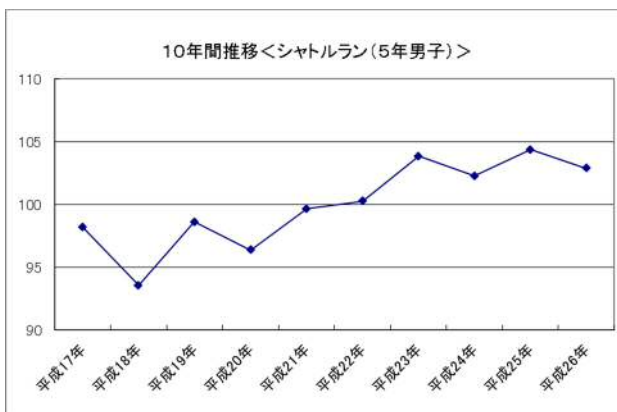
【10年間の推移傾向と体力要素について】

ここ数年は京都市標準値を上回る結果が出ている。また、10年間の推移をみても向上していることが分かる。ただ、全国平均値と比較すると、結果は著しく下回っており、全国的に見ても劣る結果が出ている。今後も、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、瞬発力を高めることが課題となってくる。

【要素を伸ばす運動】

子どもたちの瞬発力を向上させるためには、**意識を集中して1回1回の動作をできるだけ速く瞬発的に行うことが大切**である。京都市の指導計画においては、「とびあそび」「走りはばとび」「走り高とび」などの学習を通して、1回の試技に全力を出し遠くまで（高く）飛ぶことを意識して行うことが効果的である。また、敏捷性を高めるには、体づくり運動領域の「多様な動きを作る運動遊び」の中で、様々な動きを経験させる必要がある。

～20mシャトルラン～



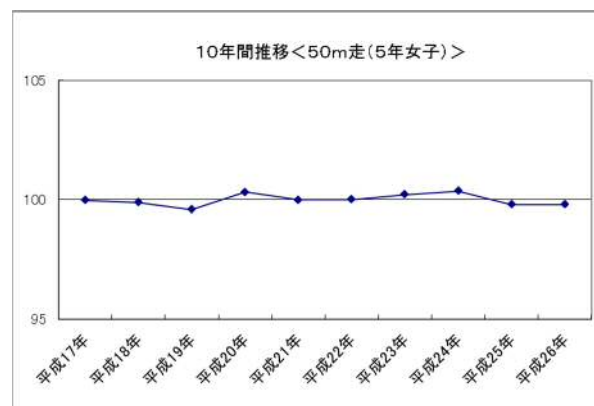
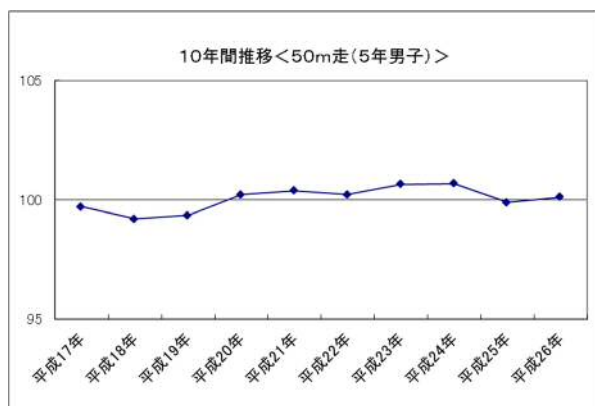
【10年間の推移傾向と体力要素について】

女子はここ3年間、男子はここ5年間京都市標準値を上回っている。ここだけを見ると持久力の向上が見られるが、全国平均値と比較すると、男女とも下回っている。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**」などの学習を通じて、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～



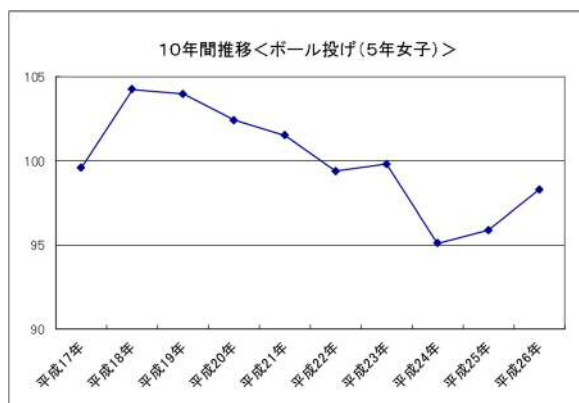
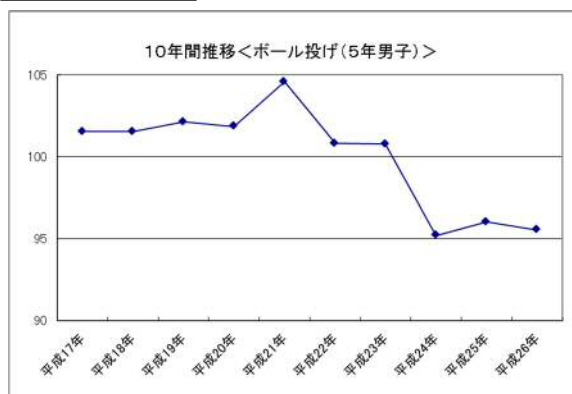
【10年間の推移傾向と体力要素について】

運動の基礎となる走力については、各年度によって差はあるものの、ここ10年間京都市標準値に近い値である。全国平均値と比較しても、ほぼ同じような数値が出ている。

【要素を伸ばす運動】

子どもたちは、体育学習や休み時間など多くの場面で、「走る」ことを行っている。しかし、体育学習でボール運動を行っている時や、休み時間に友だちと鬼ごっこをして遊ぶ場面では、早く走ることは意識していても、走り方を気にして走っている児童は少ないと思われる。**そのため、「短距離走・リレー」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ることを意識させる、といったことを低学年から指導し、きちんとした走り方を意識させ、身につ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】

各年度によって結果にばらつきがあるものの、ここ3年間は男女とも京都市標準値を下回っている。特にこの2年の落ち込みは激しかったが、女子に関しては、徐々に記録が伸びており、今年は全国平均値と遜色ない結果となっている。今後も、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う必要がある。

【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変わり、ボールを遠くまで投げたり、力いっぱい投げたりする経験が少なくなってきたことはこれまでも言われている。京都市の指導計画にある「**ベースボール型**」の学習を通して、**腕をしっかり上げ、肩を回して投げる、といった正しい投げ方・フォームを見につけることは、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年間推移をみると、個別種目により上昇・下降の差はあれど、男女同様の推移を示している。そのことにより、男女間での傾向の違いはあまり考えなくてもよい。全国平均値と比較すると、男女とも大きく上回っているのは長座体前屈のみで、50m走は男子のみが上回っている。女子のボール投げ、50m走は全国平均とほぼ同等、そのほかの種目では、全国平均値を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、あらゆる面で取り組みを進めていくことが必要であると考えている。

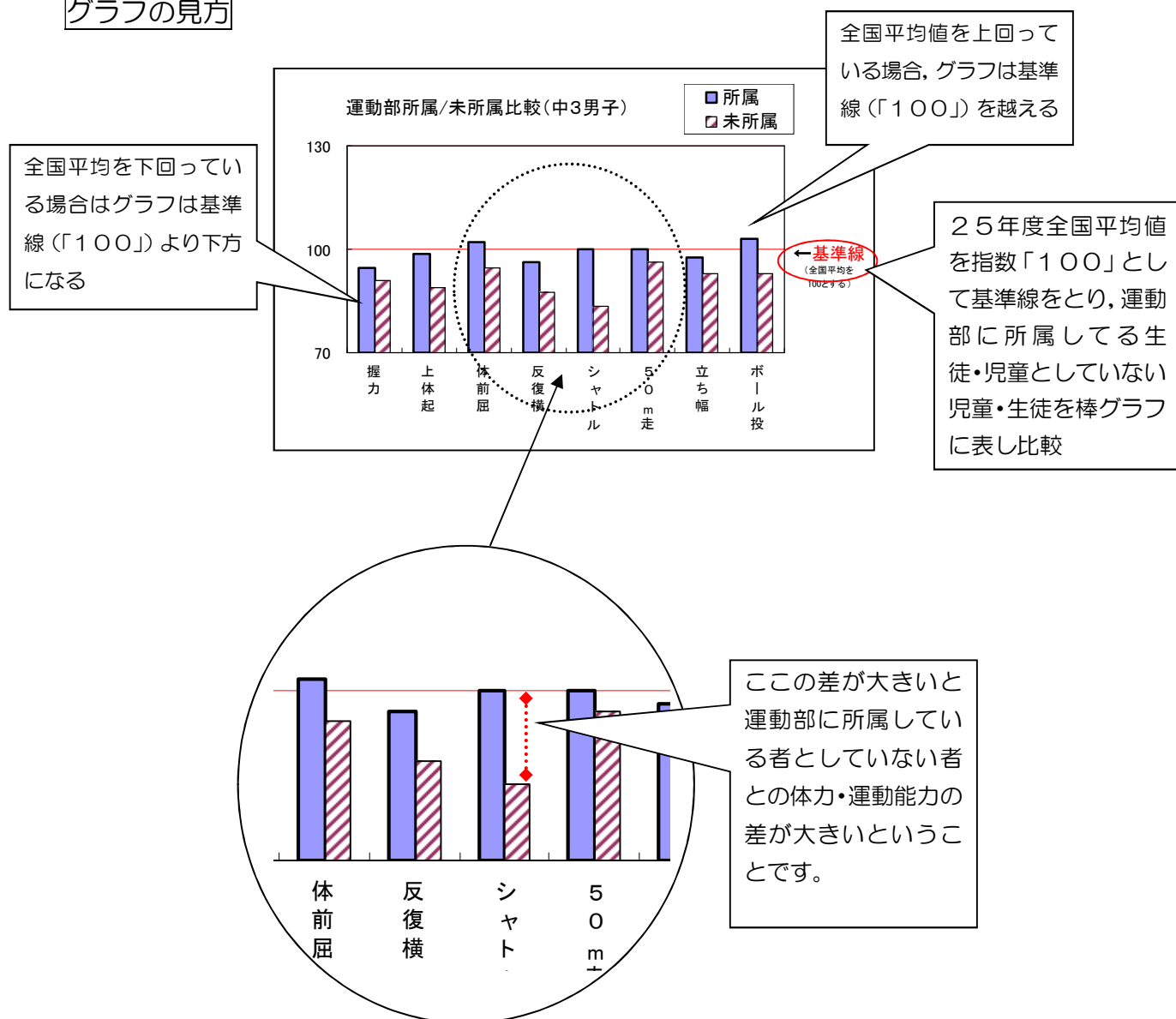
3 運動部活動所属による比較

「25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26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。

○比較考察対象

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

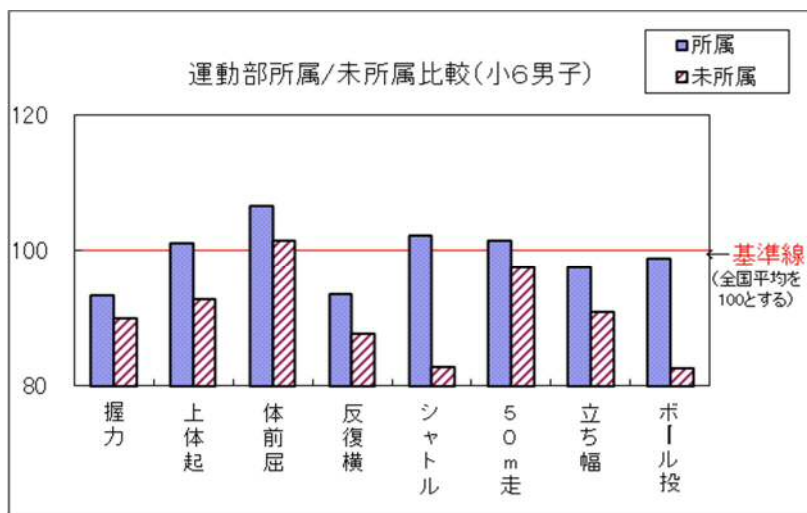
<男 子>

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、持久力や技術が必要な「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。25年度は、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、26年度は1種目増えている。「握力」と「反復横とび」の2種目に関しては、ここ数年、両者ともに続けて全国平均値を大きく下回っている。未所属者の場合は、「長座体前屈」だけが全国平均値を上回った。



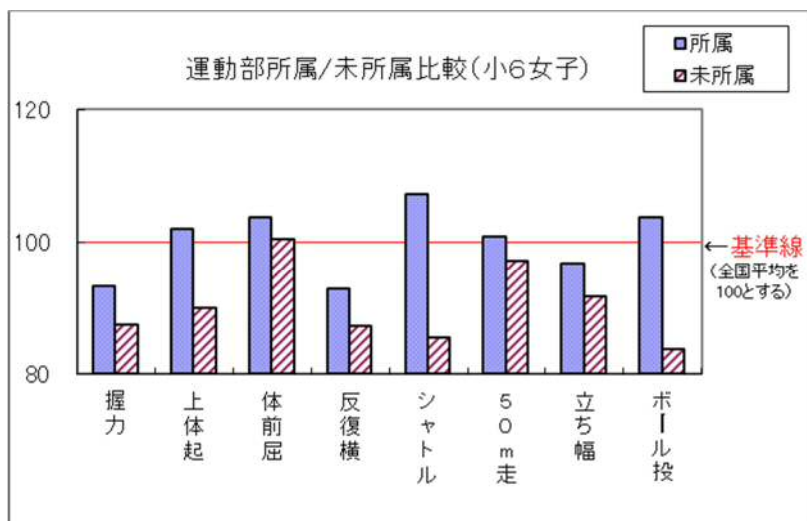
<女 子>

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種目で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、男子と同様に「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」の2種目であった。それに加え、「上体起こし」でも大きな差が見られた。

全国平均値との比較

所属者の場合、「長座体前屈」「20mシャトルラン」「50m走」「ソフトボール投げ」の4種目に加え、25年度は下回っていた「上体起こし」が再び上回った。「握力」「反復横とび」「立ち幅跳び」の3種目は全国平均を下回り、この結果は5年連続で同じである。未所属者の場合は、男子と同様で、「長座体前屈」だけが全国平均値を上回った。



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」「ソフトボール投げ」は、持久力や筋力、技術が必要であるため、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、運動部所属者は運動に対する関心が高いと言える。運動部に所属することで、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、運動部に所属していない児童は、運動への関心も低く、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。日頃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、生涯にわたってスポーツに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組を工夫し、運動の機会を増やすことで、児童の体力を高めていくことも大切である。さらに、家庭においても運動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】>

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	所属	13.72	17.86	32.90	37.71	42.79	9.48	142.31	20.56	674
		未所属	13.15	17.14	33.45	35.74	38.59	9.70	137.05	17.70	624
		25 全国	15.03	18.16	30.49	38.80	46.05	9.67	144.71	20.33	—
	女	所属	12.64	16.48	36.67	35.18	33.83	9.75	135.14	12.29	497
		未所属	12.73	15.63	36.71	33.86	28.57	10.06	127.85	11.09	736
		25 全国	14.11	16.69	34.29	36.51	34.40	9.98	137.03	11.92	—
5 年	男	所属	16.15	19.45	35.41	38.93	52.49	9.12	150.81	24.45	3,426
		未所属	15.05	17.93	34.66	35.89	42.61	9.47	144.41	20.96	1,524
		25 全国	17.36	20.09	32.66	42.97	55.33	9.26	154.70	24.45	—
	女	所属	15.74	18.33	39.83	36.91	41.80	9.40	144.76	15.43	2,546
		未所属	14.81	16.76	37.99	34.29	34.69	9.72	136.66	13.12	2,200
		25 全国	16.55	18.55	37.25	40.69	42.79	9.55	146.52	14.37	—
6 年	男	所属	18.72	21.93	36.33	42.84	64.03	8.77	159.47	28.06	1,145
		未所属	18.03	20.11	34.56	40.12	51.83	9.12	148.81	23.45	562
		25 全国	20.04	21.69	34.08	45.79	62.62	8.90	163.72	28.41	—
	女	所属	18.41	20.41	41.18	39.89	52.43	9.05	150.00	17.47	827
		未所属	17.25	17.99	39.83	37.47	41.85	9.38	142.12	14.11	711
		25 全国	19.74	20.01	39.69	43.02	48.95	9.12	155.20	16.85	—

子どもの体力については、各校を中心に子どもの体力向上のための様々な取組が推進されているところである。

平成26年12月に公表された文部科学省が実施する平成25年度の全国体力調査結果では、過去最高を記録した腹筋、過去最低を記録した握力など、種目によって二極化する傾向があるとの結果が公表されました。本市においては、依然として全国平均値を上回らない種目が多く、10年推移のグラフでは年によってばらつきがあるものの、緩やかに下降している種目もある。詳細については、これまでの資料を参考にしていきたい。

子どもたちにとって「体力」とは、様々な活動を行うための原動力、「生きるための力」を付けることを意味している。意識的なことも含め、体力・運動能力の向上のためには、各部署において、これまでの取組を検討し、必要に応じて新たな内容の取組を展開すること、さらにはその取組を粘り強く持続的なものにしていくことが必要である。

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・運動能力を把握すること。さらにその目標を達成するため、必要な運動を適切に選択し・配列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

すべての子ども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、運動する機会が少ない子ども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求し、生涯にわた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

子どもの体力・運動能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、数値に違いが出ると言われていることから、指導者が趣旨や実施方法についてより理解を深め、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・運動能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・運動能力向上には、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。家庭に対して生活習慣の重要性とその認識や、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。