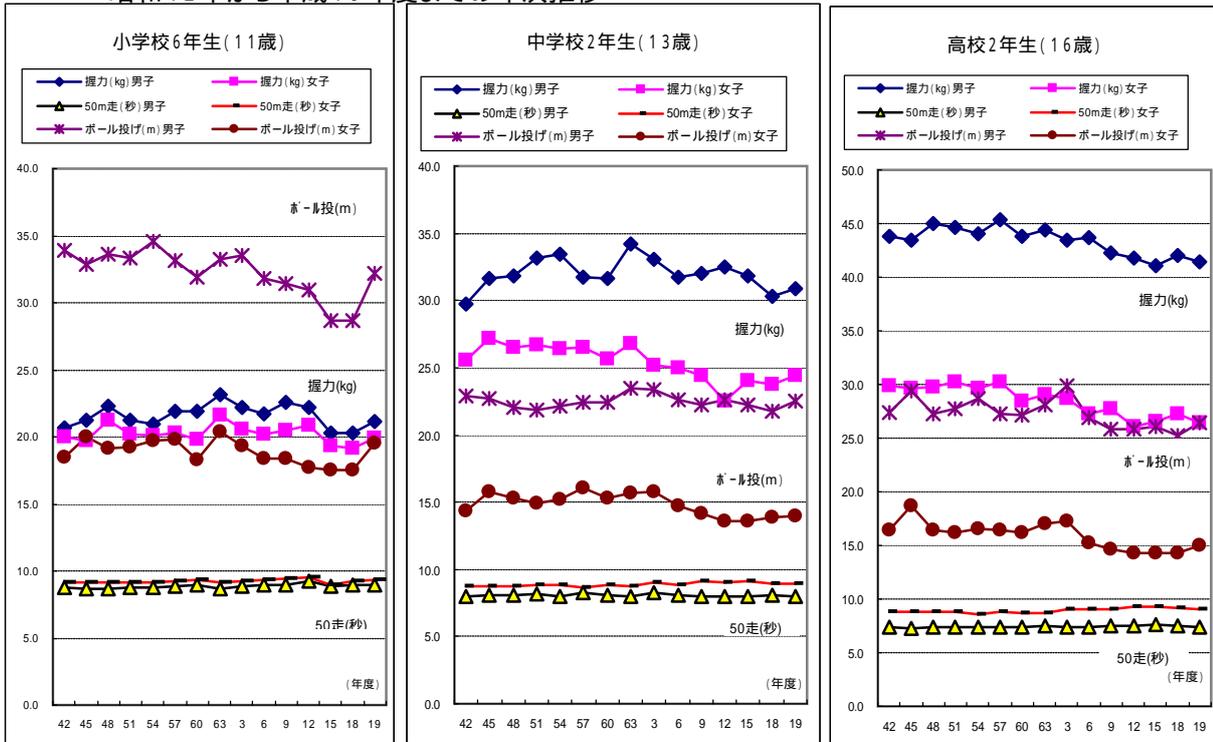


資料 調査結果（抜粋）

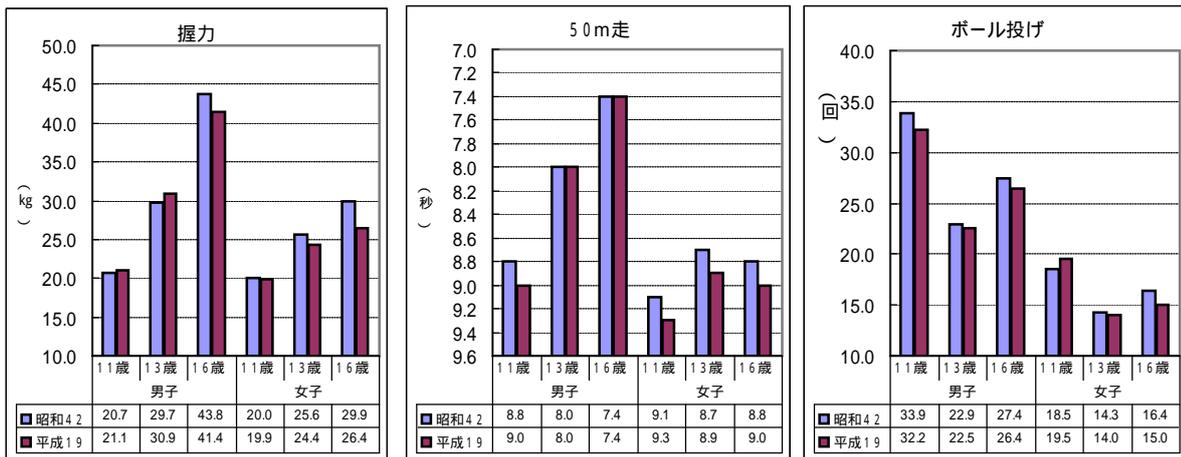
(1)体力・運動能力の推移（昭和42年～平成19年）

昭和42年から平成19年度までの年次推移



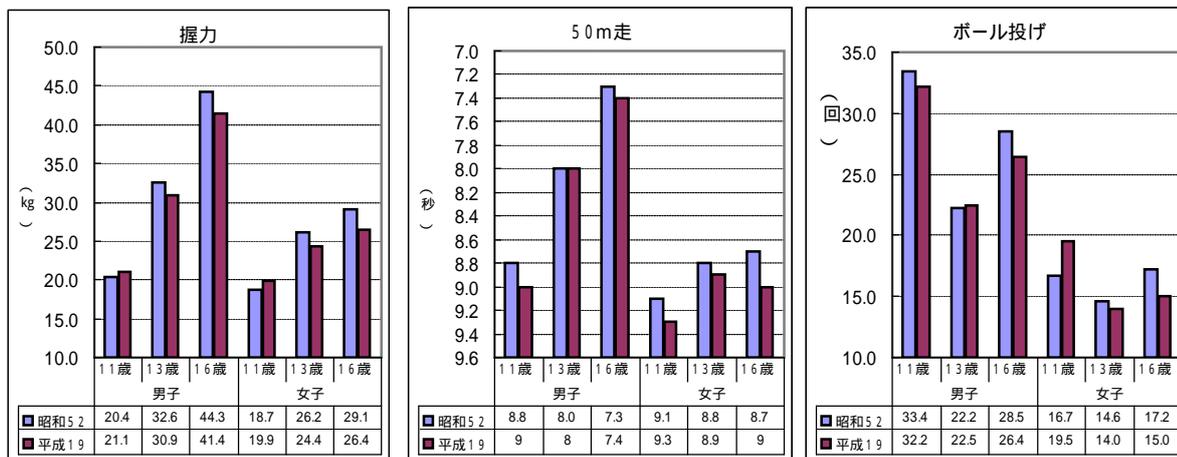
昭和42年からの体力の推移を、小学校6年生、中学校2年生、高校2年生の握力、50m走、ボール投げでみると、横ばい若しくは低下傾向が依然として続いている。

昭和42年と平成19年度との比較（40年前）



小学校6年生（11歳）、中学校2年生（13歳）、高校2年生（16歳）の基礎的運動能力（ボール投げ）と筋力の指標である握力において40年前と現在を比較すると握力は、小学生（11歳）と中学生（13歳）男子で、ボール投げでは、小学生（11歳）の女子において高い値を示しているが、全体的に低下している。

親世代との比較(昭和52年と平成19年度との比較(30年前))



小学校6年生(11歳)、中学校2年生(13歳)、高校2年生(16歳)の基礎的運動能力「50m走」、「ボール投げ」と筋力の指標である握力において親世代(30年前)と現在を比較すると握力は、小学生(11歳)の男女で、ボール投げでは、小学生(11歳)の女子と、中学校2年生(13歳)の男子において向上しているが、全体的に低下している。特に、スピードの指標である50m走では、どの年齢においても、低下している。

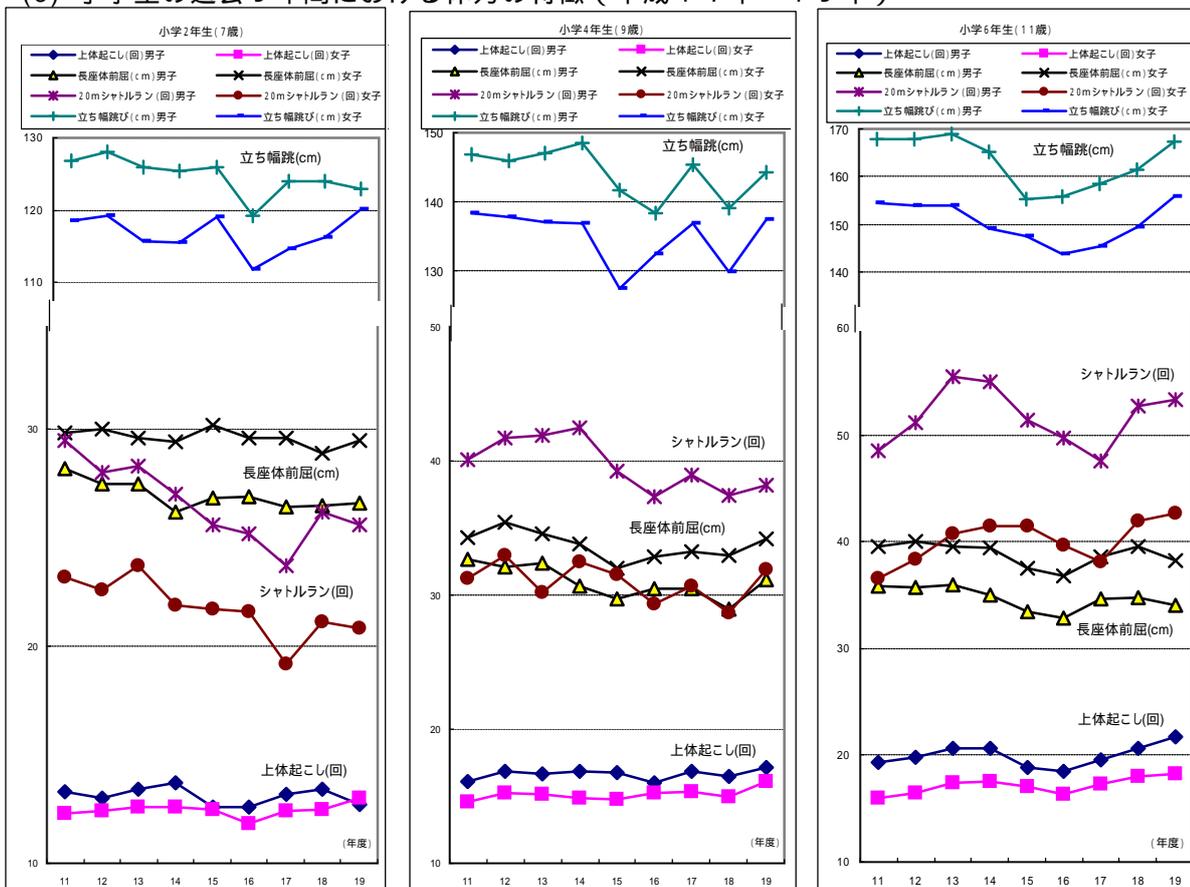
(2) 平成19年度長野県の平均値(平成18年度県平均との比較)

項目	年齢	小学校						中学校			高等学校			内容
		6才(小1)	7(小2)	8(小3)	9(小4)	10(小5)	11(小6)	12(中1)	13(中2)	14(中3)	15(高1)	16(高2)	17(高3)	
握力(kg)	男	9.6	11.3	13.5	15.6	18.0	21.1	25.2	30.9	35.8	39.8	41.4	43.9	握力計使用
	女	8.9	10.6	12.4	14.4	16.3	19.9	22.0	24.4	25.2	25.4	26.4	27.1	
上体起こし(回)	男	10.5	12.7	15.5	17.1	19.1	21.7	23.2	26.5	27.6	28.0	29.6	30.6	30秒間の上体起こし回数
	女	10.3	13.0	14.2	16.1	16.7	18.2	18.2	21.5	21.4	20.6	21.5	22.0	
長座体前屈(cm)	男	25.7	26.6	29.2	31.1	32.3	34.1	40.3	42.8	45.1	48.2	48.8	49.5	長座で前屈
	女	28.8	29.5	32.3	34.2	35.4	38.2	42.0	43.9	45.7	45.1	45.9	46.8	
反復横とび(点)	男	26.4	29.8	34.6	36.9	39.5	44.3	46.0	49.2	51.1	53.5	54.4	56.4	20秒で線を越す点数
	女	25.6	29.9	33.3	35.5	37.0	40.7	40.1	42.7	43.2	45.4	44.6	45.6	
20mシャトルラン(回)	男	17.9	25.6	33.3	38.2	46.3	53.3	65.0	80.7	87.6	79.7	88.0	93.4	20mの折り返し回数
	女	14.6	20.8	24.4	31.9	35.8	42.7	40.7	53.4	51.2	45.4	47.4	48.4	
50m走(秒)	男	11.6	10.5	10.1	9.8	9.4	9.0	8.5	8.0	7.6	7.6	7.4	7.2	
	女	11.8	11.1	10.4	10.0	9.3	9.3	9.2	8.9	8.8	9.0	9.0	9.0	
立ち幅とび(cm)	男	115.0	122.9	139.4	144.3	158.3	167.3	183.7	199.7	211.1	219.3	224.7	230.2	
	女	109.3	120.2	128.9	137.5	143.7	155.8	160.8	166.0	166.3	167.4	168.6	169.4	
ボール投げ(m)	男	10.5	13.9	19.7	23.0	28.5	32.2	19.9	22.5	24.1	25.2	26.4	27.4	
	女	7.5	9.4	12.1	14.6	17.0	19.5	12.9	14.0	14.3	14.9	15.0	15.1	

ボール投げは、小学生が「ソフトボール」で、中・高校生が「ハンドボール」である。
 は昨年度の平均を上回っているものである。

平成19年度の児童生徒の体力水準は、調査結果の平均値において、小学校61.5%、中学校54.2%、高校79.2%、全体で64.1%の項目において昨年度を上回る結果となった。

(3) 小学生の過去9年間における体力の特徴（平成11年～19年）

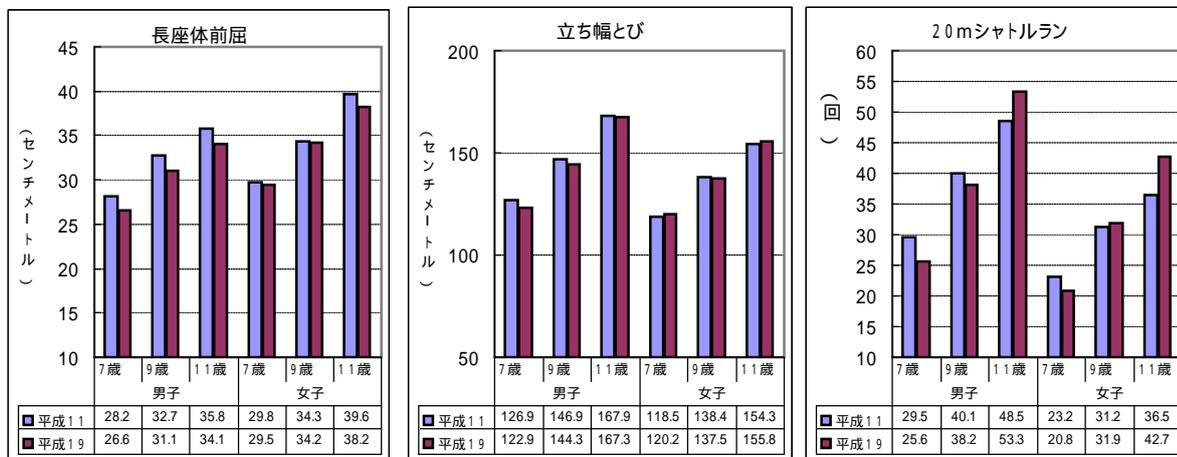


筋パワーの指標である立ち幅跳びは、2年生と6年生では、女子において平成11年度以来最も高い値となった。柔軟性の指標である長座体前屈は、すべての年度・学年で平成11年度の数値を下回っている。

全身持久力の指標である20mシャトルランは、6年生の女子において平成11年度以来最も高い値となった。

筋力・筋持久力の指標である上体起こしは、4年生と6年生では、男女において平成11年度以来最も高い値となった。

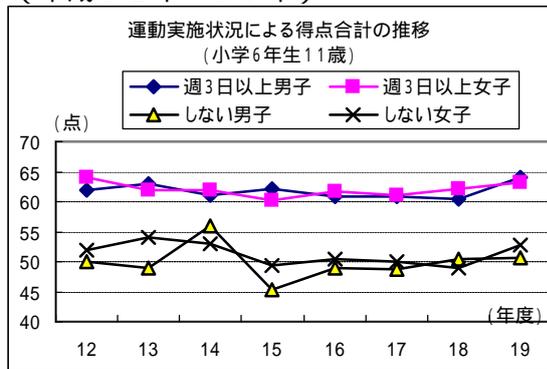
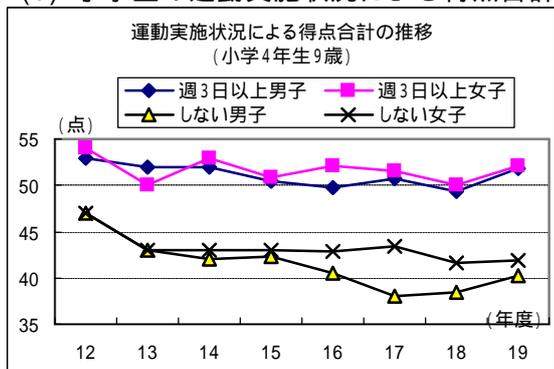
(4) 小学生の過去9年間における体力の特徴（平成11年～19年）



柔軟性の指標である長座体前屈は、平成11年度と平成19年度を比較する低下している。なった。柔軟性の指標である長座体前屈は、すべての年度・学年で平成11年度の数値を下回っている。

全身持久力の指標である20mシャトルランについては、6年生の男女において高い値を示している。

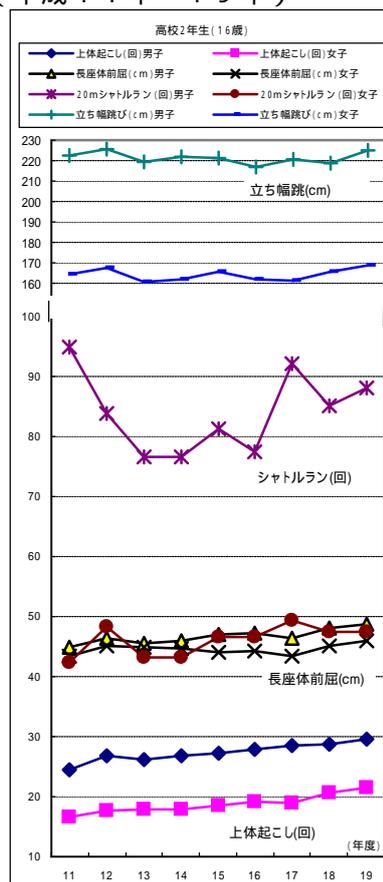
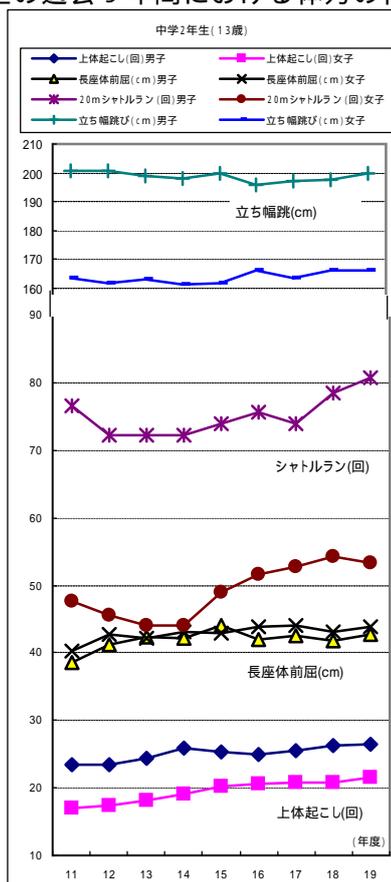
(5) 小学生の運動実施状況による得点合計の推移 (平成12年～19年)



4年生では、「しない」群では、男子では、平成12年度と比較して男子6.8点、女子5.1点低い値を示した。

6年生では、「週3日以上」の群において、男子が、平成12年度以来もっとも高い得点となった。

(6) 中・高生の過去9年間における体力の特徴 (平成11年～19年)



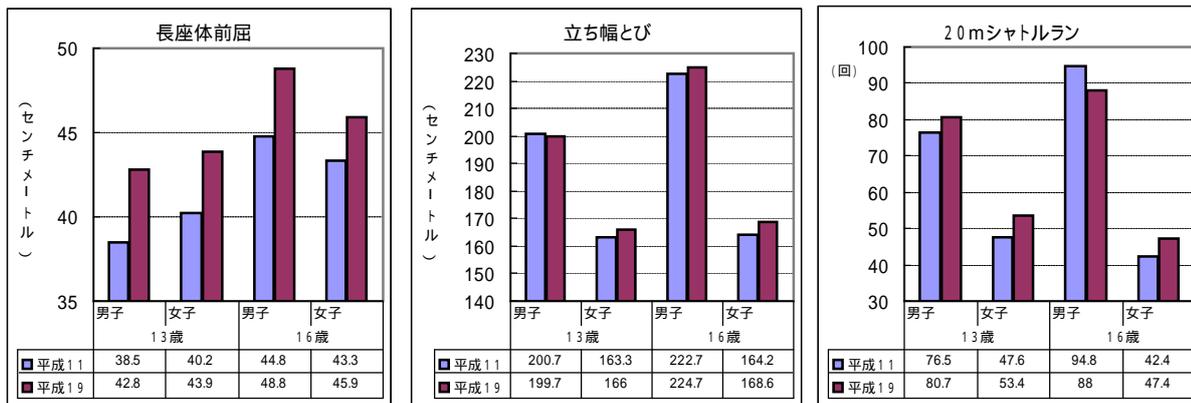
柔軟性の指標である長座体前屈は、中学校2年生、高校2年生ともすべての年度で平成11年度の数値を上回っている。

筋持久力の指標である上体起こしは、中学校2年生男子が26.5回、女子21.4回、高校2年生男子29.2回、女子21.4回でともに平成11年度以来最も高い値となった。

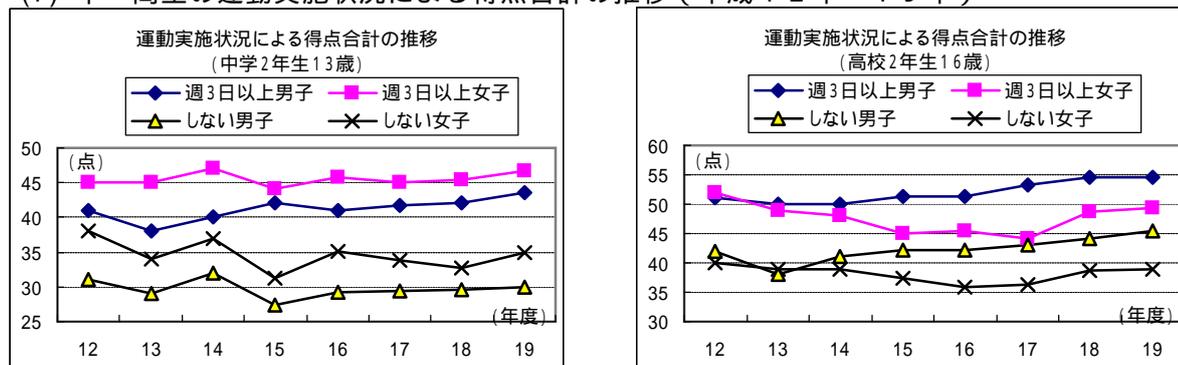
筋パワーの指標である立幅跳びは、中学校2年生、高校2年生のそれぞれ女子において平成11年度以来最も高い値となった。

全身持久力の指標である20mシャトルランは、中学校2年生では男子が80.7回で平成11年度以来最も高い値となった。高校2年生では男子はすべての年度で平成11年度の数値を下回っているが、女子は、女子はほぼ横ばいに推移している。

平成11年度と平成19年度との比較は以下のとおりである。

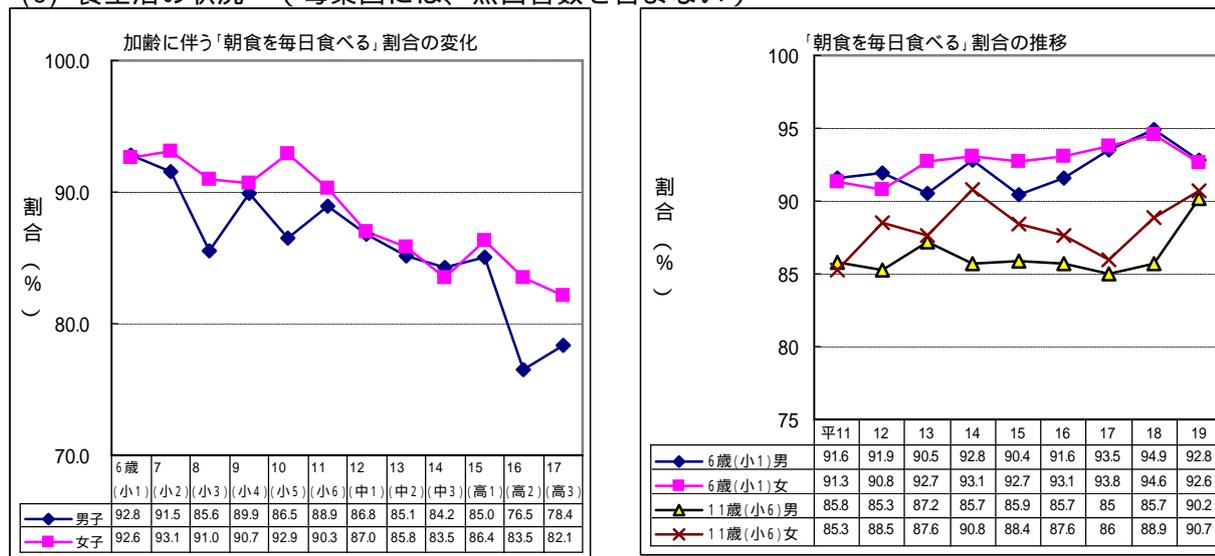


(7) 中・高生の運動実施状況による得点合計の推移 (平成12年～19年)



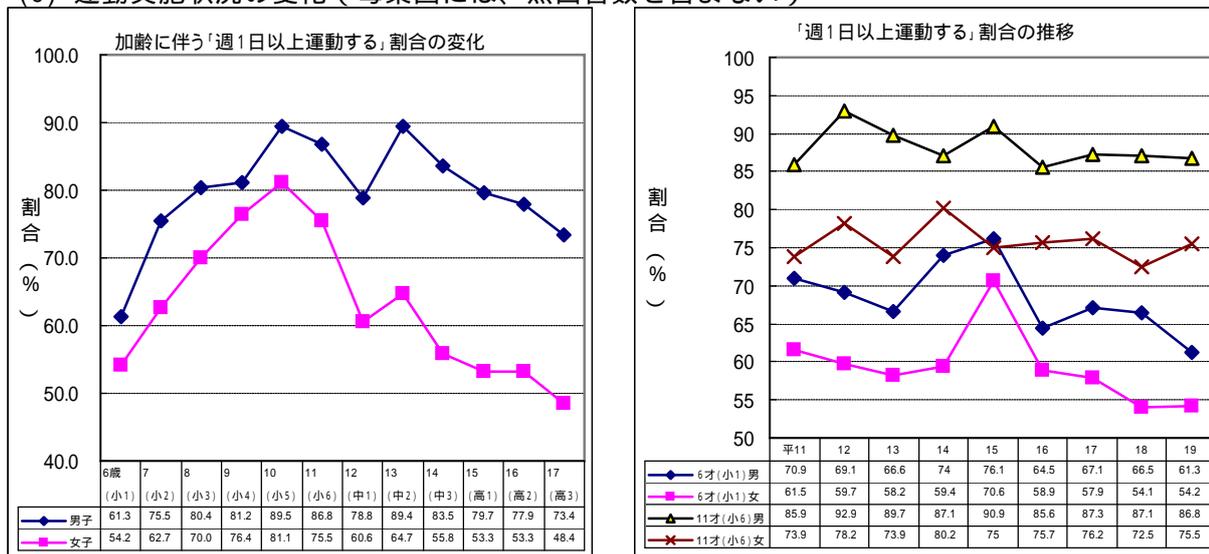
中学校2年生では、「しない」群の女子はすべての年度で平成11年度の数値を下回っている。高校2年生では、どちらの群も向上傾向であるが、女子は平成17年度まで低下傾向がみられる。

(8) 食生活の状況 (母集団には、無回答数を含まない)



「朝食を毎日食べる」割合は、加齢に伴い減少している。小学校2年生(7歳)以降の小学校期と15歳(高校1年生)以降は、女子が男子を上回っている。「朝食を毎日食べる」割合の推移では、平成19年度において小学校1年生(6歳)では男女とも昨年度より2.0%低くなった。小学校6年生(11歳)では、男子において、平成11年以来最も高い値となった。

(9) 運動実施状況の変化（母集団には、無回答数を含まない）



加齢に伴う「週1日以上運動をする」割合の変化では、加齢に伴って増加するが、男子では13歳（中学校2年生）、女子では10歳（小学校5年生）をピークに男女とも減少し、高校生になると大きく減少する。

「週1日以上運動する」割合の推移では、平成19年度において6歳（小学校1年生）と11歳（小学校6年生）で女子が平成17年度より割合が増加している。平成11年度以降の最高値と比較すると6歳男子が14.0%、女子が15.6%、11歳男子が7.0%、女子が5.2%低い値となった。

(10) 考察と今後の対応

平成19年度の児童生徒の体力水準は、64.1%の項目で昨年度の平均値を上回る結果となった。過去9年間の体力の特徴では、中学校、高校の上体起こし（筋力、筋持久力）で平成11年度の水準を上回っている。小学生の長座体前屈（柔軟性）が平成11年度の水準を下回っている。これは、「週1日以上運動する」割合の推移に見られるように、小学校1年生では運動が習慣化している児童の割合が平成11年度に比べ低下していることによると思われる。

また、小学校4年生の運動実施状況による得点合計の推移では、週3日以上運動する児童においても得点合計が平成11年度の水準より低下し、しない児童では低下が大きいことがわかる。このことから、小学校低学年からの運動の習慣化が課題となる。体力を向上させるためには、生活の中に運動を取り入れ、運動を継続的に実施していくことが必要である。

そこで、自ら進んで健康な生活について考え、体力づくりに取り組む児童生徒を育てるよう、各学校で体力向上に向けての計画「体力向上プラン2008」を立案し継続的な取り組みを促し、下記事項について学校体育・スポーツ研究協議会や学校訪問等を通して指導する。

また、本県の児童生徒体力運動能力向上事業を積極的に進め、学校と地域が連携した子どもの体力向上の取り組みの必要性を啓発する。

- (1) 小・中・高校において、各校の「体力向上プラン2008」に児童、生徒における体力の実態をもとに、数値目標を設け、達成できるよう指導するとともに、教育事務所管内ごとに各校の体力向上プランをまとめて配布し、体力向上のための実践研究を促す。
- (2) 小学校では、走・跳・投などの多様な動きを経験できるように、楽しく体を動かす運動や実践を紹介したり、地域指導者の活用を促したり、継続的な取り組みを行う。
また、学校で取り組める運動を紹介して、その結果等を県のホームページで紹介する等、運動遊び、運動種目へのきっかけづくり、習慣化に向けた取り組みを進める。
- (3) 小学校低学年を対象にしたスポーツ教室（信州縦断キッズスポーツキャラバン）を引き続き県下各地で展開し、運動・スポーツの習慣化のきっかけを数多く作っていく。さらに、高学年を対象とした運動プログラムを検討する。
- (4) 運動部活動や社会体育への参加しやすい環境を整え推進していく。