

令和8年度「長野県児童生徒体力・運動能力調査」実施要項

長野県教育委員会事務局保健厚生課

1 調査の目的

県内の児童生徒の体力・運動能力の実態を把握し、今後の体育指導の改善及び基礎体力養成の資料とする。

2 調査の対象

(1) 小学校	1～6学年の男女児童	60校
(2) 中学校	1～3学年の男女生徒	40校
(3) 高等学校	1～3学年の男女生徒	12校
総計		112校

3 調査協力校の抽出方法

- (1) 地域等を配慮して抽出する。
- (2) 小学校においては過去5年、中学校においては過去4年の協力実績を考慮して抽出する。
- (3) 高等学校においては、再編成以前の協力校を考慮して抽出する。

4 各校における提出人数

各学校における提出調査人数は、原則として各学年男女全員とする。
ただし、事情により全員提出できない場合は、相談に応じる。

5 調査実施の期間 令和8年5月～7月

6 調査の内容と方法 新体力テスト及び生活実態調査

(1) テスト項目

ア 小学校1年～6年（6歳～11歳対象）8項目

	項目		項目
1	握力	5	20mシャトルラン
2	上体起こし	6	50m走
3	長座体前屈	7	立ち幅とび
4	反復横とび	8	ソフトボール投げ

イ 中学校1年～高等学校3年（12歳～17歳対象）8項目

	項 目		項 目
1	握 力	5	20mシャトルラン 又は持久走のどちらかを選択
2	上体起こし	6	50m走
3	長座体前屈	7	立ち幅とび
4	反復横とび	8	ハンドボール投げ

(2) 実施について

スポーツ庁から示されている「新体力テスト実施要項」により実施する。

以下の留意事項を参考にし、正確な測定を行う。

<留意事項>

ア 事前に測定の意味や方法を十分理解させ、実力が十分発揮できるように指導をする。

イ 反復横とびのラインの間隔は小学生・中学生・高校生とも1mとする。

ウ ソフトボール投げのボールは1号、ハンドボール投げのボールは2号を使用する。

エ 測定器具については、握力計の精度について留意する。

オ 校舎改築等、調査協力校の状況により、一部のテスト項目の実施を見送るなどの判断をする場合には、調査標本数を確保する観点から、決定後速やかに県保健厚生課へ連絡をすること。

7 その他

(1) 実施した体力テストの記録等は、後日送付する「新体力テスト集計システムの活用」に添付された「新体力テスト記録票 (Excel)」に入力し、下記の日程に沿って期日までに提出先に記録票を提出する。**※記録票は必ず本年度のものを使用すること**

<小中学校の提出>

該当部署	締切日
各学校 から 市町村（学校組合）教育委員会	<u>令和8年8月21日（金）</u>
市町村（学校組合）教育委員会 から 教育事務所	<u>令和8年8月26日（水）</u>
教育事務所 から 保健厚生課	<u>令和8年8月31日（月）</u>

<高等学校の提出>

※高等学校は、直接保健厚生課に令和8年8月31日（月）までに提出する。

(2) 本調査は、スポーツ庁健康スポーツ課が実施する「体力・運動能力調査」（6歳から79歳までの体力等の調査）の依頼を受け、小・中・高校の全学年を対象に行う。スポーツ庁へは、調査協力校の中からさらに、小学校3校、中学校3校、高等学校全日制2校、高等学校定時制2校を選出し、その中から決められた報告者数の児童生徒を名簿番号一番から順に抽出し、報告する。

※文部科学省が平成20年度より始めた「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（小学校5年生と中学校2年生対象）とは異なる調査である。

なお、本調査及び「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」に提出する新体力テストのデータは同一のものとする。

(3) 参考

子どもたちの力が十分に発揮されるためにも（実技に向けて）

☆ほかの子と比べて「できない」と不安や劣等感をもつことがないようにしましょう。

- ・みんなで声を掛け合い、励まし合う関係性の中で。
- ・子ども自身が納得できるチャレンジとして。

（練習時間、動きになじむための時間の確保など）

☆昨年の自分をふりかえり、今年度の目標をもって取り組みましょう。

☆けがをしないように、十分に体を温めてから行いましょう。

**子どもたちの正確な実態を把握するためにも
（児童・生徒質問紙に向けて）**

☆あわてず、ゆっくりと考えて答えられるよう、時間を確保して行いましょう。

☆運動時間とは、身体活動を伴うものの内、児童生徒自身が「運動」と感じて行う活動時間全てを含みます。

例)・登下校も送り迎えの車ではなく、ちゃんと歩いているよ。

- ・休日や放課後に「散歩」や「自然散策」に行くこともあるよ。
- ・一日の歩数、1万歩以上を心掛けているよ。
- ・エレベーターは使わず、階段を利用しているよ。
- ・心もスッキリするエクササイズやヨガ、柔軟運動をするよ。

健康教育の中で、生活の中にある「活動時間」を探してみましょう。