

# 1 学校体育・スポーツ

## (1) 学校体育の充実

### ① 学校体育・スポーツ研究協議会

#### 1 小・中学校体育・スポーツ研究協議会

小・中学校における体育・保健体育科の運営の中心にあたる主任等が、学校体育及びスポーツ振興の諸事業についての理解を深め、教科経営や体力向上・健康・安全の推進、部活動の今後のあり方や地域スポーツとのかかわり等について協議し、本県の学校体育・スポーツの一層の充実発展を図った。

#### (ア) 期日及び会場

- a 中信会場（中信全地域対象） 平成25年5月9日（木）県総合教育センター
- b 東信会場（東信全地域対象） 平成25年5月13日（月）佐久合同庁舎
- c 北信会場（北信全地域対象） 平成25年5月14日（火）県庁講堂
- d 南信会場（飯田・下伊那地域対象） 平成25年5月16日（木）飯田合同庁舎
- e 南信会場（上伊那・諏訪地域対象） 平成25年5月17日（金）伊那合同庁舎

#### (イ) 研究協議

- テーマ 「子どもたちに明るく豊かな生活を営む態度を育てるにはどうあったらよいか」
- 小中共通 ・体力向上に向けた小中連携の在り方
- ・安全指導・安全管理について（学校登山・武道指導・防災教育）
- 校種別研修 ・小学生期のコンディショニングについて（小学校主任）
- ・体罰根絶に向けた取組について（中学校主任）

#### 2 高等学校体育・スポーツ研究協議会

高等学校における保健体育科の運営や学習指導上の諸問題について研究協議し、併せてスポーツ課の諸事業についての理解を深めることを通じて、保健体育科教育の一層の充実を図った。

#### (ア) 期日及び会場

平成25年5月28日（火） 総合教育センター

- (イ) 解説「平成24年度高等学校教育課程研究収録について」（松本深志高校赤穂先生）  
「『体づくり運動』の進め方」（野沢北高校柳沢先生）
- (ウ) 講演「新学習指導要領への移行の課題～『体育理論』の授業づくりを中心に～」  
（鹿屋体育大学 教授 佐藤 豊）

### ② 学校体育実技指導協力者派遣事業

○派遣事業（授業において体育担当教員が行う実技指導の補助）

#### 1 水泳

(ア) 期間 平成25年6月～9月

(イ) 実施校及び協力者数

教育事務所	東信教育 事務所	南信教育 事務所	南信教育事務所 飯田事務所	中信教育 事務所	北信教育 事務所	計
派遣校数(校)	小学校	小学校	小学校	小学校	小学校	小学校
	8	15	8	8	18	57

## 2 水泳以外

(ア) 期間 平成25年6月～平成26年2月

(イ) 実施校

	中学校	高等学校	計
派遣校数(校)	11	9	20

(ウ) 実施種目<中学校>剣道3校、柔道1校、ダンス4校、スキー・スノーボード3校  
<高等学校>スキー・スノーボード等ウィンタースポーツ8校、ダンス1校

### ③ 平成25年度学校体育実技(武道)認定講習会事業

学校体育武道(柔道・剣道)指導者の段位の取得を促進し、指導者の資質の向上と学校における武道指導の充実を図った。

(ア) 期 日 <剣道> 平成25年 9月18日(水)～9月20日(金)

<柔道> 平成25年 10月15日(火)～10月17日(木)

(イ) 会 場 スカイパーク体育館(剣道) 安曇野市三郷文化公園体育館柔道場(柔道)

(ウ) 参加者 <剣道> 段位認定(3日間講習)11人(初段合格11人)、2日間講習 5人  
<柔道> 段位認定(3日間講習)11人(初段合格11人)、2日間講習 3人

## (2) 体力向上の推進

### ① 「体力向上プラン2013」1校1運動事業の実施

各校で「体力向上プラン2013」を作成し、自校の体力の実態を踏まえ、数値目標を設け、自校の児童生徒の実態に応じた1校1運動の実施等、全教育活動からの具体的な取り組みを計画し、体力向上PDCAサイクルを確立する。

体力テスト実施率：小学校 99.7%、中学校 100%

1校1運動実施率：小学校 100%、中学校 88.2%

### ② 長野県版「運動プログラム」普及事業

#### 1 モデル市町村事業

幼児期から小学校期、中学校期までを一貫して計画的に体力向上に取り組むモデル市町村を選定し、運動プログラムの普及を図るため、下記の事業を優先的に実施する。

- ・ 県内7市町村をモデル地域とする。
- ・ 市町村教育委員会が保育担当部局と連携するなどして、幼児期からの体力向上に計画的に取り組もうとする市町村への支援事業

#### (ア) 「キッズ運動遊びどこでもゼミナール」事業の実施

モデル市町村8会場において、幼保の先生等、小学校の教職員、保護者、地域の指導者を対象に、運動遊びの講習会を開催する。運動の重要性を啓発するとともに、指導者の養成を図る。

実績：8会場 895名参加

#### (イ) 「体づくり運動」実技講習会事業

小学校高学年の「体づくり運動」及び、H24年度より学習指導要領に位置付けられる中学校「体づくり運動」の授業を活用して、専門的に研究を行っている講師による運動指導を児童と教職員を対象に実施することにより児童生徒の体力向上と指導者の資質を高める。

小学校「体づくり運動」実技講習会

実績：9回実施 596名参加(児童555名、教員41名)

中学校「体づくり運動」実技講習会

実績：9回実施 1,166名参加(生徒1,131名、教員35名)

③ 全県実施事業

1 幼児期からの「運動あそび」普及定着事業

(ア) 長野県オリジナル「運動あそび」研修会の開催

- ・対象：幼稚園教諭、保育士、放課後児童クラブ指導者 他
- ・内容：学校体育・スポーツ担当指導主事による運動遊び講習会
- ・実施方法：郡市における保育士、児童クラブ指導員等の研修会  
実績：2回実施 182名参加（保育士、児童クラブ指導者）

(ウ) 体育センター主催による県内6会場における講習会

- ・幼稚園・保育園の先生等を対象に、柳澤秋孝教授を講師に講演会を実施  
実績：6回実施 437名（幼保小学校指導者）

④ 体力テストフィードバック事業

各校で実施した体力テストの結果を県教委に送付することで、全国平均、県平均と比較した学校別データ、個人用経年データ、市町村教委別データなどをフィードバックし、学校や個人の体力を客観的に把握し、バランスのとれた体力向上対策に反映させる

○ H25年度の活用状況

	校 数	%
小学校	370 校中 312 校	84%
中学校	187 校中 154 校	82%
小中計	557 校中 466 校	84%

⑤ ながのスポーツスタジアム

いろいろな運動種目の記録にチャレンジしたり、友達とかかわりながら運動したりすることを通して、体を動かす楽しさや記録向上の達成感を味わい、日頃から運動する習慣や望ましい人間関係を育む。

1 実施期間 平成25年5月～平成26年2月

2 実施対象

県内公立小・中学校の児童・生徒で、各クラスや異学年グループ等を単位としたチームとする。（同一学校でのチームを原則とする。）

3 参加部門及び種目

種 目	内 容
ボールパスラリー1	キャッチボールを行い、3分間に何回捕球することができたかを競います
ボールパスラリー2	バレーボールでパスを行い、失敗しないで何回パスできたかを競います
クラスで8の字ジャンプ	8の字跳びを行い、5分間に何回なわを跳ぶことができたかを競います
クラスで連続ジャンプ	連続して、何回なわを跳ぶことができるかを競います
一人でジャンプ	1回旋跳びで、5分間（3分間）に何回なわを跳ぶことができるかを競います
クラスで馬とび	1分間2人で馬とびをして、何回とべたかを競います

4 実 績

	小学校	中学校	合 計
参加校数(校)	92	19	111
参加延べ人数(人)	29,727	5,431	35,158

⑥ 長野県「児童生徒体力・運動能力実態調査」

県下小・中・高校の児童生徒の体力・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ため実態調査を実施した。

1 実施期間 平成25年 5月～9月

2 実施対象

小学校	60校	20,189人	}	計112校 37,875人
中学校	40校	11,145人		
高校	12校	6,541人		

⑦ 学校体育実技指導者講習会（独立行政法人教員研修センター主催）

小・中・高校の体育教員の資質向上を図るため、県内小・中・高校から体育教員を参加させ、県体育センター及び各郡市等で行う伝達講習会の講師とした。

1 平成24年度子どもの体力向上指導者養成研修

(ア) 期 日 平成25年 5月 21日（火）～24日（金）

(イ) 会 場 北海道

(ウ) 参加者 8人

部会・コース		校種			計
		小学校	中学校	高等学校	
A	基礎的な動きづくりを通して体力の向上を図る部会	1			1
B	様々な動きづくりを通して体力の向上を図る部会				0
C	運動の計画の立て方を通して体力の向上を図る部会			1	1
D	動きの質を高める運動を通して体力の向上を図る部会 [器械・器具を用いた動きをつくるコース]	1			1
E	動きの質を高める運動を通して体力の向上を図る部会 [走・跳の動きをつくるコース]		1		1
F	動きの質を高める運動を通して体力の向上を図る部会 [リズムに合わせた動きの質を高めるコース]		1		1
G	攻防を展開する運動を通して体力の向上を図る部会 [ボールを用いた動きをつくるコース]	1			1
H	攻防を展開する運動を通して体力の向上を図る部会 [ネット型のボール操作の動きの質を高めるコース]			1	1
I	攻防を展開する運動を通して体力の向上を図る部会 [伝統的な運動（剣道）を通して動きの質を高めるコース]		1		1
計					8

### (3) 運動部活動の充実

#### ① 運動部活動地域連携再構築事業（平成25年度文部科学省委託事業）

本県では、中学校運動部活動顧問の約6割が、運動経験がなかったり、専門外の競技種目を指導したりしている状況にあり、優れた指導力を持つ地域のスポーツ指導者を活用している学校が9割を超える。

専門性の高い技術指導は、生徒が競技種目に親しみ、体力や競技力の向上において欠かすことはできないが、地域のスポーツ指導者の活用にあたっては、以下のような課題もある。

- ・顧問と地域のスポーツ指導者の考え方の相違（教育的意義の共通理解が図られていない）
- ・地域のスポーツ指導者の勝利至上主義的な指導
- ・一部の過熱化した活動が、生徒の生活リズムや健康面への悪影響の危惧、家庭の負担

そこで、心身の発育発達期にある中学生にとって、適切で効果的な運動部活動を推進するため、地域のスポーツ指導者を活用し、顧問との連携による指導のあり方について、モデル校による調査研究を実施した。

#### 1 モデル校による実践研究

- ・本事業におけるモデル校数（8校）
- ・本事業における地域のスポーツ指導者数（22人）

#### 【事例1】地域に根ざしたスポーツにおける地域スポーツ指導者の活用及び一貫指導のあり方

##### 1 研究のねらい

C市は、県のハンドボール協会をはじめ、県中体連、県高体連の大会や研修会等が開催され、5月の連休には毎年、県内外の中学校のチームを招聘し強化練習試合が行われるなどハンドボールが盛んな地域である。

一方、市内の中学校にはハンドボールを専門とする顧問が少なく、本校においても一人の顧問が男女両方の部活動を指導している。そのような状況の中、地域の指導者を有効に活用するとともに、小・中・高の一貫指導体制をより強めることにより、部活動の一層の充実につなげていきたい。

##### 2 研究の取組体制

###### (1) 委員会：スポーツ活動運営委員会

###### (2) 構成メンバー：校長、教頭、部活動主任、生徒指導主任、部活動顧問、外部指導者、保護者会

###### (3) 開催回数と概要：年4回

- 1回目：現状と課題の確認、本年度の方向性
- 2回目：現状と課題の確認、今後の活動について
- 3回目：現状と課題の確認、冬期の計画
- 4回目：本年度の反省及び来年度の方向

##### 3 研究の概要

###### (1) 指導者間、競技団体、地域、行政等との連携による指導体制づくり

- ① 県協会が主催するNTSプログラムによるトレーニングにより、県内ジュニア（中学生）の競技力の向上と指導者の指導力の向上を図る。
- ② 市協会、市体協、市教委が各種大会を開催し、競技力の向上を図る。

###### (2) 小・中・高の連携と一貫指導

- ① 小・中・高の顧問間ネットワークを構築し、指導理念の共有化と年代に応じた指導を行う。
- ② 市内4中学校で合同練習を行い、指導者間の連携を高めるとともに情報交換を行う。

###### (3) 地域の指導者の有効活用

- ① 指導者研修会には、顧問と地域の指導者（コーチ）が共に参加し、同一歩調での指導を図る。
- ② 学校教育活動の理解や生徒理解を深めるため、文化祭に招待、日常から職員室にも顔を出しやすい雰囲気をつくる。

#### 4 成果と課題

##### (1) 総括

- ・中体連や小・中・高が連携した年代に応じた一貫指導により、競技力の向上がみられた。
- ・コーチの仕事の関係上、平日の活動時間の確保が難しい。

##### (2) 生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- ・けが防止のため、県ハンドボール協会が主催する講習会に顧問及びコーチが参加。
- ・部活動ノートから、生徒の体調を把握。
- ・近隣の高校の顧問から競技に応じたストレッチ法の実技研修。

##### (3) 指導法の改善に関わって ～最新の指導技術と体罰によらない指導～

- ・県ハンドボール協会が主催する指導者研修会に参加し、最新の指導技術と知識を学ぶ。
- ・体罰根絶に向けた学校職員研修会を開催したり、保護者へ体罰アンケートを実施したりする。
- ・部活動ノートを活用し、生徒理解に努め、生徒の実態に応じた部活動運営や指導を行う。

##### (4) 今後の課題 ～さらに開かれたスポーツ活動に向けて～

- ・生徒や保護者の多様なニーズに応じるため、生徒、保護者の意見が、より反映できる体制づくりを行う。
- ・スポーツ活動運営委員会の構成員に学校評議員を加えることで、活動に対する評価とその検証を行う。
- ・スポーツ活動運営委員会連絡協議会を設置し、地域の連携を深めると共に、指導観や指導法の共有化を図る。

#### 【事例2】地域に根ざしたスキー部の活動において、外部指導者と連携を密にしながら、効果的な指導や運営について取り組んだ実践

##### 1 研究のねらい

地域に根ざしたスキーに全校生徒が取り組む本校は、地域のスキークラブや県のスキー連盟と連携し、競技力を高めると共に、成功や失敗から体験的な学びをしながら、生涯にわたってスキーに親しんでいける生徒の育成を目指している。

今年度は、発達段階に応じた一貫指導の構築と生徒自らが気づき、考えて、課題解決するための指導方法を研究し、より主体的にスキーに取り組む生徒の育成を目指す。

##### 2 研究の取組体制

###### (1) 委員会：移動支援委員会

###### (2) 構成メンバー：各セクションコーチ、スキークラブ強化部、学校職員、保護者、PTA 役員

###### (3) 開催回数と概要：年3回

1回目：運営方針の確認 2回目：大会参加について 3回目：今年度の反省と来年度の方向性

##### 3 研究の概要

###### (1) 効果的な指導法の工夫

###### ① 運動有能感を高める個に応じたきめ細やかな指導

- ・スモールステップの技術指導により達成感や成就感を味わわせ、運動意欲を向上させる指導。

###### ② 個の体力の把握と発達段階や種目特性を踏まえた指導

- ・発達段階を踏まえた、体幹、バランス、持久力等のトレーニングを中心とした指導。
- ・個々の体力分析と種目に必要な体力（筋力・持久力・敏捷性・巧緻性等）を明確にした指導。

###### ③ 生徒が自ら気づき、考え、課題解決していく指導

- ・トレーニング日誌を活用し、生徒の願いを大切にした指導
- ・ビデオを活用し、自らの課題に気づかせる指導。
- ・生徒の感覚を言葉としてひきだすための対話形式による指導

(2) 中学生期における適切なスポーツ活動の工夫

- ① 生徒の身体的疲労度や精神的な安定を得るため、雪上練習可能な冬季においても週に1日以上の休養日を必ず入れる。
- ② 早朝からの大会に合わせた練習を適宜行い、コンディショニングができるようにする。

4 成果と課題

(1) 総括

- ・地域スポーツ指導者は、県の連盟の研修会にも積極的に参加しており、最新の指導法を身に付けている。さらには、個や発達段階を踏まえた指導の実践によって、生徒のスキーへの意欲が高まり、自分も将来は地域で活躍したいと願う生徒が見られる。
- ・地域のスポーツ指導者への謝金の捻出が難しい。特に、競技スキーは家庭の金銭的な負担も大きいいため受益者負担に頼るのも困難。

(2) 生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

厳寒地における野外活動のため、健康状態・練習環境・練習内容・用具等については、顧問とコーチ（外部指導者）が綿密な打ち合わせを行いながら、事故を未然に防ぐ安全な活動ができるように常に心掛けている。

(3) 活動面における成果 ～専門的な指導による活動の成果～

- ・専門的な指導により、今年度もクロス部とジャンプ部で全国大会出場をはたした。
- ・生徒は課題を解決した喜びを実感したと共に、新たな課題を明確にできた。
- ・基礎スキー部では、スキークラブの協力を得て、インストラクター体験をすることができた。

(4) 学校としての成果と課題 ～コーチと顧問の連携を生かした指導について～

- ・トレーニング日誌を通して、コーチと顧問の連携がより深まり、指導面での統一性がとれた。
- ・オフシーズンにおいてもメールを使いコーチと連携しながら指導の共有化を図れた。
- ・冬期は、ほぼ毎日指導にあたってもらう。謝金をどのように捻出するかが課題である。

2 体罰根絶に向けた中学校・高等学校運動部指導者研修会

(ア) 目的

学校教育やスポーツ指導の場における体罰や暴力が社会問題となっている中、公立中学校と高等学校の運動部の指導に携わる教員が、スポーツ指導における理念や指導法を改めて学ぶことによって、本県の学校におけるスポーツ指導の場から体罰を根絶することを目的に開催する。

(イ) 主催

長野県教育委員会、長野県中学校体育連盟、長野県高等学校体育連盟、  
長野県高等学校野球連盟

(ウ) 共催

松本市教育委員会

(エ) 期日

平成25年7月31日（水）

(オ) 会場

松本市浅間温泉文化センター 大会議室

(カ) 内容

基調講演：「対話を重視した部活動指導について」

～指導者としてのコミュニケーションスキルと感情コントロールから～

講師： 福島大学人間発達文化学類 白石 豊 教授

パネルディスカッションテーマ：「これからのスポーツ指導者のあり方」

② 運動部活動の適正化の推進（平成25年度文部科学省委託事業）

（ア）長野県中学生期のスポーツ活動指針策定までの経過

**1 本県の中学生期のスポーツ活動の現状と課題**

■運動部への加入率の低下

- ・運動部への加入率が年々低下、全国と比べても低い
- ・運動部、文化部のどちらにも加入しない生徒数が全国より多い
- ・進級や進学につれて加入率が低下（ドロップアウト、バーンアウト）
- ・運動部に加入しない最も多い理由に「運動やスポーツが苦手・嫌いだから」

■運動部活動の延長としての社会体育活動

- ・ほぼ全ての学校で「運動部活動」と「運動部活動の延長としての社会体育」が並行して実施
- ・責任の所在が曖昧、一部の過熱化する活動は生徒や家庭への負担、学習や家庭生活のバランスを欠く

■朝の運動部活動（朝部活）

- ・ほぼ全ての学校で、年間を通じて朝の運動部活動が実施。部活動としての活動は、全員参加が原則
- ・ウォーミングアップやクリングダウンの時間が十分にとれない。朝食から昼食までの時間が空き過ぎる

■その他スポーツ活動を取り巻く状況

- ・体力・運動能力が全国と比べて低い、競技力向上における課題
- ・求められる医科学的な知見による指導、スポーツ傷害の防止
- ・生涯にわたるスポーツ活動での課題、幼児期からの運動習慣の重要性と運動好きな子供の育成

**2 長野県中学生期のスポーツ活動検討委員会の設置**

■検討の視点

- 心身の成長…成功や失敗を通じた学び、自己肯定感、健全な身体
- 楽しい学校生活と仲間づくり…学習、運動、学校生活のバランス、人間関係形成能力
- 生涯におよぶ健康づくり…生涯にわたる運動習慣の確立、スポーツの楽しさ経験
- 競技者の育成…発達段階に応じた育成、次のステージへの受け渡し

■医科学的知見から見たスポーツ指導に必要な視点

- 「発育・発達段階にある中学生期」からの視点
  - ・運動の「適時性」と「個別性」。「休養」は練習の一部
- 「心理的側面」からの視点
  - ・運動有能感「できた！」を味わわせる。ドロップアウトやバーンアウトに陥りやすい要因
- 「栄養・運動・睡眠」の3本柱をトータルで考える
  - ・食事のバランス、量、摂取のタイミング。朝食の重要性
- 「スポーツ傷害の予防」からの視点
  - ・スポーツ傷害と「活動時間」、「睡眠時間」の関係。傷害の主原因は、「不注意」「練習のし過ぎ」「疲れ」

**3 中学生期の適切なスポーツ活動のあり方について（報告書）の提出(H25.11.13)**

**4 パブリックコメントを実施し、広く意見を募集(H25.11.14～12.13)**

- 意見者数 305(個人・団体)【内訳:生徒 20、保護者 103、教員 52、その他個人 112、団体 18】
- 意見総数 1,408 件
  - ・「朝の運動部活動」に関する意見 538 件(38.2%)
  - ・「運動部活動の延長にある社会体育活動」に関する意見 511 件(36.3%)

**5 中学生期のスポーツ活動指針(素案)公表と学校関係者等への意見聴取(H26.1.16～)**

- 郡市校長会、市町村教育委員会連絡会、市町村スポーツ振興担当者会、
- 県中体連役員、県体育学習研究会、意見交換会(中学校部活動担当者、市町村教育委員会担当者)
- 県PTA 連合会、県体協総務専門委員会

**6 長野県中学生期のスポーツ活動指針 (H26.2.13 決定)**

（イ）長野県中学生期のスポーツ活動指針の概要

**1 位置付け**

- 「運動部活動」と「運動部活動の延長にある社会体育」に適用
- 各学校では、校長の責任のもと、スポーツ活動運営委員会と連携・協働し、指針を踏まえた活動を実施
- 地域において実施されている中学生期の「社会体育活動」等は、指針の趣旨を踏まえた活動を期待  
(※中学校文化系の部活動については、市町村教委への通知により、適切な対応を要請)

**2 概要**

■運動部活動の運営体制と運営の充実

- ・校長の責任のもと、学校組織全体で活動を運営。生徒の思いを踏まえた活動目標等の設定。

■運動部活動の指導の充実

- ・生徒との対話を通じ、達成感や満足感が味わえる個に応じた指導
- ・中学生期だけでなく次のステージへ、生涯にわたるスポーツ活動へと繋げる指導

■運動部活動の活動基準

- ・平日に1日、土日曜に1日の休養日を設ける。
  - ・平日の総活動時間は、2時間程度までとし、長くても3時間以内にする。
  - ・休日の練習は、午前、午後にわたらない。
  - ・放課後の活動時間の確保に努め、朝の運動部活動は原則として行わない。
- ただし、放課後の活動が行えず、練習時間が確保できない場合には、生徒の健康や生活リズム等を考慮し、生徒や保護者に対して十分な説明と理解を得た上で、朝の活動を実施することが考えられる。
- なお、その場合であっても時間が十分に取れないことを鑑み、激しい運動は避ける。

■「運動部活動の延長として行われている社会体育活動」について

- ・学校管理下で行う運動部活動に一本化していく。
- ・生徒がより高い水準に挑みたい場合には、既存の地域の社会体育活動に参加。
- ・市町村教委、郡市体協、地域スポーツ指導者等と連携し、新たな「地域のスポーツ団体」等の設立。

■スポーツ活動運営委員会の機能の充実

- ・運動部活動の充実のために目標や方針等を踏まえた部活動の運営について検討。

■県教育委員会及び市町村教育委員会の役割

(県教委) 市町村教育委員会、校長会、中学校体育連盟や関係機関団体等と連携した活動の充実。  
(市町村教委) 各中学校区にスポーツ活動運営委員会を設置。各中学校に助言、指導。

■地域の社会体育活動

- ・中学生の多様なニーズに応じて、生涯スポーツにつながるスポーツ機会として重要な役割を担う。
- ・中学生の心身の成長につながるよう、適切な活動に結び付けていくことを求める。

■小学生期のスポーツ活動

- ・多様な運動経験と楽しさから、運動・スポーツへの興味・関心を高める時期。

■成長期にある中学生期のスポーツ活動を実施する上で留意すべき視点

- ・「栄養・運動・睡眠」の3本柱をトータルで考える。「食事の基本形」の確立
- ・短時間で効果的な練習の工夫。スポーツ障害の予防
- ・個人差を考慮したトレーニングの実施やウォーミング・アップやクーリング・ダウンについて

■取組みの状況把握と指針の見直し

(4) 各種競技大会

1 第52回長野県中学校総合体育大会

No.	種目	期日	会場	参加選手数
1	陸上競技	6/29～30	松本市広域公園陸上競技場	1,013
2	水泳	7/13～14	長野運動公園総合運動場総合市民プール (アクアウイング)	576
3	バスケットボール	7/14～15	上田市自然運動公園総合体育館 佐久市総合体育館	522
4	サッカー	7/13～14	松本平広域公園陸上競技場補助競技場 (アルウィンサブ) 多目的球技場、松本市サッカー場	317
5	ハンドボール	7/13～14	更埴体育館 千曲市立埴生中学校体育館	146
6	軟式野球	7/13～14	塩尻市営球場、筑北村本城球場 筑北村やすらぎスポーツ広場野球場 茅野市運動公園野球場	277
7	体操 男子新体操	7/13	長野市真島総合スポーツアリーナ (ホワイトリング サブアリーナ)	38
8	女子新体操	7/6	伊那勤労者福祉センター体育館	56
9	バレーボール	7/13～14	長野市真島総合スポーツアリーナ (ホワイトリング メインアリーナ)	399
10	ソフトテニス	7/13～14	東御中央公園テニスコート	448
11	卓球	7/13～14	岡谷市民総合体育館 (スワンドーム)	357
12	バドミントン	7/13～14	松本平広域公園総合体育館	186
13	ソフトボール	7/13～14	松本市 あずさグラウンド	187
14	柔道	7/13～14	辰野町立荒神山体育館	272
15	剣道	7/13～14	茅野総合体育館	244
16	相撲	7/7	木曾町立相撲場	33
17	スキー	平成26年 1/17～19	白馬村 八方尾根スキー場 他	292
18	スケート	平成26年 1/5～7	長野市オリンピック記念アリーナ (エムウエーブ)	124

19	アイスホッケー	12/21	軽井沢町 風越公園アイスアリーナ	34
20	駅 伝	11/ 3	松本平広域公園陸上競技場	1,199
参加選手合計数（のべ人数）				6,720

## 2 平成25年度長野県中学校新人体育大会

No.	種 目	期 日	会 場	参加選手数（人）
1	陸上競技	9/23	松本市、長野市	2,189
2	水 泳	9/1	佐久市、須坂市、松本市、飯田市	805
3	バスケットボール	11/9～10	佐久市、小諸市、長野市、安曇野市、塩尻市、南箕輪村、伊那市	2,552
4	サッカー	10/19～20	小諸市、佐久市、長野市、松本市、安曇野市、塩尻市、岡谷市、茅野市	1,865
5	ハンドボール	11/16～17	茅野市	155
6	軟式野球	10/12～20	上田市、小諸市、長野市、中野市、坂城町、塩尻市、筑北村、伊那市、宮田村	1,386
7	体 操 男子新体操	11/4	長野市	23
8	女子新体操	10/26	安曇野市	72
9	バレーボール	11/2～17	上田市、東御市、長野市、安曇野市、朝日村、茅野市、岡谷市	2,391
10	ソフトテニス	10/19～27	東御市、長野市、安曇野市、松川町、天龍村	1,310
11	卓 球	11/2～16	小諸市、中野市、安曇野市、松本市、高森町	1,046
12	バドミントン	11/9～16	長野市、伊那市、松本市	426
13	ソフトボール	10/5～6	長野市、伊那市	177
14	柔 道	10/26～11/9	小諸市、千曲市、安曇野市、辰野町	342
15	剣 道	10/26	佐久市、長野市、安曇野市、諏訪市	758
16	相 撲	9/23	木曾町	17
参加選手合計数（延べ人数）				15,514

3 第34回北信越中学校総合競技大会

- (ア) 期 間 平成25年 8 月 6 日～ 9 日  
 (イ) 開 催 地 石川県  
 (ウ) 種 目 数 16種目  
 (エ) 長野県参加選手数 892人

○会場地及び本県参加選手数

No.	種 目	期 日	会 場	本県参加選手数(人)
1	陸上競技	8/9	金沢市	110
2	水 泳	8/9	加賀市	84
3	バスケットボール	8/6～7	金沢市	95
4	サッカー	8/6～7	小松市	37
5	ハンドボール	8/8～9	金沢市	58
6	軟式野球	8/6～7	珠洲市、能登町	30
7	体 操、男子新体操	8/6～7	金沢市	19
8	女子新体操	8/9	金沢市	21
9	バレーボール	8/8～9	七尾市	67
10	ソフトテニス	8/8～9	能登町	68
11	卓 球	8/6～7	七尾市	65
12	バドミントン	8/6～7	白山市	53
13	ソフトボール	8/6～7	金沢市	47
14	柔 道	8/9	白山市	57
15	剣 道	8/7	輪島町	53
16	相 撲	8/7	津幡町	28
本県参加選手数合計 (のべ人数)				892

#### 4 全国中学校体育大会

(ア) 期	間	夏季大会	8月	冬季大会	1～2月	駅伝大会	12月
(イ) 開	催	地	夏季大会	東海ブロック	駅伝大会	山口県	
			冬季大会	スキー：群馬県、長野県	スケート：長野県		
				アイスホッケー：東京都			
(ウ) 種	目	数	20種目				
(エ) 長野県参加選手数							415人

#### ○会場地及び本県参加選手数

	競技種目	会期	開催都道府県	開催地	本県参加選手数(人)
1	陸上競技	8/19～22	愛知県	名古屋市	35
2	水泳競技	8/19～22	静岡県	富士市 静岡市	19
3	バスケットボール	8/21～23	静岡県	浜松市 袋井市	0
4	サッカー	8/19～24	岐阜県	大垣市 養老町	0
5	ハンドボール	8/20～23	愛知県	豊田市	0
6	軟式野球	8/17～20	愛知県	豊橋市 田原市 蒲郡市	0
7	体操	8/23～25	岐阜県	岐阜市	1
8	新体操	8/22～24	三重県	伊賀市	10
9	バレーボール	8/18～21	愛知県	岡崎市	12
10	ソフトテニス	8/19～21	愛知県	一宮市	2
11	卓球	8/17～20	岐阜県	岐阜市	19
12	バドミントン	8/17～20	静岡県	富士宮市	0
13	ソフトボール	8/17～20	三重県	津市 亀山市	32
14	柔道	8/18～19	三重県	伊勢市	21
15	剣道	8/17～19	静岡県	浜松市	18

16	相撲	8/17～18	岐阜県	岐南町	7
17	駅伝	12/14～15	山口県	山口市	16
18	スキー	平成 26 年 2/2～5	群馬県 長野県	片品村 野沢温泉村	82
19	スケート	平成 26 年 2/1～4	長野県	長野市	108
20	アイスホッケー	平成 26 年 1/23～26	東京都	西東京市 東大和市	33
本県参加選手数合計（延べ人数）					415

オ 平成25年度長野県高等学校総合体育大会

種 目		期 日	会 場	男子	女子	計	
1	陸上競技	5/24～ 5/26	松本平広域陸上競技場	569	392	961	
	駅 伝	11/ 1～11/ 2	大町市運動公園陸上競技場及び駅伝競走路	287	148	435	
2	柔 道	6/ 1～ 6/ 2	上田自然運動公園総合体育館	245	64	309	
3	剣 道	6/ 1～ 6/ 2	長野市ホワイトリング・メインアリーナ	221	181	402	
4	ソフトテニス	6/ 1～ 6/ 2	松本市浅間温泉庭球公園テニスコート	267	275	542	
5	テニス	5/31～ 6/ 2	長野市南長野運動公園テニスコート	103	105	208	
6	バスケットボール	5/31～ 6/ 2	茅野市運動公園体育館、東海大学第三高校体育館、茅野高校体育館、諏訪実業高校体育館	576	549	1,125	
7	バレーボール	6/ 1～ 6/ 2	東御清翔高校体育館、野沢北高校体育館 小諸高校体育館、東御市ふれあい体育館	429	425	854	
8	ハンドボール	5/31～ 6/ 2	千曲市戸倉体育館、千曲市更埴体育館他	252	158	410	
9	ソフトボール	6/ 1～ 6/ 3	佐久市浅科多目的運動場他	30	324	354	
10	卓 球	5/31～ 6/ 1	長野運動公園総合体育館	246	207	453	
11	バドミントン	5/30～ 6/ 1	東御中央公園第1、第2体育館	187	191	378	
12	体 操	6/ 1～ 6/ 2	長野市ホワイトリング・サブアリーナ	22	9	31	
	新体操	6/ 1～ 6/ 2	長野市ホワイトリング・サブアリーナ 長野市南長野運動公園体育館	7	42	49	
13	相 撲	6/ 9	塩尻市立体育館併設相撲場	12		12	
14	弓 道	6/ 1～ 6/ 2	長野運動公園弓道場	233	227	460	
15	水 泳	6/29～ 6/30	すわっこランド	230	132	362	
16	サッカー	5/25～ 6/ 2	松本市サッカー場、あがた運動公園多目的 広場、大町市運動公園サッカー場他	729	99	828	
17	ラグビー(春季)	5/19～ 6/ 2	上田市菅平高原サニアパーク他	131		131	
	ラグビー(秋季)	10/20～11/ 4	千曲川リバーフロント他	128		128	
18	スケート	スピード	12/10～12/11	長野市オリンピック記念アリーナ (エムウェーブ)	40	19	59
		フィギュア	11/16	やまびこスケートの森アイスアリーナ	1	5	6
		アイスホッケー	11/ 3	軽井沢風越公園アリーナ	33		33
19	スキー	1/17～ 1/20	白馬村	99	50	149	

20	登山	5/30～ 6/ 1	南佐久郡川上村 金峰山・小川山	115	28	143
21	レスリング	6/ 1～ 6/ 2	上田西高校グリーンアリーナ	20		20
22	ボート	5/31～ 6/ 1	下諏訪町漕艇場	44	13	57
23	ウェイトリフティング	6/ 2	松商学園高校体育館	10	8	18
24	自転車	トラック	5/18	松本市かりがね運動公園自転車競技場	8	8
		ロード	5/26	木曾川味噌川ダム湖特設周回コース		
25	フェンシング	6/ 1～ 6/ 2	箕輪町民体育館	15	5	20
26	ヨット	中止	中止			
27	ホッケー	中止	中止			
28	空手道	6/ 1～ 6/ 2	松本市南部体育館	89	65	154
29	ボクシング	6/ 1	丸子修学館高校ボクシング場	15		15
30	アーチェリー	5/26	飯綱町ふれあいパーク運動場	27	14	41
31	なぎなた	5/19	松本市立田川小学校体育館	0	9	9
32	カヌー	6/ 1	長野市信州新町犀川特設カヌーコース	8	2	10
33	定通	6/ 8	赤穂高校、駒ヶ根工業高校	92	41	133

カ 平成25度長野県高等学校新人体育大会

種 目		期 日	会 場	男子	女子	計	
1	陸上競技	9/27～ 9/29	長野運動公園総合運動場陸上競技場	484	313	797	
	駅 伝	3/22～ 3/23	伊那市陸上競技場及び駅伝競走路	213	83	296	
2	柔 道	11/ 2～11/ 3	駒ヶ根市武道館	192	42	234	
3	剣 道	11/16～11/17	下諏訪町体育館	208	146	354	
4	ソフトテニス	10/19～10/20	長野市南長野運動公園テニスコート	263	245	508	
5	テニス	9/14～ 9/15	松本市浅間温泉庭球公園テニスコート	177	171	348	
6	バスケットボール	11/29～12/ 1	上田市自然運動公園総合体育館他	547	438	985	
7	バレーボール	1/18～ 1/19	スワンドーム（岡谷市民総合体育館）他	352	320	672	
8	ハンドボール	11/ 2～11/ 4	千曲市戸倉体育館、千曲市更埴体育館	208	128	336	
9	ソフトボール	10/19～10/21	須坂市北部運動広場、東部グラウンド他	25	221	246	
10	卓 球	11/ 2～11/ 3	茅野市運動公園総合体育館	216	182	398	
11	バドミントン	11/28～11/30	松本平広域公園体育館	189	189	378	
12	体 操	11/ 3～11/ 4	長野市ホワイトリング・サブアリーナ	17	8	25	
	新体操	11/ 3～11/ 4	長野市ホワイトリング・サブアリーナ メインアリーナ	5	34	39	
13	相 撲	11/ 9	木曾町屋内相撲場	6		6	
14	弓 道	10/12～10/13	塩尻市弓道場	297	294	591	
15	水 泳	9/ 7～ 9/ 8	アクアパーク I I D A	199	104	303	
16	サッカー	11/29～12/ 2	松本市サッカー場他	354		354	
17	ラグビーフットボール						
18	スケート	スピード	2/14～ 2/16	長野市オリンピック記念アリーナ（エムウェーブ）	23	13	36
		フィギュア	2/22	長野市多目的スポーツアリーナビッグハット	1	5	6
		アイスホッケー					

19	スキー	3/ 1～ 3/ 4	小谷村	61	21	82
20	登山					
21	レスリング	10/26～10/27	上田西高校グリーンアリーナ			
22	ボート	9/20～ 9/21	下諏訪町漕艇場	50	18	68
23	ウェイトリフティング					
24	自転車	トラック 10/19 ロード 10/26	松本市かりがね運動公園自転車競技場 野沢温泉村オリンピックスポーツパーク	9		9
25	フェンシング	11/16～11/17	箕輪町民体育館	11	5	16
26	ヨット	中止	中止			0
27	ホッケー	中止	中止			0
28	空手道	10/26～10/27	千曲市戸倉体育館	69	42	111
29	ボクシング	12/14	丸子修学館高校ボクシング場	10		10
30	アーチェリー	10/20	木島平三本松ジュニアサッカー場	41	19	60
31	なぎなた	11/17	坂城町武道館	1	8	9
32	カヌー					
33	定通					

キ 平成25年度北信越高等学校体育大会

(ア) 期 間 平成25年 6 月15日～16日 (中心会期)

(イ) 開 催 地 長野県他 4 県

(ウ) 参 加 者 数 長野県選手 1, 8 6 1 人

長野県開催種目

種 目	期 日	会 場	県参加選手数	全参加生徒数
1 ソフトテニス	6/15～6/16	長野市南長野運動公園テニスコート	128	576
2 バレーボール	6/15～6/16	長野市真島総合スポーツアリーナ 南長野運動公園総合体育館 長野運動公園総合運動場総合体育館	109	551
3 フェンシング	6/15～6/16	箕輪町民体育館	24	96
4 空手道	6/15～6/16	松本市総合体育館	135	508
5 アーチェリー	6/15～6/16	飯綱町ふれあいパーク	17	79
6 アイスホッケー	11/16～11/17	軽井沢町風越公園アイスアリーナ	22	70
合 計			435	1,880

ク 平成25年度全国高等学校総合体育大会

(ア) 期 間 平成25年 7 月28日～8 月20日 (夏季大会)

平成25年12月21日～12月22日 (駅伝)

平成25年12月27日～平成26年 1 月 7 日 (ラグビー)

平成26年 1 月20日～1 月24日 (冬季大会 スケート)

平成26年 2 月 4 日～2 月 8 日 (冬季大会 スキー)

(イ) 開 催 地 夏季大会 大分県・福岡県・佐賀県・長崎県  
東京都ほか (定・通)

駅伝 京都府

ラグビー 大阪府

冬季大会 (スケート) 青森県 (スピードスケート・フィギュアスケート  
アイスホッケー)

冬季大会 (スキー) 福島県 (アルペン、クロスカントリー)

秋田県 (ジャンプ)

(ウ) 参 加 者 数 長野県選手 8 1 1 人