

「新体カテスト」の入力、「体カアップコンテスト」への参加はこちらから！

# しずおか 元気っ子 Lab

～ 静岡県子供の体力向上ホームページ ～

アドレス <https://www.stte-shizuoka.jp/>



静岡県教育委員会健康体育課

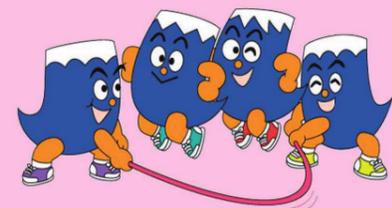
令和6年度 子供の体力向上推進事業

しずおか体力サポートナビ

静岡県教育委員会健康体育課

令和6年度 子供の体力向上推進事業

## しずおか体力サポートナビ



静岡県教育委員会健康体育課

(スポーツ庁 令和6年度 令和の日本型学校体育構築支援事業)

「令和5年度本県児童生徒の体格・体力の現状」作成にあたり、以下の方に御協力いただいた。

---

令和5年度 子供の体力向上推進委員会

(職名は令和5年3月1日時点)

杉山 康司	静岡大学教育学部教授
黒岩 一雄	常葉大学教育学部准教授
杉山 秀子	静岡県スポーツ協会
殿岡 史裕	静岡市教育委員会指導主事
山口 大和	浜松市教育委員会指導主事
齋藤 治	富士宮市立上井出小学校校長
岩尾 秀幸	島田市教育委員会主席指導主事
夏目 伸二	静岡県教育委員会健康体育課長

---

資料提供

杉山 康司	静岡大学教育学部教授
-------	------------

## ま え が き

令和6年度は、働き方改革が叫ばれる中であっても、各学校において様々な工夫により、子供の運動機会の確保に努めていただいたところであります。また、近年の猛暑による熱中症リスクが大変心配されるところであり、対策に苦慮されることと思いますが、今後も安全安心のもとに、体育的活動に取り組まれますようお願いいたします。

さて、新体力テストの結果について、令和6年度は、全国比較においては、昨年度よりも小学校と高校で上回る種目が減り、中学校で上回る種目が増えました。経年的に見ると、依然低下傾向にあるため、体育の授業における活動時間や活動量の確保をはじめ、授業以外での取組、家庭での運動習慣の構築等、運動に親しむ環境づくりが重要であります。特に、小学生年代から、運動好きな子供を増やすことは、運動時間の回復に影響を及ぼすことに加え、将来、自ら運動に親しむことにつながることを期待されます。

また、令和6年12月には、「部活動改革に伴う学習指導要領解説の一部改訂について」が国から通知されました。「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」（令和4年12月スポーツ庁・文化庁）に基づく部活動改革の円滑な実施、学校と地域クラブとの連携等について明確化を図るものであります。部活動改革については、中学生年代の運動機会が損なわれることのないよう地域との連携を図りながら進める必要があります。

静岡県教育委員会といたしましては、児童生徒の体力向上にあたり、「体力アップコンテストしずおか」や「実技指導協力者派遣事業」を推進するとともに、「しずおか元気っ子Lab ～静岡県子供の体力向上ホームページ～」による情報発信などを引き続き行ってまいります。

本冊子は、本県の体力向上のための取組に対する成果の指標として、「新体力テスト記録会」の記録を集計・分析したものを参考とし、本県の体力向上に関する取組をまとめた資料です。各学校では本冊子を有効に活用し、児童生徒の体力向上及び健康に関する指導の充実に努めていただくようお願いいたします。

結びに、刊行に当たり御協力いただきました皆様、資料の提供及び分析等に御協力いただきました皆様に心から感謝の意を表します。

令和7年2月

静岡県教育委員会健康体育課長 夏目 伸二

# 目 次

## ○ まえがき

## ○ 本県の体力向上に関する取組

### [令和6年度]

1 しずおか元気っ子通信	1
2 武道推進モデル校の取組	2
3 子供の体力向上推進校の取組	14
4 しずおかダンス動画の活用	25
5 取組紹介表彰（体力アップコンテスト取組紹介部門）優秀賞の紹介	28
6 チャレンジシートの紹介	35
7 新体力テスト指導ポイントシートの紹介	43

### [令和5年度]

1 しずおか元気っ子ラボ ～静岡県子供の体力向上ホームページ～	55
2 子供の体力向上ふじさんプログラム	56
3 令和5年度体力アップコンテスト しずおか	57
4 令和5年度学校体育実技指導協力者派遣事業	62
5 令和5年度オリンピック・パラリンピックレガシー教育推進事業	63
6 令和5年度新体力テスト優秀校・優良校の表彰	64
7 令和5年度静岡県中学校新体力テスト成績優秀者一覧	65
8 第24回静岡県高等学校新体力テスト記録会 被表彰校一覧	66

## 令和5年度 本県児童生徒の体力・体格の現状

### ○ 令和5年度 新体力テスト結果

1 令和5年度第24回新体力テスト記録会について	67
2 調査結果の傾向と分析	68
3 調査結果の概要と前年度比較、全国比較、経年変化（小学校）	71
4 調査結果の概要と前年度比較、全国比較、経年変化（中学校）	82
5 調査結果の概要と前年度比較、全国比較、経年変化（高等学校全日制）	92
6 調査結果の概要と前年度比較、全国比較（高等学校定時制）	102
7 調査結果の概要（特別支援学校）	105
8 令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査について	107

### ○ 新体力テスト参考資料

平均記録表（令和5年度）	114
平均得点集計表（令和5年度）	118
段階値集計表（令和5年度）	120
各種目における全国比の推移	
握力	124
反復横とび	126
50m走	128
持久走（ジグザグドリブル）	130
ボール投げ	132
上体起こし	134
長座体前屈	135
20mシャトルラン	136
立ち幅とび	137

### ○ 学校保健統計調査、全国疾病・異常被患率等、朝食摂取状況調査報告書

令和5年度学校保健統計調査について	138
静岡県児童・生徒身体計測平均値前年度・全国比較表	146
静岡県児童・生徒発育状況過去10年間の推移	148
(文部科学省資料)令和5年度年齢別疾病・異常被患率等(男女計)ー全国ー	149
静岡県年齢別疾病・異常被患率	150
令和5年度静岡県教育委員会朝食摂取状況調査報告書	151