

IV 参考資料

- 1 山形県体力・運動能力調査
 - (1) アンケートの結果
 - (2) 令和7年度新体力テスト結果一覧
 - (3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果
- 2 「体力向上対策会議」事後アンケートの結果
- 3 「1学校1取組み」の実践紹介

小学校

- ・山形市立蔵王第二小学校
- ・東根市立大森小学校
- ・尾花沢市立玉野小学校
- ・戸沢村立戸沢学園
- ・川西町立吉島小学校
- ・米沢市立西部小学校
- ・白鷹町立鮎貝小学校
- ・三川町立横山小学校
- ・鶴岡市立豊浦小学校
- ・鶴岡市立朝暘第六小学校

中学校

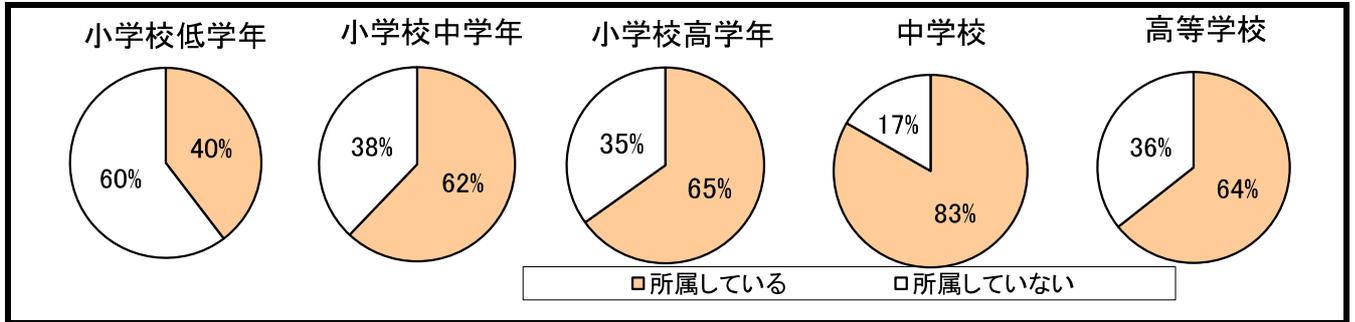
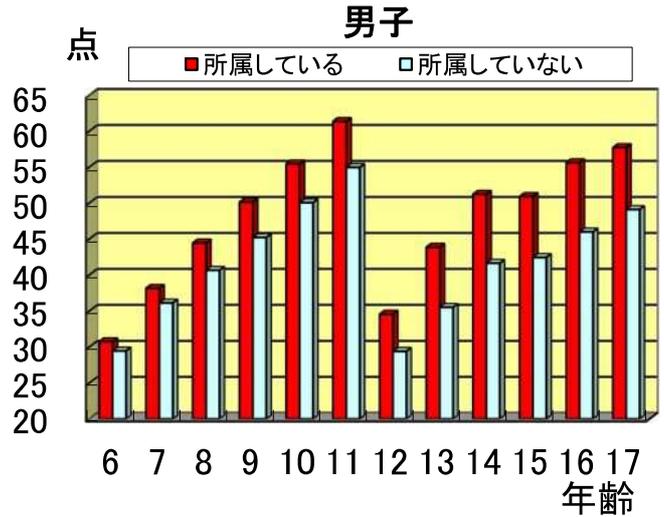
- ・上山市立南中学校
- ・東根市立第二中学校
- ・西川町立西川中学校
- ・真室川町立真室川中学校
- ・山形県立致道館中学校
- ・川西町立川西中学校
- ・小国町立小国中学校
- ・酒田市立鳥海八幡中学校
- ・鶴岡市立豊浦中学校

高等学校

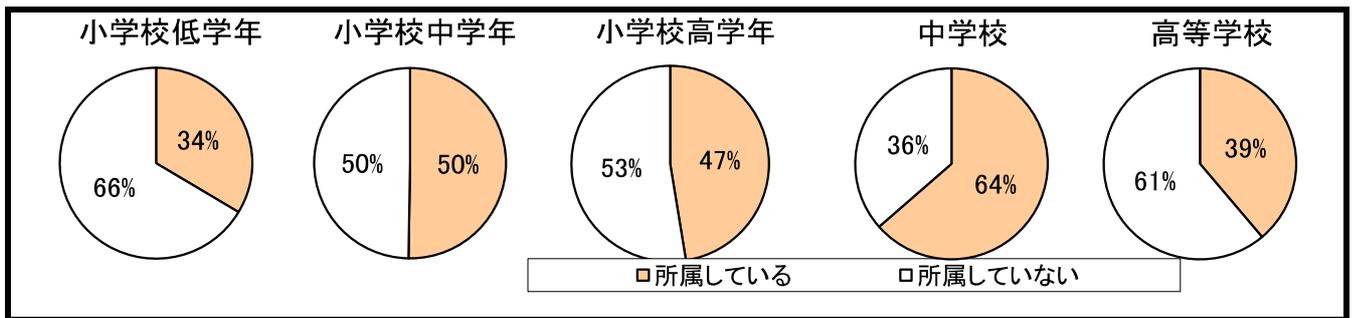
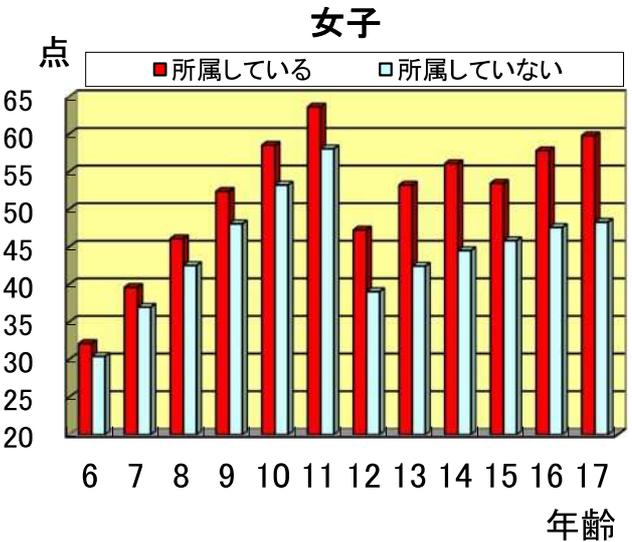
- ・県立山形中央高等学校
- ・県立新庄南高等学校
- ・県立東桜学館高等学校

1-(1)運動部・スポーツクラブへの所属別新体カテストの合計点

性別	年齢	学年	所属している			所属していない			差
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	
男	6	小1	711	31.1	30.7	1576	68.9	29.4	1.3
	7	小2	1187	47.5	38.1	1311	52.5	36.1	2.0
	8	小3	1465	58.2	44.4	1052	41.8	40.6	3.8
	9	小4	1821	65.6	50.1	956	34.4	45.2	4.9
	10	小5	1787	67.1	55.5	876	32.9	50.0	5.4
	11	小6	1729	63.2	61.3	1008	36.8	54.9	6.4
	12	中1	2353	82.1	34.6	514	17.9	29.4	5.2
	13	中2	2594	85.6	43.9	436	14.4	35.5	8.4
	14	中3	2582	82.3	51.2	556	17.7	41.6	9.6
	15	高1	1302	68.0	50.9	612	32.0	42.4	8.5
	16	高2	1280	68.5	55.6	588	31.5	46.0	9.6
	17	高3	1091	56.6	57.7	838	43.4	49.1	8.6

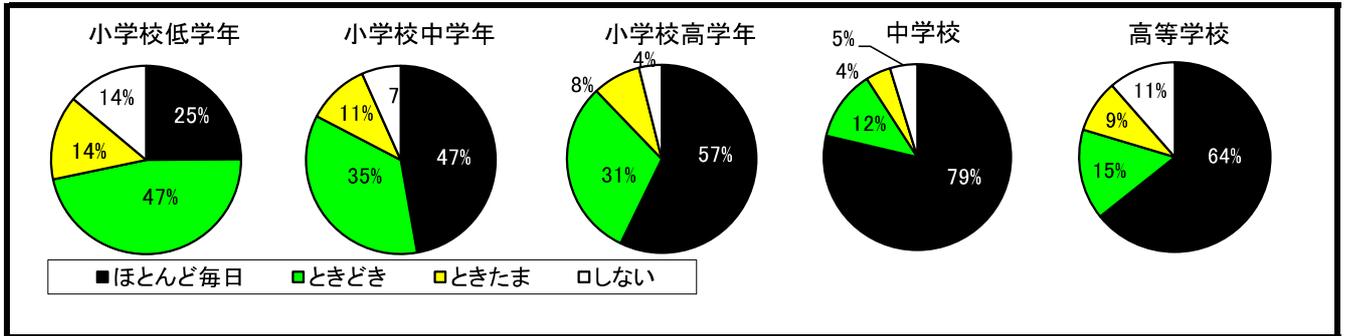
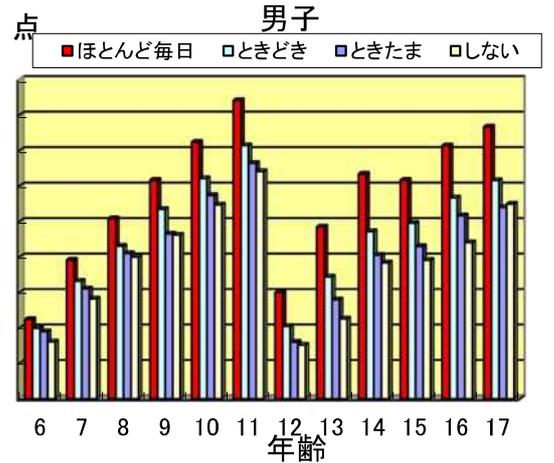


性別	年齢	学年	所属している			所属していない			差
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	
女	6	小1	640	26.6	32.1	1767	73.4	30.4	1.7
	7	小2	1026	40.1	39.6	1533	59.9	37.0	2.7
	8	小3	1280	49.1	46.1	1326	50.9	42.5	3.6
	9	小4	1469	51.3	52.4	1394	48.7	48.0	4.3
	10	小5	1421	49.4	58.5	1455	50.6	53.2	5.3
	11	小6	1361	45.6	63.6	1624	54.4	58.0	5.6
	12	中1	1888	62.6	47.2	1129	37.4	39.0	8.2
	13	中2	2059	65.6	53.2	1078	34.4	42.4	10.8
	14	中3	1962	62.3	56.1	1186	37.7	44.5	11.6
	15	高1	749	42.1	53.4	1028	57.9	45.8	7.6
	16	高2	705	39.8	57.8	1067	60.2	47.6	10.2
	17	高3	664	34.9	59.8	1240	65.1	48.3	11.5

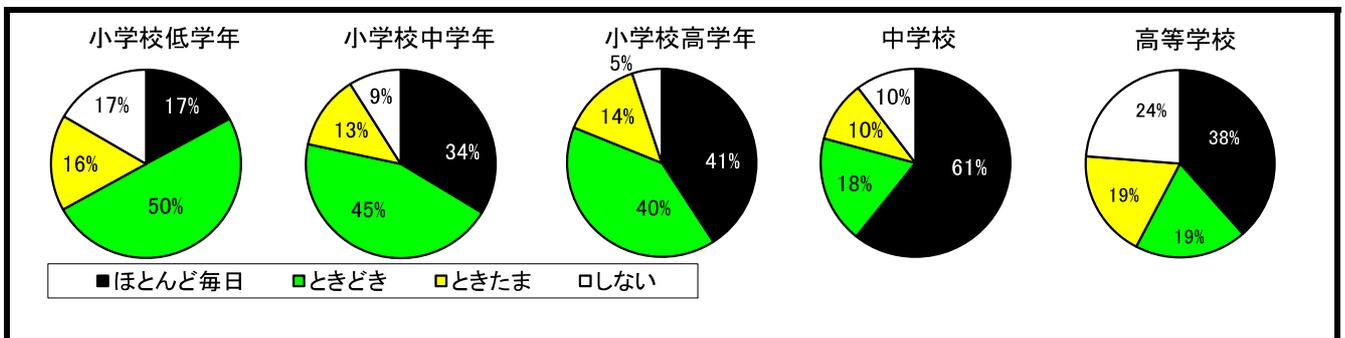
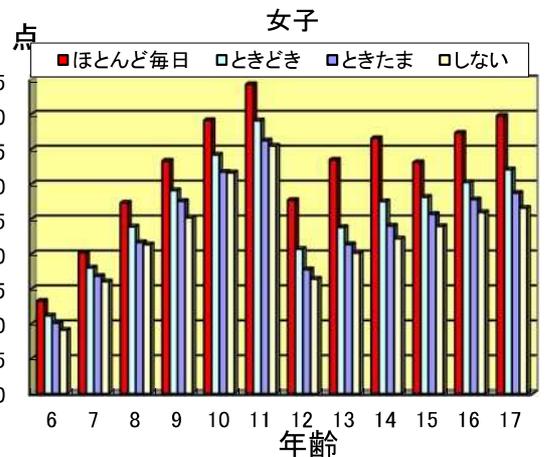


1-(2) 運動・スポーツの実施状況別新体カテストの合計点

性別	年齢	学年	ほとんど毎日		ときどき		ときたま		しない					
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%				
男	6	小1	452	19.6	31.2	1119	48.5	30.0	376	16.3	29.5	362	15.7	28.1
	7	小2	751	29.8	39.6	1142	45.2	36.6	324	12.8	35.5	307	12.2	34.1
	8	小3	1032	40.6	45.4	979	38.5	41.6	295	11.6	40.5	235	9.2	40.0
	9	小4	1496	53.3	50.9	915	32.6	46.8	276	9.8	43.3	122	4.3	43.1
	10	小5	1517	56.6	56.2	854	31.9	51.1	209	7.8	48.7	99	3.7	47.4
	11	小6	1605	57.8	62.1	818	29.4	55.7	243	8.7	53.2	113	4.1	52.1
	12	中1	2182	76.3	35.0	386	13.5	30.3	131	4.6	28.0	162	5.7	27.6
	13	中2	2484	82.0	44.3	336	11.1	37.2	100	3.3	34.0	111	3.7	31.3
	14	中3	2438	77.7	51.7	382	12.2	43.6	164	5.2	40.3	154	4.9	39.2
	15	高1	1305	68.8	50.8	270	14.2	44.8	159	8.4	41.5	163	8.6	39.6
	16	高2	1279	69.1	55.7	247	13.3	48.4	132	7.1	45.8	194	10.5	42.1
	17	高3	1052	55.0	58.4	357	18.7	50.8	217	11.3	47.0	286	15.0	47.5

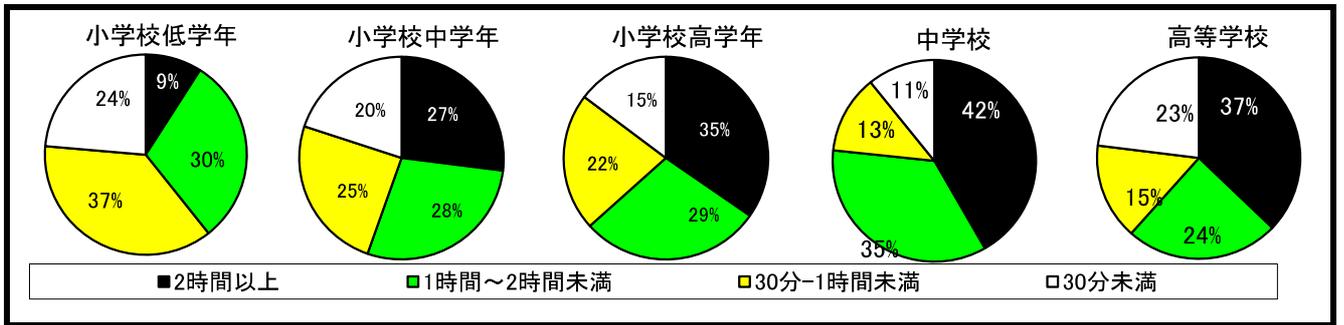
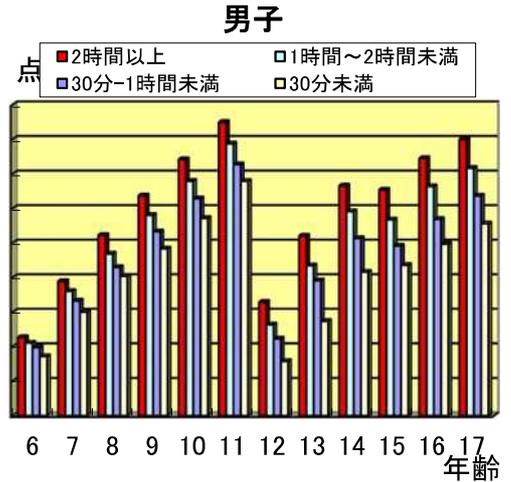


性別	年齢	学年	ほとんど毎日		ときどき		ときたま		しない					
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%				
女	6	小1	341	14.1	33.3	1173	48.4	31.2	442	18.2	30.1	467	19.3	29.1
	7	小2	516	20.0	40.2	1321	51.1	38.0	384	14.9	36.8	364	14.1	36.0
	8	小3	774	29.2	47.3	1198	45.3	43.9	374	14.1	41.6	301	11.4	41.4
	9	小4	1096	37.8	53.3	1279	44.1	49.1	327	11.3	47.5	197	6.8	45.2
	10	小5	1203	41.5	59.1	1178	40.6	54.2	365	12.6	51.7	152	5.2	51.6
	11	小6	1217	40.2	64.3	1207	39.9	59.1	451	14.9	56.2	150	5.0	55.5
	12	中1	1775	58.9	47.7	668	22.2	40.7	304	10.1	37.8	267	8.9	36.4
	13	中2	2033	64.8	53.5	514	16.4	43.8	290	9.2	41.4	299	9.5	40.2
	14	中3	1837	58.4	56.5	536	17.0	47.5	376	12.0	44.0	396	12.6	42.2
	15	高1	762	43.0	53.1	367	20.7	48.1	310	17.5	45.7	333	18.8	44.0
	16	高2	705	40.0	57.3	333	18.9	50.3	302	17.1	47.8	423	24.0	46.0
	17	高3	621	32.8	59.8	341	18.0	52.1	398	21.0	48.7	531	28.1	46.6

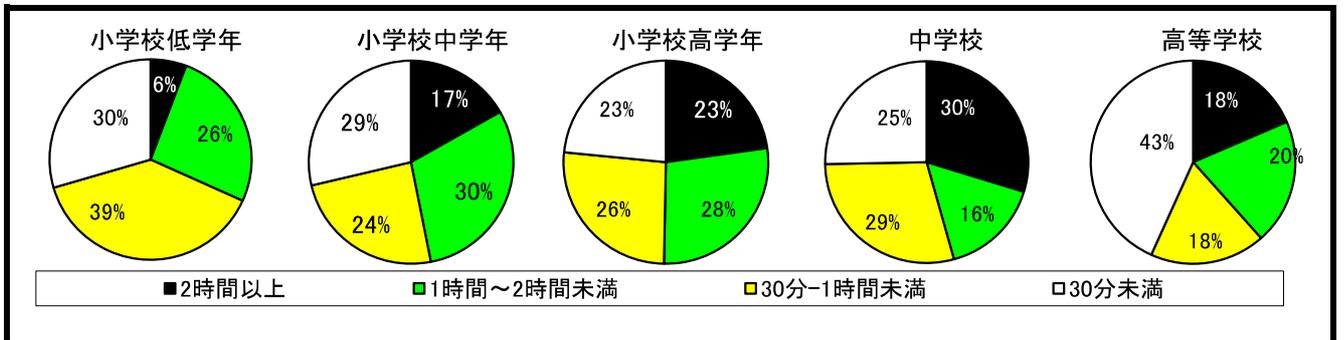
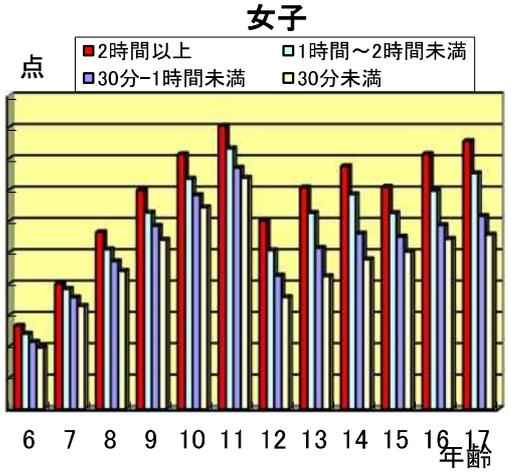


1-(3)1日の運動・スポーツの実施時間別新体カテストの合計点

性別	年齢	学年	2時間以上		1時間～2時間未満		30分～1時間未満		30分未満					
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%				
男	6	小1	99	4.3	31.4	678	29.5	30.6	966	42.0	29.9	559	24.3	28.6
	7	小2	336	13.3	39.5	784	31.1	38.0	818	32.5	36.6	580	23.0	35.0
	8	小3	606	23.9	46.1	725	28.6	43.4	631	24.9	41.5	575	22.7	40.2
	9	小4	836	29.8	51.9	795	28.3	49.0	687	22.3	46.7	490	17.5	44.2
	10	小5	921	34.3	57.1	759	28.3	54.0	597	22.3	51.4	405	15.1	48.6
	11	小6	969	34.9	62.5	809	29.1	59.4	604	21.7	56.4	396	14.3	54.0
	12	中1	1166	40.8	36.5	989	34.6	33.2	366	12.8	31.1	336	11.8	27.9
	13	中2	1331	43.9	46.0	1082	35.7	41.7	353	11.7	39.6	264	8.7	33.7
	14	中3	1269	40.4	53.3	1081	34.4	49.6	411	13.1	45.7	377	12.0	40.8
	15	高1	735	38.7	52.7	517	27.3	48.4	284	15.0	44.6	361	19.0	41.8
	16	高2	779	42.1	57.3	458	24.8	53.2	235	12.7	48.4	377	20.4	44.9
	17	高3	588	30.7	60.0	407	21.3	55.8	355	18.6	51.8	563	29.4	47.9

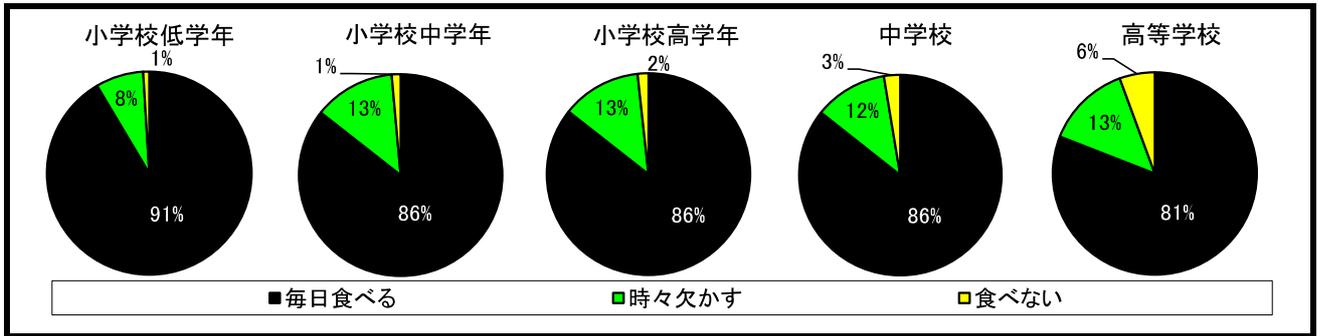
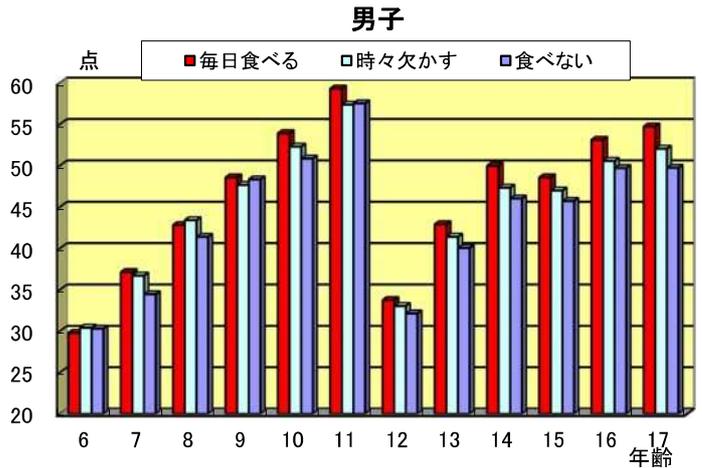


性別	年齢	学年	2時間以上		1時間～2時間未満		30分～1時間未満		30分未満					
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%				
女	6	小1	86	3.6	33.3	587	24.3	32.0	1004	41.6	30.8	739	30.6	29.8
	7	小2	200	7.8	40.0	712	27.6	39.2	929	36.1	37.9	735	28.5	36.5
	8	小3	387	14.6	48.3	640	24.2	45.5	805	30.4	43.6	812	30.7	42.1
	9	小4	543	18.8	55.0	712	24.6	51.4	864	29.8	49.3	776	26.8	47.0
	10	小5	647	22.3	60.7	744	25.6	56.8	802	27.6	54.2	710	24.5	52.2
	11	小6	701	23.2	65.3	811	26.9	61.6	830	27.5	58.5	678	22.5	56.9
	12	中1	829	27.5	50.1	912	30.2	45.4	570	18.9	41.3	707	23.4	37.9
	13	中2	1038	33.1	55.4	913	29.1	51.3	438	14.0	45.8	746	23.8	41.2
	14	中3	898	28.6	58.8	874	27.8	54.3	474	15.1	48.1	897	28.5	43.9
	15	高1	374	21.1	55.5	351	19.8	51.3	374	21.1	47.5	671	37.9	45.2
	16	高2	338	19.2	60.7	334	18.9	54.9	326	18.5	49.4	765	43.4	47.2
	17	高3	290	15.4	62.8	306	16.2	57.7	382	20.2	50.8	911	48.2	47.9

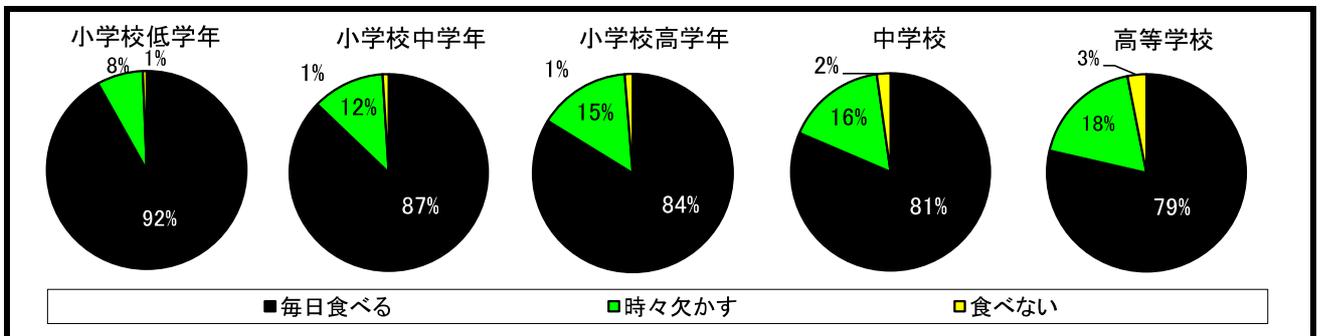
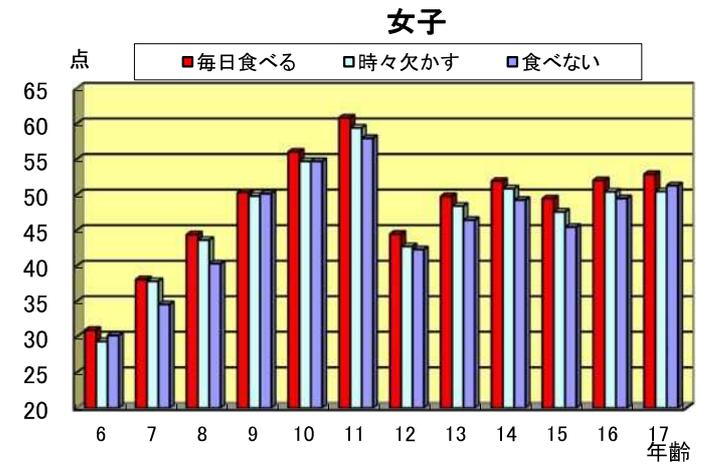


1-(4) 朝食の摂取状況別新体力テストの合計点

性別	年齢	学年	毎日食べる		時々欠かす		食べない	
			人数	%	人数	%	人数	%
男	6	小1	2161	93.6	131	5.7	17	0.7
	7	小2	2260	89.5	235	9.3	29	1.1
	8	小3	2195	86.3	311	12.2	36	1.4
	9	小4	2391	85.0	381	13.5	40	1.4
	10	小5	2306	85.9	340	12.7	39	1.5
	11	小6	2374	85.4	351	12.6	54	1.9
	12	中1	2478	86.6	331	11.6	54	1.9
	13	中2	2619	86.2	345	11.4	74	2.4
	14	中3	2653	84.4	381	12.1	109	3.5
	15	高1	1555	82.0	259	13.7	82	4.3
	16	高2	1501	81.1	250	13.5	99	5.4
	17	高3	1527	79.7	254	13.3	135	7.0

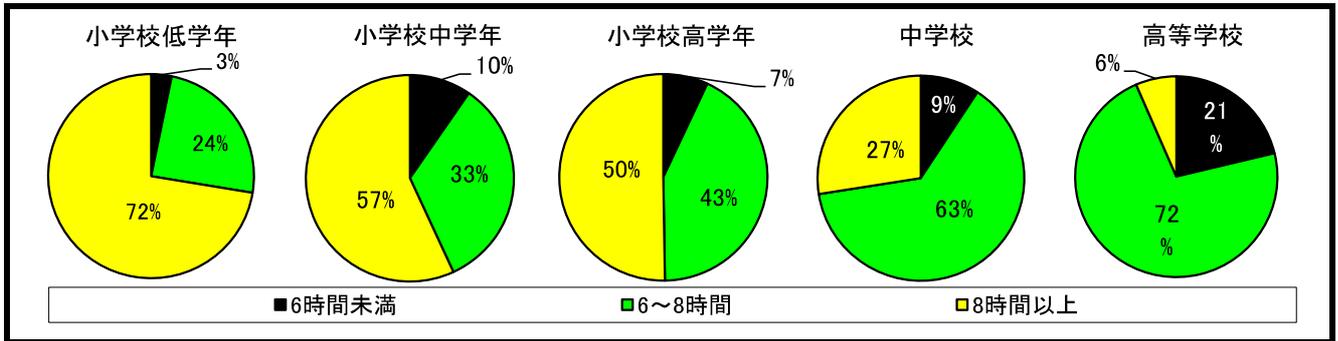
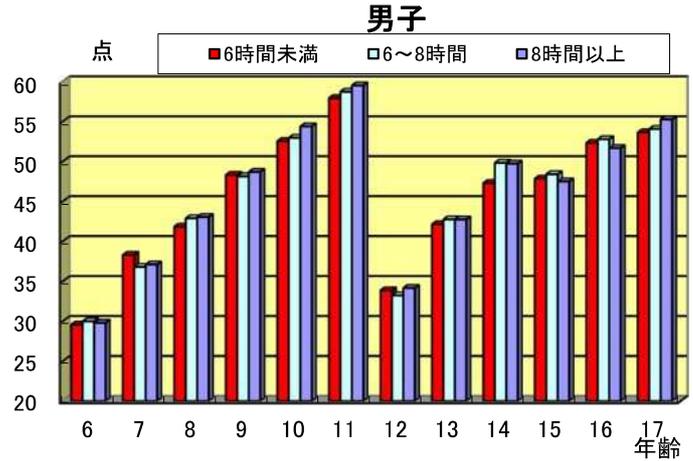


性別	年齢	学年	毎日食べる		時々欠かす		食べない	
			人数	%	人数	%	人数	%
女	6	小1	2281	94.1	132	5.4	10	0.4
	7	小2	2318	89.7	244	9.4	21	0.8
	8	小3	2337	88.3	294	11.1	16	0.6
	9	小4	2496	86.2	359	12.4	40	1.4
	10	小5	2451	84.5	418	14.4	33	1.1
	11	小6	2516	83.2	463	15.3	45	1.5
	12	中1	2472	81.8	445	16.1	63	2.1
	13	中2	2537	80.8	534	17.0	67	2.1
	14	中3	2574	81.7	499	15.8	77	2.4
	15	高1	1436	80.9	297	16.7	41	2.3
	16	高2	1371	77.7	338	19.2	55	3.1
	17	高3	1462	77.4	360	19.0	68	3.6

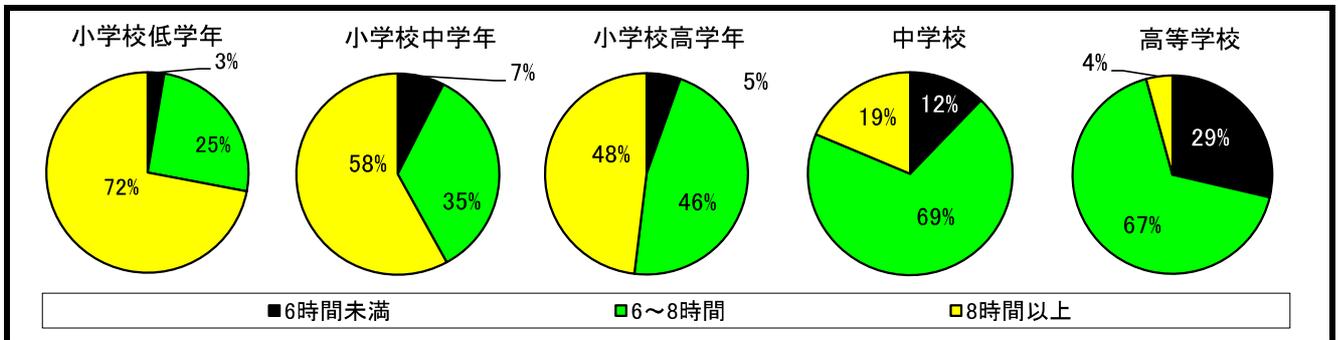
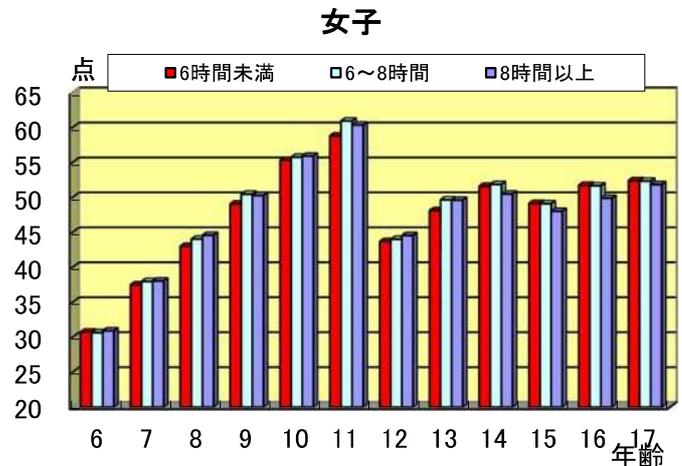


1-(5) 1日の睡眠時間別新体力テストの合計点

性別	年齢	学年	6時間未満			6～8時間			8時間以上		
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均
男	6	小1	37	1.6	29.6	525	22.7	30.0	1747	75.7	29.8
	7	小2	119	4.7	38.3	650	25.8	36.8	1746	69.4	37.1
	8	小3	253	10.0	41.8	833	32.9	42.9	1449	57.2	43.0
	9	小4	261	9.3	48.3	957	34.1	48.1	1592	56.7	48.7
	10	小5	182	6.8	52.5	1095	40.9	53.0	1399	52.3	54.4
	11	小6	197	7.1	57.9	1238	44.6	58.7	1339	48.3	59.5
	12	中1	214	7.5	33.9	1526	53.3	33.2	1121	39.2	34.2
	13	中2	265	8.7	42.1	1947	64.2	42.7	823	27.1	42.7
	14	中3	354	11.3	47.3	2248	71.6	49.8	536	17.1	49.7
	15	高1	321	17.0	47.8	1423	75.2	48.4	148	7.8	47.5
	16	高2	405	21.9	52.3	1329	72.0	52.8	113	6.1	51.7
	17	高3	474	24.8	53.6	1334	69.7	54.1	106	5.5	55.3

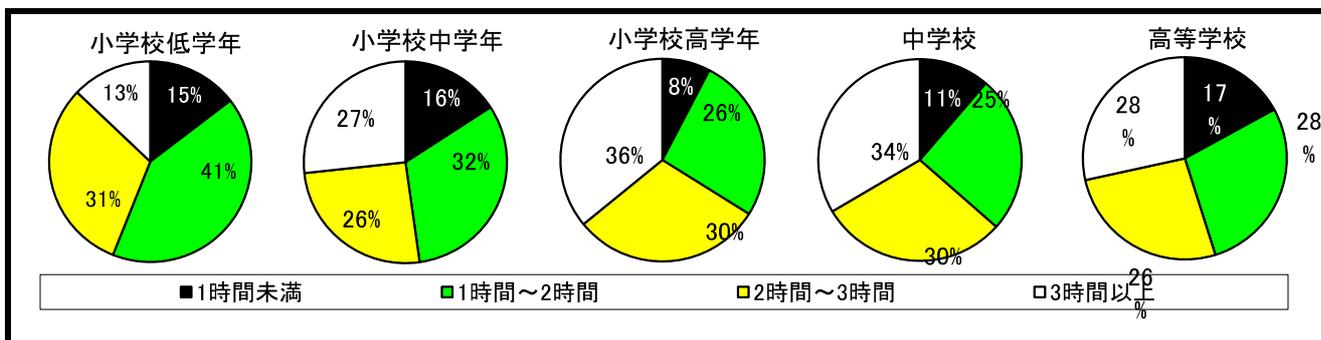
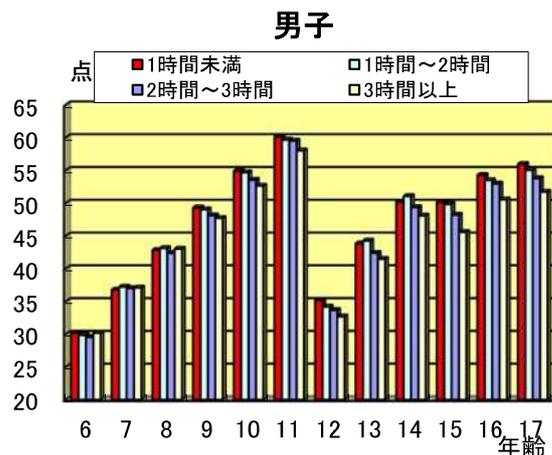


性別	年齢	学年	6時間未満			6～8時間			8時間以上		
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均
女	6	小1	28	1.2	30.8	557	23.0	30.7	1835	75.8	30.9
	7	小2	105	4.1	37.5	712	27.6	38.0	1764	68.3	38.1
	8	小3	213	8.0	43.0	853	32.2	44.0	1581	59.7	44.6
	9	小4	199	6.9	49.1	1064	36.7	50.5	1634	56.4	50.3
	10	小5	167	5.8	55.3	1219	42.0	55.8	1514	52.2	55.9
	11	小6	153	5.1	58.8	1536	50.8	60.9	1336	44.2	60.4
	12	中1	277	9.2	43.7	1886	62.5	44.0	856	28.4	44.6
	13	中2	345	11.0	48.1	2234	71.3	49.7	555	17.7	49.6
	14	中3	507	16.1	51.6	2315	73.6	51.9	324	10.3	50.5
	15	高1	407	22.9	49.2	1258	70.9	49.1	109	6.1	48.0
	16	高2	538	30.5	51.8	1159	65.8	51.7	65	3.7	49.9
	17	高3	612	32.4	52.4	1221	64.7	52.3	55	2.9	51.8

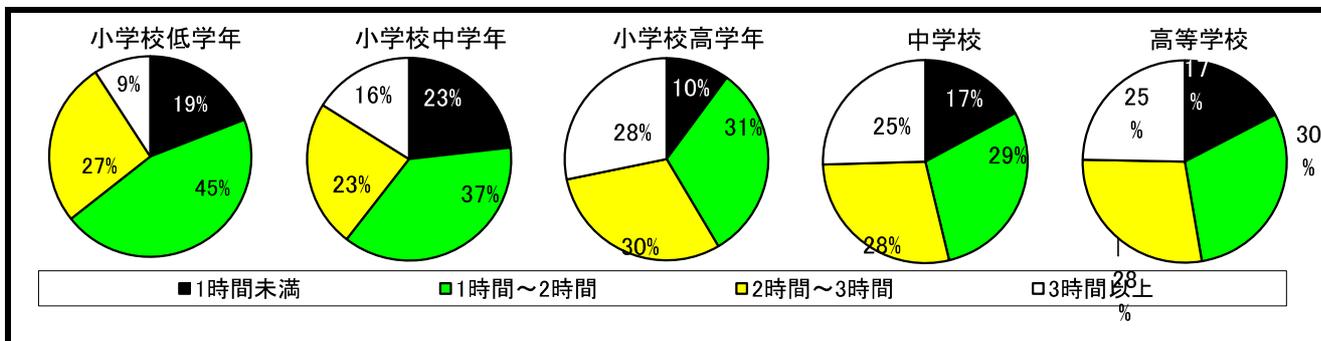
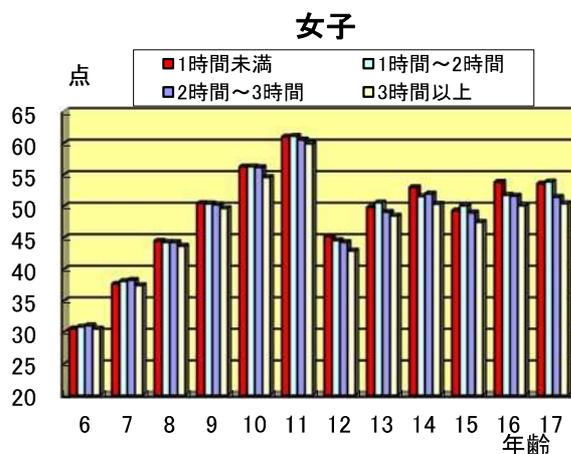


1-(6) 1日のテレビ視聴時間別新体カテストの合計点

性別	年齢	学年	1時間未満			1時間～2時間			2時間～3時間			3時間以上		
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均
男	6	小1	319	13.8	30.2	1020	44.2	29.9	731	31.7	29.6	239	10.4	30.2
	7	小2	386	15.3	36.8	980	38.9	37.2	773	30.7	37.0	382	15.2	37.1
	8	小3	429	16.9	42.8	854	33.6	43.1	656	25.8	42.4	600	23.6	43.0
	9	小4	417	14.8	49.3	856	30.4	49.0	710	25.2	48.1	830	29.5	47.7
	10	小5	238	8.9	54.9	740	27.6	54.7	799	29.8	53.5	907	33.8	52.7
	11	小6	177	6.4	60.1	699	25.2	59.7	847	30.5	59.5	1054	38.0	58.0
	12	中1	302	10.6	35.2	735	25.7	34.2	823	28.8	33.7	1001	35.0	32.7
	13	中2	326	10.7	43.9	713	23.5	44.3	952	31.4	42.4	1045	34.4	41.5
	14	中3	387	12.3	50.2	839	26.7	51.1	934	29.7	49.4	983	31.3	48.1
	15	高1	277	14.6	50.1	547	28.8	49.9	543	28.6	48.2	530	27.9	45.6
	16	高2	294	15.9	54.3	503	27.2	53.5	496	26.8	53.0	558	30.1	50.6
	17	高3	392	20.5	56.0	545	28.5	55.03	454	23.7	53.8	524	27.4	51.7



性別	年齢	学年	1時間未満			1時間～2時間			2時間～3時間			3時間以上		
			人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均	人数	%	合計点の平均
女	6	小1	420	17.3	30.6	1141	47.1	30.9	667	27.5	31.1	195	8.0	30.6
	7	小2	532	20.6	37.7	1128	43.7	38.1	660	25.6	38.3	261	10.1	37.5
	8	小3	663	25.1	44.5	1047	39.6	44.3	592	22.4	44.3	344	13.0	43.7
	9	小4	620	21.4	50.5	1025	35.4	50.4	708	24.4	50.3	545	18.8	49.7
	10	小5	381	13.1	56.3	959	33.0	56.3	818	28.2	56.2	745	25.7	54.6
	11	小6	216	7.1	61.0	905	29.9	61.1	980	32.4	60.5	928	30.6	59.9
	12	中1	450	14.9	45.2	867	28.7	44.6	868	28.7	44.3	835	27.6	42.9
	13	中2	535	17.1	49.8	873	27.8	50.6	911	29.0	49.1	818	26.1	48.5
	14	中3	604	19.2	53.0	974	30.9	51.6	852	27.1	52.0	719	22.8	50.4
	15	高1	281	15.8	49.3	568	32.0	50.1	510	28.7	49.0	415	23.4	47.5
	16	高2	297	16.8	53.9	493	27.9	51.8	489	27.7	51.6	485	27.5	50.1
	17	高3	365	19.3	53.6	565	29.9	53.9	520	27.5	51.5	441	23.3	50.4



1-(7)運動・スポーツが好きか

性別	年齢	学年	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	
			%	%	%	%	
女子	6	小1	73.2	21.0	4.4	1.5	
	7	小2	67.2	26.1	4.7	1.9	
	8	小3	61.8	28.7	7.5	1.9	
	9	小4	55.9	33.2	7.8	3.2	
	10	小5	49.8	34.4	11.2	4.5	
	11	小6	44.1	36.4	13.6	5.9	
	12	中1	41.7	34.9	15.6	7.8	
	13	中2	42.9	34.7	15.0	7.3	
	14	中3	39.6	37.0	14.8	8.5	
	15	高1	40.0	38.0	13.5	8.4	
	16	高2	33.6	42.3	17.1	6.9	
	17	高3	37.6	39.6	15.5	7.3	
	男子	6	小1	75.1	18.9	4.3	1.6
		7	小2	74.9	19.1	4.1	2.0
		8	小3	73.4	20.6	4.1	1.9
		9	小4	74.6	19.8	3.9	1.7
		10	小5	70.3	22.5	5.1	2.1
11		小6	65.4	26.3	5.5	2.8	
12		中1	63.1	26.7	7.3	3.0	
13		中2	62.4	27.1	7.1	3.4	
14		中3	63.0	28.3	5.7	2.9	
15		高1	56.0	32.5	8.1	3.3	
16		高2	56.2	32.9	7.5	3.4	
17		高3	58.1	30.9	8.1	2.9	

1-(8)保健体育の授業が好きか

性別	年齢	学年	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い	
			%	%	%	%	
女子	6	小1	82.2	13.0	3.9	1.0	
	7	小2	74.0	21.2	3.9	0.9	
	8	小3	64.6	29.4	4.8	1.2	
	9	小4	57.0	35.7	6.1	1.3	
	10	小5	49.8	39.3	8.8	2.2	
	11	小6	42.6	44.0	10.2	3.1	
	12	中1	43.4	44.7	9.9	2.0	
	13	中2	44.5	43.3	9.7	2.4	
	14	中3	43.9	43.2	10.2	2.7	
	15	高1	42.7	46.8	9.3	1.2	
	16	高2	39.5	47.2	11.5	1.8	
	17	高3	40.0	46.8	10.4	2.7	
	男子	6	小1	81.8	14.4	2.7	1.1
		7	小2	80.8	15.2	3.0	1.0
		8	小3	77.2	18.6	3.2	1.1
		9	小4	74.5	20.2	3.8	1.5
		10	小5	67.6	26.7	4.1	1.6
11		小6	64.4	28.8	5.1	1.7	
12		中1	64.0	30.3	4.1	1.6	
13		中2	65.0	30.0	3.7	1.3	
14		中3	66.2	29.5	3.2	1.1	
15		高1	61.0	32.8	4.9	1.3	
16		高2	59.4	34.3	5.5	0.9	
17		高3	61.8	31.2	5.4	1.6	

1 令和7年度 新体力テスト結果一覧

小学校 男子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ソフトボール投げ(m)				
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD		
6	県	2,412	8.82	2,00	2,412	11.83	4.57	2,412	26.18	6.44	2,412	27.53	4.41					2,403	16.95	7.79	2,412	11.83	1,12	2,412	14.08	17.00	2,412	8.36	3.17
	国	1,126	8.92	2.10	1,123	11.62	5.25	1,099	26.42	7.47	1,091	27.23	5.12					1,096	17.95	9.35	1,085	11.59	1.04	1,100	16.02	17.05	1,096	8.34	3.30
7	県	2,655	10.51	2.25	2,655	14.31	4.79	2,655	27.37	6.54	2,655	31.76	5.69					2,616	26.48	11.96	2,655	10.92	0.96	2,655	127.06	17.36	2,655	11.72	4.16
	国	1,124	10.47	2.51	1,122	14.20	5.41	1,097	28.41	7.00	1,099	31.06	6.43					1,124	27.26	13.76	1,096	10.69	0.87	1,102	126.53	18.30	1,099	11.80	4.85
8	県	2,678	12.15	2.60	2,678	16.27	5.04	2,678	28.84	6.94	2,678	35.26	6.99					2,657	35.95	15.51	2,678	10.39	0.97	2,678	135.88	17.67	2,678	15.36	5.42
	国	1,126	12.36	2.78	1,126	16.19	5.86	1,089	30.41	7.41	1,099	34.52	7.66					1,125	34.85	17.12	1,115	10.19	0.93	1,099	135.44	18.94	1,102	15.05	5.97
9	県	2,954	14.07	3.18	2,954	17.82	5.04	2,954	31.49	7.55	2,954	39.73	6.70					2,926	42.44	17.28	2,954	9.95	0.89	2,954	144.62	18.02	2,954	18.70	6.48
	国	1,122	14.30	3.17	1,112	18.17	5.54	1,085	31.87	7.93	1,099	39.07	7.42					1,121	43.71	19.49	1,117	9.70	0.85	1,096	145.59	18.52	1,097	18.95	7.21
10	県	2,814	16.14	3.49	2,814	19.77	4.82	2,814	33.16	7.50	2,814	43.18	6.48					2,784	49.49	19.30	2,814	9.57	0.89	2,814	153.47	19.89	2,814	21.83	7.13
	国	1,119	16.09	3.61	1,118	19.81	5.45	1,092	33.41	8.36	1,094	42.07	7.59					1,121	50.51	21.22	1,112	9.38	0.92	1,092	154.01	20.71	1,093	21.67	8.14
11	県	2,934	19.04	4.30	2,934	21.36	5.01	2,934	35.34	7.99	2,934	46.18	6.48					2,894	57.40	21.26	2,934	9.13	0.85	2,934	164.46	21.50	2,934	24.69	8.02
	国	1,126	19.31	4.62	1,116	22.45	5.55	1,096	36.48	8.66	1,095	45.91	7.25					1,124	59.96	22.23	1,120	8.90	0.85	1,100	166.56	22.59	1,101	25.67	9.47

小学校 女子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ソフトボール投げ(m)				
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M
6	県	2,539	8.46	1.90	2,539	11.84	4.47	2,539	28.08	6.54	2,539	27.09	4.35					2,532	15.75	6.81	2,539	12.05	1.12	2,539	108.66	15.99	2,539	5.98	2.15
	国	1,120	8.42	1.96	1,125	11.07	5.11	1,097	29.06	7.13	1,084	26.35	4.90					1,092	15.29	6.56	1,083	11.95	1.02	1,099	108.22	16.39	1,094	5.69	1.94
7	県	2,721	9.98	2.15	2,721	14.14	4.60	2,721	29.72	6.53	2,721	30.89	5.47					2,706	22.15	9.56	2,721	11.18	0.96	2,721	119.74	16.76	2,721	7.85	2.67
	国	1,125	9.95	2.35	1,121	13.18	5.23	1,096	30.94	7.21	1,086	29.57	5.77					1,111	21.30	9.04	1,090	11.07	0.89	1,099	117.90	16.56	1,081	7.37	2.40
8	県	2,795	11.62	2.52	2,795	15.92	4.83	2,795	32.09	6.74	2,795	34.32	6.46					2,762	28.71	12.42	2,795	10.64	0.94	2,795	129.32	16.56	2,795	10.01	3.54
	国	1,124	11.65	2.63	1,111	16.12	5.22	1,082	33.18	7.34	1,095	32.92	6.96					1,111	27.59	12.47	1,099	10.43	0.90	1,100	128.02	17.49	1,072	9.47	3.07
9	県	3,021	13.50	3.11	3,021	17.42	4.66	3,021	34.63	7.53	3,021	38.55	6.31					3,002	34.45	14.53	3,021	10.19	0.86	3,021	137.95	18.08	3,021	12.11	4.16
	国	1,127	13.58	3.01	1,107	17.10	5.20	1,095	35.17	7.96	1,095	37.08	7.06					1,119	33.63	14.89	1,117	10.04	0.85	1,087	136.04	18.39	1,085	11.57	3.82
10	県	3,053	15.98	3.52	3,053	18.91	4.71	3,053	36.91	7.60	3,053	41.77	6.08					3,026	40.91	16.94	3,053	9.77	0.82	3,053	146.78	19.19	3,053	14.37	5.07
	国	1,123	15.99	3.70	1,108	18.86	5.11	1,100	38.34	8.57	1,103	40.38	6.93					1,124	40.01	16.40	1,122	9.64	0.87	1,100	145.38	19.89	1,088	13.56	4.61
11	県	3,170	18.87	4.10	3,170	19.88	4.74	3,170	39.71	8.42	3,170	43.90	5.81					3,119	46.23	17.78	3,170	9.36	0.77	3,170	154.63	19.98	3,170	16.10	5.48
	国	1,127	19.36	4.31	1,121	20.15	5.16	1,096	41.21	9.04	1,102	42.95	6.49					1,117	45.55	17.90	1,117	9.24	0.81	1,099	155.61	21.77	1,081	15.68	5.39

1 令和7年度 新体力テスト結果一覧

中学校 男子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ハンドボール投げ(m)		
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD
12	2,976	23.56	5.62	2,976	22.68	5.25	2,976	40.85	9.27	2,976	49.43	6.36	1,099	438.26	61.13	2,807	66.06	22.28	2,976	8.56	0.83	2,976	184.31	23.88	2,976	17.50	4.78
国	1,389	24.29	6.23	1,374	23.81	5.51	1,352	41.72	10.14	1,335	50.18	6.73	392	423.77	59.96	1,101	67.81	24.95	1,354	8.41	0.79	1,349	187.07	25.84	1,354	18.38	5.36
13	3,147	29.42	6.59	3,147	26.03	5.24	3,147	45.53	9.89	3,147	52.66	6.62	1,246	396.15	54.40	2,935	81.17	23.83	3,147	7.93	0.77	3,147	202.22	25.31	3,147	20.55	5.45
国	1,399	29.46	7.32	1,381	26.72	5.66	1,369	45.21	10.49	1,360	53.43	7.20	402	390.05	52.54	1,110	83.12	24.87	1,361	7.82	0.69	1,358	203.20	25.14	1,374	21.36	6.30
14	3,254	34.37	6.84	3,254	28.07	5.44	3,254	49.12	10.01	3,254	55.44	6.87	1,178	379.29	50.03	3,036	88.84	24.58	3,254	7.54	0.65	3,254	216.09	24.66	3,254	23.33	5.75
国	1,397	34.41	7.43	1,391	29.02	5.69	1,368	48.99	11.24	1,362	56.57	7.15	415	377.90	53.58	1,091	90.60	24.31	1,393	7.47	0.62	1,359	216.97	24.00	1,372	23.96	6.57

中学校 女子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ハンドボール投げ(m)		
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD
12	3,111	21.61	4.65	3,111	19.63	5.13	3,111	43.95	9.49	3,111	45.97	5.43	1,134	309.15	42.29	2,936	48.41	18.42	3,111	9.06	0.79	3,111	165.69	22.36	3,111	11.68	3.90
国	1,395	21.45	4.53	1,364	20.10	5.41	1,354	44.65	10.38	1,343	45.77	6.30	406	313.36	42.99	1,095	47.39	19.27	1,375	9.07	0.77	1,349	166.43	22.66	1,357	11.43	3.92
13	3,245	23.77	4.49	3,245	21.93	5.31	3,245	47.75	9.29	3,245	47.31	5.85	1,232	296.39	40.43	3,011	53.90	20.01	3,245	8.83	0.79	3,245	171.38	22.96	3,245	12.86	4.13
国	1,395	23.58	4.66	1,383	22.07	5.52	1,361	46.46	10.10	1,359	47.05	6.62	391	298.12	41.84	1,110	54.17	20.52	1,381	8.80	0.79	1,354	172.38	24.02	1,356	13.14	4.42
14	3,225	25.22	4.64	3,225	22.91	5.48	3,225	49.55	9.56	3,225	47.99	5.95	1,152	296.48	39.19	2,976	53.97	19.74	3,225	8.77	0.77	3,225	172.66	23.54	3,225	13.66	4.32
国	1,398	25.29	4.58	1,385	23.92	5.80	1,364	49.79	10.05	1,356	48.80	6.35	389	294.53	42.16	1,110	56.06	19.53	1,388	8.66	0.74	1,368	176.79	23.33	1,368	14.38	4.61

1 令和7年度 新体力テスト結果一覧

高等学校 男子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ハンドボール投げ(m)			
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	
15	県	2,063	36.19	6.62	2,063	27.29	5.45	2,063	47.67	9.74	2,063	55.75	6.31	272	411.63	70.85	1,771	81.05	22.43	2,063	7.63	0.65	2,063	219.06	24.34	2,063	23.21	5.60
	国	1,451	36.95	7.08	1,440	27.93	6.01	1,414	48.12	11.63	1,411	55.77	7.53	397	388.55	57.01	1,122	79.87	26.02	1,424	7.45	0.64	1,396	221.15	24.31	1,422	23.87	6.24
16	県	2,012	38.57	6.28	2,012	29.09	5.50	2,012	50.04	9.90	2,012	57.43	6.23	257	389.18	66.13	1,728	87.45	25.12	2,012	7.40	0.60	2,012	225.65	23.52	2,012	24.62	5.75
	国	1,442	38.89	7.49	1,439	29.45	6.35	1,404	50.18	11.61	1,403	57.19	8.15	431	372.16	54.13	1,084	85.07	27.95	1,416	7.31	0.61	1,396	225.29	25.17	1,409	25.21	6.59
17	県	2,059	39.75	6.61	2,059	29.99	5.76	2,059	51.16	10.22	2,059	57.75	6.49	282	383.26	51.88	1,738	86.37	25.02	2,059	7.35	0.59	2,059	227.36	24.20	2,059	25.54	6.05
	国	1,445	40.68	7.72	1,441	30.64	6.47	1,406	52.14	11.49	1,403	57.85	7.70	408	365.05	51.87	1,098	86.35	28.26	1,422	7.21	0.64	1,406	230.05	25.28	1,408	26.16	6.68

高等学校 女子

N = 人数、M = 平均値、SD = 標準偏差

歳	握力(kg)			上体起こし(回)			長座体前屈(cm)			反復横とび(点)			持久走(秒)			20mシャトルラン(回)			50m走(秒)			立ち幅とび(cm)			ハンドボール投げ(m)			
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD	
15	県	2,049	25.16	4.27	2,049	21.72	5.24	2,049	48.29	9.58	2,049	47.91	5.34	356	332.72	50.77	1,743	46.69	16.15	2,049	9.02	0.76	2,049	170.36	21.19	2,049	13.34	3.96
	国	1,429	25.28	4.73	1,418	21.75	5.93	1,396	47.79	10.53	1,381	47.77	6.54	384	308.51	40.71	1,113	45.95	18.88	1,401	8.93	0.79	1,387	170.91	23.02	1,398	13.52	4.33
16	県	2,013	26.25	4.60	2,013	22.95	5.32	2,013	50.41	9.27	2,013	48.82	5.49	332	313.25	43.92	1,693	48.71	16.60	2,013	8.92	0.76	2,013	173.12	21.47	2,013	13.82	4.11
	国	1,430	25.98	4.64	1,417	23.11	6.21	1,399	48.94	10.94	1,393	48.56	6.86	413	305.02	46.60	1,089	48.27	20.75	1,380	8.86	0.83	1,400	172.93	23.53	1,399	14.06	4.49
17	県	2,045	26.54	4.58	2,045	23.79	5.86	2,045	51.48	9.39	2,045	49.06	5.86	268	331.27	50.11	1,739	47.96	17.87	2,045	8.97	0.81	2,045	172.70	21.92	2,045	14.21	4.33
	国	1,426	26.56	4.89	1,416	23.26	6.67	1,387	50.44	10.30	1,383	48.39	6.60	396	310.24	48.56	1,088	48.26	20.58	1,382	8.89	0.82	1,390	173.28	23.20	1,388	14.40	4.43

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

村山教育事務所 (男子) 合計人数 16351

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (1329)	8.73	2.04	11.81	4.62	26.20	6.59	27.49	4.42			16.52	7.80	11.89	1.12	113.45	16.93	8.43	3.17	29.60	5.85
7歳 (1377)	10.38	2.26	14.03	4.82	27.51	6.63	31.48	5.64			25.35	11.91	10.95	0.96	126.62	17.46	11.63	4.10	36.66	6.42
8歳 (1382)	12.19	2.66	16.28	5.05	28.65	7.02	35.12	7.06			35.67	15.57	10.38	0.94	135.95	17.33	15.35	5.33	42.74	7.14
9歳 (1571)	14.13	3.15	17.70	5.07	31.43	7.53	39.77	6.71			41.85	17.03	9.97	0.89	145.39	18.05	18.82	6.35	48.36	7.68
10歳 (1508)	16.21	3.48	19.81	4.81	33.51	7.70	43.06	6.41			48.78	19.19	9.61	0.89	154.82	20.40	21.90	7.19	53.67	7.84
11歳 (1547)	19.02	4.33	21.47	5.11	35.69	7.82	46.31	6.60			56.73	21.00	9.13	0.85	164.83	21.77	24.61	8.04	59.18	8.51
12歳 (1506)	23.60	5.69	22.61	5.23	41.08	9.35	49.16	6.44	439.43	61.92	67.37	21.86	8.56	0.83	183.99	24.06	17.49	4.79	33.60	8.41
13歳 (1565)	29.64	6.50	26.25	5.25	46.09	10.00	52.52	6.65	396.61	54.27	82.75	23.72	7.94	0.79	202.65	25.49	20.22	5.46	42.90	9.97
14歳 (1677)	34.53	6.84	28.32	5.39	50.11	9.94	55.68	6.97	377.87	49.51	90.67	23.63	7.51	0.65	216.18	25.13	23.22	5.75	50.12	10.37
15歳 (975)	35.95	6.65	27.37	5.44	46.97	9.76	55.68	6.20	449.50	140.71	83.71	21.68	7.60	0.64	221.03	24.07	23.04	5.93	48.55	9.98
16歳 (944)	38.27	6.33	29.13	5.47	50.39	9.84	57.28	6.20	399.89	75.14	89.09	24.35	7.45	0.61	226.62	23.55	25.10	6.08	52.85	10.02
17歳 (970)	39.78	6.66	30.05	5.64	51.03	9.91	57.18	6.54			88.05	24.49	7.42	0.56	228.31	23.95	25.83	6.41	54.02	10.66

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

村山教育事務所 (女子) 合計人数 16770

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (1351)	8.35	1.93	11.76	4.56	27.86	6.56	27.01	4.30			15.24	6.75	12.13	1.12	107.79	15.96	5.99	2.06	30.47	6.21
7歳 (1398)	9.94	2.15	14.21	4.66	29.59	6.50	30.45	5.36			20.91	9.16	11.23	0.98	119.26	16.86	7.76	2.46	37.52	6.48
8歳 (1439)	11.59	2.56	15.56	4.75	31.98	6.77	33.99	6.45			27.65	12.35	10.68	0.93	128.47	16.99	9.82	3.38	43.65	7.46
9歳 (1634)	13.50	3.14	17.05	4.63	34.61	7.61	38.30	6.33			32.63	14.03	10.26	0.89	137.69	18.23	11.94	4.09	49.59	7.90
10歳 (1633)	16.08	3.58	18.86	4.71	36.92	7.43	41.34	6.05			38.50	15.94	9.87	0.83	146.88	19.58	14.33	5.05	55.26	8.03
11歳 (1648)	18.83	4.09	19.56	4.67	39.70	8.38	43.61	5.91			44.95	17.44	9.39	0.77	154.43	20.32	15.56	5.23	60.04	8.06
12歳 (1562)	21.78	4.75	19.03	5.05	44.17	9.72	45.41	5.30	307.34	39.09	47.50	17.72	9.08	0.80	163.39	22.54	11.44	3.91	43.35	10.35
13歳 (1587)	23.90	4.47	21.77	5.33	48.23	9.33	46.95	5.88	294.82	39.77	54.38	20.02	8.86	0.80	170.24	23.57	12.63	4.22	49.10	11.22
14歳 (1610)	25.48	4.65	23.11	5.39	49.93	9.98	47.93	6.10	293.31	38.87	55.15	19.48	8.73	0.76	171.99	23.87	13.38	4.31	51.92	11.48
15歳 (979)	24.88	4.04	21.75	5.29	48.02	9.58	47.64	5.55	359.17	58.52	48.08	16.32	9.00	0.75	170.16	21.68	13.22	4.06	49.04	10.17
16歳 (929)	26.10	4.57	22.97	5.29	50.43	9.42	48.32	5.49	310.67	36.02	49.81	16.41	8.90	0.73	173.33	21.90	13.75	4.16	51.69	10.60
17歳 (1000)	26.62	4.59	23.96	5.80	52.06	9.07	48.90	5.78			49.15	17.32	8.96	0.76	172.24	22.14	14.14	4.50	52.73	11.16

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

最上教育事務所 (男子) 合計人数 1907

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (136)	9.23	2.25	10.87	4.67	27.51	6.46	26.38	4.78			15.24	7.36	11.89	1.28	112.86	16.55	8.03	3.48	29.20	5.73
7歳 (159)	11.07	2.33	14.34	5.16	28.06	6.22	31.60	6.41			27.80	12.39	10.94	1.00	125.70	19.59	12.54	4.22	37.47	6.73
8歳 (168)	12.38	2.79	14.71	4.90	28.87	7.09	34.68	7.22			34.31	14.60	10.39	0.94	134.86	18.14	15.74	5.58	41.99	7.46
9歳 (181)	14.01	3.27	17.12	5.10	31.49	6.94	39.32	7.02			39.59	16.67	10.08	0.82	144.20	19.00	20.74	6.37	48.08	7.40
10歳 (184)	16.40	3.48	19.21	4.54	33.38	7.20	42.13	7.33			49.97	20.58	9.60	0.91	150.36	19.22	22.11	7.08	53.24	7.78
11歳 (174)	20.20	4.75	21.09	5.04	35.84	8.77	46.28	6.22			54.87	21.78	9.27	0.91	166.53	22.05	26.07	7.65	59.60	8.00
12歳 (160)	24.57	5.87	22.46	5.71	42.35	10.49	50.61	6.28	442.32	75.25	62.67	23.94	8.70	0.84	184.59	22.58	17.91	4.29	33.95	8.70
13歳 (195)	30.83	7.05	25.54	5.49	43.69	9.65	54.95	6.85	403.29	51.66	78.16	25.55	8.06	0.80	203.93	24.73	21.08	5.45	42.69	9.74
14歳 (183)	35.93	6.80	27.15	5.20	47.07	9.81	56.58	6.96	384.00	57.78	85.07	26.69	7.65	0.72	215.71	21.64	23.37	5.43	48.51	9.62
15歳 (116)	34.94	6.46	25.78	5.17	45.65	9.82	54.69	5.81	574.00	0.00	78.09	21.01	7.81	0.55	217.08	23.02	23.65	5.77	45.85	8.96
16歳 (128)	38.72	5.93	27.27	5.74	47.02	9.18	55.99	6.80	536.80	25.04	83.42	28.05	7.39	0.66	219.41	24.20	24.47	5.05	50.13	10.00
17歳 (123)	39.80	6.59	28.87	5.94	47.46	10.77	56.50	7.17	389.50	25.98	85.61	26.52	7.26	0.58	226.25	24.30	24.72	5.43	52.40	10.12

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

最上教育事務所 (女子) 合計人数 1984

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (157)	8.68	1.95	10.56	4.54	29.49	5.82	26.66	4.34			14.26	6.03	12.15	1.32	106.73	14.80	5.97	2.20	30.25	6.39
7歳 (159)	10.41	2.26	13.89	4.70	30.09	6.55	31.63	5.87			23.09	10.14	11.23	0.89	117.69	17.38	8.33	3.27	38.50	6.56
8歳 (167)	12.20	2.51	15.31	4.76	31.99	6.77	33.60	6.83			29.26	12.19	10.43	0.89	129.85	16.93	10.74	3.87	44.75	7.57
9歳 (172)	13.24	2.81	16.37	4.65	33.62	8.22	37.19	6.36			34.00	15.40	10.19	0.85	137.05	18.96	13.09	4.33	49.23	7.86
10歳 (196)	16.38	3.40	17.40	4.54	37.90	7.78	41.86	5.83			44.19	18.55	9.81	0.83	143.80	19.46	14.95	5.09	55.91	7.93
11歳 (207)	19.87	4.20	19.29	4.96	39.14	8.45	43.32	6.38			45.80	18.64	9.46	0.93	156.49	21.22	16.82	6.10	60.59	8.58
12歳 (198)	22.69	4.64	20.32	5.15	44.29	8.88	48.91	6.23	319.65	49.29	50.74	21.26	9.09	0.87	169.11	22.86	11.88	3.92	46.38	10.68
13歳 (211)	24.51	5.00	22.41	4.86	47.51	9.45	49.99	6.74	302.16	43.86	55.31	23.46	8.91	0.87	176.04	22.00	13.21	4.13	51.07	11.00
14歳 (213)	26.45	4.71	23.17	5.63	50.98	8.82	50.15	6.43	312.22	34.48	54.79	21.64	8.87	0.87	176.28	23.68	14.99	4.40	53.85	11.56
15歳 (87)	24.09	3.62	19.76	4.79	44.31	9.36	45.91	5.11			42.84	13.20	9.21	0.70	164.41	21.35	13.06	3.57	45.01	8.92
16歳 (119)	25.13	4.68	21.86	5.05	47.39	9.65	48.50	4.89	378.50	32.91	46.77	17.59	8.81	0.83	173.50	21.51	14.55	4.07	50.83	10.38
17歳 (98)	25.41	3.83	23.46	6.06	46.16	9.93	48.90	6.19	423.00	0.00	49.55	18.04	8.92	0.75	174.87	20.94	14.63	4.68	51.43	11.70

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

置賜教育事務所 (男子) 合計人数 6031

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (406)	8.71	1.96	12.17	4.50	26.06	6.23	27.41	4.36			17.15	7.45	11.69	1.04	113.02	17.34	8.50	3.32	30.02	5.73
7歳 (486)	10.44	2.29	14.92	4.79	26.74	7.00	31.98	5.72			28.09	11.73	10.84	0.89	126.79	16.86	11.73	4.23	37.44	6.65
8歳 (499)	12.05	2.55	16.51	5.01	29.15	7.22	35.52	6.95			36.91	16.06	10.44	1.03	134.66	17.78	15.24	5.46	42.96	7.45
9歳 (507)	14.07	3.01	18.36	5.04	32.18	7.63	40.42	6.41			44.01	17.38	9.82	0.85	143.93	17.11	19.07	6.35	49.44	7.34
10歳 (525)	16.14	3.29	19.43	4.84	32.54	7.05	42.94	6.57			48.59	19.20	9.57	0.85	149.54	19.42	21.68	6.91	52.89	7.99
11歳 (547)	19.02	4.26	21.38	4.77	34.89	7.71	46.06	6.46			57.44	21.54	9.09	0.86	163.14	21.88	25.22	8.06	59.12	8.54
12歳 (589)	23.19	5.37	23.10	5.12	40.14	8.82	49.97	6.60	437.35	60.56	64.98	22.05	8.48	0.84	184.10	24.49	17.57	4.80	33.81	8.62
13歳 (639)	28.97	6.39	26.25	5.07	45.32	9.52	52.86	6.49	390.07	54.28	80.79	23.64	7.86	0.77	200.30	25.73	21.06	5.20	42.73	9.78
14歳 (616)	33.94	6.74	28.32	5.32	48.46	10.01	55.15	6.68	376.94	51.90	86.57	24.81	7.57	0.65	215.81	24.46	23.31	5.59	48.91	10.35
15歳 (410)	36.12	6.17	27.96	5.13	48.31	9.20	55.77	6.22	468.81	65.19	81.75	21.49	7.60	0.62	218.24	24.28	23.15	5.21	48.68	9.23
16歳 (417)	38.29	6.33	29.34	5.11	50.63	9.76	58.18	5.92	358.68	33.85	89.10	24.12	7.33	0.57	227.88	22.33	23.91	5.42	53.39	9.94
17歳 (390)	38.86	6.60	29.92	5.23	53.21	10.68	58.30	6.12	396.14	56.55	85.23	23.72	7.27	0.53	229.65	23.71	25.22	5.87	54.67	10.31

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

置賜教育事務所 (女子) 合計人数 6173

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (416)	8.23	1.87	12.31	4.48	28.28	6.68	26.89	4.56			16.32	7.26	11.88	1.12	107.58	15.90	5.86	2.24	31.02	6.63
7歳 (518)	9.74	2.14	14.09	4.56	29.43	6.81	30.77	5.45			23.38	9.72	11.23	0.95	117.85	16.29	7.60	2.72	37.74	7.11
8歳 (474)	11.48	2.60	16.48	4.94	32.07	6.96	34.82	6.63			30.22	12.41	10.54	0.97	129.63	16.51	10.10	3.54	45.01	7.71
9歳 (504)	13.65	3.01	17.96	4.75	36.07	7.42	39.03	6.48			36.64	13.91	10.02	0.77	138.40	17.74	12.40	4.19	51.64	7.52
10歳 (519)	15.49	3.22	18.73	4.80	37.05	7.53	40.98	6.29			41.60	16.38	9.72	0.80	142.63	17.78	13.95	4.88	55.08	8.09
11歳 (582)	18.55	4.06	20.42	4.63	39.85	8.45	43.91	5.67			47.09	17.88	9.33	0.73	151.14	18.40	16.34	5.16	60.78	7.67
12歳 (608)	21.33	4.34	20.50	5.10	44.10	9.13	46.46	5.47	312.82	45.87	48.52	17.48	8.92	0.72	168.26	21.00	11.57	3.58	45.15	9.63
13歳 (673)	23.62	4.32	22.35	5.04	47.15	8.47	47.45	5.44	294.23	37.13	53.26	18.47	8.70	0.73	171.15	22.15	13.29	3.97	49.96	10.16
14歳 (603)	24.84	4.37	23.10	5.65	49.46	9.23	48.00	5.73	296.00	38.14	53.93	19.10	8.74	0.74	172.16	22.86	14.18	4.28	51.99	11.23
15歳 (430)	25.40	4.35	22.20	5.08	50.03	9.57	48.76	5.14	317.24	44.87	48.61	16.26	8.94	0.69	172.80	20.62	13.75	3.85	50.95	10.21
16歳 (445)	25.90	4.51	22.76	5.10	49.94	9.12	48.98	5.52	322.87	54.08	50.02	15.58	8.94	0.71	170.95	21.10	13.64	3.98	51.11	10.38
17歳 (401)	26.62	4.53	24.91	5.61	51.90	9.62	49.28	6.10	362.26	53.39	49.87	18.82	8.80	0.76	174.85	22.17	14.96	3.92	53.87	10.75

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

庄内教育事務所 (男子) 合計人数 7669

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (541)	9.02	1.84	11.87	4.45	25.90	6.17	28.00	4.27			18.28	7.94	11.75	1.09	116.74	16.81	8.18	2.97	30.42	5.50
7歳 (633)	10.73	2.15	14.45	4.59	27.36	6.00	32.25	5.55			27.39	11.89	10.93	0.98	128.59	16.85	11.70	4.21	37.50	6.49
8歳 (629)	12.10	2.43	16.46	5.01	29.03	6.49	35.51	6.79			36.23	15.16	10.38	0.99	136.97	18.18	15.39	5.57	43.15	7.40
9歳 (695)	13.97	3.36	17.86	4.91	31.13	7.67	39.24	6.79			43.36	17.82	9.97	0.94	143.51	18.27	17.62	6.72	47.96	8.01
10歳 (597)	15.87	3.67	20.13	4.90	32.75	7.45	44.02	6.24			51.93	19.08	9.47	0.91	154.47	18.65	21.71	7.21	54.13	7.92
11歳 (666)	18.80	4.09	21.16	4.99	34.76	8.37	45.95	6.27			59.61	21.36	9.12	0.84	164.14	20.36	24.08	7.97	58.72	8.32
12歳 (721)	23.56	5.59	22.52	5.28	40.60	9.15	49.27	5.95	435.93	57.93	64.84	22.84	8.57	0.83	185.09	23.30	17.37	4.86	33.31	8.09
13歳 (748)	28.97	6.77	25.50	5.28	45.03	9.96	52.19	6.50	399.20	55.24	78.76	23.49	7.94	0.74	202.53	24.65	20.66	5.60	41.87	9.65
14歳 (778)	34.02	6.88	27.55	5.64	48.01	10.01	54.87	6.74	384.33	49.02	87.55	25.69	7.57	0.65	216.20	24.50	23.56	5.95	48.71	10.63
15歳 (562)	36.93	6.85	26.99	5.69	48.84	9.93	56.06	6.64	405.15	67.50	73.14	24.34	7.65	0.70	216.66	24.90	23.47	5.24	48.13	10.19
16歳 (523)	39.27	6.19	29.26	5.71	49.69	10.17	57.46	6.29	384.65	60.85	81.82	26.60	7.39	0.61	223.66	23.88	24.33	5.48	52.11	10.00
17歳 (576)	40.30	6.48	30.18	6.24	50.78	10.03	58.59	6.38	381.72	51.58	82.96	27.01	7.32	0.67	224.44	24.71	25.43	5.64	53.90	10.70

(3) 各教育事務所別体力・運動能力調査結果

庄内教育事務所 (女子) 合計人数 8060

M=平均値、SD=標準偏差

年齢(人数)	握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立幅とび (cm)		ソフトボール投げ (m)		合計点 (点)	
	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D	M	S. D
6歳 (615)	8.79	1.81	12.01	4.16	28.06	6.52	27.48	4.30			16.85	6.65	11.95	1.04	111.80	16.05	6.05	2.25	31.75	6.00
7歳 (646)	10.15	2.11	14.08	4.49	30.16	6.36	31.75	5.53			23.58	9.77	11.02	0.91	122.82	16.36	8.15	2.87	39.24	6.65
8歳 (715)	11.64	2.39	16.41	4.86	32.36	6.53	34.79	6.25			29.71	12.46	10.67	0.96	130.70	15.53	10.17	3.74	44.91	7.42
9歳 (711)	13.44	3.18	18.13	4.53	33.90	7.09	39.11	6.04			37.20	15.26	10.18	0.86	138.45	17.79	12.07	4.25	50.73	7.87
10歳 (705)	15.99	3.60	19.59	4.58	36.53	7.95	43.31	5.79			45.07	18.10	9.58	0.78	150.46	18.49	14.60	5.24	57.44	8.02
11歳 (733)	18.92	4.08	20.34	4.83	39.77	8.48	44.69	5.44			48.57	17.97	9.30	0.75	157.33	19.65	16.91	5.96	61.48	7.83
12歳 (743)	21.21	4.63	20.01	5.16	43.30	9.41	45.96	5.16	308.07	44.21	49.79	19.82	9.12	0.79	167.49	22.45	12.24	4.06	44.42	10.43
13歳 (774)	23.44	4.51	21.77	5.58	47.33	9.80	47.21	5.67	301.29	43.93	52.99	20.28	8.86	0.78	172.67	22.45	12.85	4.04	48.98	11.37
14歳 (799)	24.64	4.70	22.28	5.44	48.47	9.01	47.52	5.56	302.48	40.26	51.07	19.98	8.85	0.78	173.44	23.27	13.48	4.23	50.15	11.44
15歳 (553)	25.62	4.63	21.60	5.27	48.05	9.38	48.05	5.02	328.05	46.86	41.07	14.78	9.08	0.81	169.74	20.51	13.28	3.92	48.20	10.24
16歳 (520)	27.08	4.63	23.31	5.60	51.47	8.87	49.64	5.51	310.72	42.29	44.13	17.39	8.97	0.82	174.51	20.90	13.92	4.14	52.08	10.65
17歳 (546)	26.53	4.69	22.71	5.93	51.05	9.38	49.23	5.77	325.94	47.46	41.40	17.03	9.12	0.93	171.57	21.41	13.73	4.17	50.25	11.23

2 令和7年度 体力向上対策会議 事後アンケート集計

	小学校	中学校	高校
参加者数	212	94	37

Q1. 本日の体力向上対策会議は、自校の体力向上の取り組みにとって、役に立つ内容でしたか。

	小学校	中学校	高校
とても役に立つ	50.5%	46.0%	53.3%
まあまあ役に立つ	47.9%	52.9%	43.3%
あまり役に立たない	1.6%	1.1%	3.3%
全く役に立たない	0.0%	0.0%	0.0%

Q2. 体育(保体)の授業以外で、体育と保健の関連を図った指導の事例があれば、教えてください。※抜粋

[小学校]

- ・ 他教科との関連を図る(理科、生活科、
- ・ 養護教諭との連携
- ・ 命の教育との関連
- ・ 給食指導との関連

[中学校]

- ・ 部活動において、食事や睡眠の大切さを伝える。
- ・ 講話とのカリキュラム・マネジメント

[高等学校]

- ・ 養護教諭との連携。
- ・ 総合的な学習の時間との関連
- ・ クラスマッチとの関連

Q3. 貴校において、体力向上や健康教育のために家庭と連携して実施していることは何ですか？(複数回答可)

	小学校	中学校	高校
体力や運動習慣について取り上げた保健だより等を家庭に配布している	44.8%	27.6%	13.3%
体力・運動能力テストの結果について、通知票とともに送付する等して家庭に配布している	75.0%	27.6%	13.3%
学校行事やPTA 主催行事等で、親子で運動する機会を設けている	35.4%	29.9%	3.3%
親子で体力向上や健康教育について学ぶ講演会等を実施している	17.7%	12.6%	3.3%
特に何も実施していない	3.1%	34.5%	56.7%

その他の記述※抜粋

[小学校]

- ・ 学校保健委員会で、情報を共有している。
- ・ メディアから離れて過ごす日にちを設定している。
- ・ 学年によっては体育に関する家庭学習に取り組んでいる。

[中学校]

- ・ 学校保健委員会との連携。
- ・ 親子で体力テストを行った。
- ・ 学年親子行事で運動した。
- ・ 保護者の生活習慣調査を実施し、保健の授業で活用した。

[高等学校]

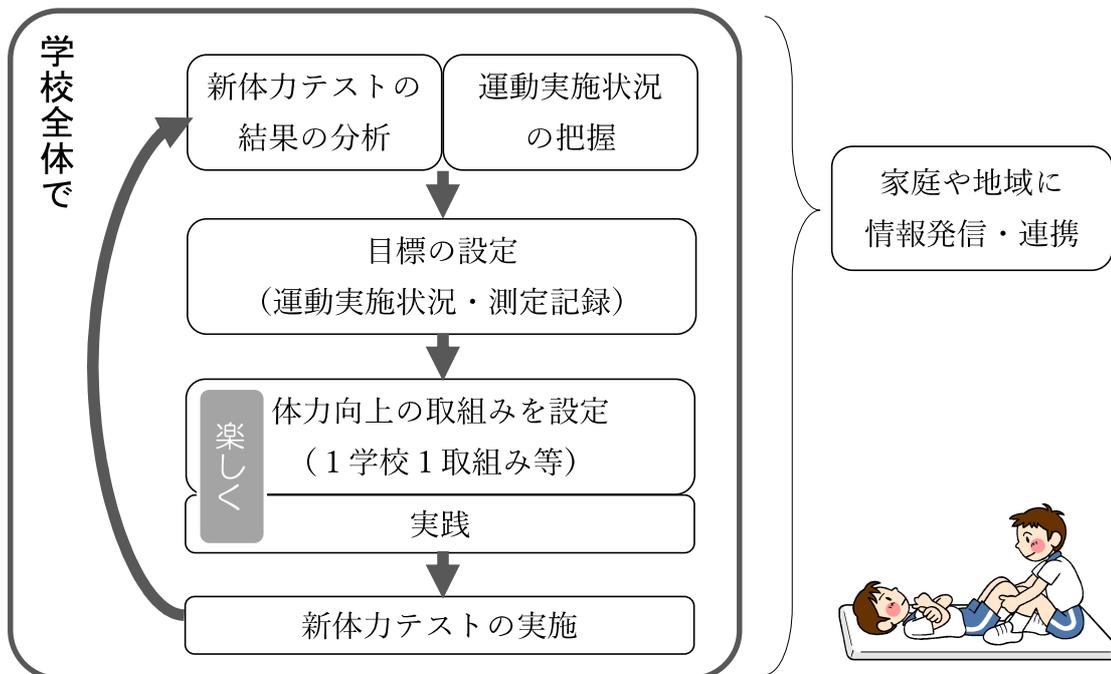
- ・ 体力合計点の上位層を校内に掲示する。
- ・ 長期休みに体力づくりの目標を立てて各自実施する。

3 「1学校1取組み」の実践紹介

【体力が高い学校、良い取組みを実践している学校の特徴】

- 自校の児童生徒の体力について、学校全体の目標を設定し、全教職員で課題を共有している。
- 全ての学年の児童生徒に対して新体力テストの全項目を実施し、課題解決に向けた取組みを実践している。
- 生活習慣の中で、運動することが重要であると教職員が認識し、実行している。
- 体力向上の取組みを学校全体の取組みの一部として年間を通して継続している。
- ティーム・ティーチングにより、「運動ができない」児童生徒をつくらない指導体制ができている。
- 学校全体で授業や学校生活のフィードバックを実践している。
- 児童生徒の規律（挨拶、時間の厳守、後片付け等）が守られている。
- 児童生徒の体力向上について、家庭や地域に発信し、理解と協力を得ている。

【各学校で実践してほしい体力向上の対策】



令和7年度 体力向上に係る「1学校1取組み」を小・中・高等学校すべての学校より提出いただきました。その中から、特色ある取組みを抜粋して紹介します。

【小学校】

○山形市立蔵王第二小学校

【取組み】

- ①テーマ 体育的活動を通して、運動の楽しさや喜びを感じ、進んで運動に親しむ子どもを育てるとともに、体力や健康の増進を目指す。
- ②内容 パワーアップタイム
 - ・毎週火曜日のロング昼休みに実施
 - ・遊具、竹馬、鉄棒、一輪車、ボール運動、ランニングを行う。

【成果】

様々な種目を経験することで、パワーアップタイム以外の休み時間にもそれらの種目にチャレンジする姿が見られるようになった。

今年度新しくランニングしても良いという仕組みを作ったことで、持久走大会ではほとんどの児童が当初の記録より 10 秒程度記録を縮めることができた。

○東根市立大森小学校

【取組み】

持続して運動する力の育成をテーマに「oh モリモリタイム」を実施した。内容は、2 学年ごとに全員が中間休みの時間を使ってグラウンドを走るというもの。校内マラソン記録会が迫っている中の実施だったため、意欲的に体を動かす姿が見られた。

【成果】

「20mシャトルラン」の項目では、前年度比+6.95 回と大きな改善が見られた。特に高学年の児童は前年度比+2.01 回と、大きく回数が伸び成果に現れたと感じている。

○尾花沢市立玉野小学校

【取組み】

自分にあつためあてをもち、自ら体を鍛えられる子どもの育成に努める。そのために、週3回、業間休みに「玉野っ子スポーツ」に取り組んだ。内容は、11月までは、マラソン。12月は、縄跳びを行った。どちらもカードを作成し、頑張った様子が分かるようにした。

【成果】

体力運動能力測定の結果から、どの学年も、県平均を上回る項目が増え、下回る項目が減った。

○戸沢村立戸沢学園

【取組み】

- ・「体力向上プロジェクトチーム」で、体力向上のプランを考案する。
- ・授業の開始時に走力、瞬発力、持久力を伸ばす運動を全学級で取り組む。
- ・授業開始時に鬼遊びを取り入れる。
- ・休み時間にも使用できる鉄棒（逆上がり補助器常設）や竹馬・ホッピングを行う。
- ・マラソン記録会に向けた全校一斉の休み時間の取組み（マラソンカードの活用含む）
- ・生活委員会によるマラソン練習の呼びかけ
- ・縄跳びによる体力づくり（初中合同縄跳び大会、短縄検定カード）
- ・養護教諭と連携して保護者に体力についてのお便りを配信
- ・保護者へ新体力テストの個票を配付

【成果】

新体力テストにおいて、反復横跳び・ボール投げが向上した。（全校平均）

○川西町立吉島小学校

【取組み】

①「チャレンジなわとび」の取組み

1月～3月に、約2カ月間冬の体力づくりの一環として休み時間になわとびをする取組みを行った。その中でも、2週間は強化週間を設け、体育館で全面縄跳びをするようにした。また、技を高めるだけでなく、時間跳びも行った。持続して跳ぶことで持久力を高め、様々な技に挑戦しながら自ら進んで運動する意欲づけを目的として行った。

②「運動遊びウィーク」の取組み

9月～10月に約3週間、休み時間に運動遊びをする取組みを行った。毎日体を動かす習慣をつけるために、遊びの延長として9種類の遊びの場を作った。その中に、昨年度の課題であった、投げ、反復横跳び、立ち幅跳びの力が高まるような遊びなどを取り入れた。様々な遊びを経験することで筋力やバランス感覚、持久力、敏捷性を高め、身体を動かすことの楽しさを実感し、日常の遊びにつなげることを目的として行った。

【成果】

①全校生で同じ時間に同じ取組みを行い、持久力を高めることにつながった。R6は時間跳びの取組みを行ったことで、長い時間跳び続けることに挑戦する児童が増え、持久力を高めることにつながった。20mシャトルランでは、男子の記録が伸びていた。期間後も縄跳びで遊ぶ児童が多く見られた。

②全校生で同じ時間に自分がやりたい遊びを選び、バランス感覚や筋力、敏捷性を高めることにつながった。鉄棒で腕や手の筋力を使ったことで、握力では、昨年度より5・6年生で改善が見られた。また、スタートラインからゴールまで、立ち幅跳びで何歩いけるかという遊びを取り入れ、昨年度より4年生で改善が見られた。期間後も運動遊びをする児童が見られた。

○米沢市西部小学校

【取組み】

- ・西部小 スポーツチャレンジ（通称：スポチャレ）を実施。
毎週水曜日の中間休みにグラウンドに出て、様々な種目（30項目程度）にチャレンジする。1学期は「投げる運動」2学期は「走る運動」と「ACP (ActiveChildProgram)」3学期は「持久力を高める運動」を中心に項目を選定した。

【成果】

1学期のスポチャレで「投げる運動」を行ったのは、前年度のスポーツテストで「ソフトボール投げ」が本校の弱い項目となっていたからである。今年度の結果では改善が見られたため、スポチャレで投げる運動を主に扱ったことが要因の一つになっているのではないかと考えている。

○白鷹町立鮎貝小学校

【取組み】

- ・チャレンジタイム
毎週金曜日に、全学年が運動する時間を設けた。春～秋の期間は、学校の近くの山を走る「森走」を、冬の期間は、室内でできる運動や縄跳びを中心に行った。
- ・秋の体力テスト
春の体力テストで課題として挙げた種目を、学年ごとに1つ絞り改善を図るための補強運動を行った。

【成果】

全校を通して、ほとんどの種目で全国平均よりいい記録を出すことができている児童の割合が増えている。男子は、ほとんどの学年で一昨年、昨年よりも全国平均よりいい記録を出す児童の割合が増えている。一方で女子は、全国平均よりもいい記録を出すことができた児童の割合が、昨年度と比べると今年度は横ばい、もしくは低い結果となった。

○三川町立横山小学校

【取組み】

テーマ「全速力で走り、全力で握り、運動の瞬間に出せる力を高める」
短距離走に課題があるため、全速力で駆け抜ける運動遊びを授業の冒頭に取り入れ、冬期間でも全身を使って息が上がる運動量を確保する。
各学級に簡易的な握力レバーを置き、休み時間などに握って遊べるようにする。

【成果】

50m走の平均タイムが改善し、学年全体でスピードの向上が見られ、全速力で走る力が定着してきている。

○鶴岡市立豊浦小学校

【取組み】

○業間に鉄棒運動や縄跳び運動に取り組み、技能や運動能力の向上につなげる○地域の外部講師の積極活用(陸上・水泳・スキー)○教科体育の準備運動などで、意図的に基礎感覚づくりや基礎体力の向上を図る運動を取り入れる。また、業間休みの遊びの幅(種類、道具など)をもたせ、運動に親しませる。

【成果】

- 業間に、鉄棒運動や縄跳び運動に取り組んだことで技能向上に加え、握力や跳躍力の向上にもつながった。
- 陸上、水泳、スキーの学習において、地域の指導者等外部講師を積極的に活用したことで、技能の向上だけでなく運動に親しむ姿勢も養われた。
- 教科体育の準備運動などで、意図的に基礎感覚づくりや基礎体力の向上を図る運動を取り入れたことで、体力や技能が向上した。学校全体に実践をさらに広める必要がある。
- 児童会の取組などで、ポスター作成や呼びかけなどを行い、業間休みの遊びの幅(種類、道具など)をもたせ、運動に親しむことができた。(野球遊び、ストラックアウト遊びポスターなど)

○鶴岡市立朝陽第六小学校

【取組み】

- ①引き続き下半身の強化に重点を置きたい。また本校では、学校統一で何かを進めていくということが難しい場合が多いため、まずは取り組んでいただくことを周知することが第一の課題であることが考えられる。
- ②「できた・楽しい」を実感するためにはある程度の基礎的な体力が必要であるため、体力の基礎となる下半身の強化は非常に重要なものと考えられる。具体的には、朝の時間・帰りの時間に数十秒のエクササイズを継続的に行っていく。

【成果】

実施が確認できたクラスでは、50m 走の記録が全国平均・山形の平均を上回ることができた。

【中学校】

○上市市立南中学校

【取組み】

走る時間を決めず、音楽を聴きながらランニングを継続したことで、走ることに対する意欲の向上が感じられた。また、生徒から「疲労感が軽減される」という声もあった。

【成果】

音楽走を継続して行う。また、ランニング後の心拍数にも着目させ、体の仕組みと効果的なランニングについて学習し、自身の生活に生かせるようにしていく。

○東根市立第二中学校

【取組み】

新体力テストにおける全体課題について向上を図るための取組み。放課後15分間程度。週2回2か月程度、時間走とボール投げのローテーションで行った。

【成果】

現2年男子は全身持久力・投力ともに向上。現3年男子は、投力が向上。現2年女子は、投力が向上。現3年女子は、投力が向上。

○西川町立西川中学校

【取組み】

～基礎体力向上を目指して～柔軟性と走力を高める取組み

○単元を通して、身に付けたい体力要素を明確にした準備運動、補強運動の工夫
(ランニング、ダッシュ、ストレッチなど)

○体力テストの分析と目標設定→身に付けたい体力の明確化

○各部の顧問の協力を得て、冬季期間の部活動でのランニングやストレッチを推奨する。

○来季に向けた駅伝チームの早期始動

○専門委員会による昼休みの体育館での運動の推奨

【成果】

・単元ごとに、身に付けたい技能や体力を明確にし、それを身に付けるための準備運動や補強運動を入れることで、動きのコツの習得につながった。

・R6後期に体力テストの結果の分析をして、生徒自身が身に付けるべき体力を明確にし、トレーニングメニューを考える活動を通して、授業の中で意識して取り組むことができた。また生徒会や専門委員会での取組みや企画を通して、運動に前向きな態度で主体的に臨む生徒が増えた。

・昨年度の3学期から、駅伝大会に向けた選抜メンバーによる練習を行い、運動が得意な生徒の運動に対する意識の向上や持久力を中心とした体力の高まりが見られた。

○真室川町立真室川中学校

【取組み】

テーマ 運動が苦手という生徒を少しでも減らす

①年2回の新体力テストで伸びを実感させる。

②ニュースポーツを取り入れ、生涯スポーツとなるきっかけづくり

③できる、できないだけでなく、多様な関わり方(見る・支える・知る)の実践

【成果】

少しずつではあるが、全体的に柔軟性の向上が見られた。

○川西町立川西中学校

【取組み】

3年生：サーキットトレーニング

1・2年生：秋の長距離走授業の充実

【成果】

50M走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ以外の種目において、全学年で全国平均を下回っており、特に筋持久力、全身持久を要する種目においては顕著である。

○小国町立小国中学校

【取組み】

清掃の時間帯を利用した「Qトレ」(クォータートレーニング)を行った。3学年を曜日別に分け、グラウンドや体育館で走運動や縄跳び、筋力トレーニングを行った。

【成果】

- ・全学年男女において、握力の結果が県、全国を上回り、昨年度からの伸びが大きかった。
- ・上体起こしや長座体前屈についても、各学年で昨年度からの伸びが見られた。

○酒田市立鳥海八幡中学校

【取組み】

授業前の帯活動(ジョギング、筋トレ、各種目の類似したトレーニング)、独自の準備体操ダンス

【成果】

2、3年生で全国平均を上回る種目が多くあった。学年が上がるにつれて特に女子の結果が低くなる傾向ではあったが、今年は4種目も全国平均を上回ることができた。自分たちで創った創作ダンスを継続して踊ったことで意欲が上がったのではないかと考えられる。

○鶴岡市立豊浦中学校

【取組み】

各学年で新体力テストの結果を分析させてそれぞれ足りない体力を鍛えるためのトレーニングを設定させ毎時間のアップとして行わせている。

【成果】

3学年に関しては男女ともに体力の項目も伸びている。2年生は女子の体力が伸びている。

○山形県立致道館中学校

【取組み】

テーマ：生徒の主体的活動を通じた運動に親しむ態度の醸成

内容：プロジェクトチームによる昼休みの運動機会の確保と呼びかけ

【成果】

運動にかかわる回数と時間は昨年度より増加した

【高等学校】

○山形県立山形中央高等学校

【取組み】

新体力テストを踏まえた体づくり運動の学習

全学年とも、4月、5月の体育の授業において体づくり運動に取り組み、調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画について学習した。6月の新体力テストまでを見通し、生徒の実生活の中で主体的に取り組めるよう、運動計画の立案と振り返りができるよう取り組んだ。

【成果】

体づくり運動の学習において、特に2、3年生においては前年度の新体力テストの結果を確認させたことで、生徒一人ひとりが自己の体力の課題を踏まえた運動の計画を立てることができた。反復横とび、シャトルラン、立幅とびの記録が全学年男女で全国平均を上回った。自らの運動の計画において、積極的に走ることや縄跳びなどを取り入れ、仲間と共に励ましあいながら実施できたことが要因の一つであると考えられる。50m走の平均が全国平均を下回る学年が多くなったことは、体づくり運動の計画の段階で、体育館での活動が中心になってしまい、屋外を走るなどのダイナミックな運動を計画に盛り込む生徒が少なかったことが要因に上げられる。

○山形県立新庄南高等学校

【取組み】

陸上競技長距離走を中心とした体育理論・科目保健との横断的な学習

【成果】

ただひたすらに距離を走るというだけでなく、目的意識を理解することで技能習得につながった。20mシャトルランにおいて全国・県平均を上回る種別が多かった。

○山形県立東桜学館高等学校

【取組み】

テーマ『全国平均、県平均を上回る種目数を増やす』

内容：

①走力の向上。

- ・陸上競技では、持久力の向上を図るため、長距離走を重点的に実施。
- ・記録の掲示による意欲づけと持久走のラップ・タイム計測。
- ・心拍数を測定し、同じペースで距離を走ることへの意識づけ。

②各自の課題のほか、本校の課題について説明し、共通認識をもって取り組む。

- ・授業前に体力を向上させるトレーニングを継続実施。
- ・5分間走、10分間走の継続実施。
- ・マラソン大会（10月実施）に向けて、部活動などの授業以外での取組みの推進。

【成果】

- ・全国平均、県平均をともに上回る種目数の向上が見られた。

男子：R6年度13種目→R7年度14種目

女子：R6年度9種目→R7年度10種目

- ・20mシャトルランにおいて、県平均を上回る学年が増えた。

特に、男子はすべての学年において県平均を上回ることができた。