

1 分析

(1) 10年前との比較(平成5年度と平成15年度)

体格及び体力・運動能力について、10年前と比較すると以下のとおりである。(表 - 1, 2)

男子 体格は、全般に10年前を上回る傾向がみられる。しかし、体力・運動能力は小学生の握力、反復横とび以外の筋力、敏捷性、持久能力、パワー全般で有意に低下しており、この「体格向上、体力低下」の傾向がこの数年間継続している。

女子 小学生の体格が10年前を上回ることが顕著である。高校生の身長は近年停滞傾向にあり、座高は低下している。これは体型が変化しつつあることを表している。体力・運動能力は小・中学生の握力が10年前を上回ったが、50m走、持久走、ボール投げの各項目で小・中・高校生とも低下している。

表 - 1【10年前との比較(男子)】

項目		小学校			中学校			高等学校			数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										4	0
	体重										9	0
	座高										3	0
体力・運動能力	握力	-									1	3
	反復横とび	-									2	0
	持久走	-	-	-							0	5
	50m走										0	8
	ボール投げ										0	4
数		2	3	3	3	2	2	2	1	1	19	
数		0	2	2	3	2	3	2	3	3		20

(注1) :H15が上回っている。 :H15が下回っている。 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。 有意差 $p<0.05$

(注2) 有意差 $p<0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3) 中・高等学校の「反復横とび」は、反復幅が変更されたため比較できない。

表 - 2【10年前との比較(女子)】

項目		小学校			中学校			高等学校			数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										2	0
	体重										6	0
	座高										3	4
体力・運動能力	握力	-									4	3
	反復横とび	-									2	0
	持久走	-	-	-							0	6
	50m走										0	7
	ボール投げ										0	7
数		3	5	3	0	1	3	1	1	0	17	
数		2	2	2	5	3	3	2	5	5		27

(注1) :H15が上回っている。 :H15が下回っている。 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。 有意差 $p<0.05$

(注2) 有意差 $p<0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3) 中・高等学校の「反復横とび」は、反復幅が変更されたため比較できない。

(2) 10年間の変化(平成5年度から7年度と平成13年度から15年度の平均の比較)

本県の平成5年度から7年度の平均と平成13年度から15年度の平均で、体力・運動能力の変化を項目別に見ると、以下のとおりである。(表-3, 4, 5, 6, 7)

【体力の項目】

握力

体重の増加により握力は増加する。小学生は向上の傾向があるが、中・高校生は体重の増加にもかかわらず、握力低下の傾向がある。

表-3 【握力の10年間の変化】

男 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
握力(Kg)	H5～H7の平均値	-	17.12	20.23	24.73	30.63	35.75	39.01	41.81	43.42
	H13～H15の平均値	15.11	17.49	20.61	24.98	30.73	36.16	38.94	41.70	43.05
	差		0.37	0.38	0.24	0.10	0.41	-0.07	-0.11	-0.37
	変化率(%)		2.14	1.90	0.98	0.32	1.14	-0.19	-0.26	-0.85

女 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
握力(Kg)	H5～H7の平均値	-	16.18	19.33	22.00	24.25	25.13	25.64	26.55	26.94
	H13～H15の平均値	13.94	16.71	19.57	21.65	24.05	25.19	25.36	26.25	26.54
	差		0.53	0.24	-0.35	-0.20	0.06	-0.28	-0.31	-0.40
	変化率(%)		3.27	1.24	-1.61	-0.81	0.24	-1.09	-1.15	-1.48

(注)小学校4年生は、平成10年度より実施項目となった。

反復横とび

小学生で男女ともに向上している。

表-4 【反復横とびの10年間の変化】

男 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
反復横とび(回)	H5～H7の平均値	-	38.78	41.59	-	-	-	-	-	-
	H13～H15の平均値	37.53	40.84	43.24	38.94	41.70	43.05	51.96	54.39	54.71
	差		2.06	1.66						
	変化率(%)		5.31	3.98						

女 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
反復横とび(回)	H5～H7の平均値	-	36.84	38.80	-	-	-	-	-	-
	H13～H15の平均値	35.52	38.01	39.43	40.68	41.43	41.65	42.98	44.05	44.37
	差		1.17	0.64						
	変化率(%)		3.17	1.64						

(注1)小学校4年は、平成10年度より実施項目となった。

(注2)中・高等学校は、平成10年度より反復幅が変更されたため比較できない。

【運動能力の項目】

持久走

経年的に持久力の低下は継続している。持久力は体重の増加と負の関係があり、食生活の変化、運動習慣の低下が関係していると考えられる。

表 - 5 【持久走の10年間の変化】

男 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
持久走(秒)	H5～H7の平均値	-	-	-	415.32	380.06	372.83	383.18	374.50	373.49
	H13～H15の平均値	-	-	-	437.13	395.93	380.97	390.32	372.57	374.13
	差				-21.81	-15.86	-8.15	-7.14	1.93	-0.64
	変化率(%)				-5.25	-4.17	-2.19	-1.86	0.51	-0.17

女 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
持久走(秒)	H5～H7の平均値	-	-	-	287.28	278.57	282.92	300.02	299.34	299.53
	H13～H15の平均値	-	-	-	304.22	295.15	298.32	317.01	313.89	313.55
	差				-16.93	-16.58	-15.40	-16.99	-14.55	-14.02
	変化率(%)				-5.89	-5.95	-5.44	-5.66	-4.86	-4.68

50m走

50m走は全身の筋力と筋収縮のスピード、調整力がタイムに反映する。測定値は全学年で低下しており、持久能力と共通して運動習慣の低下と体重の増加が影響していると考えられる。

表 - 6 【50m走の10年間の変化】

男 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
50m走(秒)	H5～H7の平均値	9.58	9.23	8.86	8.53	7.98	7.60	7.51	7.31	7.20
	H13～H15の平均値	9.78	9.35	8.96	8.68	8.08	7.71	7.61	7.36	7.30
	差	-0.20	-0.12	-0.11	-0.15	-0.10	-0.11	-0.10	-0.04	-0.10
	変化率(%)	-2.12	-1.34	-1.20	-1.76	-1.29	-1.49	-1.29	-0.59	-1.39

女 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
50m走(秒)	H5～H7の平均値	9.81	9.44	9.10	8.94	8.70	8.65	8.92	8.87	8.85
	H13～H15の平均値	10.02	9.60	9.28	9.23	8.94	8.96	9.07	9.03	9.00
	差	-0.21	-0.15	-0.18	-0.29	-0.24	-0.31	-0.15	-0.16	-0.15
	変化率(%)	-2.14	-1.62	-1.98	-3.25	-2.80	-3.58	-1.68	-1.77	-1.70

ボール投げ

「投げ」動作は後天的に習得するものである。この著しい低下は、体育科の授業や日常の遊び等において、「投げ」動作がともなう運動機会の減少を示している。

表 - 7 【ボール投げの10年間の変化】

男 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
ボール投げ(m)	H5～H7の平均値	22.14	26.36	30.67	19.26	22.31	24.72	24.62	25.98	26.67
	H13～H15の平均値	21.83	25.66	29.97	18.75	21.59	24.04	24.76	26.15	26.77
	差	-0.31	-0.70	-0.70	-0.51	-0.72	-0.68	0.14	0.17	0.10
	変化率(%)	-1.39	-2.66	-2.28	-2.65	-3.24	-2.75	0.56	0.64	0.37

女 子		小学校			中学校			高等学校		
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
ボール投げ(m)	H5～H7の平均値	12.92	15.45	17.60	13.37	14.40	15.20	14.37	14.81	15.11
	H13～H15の平均値	12.71	14.85	16.61	12.09	13.23	14.00	14.00	14.31	14.64
	差	-0.21	-0.60	-0.99	-1.28	-1.16	-1.19	-0.37	-0.50	-0.47
	変化率(%)	-1.65	-3.86	-5.62	-9.57	-8.08	-7.85	-2.58	-3.38	-3.09

(3) 本県の平成15年度と14年度の比較

体格及び体力・運動能力について、平成15年度と14年度を比較した結果は以下のとおりである。

(表 - 8, 9)

男子 特に、高校生において体格及び体力・運動能力ともに向上しており、近年低下傾向が続いていた状況から全般に回復がみられる。

女子 高校生の体格及び体力・運動能力ともに著しく向上している。また、小・中学生においても、多くの項目で昨年を上回っている。

高校生については、今後も継続した傾向となるのかを見守る必要がある。

表 - 8【平成15年度と14年度との比較(男子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										2	0
	体重										2	0
	座高										1	3
体力・運動能力	握力										5	0
	上体起こし										4	2
	長座体前屈										4	0
	反復横とび										7	0
	持久走	-	-	-							0	1
	20mシャトルラン										6	1
	50m走										3	3
	立ち幅とび										4	2
	ボール投げ										3	3
	○数	2	3	2	2	4	1	9	10	8	41	
数	3	1	0	1	4	5	1	0	0		15	

(注1)○:H15の方が上回っている。 :H15の方が下回っている。「」欄は当該学年にない項目。空欄は有意差なし。

(注2)有意差 $p < 0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

表 - 9【平成15年度と14年度との比較(女子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										2	0
	体重										0	1
	座高										1	3
体力・運動能力	握力										4	0
	上体起こし										8	1
	長座体前屈										7	0
	反復横とび										9	0
	持久走	-	-	-							3	3
	20mシャトルラン										5	1
	50m走										4	1
	立ち幅とび										5	1
	ボール投げ										3	2
	○数	2	5	4	4	5	2	11	10	8	51	
数	4	0	0	4	2	2	0	0	1		13	

(注1)○:H15の方が上回っている。 :H15の方が下回っている。「」欄は当該学年にない項目。空欄は有意差なし。

(注2)有意差 $p < 0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

(4) 本県の平成15年度と全国の平成14年度との比較

体格及び体力・運動能力について、本県と全国を比較した結果は以下のとおりである。
(表 - 10, 11)

男子 体格全般で小・中学生は全国との差はほとんど見られないが、高校生は全国を上回っている。体力・運動能力は小、中学生で全国に劣る結果であった。高校生は握力以外の項目で全国を上回った。

女子 体格は特に高校生が全国を上回り、体力も男子同様、握力以外の項目で全国を上回った。また、小・中学生の持久走とボール投げが全国を下回ったことは、運動機会の減少を表したものであろう。

表 - 10【本県(H15)と全国(H14)との比較 (男子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										4	0
	体重										6	0
	座高										3	0
体力・運動能力	握力										0	6
	上体起こし										2	4
	長座体前屈										2	2
	反復横とび										4	3
	持久走	-	-	-							0	1
	20mシャトルラン										3	5
	50m走										2	3
	立ち幅とび										5	3
	ボール投げ										0	3
	○数	2	2	1	0	1	2	7	8	8	31	
数	2	3	3	5	5	8	2	1	1		30	

(注1)○:県が上回っている。 :県が下回っている。「」欄は当該学年にない項目。空欄は有意差なし。

(注2)有意差 $p < 0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

表 - 11【本県(H15)と全国(H14)との比較 (女子)】

項目	区分	小学校			中学校			高等学校			○数	数
		4年	5年	6年	1年	2年	3年	1年	2年	3年		
体格	身長										4	0
	体重										5	0
	座高										6	0
体力・運動能力	握力										1	3
	上体起こし										3	5
	長座体前屈										3	2
	反復横とび										4	2
	持久走	-	-	-							3	3
	20mシャトルラン										3	6
	50m走										3	2
	立ち幅とび										6	1
	ボール投げ										1	6
	○数	4	2	1	1	1	3	11	10	9	42	
数	3	3	4	6	4	8	0	1	1		30	

(注1)○:県が上回っている。 :県が下回っている。「」欄は当該学年にない項目。空欄は有意差なし。

(注2)有意差 $p < 0.05$: 5%の有意差を示しており、判定の信頼性は95%であることを示す。

(注3)中・高等学校は、「持久走」または「20mシャトルラン」のいずれかを選択する。

(5)生活調査と体力・運動能力との関係

生活調査と体力・運動能力の関係について、各項目ごとに比較した結果は以下のとおりである。 (表 - 12, 13, 14, 15, 16, 17, 1

ア 運動部・スポーツクラブ所属について

運動部・スポーツクラブに所属している児童生徒と所属していない児童生徒を比較した結果、体格は若干大きい程度であるが、体力・運動能力は圧倒的に所属しているグループが上回った。

表 - 12 【運動部・スポーツクラブ所属との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) :運動部やスポーツクラブに所属している群が上回っている。 :下回っている。
空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。 有意差p<0.05

イ 運動・スポーツ実施回数について

週3日以上運動する児童生徒と3日未満の児童生徒を比較した結果、体格はやや上回る程度であるが、体力・運動能力は3日以上の子が大きく上回った。

表 - 13 【運動・スポーツ実施回数との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) :週3日以上運動をする群が上回っている。 :下回っている。 有意差p<0.05
空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

ウ 1日の運動・スポーツ実施時間について

1日に30分以上運動するグループと30分未満のグループを比較した結果、体格に差は見られないが、体力・運動能力は30分以上のグループがほとんどの項目で上回った。

表 - 14 【運動やスポーツの実施時間との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) : 30分以上運動する群が上回っている。 : 下回っている。 有意差 $p<0.05$
 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

エ 朝食の摂取状況について

朝食を毎日摂るグループと、時々摂らない、または摂らないグループを比較した。体格で毎日摂るグループの体重が少ない傾向が見られた。また、体力・運動能力は特に高校生で摂るグループが上回ることが顕著であった。

表 - 15 【朝食摂取状況との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) : 朝食を毎日食べる群が上回っている。 : 下回っている。 有意差 $p<0.05$
 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

オ 1日の睡眠時間について

睡眠時間が6時間以上と6時間未満のグループを比較したが、特徴的な傾向は認められなかった。

表 - 16 【1日の睡眠時間との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
	ボール投げ						

(注1) : 睡眠時間が6時間以上の群が上回っている。 : 下回っている。 有意差 $p<0.05$
 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

カ 1日のテレビ視聴時間(テレビゲームを含む)について

テレビの視聴時間が1時間以上と1時間未満のグループを比較した結果、高校生において体力・運動能力で短いグループが上回る傾向があった。余暇の時間をどのように活用しているかに関係していると考えられる。

表 - 17 【1日のテレビ視聴時間(テレビゲームを含む)との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) :1日のテレビ視聴時間(テレビゲームを含む)が1時間未満の群が上回っている。
 :下回っている。有意差 $p<0.05$
 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

キ 通学(徒歩)時間について

通学時に5分以上歩くグループと5分未満のグループを比較した結果、小学生の段階では差は見られないが、中・高校生になると歩く時間の長いグループで体力・運動能力がいくつかの項目でやや上回った。これは運動習慣が体力・運動能力に影響を与えると考えられる。

表 - 18 【通学(徒歩)時間との関係】

項目	区分	男子			女子		
		小5年	中2年	高2年	小5年	中2年	高2年
体格	身長						
	体重						
	座高						
体力・運動能力	握力						
	上体起こし						
	長座体前屈						
	反復横とび						
	持久走	-			-		
	20mシャトルラン						
	50m走						
	立ち幅とび						
ボール投げ							

(注1) :通学(徒歩)時間が5分以上の群が上回っている。 :下回っている。有意差 $p<0.05$
 空欄は有意差無。 「-」欄は当該年齢にない項目。

(6) 運動・スポーツ実施回数の年次推移(平成5年度～平成15年度)

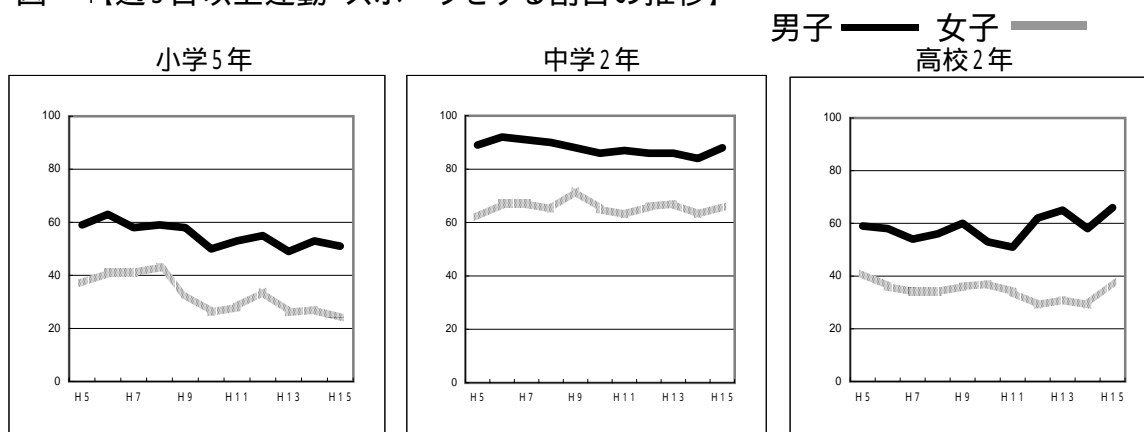
中学生は、小学生や高校生に比べて週3日以上運動をする割合が高く、運動部活動等への積極的な参加がうかがえる。また、低下傾向にあった高校女子の運動する割合に上昇の兆しが見られ、高校女子の体力・運動能力の結果からその相関がうかがえる。しかし、小学校で運動習慣の低下傾向が見受けられることや、依然として小・中・高校の女子がいずれも、男子に比べて週3日以上運動をする割合が20ポイント程度低く、運動の習慣化を図ることが必要である。

表 - 19【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】

(単位: %)

		H5	H6	H7	H8	H9	H10	H11	H12	H13	H14	H15
小 5	男子	59	63	58	59	58	50	53	55	49	53	51
	女子	37	41	41	43	33	26	28	34	26	27	24
中 2	男子	89	92	91	90	88	86	87	86	86	84	88
	女子	62	67	67	65	72	65	63	66	67	63	66
高 2	男子	59	58	54	56	60	53	51	62	65	58	66
	女子	41	36	34	34	36	37	34	29	31	29	38

図 - 1【週3日以上運動・スポーツをする割合の推移】



2 調査結果の考察

体格が経年的に大きくなる傾向は、全般に緩やかになりつつあるが継続している。なお、近年、高校女子の座高が低下傾向にあり、体型が変化しつつあることがうかがえる。

体力・運動能力については、10年前との比較において、小学生の握力及び反復横とび以外の筋力、敏捷性、持久力、パワーが全般に低下しており、「体格の向上、体力・運動能力低下」の傾向が継続している。また、全国との比較においても、高校生を除いて劣っている状況がある。

特徴的なこととして、以下の3点があげられる。

一つは昨年と同様、持久走や20mシャトルランで見る「持久力」とボール投げで見る「投能力」の低下である。持久力の低下は、近年に見る体重増加と負の関係があり、食生活の変化や運動をしない習慣の定着によるものと考えられる。同時に、全力を出きったり粘り強く行動したりするメンタルな弱さも危惧されるところである。投能力の低下については、女子において顕著である。「投げ動作」は後天的な経験によって高められるものであり、授業内容の改善や、週3日以上運動する割合が男子に比べて20ポイント近く低いという状況を改善していくことも必要である。

次に、小学校男子において、運動能力の項目で全国と比較して優位に勝っている項目数が減少し、劣っている項目数が増加するという傾向が見られた。これまでも指摘されているが、運動をよくする子としない子の二極化や、運動をしない子の増加が懸念される。

最後は、昨年と比較して好転したことである。高校生が男女ともに、昨年度の本県平均や全国平均と比較すると、体力・運動能力のほとんどの項目で上回った。有意に上回っている項目

の数は、近年にない数である。生活調査の「週3日以上運動をする」「運動部やスポーツクラブに所属している」「朝食を毎日食べる」「TV視聴が2時間未満」の項目からも、やはり、運動に親しむ習慣や欠食をしないなど生活リズムの確立が体力・運動能力の向上には欠かせない要素となっていることが考えられる。

以上、本年度調査の結果から考察したが、体力向上に向けて本報告書を活用するとともに、以下の点から各学校の実情にあった取組を早急に具体化していく必要がある。

(1) 教科体育・保健体育における学習指導の充実を図る

- ・ 運動の楽しさや喜びを味わわせ、運動の生活化が図られるような学習指導の充実を図る。
- ・ 「体づくり運動」領域の「体力を高める運動」において、運動や体力への関心を高め理解させることで、意欲的・主体的に取り組むことができるようにする。
- ・ 体力の向上及び心身の健康の保持増進に関する内容を体育と保健を関連させて適切に指導できるよう、年間指導計画・単元計画・学習内容の改善を図る。

(2) 教育活動全体を通じた体力向上の取組を推進する

- ・ 体力テストを継続的に実施し、児童生徒の体力・運動能力を適切に把握するとともに、「体育・健康に関する指導」を関連の教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、休み時間、放課後、運動部の活動などを含めた学校の教育活動全体から計画を立て、適切に行うなかで体力向上の取組を推進する。
- ・ 特に運動部の活動や放課後のスポーツ活動等については、学校教育の一環として明確に位置付けるとともに、適切な運営や児童生徒の積極的参加を促す。
- ・ 運動を身近なものとして、児童生徒が自ら動き出したくなる環境づくり（時間、空間、仲間）に努める。

(3) 家庭や地域との連携を深める

- ・ 運動の日常化を図ることができるよう体力づくりの取組を推進するとともに、学校や地域の体育施設の活用や整備等の環境づくりを推進する。
- ・ 体力の現状や心身の健康の保持増進の必要性を啓発するとともに、地域の体育行事などへの積極的参加を促す。

(4) その他

- ・ 平成14年9月30日に中央教育審議会より答申があった「子どもの体力向上のための総合的な方策について」を参照し、各学校の実態に即した具体的な取組を展開する。

「子どもの体力向上のための総合的な方策について」は、以下のアドレスで閲覧できます。

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm

- ・ 文部科学省より配布の「げんきあっぷかれんだー」（小学校低学年用）及び「元気アップハンドブック」（小学校中・高学年用）の活用を図る。