

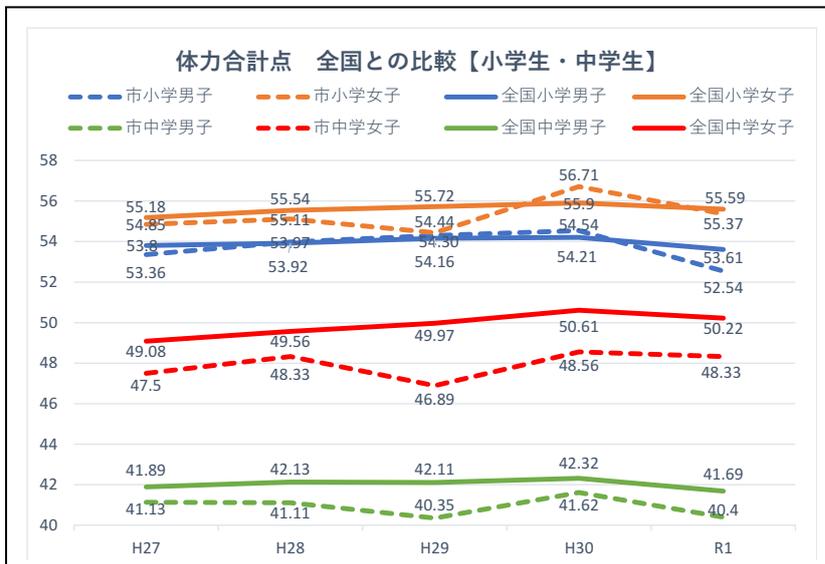
中学生期のスポーツに触れる環境づくりについて

1 子どもたちの実態

(1) 体力・運動能力、運動習慣等調査全国との比較

ア 体力テスト合計点

		H27	H28	H29	H30	R1	R2
小学生 5年生	飯田市男子	53.36	53.97	54.30	54.54	52.54	未実施
	飯田市女子	54.85	55.11	54.44	56.71	55.37	
	全国男子	53.80	53.92	54.16	54.21	53.61	
	全国女子	55.18	55.54	55.72	55.90	55.59	
中学生 2年生	飯田市男子	41.13	41.11	40.35	41.62	40.40	
	飯田市女子	47.50	48.33	46.89	48.56	48.33	
	全国男子	41.89	42.13	42.11	42.32	41.69	
	全国女子	49.08	49.56	49.97	50.61	50.22	



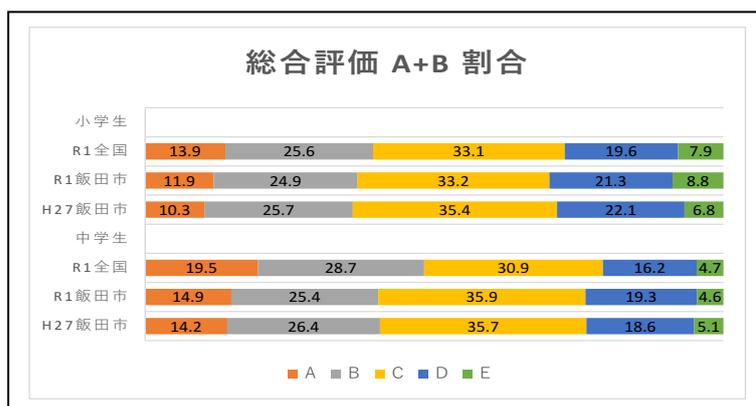
体力テスト種目

- ① 握力
 - ② 上体起こし
 - ③ 長座体前屈
 - ④ 反復横とび
 - ⑤ 20 シャトルラン
 - ⑥ 50m走
 - ⑦ 立ち幅とび
 - ⑧ ソフトボール投げ
- 体力合計点 = 8 種目の
(各1-10点)の合計得点。

R1 年度

- 小中男女すべてで体力合計点が前年度を下回った。
- 小中とも男子の体力合計点が、過去7年間で最低値あるいは最低値と同水準となった。
- 小中とも女子の体力合計点が前年より低い、一昨年よりは高く漸増傾向が続いている。

イ 総合評価 A+B の割合



総合評価 (5段階)

- A 小 65 以上、中 57 以上
- B 小 58~64、中 47~56
- C 小 50~57、中 37~46
- D 小 42~49、中 27~36
- E 小 41 以下、中 26 以下

(2) 運動部活動の加入率

		H27				R2				R3			
		1年	2年	3年	計	1年	2年	3年	計	1年	2年	3年	計
生徒数 (人)	男子	478	520	520	1,518	469	465	445	1,379	453	469	464	1,386
	女子	503	547	518	1,568	483	458	427	1,368	436	485	457	1,378
	計	981	1,067	1,038	3,086	952	923	872	2,747	889	954	921	2,764
運動部員数 (人)	男子	353	370	392	1,115	298	291	270	859				876
	女子	219	262	228	709	235	217	172	624				618
	計	572	632	620	1,824	533	508	442	1,483	0	0	0	1,494
加入率 (%)	男子	73.8	71.2	75.4	73.5	63.5	62.6	60.7	62.3	0.0	0.0	0.0	63.2
	女子	43.5	47.9	44.0	45.2	48.7	47.4	40.3	45.6	0.0	0.0	0.0	44.8
	計	58.3	59.2	59.7	59.1	56.0	55.0	50.7	54.0	0.0	0.0	0.0	54.1

R2年度とH27年度の比較

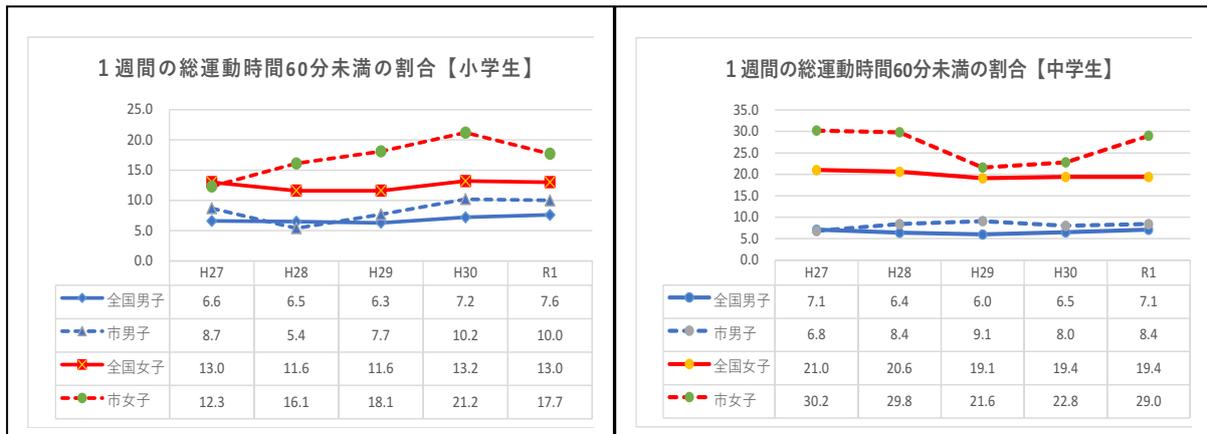
○すべての学年で運動部の加入率は低下している。

コロナの影響は明確でないが、1年生▲2.3%、2年生▲4.2%、3年生▲9.0%

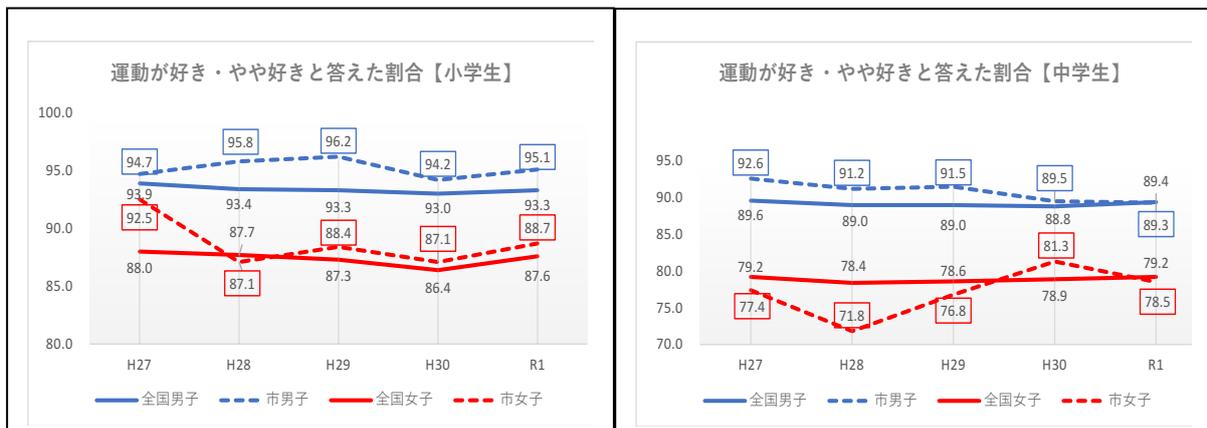
3学年を合わせた加入率は、▲5.1%となっている。

○男女別では、男子は11.2%減少しているのに対して、女子は同水準を維持している。

(3) 1週間の総運動時間が60分未満の児童・生徒の割合（体育授業以外 運動習慣等調査）（%）



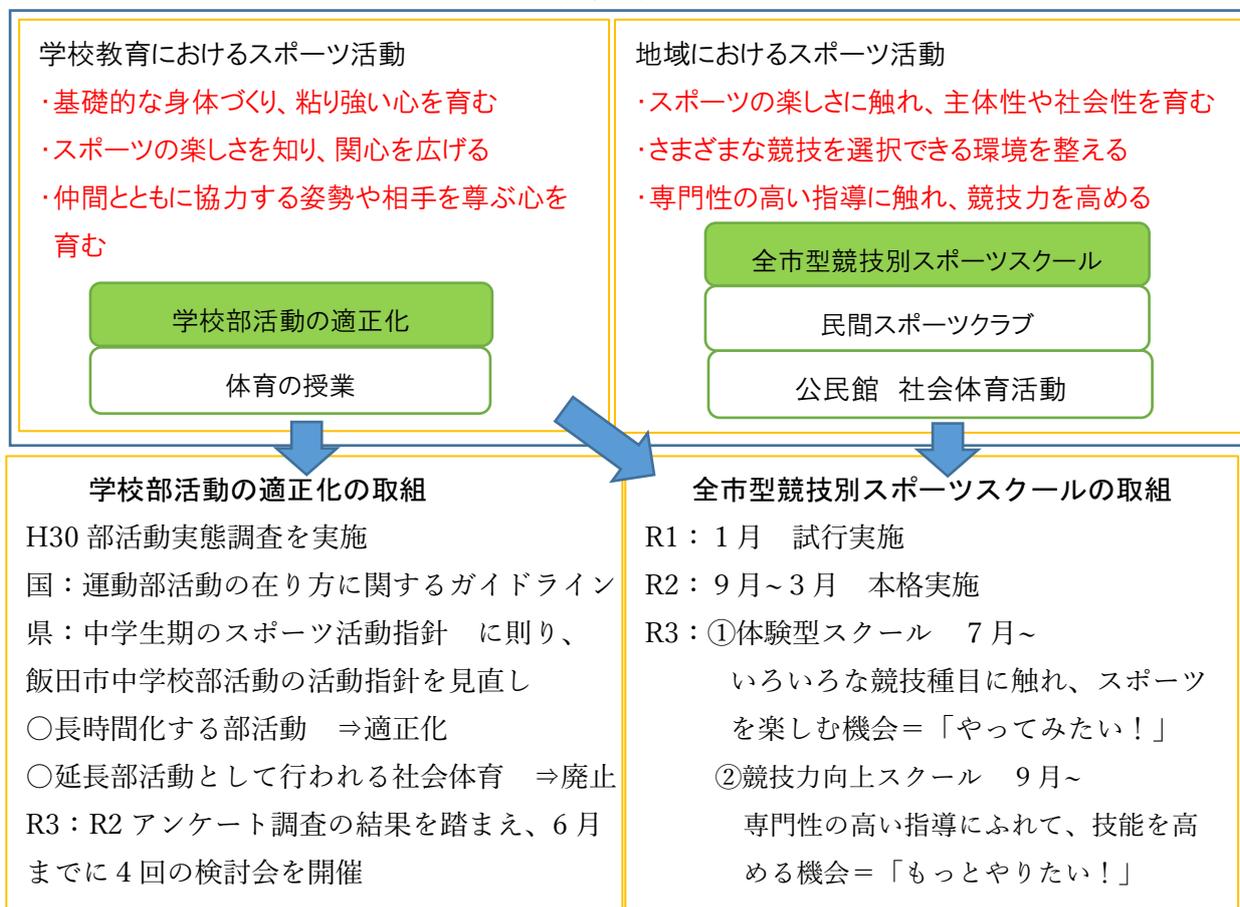
(4) 運動が好き・やや好きと答えた割合（運動習慣等調査）（%）



2 中学生期のスポーツ活動の課題と問題意識

- ① 子どもの体力・運動能力の結果が低い、1週間の総運動時間が60分未満の割合が高い
- ・小中学校ともの全国平均を大きく下回る状況
 - ・運動部活動の加入率の低下（部活動数の減少とスポーツ種目の選択肢の減少）
 - ・児童・生徒の通学は保護者の送り迎えが増え、日常生活においても歩くことが少なくなってきたことも懸念材料である
- ⇒運動機会のない生徒に対して、スポーツに触れる機会を提供することで、楽しさを知り生涯にわたってスポーツに親しむきっかけを提供したい
- ② 成長期の適切なスポーツ活動の推進
- ・適正なスポーツ活動による競技力の向上はめざしたいが……
 - ・学校部活動、社会体育を含めた練習時間の長時間化
学校部活動の実態調査(H30)では約665時間 ⇒適正化後の推計では約410～430時間
 - ・身体のケガのリスクを高める要素
年間8か月以上競技練習を行っている（オーバーユース）
主に行うスポーツを1種目に決めている（他のスポーツをしない）
 - ・心のけが 過度の心身へのストレスの継続によるバーンアウト（燃え尽き）
- ⇒体と心を回復してリフレッシュするために十分な時間が必要
- ・一部での少年スポーツ活動の過熱化
- ⇒指導者や保護者の意識の醸成

3 課題解決のための当面の重点取組 中学生期



スポーツ活動時間とケガに関する参考資料【飯伊接骨院トレーナーズ協会調査】

中体連、新人大会でボランティアとして救護支援活動を行っている団体

過去5年間の大会期間中のケガの件数

(1) 中体連

	捻挫	打撲	挫傷	その他	総数	以前のケガ
R 2	21	11	6	12	50 ↓	13 ↓
R 1	36	16	16	35	103	41
H30	66	16	31	31	144	42
H29	52	16	30	48	146	83
H28	39	12	14	47	112	40
計	214	71	97	173	555	219
平均	42.8	14.2	19.4	34.6	111.0	43.8

(2) 新人大会

	捻挫	打撲	挫傷	その他	総数	以前のケガ
R 2	5	2	0	4	11 ↓	2 ↓
R 1	15	13	3	11	42	12
H30	36	16	17	25	94	21
H29	27	21	14	32	94	34
H28	39	13	12	26	90	40
計	122	65	46	98	331	109
平均	24.4	13.0	9.2	19.6	66.2	21.8

※それぞれ年度によって競技数・会場数の違いがある。

※R2 年度大会中のケガの件数は過去5年間と比較すると大幅に減少した。

要因としては、コロナ禍で練習時間が少なかったことから、ケガを抱えたまま練習を繰り返すことがなく完治して大会に臨めたと推測される。

※協会としては、R2 年度は特殊事情があったため R3 年度以降も継続した調査が必要と考えている。