

## 令和7年度 山梨県 新体力テスト・健康実態調査 実施要項

### 1 目 的

本県児童生徒の体力・運動能力及び生活習慣の実態を明らかにし、今後の体育・健康教育の充実のための基礎資料とするとともに、各学校や家庭・地域の健康・体力づくりに対する関心を高めることにより、児童生徒の体力・健康の向上に資するものとする。

### 2 実施時期 令和7年4月から7月の期間

### 3 対象及び実施内容

#### (1) 新体力テストの実施

- ① 公立小学校 「新体力テスト」文部科学省（6歳～11歳対象）による。
- ② 公立中・高等学校（全日制・定時制）「新体力テスト」文部科学省（12歳～19歳対象）による。

| 調査項目            | 公立小学校 | 公立中学校・高等学校<br>(全日制・定時制) |
|-----------------|-------|-------------------------|
| ア) 握 力          | ○     | ○                       |
| イ) 上体起こし        | ○     | ○                       |
| ウ) 長座体前屈        | ○     | ○                       |
| エ) 反復横とび        | ○     | ○                       |
| オ) 20mシャトルラン    | ○     | ○                       |
| カ) 50m 走        | ○     | ○                       |
| キ) 立ち幅とび        | ○     | ○                       |
| ク) ソフトボール（1号）投げ | ○     |                         |
| ケ) ハンドボール（2号）投げ |       | ○                       |

#### (2) 健康実態調査の実施

健康3原則等にかかわる、次に示す10項目のアンケートによる。

1. 運動部やスポ少、スポーツクラブに入っていますか。
2. 学校の保健体育の授業以外に運動やスポーツをどのくらいしていますか。  
(登下校の徒歩も運動に含む。)
3. 学校の保健体育の授業以外で運動やスポーツをするときは、1日どのくらいの時間運動しますか。(登下校の徒歩も運動に含む。)
4. 朝食は食べますか。
5. スナック菓子や炭酸飲料を食べたり飲んだりしますか。
6. 夕食は家族と食べますか。
7. 夕食は家庭で作ったものを食べていますか。
8. 1日の睡眠時間はどのくらいですか。
9. 学校の授業以外で、1日どのくらい家庭学習をしますか。(平日)
10. 1日にどのくらいテレビを見ますか。  
(ビデオ・ゲーム・パソコン・スマートフォン等も含む。平日)

※ 小学校と中・高等学校では、質問の表現は異なる。

#### 4 実施における留意事項

- (1)学校行事等特別活動を中心とし、各校の実態に応じた実施計画のもと実施する。業間や放課後等の時間を有効に活用することは差し支えない。
- (2)新体力テストを体育・保健体育の授業において実施する場合には、学習指導要領に示された体育・保健体育の内容に支障をきたさないよう適切な授業時数を確保するとともに、「体づくり運動（体づくりの運動遊び）」などに位置付けて行う場合は、学習指導要領に示す指導内容に加えて実施する。

※ 学校の施設の状況等により、実施不可能な種目がある場合は、可能な種目のみ実施する。  
例) グラウンドに50mの直線コースがとれない、体育館・グラウンドの改修工事で実施期間中の使用ができないなど、学校における実施が物理的に不可能で、周辺に適当なグラウンドや屋内体育施設がない場合。

- (3)実施に際しては、児童生徒の健康管理や実施場所の安全管理等の徹底を図るとともに、意欲化を図る手だてを講じるなど、個人の能力が十分発揮できるよう配慮する。

#### 5 各学校における調査の実施、調査結果の入力及び提出について（次ページの図を参照）

- (1)県教委は各学校に対し調査の実施要項を通知する（小・中学校は市町村(組合)教育委員会経由）とともに、保健体育課学校体育担当 Web ページに実施要項、「新体力テスト実施要項」（文部科学省）、記録・回答用紙、入力ファイル及び入カマニュアルを掲載する。

<https://www.pref.yamanashi.jp/hotai/gakutaitop.html>

- (2)各学校の体育科主任等の担当教員（以下「担当教員」）は、保健体育課学校体育担当 Web ページより「山梨県新体力テスト・健康実態調査実施要項」、「新体力テスト実施要項（文部科学省）」、入カマニュアルをダウンロードする。高等学校は、入力ファイルもダウンロードする。
- (3)実施前に実施方法や安全管理等の校内での説明会や講習会を行い、職員の共通理解を図る。（「新体力テスト実施のポイント～引き出そう！子供たちの持っている力～」参照）
- (4)各学校の計画に基づき新体力テスト・健康実態調査を実施する。（高等学校定時制については、15・16・17・18歳に限定する。）記録用紙については、各学校必要に応じて活用する。
- (5)新体力テスト・健康実態調査実施後、記録及び実態調査の回答を入力する。

##### ①市町村(組合)立小中学校

###### 【統合型校務支援システム導入校】

- ・「校務機能」を利用し、入カマニュアルに従って入力し、回答の集計及び提出を行う。

**※入力方法等のシステムに関する問い合わせは、ヘルプデスクに連絡する。**

**(TEL:0120-718-666)**

###### 【統合型校務支援システム未導入校】

- ・入カマニュアル（未導入校）を参考に、ダウンロードした入力ファイルに回答を入力し、ファイルを校務支援メッセージ機能により、保健体育課学校体育担当に提出する。

##### ②公立高等学校

- ・入カマニュアル（未導入校）を参考に、ダウンロードした入力ファイルに回答を入力し、ファイルを電子メールにより、保健体育課学校体育担当（高校指導主事）に提出する。

入力及び提出の期限は **8月22日（金）** とする。

## 【提出先】

### （小中学校）

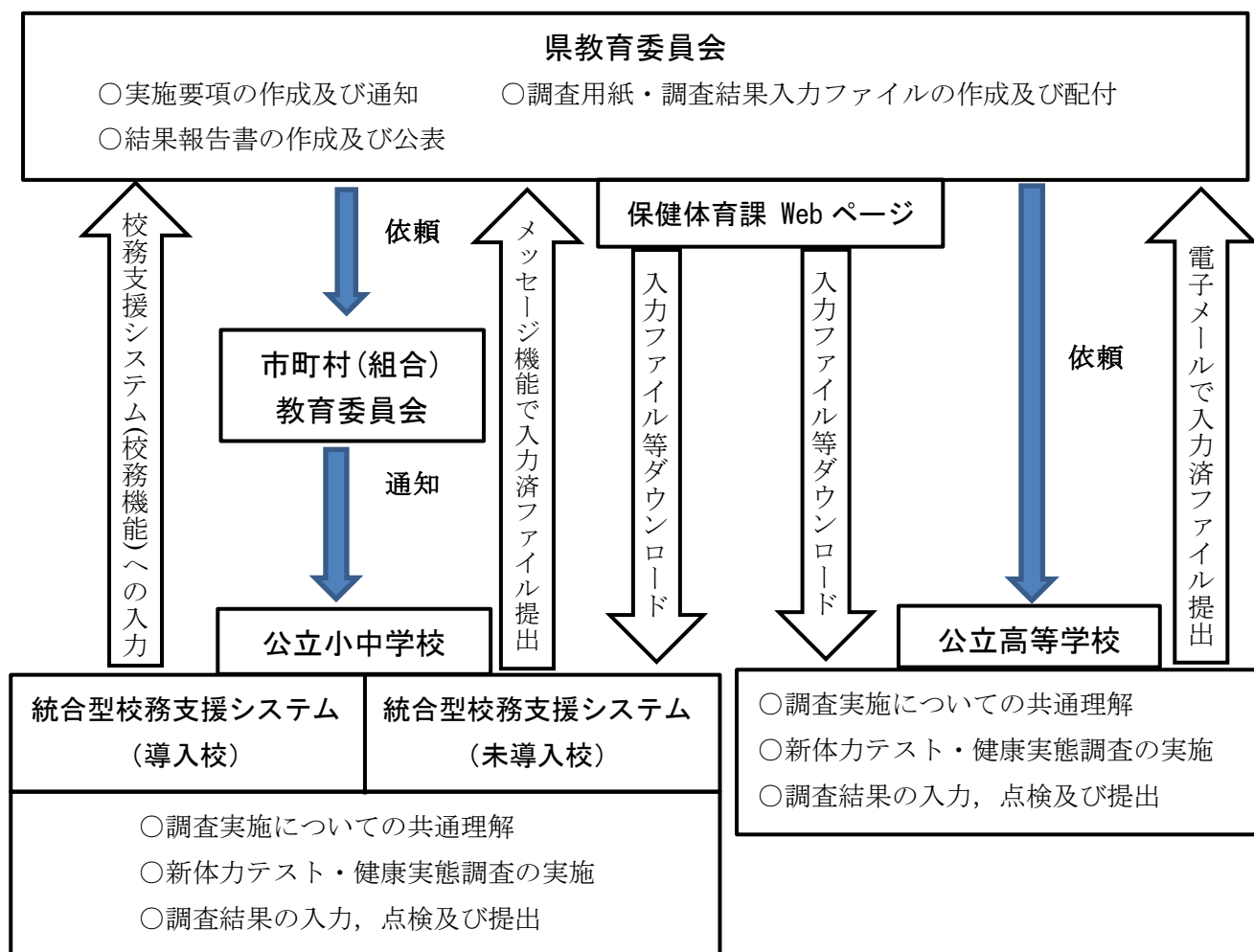
統合型校務支援システム（メッセージ機能）で、小・中それぞれの担当指導主事に提出する。

### （高等学校）

山梨県教育庁保健体育課学校体育担当（高校担当指導主事）

## 【注意】

ア) 小中学校(校務支援未導入校)と高等学校の担当者は、入力ファイルに全ての学級の回答が入力されていることを確認したうえで提出すること。



## 6 結果の処理及び報告

県教育委員会は、提出された各校の結果を集計し分析を行う。集計及び分析結果、今後の方策等を報告書にまとめ、Webページに掲載することにより、各学校・各市町村等をはじめ広く県民に公表する。

また、学校ごとの集計結果は1月末までに各校に返却する。なお、統合型校務支援システム（校務機能）を利用して結果を入力した学校は、入力が確定し次第、自校の集計結果を確認することができる。

## 【新体力テスト実施に当たっての安全対策等について】

### 1 テストの計画段階において

- (1) 各学校における実施計画は、体育担当教師等において、実施要項（文部科学省）に基づき、テストの趣旨・方法・実施時期等検討したうえで作成する。また、テスト実施においては、児童生徒の安全に対し、十分な配慮をするとともに、安全管理体制を整えておく。
- (2) 就学時健康診断票や保健調査票、養護教諭からの情報等により、前年度からの既往症等の児童生徒を掌握し、年度初めの定期健康診断の結果を踏まえ、指導の在り方等、全職員の共通理解を図る。
- (3) 待機時間を含めて児童生徒同士の間隔に留意し、屋内で実施する場合は十分な換気を行い、大声を出す場面をつくらず、事前事後の手洗いを徹底するなど、関係教職員で確認する。
- (4) 実施施設（場所）は、安全性が確保されるよう配慮する。
- (5) 健康診断や気候を考慮し、予備日等を設けるなどの計画を立てる。

### 2 テストの実施段階において

- (1) テストに必要な測定機器、用具、施設、場所、記録用紙等を準備し、実施要項（文部科学省）に従いテストを行う。測定場所の安全点検を行うとともに、計器（握力計、ストップウォッチ）の確認など使用する機器の点検をする。
- (2) 測定者は、あらかじめ測定方法全体を熟知しておくとともに、測定値の記録の仕方も把握しておく。
- (3) 安全で効率的な測定実施のために、実施前に健康観察を必ず行う。
- (4) 事前事後の手洗いを徹底し、大声を出さず、児童生徒同士の間隔を十分に取らせるなど、感染症対策のための具体的な指示を与える。
- (5) 測定を受ける児童生徒には、「実施前の説明」により実施の意義や方法について理解させるとともに、準備運動を十分に行い、心身の準備を行う。
- (6) 実施前の説明としては次の事柄について指導する。

- |                       |        |            |
|-----------------------|--------|------------|
| ・テスト実施の意義             | ・服装の確認 | ・記録用紙等の携帯物 |
| ・テスト項目の内容と順序          | ・測定の時程 | ・不慮の事故への対応 |
| ・その他各学校の実態に応じた実施上の留意点 |        |            |

- (7) 準備運動としては、特にストレッチングなどを用いて、足首・膝・腰・肩・肘・手首・首の各関節の可動域の確保やアキレス腱の伸展などを行う。また、準備運動時にも体調を確認させ、無理のない測定の実施を心がけさせる。
- (8) 終了後は、整理運動を行う。整理運動時にも体調を確認させ、異常が見られた場合には、速やかに対処する。また、実施後の健康状態を確認する。
- (9) 握力計やボール等、使用した器具・用具をアルコール消毒する。