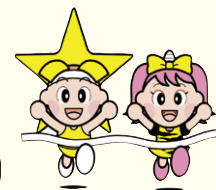


児童生徒の体力と運動習慣など



平成24年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査から

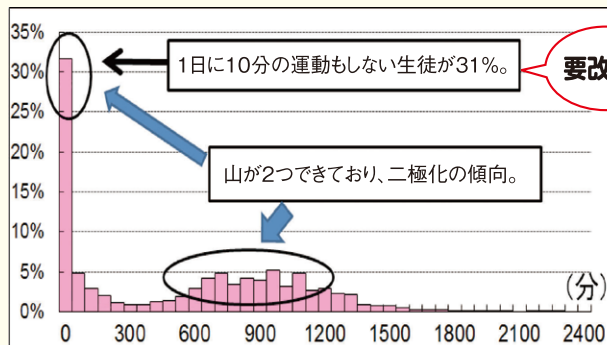
		岡山県 平均	全国 平均	全国 順位
小学校 5年	男子	55.20	54.07	9位
	女子	55.25	54.87	20位
中学校 2年	男子	43.90	42.11	9位
	女子	49.25	48.62	18位

岡山県の小中男子の体力は全国9位。すごいぞ! おかやまっ子!

新体力テスト8種目の合計点の県平均は男子が小・中学校ともに全国9位でした。また、小・中学校の女子も全国平均を上回っています。

課題は運動する子としない子の二極化傾向!!

中学校2年生女子 1週間の総運動時間数



要改善!!

体力は活動の源であり、健康の維持のほか、意欲や気力の充実にも大きく関わっていることから、各家庭においても、意識して運動するように心がけてください。目安は1日1時間の運動時間確保です!

図1 小5年男子

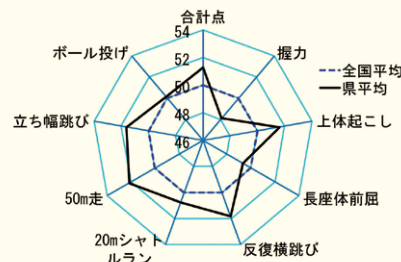
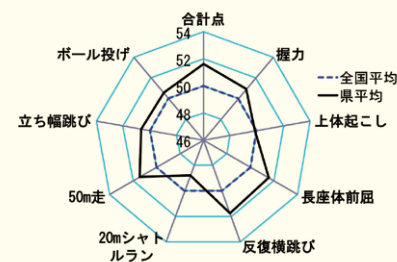


図2 中2年男子



種目別では、小・中ともに敏捷性を表す50m走や反復横跳びが全国平均を上回っています。一方、小学生は、握力・長座体前屈、中学生は20mシャトルランなどに伸び悩みが見られ、男女とも同じ傾向です。各学校では自分の学校の課題解決に向けて体力向上に取り組んでいます。

学校で!!

運動の習慣化の取組

家庭・地域で!!

みんなでチャレンジランキング



みなさんのクラスも是非参加してください!

学校・園では「みんなでチャレンジランキング」に取り組んで運動の習慣化を図っています。平成24年度は過去最高の3万7411人が挑戦しました。

岡山県 チャレンジランキング

検索

ラジオ体操



学校でもラジオ体操に取り組みましょう!

早鳥町では、運動の習慣化を図るために町をあげて「ラジオ体操」に取り組んでいます。ラジオ体操は「いつでも」「誰でも」「どこでも」取り組める運動です。みなさんのご家庭でも取り組まれてはいかがでしょうか?

みんなで盛り上げよう!!

2016年

岡山でインターハイ開催!

2016年(平成28年)、岡山県を主会場県として、中国5県で30競技の熱戦が繰り広げられます。

【岡山県開催競技等】

総合開会式、陸上競技、水球、卓球、ソフトテニス、バドミントン、剣道、登山、ウェイトリフティング、少林寺拳法