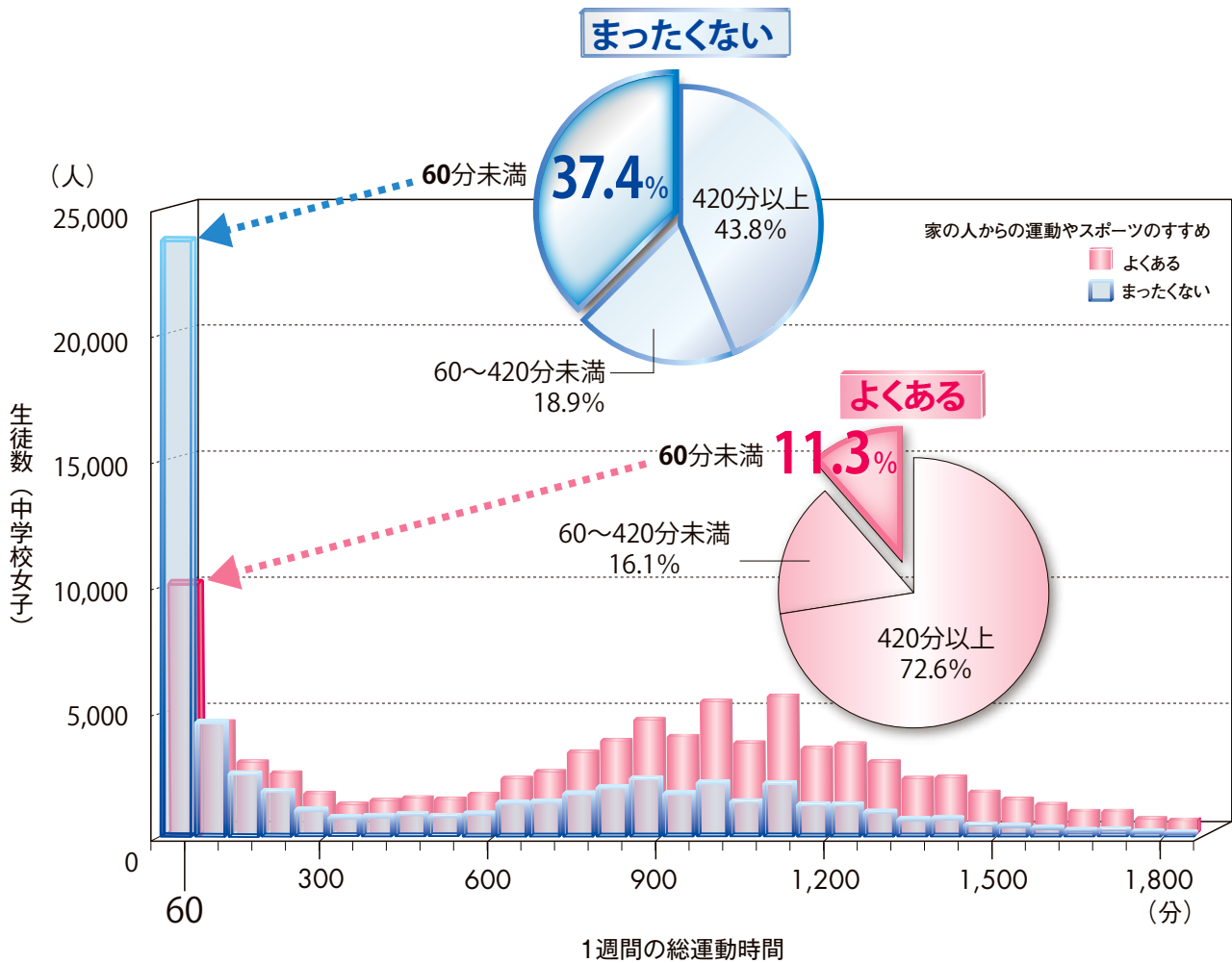


■家の人からの運動やスポーツのすすめと 1週間の総運動時間(中学校女子)

中学校2年生女子で、家の人からの運動やスポーツのすすめが、「まったくない」群では、1週間の総運動時間が60分未満の生徒の割合は37.4%、「よくある」群では11.3%であった。

一方、1週間の総運動時間が420分以上の生徒の割合は、「まったくない」群で43.8%、「よくある」群で72.6%と、家の人からの運動やスポーツのすすめがあるほど、運動時間が長い生徒の割合が高かった。中学校男子、小学校男女でも同様の傾向がみられた。



家の人からの運動やスポーツのすすめ

	有効回答数
よくある	89,065
まったくない	63,919

中学校2年生女子で、家の人から運動やスポーツを積極的に行うことをすすめられることが「よくある」「ときどきある」「あまりない」「まったくない」に対し、「よくある」「まったくない」と回答した群別に、1週間の総運動時間の分布を比較した(→p.52 図4-6, p.157 生徒図)。

誰もがいつでもどこでも運動やスポーツに親しむことのできる「生涯スポーツ社会」の実現に向けて、学校以外でも運動やスポーツを楽しむ機会が増えている。教育委員会でも、地域と連携した活動の機会や場づくりを進めている。

家庭においては、家の人から運動やスポーツを積極的にすすめられている児童生徒ほど、1週間の総運動時間が長かった。家庭や地域における運動やスポーツの促進には、学校が家庭や地域と連携し、放課後や休日、長期休業期間を活用することが

重要である。

事例では、地域のスポーツセンターで行われるサークル型の運動部活動、地域の指導者による指導や講演会・講習会の実施など、地域との連携・協働の機会を増やし交流を深めている学校の取組を紹介する。

| テーマ |

4

家庭や地域でもっと運動をするようになる条件整備

児童生徒が運動する機会を増やすために、学校以外の場所や時間を活用することは大切な視点である。児童生徒が、放課後や休日、長期休業中に、家庭や地域において運動やスポーツに親しむ実態と、どのような条件が整えばその機会を増やすことができるのか、そのために学校がどのような取組を実行すればよいのかという観点から、分析結果をみた。

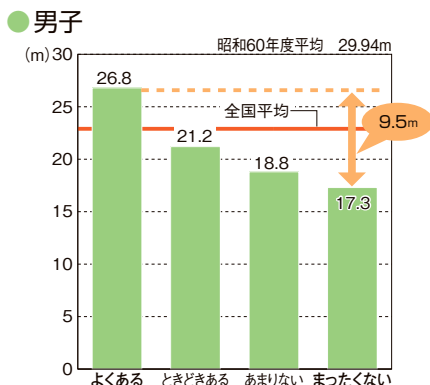
放課後・休日・長期休業期間などにおける家庭や地域での運動状況

長期休業期間の運動の状況

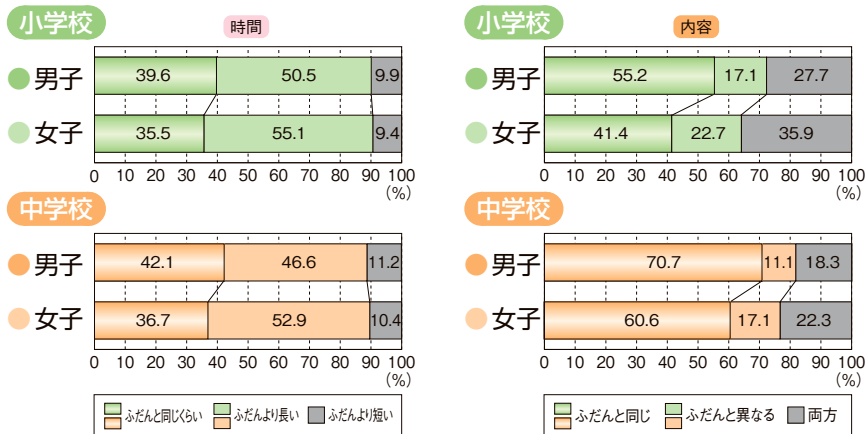
児童生徒の運動時間は、平日よりも、土曜日・日曜日や長期休業期間において個人差が広がるものと考えられる。学校における体育・保健体育の授業や体育的行事以外にも様々な機会と場をとらえ、運動やスポーツの促進を図ることが大切である。特に家庭・地域においては、放課後や土曜日・日曜日、春・夏・冬休み、ゴールデンウィークなどの長期休業期間の効果的な活用が大きなポイントとなる。

長期休業期間に運動やスポーツを行った児童生徒は、小・中学校の男女ともに90%近くであった（→p.126 児童⑧／→p.156 生徒⑦）。しかし、運動時間は「ふだんと同じくらい」が30～40%程度、運動内容は「ふだんと同じ」が小学校で約40～55%、中学校で約60～70%であった（図4-1）。放課後や土曜日・日曜日、長期休業期間等は、ふだんとは違う環境で、ふだんとは違う運動やスポーツに挑戦したり、より長い運動時間を確保したりする良い機会である。テーマ1やテーマ3で、多様な運動の効果が期待できる結果が得られたことから、質・量

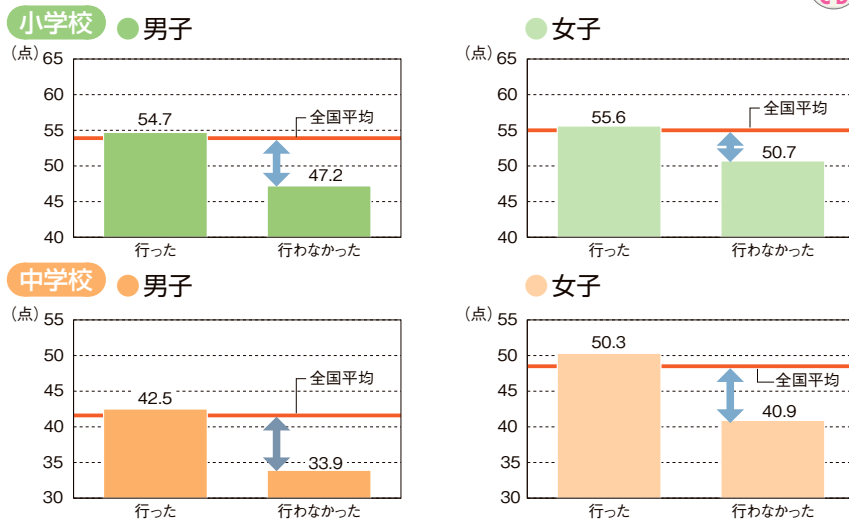
[図4-3] 放課後や休日にボール投げをする習慣とソフトボール投げの実技結果との関連（児童⑩）



[図4-1] 長期休業期間の運動時間及び運動内容（児童⑧-2・生徒⑦-2 / 児童⑧-3・生徒⑦-3）



[図4-2] 長期休業期間の運動状況と体力合計点との関連（児童⑧・生徒⑦）



両面の充実を図ることが期待される。

長期休業期間等の運動状況と体力合計点との関連をみると、長期休業期間に運動していない児童生徒は、小・中学校の男女ともに体力合計点の平均を大きく下回った（図4-2）。

以上から、長期休業期間等を利用して運動時間を確保し、様々な運動を行うことは、体力の向上に有効な手段の一つと考えられる。

ボール投げ

実技調査において、特に小学校男子の握力、ソフトボール投げの結果

の下降が、ここ数年懸念されている。

放課後や休日にボールを投げる運動をすることがあるかたずねたところ、「よくある+ときどきある」が小学校では男子が73.7%、女子が56.4%、中学校では、男子が59.7%、女子が42.8%であった（→p.127 児童⑩／→p.157 生徒⑨）。小学校男子のソフトボール投げの結果との関連でみると、放課後や休日にボールを投げる運動をすることが「よくある」と回答した児童のみが全国平均を上回った。「まったくない」児童と比較すると、9.5mの差があった（図4-3）。



オリンピック・パラリンピックへの関心から、運動やスポーツへの幅広いかわり方へ

2020年に、オリンピック・パラリンピックが東京で開催されることが決まった。オリンピック・パラリンピックや国際的なスポーツ大会などは、スポーツが国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解し、運動やスポーツへの興味・関心を高める機会として期待される。

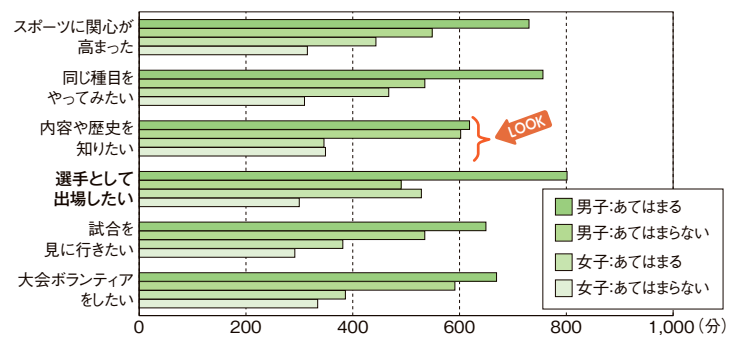
オリンピック・パラリンピックへの関心の有無別に、1週間の総運動時間を比較したところ（図4-4）、小・中学校男女ともに、あてはまるものとして選択した児童生徒が、選択しなかった児童生徒に比べて、ほとんどの項目で運動時間が長いことがわかった。特に、「選手として出場したい」「同じ種目をやってみたい」が顕著で

あった。一方、「内容や歴史を知りたい」「大会ボランティアをしたい」をあげた児童生徒では、運動時間に大きな差はみられなかった。

オリンピック・パラリンピックを通じて、運動やスポーツの歴史を学

ぶ文化的活動や、観戦やボランティアとしての参加を促進するなど、運動やスポーツへの幅広いかわり方を提案し、関心を高めることも有効な手立てといえるだろう。

【図4-4】 オリンピック・パラリンピックへの関心と1週間の総運動時間との関連（児童11）

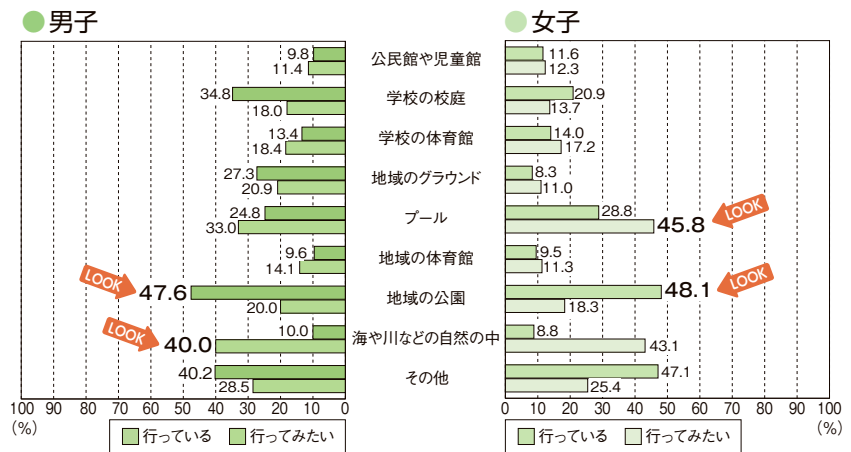


放課後・休日の運動場所は「公園」、運動してみたい場所は「自然の中」

児童が放課後や休日に運動やスポーツを行っている場所についてみると（図4-5）、男子では、地域の公園が47.6%と最も高く、次いで学校の校庭が34.8%、地域のグラウンドが27.3%、プールが24.8%であった。女子では、地域の公園が48.1%と最も高く、次いでプールが28.8%、学校の校庭が20.9%であった。男女ともに「その他」がこれらに並んで高かったことから、各校において児童の実態を把握しておきたい。地域のグラウンド、地域の体育館、地域の公園を合わせた割合は、男子の方が女子に比べて高かった。

一方、児童が放課後や休日に運動やスポーツを行ってみたい場所についてみると、男子では、海や川など

【図4-5】 放課後・休日の運動場所と運動してみたい場所との比較（児童6・7）



の自然の中が40.0%と最も高く、次いでプールが33.0%、地域のグラウンドが20.9%、地域の公園が20.0%であった。

女子では、プールが45.8%と最も高く、次いで海や川などの自然の中が43.1%であった。実際に「行っている」に対し、「行ってみたい」割合が特に高かったのは、男女ともに

海や川などの自然の中や、プールであった。

海や川などの自然の中で運動することは平日は難しいかもしれないが、長期休業期間ならではの活動が期待できる。児童生徒が安心して活動できる地域の運動環境を把握し、自然の中の活動プログラムを工夫することなども大切である。

家庭や地域との連携・協働で 動機づけと運動の場・機会の拡大を

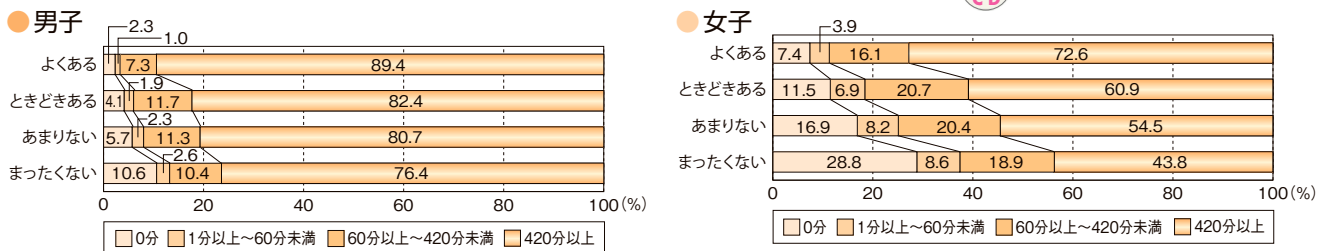
家の人のすすめで休日の運動のきっかけづくり

休日における運動促進には、家庭の協力が欠かせない。家の人からの運動のすすめの有無から、中学生の1週間の総運動時間をみると、家の人から運動やスポーツをすすめられることが「よくある」生徒では、1週間の総運動時間が「420分以上」と回答した割合が、男子で約90%、

女子で70%を占めた(図4-6)。近年、中学校女子の運動離れが課題となっているが、運動やスポーツを家の人にすすめられることが「まったくない」と回答した生徒で運動時間が「0分」であるのは、男子が約10%に対し、女子では30%弱に上った(図4-6)。また、中学校女子で運動のすすめが「よくある」場合と「まったくない」場合で運動時間「0分」の割合を比較すると、「よくある」が

7.4%、「まったくない」が28.8%と大きな差があった。このことから、家の人から運動をすすめることは、運動やスポーツをする機会を増やすことに一定の効果があると考えられる。48ページからも、特に運動時間の短い中学校女子には有効で、運動するきっかけづくりや動機づけを後押しし、運動時間を確保することが期待される。

【図4-6】 家の人からの運動のすすめの有無と1週間の総運動時間との関連(生徒⑧)

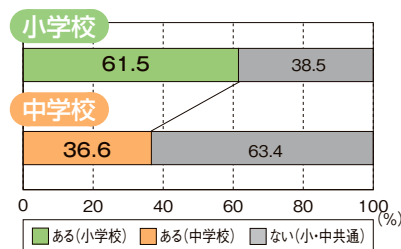


学校から家庭への働きかけ

家庭での運動の推奨を促すために、学校の働きかけはどのように行われているだろう。運動やスポーツの意義や実施について、各家庭に説明や呼びかけ等を行っている学校の割合は、小学校が61.5%、中学校が36.6%であった(図4-7)。

しかし、説明や呼びかけ等を行っている学校と行っていない学校で、学校の長期休業期間に運動やスポーツを行った児童生徒の割合を比較したところ、ほとんど違いはみられなかった(→p.170 学校③×児童⑧/→p.170 学校③×生徒⑦)。学校から家庭への働きかけが、必ずしも長期休業期間の児童生徒の運動やスポーツ活動に結びついていないことから、児童生徒の運動に触れ

【図4-7】 運動やスポーツの意義や実施について家庭へ説明・呼びかけを行っている学校の割合(学校⑧)



る機会が増加するよう、学校から家庭への効果的な働きかけを工夫していく必要がある。地域での参加可能なプログラムを紹介したり、学校と家庭との連携・協働の必要性について、折に触れて保護者に十分な理解を促したりすることが大切である。

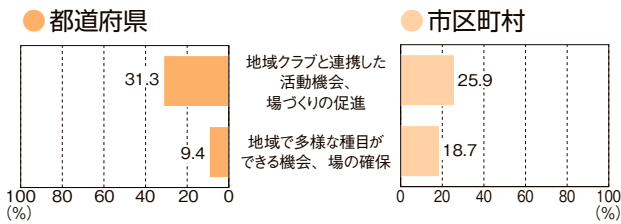
学校施設の有効活用で 運動時間の拡大

放課後や休日における学校施設

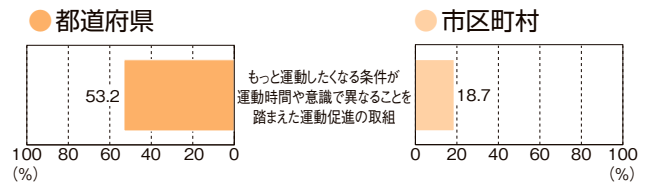
の開放状況別に、放課後や休日の生徒の運動場所をみると(次ページ図4-10)、学校の校庭や体育館を生徒が自主的な運動やスポーツ活動でいつでも使用できる学校では、できない学校よりも、学校の校庭や、学校の体育館で運動している生徒が多かった。同じく運動時間との関連で見ると、いつでも使用できる学校では、できない学校よりも、1週間の総運動時間が長く、特に女子の平日の運動時間においてその差が大きかった(→p.172 学校⑩)。

学校が積極的に施設を開放することが、運動の場を提供し、特に放課後の校庭や体育館における活動を促進していると考えられる。

【図4-8】 教委7で「実施している」「実施する予定である」と回答した教育委員会の、中学校女子の運動促進のための取組（教委7-2）



【図4-9】 教委2で「実施した」「実施する予定である」と回答した教育委員会の、平成25年度の調査結果を踏まえた取組（教委2-2）



教育委員会の取組

教育委員会において、地域との連携や地域での多様なスポーツ種目を経験できる機会、場の確保の取組状況は、図4-8のとおりであった。

また、平成25年度の調査結果を受けて、「もっと運動やスポーツをしてみようと思う」ための条件が、子供の運動時間の状況や運動・スポーツに対する意識の違いにより異なることを踏まえた取組状況は、図4-9のとおりであった。

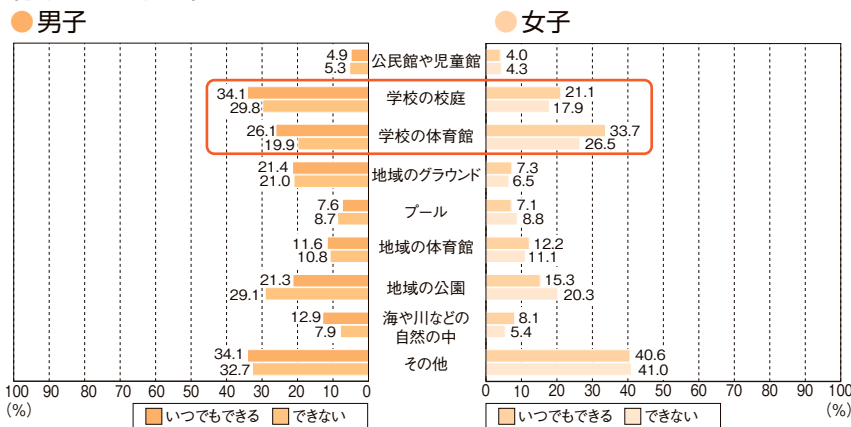
運動やスポーツ活動を促進するには、それぞれの子供の意識や運動状況の違いを認め、多様な選択肢が用意されることが重要である。特に運動習慣のない子供には、競技種目だけでなく、例えば祭りなどの地域の伝統色豊かな行事や、地域の特徴を生かした活動、音楽などの文化的な活動と合わせた運動のプログラムも工夫できよう。また、日常生活において体を動かすことを意識的に取り入れ、運動促進の一助とすることも考えられる。

各教育委員会において、地域の実情に応じた取組が一層進められることが期待される。

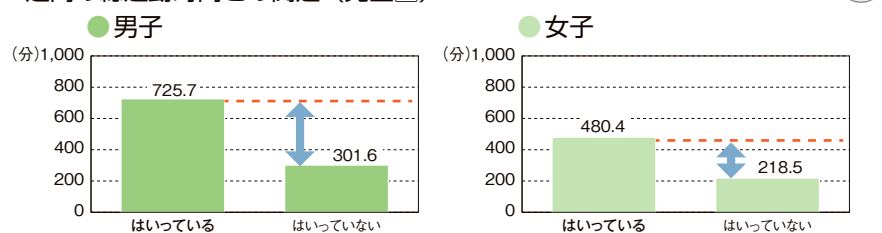
学校と地域との連携

多くの児童が、学校の運動部や学校外のスポーツクラブに入っており（→p.132 児童3）、入っている児童は入っていない児童に比べて、運動時間が2倍以上長かった（図4-11）。学校の運動部や学校外のスポーツクラブは大きく貢献していることがわかる。また、学校が放課後や休日の活動について地域と連携している学校では、していない学校に比べて、児童生徒の運動時間が長かった（→p.171 学校9）。

【図4-10】 放課後や休日の学校開放状況と生徒の運動場所との関連（学校10×生徒5）



【図4-11】 児童の学校の運動部や学校外のスポーツクラブへの加入状況と1週間の総運動時間との関連（児童3）



さらなる運動促進のために

家庭や地域との連携・協働に基づき、学校が施設を開放したり、学校や教育委員会が周辺地域の自然や設備を把握・整備したりすることにより、児童生徒が安全に運動やスポーツに親しむ場や機会が広がることを期待したい。

特に、運動やスポーツ習慣のない児童生徒には、参加しやすいプログラムを工夫して周知し、様々な形で意欲を高め、運動やスポーツにかかわる場を創出していくことが肝要である。