

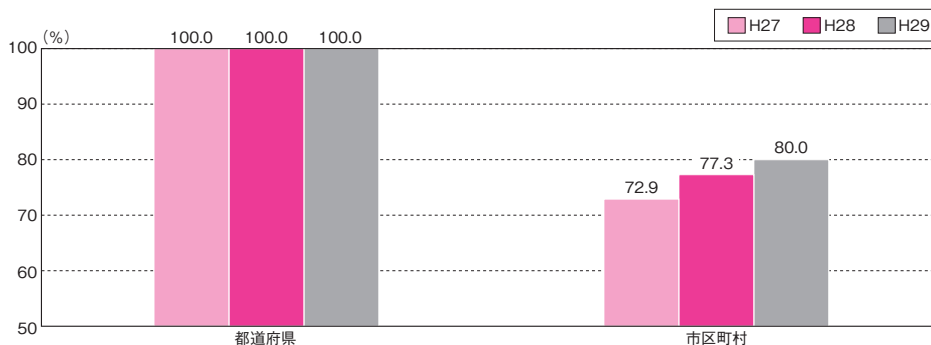
教育委員会の 取組状況

ここでは、都道府県及び市区町村別に教育委員会の取組状況を調査し、運動習慣の形成や体力の向上の成果を上げるためのヒントを探るための分析を行った。なお、ここでは指定都市を市区町村に分類している。

体力の向上に係る取組実施割合は増加

直近3か年度の調査において、「前年度に、児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った」（質問1）と回答した教育委員会の割合は、都道府県ではいずれも100%、市区町村では年々増加している。

調査前年度に児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った市区町村教育委員会



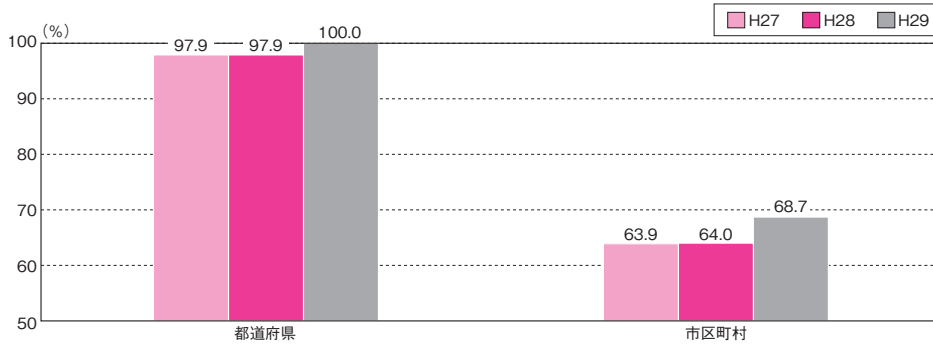
調査結果を踏まえた対応状況

また、「前年度の調査結果を受けた取組を行った」(質問2)と回答した教育委員会の割合は、都道府県

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

ではいずれもほぼ100%である一方、市区町村では、年々増加しているものの7割弱にとどまっている。

前年度調査の結果を受けた取組を行った教育委員会



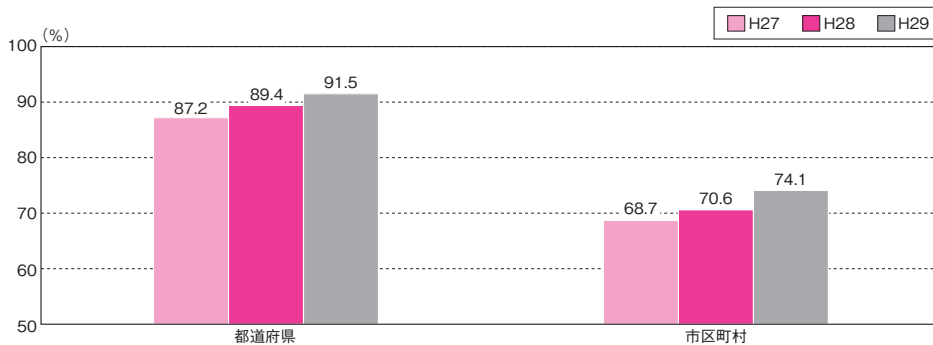
体力の向上と健康の保持増進とを関連付けた取組の状況

さらに、「子供の体力・運動能力の向上に関する施策、取組を実施する場合に健康の保持増進との関連を図っている」(質問5)と回答した教育委員会の割合は、

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

都道府県及び市区町村のいずれも年々増加しているが、市区町村では7割程度にとどまっている。

子供の体力・運動能力の向上に関する施策、取組を実施する場合に健康の保持増進との関連を図っている



運動習慣や体力の向上に成果を上げている教育委員会の傾向

平成26年度調査と本年度調査を比較して、運動をしない児童生徒の割合が減少し、かつ、体力合計点の平均値が向上した市区町村教育委員会（以下「成果があった教育委員会」）の割合は、小学校男子では14.7%、小学校女子では27.5%、中学校男子では16.4%、中学校女子では31.1%であった。女子は男子と比べて10ポイント以上、上回っている。

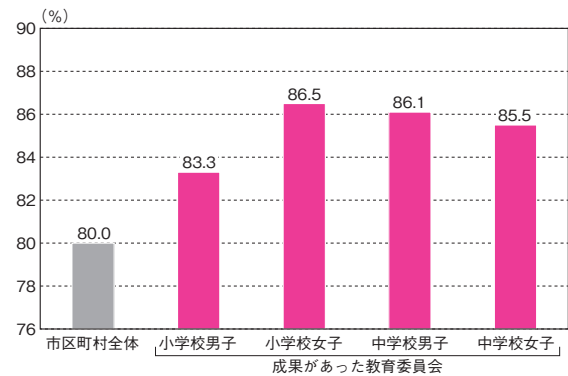
また、「平成28年度に、児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った」（質問1）と回答した教育委員会の割合別に比較してみると、小学校男子、小学校女子、中学校男子及び中学校女子に成果があった教育委員会はいずれも市区町村教育委員会全体の取組実施率を上回っている。

さらに、「平成28年度に、児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組を行った」（質問1）と回答した教育委員会に対し、「取組の具体的な内容」（質問1-2、複数回答）の回答項目別実施率を比較したところ、ほとんどの項目において、小学校男子、小学校女子、中学校男子及び中学校女子に成果があった教育委員会が市区町村教育委員会全体の取組実施率を上回っている。

【表3-1】 成果があった市区町村教育委員会の数（1752のうち）

| | |
|-------|------------|
| 小学校男子 | 258(14.7%) |
| 小学校女子 | 481(27.5%) |
| 中学校男子 | 287(16.4%) |
| 中学校女子 | 545(31.1%) |

【図3-1】 成果があった教育委員会における平成28年度での児童生徒の体力・運動能力の向上に係る取組実施率
質問1



【表3-2】 成果があった市区町村教育委員会における取組内容別実施率

は市区町村全体の実施率を上回っている項目

質問1-2

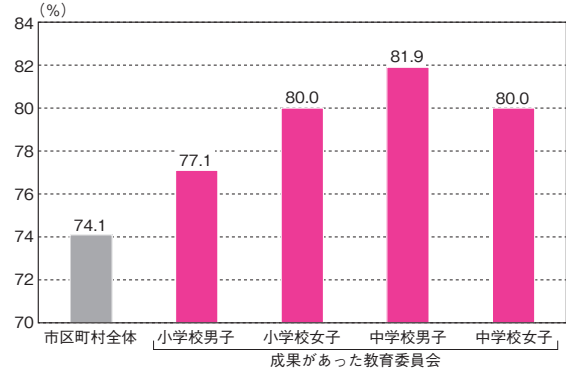
| | | 児童生徒の体力・運動能力の向上に係る計画の策定 | 児童生徒の体力・運動能力の向上に係る計画の各学校に対する策定の義務付け | 児童生徒の体力・運動能力の向上に係る検討委員会の設置 | 体育科・保健体育科の各領域についての研修の充実 | 授業外の運動機会を充実させるための取組 | 児童生徒が生活習慣を改善するきっかけをつくる取組 |
|-------------|-------|-------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| 市区町村全体 | | 36.6% | 31.4% | 16.0% | 36.5% | 49.3% | 44.7% |
| 成果があった教育委員会 | 小学校男子 | 41.9% | 39.1% | 14.9% | 37.2% | 46.0% | 48.4% |
| | 小学校女子 | 42.8% | 41.8% | 19.0% | 46.2% | 49.5% | 50.5% |
| | 中学校男子 | 46.6% | 38.9% | 23.9% | 44.9% | 56.3% | 46.2% |
| | 中学校女子 | 45.7% | 39.5% | 21.5% | 48.9% | 52.1% | 43.3% |

同様に、「子供の体力・運動能力の向上に関する施策、取組を実施する場合に健康の保持増進との関連を図っている」（質問5）、「運動部活動や地域のスポーツクラブに所属していない児童生徒に対して、体を動かす動機付け等の取組を実施している」（質問7）と回答した割合を比較してみると、小学校男子、小学校女子、中学校男子及び中学校女子に成果があった教育委員会は、ほとんどが市区町村教育委員会全体の実施率を上回っている。

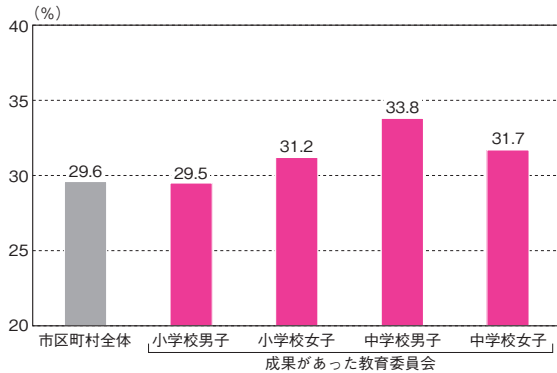
また、「中学校女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組を実施している」（質問8）と回答した教育委員会に対し、「どのようなことを行っているか」（質問8-2）の回答項目別に実施率を比較したところ、ほとんどの項目において小学校男子、小

学校女子、中学校男子及び中学校女子に成果のあった教育委員会は市区町村教育委員会全体の実施率を上回っている。

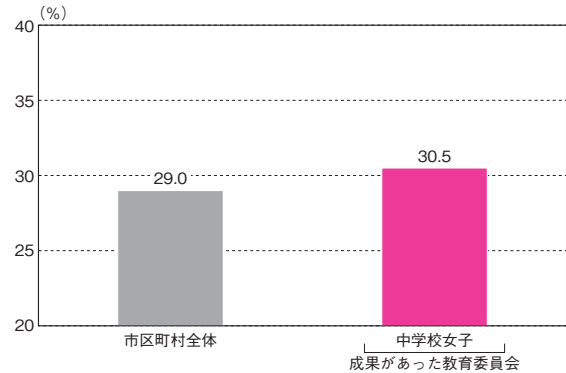
【図3-2】 子供の体力・運動能力の向上に関する施策、取組を実施する場合に健康の保持増進との関連を図っている
質問5



【図3-3】 運動部活動や地域のスポーツクラブに所属していない児童生徒に対して、体を動かす動機付け等の取組を実施している
質問7



【図3-4】 中学校女子の運動・スポーツ実施の意欲喚起、実施促進のための取組を実施している
質問8



以上のことから、運動をしない児童生徒の割合を減少させ、体力・運動能力を向上させている市区町村教育委員会は、各学校において体力・運動能力に関する計画を策定し、取組の実施に当たっては、健康の保持増進との関連を図るとともに、運動部や地域のスポーツ

クラブに所属していない児童生徒に対して体を動かす動機付けを行っていることが考察された。

特に、中学校段階で二極化傾向にある女子への意欲喚起や実施促進への取組を行うことが効果を上げているものと考えられる。

| | 児童生徒の運動に関する講演会 | 児童生徒の生活習慣の改善に関する講演会 | 地域にある団体と連携した取組 | 小学校における体育専科教員の配置の拡大 | 中学校における保健体育の授業での外部人材の活用の拡大 | 有名選手を活用した運動・スポーツ教室等の実施 | 児童生徒の遊ぶ場の確保(公園・校庭等の開放) |
|--|----------------|---------------------|----------------|---------------------|----------------------------|------------------------|------------------------|
| | 10.2% | 12.0% | 30.8% | 3.9% | 17.1% | 28.8% | 18.7% |
| | 10.7% | 13.5% | 29.3% | 6.0% | 18.6% | 31.6% | 16.3% |
| | 13.5% | 13.7% | 30.0% | 5.5% | 19.5% | 32.9% | 16.6% |
| | 13.8% | 13.4% | 32.8% | 4.9% | 23.1% | 32.8% | 19.0% |
| | 13.9% | 11.6% | 29.4% | 3.4% | 20.4% | 31.3% | 18.0% |

教育委員会が取り組む、地域の実情を踏まえた 体力の向上の施策

事例の ポイント

- 県独自の体力調査の分析結果に基づき、課題解決に向けた取組を実施
- 体育の授業の充実などを旨とし、希望する小学校に講師・指導者を派遣
- 1分間程度で行える運動の例示集を全家庭に配付し働きかけ
- 園児から小学校2年生までを対象とした運動と遊びのプログラムを普及
- 年度始めに体育主任会を開催し、各学校の取組などの情報交換を密に行う

広島県教育委員会 P94

運動が苦手な子供や運動時間の短い子供の運動習慣の確立と運動の技能の習得の課題解決に向けて、各学校においては、県が作成した集計ソフトを利用して必要なデータを算出し、「体力づくり改善計画」に基づき、課題解決に取り組む計画を立てている。

また、平成23年度に開始された県独自の体力・運動能力調査について、毎年11月に公表される速報値を利用し、年度後期における体力の向上の取組を充実させている。

広島県教育委員会では、「小中学校体力づくり推進リーダー研修会」、全児童対象の「走り方」教室、「体力の向上の表彰」といった事業を行い、各学校の取組を支えている。

香川県教育委員会 P96

平成26年度の本調査において、小・中学校男女ともに運動習慣が二極化傾向であったことから、各学校は、児童生徒の実態を正確に把握し、実態に即した「体力向上プラン」を立てて、全教師が児童生徒一人一人の体力の現状を知り、課題解決の方法を学びながら取り組んだ。

香川県教育委員会では、体育の授業の充実及び保護者・地域に対する啓発活動の活性化を目指し、希望する小学校に講師・指導者を派遣し、器械運動や公開授業での指導・助言や、親子を対象とした講演などを行った。また、小学校を対象とした「讃岐っ子パワーみんなでチャレンジ」の取組では、子供たちが様々な運動遊びに取り組み、力を合わせて記録に挑戦する活動により、学校生活における運動量の増加を図っている。

長野市教育委員会 P98

学年が上がるとともに児童生徒の「遊び」が「運動」に変わる中で「運動離れ」が進み、体力の低下につながっていることが課題であることから、年中の園児から小学校2年生までの児童を対象とした「しなのき わくわく運動遊び」を考案し、運動と遊びのプログラムを普及させている。遊びが自然と運動につながるような構成により、子供たちは楽しく自ら進んで取り組むようになってきている。また、教師の指導力の向上や、学校の中庭にバトンスローを整備したりするなど、運動場所や設備の設置・整備にも取り組み、子供たちが運動をしたくなる環境づくりを進めている。

品川区教育委員会 P100

小学校低学年から学年が上がるにつれて運動の好き嫌いがはっきりと分かれることや、1週間の総運動時間が30分未満の児童の割合が高いこと、また、中学校では運動が不得意だと感じている生徒の方が多いことが課題であったため、各学校では、学校の経営方針に体力の向上を明確に位置付け、運動の日常化を目指して学校全体で取り組む「スポーツトライアル」（手軽に行うことができる運動）や「テクニカルアドバイザー」（専門的知識・技能を有した指導員）を活用して体力の向上を推進している。

品川区教育委員会では、家庭への働きかけとして、「ワンミニッツエクササイズ」（1分間程度で行える運動例を集めたもの）を全児童生徒の家庭に配付している。

大泉町教育委員会 P102

域内の学校は小学校と中学校を合わせて7校であるため、学校の状況を把握しやすく、学校と連携しやすい環境にあり、年度始めに小・中合同の体育主任会を開催して、各学校の取組を確認するなど、情報交換を密に行っている。

運動が得意な児童生徒と苦手な児童生徒の二極化が見られ、体力の向上を図る取組の効果が全児童生徒に及ばないことが課題であることから、各学校では、「体力向上プラン」に基づき、小・中学校共通の取組として、児童生徒が運動の楽しさを感じる点を重視しながら、現状と課題を明確にして授業の改善を図るとともに、児童生徒が先の見通しをもち、振り返りを必ず行う授業を展開している。これにより自ら課題の解決に取り組む児童が増えている。

運動が好きな児童生徒を育成するために ～マネジメントサイクルの確立を通して～

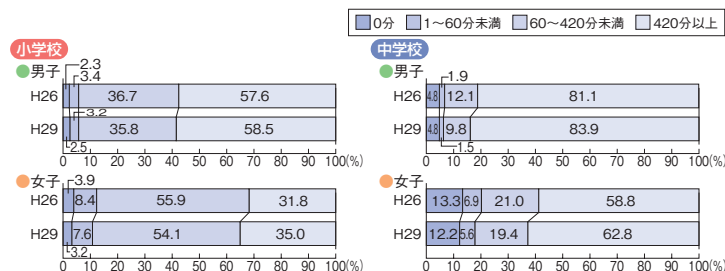
● 広島県教育委員会

教育委員会の結果

● 体力合計点と運動時間

| | 小学校 | | 中学校 | | |
|--------------|--------|--------|--------|--------|------|
| | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | |
| 体力合計点(点) | 56.47 | 57.82 | 43.87 | 51.87 | |
| 総合評価(段階別) | A | 17.9 | 21.9 | 11.3 | 35.6 |
| | B | 30.1 | 32.0 | 29.8 | 33.5 |
| | C | 32.1 | 30.6 | 36.1 | 22.2 |
| | D | 14.8 | 12.4 | 17.5 | 7.3 |
| | E | 5.1 | 3.2 | 5.3 | 1.3 |
| (A+B)-(D+E) | 28.0 | 38.4 | 18.3 | 60.6 | |
| 1週間の総運動時間(分) | 630.21 | 385.74 | 864.27 | 606.37 | |
| 60分未満の割合(%) | 5.7 | 10.9 | 6.3 | 17.8 | |

● 1週間の総運動時間



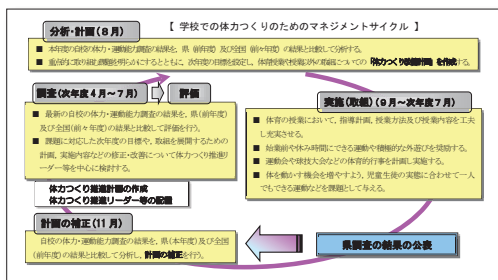
取組時の課題と目的 Plan

1 取組時の課題

運動が苦手な子供や運動の時間が短い子供が、授業や遊びの中で運動に親しみ、運動習慣を確立するとともに運動の技能を習得することを目指し、広島県教育委員会では平成23年度から「広島県の子供の体力向上策」として「推進体制の確立」、「体育授業の充実」、「授業以外の取組」を継続的に実施している。

2 取組の目的

- ① 運動が好きで、バランスの取れた体力を備える児童生徒を育成する。
- ② 全国調査の結果などを活用しながら、「学校での体力づくりのためのマネジメントサイクル」を確立する。



取組の内容 Do

● 平成23年度から実施している取組

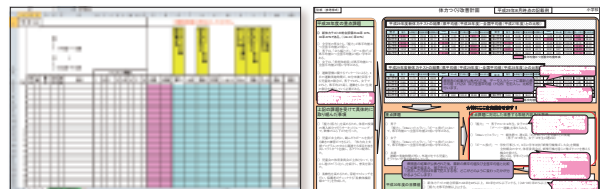
1 県独自の悉皆調査

県内の公立学校の全児童生徒(6～17歳)を対象に、「広島県児童生徒の体力・運動能力調査」(以下「広島県調査」)を実施。児童生徒の体力・運動能力の現状を明らかにし、体力の向上の取組推進のための基礎資料としている。明らかとなった課題に応じて、児童生徒の体力・運動能力の向上を図っている。

また、学校での体力づくりのためのマネジメントサイクルを確立するために、11月中旬に今年度の結果の「速報版」を公表している。各学校はそれを基に、体力の向上の取組を検討・修正している。

2 「体力づくり改善計画」の作成・公表

広島県調査の実施を通知する際に、「体力づくり改善計画」作成のための集計ソフト及び計画様式を各学校に配付している。この集計ソフトに児童生徒の調査結果を入力すると、前年度の県平均値や全国平均値との比較など、改善計画作成に必要なデータが算出され、課題解決のための基礎資料とすることができる。



学校が課題に応じた「体力づくり改善計画」を主体的に作成することで、児童生徒の体力の向上を図る取組の方向性が明確化し、教職員全員が共通認識の下で、組織的に取組を進められるようになる。また、計画をホームページなどで保護者や地域に公表することで、学校・地域・家庭が一体となって取組を推進できる。

3 小学校と中学校への「体力づくり推進リーダー」の配置

体力の向上を図る取組を学校ごとの課題に応じて進めるため、「体力づくり推進リーダー」を学校に配置し、効果的な取組をマネジメントしている。

4 学校体育スポーツ研修事業による研修・講座

教職員の指導力を高めるため、大学教授やスポーツトレーナーなどによる講義や実技の研修会を年間15講座開設。県内の教職員や指導主事など約400名が参加し、授業づくりや運動部活動・スポーツ指導におけ



る基礎的・発展的内容についての研修を行っている。

5 子供の体力の向上に関わる表彰

児童生徒の体力の向上に積極的に取り組み、顕著な成果を上げた県内の公立学校及び児童生徒を表彰している。「体力づくり優秀賞」、「体力づくり奨励賞」では、学校全体で体力づくりに取り組み、広島県調査において優れた結果や顕著な向上が見られた学校を表彰している。「体力優秀賞」では、学年・男女別で体力合計点の総合評価がA段階及び項目ごとに設定した値以上の結果を取めた小学3年生から中学3年生の児童生徒に表彰状を授与している。また、



その中でも特に体力合計点が高い児童生徒には、バッジを合わせて授与している。

6 学校で体力の向上に効果的な取組を実践している事例

「体力づくり優秀賞」の受賞校や特に効果的な取組を行っている「体力づくり奨励賞」の受賞校が実施している体力の向上を図る取組の事例を資料としてまとめ、学校に送付している。また、効果的な事例は県教育委員会のホームページで公表し、県内で共有している。



●工夫したこと……………

●平成25年度から加えて実施している取組

(1) 実態に応じた効果的な取組を推進するために

①「小中学校体力づくり推進リーダー等研修会」の実施

この研修会では、対象の市町教育委員会における取組の成果や課題、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」や本県の「子供の体力向上策」の概要に関する講義、体力を高めるのに効果的な運動の実技研修などを実施している。また、学校で作成した「体力づくり改善計画」を基に、同じ中学校区の参加者とともに、調査結果を踏まえた改善計画を作成し、取組方法の協議などを行っている。特に、バランスの取れた体力の養成・向上や発達段階に応じた指導の必要性、運動やスポーツに親しませることの重要性を強調している。



②「走り方」教室の実施

本県ゆかりのトップアスリートを講師とした「走り方」教室を実施。運動の基本となる「走」の運動を見学機会を設け、運動意欲と体力の向上を目指している。(2) 市町教育委員会などの主体的な取組の拡大のために



県教育委員会は、研修会などの企画方法の資料を市町教育委員会に提供したり、市町教育委員会などが主催する研修会の運営において、県教育委員会が連携することにより、研修会などの準備や進行のノウハウを広め、主体的に研修の機会をもつことを推進している。

学校体育スポーツ研修事業での研修・講座において、「体育・保健体育指導力向上研修」(スポーツ庁)の内容を伝達する講習を実施し、市町教育委員会や学校などと内容を共有している。また、市町教育委員会や学校の伝達講習の講師への指導・助言を行っている。

取組成果の評価

…Check

- ①平成29年度における全国体力・運動能力、運動習慣等調査の児童質問紙調査では、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることが好きと回答した児童生徒の割合が、小・中学校の男女のいずれも前年度より増加した。特に女子の増加率が高かった。また、1週間の総運動時間(体育の授業以外)が60分未満の中学生の割合が、男女ともに前年度より減少した。加えて、実技に関する調査でも、小・中学校いずれの男女とも全国平均値を上回った。
- ②体力の向上に関わる表彰で、体力優秀賞やバッジ贈呈の対象となる児童生徒数が、27年度より増加した。
- ③各市町教育委員会で行われる、児童生徒の体力の向上がテーマの研修会や、トップアスリートを活用した事業などの実施数が増加。内容も工夫され、実態に応じた体力の向上施策の充実が図られている。

今後の課題

…Action

- ①学校は、全国調査や広島県調査の結果分析時に、児童生徒の運動習慣や生活習慣の状況についても分析し、課題の背景をよりの確に把握する必要がある。その上で、「体力づくり改善計画」を作成することで、効果的に取組を進めることができ、体力づくりのためのマネジメントサイクルは一層充実する。
- ②児童生徒が運動やスポーツに親しみ、主体的に体力の向上に取り組めるよう、更なる検討を進める。

子供に運動に対するときめきを ～運動習慣の二極化改善への取組～

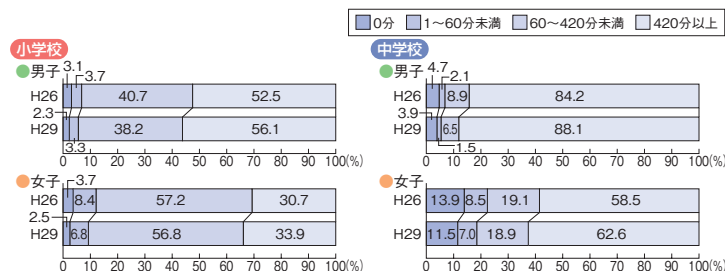
●香川県教育委員会

教育委員会の結果

●体力合計点と運動時間

| | 小学校 | | 中学校 | | |
|--------------|--------|--------|---------|--------|------|
| | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | |
| 体力合計点(点) | 54.05 | 55.68 | 42.04 | 49.83 | |
| 総合評価(段階別) | A | 12.8 | 16.7 | 8.8 | 31.2 |
| | B | 25.4 | 26.8 | 25.1 | 31.2 |
| | C | 32.0 | 33.0 | 36.7 | 24.7 |
| | D | 20.7 | 17.2 | 22.1 | 10.7 |
| | E | 9.1 | 6.3 | 7.4 | 2.3 |
| (A+B)-(D+E) | 8.4 | 20.1 | 4.4 | 49.4 | |
| 1週間の総運動時間(分) | 558.82 | 371.45 | 1008.39 | 716.01 | |
| 60分未満の割合(%) | 5.7 | 9.3 | 5.4 | 18.5 | |

●1週間の総運動時間



香川県では、「夢に向かってチャレンジする人づくり」を基本理念とし、子供が豊かな知性と健やかな心身を兼ね備えたたくましい人に育つよう、教育やスポーツに関する取組を進めている。特に体力の向上面では、子供が運動にときめき、主体的に運動に関わる良い運動習慣を身に付けることを目指している。

取組時の課題と目的

…Plan

1 取組時の課題

平成26年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果は、小学校と中学校の男女ともに、当調査開始以来、最低若しくはそれに近いものであった。その原因の一つとして考えられたのは運動習慣に関する二極化の傾向であった。

2 取組の目的

全ての児童生徒が、運動への関心や自ら運動する意欲、運動の技能や知識などを培い、健康でたくましく生きるための基礎となる体力を育むとともに、生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を得ることを目的とした。

取組の内容

…Do

1 「体力向上プラン」の作成

全ての学校で児童生徒の実態や課題を踏まえ、体力の向上を目指す「体力向上プラン」を作成し、実践と評価のサイクルを継続することにより、効果的な取組となるよう推進している。

「体力向上プラン」を作成するに当たって、全国体力・運動



▲香川県の体力向上プラン

能力、運動習慣等調査の結果や前年度の取組などから各校の体力に関する課題を明らかにし、各校の実情に応じて「学校教育目標及び体力に関する重点項目」「本校の課題」「現状」「取組」「目標」などの項目を立て、プランを作成している。

また、研修会などの機会に、「体力向上プラン」の取組や実施の状況などについて情報を交換し、効果的な計画や取組となるようにしている。

2 子供の体力向上支援事業

子供の体力に関して課題が見られる小学校及び希望する学校に対し、体育の授業の充実及び保護者と地域に向けた啓発活動の活性化を目的に、講師・指導者を派遣している。これまでに、器械運動の専門家による実技指導や、公開授業に対する指導・助言、親子を対象にした講演などを行い、学校の実情に柔軟に対応しながら実施してきた。



▲専門の指導者による授業の様子

また、学校生活における総運動時間の増加とともに体育の授業をより一層充実させることを目指して、休み時間に子供と一緒に外で遊んだり、体育の授業を補助したりするサポーター（大学生）を派遣した。

3 運動遊びの指導員派遣事業

幼稚園や認定こども園、保育所、特別支援学校幼稚部（以下「幼稚園等」）に、幼児期の発達段階を踏まえた上で運動遊びなどの指導ができる指導員を派遣し、遊びを通して体を動かす心地よさや楽しさを子供に体



▲指導員の指導の様子

感させる取組を実施している。これにより、子供の運動の日常化を図るとともに、幼稚園等における教員（保育士）などの指導力の向上を支援している。

4 「讃岐っ子パワーみんなでチャレンジ」の実施

県内の小学生を対象に、子供たちが様々な運動遊びに取り組み、みんなで力を合わせて記録に挑戦する活動を実施している。この活動により、子供が運動に対して親しみを覚え、集団で関わる楽しさや喜びを味わい、結果としての体力の向上を目指している。



▲チャレンジ種目の例

実際の種目は「チャレンジ申請種目」と「授業でチャレンジ種目」に分かれており、授業でも休み時間でも子供たちが継続して取り組めるようにしている。子供たちが取り組んだ結果は、チャレンジブックとしてホームページに掲載し、子供たちの意欲を高めるようにしている。

5 リーフレットの作成

「小学生の総運動時間を増やすこと」と「保護者に協力してもらい、体力の向上に向けた取組を実践すること」の2つを目指し、保護者啓発用リーフレット「体力UPで元気に讃岐っ子」を作成し、県内の小学生に配付している。



▲リーフレットの一部（表）



▲リーフレットの一部（裏）

リーフレットは、保健体育課のホームページにも掲載するほか、幼稚園等の保護者にも配付し、幼児期からの取組をより一層充実させるようにしている。

●工夫したこと………

①運動が苦手な子供の意欲を高める

運動習慣の二極化への取組で工夫したのは、「運動する楽しさや心地よさを体感すること」と「運動に挑戦したくなる活動や環境をつくること」である。

運動する楽しさや心地よさを子供が体感するには、幼児期からの取組が有効と考え、運動遊びの指導員を幼稚園等に派遣し、運動遊びの充実を図った。

運動に挑戦したくなる活動や環境をつくる一環としては、休み時間に子供と一緒に遊ぶサポーターを派遣したり、研修会などで運動が苦手な子供も取り組みやすい運動を紹介したりするなどを行っており、人的支援と内容的支援の両面から取組を推進している。

②持続可能な取組への視点をもつ

どんなに素晴らしい取組でも、負担が大きいものは継続が難しい。そこで、「体力向上プラン」や子供の体力の向上支援事業、運動遊びの指導員派遣事業などの計画書や報告書は、できる限り簡潔に内容をまとめて提出することで、学校が負担を感じることなく事業に参加できるようにしている。

また、体力の向上に係る取組として行う交流や研修については、新たに研修の機会を設けるのではなく、これまで行われていた研修の内容を改善したり、ほかの内容と関連付けたりするなどして実施している。

③新聞社との連携

家庭における運動習慣の確立に向けて地元の新聞社と連携し、「体力アップ！大作戦2017」と題して小学生が「なわ跳び」と「ダンス」に挑戦する共同企画を実施した。運動の苦手な子供も参加しやすいように、「なわ跳び」では難易度の異なる課題を設定し、「ダンス」では友達や家族、地域の人など多様な人と関わりながら取り組めるようにした。また、申請した子供に記念品を贈呈し、意欲付けを図った。



▲新聞記事の一部

取組成果の評価

…Check

講師や指導者、サポーターなどを派遣した学校などからは、「運動の苦手な子供が意欲的に取り組む姿が見られた」、「休み時間に外で遊ぶ子供が増えた」、「簡単にできる運動遊びが分かったので、園で続けて取り組みたい」、「保護者に運動習慣の大切さを伝えることができた」などの報告が寄せられている。結果として、運動に関わる子供が増えてきている。

また体力合計点が、小学5年生女子では3年連続で、中学2年生男子では2年連続で向上するなど、少しずつではあるが体力・運動能力調査の結果も改善しつつある。

今後の課題

…Action

体力向上プロジェクトチームによる分析

様々な施策を行っているにもかかわらず、体力・運動能力調査の結果が伸び悩んでいる現状がある。その原因を究明するために、県内外の大学から体力の向上について造詣の深い専門家を集めて体力向上プロジェクトチームを発足させ、体力・運動能力調査の結果や各校の体力の向上に向けた取組などをより詳細かつ客観的に分析したいと考えている。分析結果に基づいて、香川県の子供の実態や地域・学校の実情に適した体力の向上の施策を明らかにし、取組がより効果的なものとなるようにする。

運動好きな子供たちの育成を目指して

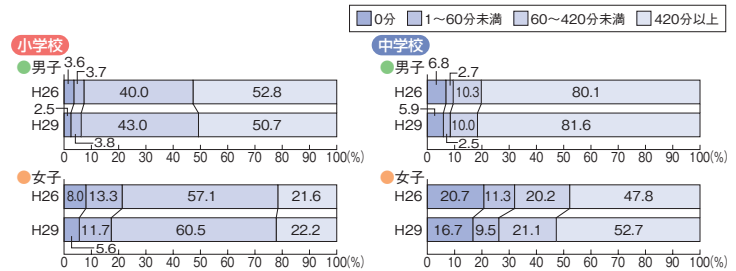
●長野県長野市教育委員会

教育委員会の結果

●体力合計点と運動時間

| | 小学校 | | 中学校 | | |
|--------------|--------|--------|--------|--------|------|
| | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | |
| 体力合計点(点) | 54.72 | 55.67 | 43.92 | 49.97 | |
| 総合評価(段階別) | A | 15.6 | 16.0 | 10.7 | 30.9 |
| | B | 25.1 | 26.0 | 30.7 | 31.9 |
| | C | 31.1 | 35.4 | 35.5 | 25.4 |
| | D | 19.2 | 17.4 | 18.4 | 9.7 |
| | E | 9.0 | 5.1 | 4.6 | 2.2 |
| (A+B)-(D+E) | 12.4 | 19.4 | 18.4 | 50.9 | |
| 1週間の総運動時間(分) | 536.93 | 282.87 | 962.28 | 621.88 | |
| 60分未満の割合(%) | 6.3 | 17.3 | 8.4 | 26.2 | |

●1週間の総運動時間



取組時の課題と目的

…Plan

1 取組時の課題

市教育センターは、本市の児童生徒の運動習慣に関する実態について、学齢段階が進み、遊びが運動へと変わっていく中で、次第に「運動離れ」が進行し、体力の低下につながっているのではないかと分析した。

また、全国体力・運動能力、運動習慣等調査で示されている、体育の授業以外での1週間の総運動時間が60分未満の児童生徒の割合では、平成26年度以降、小学校5年生と中学校2年生の男女とも全国平均を上回り、運動する時間が少ない傾向にあることも明らかになった。

そこで、子供たちの「運動離れ」を解消するための取組が必要であると考えた。

2 取組の目的

子供たちの「運動離れ」を解消するためには、幼児期から、夢中になって遊び、身体を動かすことが好きな子供たちを育てることが必要だと考えた。そのような育った子供たちは、中学校に入学しても日常的に運動に親しむことができると考え、以下の取組を行うこととした。

取組の内容

…Do

小学校では、運動遊びを体育の授業に取り入れ、運動の時間や場所を確保し、児童が楽しんで運動に取り組めるようにした。また、中学校では体育の授業改善や部活動の見直しを図ることにより、生徒が日常的に運動に取り組めるようにした。

1 運動と遊びのプログラムの普及を図る

市教育委員会では、幼児期の段階から運動好きな子

供たちの育成を目指し、年中の園児から小学校2年生までの児童を対象にした、遊びと運動を自然につなぐプログラム「しなのき わくわく運動遊び」を実施している。

例えば、クマさん歩きやカエルさん跳びでは、楽しみながら遊ぶうちに自然と支持力が鍛えられ、跳び箱運動へとつながるような構成となっている。そして、跳び箱を跳べた喜びを感じた子供たちは、進んで身体を動かすようになってきている。



▲カエルさん跳びに楽しく取り組み、跳び箱へ

また、親子で運動遊びをすることでスキンシップを図り、心身の健全な発育を促すとともに、家庭でも親子で楽しみながら取り組めるプログラムとなっている。



▲親子でスキップを回りながら遊ぶ

2 教職員の指導力の向上を図る

市教育委員会では、学力と体力の向上策の中で、体育の授業改善のため、「友達と関わりながら学びを深めること」や「授業（学習）を通じた人間関係づくり」といった人権教育の視点を取り入れるようにした。

例えば、A小学校では、様々な障害物を仲間と協力して乗り越えていくチャレンジ運動を学習に取り入れ、仲間と自然に関わり合い、他者を大切にする心を育みながら運動能力の向上を図る取組を進めている。

また、B中学校では、運動や遊びの経験を通して、個人差を乗り越え、男女が協力して運動に親しむことができるように、バレーボールのようなネット型ゲームを学習に取り入れている。互いにアドバイスを繰り返し、友達と関わりながらともに運動を楽しめるような授業を行っている。

▲「山越えをせよ！」
体づくりのチャレンジ運動

3 運動場所や設備の設置、整備を図る

小学校では、県が進める一校一運動にも取り組み、日課を工夫して、遊びができる時間を朝につくったり、20～25分の業間休みを「仲よく遊んだり、運動したりする時間」として位置付けたりしている。

大規模校であるC小学校では、中庭にバトンスローを4か所設けたところ、児童が毎日休み時間に、仲間とバトンを投げたり、自分の投力の向上のために楽しんで練習したりするようになってきている。

D小学校では、朝や休み時間に子供たちと教職員がグラウンドを一緒に走ったり、マラソン大会を実施し



▲昼休みにバトンスローに取り組む児童

たりすることで、子供たちの走ることへの意欲の向上を図っている。また、保護者や地域住民と連携して校地内にマラソンコースを整備し、子供たちが走りたくなる環境づくりに努めている。

4 中学校における遊びに親しむ機会の増加

市教育委員会では、県の方針を受け、部活動の運営について見直してきた。その中で、朝の活動の在り方については、大会前を除き、基本的に朝の部活動をなくしたことにより、登校してきた生徒たちが自由に校庭や体育館へ行き、身体を動かすことができる機会が増加した。

取組成果の評価

…Check

平成29年度は小・中学校の男女ともに、①1週間の総運動時間が60分以上の児童生徒の割合及び②運動やスポーツをすることが好きな児童生徒の割合が、平成26年度の本市平均割合より増加した。特に小学校5年生女子は、①が4.0ポイント、②が3.3ポイント向上し、中学校2年生女子は、①が5.8ポイント、②が1.8ポイント向上した。

ここで述べた取組により、子供たちが仲間と運動をすることの楽しさを感じ、休み時間などでも遊びや運動に取り組む時間が増えたことが、「運動離れ」の解消につながってきたと考えられる。

今後の課題

…Action

本市全体では、運動に親しみ、「運動好き」な児童生徒が増えてきているが、学校ごとの取組の内容に差があるため、全ての学校で取組ができるようにすることが課題となっている。そこで、以下の2点を推進していきたい。

- ①全ての小学校で、運動と遊びのプログラム「しなのきわくわく運動遊び」を中心となって進める教職員を育成する。
- ②マラソンコースやバトンスローのように、各学校の校地を有効活用し、子供たちが遊びながら運動に親しめる設備などの整備を推進する。

運動への興味・関心を高め、体力の向上を図る ～SHINAGAWAアクティブライフプロジェクト～

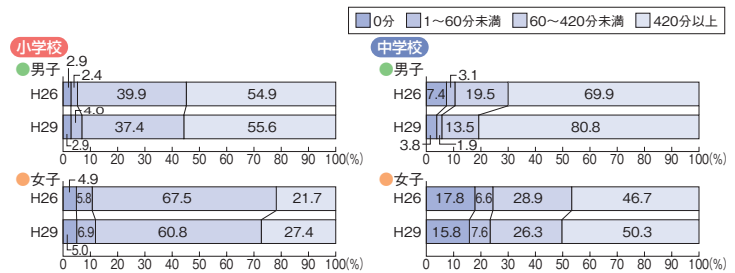
●東京都品川区教育委員会

教育委員会の結果

●体力合計点と運動時間

| | 小学校 | | 中学校 | | |
|---------------|--------|--------|--------|--------|------|
| | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | |
| 体力合計点(点) | 55.51 | 56.78 | 41.95 | 48.46 | |
| 総合評価 (段階別) | A | 16.6 | 17.4 | 6.3 | 22.5 |
| | B | 25.8 | 31.6 | 26.4 | 34.5 |
| | C | 33.6 | 32.2 | 39.1 | 30.9 |
| | D | 18.1 | 15.1 | 22.2 | 10.1 |
| | E | 6.0 | 3.7 | 5.9 | 2.0 |
| (A+B)-(D+E) | 18.3 | 30.3 | 4.6 | 44.9 | |
| 1週間の総運動時間(分) | 567.85 | 329.09 | 801.01 | 537.79 | |
| 60分未満の割合(%) | 6.9 | 11.9 | 5.7 | 23.4 | |

●1週間の総運動時間



品川区では、平成26年度より体力向上検討委員会(学識経験者及び区内小中学校の校長・副校長、教育委員会事務局職員で構成)において、本区の児童生徒の体力の実態把握と分析を行い、取組の方向性や具体的な方策などについて検討を重ねてきた。平成27年度には、小学校・中学校という連続した9年間の学びを通して運動の楽しさを味わい、進んで体を動かして体力の向上を図るための「SHINAGAWAアクティブライフプロジェクト」を策定した。

携した取組を行い、児童生徒の運動の日常化を図る。

取組時の課題と目的

…Plan

1 取組時の課題

平成26年度新体力テストにおいて、本区の小学校の低学年から中学年の体力合計点は東京都の平均を上回った。しかし、小学校の高学年と中学校では、都の平均を下回る種目が増え、特に、「握力」と「ボール投げ」に課題が見られた。

生活習慣でも、学年が上がるにつれて運動の好き嫌いが明確に分かれ、1週間に2時間以上の運動をする児童生徒の割合が低い一方で30分未満しか運動をしない児童生徒の割合が高くなっていった。また、中学校では運動を不得意に感じている子供の方が多く、体力合計点が低いという結果も、課題として挙げられた。

2 取組の目的

- ①区内の全学校に共通の運動内容を示し、各校の経営方針に体力の向上を明確に位置付け、カリキュラムマネジメントの充実を図る。
- ②専門家を講師として授業に導入し、T・Tによる指導や習熟度別の指導及び少人数指導などを実現し、授業の改善を図る。
- ③全家庭にリーフレットを配付し、学校と家庭とが連

取組の内容

…Do

1 品川スポーツトライアル

運動が得意でない児童生徒でも、休み時間や放課後など、いつでもどこでも手軽に行える運動を共通種目とし、全校で取り組めるようにした。成績上位入賞者とその学校名を区のホームページに掲載することで、競争や達成の楽しさを味わい、意欲の向上につなげた。



▲チームジャンプ



▲瞬間移動の術

2 テクニカルアドバイザー

中学校又は高等学校の保健体育科教員免許の所持者をテクニカルアドバイザーとして授業に導入した。その専門的な知識と技能を生かし、練習方法などについてきめ細かな指導・助言を得ることで、児童生徒の体力の向上を図った。小学校では領域や担当学年を各学校で選択し、中学校ではダンスを扱うこととした。



3 ワンミニッツエクササイズ

家庭でも運動習慣を形成するため、短時間で簡単に取り組める運動（ストレッチ系・バランス系・パワー系）を1～6年生用と7～9年生用のリーフレットにまとめて配付。学校と家庭が協力した取組を目指した。

発達の段階に応じて取り組みやすい運動の内容を示すとともに、運動を行う際のポイントやその運動で高まる体力など、必要な知識を得られるようにした。



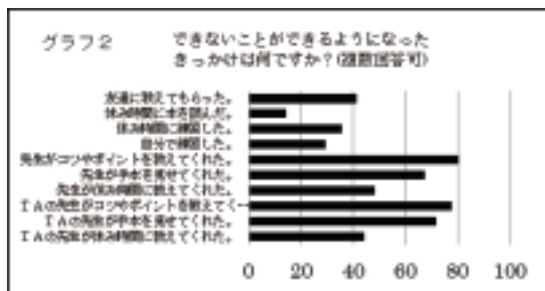
●工夫したこと………

①品川スポーツトライアル

ある小学校は、体力向上月間を設け、品川スポーツトライアルの種目に重点的に取り組んだ。運動委員会の活動の一つに組み入れ、児童が自分で用具を準備し、自主的に取り組めるように工夫した。また、校内のランキング表をつくり、よい記録が出るとすぐにランクを入れ替えることで、子供たちの意欲を喚起している学校もあった。ある中学校では、部活動のウォーミングアップとして「短なわ跳び」を取り入れたたり、授業の導入部分で「瞬間移動の術」などを実施したりして、楽しく体育に取り組める工夫がなされていた。

②テクニカルアドバイザー

平成27年度は小学校5校と中学校6校、平成28年度は小学校14校と中学校6校をモデル校に指定し、テクニカルアドバイザーの導入効果の検証を行った。平成29年度からは、それを全校に展開している。



▲7月・11月実施の児童生徒意識調査抜粋
(モデル校5校5年生312名)

③ワンミニッツエクササイズ

学校でも家庭でも1分間程度で行える簡単な運動事例集を作成し、区内の全児童生徒に配付した。

ある小学校は、家庭に働きかけながら実践していた。6月の学校便りで今年度の体力づくりの方向性を示し、11月の学校便りでは「体力・運動能力調査結果より～運動の日常化に向けて～」と題し、ワンミニッツエ

クスサイズの取組の状況を伝えた。また校長室の前の掲示板に体力づくりに関するコーナーを設け、児童の興味・関心を高め、保護者に取組の様子を伝えた。

ある中学校では取組週間を設け、生徒が自己の目標を設定し、毎日の宿題として取り組むようにした。生徒は、体力要素ごとに運動の内容、時間、回数などを設定し、取組カレンダーに記録を記入して自分の伸びを確認した。ほかの運動の場面でも高まりを実感した。

取組成果の評価

…Check

①品川スポーツトライアル

平成27年度のモデル校におけるアンケートで、この取組が楽しいと答えた児童の割合は92%。「運動が好きになり、主体的に取り組める」、「誰もがチャレンジできる運動」というねらいを達成したと言える。今後も、意欲の継続を図るため、魅力ある楽しい種目を工夫し続けることが必要である。また、中学校（義務教育学校後期課程）ならではの種目も設定し、特に女子中学生が主体的・継続的に取り組めるようにしたい。

②テクニカルアドバイザー

テクニカルアドバイザーが授業づくりに加わることで、子供たちの体育の学習姿勢が積極的になった。テクニカルアドバイザーとの打合せや実技研修などを通じ、教員は運動の構造的特性への理解を深め、指導力が向上した。今後も質の高い授業づくりを目指す。

③ワンミニッツエクササイズ

この取組により、小学校5・6年生女子の1週間の総運動時間が大幅に伸びた。しかし、取組日数の平均に個人差があり、継続のための声かけと家庭の理解・協力が大切であることが分かった。また、バランス系・パワー系の運動は、実施する場の確保が難しい種目もあった。今後は、体育の時間に運動方法の理解を図り、家庭でも実践できるようにしていく。

今後の課題

…Action

「SHINAGAWA アクティブライフプロジェクト」を策定し、統一した運動内容の提示や家庭への呼びかけ、授業改善などにより、区全体の体力の向上に向けた気運が高まった。調査結果でも、各学年で記録が伸び、技術的な向上が見られた。反面、運動時間の二極化や、特に8・9年生女子の体力の低下傾向などの課題は残る。

今後は、児童生徒が主体的に運動に取り組む機会や場を更に確保するよう促すとともに、授業の中で子供たちが適切に思考・判断する力を身に付け、自己の体力に応じた目標や内容を設定できるようにし、運動の日常化を図る必要がある。また、動きの変化や質にも着目し、取組の内容を改善していく。

学校課題に即した体力の向上 ～体力向上プランを活用して～

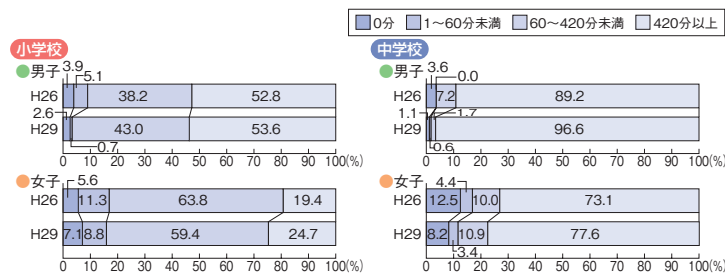
●群馬県大泉町教育委員会

教育委員会の結果

●体力合計点と運動時間

| | 小学校 | | 中学校 | | |
|--------------|--------|--------|---------|--------|------|
| | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | |
| 体力合計点(点) | 54.58 | 55.88 | 43.51 | 50.32 | |
| 総合評価(段階別) | A | 13.6 | 18.3 | 6.5 | 29.3 |
| | B | 23.6 | 28.4 | 37.4 | 37.6 |
| | C | 34.3 | 26.6 | 32.3 | 23.3 |
| | D | 22.1 | 20.1 | 18.1 | 9.8 |
| | E | 6.4 | 6.5 | 5.8 | 0.0 |
| (A+B)-(D+E) | 8.6 | 20.1 | 20.0 | 57.1 | |
| 1週間の総運動時間(分) | 612.17 | 310.53 | 1044.32 | 835.41 | |
| 60分未満の割合(%) | 3.3 | 15.9 | 1.7 | 11.6 | |

●1週間の総運動時間



体力・運動能力の向上を図るためには、各学校における課題をしっかりと把握し、それぞれの課題に応じたきめ細かな実践を積み重ねることが大切であると考える。

大泉町は、小学校4校・中学校3校の計7校と一つ一つの学校の状況を把握しやすい環境にある。

そこで当教育委員会では、群馬県全体で取り組んでいる体力向上プランを活用しながら、各校の主体的な取組を重視して支援を継続している。

当教育委員会は、年度始めに各小・中学校の体育主任を対象にした会議（体育主任会）を開催し、県の方針や各校の取組を確認し、目標や取組について意見交換を行っている。

この体育主任会が学校間の意見交換や情報収集の場となり、小・中学校の連携を強化するだけでなく、自校の取組について考えるよい機会となっている。

取組時の課題と目的 …Plan

1 取組時の課題

大泉町では、運動が得意と感じる児童生徒と運動が苦手な児童生徒の二極化が見られ、体力の向上の取組が全体的な向上に結び付きにくい状況にある。そのため、「運動の楽しさ」や「体を動かす楽しさ」を感じ取ることで運動が苦手な児童生徒を減らしていく必要性を感じた。

また、小学校では教員の年齢層に偏りがあるため、体育に関する指導の質的な向上も大きな課題であった。

さらに、生活習慣の乱れから肥満傾向の児童生徒が増加しているといったことも課題である。

2 取組の目的

①体力向上プランにおいて各校の現状と課題を明確に

することで効果的な支援につなげる。

- ②授業改善を図ることで児童生徒の主体的な活動につなげ、運動の楽しさを感じられるようにする。
- ③体育主任が中心となって各校の体育・保健体育の授業改善を推進することで、運動に積極的・自主的に取り組む児童生徒を育成する。
- ④保護者に体育や運動に関する情報を発信することで保護者の意識の向上を図り、生活習慣の改善につなげていく。

取組の内容

…Do

1 体育主任会の開催

年度始めに小・中学校の体育主任会を開催し、取組の内容を確認する。

- (1) 群馬県教育委員会における体力の向上や課題解決に向けた取組の伝達
- (2) 体力向上プランの推進状況、課題、目標、取組内容の確認

2 授業の充実

- (1) 運動能力が高まっていく過程の見通しをもち、振り返りを行うことで「できた」喜びを実感できるようにし、児童生徒が主体となる授業の充実を図る。
- (2) 小学校では体育主任が授業の進め方を提示し、課題解決に向け校内で共通した取組を組織的に行う。

3 体力の向上に向けた取組

(1) 小学校の取組

各小学校では、授業や業前運動において楽しみながら運動できるサーキットトレーニングを取り入れている。各校の課題解決に向けて持久力や投力などの種目から選定し、重点的な体力の向上を目指している。

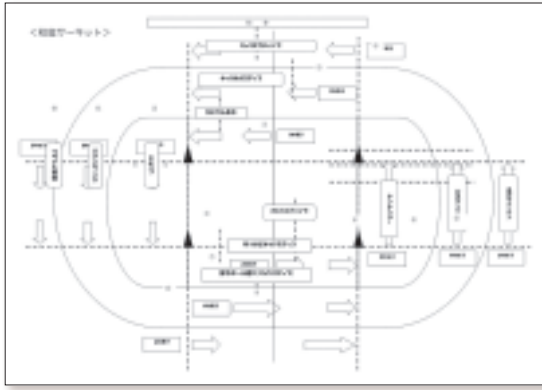
A小学校では、体力の向上の自主的な取組として昼



▲小学校の取組例①
かにさん歩き



▲小学校の取組例②
足持ちケンケン



▲小学校の取組例③ 校庭サーキット

休みを利用してリズム運動やなわ跳びを行っている。教師からの声かけで始まったこの運動も、現在では多くの児童生徒が主体的に取り組んでいる。

(2) 中学校の取組

各中学校では、授業の始めに補強運動を行っている。生徒は腕立てや馬跳びなどの後に、1周200mの校庭を2周走り、持久力の向上を目指している。

①ステップアップ清走

B中学校では、特色ある取組として清掃時間を活用した「ステップアップ清走」を行っている。全校を3つに分け、3分の2の生徒は清掃をし、3分の1は「持久走」や「長なわ」に取り組み、体力の向上を図っている。



②校内部活動対抗駅伝競走

C中学校では、各部活動が連携して、冬場のトレーニングへの意識を高め、持久力の向上のために、駅伝競走を行っている。

4 家庭・地域との連携

(1) タグラグビーの実施

全ての小学校で、5年生がタグラグビーを行っている。地元のラグビーチーム「パナソニック ワイルドナイ



ツ」の選手が来校して行っていたラグビー普及活動を現在も継続して行っている。

(2) 体育通信の発行

各小学校では、体育主任が体育通信を発行し、自校の新体力テストの結果や生活習慣に関する情報を紹介し、家庭でも体力の向上への関心が高まるように努めている。



●工夫したこと

①児童生徒による主体的な取組

全ての小・中学校で運動が得意と感じる児童生徒を育成するために、運動能力向上の過程の見通しをもてる授業を行っている。見通しをもつことで自ら課題解決に向けて取り組める児童生徒が増えている。

②教師の指導力の向上

小学校では、基本的に担任が体育の授業を行っている。担任ごとに指導方法や質に差が生じないようにするために、体育主任が年度始めに体育の授業の進め方を提示したり、体育部会を中心に、動きのコツや指導のポイントなどを共有したりして、授業内容に反映させている。

③家庭・地域への啓発

体育通信の発行や各種情報を通して保護者の意識向上を図る中で、運動習慣や生活習慣への関心を高めるような呼びかけを行っている。

取組成果の評価

…Check

各校では、体育主任を中心に児童生徒の体力の向上に取り組んでいる。体力向上プランの活用によって、課題解決を図ることができている。その結果、全ての小・中学校において全国体力・運動能力、運動習慣等調査の平均を上回る種目が増えてきた。

今後の課題

…Action

体力の向上を図るためには、運動好きな児童生徒の育成を目指した取組を引き続き推進し、取組の内容を工夫していく必要がある。そのため、町内各校がこれまで行ってきた取組の成果を共有し、各小・中学校が主体的かつ効率的に体力・運動能力の向上に向けた実践を進めることができるように支援していきたい。また、生活習慣改善に関しては家庭・地域と連携していくことも必要であるため、学校・家庭・地域が一丸となって町全体の支援体制を整備していきたい。