

重点7 健康・体力の増進

1 体力の向上

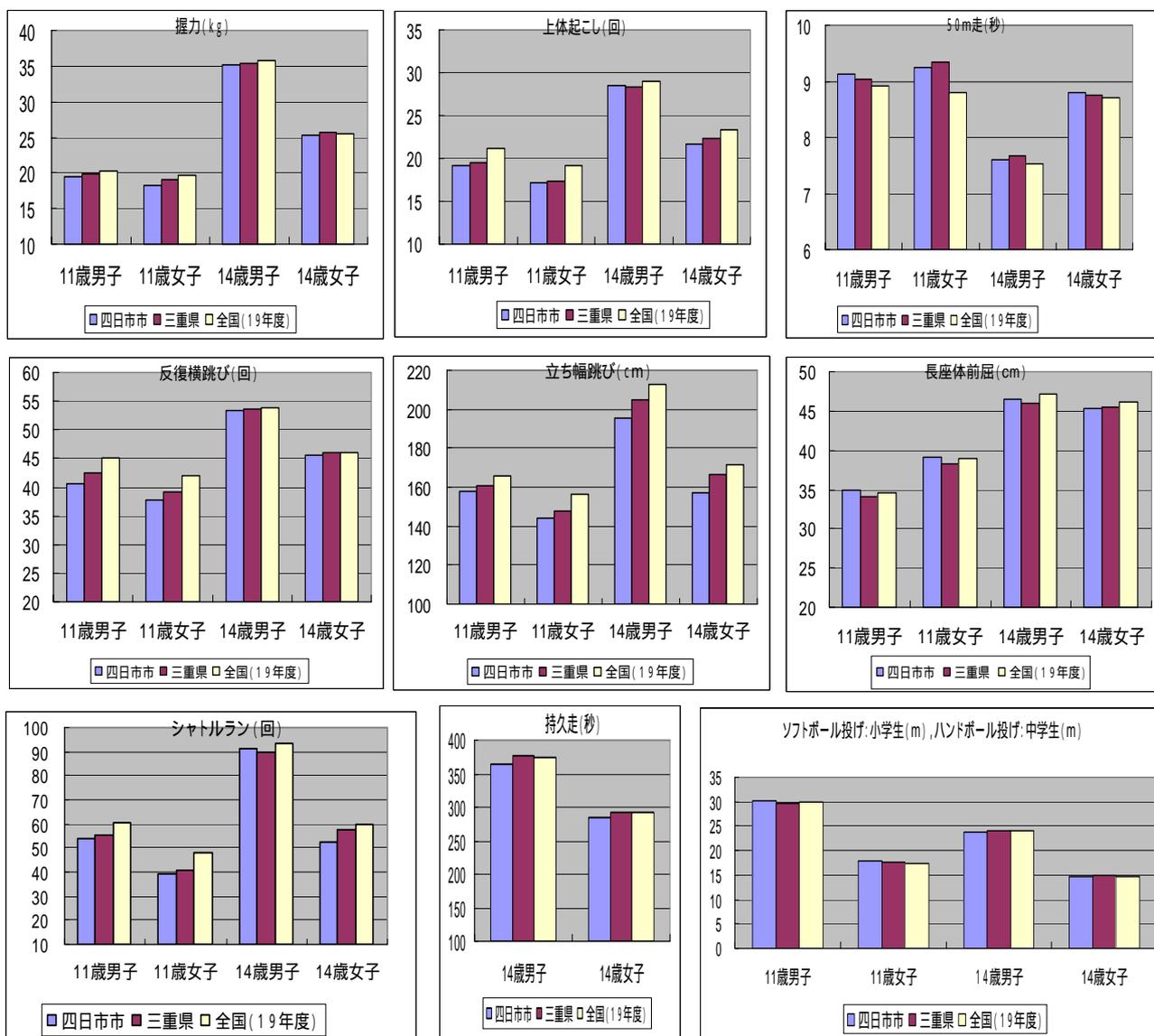
ねらい

運動することが人間形成にとって重要な意味をもつという共通理解のもと、教育活動全体を通して運動に関する計画を立て、進んで運動に親しむ子どもを育てます。

現状と課題

三重県「新体力テスト」結果から

平成20年度新体力テストの四日市市、三重県、全国（平成19年度）の比較



- 小学6年生、中学3年生の男女ともに上体起こし（力強さ・動きを持続する能力）、握力、立ち幅跳び（力強さ・タイミングのよさ）、反復横跳び（すばやさ・タイミングの良さ）、50m走（すばやさ・力強さ）などの値が、全国平均を下回っています。
一方、ソフトボール投げ、ハンドボール投げ（力強さ・タイミングのよさ）は、全国平均と同じまたは上回っています。

平成20年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査から

実技（体力・運動能力）

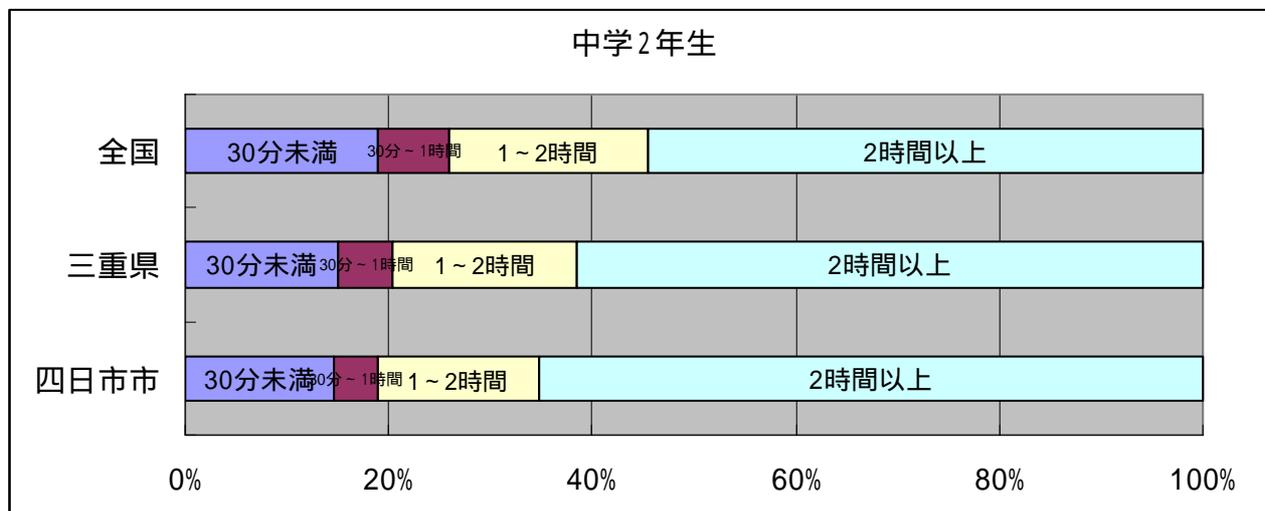
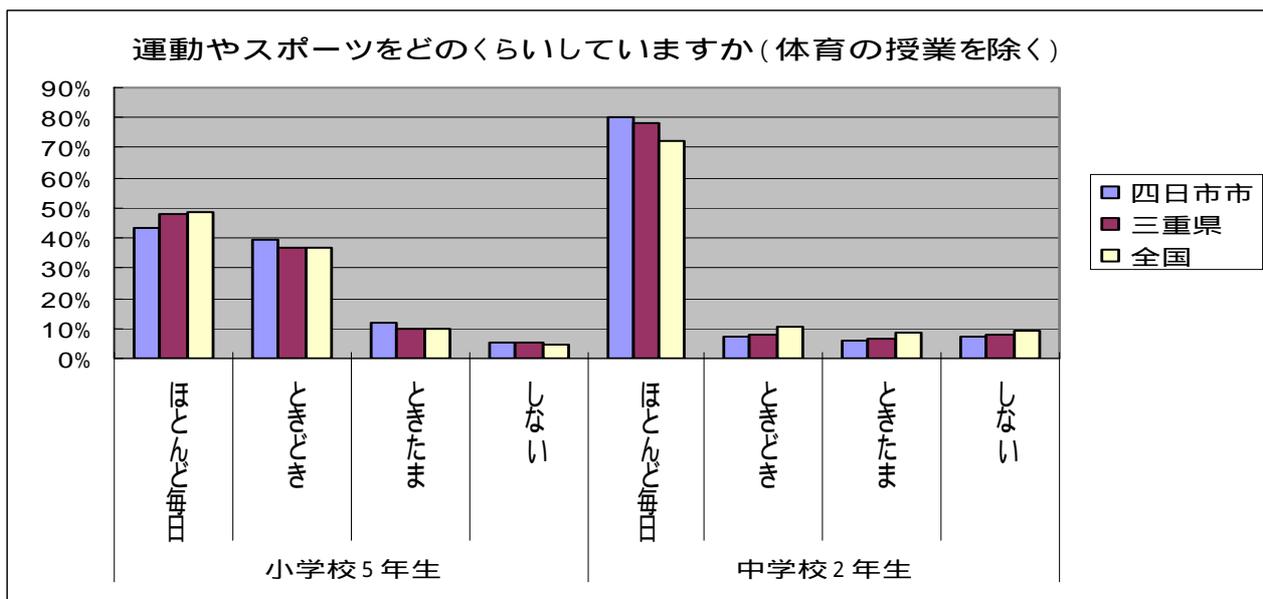
【小学5年生】

- ・ 男女ともに、長座体前屈（体の柔らかさ）は全国の平均値を上回っていますが、その他の項目については、下回っています。また、体力合計点（各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点）も下回っています。
- ・ 男子は、反復横跳び（すばやさ・タイミングの良さ）、20mシャトルラン（動きを持続する能力）の平均値が全国の平均値に比べ5%以上下回っています。
- ・ 女子は、上体起こし（力強さ・動きを持続する能力）、反復横跳び、20mシャトルラン）の平均値が全国の平均値に比べ5%以上下回っています。

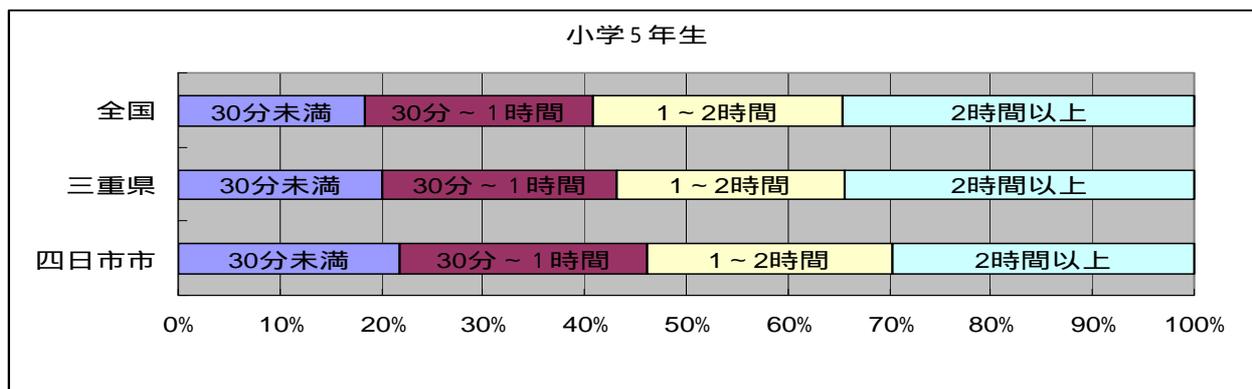
【中学2年生】

- ・ 男子は、上体起こし、20mシャトルラン、ハンドボール投げは平均値が全国の平均値を上回っていますが、その他の項目については下回っています。
- ・ 女子は、上体起こし、反復横跳び、持久走、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げが全国の平均値以上でした。
- ・ 体力合計点については、男女ともに全国平均値を下回っています。

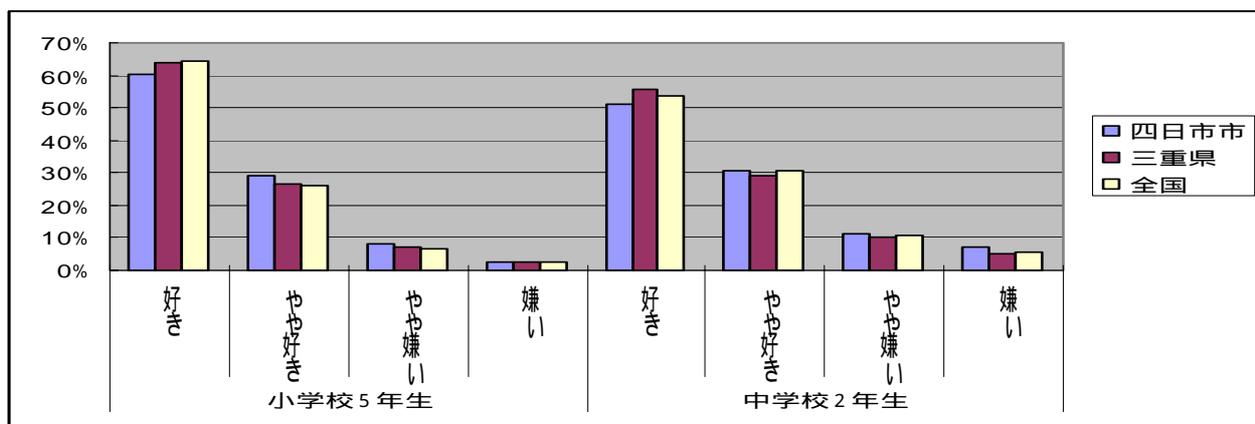
生活習慣や運動習慣等に関する質問用紙調査



第3章 子どもたちを指導する上で特に重要と考えるもの



- ・ 中学生は、毎日運動をしている子どもや2時間以上運動やスポーツをしている子どもの割合が高い一方、小学生は、毎日、1時間以上運動やスポーツをしている子どもの割合はやや低いといえます。



- ・ 運動が好きと答える子どもの割合がやや低いといえます。

今後の改善方針

「積極的に運動に親しむ取組」を充実することや小・中学びの一体化保健体育科教科部会のテーマでもある「体育好きの子ども育てる（わかる・できる・楽しい）授業作り」を進めます。

地域や学校の実態に応じた体育的行事及び、休み時間を活用した運動遊び等を計画的に実施するなど、運動の日常化を図る取組をさらに進めます。

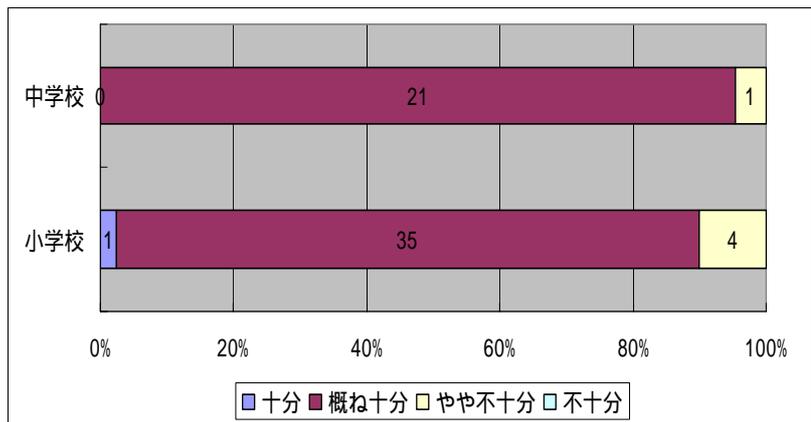
体力を高める運動を年間指導計画の中で計画的に実施したり、体ほぐし運動の位置付けや行い方を明確にしたりして、体づくり運動の充実を図ります。

幼稚園・小学校・中学校が学びの一体化等で、それぞれの子どもが出会う運動や行い方などの情報交換を行い、授業に生かします。

その他の主な取組状況

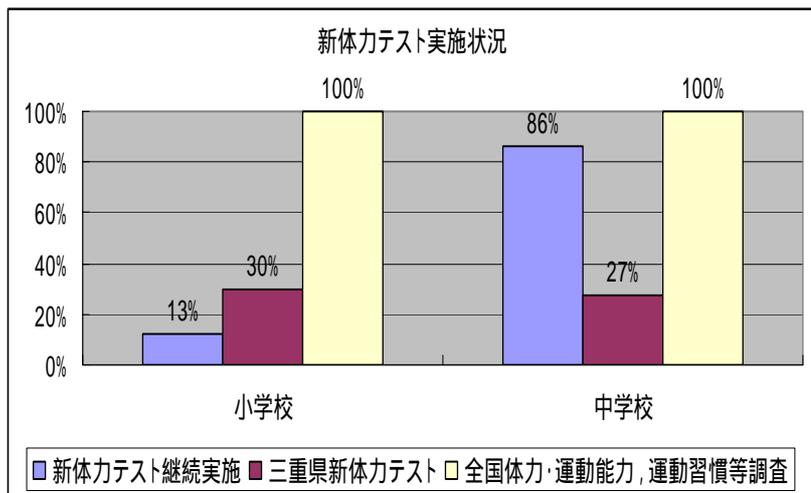
運動の日常化を図る取組

- 「運動することの楽しさや心地よさを味わわせるため活動や場の工夫を図るとともに、保健の授業を保健計画等と関連づけながら、計画的・継続的に指導することができた。」について十分に達成できた、概ね十分に達成できたと回答した学校は全体の9割を占めています。
- 小学校では、業間を利用して、なわとびや駆け足などに取り組んでいる学校が多くあります。また、外遊び週間や全校外遊びの時間を設け、遊びを奨励している学校もあります。
- 中学校では、授業のはじめに、一定距離を走ったり、腕立て伏せ・腹筋・背筋等の補強運動を取り入れたりして体力向上に努めています。また、体育祭の他に球技大会を実施している学校が多くあります。さらに、昼休み等に体育館を開放し運動の日常化を図る取組を進めている学校もあります。



新体力テスト結果の活用

- 新体力テストを継続して実施し、その結果を活用しながら体育科、保健・体育科の授業内容を構成する学校もあります。とりわけ、中学校では、継続して取り組んでいる割合が高くなっています。
- 三重県が実施している「児童生徒の体力運動能力調査（「新体力テスト」）」には、抽出校として市内小・中学校の約3割が参加しました。
- 本年度、小学校5年生と中学校2年生の児童生徒を対象に「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が実施されました。新体力テストの調査結果については、あくまでも体力要素の一部ではありますが、全国的な状況と照らし合わせることで客観的な調査結果が得られました。



学びの一体化の取組

- 小学校体育科研究協議会と中学校保健体育科研究協議会の合同研修会が富田中学校で行われ、「バスケットボール」の授業を参観しました。目の前にいる子どもたちの状態をしっかりと捉えることの大切さを確認するとともに、新学習指導要領に示されている小中高の12年間の子どもの発達を4年ごとに捉える4-4-4制の分け方について考えたり、他学年・他校種からも学ぶ姿勢を持ちながら、授業づくりを行うことの必要性を感じたりすることができました。

