

## ★ 子供の体力向上に向けた取組について ★

### 体力向上の必要性について

体力は、人間のあらゆる活動の基本となるものであり、健康な生活をおくる上でも、またものごとに取り組む意欲や気力といった精神面の充実にも深く関わっており、人間の健全な発達・成長を支え、より豊かで充実した生活を送る上で大変重要なものです。

こうしたことから、子供の時期に活発な身体活動を行うことは、成長・発達に必要な体力を高めることはもとより、運動・スポーツに親しむ身体的能力の基礎を養い、病気から身体を守る体力を強化し、より健康な状態をつくっていくことにつながります。

しかし、全国体力・運動能力、運動習慣等調査及び熊本県体力・運動能力調査の結果から、児童生徒の体力については、近年穏やかな上昇傾向にあるものの、昭和60年頃のピーク時に比べると依然低い水準にあることや運動をする子としない子の二極化など様々な課題があることが分かります。

「生きる力」を育むために、学校は児童生徒の体力に関する様々な課題を解決し、体力向上を図っていく必要があります。

### 体力向上の取組について

これまでの全国体力・運動能力、運動習慣等調査及び熊本県体力・運動能力調査の結果等から、本県児童生徒の体力向上を図る上で、以下のような課題が明らかになっています。

#### 【体力テストの調査項目における課題】

##### ▼全国平均を下回る調査項目

上体起こし(小5男女)、長座体前屈(両学年男女)、立ち幅跳び(小5男女)

##### ▼投力に関しては、全国平均を上回るものの、ここ数年低下傾向が続いている。

#### 【運動習慣や運動に対する意識等における課題】

##### ▼1週間の総運動時間は両学年男女とも減少傾向にある。

##### ▼「運動が好き」と回答した児童生徒が両学年男女とも全国平均を下回る。

##### ▼「運動は大切」と回答した児童生徒 小5男女、中2女子は全国平均を下回る。

#### 【体育・保健体育の授業における課題】

##### ▼「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答した児童生徒が両学年男女とも全国平均を下回る。

##### ▼「体育・保健体育の授業でたくさん運動している」と回答した生徒児童が両学年男女とも全国平均を下回る。

課題の解決を目指し、本県では次の2つの目標を掲げています。

### 目標1

#### 体育・保健体育授業の工夫・改善を図る

児童生徒の苦手意識の払拭や個に応じた指導等、どの子も「分からないことが分かり、できないことができるようになる」を目指して

### 目標2

#### 学校総体として運動に親しむ習慣化を図る

学校の体力の課題に応じた計画と実践、保護者や地域との連携を進め、どの子も「運動が好きになり、進んで運動に親しむようになる」を目指して

## 体力向上に向けた具体的な取組内容について

### 子供の体力向上推進委員会

【委員】大学教授・指導主事・幼稚園の先生・小中学校の先生・高等学校の先生、合計10人で組織。

【取組内容】体力向上推進委員会の提言をもとに、体力等の調査結果の分析や体力向上の方策等の検証に取り組みました。

「体育・保健体育授業の工夫改善」  
「運動の日常化・習慣化」  
2つの提言の周知活動

本県児童生徒の  
体力・運動能力調査結果  
の分析

体力向上優良校  
及び優秀実践校の選考

体力向上に関わる  
体育・保健体育公開授業  
の実施

### 教員の指導力を高める研修会の充実

教員を対象とした体育・保健体育及び運動遊び等の指導力を高めるために、以下の研修会を実施しました。

オンライン及び資料提供での実施となりましたが、学校での指導に直接役立てることができる内容となりました。

体育・保健体育指導力向上研修会（オンライン開催）

- ・小学校（幼稚園）体育指導力向上研修会
- ・中学校保健体育指導力向上研修会
- ・高等学校保健体育指導力向上研修会

小学校水泳実技・水難事故防止セミナー（資料提供）

【水泳等実技・水難事故対処法等】