

2. 体力向上（健康教育）の取組

■意義

今日の「子どもの体力低下」や「運動する子とそうでない子の二極化」に関する問題、子どもたちの遊ぶ「時間」「空間」「仲間」の減少問題等を考えると、体育（専科）主任の専門的役割がさらに大きくなってきたと考えられる。

小学校においては、すべての担任教師が、体育科学習及び体育・健康に関する指導を行うことから、学校全体の「体育」指導や、「学校体育・運動の計画」、「体育的行事」の運営等の校務を主として行う体育（専科）主任のリーダーシップが重要となる。すべての教職員の力を一定方向に向けて（ベクトルを揃え）結集するためには、体育（専科）主任の「積極的な実践力」が必要となってくる。

周知のとおり、「子どもの体力向上」とは、体力テストの数値を上げることが目的ではない。子どもたちの「運動習慣」の確立を通して、「運動好き」な子どもたちが 溢れる学校 つまり、「AI・Full（愛・溢れる学校）Plan」の先頭に立っていただき、すべての子どもたちを「豊かなスポーツライフ」へと導いていける、きっかけにしたいと思っている。

1. 体力向上に関する基礎知識

指導要領・総則や体育の目標から、「生きる力」の要素の一つである「健やかな身体」をつくる上でも「体力の向上」は必要不可欠なものであると読み取れる。また、体力が向上すれば、単に子どもたちの身体能力が高まるだけでなく、体を動かすことにより 意欲や気力を高め、精神的ストレス等に対する強さや思いやりの心などの精神的な成長に好影響を与えることにもつながるものである。

2. 「生きる力」を育むことを理念としている学習指導要領での「体力」の記述

（1）第1章総則 第1教育課程編成の一般方針の3 A

「学校における体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。（後略）」

（2）第2章各教科 第9節体育 第1目標

「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」

3. 子どもの体力向上の必要性

（1）中央教育審議会答申（抜粋） A

『体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、「生きる力」の重要な要素である。』

（2）弱点を克服する取組

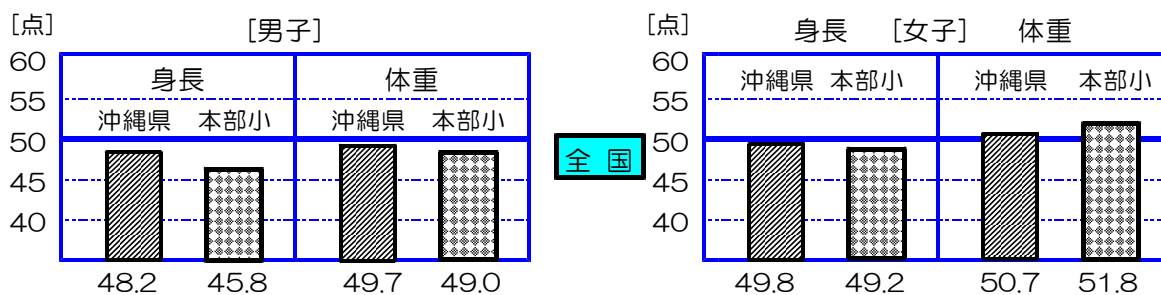
（3）長所を伸ばす取組

（4）運動習慣の定着を目指す取組

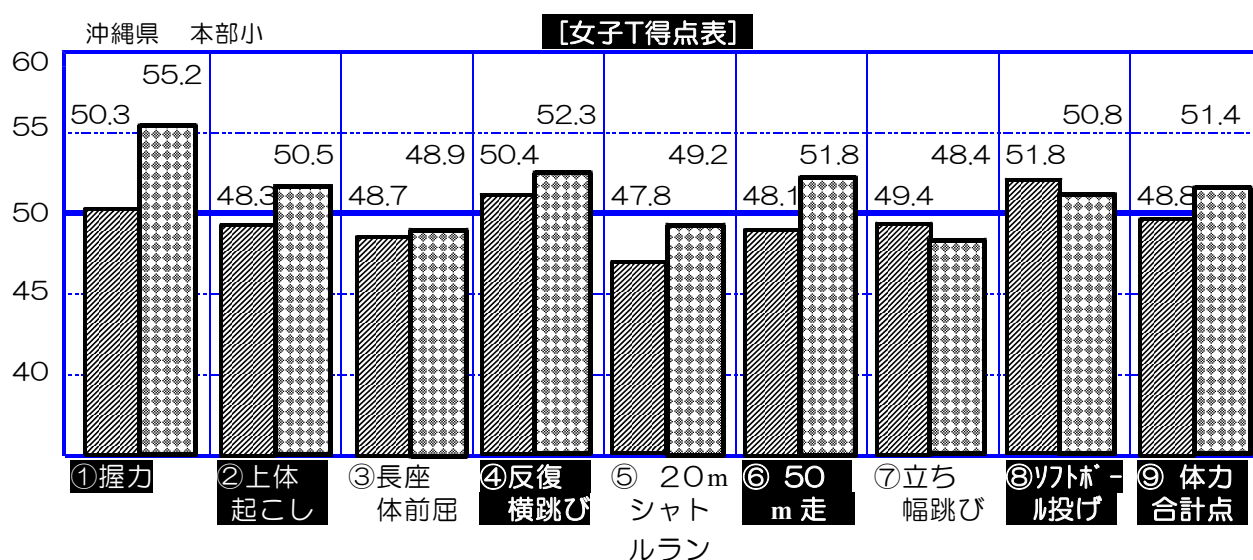
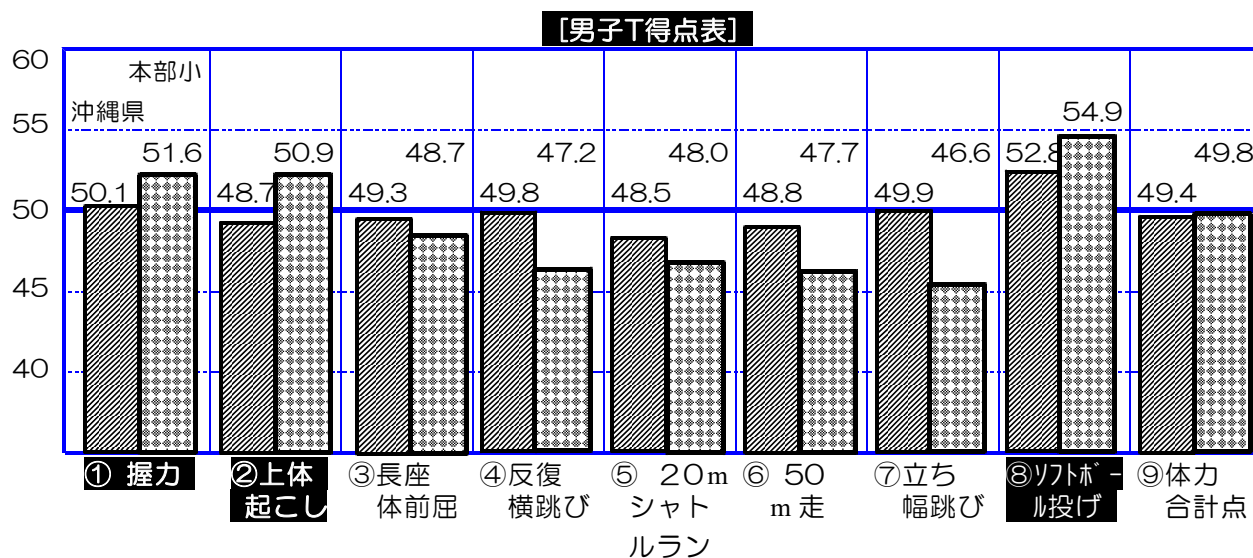
◎ 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より、それぞれ「弱点」や「長所」、「運動習慣」の定着を図る取組などを工夫して実施する。

4. 本校の体力・運動能力、運動習慣に関する実態

■ 体格調査T得点



■ 実技調査T得点



※ 上記のグラフはどれも「T得点表」で表しており、「全国平均」が「50点」で表されている。その中に「沖縄県」と「本校」の値が示されている。体格調査を観ても実技調査を観ても、どちらも女子の方が良い値が出ている。女子に関しては、実技調査の①、②、④、⑥、⑧がそれぞれ全国平均を超え、⑨体力合計点も「県平均」も「全国平均」も超えている。

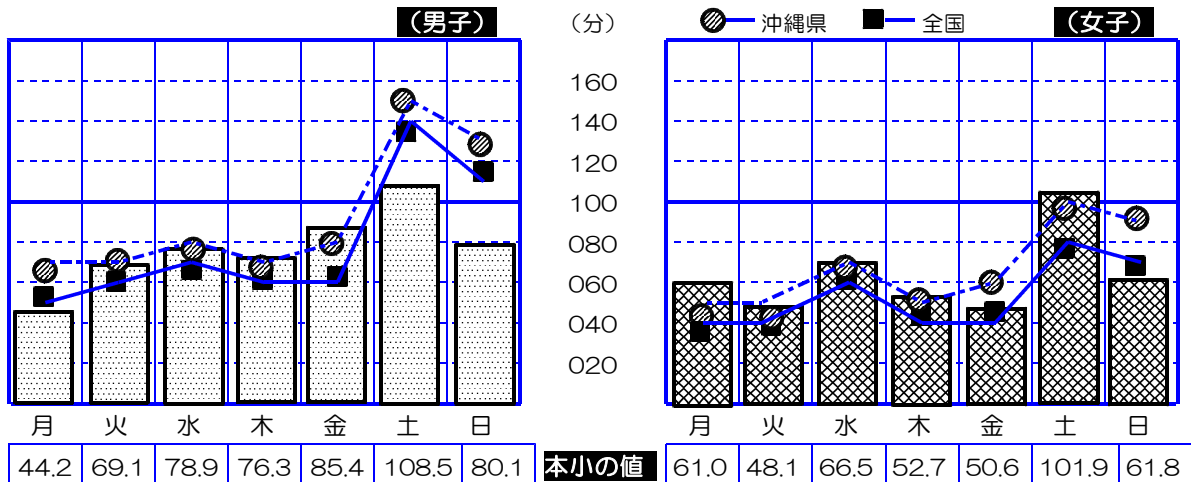
■ 児童質問紙集計

Q2. 運動やスポーツを行って楽しいと感じたのは、どのようなときですか。当てはまるものをすべて選んでください。

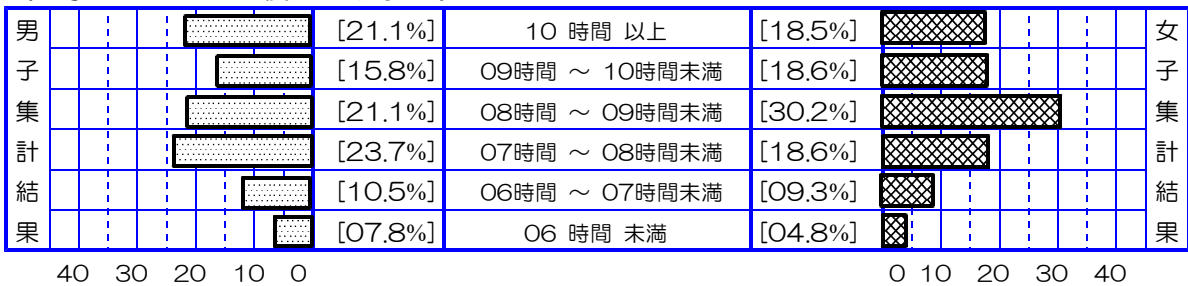
	【男子】	【女子】
01. 勝ったとき	[78.9%]	[72.1%]
02. 記録が伸びた	[57.9%]	[69.8%]
03. 上手に出来た	[52.6%]	[81.4%]
04. 出来なかった事が出来た	[50.0%]	[81.4%]
05. 教えてもらいできた	[36.8%]	[65.1%]
06. 教えてもらい良かった	[36.8%]	[37.2%]
07. 大人に褒められた	[34.2%]	[58.1%]

	【男子】	【女子】
08. 友達に褒められた	[28.9%]	[46.5%]
09. 応援されて活動	[26.3%]	[44.2%]
10. 上手な人と一緒に活動	[34.2%]	[32.5%]
11. 友達が上手にできた	[26.3%]	[37.2%]
12. 仲間と一緒に活動	[39.5%]	[51.2%]
13. 体を動かすスッキリした	[34.2%]	[55.8%]
14. 感じたことはない	[00.0%]	[02.3%]

Q5. 普段の一週間について聞きます。学校の体育の時間以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを合計で一日およそどのくらいの時間していますか。それぞれの曜日の欄に記入してください。



Q7. 毎日どのくらい寝ていますか。



Q8. 平日（月～金）について聞きます。学校以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

