

子どもたちの体力向上のために、学校として見直してみませんか

① 体育授業の充実

調査結果

運動やスポーツが好き

児童生徒の約8割が、運動やスポーツをすることを好きであることがわかりました。また中学生は、小学生と比べて体力に自信がない生徒の割合が多い傾向がありました。体育の授業においては以下の点に留意することにより、運動やスポーツがさらに好きになり、たくさん活動する児童生徒を育てましょう。

<小学校編>

- ・「もっとやりたかったな」というつぶやきが聞こえる授業でしたか。
- ・児童の息が適度に上がるような場面や、うっすらと汗をかく場面がありますか。
- ・「ちょっと、つらいな～。難しいかも。」と思わせる場面もありますか。
- ・児童が苦手な運動でも頑張っており組めるような工夫をしていますか。
- ・教員自身が苦手なものでも、進んで教材研究をしていますか。

<中学校編>

- ・準備運動・補強運動は充実していますか。
- ・運動量の確保や技能の向上を図る工夫をしていますか。
- ・教員間で研修し合い、生徒の実態にあった授業を実践していますか。

重視すべき点

- ・技能の定着を図るために有効な時間配分
- ・指導目標をしっかりと意識した授業の展開
- ・発達の階段にふさわしい学習内容の重視
- ・子どもたち誰もが達成感を体験できるような個に応じた指導
- ・効率的で安全な授業の実施
- ・仲間づくりも視野に入れた学習

② 休み時間・放課後の充実

調査結果

小学生は昼休み、中学生は運動部活動で運動やスポーツを実施

全国と比べると、本県の小学生は1日の運動実施時間が短く、体育の授業以外で運動をする時間帯が昼休みに集中していることがわかりました。

また、中学生は運動量・頻度ともに全国を上回り、それには運動部活動の果たしている役割が大きいようです。休み時間や放課後などの過ごし方について工夫し、からだを動かす児童生徒を増やしましょう。

<小学校編>

- ・「天気の良い日は、外で遊ぼう」と、声かけをしていますか。
- ・子どもたちが自由に使えるボールや遊具はありますか。
- ・体育の授業で行った運動を休み時間にもできるように環境を整えていますか。
(縄跳び台、鉄棒補助具、ドッジボールのラインなどの準備等)
- ・クラスや学年での遊びや大会など、子どもたちが楽しめる運動の企画がありますか。

<中学校編>

- ・生徒が自主的に運動できるように環境を整えていますか。
- ・生徒主体の企画によって、昼休み等に体育的な活動を実施するなどの工夫をしていますか。
- ・運動部活動で体力づくりにも力をいれていますか。

