

教育課題連絡会議

重点（４）体育・健康教育の充実

お手元に御準備ください。

- ◆スライド資料
- ◆R7「下北の教育」（案）

1

★令和６年度の力点（特に力点を置いて取り組んでいただきたい実践事項）

1 運動に親しむ資質や能力の育成及び体力の向上を図る指導の充実

★児童生徒が自ら設定した課題に主体的に取り組めるよう、運動への興味・関心や技能の習熟の程度に応じた指導を工夫し、できる・分かるなどの運動の楽しさや喜びを味わわせる授業を実践する。

体育の授業を通して、運動に親しむ資質・能力の育成を図る。

- 児童生徒の実態を踏まえた教材や用具の工夫
- 児童生徒が主体的に選択できる場面の設定
- ICTの活用による学びの充実

☆今後のポイント

- ・単元全体を捉えた課題設定と個々の課題に応じた学習活動の充実

先生方の日々の指導が、意欲的に体育の学習に取り組む児童生徒の姿につながった。

2

★令和７年度の力点（特に力点を置いて取り組んでいただきたい実践事項）

1 運動に親しむ資質や能力の育成及び体力の向上を図る指導の充実

★児童生徒が主体的に運動に関わることができるよう、仲間とともに運動を楽しむ場や機会を工夫するとともに、日常生活においても運動を適切に実践できるよう、家庭への啓発活動を積極的に推進する。

令和６年度の力点とした「体育の授業の充実」を継続しつつ、

- ・体育の授業以外の運動を楽しむ場や機会の工夫
- ・家庭への啓発活動の積極的な推進

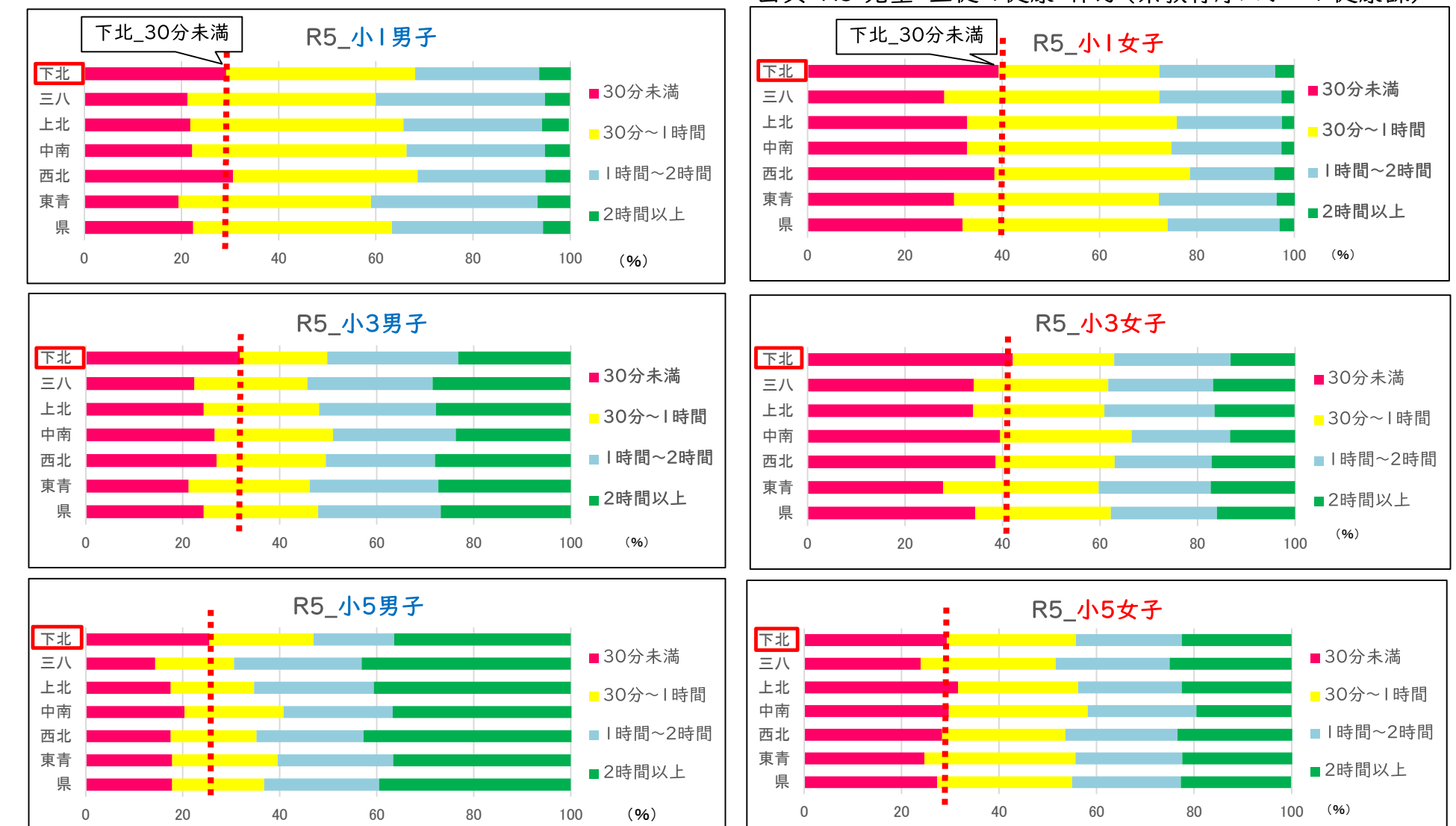
に力点を入れて取り組む。

3

児童生徒の運動に関する現状①

「体育の授業を除いた１日の運動・スポーツ実施時間」～小学校第１・３・５学年の男女別の割合～

出典：R5 児童・生徒の健康・体力（県教育庁スポーツ健康課）



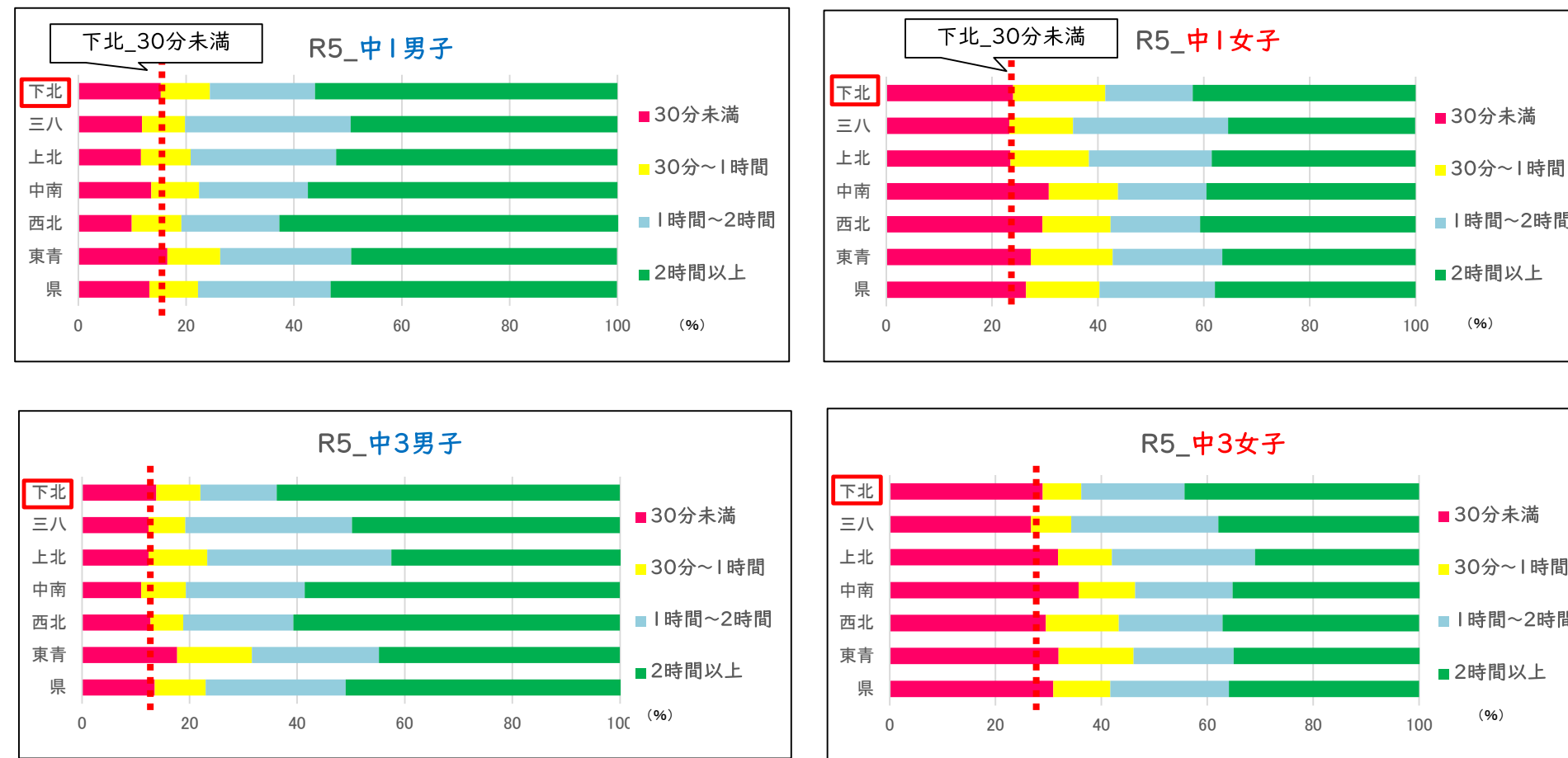
管内小学生の運動時間は、県や他地区に比べ少ない状況が見られる。（小1女子、小3男女、小5男子）

4

児童生徒の運動に関する現状②

「体育の授業を除いた1日の運動・スポーツ実施時間」～中学校第1・3学年の男女別の割合～

出典：R5 児童・生徒の健康・体力（県教育庁スポーツ健康課）



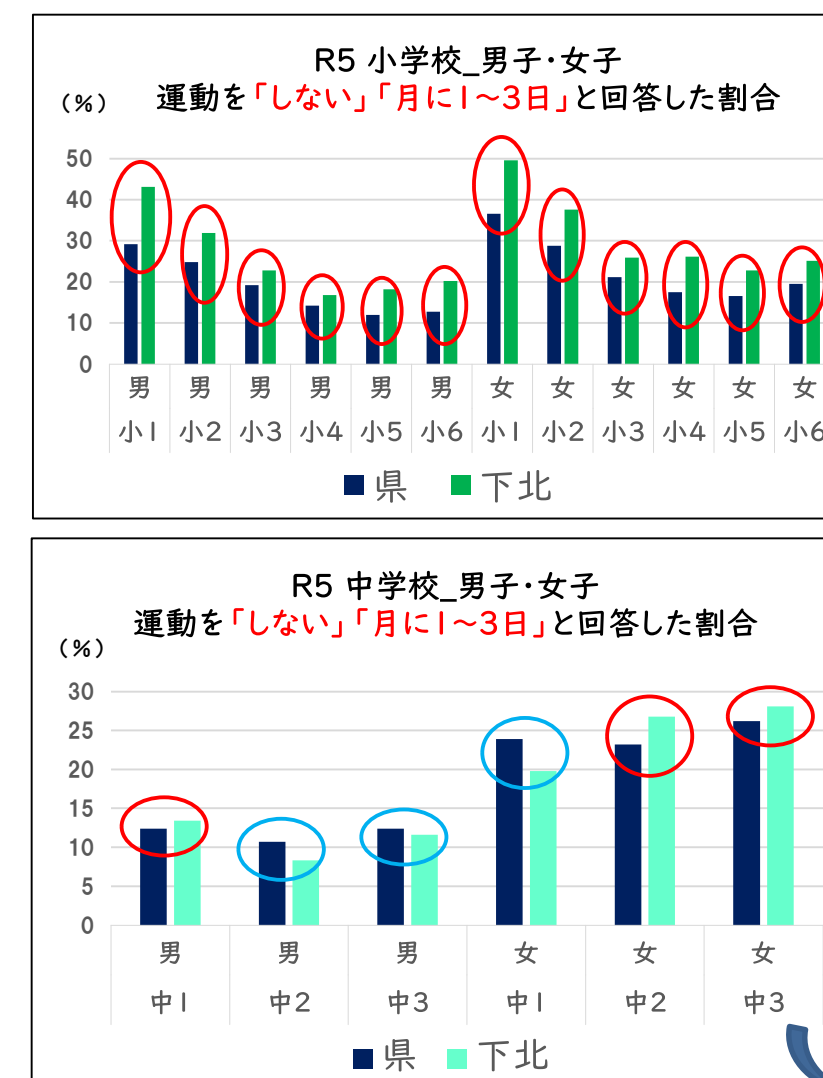
中学校は、小学校に比べるとよい状況だが、「30分未満」の生徒が一定数いることが分かる。
放課後の運動クラブ等の加入状況により、運動をする・しないの二極化が進んでいることを考慮する必要がある。

5

児童生徒の運動に関する現状③

「運動・スポーツの実施状況」

出典：R5 児童・生徒の健康・体力（県教育庁スポーツ健康課）



「卒業後の運動への意欲」

出典：R5 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書（スポーツ庁）（％）

	思う	やや思う	あまり 思わない	思わない
小学校 男子	66.0	22.7	8.6	2.7
小学校 女子	54.0	29.5	13.1	3.4
中学校 男子	59.4	26.7	10.6	3.3
中学校 女子	41.9	34.5	18.0	5.6

卒業しても運動する時間を持ちたいですかの設問に「思わない」「あまり思わない」のマイナスの回答が見られた。

加えて管内では、

- ・肥満傾向児出現率が高い状況が継続している。
- ・放課後や休日の運動クラブや運動部活動の加入状況により運動量に個人差が生じている。

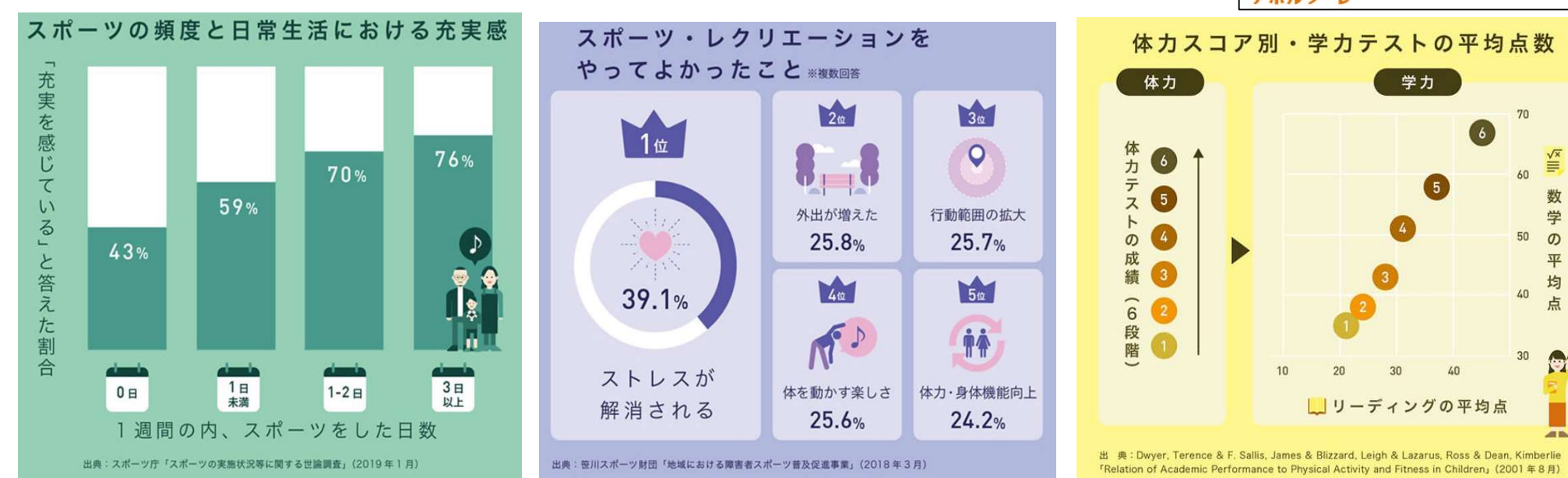
求められること

☆運動の効果や体力向上の必要性の捉え直し
⇒運動を楽しむ場や機会の工夫、家庭と連携した取組

6

☆運動の効果や体力向上の必要性の捉え直し「運動やスポーツの効果を再認識する」

「運動やスポーツの効果」に関する一例



スポーツの実施頻度が多いほど、日常生活に「充実を感じている」と回答した割合が高い。軽い運動が心身の健康につながる。

スポーツを実施してよかった点は、多岐に渡る。（仲間づくりやストレスの解消、健康の維持増進、通院回数の減少など）

運動後は脳への血流が増し活性化して、思考力や集中力が飛躍的に高まるため、学習をするチャンスとなる。

出典：数字で見る！スポーツで身体に起こる気になる6つのデータ（スポーツ庁Web広報マガジンより）

☆教員が運動やスポーツの効果や価値を再認識する（捉え直す）

⇒ 目的や内容の見直し、声かけ等の変化 ⇒ 児童生徒の運動意欲、取組の変化

7

☆運動の効果や体力向上の必要性の捉え直し「参考となる取組」

スポーツ庁
資料

子供の運動習慣形成と体力向上に向けた今後の取組について

令和4年12月

- 令和元年以降、子供の体力が低下傾向にあり、感染症の拡大により拍車がかかった運動不足について、抜本的に改善することが必要。
- いわゆる「ゴールデンエイジ」（概ね幼児期から中学生まで）の運動習慣は、生涯にわたる体力・運動能力等の基盤となる極めて重要な要素であり、その定着に向けて国民的なムーブメントを推進。
- 学校、家庭及び地域における運動機会を確保し、子供の運動習慣の形成や体力向上につなげられるよう、スポーツ庁として以下の5つの対策パッケージを以下の通り実施。令和5年以降、更なる対策を検討。

地 域

1. 幼児期における運動習慣形成の取組を強化します
 - ① 幼児期運動指針（MEXT）やアクティブチャイルドプログラム（JSPO）の再周知（令和4年度中）
 - ② 幼児期からの運動遊びの普及や、保護者等の行動変容に関する調査分析を実施（令和4年度新規事業）
2. 子供のニーズに応じた多様なスポーツ環境の整備を促進します（令和5年度予算案）
 競技・大会志向の特定種目の活動だけでなく、体験型キャンプ、レクリエーション、パラスポーツ、アーバンスポーツなど、従来の部活動では対応しきれていない、子供のニーズに応じた多様なスポーツ機会を提供。（地域クラブ活動の運営団体等の整備、指導者の確保等）

学 校

3. 体育授業において児童生徒の運動意欲を高めます
 - ① アスリートを体育授業等に派遣する事業を開始（令和5年度予算案）
 - ② 「小学校体育指導の手引」の活用促進（令和4年度中に動画資料を追加作成）
4. 授業以外の児童生徒の運動時間を増やします
 小・中学校における時間割例を含めた、業前業間や放課後等における体力向上の取組事例を周知（令和4年度中）

家 庭

5. 家庭で運動を実践するきっかけを提供します（令和4年度末目標）
 学校や地域で身に付けた運動習慣等を家庭でも実践するきっかけとして、室伏長官が考案・実演する身体診断「セルフチェック」動画をe-learning化し、幅広いプロモーションを実施。

※ この他、今後の対策に向けた幅広い分析・研究に生かすため、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の個人データの提供制度を開始予定（令和5年度から順次）

体育の授業以外の運動時間を増やす取組事例をまとめた事例集を作成

8

取組事例の紹介①

子供の運動習慣形成と体力向上に向けた事例紹介
～学校における体育・保健体育授業以外の取組事例～
(令和5年3月 スポーツ庁)

1 児童生徒の主体性を引き出す工夫

- ①〇〇ウィークの実施 ②休み時間の活動の改善
- ③異学年の交流 ④代表委員会によるイベント
- ⑤修了証の授与

2 家庭・地域等との連携

- ①家庭に向けた運動の紹介・啓発
→家庭でできる運動取組カードの配付、学校での体力向上に関する取組を紹介した「体育だより」の家庭配付、長期休業中のポスター作成
- ②地域と連携した取組→校庭の管理を学校からPTA等
等に引き継ぐことによる、児童が長時間遊べる場の確保

3 場の確保・整備、用具等の工夫

- ①校舎内・外 → 校門から昇降口までの輪やミニハードルの設置、廊下に握力計
- ②運動場 → ラダー、ジャンプタッチ等の設置、フープ等を使った遊びの場の設定
- ③体育館 → ラインテープによる立ち幅跳びや反復横跳び等の場の常設



9

取組事例の紹介②

4 休み時間・放課後等の時間の工夫

- ①業間の取組(多様な運動遊びの奨励)
→体育委員会が準備、自分の好きな場所から開始
→教師による動き説明、体育委員会や上級生の模範演技の実施
- ②部活動の工夫
→個々の課題や目標に合わせて活動できる「体力アップクラブ」の創部
(週2回、朝7:30～8:15、原則大会参加なし、卒業まで継続可)



5 時間割の工夫

- ①学校全体での取り組みやすさ等を考えた時間割の工夫
→勤務時間内の教育活動として位置付け、比較的短時間で継続的に取り組む



管内の工夫ある取組

運動ポイントカードの工夫、縦割り班を活用した運動遊びデーの設定、
外遊びの奨励、親子の運動機会の創出、「健康^{ましまし}++プロジェクト」等
(大間町立大間中学校)

児童生徒の実態や自校の実情に合った取組の検討

10

「運動や体力の向上」に取り組む法的根拠

〈学校教育法〉

第二十一条 義務教育として行われる普通教育は、教育基本法(平成十八年法律第百二十号)第五条第二項に規定する目的を実現するため、次に掲げる目標を達成するよう行われるものとする。
(一部省略)
ハ 健康、安全で幸福な生活のために必要な習慣を養うとともに、運動を通じて体力を養い、心身の調和的発達を図ること。

小学校 体育編 p22～23

〈学習指導要領 解説〉

中学校 保健体育編 p28～29

体力の向上を目指すとは、各種の運動を適切に行うことにより、その結果として体力の向上を図ることができるよう示したものである。そのためには、発達の段階に応じて高める体力を重点化し、自己の体力や体の状態に応じた体力の高め方を理解するとともに、学習したことを家庭で生かすなど、体力の向上を図るための実践力を身に付けることができるようにすることが必要である。また、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関わっており、生きる力の重要な要素であることを強調したものである。

体力の向上を目指すとは、運動を適切に行うことによって、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、心身の調和的発達を図ることである。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関わっており、生きる力の重要な要素である。そのためには、体育分野で学習する運動を継続することの意義や体力の高め方などや保健分野で学習する心身の健康の保持増進に関する内容を基に、自己の体力の状況を捉えて、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにすることが必要である。

運動を適切に行う

体力は人間の活動の源

自ら運動の計画を立てる

結果として体力の向上

家庭で生かす

体力の向上を図る能力

11