

<資料1>

平成29年5月30日 — 麻布台学校教育研究所発表会

学校・家庭・地域社会が一体となって育成する「体力・運動能力」

—— 平成27・28年度の児童・生徒の実態調査や望ましい「体育」の授業の在り方の提案を受けて ——

文責：堀内一男

	学 校 教 育 で (含む保育園・幼稚園)	家 庭 生 活 で	地 域 社 会 で
● 幼 児 ・ 児 童 ・ 生 徒 に 対 し て は 何 を し た ら 良 い か	<p>● 課 題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯を元気・健康に過ごす基盤づくりとしての「体力・運動能力」の確実な育成と定着を</li> <li>・早寝・早起き・朝御飯 — 快活でリズム感のある基礎的生活習慣と意図的・積極的な体力づくりを楽しむ</li> </ul>	<p>&lt;家庭内で&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全、安心の確保 (住環境)</li> <li>・病気・怪我の防止</li> <li>・偏りのない食生活</li> <li>・愛情豊かな人間関係 (会話)</li> </ul> <p>&lt;登下校の場で&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・登下校への心遣いや注意を</li> <li>・友達同士での帰宅習慣</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公園等での遊び (公園フェス)</li> <li>*広場</li> <li>*遊具 (種類)</li> <li>*遊び方</li> <li>*見守り体制</li> </ul> <p>・保護者同士の協力</p> <p>・少ない規制 <ul style="list-style-type: none"> <li>・登校時見守り—地域関係者による声かけ。子供への挨拶。(道路歩行する大人も参加)(学校での補助指導も必要)</li> <li>・登下校状況の把握と安全への配慮 — 親の玄関での見送り</li> <li>・子供たちの地域での生活のあり方への観察と必要事項の学校への報告</li> <li>・学校からの要請・依頼に対する指導・協力 (PTA, 学校支援本部, 学校運営協議会, 親父の会)</li> </ul> </p>
	<p>&lt;保・幼&gt;・生活環境の点検と安全・安心の確保</p> <p>&lt;小学校&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・始業前 (小) 7.30~8.00 — グランドでの自由遊び</li> <li>・放課後 (小) — 放課後子ども教室 (多少意図的に)</li> <li>・特別活動 — 教師と一緒に遊ぶ長時間やすみや全校遊び集会の計画 (6年生のリーダー性)</li> <li>・心の状況の把握 — 学級経営や学級活動 (担任の役割) 担任やカウンセラーとの個人面談談</li> <li>・体育の授業や行事等で取り組む体力、運動能力づくり</li> </ul> <p>&lt;中学校&gt; 全ての教育活動で取り組む体力、運動能力の向上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教科・道徳の授業—体・心の健康と体力増強の必要性</li> <li>・保健体育の授業</li> <li>— 自分自身の体力の分析 — 不足な体力の把握</li> <li>— 弱い体方面の増強 (サキットトレーニング — 意図的継続的)</li> <li>— 協力して取り組む競技技能の向上</li> <li>— 健康な身体と心の理解。豊かな人間関係の醸成</li> <li>・特別活動・学校行事 — 運動会、スキーや登山、水泳、マラソン大会、宿泊行事等による意図的、集中的体験、</li> <li>・昼休みの活用 — 外遊び、自由遊び、生徒会の企画</li> <li>・部活動 — 自分自身が鍛えたい種目の選択。技能向上、友人との切磋琢磨、教師との関係、交友関係の広がり。</li> </ul>	<p>&lt;子供の成長の見守り&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進路について共に考える姿勢</li> <li>・友達関係についての配慮</li> <li>・学校生活へのアンテナ</li> <li>・親同士の情報交換</li> </ul> <p>&lt;子供の心の中を探る&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子のコミュニケーション</li> <li>・親の願いを子供に語ろう</li> <li>・一生懸命取り組むことの大切さ</li> </ul>	
	<p>&lt;食育&gt; — 家庭・地域・学校が連携して取り組む食生活のあり方と健康の維持、向上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭との連携を強化は、望ましい食生活のあり方の提言</li> <li>・偏りのない豊かな食生活</li> <li>・地域として見守る学校給食 (給食指導を軸には 食生活指導—好き嫌いの無い栄養価が高い給食を。献立やレシピの家庭への提供 (給食試食会の実施))</li> </ul>		
● 家 庭 人 ・ 社 会 人 は	<p>● 課 題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親自身の体力づくり — できるところで、できる体力づくりを (内容にこだわらず、意識を大切に、時には親子で)</li> <li>・子供たち、高齢者に対し、援助する心遣いを</li> <li>・歩く筋力を維持する努力を (姿勢をただし、しっかり歩く)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休息、安らぎの場</li> <li>・豊かな人間関係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・隣人との関わり豊かな生活</li> <li>・地域での体力づくりに参加</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子供たちの学校生活に対する関心 (行事や授業参観)</li> <li>・学校便り、学年便り等を通した学校情報の把握</li> <li>— 学校情報をもとに、子供との会話・対話を</li> <li>— 自分の子供だけでなく同級生・同学年生への関心を</li> <li>・ボランティアとしての学校の協力を (出来ることを出来る範囲で) (部活指導、キャリア教育への参画、PTA活動やおやじの会等への参加、学校教師との会話・対話・・・)</li> <li>・仲の良いこどもとの親同士の関わりを。地域での連携</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭、地域を生かした健康・体力づくり</li> <li>— 地域でのラジオ体操やウォーキング</li> <li>— ウォーキング ランニング (一人ではなく複数で)</li> <li>— 子供たちへのスポーツ指導 (野球、サッカー・・・)</li> </ul>	
● 高 齢 者 達 は	<p>● 課 題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分自身の体力、歩行力維持のための基礎的・継続的な体力づくり — 元気でいるから、出会える・話せる喜び</li> <li>・一人でなく、友達と、近隣の人と誘い合って — 外に出る。人と関わる。挨拶できる関係を。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・近隣の小・中学校の学校行事への参加・参観</li> <li>— 授業参観、行事への参加・参観</li> <li>— 学校からの要請に応じたボランティア活動 (学校行事、授業協力、図書館活動、部活動指導員、芝生・植物育成協力・・・)</li> <li>*学校支援本部、コミュニティースクールへの協力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族と共に取り組む</li> <li>— ラジオ体操</li> <li>— テレビ視聴や会話・対話</li> <li>・家族との豊かな会話や連絡</li> <li>— 機器を使って</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康・体力・コミュニケーションづくり</li> <li>*体を動かし健康・体力の保持</li> <li>— ラジオ体操、太極拳、オキソ</li> <li>・地域でのボランティア — 町会活動</li> <li>— 登校時の見守り</li> <li>— 子供との関わりが元気の秘訣</li> </ul>

<資料2> S m区 28年度 東京都児童・生徒体力・運動能力調査結果より

同地域でも体力・運動能力に違いがある実態

- 全国的に「体を動かす場や機会が無く、基礎的な体力づくりが意識されていない実態
- 調査結果に学校差があるだけでなく、男女差、種目別差が見られる
- 体力、運動能力の傾向・状況を把握し、相応しい対策を考える必要

○ 全国平均より高い ● 全国平均より低い △ 全国平均と同様

	学年・性別 (人数)	体力合計	走力 50m (秒)	跳力 立幅跳 (cm)	投力 ソフトボール (m)
A 小学校	2年 男子 29	○ 39.3	○ 10.4	○ 130.9	○ 13.4
	4年 男子 16	○ 50.9	○ 9.7	○ 148.4	○ 24.8
	6年 男子 15	○ 61.3	○ 8.6	● 160.0	○ 29.2
	2年 女子 24	△ 37.2	△ 10.9	△ 118.8	○ 8.3
	4年 女子 9	○ 57.1	○ 9.4	○ 146.4	○ 13.0
	6年 女子 19	○ 67.6	○ 8.7	○ 169.5	○ 21.4
B 小学校	2年 男子 48	● 33.8	● 10.9	● 115.5	● 9.8
	4年 男子 46	● 46.3	△ 9.6	● 137.3	● 17.3
	6年 男子 25	○ 62.1	○ 8.5	○ 168.3	○ 27.5
	2年 女子 37	● 34.7	△ 10.9	● 109.6	● 6.5
	4年 女子 43	● 47.2	△ 10.0	● 133.8	● 11.0
	6年 女子 27	● 61.5	○ 8.9	● 150.5	● 14.4
C 中学校	1年男子 108	● 32.9	△ 8.4	● 167.3	● 18.1
	2年男子 105	● 42.6	△ 7.8	● 184.8	○ 22.3
	3年男子 91	● 49.0	△ 7.5	● 195.7	● 23.4
	1年女子 108	△ 45.3	○ 8.8	● 148.1	● 11.5
	2年女子 110	● 47.0	△ 8.7	● 152.0	● 12.2
	3年女子 119	● 51.3	△ 8.6	● 156.2	● 14.2

A小学校：小規模校。火・水・金・日のこども広場一遊びによる運動の奨励(220名)  
(地域・保護者の協力)

B小学校：学校規模が大きく校庭狭い(456名)。走り回ること難しい。  
思い切り走ったり、投げたりする環境が無い。

C中学校：毎週金曜日を朝マラソンの日とし、7:30~8:00の30分を全校マラソン  
練習にあてている。食育に力を注ぎ、体力の向上と結び付けている。

工夫した「キッカケ」が体育・運動への意欲を高める

1 「学校での運動意欲不足」をどのように克服するか（平成25・26年）

- ① 「からだブック」の利用 — 自分の生活を振り返り、よりよく改善させる態度の育成
  - ・ 26年度「からだブック」の活用と記録 — 2,3 学期（運動、生活習慣、食生活記録）
  - ・ 次年度から「歩数計の活用」を検討（区教委を説得 — 予算化）
  - 27年度「歩数計の活用」2 学期、3 学期 — 各1 週間7 日間の記録 — 2 回実施
  - 28年度 歩数計の活用（各学期1 週間 — 3 回の実施）
- ② 「歩数計の活用」 — 27年度（10月26日（月）～11月1日（日）まで）
  - ・ 26・27日の記録を参考に自分の目標を立てる。28日以降は目標達成への努力
  - ・ 朝、自宅を出るときにズボンの前ポケット、胸ポケットに歩数計を着用
    - 体育時は外す。寝る前に数値を記録。
    - 歩数計は記録期間終了後に体育行事委員会が回収保管
    - 目標達成者には「記録賞」を発行

2 28年度6月の記録 — 1日あたりの平均歩数

学 年	学年 平均 (歩)	男子 平均 (歩)	女子 平均 (歩)
1年	12,222	13,696	11,192
2年	13,992	15,871	11,705
3年	13,227	14,051	12,541
4年	13,560	15,452	12,284
5年	12,317	14,978	11,267
6年	11,818	12,427	11,208

※  
 ・目的が定めれば主体的に頑張れる子供たち  
 ・低学年の頑張りをみて、高学年も頑張る実態  
 ・この流れに乗れない子供たちも居るのも実態  
 ・学期1週間の実践が年間行動に与える影響の意味を考えたい。

3 教育委員会「教育調査」による本校独自の項目（3年間の変化） — 意欲の高揚

	質 問 内 容	肯 定 率			3 年間の差
		H26	H27	H28	
△①	休み時間に外で遊ぶことを楽しみにしている *	58 %	66 %	92 %	34 %
児②	帰宅後、外で遊んだり運動したりすることが多い	55 %	66 %	86 %	31 %
童③	体育の時間を楽しみにしている	76 %	83 %	88 %	12 %
▽④	家族でよく運動している *	34 %	42 %	85 %	51 %
⑤	苦手な運動も頑張ってみようとしている	62 %	75 %	84 %	22 %
⑥	縄跳び、マラソン大会があると練習を頑張る	71 %	78 %	90 %	21 %
⑦	だれとでも協力できる	67 %	68 %	87 %	20 %
⑧	一人であるより皆と一緒にのほうが好き	78 %	77 %	87 %	9 %
⑨	先生以外の大人に教えてもらうのは楽しい	64 %	74 %	90 %	26 %
⑩	朝、学校へ行くのが楽しみ	64 %	67 %	82 %	18 %
⑪	家で学校の話をよくする	66 %	74 %	80 %	14 %
⑫	今の自分が好きである *	52 %	45 %	87 %	35 %
⑬	いろいろなことに挑戦してみたいと思う	77 %	84 %	94 %	17 %
△①	子供は休み時間に外で遊ぶことを楽しみにしている	68 %	75 %	77 %	9 %
保②	子供は放課後も外で遊んだり運動することが多い	48 %	56 %	54 %	6 %
護③	縄跳び、マラソン大会があると練習を頑張っている	65 %	63 %	69 %	4 %
者④	子供は朝学校へ行くことを楽しみにしている	75 %	74 %	76 %	1 %
▽⑤	子供は、いろいろのことに挑戦しようとしている *	64 %	68 %	76 %	12 %

※自主的・主体的な行動は、生活を楽しくし、自分で自分が好きになることができる。