

### 3 今後の対策

#### (1) 各学校における体力向上プランのさらなる充実について

本年度の体力・運動能力調査の結果を見ると、昨年度より向上している項目は、41項目・20%となっています。平成20年度との比較では、向上している項目が104項目・51%と多くなっています。一方で平成20年度と比較して「握力」「ボール投げ」「立ち幅跳び」が下回っている項目が多い状況です。こうした低下している項目について、その原因を明らかにするとともに、効果的かつ具体的な対策を講じていく必要があります。具体的な指導の手立てとして、効果を上げている学校の実践例を事例集に掲載しておりますので、活用を図っていただきたいと思えます。

各学校においては、児童・生徒の結果を的確に分析するとともに、課題を明確にし、学級担任・保健体育科教員、養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員等を中心として、全職員が共通理解し、学校全体で「体力向上プラン」に基づいた取組を実践することが大切です。

また、「体力向上プラン」は、児童生徒の実態に合ったプランとなるように毎年見直し、低下している項目に対する具体的な手立てや、D・E段階の児童生徒に対する重点的、具体的な手立てが必要です。そして、全職員の共通理解の上で、共通した取組を継続していくことが何より大切だと考えます。

#### (2) 体育・保健体育授業の充実について

体育の授業の愛好度と体力テストのクロス集計結果から、「体育の授業がたいへん好き」と回答している児童・生徒が体力テストのA段階の割合が高いことがわかります。逆に、「体育の授業があまり好きでない」「きらい」と回答している児童・生徒の体力テストのD・E段階の割合が低くなっていることがわかります。

このような結果から、体育の授業が好きな児童・生徒を増やしていくことはたいへん大切なことがわかります。宮崎県は、「体育が好き」と回答している児童・生徒の割合がたいへん高いという結果が出ています。さらに体育好きな児童生徒を増やしていくためには、体育授業を工夫改善し、体育の授業が楽しいと感じさせることが不可欠であると考えます。

多くの児童生徒に体育が好きと感じさせるためには、「わかる」「できる」「かかわる」授業づくりが大切です。具体的には、①授業で「できるようになる」実感をもたせる指導の工夫を行うこと、②生涯にわたるスポーツ実践や健康の保持増進、体力の向上などが自分にとって重要なことであることを理解できるようにする授業づくりを行うこと、③より多くの種目のもつ楽しさに触れさせることができるような指導の工夫を行うことなどが大切です。このような視点を踏まえ、各学校の児童生徒の実態に応じた年間指導計画や単元計画、さらに1時間毎の指導計画を立てることが必要です。

また、体づくり運動や体育理論、保健の指導充実を図ることにより、「体力は必要」と考える児童生徒を増やしていくことも重要です。

#### (3) 体育の授業以外での取組について

小学校の外遊びと体育の愛好度のクロス集計から、外遊びの頻度が高い児童ほど体育への愛好度が高いことがわかります。また、学校全体で体育の授業以外に体力の向上に関する取組（一校一運動）を実施している学校は、体力の得点が高いことがわかります。

そのために、小学校では、学校生活の中で遊んだり運動したりする機会や場の設定をすることや、家庭や地域と連携した取組を推進することも大切です。また、中学校、高等学校においては、運動部活動の充実が体力向上に大きく関係することから、魅力ある部活動にし、運動部活動加入率を上げていくことが必要であると考えます。

また、朝食やテレビ視聴時間等と体力テストの結果に相関があることから、朝食を食べることやテレビ視聴時間を決めるなどして、学校と家庭が一体となって生活習慣を見直していくことが極めて大切なことだと考えます。