

## 5 二極化への対応（運動時間アップ作戦）

### （1）元気いっぱい「子どもの体力向上」推進事業の取組

#### ① 体力アップ支援事業

##### ア 立腰指導、一校一運動（教育活動の取組）の推進

立腰指導とは、腰骨を立てた正しい姿勢を身に付けさせる指導であり、体力向上や学習に対する集中力、意欲等を高めることをねらいとしています。

一校一運動とは、各学校において学校や地域の特色を生かし教育活動全体の中に位置付けられた体力向上に向けてのシンボリックな取組です。

学校独自で作成している体力向上プランの中に位置付け、計画的・継続的な体力向上の実践を進めることをねらいとしています。

##### イ 体力向上対策会議（体力・運動能力調査結果分析）

体力向上対策会議を開催し、本県の児童・生徒の体力の現状を分析するとともに、今後の体力向上への対策等を検討するために設置しています。報告書（本紙）等を作成し、児童・生徒の体力の充実を図ります。

##### ウ 体力向上研究推進モデル校の支援

平成17年度より、児童生徒の発達の段階に応じた体力の向上を図るために、具体的な方法を実践研究する「宮崎県体力向上推進モデル校」を指定しています。平成25年度から平成27年度までの3か年間にわたり、えびの市立真幸小学校、岡元小学校、真幸中学校、県立飯野高等学校をモデル校として指定し、今年度、研究の成果を発表していただきました。

##### エ 体力づくり優良校表彰

平成17年度より、学校独自の体力向上プランに基づき、体育・保健体育の授業をはじめ、学校の教育活動全体を通じた体育指導及び児童生徒の体育的諸活動を展開し、体力向上に実績を上げている学校を「体力づくり優良校」として顕彰しています。平成27年度は、下記のとおり小学校7校、中学校5校、高等学校2校が受賞しました。

小学校：	宮崎市立宮崎西小学校	串間市立北方小学校
	新富町立上新田小学校	都城市立御池小学校
	小林市立東方小学校	諸塚村立荒谷小学校
	高千穂町立岩戸小学校	
中学校：	宮崎市立宮崎北中学校	日南市立鶴戸中学校
	小林市立野尻中学校	えびの市立真幸中学校
	椎葉村立椎葉中学校	
県立学校：	県立小林高等学校	県立延岡工業高等学校

## ② 体育授業充実支援事業

### ア 子供の体力向上指導者養成研修

「子供の体力向上指導者養成研修」（西部地区5月）の研修内容を伝達することにより、体育科・保健体育科学習の指導方法の一層の充実を図るために実施されます。小学校7地区（宮崎、児湯、南那珂、北諸県、西諸県、東臼杵、西臼杵）、中・高等学校3地区（中部、南部、北部）に分けて、夏季休業中に実施しています。6月下旬に各学校へ要項、申込書が送付されます。



#### 【小学校体力向上指導者養成地区別講習会】

◆H27年度：7地区合計286名の参加

◆講習会（浮く・泳ぐ運動）の様子

運動の楽しさ喜びを感じ、授業づくりや魅力ある教材・教具の工夫や場づくり等を学べます。

今年度は、「体づくり運動」と「浮く・泳ぐ運動」が実施されました。

#### 受講者の感想(アンケートより)

- 自分自身が水泳が苦手なので、実技が苦痛だと思っていたが、説明を聞く→モデルを見る→実際にやってみるという流れで、とてもわかりやすく楽しく取り組めた。
- 遊びの中で「体づくり」をしていって一番は“楽しい”でした。でも気付いたら、汗だくで、まさに“楽しみながら”汗をかくまで運動することが体験できました。



#### 【中学校・高等学校体力向上指導者養成地区別講習会】

◆H27年度：3地区合計129名の参加

◆講習会（器械運動・球技：ゴール型・ハンドボール）の様子

技能の段階的な指導や場の作り方、役割分担など専門的な指導をわかりやすく伝達しています。それぞれの領域の特性に触れさせるアイデア溢れる授業づくりの実践が学べます。本年度は、「器械運動」「球技：ゴール型・ハンドボール」が実施されました。

#### 受講者の感想(アンケートより)

- 私自身、器械運動が苦手なため、とてもわかりやすい説明で実際に様々な運動例を試してみて、ぜひ、苦手とする生徒に伝えていきたいと思いました。（器械運動）
- ボールを持たない時の動き、空間を生かす動きなど、場の工夫ややり方を工夫してみるだけで自然とできるのに気付き、ためになりました。（球技：ゴール型・ハンドボール）

## イ 体育振興指導教員派遣（小学校体育授業への指導者派遣）

体育・保健体育の専門的な知識や技能をもつ教諭を小学校へ派遣し、体育授業や研修会を実施します。

実施運動領域は、器械運動、陸上運動、水泳があり、各学校へ10時間程度派遣されます。



### 【体育振興指導教員派遣】

#### ◆授業（器械運動・マット運動）の様子

約10時間（研修会を含む）の授業を通して専門的な指導を行っている。陸上競技以外にも、水泳や器械運動の授業でも実施されています。

H27年度は、22名の体育振興指導教員が32校に派遣されました。

## ウ 武道指導者等派遣事業

地域の武道関係者や小・中・高等学校の教員退職者等を中学校へ派遣し、武道やダンスの授業をサポートします。

平成27年度は、柔道、剣道、弓道、ダンスの協力者20名が、各学校10時間程度24校に派遣されました。

## エ 中学校・高等学校保健体育指導者講習会

平成24年度から完全実施となった武道・ダンス必修化（中学校）に伴い、授業の指導方法について研修を実施しました。



### 【武道】

#### ◆H27年度：34名の参加

#### ◆講習会（柔道）の様子

講義で武道における安全対策や学習指導方法を学び、実技指導では、安全面に配慮した段階的な指導方法や簡易の試合など授業で使える内容が紹介されました。

今年度も剣道と柔道が実施され、講師や非常勤講師も受講しました。

#### 受講者の感想（アンケートより）

- 受身・投げの基本も大事だが、その前の段階の動きづくりで、基本につながる動きをつかむことが、中学生（特に1・2年生）には、必要なのだと知りました。（柔道）
- あらためて剣道授業のあり方について考えさせられました。特に、体ほぐしの運動では、生徒に興味をもたせるための内容を数多く紹介いただき参考になりました。（剣道）

## 【ダンス】

◆ H 2 7 年度：3 5 名の参加

◆ 講習会の様子

今年度の講習会より小学校の先生方にも参加いただきました。ウォーミングアップ段階から作品となるような動きや、イメージしやすい題材が掲載されているカードの活用など発達の段階に応じた取組事例を実際に体験し、すぐに授業に生かせる内容を学ぶことができました。



## ③ 運動・スポーツの出会い支援

### ア 幼児児童の楽しい運動遊び

幼児児童における遊び・運動等についての指導理論や技術に関する理解を深める研修を実施します。県内2地区で開催しました。



### 【幼児児童の楽しい運動遊び】

◆ H 2 7 年度：2 地区合計 5 2 名の参加

◆ 研修会の様子

音楽に乗って楽しく取り組める運動遊びや「身近なもので遊べる運動遊び」などがたくさん紹介されています。近隣の幼稚園や保育園に協力をいただき、講師による実際の指導場面を参観し、参加者も子どもとふれあいながら研修することができました。

### 受講者の感想(アンケートより)

- すぐに保育園に帰って、実践してみたい遊びばかりで、来てよかったと感じました。子どもの興味を引きながら主体的な保育の進め方についても学ぶことができました。
- むずかしい内容ではなく、子ども達も無理なくすぐにできる内容ばかりだった。

### ○ 幼児児童の楽しい水遊び

幼児児童期の水泳指導の充実及び安全管理の徹底を図るため、楽しい水遊びの指導方法や安全指導のための技術を習得する研修を実施します。県内3地区に分けて開催します。4月上旬に各学校へ要項、申込書が送付されます。



### 【幼児児童の楽しい水遊び】

◆ H 2 7 年度：3 地区合計 102 名の参加

◆ 研修会

(水に慣れる遊び、浮く・もぐる遊び)

スイミングスクールのインストラクターを講師に迎え、水に慣れるための様々な遊びやの水泳の基本的なポイントまで学べます。(写真は安全指導の様子)

#### ④ 運動部活動への支援

##### ア 運動部活動指導者研修（いきいきわくわく運動部活動）

中学校・高等学校の運動部活動指導者を対象に指導力の向上を図り、運動部活動の充実を目指し、研修会を3～4種目で実施します。



##### 【いきいきわくわく運動部活動】

◆H27年度：3種目合計89名の参加

◆研修会（バドミントン）の様子

中学校・高等学校の専門部に協力をいただき、「バレーボール」「バスケットボール」「バドミントン」の3競技を実施しました。指導のポイントや指導者が配慮すべき内容を細かく教えていただきました。さらに、競技未経験者の先生方にも分かりやすく指導内容を教授され、現場ですぐに実践できる内容を学ぶことができました。

##### 受講者の感想（アンケートより）

- ストレッチやボールコントロールの練習を多く知ることができました。（バレーボール）
- 中高連携の視点から中学校にルール制限が新たにできたので、高校の指導者としても勉強になった。（バスケットボール）
- 生徒に対する情熱や姿勢、個々の可能性を引き出す指導が大変参考になりました。（バドミントン）

##### イ キッズスポーツ教室推進事業

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに体力向上を図るため、小学生を対象に、体育学習の成果を発表する場としてスポーツ教室を実施します。

平成27年度は、小学校14地区で、水泳教室や陸上大会、器械運動教室等が実施されました。

##### 【宮崎市小体連・水泳競技大会・陸上競技大会の様子】



## (2) 総合型地域スポーツクラブの取組

総合型地域スポーツクラブは、ママさんバレーボールや少年野球のように、ある一定の種目だけではなく、いくつかの種目で、レベルや興味に応じてプログラムが選べるように構成されています。

- ① 子どもから高齢者まで（多世代）
- ② 様々なスポーツを愛好する人々が（多種目）
- ③ 初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）

という特徴をもち、日常的に活動の拠点となる施設を中心に、地域住民により自主的・主体的に運営される公益性のある非営利組織です。

### ① 県内の総合型地域スポーツクラブ

ア 現在県内では設立済みクラブが30クラブ、設立準備中クラブ（設立準備を進めている市町村含む）が2クラブあります。（平成27年3月現在）

## 宮崎県の総合型地域スポーツクラブ

- 1 NPO法人 東大宮スポーツクラブ
- 2 みやざき中央スポーツクラブ
- 3 NPO法人 佐土原スポーツクラブ
- 4 住吉スポーツクラブ
- 5 NPO法人 MIYAZAKIうづらaiクラブ
- 6 半九レインボーSC
- 7 青島スポーツクラブ
- 8 本の花スポーツクラブ
- 9 俳フェニックス総合型スポーツクラブ
- 10 潮見スポーツクラブ
- 11 NPO法人 FC roby
- 12 楽勝スポーツクラブ
- 13 一般社団法人 卑留スポーツクラブ
- 14 西都スポーツクラブ
- 15 メラスポチャレンジクラブ
- 16 木城ドリームス
- 17 NPO法人 都農enjoyスポーツクラブ
- 18 NPO法人 高城スポーツクラブ
- 19 都城西スポーツクラブ
- 20 コスモクラブ都城
- 21 NPO法人 みまたチャレンジ総合クラブ
- 22 小林元気クラブ
- 23 クラブのじり
- 24 NPO法人 真幸ホットほっとクラブ
- 25 NPO法人 いいの夢クラブ
- 26 NPO法人 いい汗館久藤クラブ
- 27 神武くんスポーツクラブ“きらり”
- 28 南方ワイフイススポーツクラブ
- 29 ひむかYOUゆうクラブ
- 30 ひのかげきらめきクラブ
- 31 高鍋スポーツクラブ設立準備委員会
- 32 川南スポーツ合衆国設立準備委員会



## ② 総合型地域スポーツクラブの取組

### ア 各クラブの教室やイベントなど

キッズやジュニア向けの教室や大人向けの教室など各クラブで色々なプログラムが企画されています。また、日常的なスポーツ教室だけでなく、文化的教室やイベントなども行われています。

#### 【NPO 法人高城スポーツクラブ】



【小学生放課後教室】

#### 【一般社団法人串間スポーツクラブ】



【レスリング教室】

### イ 平成27年度地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト

NPO法人東大宮スポーツクラブでは、文部科学省委託事業を受託し、「トップアスリート等による巡回指導（地域のジュニアアスリート等を支援）」「地域課題解決の取組（高齢者の健康推進等）」「体育の授業等の支援（小学校体育活動コーディネーターの派遣）」の事業を行っています。

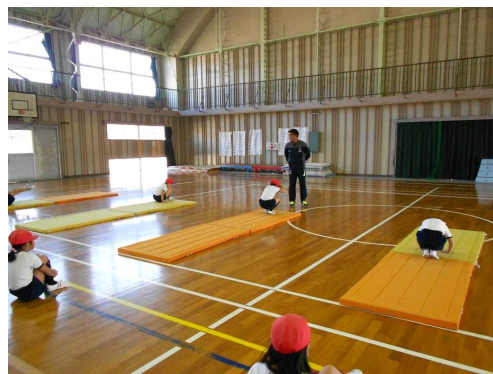
#### 【トップアスリート等による巡回指導】



トップアスリートによる指導の様子

27年度は、ソフトテニス、卓球、陸上、カヌー、柔道、バドミントン、サッカー、ハンドボールの8種目、15団体（中学校運動部活動・少年団等）の巡回指導が実施されました。

#### 【体育の授業等の支援】



コーディネーターによる支援の様子

27年度は、18校の小学校で、体づくり運動や水泳、陸上、器械運動、表現運動、ボール運動等の授業に、合計1,242時間、支援しました。