

子どものスポーツ 機会の充実



<現状と課題>

●子どもの体力について

全国体力調査を種目別にみると、本県の児童生徒は、持久力や敏捷性は優れていますが、柔軟性などに課題が見られます。また、昭和 60 年度と比較すると明らかに劣っており、全国と同様、運動に親しむ子どもとそうでない子どもの二極化現象が見られます。その原因として、都市化・生活の利便化等の生活環境の変化、睡眠や食生活等の子どもの生活習慣の乱れなど様々な要因が絡み合い、結果として子どもが体を動かす機会が減少していることが考えられます。

また、児童生徒のテレビ、DVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等による映像の視聴時間と体力合計点の関係をみると、平日 1 日当たりの映像視聴時間が長時間になると体力合計点が低下する傾向がみられます。

家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康かつ安全で活力ある生活を送るための基礎を培うことが求められます。

●運動部活動について

少子化に伴う運動部活動数及び所属生徒数の減少等により、チーム競技等においては特に活動に支障をきたしています。顧問教員の負担を軽減するためのスポーツ指導者の確保についても課題があり、その形態や運営についても工夫が必要です。競技によっては、運動部活動だけでなく、地域スポーツクラブなどで行われている競技もあります。少子化に伴う部員減少から、複数校合同チームの参加が増加していますが、練習環境の問題などがあり、運動部活動の見直しや精選が必要となっています。

このようなことから、学校における体育・スポーツにおいて、「生きる力」の育成を図るため体育学習の充実を図るとともに、今後さらにより多くの児童生徒が部活動に参加するための条件整備や、発育・発達段階や多様なスポーツへのニーズに対応できるよう、県中学校体育連盟、県高等学校体育連盟、県高等学校野球連盟、県学校体育研究連合会などの学校体育団体とより一層の連携を図り、子どものスポーツ機会の充実に取り組む必要があります。



写真提供 / 長崎県中学校体育連盟

■全国体力調査 全国平均と長崎県平均の比較

(令和元年度 スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」)

種目	学年・性別・区分		小学5年生				中学2年生						
			男子(平均値)		女子(平均値)		男子(平均値)		女子(平均値)				
			長崎県	全国	長崎県	全国	長崎県	全国	長崎県	全国			
① 握力(kg)	↓		15.96	16.37	↓	15.78	16.09	↑	28.86	28.65	↓	23.53	23.79
② 上体起こし(回)	↓		19.22	19.80	↓	18.08	18.95	—	26.89	26.96	↓	23.42	23.69
③ 長座体前屈(cm)	↓		31.07	33.24	↓	35.48	37.62	↓	41.66	43.50	↓	44.08	46.32
④ 反復横とび(回)	↓		41.41	41.74	↓	39.98	40.14	↑	52.14	51.91	↑	47.57	47.28
⑤ 持久走(秒)								↑	390.55	398.98	↑	283.84	289.82
シャトルラン(回)	↑		52.49	50.32	↑	42.96	40.79	↑	88.87	83.53	↑	64.21	58.31
⑥ 50m走(秒)	↓		9.43	9.42	↓	9.66	9.64	↓	8.09	8.02	↓	8.86	8.81
⑦ 立ち幅とび(cm)	↓		150.28	151.45	↓	143.91	145.68	↑	196.34	195.03	↑	169.95	169.90
⑧ ボール投げ(m)	↑		22.58	21.61	↑	14.27	13.61	↓	20.34	20.40	↓	12.86	12.96
合計点(80点満点)	↓		52.94	53.61	↓	54.92	55.59	↓	41.40	41.69	↓	49.73	50.22

■1週間の総運動時間 ※体育の授業を除く

(令和元年度 スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」)

【小学校】	男子	0分	1分～1時間未満	1時間以上～7時間未満	7時間以上
	全国	3.6%	4.0%	40.8%	51.5%
	長崎県	3.3%	3.4%	36.7%	56.7%
	女子	0分	1分～1時間未満	1時間以上～7時間未満	7時間以上
全国	4.7%	8.3%	56.9%	30.1%	
長崎県	4.5%	7.8%	50.8%	36.9%	

【中学校】	男子	0分	1分～1時間未満	1時間以上～7時間未満	7時間以上
	全国	5.2%	1.9%	9.4%	83.5%
	長崎県	4.0%	1.5%	8.7%	85.7%
	女子	0分	1分～1時間未満	1時間以上～7時間未満	7時間以上
全国	13.0%	6.4%	18.9%	61.7%	
長崎県	10.5%	6.6%	16.8%	66.1%	

※WHOによると子どもは1日60分の中～高強度の運動を毎日行うことを推奨しています。

施策の 方向

「知って、わかって、できて、楽しい体育授業」の充実を図ることを柱に、運動の習慣化による体力の向上を目指すとともに、豊かな人間性を養うため、生徒の多様化するスポーツニーズに対応した運動部活動の在り方の工夫・改善に取り組みます。

1. 幼児期における 運動・スポーツ活動の推進

(1) 幼児期運動指針を活かした遊びの推奨

文部科学省が平成 24 年 3 月に策定した幼児期運動指針によると、幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計 60 分以上、楽しく体を動かすことが大切であるとされ、そのポイントとして「1 多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れる」「2 楽しく体を動かす時間を確保する」「3 発達の特性に合った遊びを提供する」の3つが挙げられています。

これらについて、幼児に直接かかわる保育者対象の研修会をはじめ、園長等運営管理者対象の研修会等においても折に触れ取り上げます。また、自然体験活動に関する事業の紹介を積極的に行い、運動遊びについての普及啓発に努めます。

(2) 体力向上に関する指導者の指導力向上

平成 28 年と 30 年に、「幼児期の運動遊び」をテーマに講義と実技を組み合わせた研修会を開催したところ、幼児期運動指針及びその具体的実践方法についての理解推進に成果が見られました。また保育者からも、研修会のテーマとして運動遊びを望む声が聞かれていますので、今後も引き続き、幼児期の運動遊びについての研修会を開催します。

幼児にとっては遊びや生活のすべてが、体づくりを含む総合的な学びの機会であることから、他のテーマで開催される研修会においても、運動遊びの視点を取り入れるように努めます。



2. 「生きる力」の育成を図る 体育学習の展開

(1) 学習指導の充実

新しい学習指導要領に示されている、「する」「みる」「ささえる」「しる」の観点からの体育の授業をめざして、体の動かし方や運動のコツの理解を深め、運動に関する基礎的な知識を育成し、すべての児童生徒が運動を好きになり、意欲的に運動に取り組み、運動が得意になるとともに、豊かなスポーツライフを実現するために、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身につけるよう体育学習指導の充実に努めます。

また、心身の健康や安全について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育成することができるよう保健学習指導の充実に努めます。

(2) 指導や評価方法の工夫・改善と指導者の指導力向上

研究校等の指定や研修会・講習会の実施、学校体育研究団体との連携により、学習指導要領に沿った指導や評価方法の工夫・改善と指導者の指導力向上に努めます。



数値 目標

全国体力・運動能力、運動習慣等調査における全国平均以上の種目



全国体力・運動能力、運動習慣等調査における「体育の授業で運動のやり方やコツがわかった」児童生徒の割合



3. 児童生徒の体力向上

(1) 指導体制の確立

体育や保健の授業はもとより、特別活動など学校教育活動全体を通じて、安全面などに配慮しつつ、体育、保健体育活動が活発になるように努めます。特に「体育授業の充実」と「運動習慣・生活習慣の改善」の2つを柱とし、各学校に「体力向上アクションプラン」の作成と実施を促すとともに、体力向上に向けた取組のPDCAサイクルの構築に取り組みます。

(2) 児童生徒及び保護者の体力向上にかかる啓発

地域の専門的指導者を活用し、児童生徒及び保護者の体力向上への意識の高揚に努めます。本県の課題である柔軟性の向上や自校の体力の課題を念頭に、「親子体力向上実践セミナー」やWEB上で長縄とびやストレッチ等の記録を競う「フィットネスランキングながさき」を取り入れるほか、県が作成・配布した資料等を例示して、取組の活性化を図ります。

(3) 指導者の指導力向上

外部講師による体力向上に関する研修会を開催し、指導者の指導力向上に努めます。

(4) 運動の場の工夫と時間の確保

休み時間や放課後等の時間を児童生徒が有効に使い、体力の向上が図られるよう器具や遊具施設を整備し、その活用についての啓発や体力の向上を図る正しい使用方法について情報を共有します。

文部科学省からの資料提供や研究指定校の実践を基に、体育（保健体育）の時間以外での体力の向上を図る事例を紹介します。

4. 運動部活動の活性化

(1) 適切な運動部活動のための指導者の指導力向上

生徒のバランスのとれた生活と成長の確保、スポーツ障害・疾病の予防などの観点から、「長崎県運動部活動の在り方に関するガイドライン」をもとに、児童生徒の発達段階に応じた適切な運動部活動の指導や確実な休養日の設定が行われるよう、スポーツ医・科学を基にした運動部活動指導者研修会の充実を図り、指導力の向上に努めます。

(2) 持続可能な運動部活動の在り方研究・推進

少子化等による運動部活動への参加者の減少や、指導者の確保が困難になっている状況に対応するため、総合型地域スポーツクラブとより一層の連携を図りながら、複数校運動部活動や、子どもの興味・関心に応じて多様なスポーツに親しむことができる総合運動部活動の在り方の検討に取り組み、持続可能な運動部活動の在り方を研究し推進してまいります。

5. 学校体育団体の活動支援

(1) 学校体育団体との連携・強化

競技力の更なる向上を目指し、異なる校種間の連携・交流により各競技種目で一貫した指導体制を継続し、県中学校体育連盟や県高等学校体育連盟の各競技専門部及び県高等学校野球連盟が連携して指導できる体制の維持に取り組みます。体育・スポーツの健全な普及発展と競技水準の向上を目指し、学校体育団体とより一層の連携を図り、活動を支援してまいります。