

健やかな体の育成を目指して

令和4年度、全国体力・運動能力、運動習慣等調査が実施されました。本年度のあきる野市と東京都の児童・生徒の結果(小学校5年生と中学校2年生)は表のとおりとなりました。

体力合計点は、小学校5年生は東京都の平均を下回り、中学校2年生は東京都の平均を上回りました。種目別の結果では、投力及び柔軟性は、東京都の平均並み、もしくは上回りました。

投力(ソフトボール・ハンドボール投げ)

投力は、小・中学校ともに東京都全体の平均より高い傾向が

【柔軟性(長座体前屈)】

柔軟性は、東京都の平均並み、もしくは上回っています。各学校においては、体育の授業や部活動の際に、運動の内容に合った柔軟運動などを取り入れ、け

令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果(小学校5年及び中学校2年のみ抜粋)

Table with 11 columns: 学年, 握力(kg), 上体起こし(回), 長座体前屈(cm), 反復横跳び(点), 持久走(秒), 20mシャトルラン(回), 50M走(秒), 立ち幅跳び(cm), ソフトボール投げ(m), ハンドボール投げ(m), 体力合計点. Rows for 男子 and 女子, 小5 and 中2, あきる野市 and 東京都.

がをすることなく、運動ができるように取り組みました。今後は、児童・生徒が楽しく運動することや目的意識を持つて体力向上を図ることなどを通して、生涯スポーツを楽しむとともに、積極的に運動に取り組むことができ、働きかけていきます。

コロナ禍における児童・生徒の体力の状況

児童・生徒の体力は、過去4年間の体力合計点の変化を見ると、小学校では令和2年度を境に数値が東京都平均を下回っています。相対的に児童の体力の低下は、コロナ禍での制限により、運動をする機会が減ったことが要因として考えられます。一方で、中学校では、東京都

の平均を上回っている状態を維持しています。これは、感染症対策を講じながら部活動を継続してきた成果と考えます。今後、徐々に活動の制限が緩和されていく中でも、教育活動を工夫し、さらなる体力の向上を目指していきます。

児童・生徒が運動を好きになるために

あきる野市教育基本計画(第3次計画)では、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の意識調査において、「運動が好き」と肯定的に回答する児童・生徒の割合が増加するように、校種別、男女別に目標値を設定しています。令和4年度の調査では、「運

動が好き」と答えた本市の児童・生徒の割合は、東京都の平均と同等の数値になっています。運動が「好き」と答えた児童・生徒の体力合計点は、「やや好き」と答えた児童・生徒の体力合計点よりも高い傾向が見られ

ることから、運動への意欲が体力向上につながっていると考えられます。令和4年度の体力向上推進委員会においては、「主体的に運動に取り組む児童・生徒」を目指す子ども像として研究を進めてきました。

また、この委員会では、運動が好きなお子を増やす手立てとして、ICTの活用等について検討し、授業に取り入れて検証しました。ICTの活用により、自分の運動している姿の動画を撮影し

確認できるため、自分の動きの課題を見つけ、自分で新たな目標を設定するなど、主体的に考えて活動することができました。授業の最後に、各自が振り返りを行うことで、目標の達成度合いを意識して学習活動を進める姿が見られました。

また、各学校では、マラソン月間、縄跳び月間を設定するなど、児童・生徒が主体的に運動に取り組めるようにしています。縄跳びの練習に利用できるジャンピングボードを設置したり、各自で取り組むためのマラソンカードを配布したりするなど、児童・生徒が意欲的に取り組むための工夫をすることで、体育の授業時間以外にも友達と一緒に練習する姿も見られました。

このように、児童・生徒が、目標を持って主体的に運動する取組を行ったことで、昨年より「運動が好き」と答える児童・生徒が増えたと考えられます。今後も、体育の授業を工夫し、全ての児童・生徒が運動の楽しさを味わえるようにすることともに、体育や部活動の時間をきつかけに、休み時間や放課後、休日等にも、児童・生徒が自ら運動に親しめるよう、働きかけていきます。

