

# 教科体育を中核とした体力向上

## 「令和元年度体力・運動能力調査」～県との比較（大島地区）～

種目 学年	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン		50m走		立ち幅とび		ボール投げ	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
小2	○	△	○	○	▲	△	○	△	○	△	○	△	△	○	○	○
小4	◎	△	◎	◎	○	○	◎	◎	◎	○	△	△	◎	◎	◎	◎
小5	○	○	○	○	○	△	○	○	◎	○	○	△	◎	◎	○	◎
小6	○	◎	○	○	○	△	△	○	○	○	△	△	○	◎	○	○
中1	○	◎	○	○	○	○	◎	◎	○	△	◎	◎	○	◎	△	◎
中2	○	◎	○	◎	○	○	◎	◎	○	○	○	○	△	◎	○	◎

【Tスコア】 ◎52以上 ○50以上52未満 △48以上50未満 ▲48未満

※ Tスコアは集団の平均値を50とします。◎, ○は県平均を上回っている種目です。

### 傾向

全体的にみると、80%以上の種目で県平均を上回っています。また、小5男子・中2女子は、全ての種目で県平均を上回っていますが、小2に課題がみられます。種目別にみると、握力（筋力）、反復横とび（敏捷性）、立ち幅とび（瞬発力・跳躍能力）、ボール投げ（投運動）がよく、長座体前屈（柔軟性）、50m走（スピード・走能力）に課題があります。また、運動習慣調査で、体育の授業を楽しい・やや楽しいと答えた児童生徒は、90%を超えていました。

### 子供の体力向上を図るために

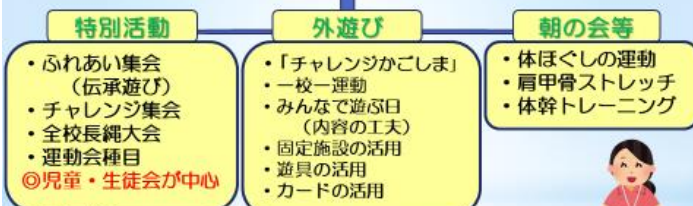
【目指したいこと】



### 教育活動全体を通した活動の充実

子どもに積極的に体を動かす意識をもたせる！

体を動かす機会を定期的に提供する。



体を動かす環境（用具）を整える。

意図的に「場」や「しかけ」づくりを！

### 対策

教科体育においては、「運動やスポーツが楽しい！」「健康っていいな！」と感じる授業づくりが求められています。さらに、教科体育で行った運動が、休み時間等日常的に行われるような手立ての工夫・充実を図る必要があります。

また、本地区の課題である走能力の向上を図るには、陸上運動・競技において正しい走り方を身に付けさせるだけでなく、ゴール型の種目でダッシュを意図的に取り入れるなど、「楽しみながら敏速に走る」機会を増やす取組等を実践していくことが大切です。

さらに、教科体育以外において、仲間と楽しく集団で協力し合いながら運動に取り組める「体力アップ！チャレンジかごしま」の効果的な活用や、一校一運動（ランニング、長縄跳び、一輪車等）、一家庭一運動（風呂上がりのストレッチ、親子でキャッチボール等）、体育的 school 行事（運動会、体育大会、ロードレース大会、クラスマッチ等）等に継続して取り組むことで走能力や柔軟性を高めることが期待できます。