

子ども達の体力向上に向けた今後の方策等について

【小学校】

昨年度の全国調査の結果報告書を見ると、学校としての継続的な取組は男女とも、共通した体力向上の要因としてあげられる。

全国的な傾向として継続的な取組を学校として実施し、かつ持久走大会や縄跳び大会などの体育的行事を実施、かつ外部人材等を活用した実践をおこなっている学校の体力合計点は高い傾向にあった。

また、「朝食を毎日食べる、かつ1日の睡眠時間8時間以上、かつ1日のテレビ(テレビゲーム含む)視聴時間1時間未満」を実践している児童の割合が高いほど、体力合計点が高い傾向であった。

島本町内の各小学校の取組として

- ・縄跳び運動・縄跳び検定の実施 全校
- ・マラソン大会・持久走の実施 2校
- ・児童会主催の球技大会等の学校行事の実施 1校
- ・生活習慣等の大切さに関して児童や保護者に対して啓発や呼びかけを行う 全校

その他、午前中の休憩時間の活用やコース選択による運動習慣の導入を図ったりと各学校の特色を生かした取組が進められている。今後においても運動や体育実技に関する教員の研修等を通して、子どもの発達段階に応じた適切な体力向上の取組を研究し、学校全体で継続して実践していくとともに、新体力テストの実施による検証をおこなう。

【中学校】

昨年度の全国調査の結果報告書を見ると男女とも、運動やスポーツが「好き」と回答した集団は、男子で60%(島本町 H20=65%、H21=67%)、女子では47%(島本町 H20=52%、H21=49%)であり、それ以外の集団と比較して体力合計点が高い傾向が見られ、運動やスポーツを好きになることが共通した体力向上の要因としてあげられる。

また、男女とも運動実施頻度が高くなるにつれて、体力合計点が高くなる傾向である。

さらに、朝食を毎日食べている生徒が全国平均では男女とも約83%(島本町男子 H20=84%、H21=79%、女子 H20=72%、H21=75%)であるが、朝食を毎日食べる集団は、それ以外の集団と比較して、肥満傾向児出現率が低い傾向が見られる。

島本町内の各中学校の取組として

- ・地域人材等も活用しながら、運動やスポーツが好きになるよう、運動クラブの活性化につなげている。
- ・3年間を見通した基本的な体力向上に向けて、体育の授業で基礎体力向上につながる準備運動等を取り入れる。
- ・男女とも身体の柔軟性に課題があるため、体育の授業や普段の生活の中でもストレッチ体操や準備運動等の大切さを教え、生徒の意識化と習慣化を図る。
- ・全国に比べ朝食を毎日食べる比率が低くなっているため、食生活や生活リズムの大切さを教え、保護者に対しても啓発や呼びかけを行う。