

県南の子どもたちの 健やかな体をはぐくむために

学校教育課通信

平成27年5月 8日(金) 第115号

編集・発行：県南教育事務所 佐藤 晃

「健やかな体の育成」は、「夢と希望をはぐくむ県南の教育」の大きな柱のひとつです。子どもたちの「健やかな体の育成」のためには、児童生徒の実態に応じた「体力向上策」「食育」「健康教育」をバランスよく推進することが必要です。

児童生徒の「体力の向上」については、各校において「体力向上推進計画書」に基づいた実践が行われていることと思います。

県全体としては、全国体力テストの結果から、「体力の低下傾向に歯止めがかからない現状」等の報道がされていますが、県南の実態はどうなのでしょう。全国体力テスト対象の小学校5年生と中学校2年生の「地区別体力合計点」をみてみましょう。

平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果【地区別体力合計点】

	小学校5年生男子	小学校5年生女子	中学校2年生男子	中学校2年生女子
全国平均	53.91	55.01	41.74	48.66
県平均	52.62	54.85	40.56	47.74
県北	52.74	54.54	40.05	47.13
県中	52.71	54.75	40.49	47.39
県南	52.12	54.57	40.82	48.99
会津	53.64	56.56	41.59	48.72
南会津	58.59	61.58	43.67	53.19
相双・いわき	51.79	54.08	40.41	47.33

(福島県教育委員会ホームページより)

この結果と各校から提出していただいた新体力テストの結果から、県南の実態として、次のようなことが言えます。

- 1 中学生の体力は、全国や県を上回っている。特に女子は好結果となっている。
- 2 「反復横跳び」「ボール投げ」の記録は、小学校、中学校ともにより。
- 3 柔軟性の向上は、ほとんどの学年で課題である。
- 4 全国平均を上回るためには、「あと1cm」「あと1回」などわずかな差の種目が多い。

また、高等学校における「新体力テスト」の結果は、多くの種目が全国平均を上回っています。これは高校生の努力によるものではありませんが、中学校からの着実な指導の積み上げの成果も大きな要因と考えます。(参照：平成27年2月4日付け26教健第778号 別紙1・2・3)

昨年度は、小学校で「《改訂》運動身体づくりプログラム」が全ての学年、全ての学級で行われました。教科外の時間でも、ほとんどの学校で持久走や縄跳び、柔軟運動など工夫された実践が多く行われていました。

中学校では、一人一人の課題に応じた補強運動、体力向上プログラ



ムなど、参観させていただいたどの授業でも行われていました。さらに、運動部活動の充実が、体力向上のために大きな原動力となっているのは言うまでもありません。

県南の結果と自校の結果を照らし、目の前の子ども達の実態を踏まえた「体育科授業の充実」が、体力向上のための最大の取組となります。「動くことが苦手」と感じている子どもたちに「私にもできた」といった喜びを数多く味わわせ、「体育が好き」な子どもたちにすることが、「健やかなからだ」をはぐくむこととなります。

「新体力テスト」学習カード

チャレンジ! ぼくの新記録

新体力テスト

学年 組 番

めあて

項目	学年性別	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
大きく 握力	男子 女子	4kg以下	5～6	7～8	9～10	11～13	14～16	17～19	20～22	23～25	26kg以上
上体起こし	男子 女子	2回以下	3～5	6～8	9～11	12～14	15～17	18～19	20～22	23～25	26回以上
100m走	男子 女子	40m以下	15～18	19～22	23～26	27～29	30～33	34～37	38～42	43～48	49m以上
20m シャトルラン	男子 女子	2回以下	0～9	10～14	15～22	23～32	33～44	45～56	57～69	70～83	84回以上
50m走	男子 女子	10秒以下	12.1～14.0	15.1～17.0	18.1～20.0	21.1～23.0	24.1～26.0	27.1～29.0	30.1～32.0	33.1～35.0	36.1秒以上
立ち幅踏み	男子 女子	20cm以下	25～34	35～44	45～54	55～64	65～74	75～84	85～94	95～104	105cm以上
ソフト ボール投げ	男子 女子	4m以下	5～6	7～8	9～10	11～12	13～17	18～23	24～29	30～34	35～40m以上

1学期は、小学校5年生と中学校2年生が悉皆調査となる「全国体力・運動能力・運動習慣調査」、他の学年でも「新体力テスト」を実施する学校が多いことと思います。

そこで、「新体力テスト」に活用できる学習カードを作成しました。エクセルデータで各学校へお送りしますので、先生方のお考えに合うように加工していただき、より使いやすいものにしてご利用ください。県南教育事務所ホームページからもダウンロード可能です。

【カードのねらい】 昨年度実施した新体力テストの結果をもとに、今回の自己目標をたて、目標をもって新体力テストに臨むことができるようにする。新体力テストも「体育の学習」の一環であり、児童生徒が目標と意欲をもって活動ができるようにしたいと考えた。全国、県平均との比較も大切ではあるが、自己の記録の伸びを自覚できるようにしたい。また、指導者も一人一人の伸びを大いに称賛したい。さらに、テスト後も自分の体力を意識する記録として活用することができる。小学校3年生あたりからの使用を想定した。

ぜひ、ご活用ください！

各校に配付されている「全国体力・運動能力・運動習慣等調査報告書」はご覧いただけましたか。この「報告書」は、調査の報告だけでなく、調査の詳細な分析結果と全国のテーマ別取組事例、課題と対策、基礎集計資料と内容がかなり充実しています。

また、各校には配付された「結果資料CD」と連動させ、自校の結果作成やクロス集計ができるよう設計されています。

ぜひ、ご活用ください。



「ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト」

今年度、「自分手帳」を核として、体力向上・肥満解消の好循環を創出することを目指した「ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト」がスタートします。次の6つのプロジェクトを一体的に実施し、児童生徒の発達段階に応じた自己管理能力をはぐくみます。

- 1 本県独自の「運動身体づくりプログラム（改訂版）」の活用
- 2 児童生徒の12年間にわたる継続調査の実施（体力・運動能力調査、食習慣調査）
- 3 健康診断結果等と「体力・運動能力調査」等の一元管理
- 4 体育の授業への専門アドバイザーの派遣（小学校）
- 5 運動部活動への外部指導者派遣（中学校・高等学校）
- 6 健康な身体をつくるための食育の推進



詳細につきましては、あらためてお知らせします。