

神奈川県

今日これであそんでみない?

しまおに



あそび方

- ① 8人以上であそびます。
- ② にげる人とおにを決めます。
- ③ にげる人とおに以外の人は、三人一組で一列にならんですわり、島をつくります。
- ④ にげる人は、どこかの島を避んですわります。その時、島の反対がわにいる人が、次のにげる人になります。
- ⑤ おににタッチされないように、にげつづけよう!

しんごうゲーム



あそび方

- ① 3人以上であそびます。
- ② おにを1人決めます。にげる人は一列にならびます。
- ③ にげる人は、おにが「青」と言ったら一歩前へ、「赤」と言われたら一歩後へ、「黄色」と言われたらその場でジャンプします。
- ④ おにが「黒」と言ったら、おににつかまらないように、反対がわまで走りぬけます。

先生方へ

「みんなで遊ぼう! わくわく先生派遣事業」として、わくわく先生が運動遊び教室を行っており、このポスターは、その内容を基に作成しております。ぜひ、体育等の時間においても御活用ください。

わくわく先生

● 問合せ先
 神奈川県教育委員会
 保健体育課 学校体育指導グループ
 電話 045-210-8312
 ファクシミリ 045-210-8922

※このポスターはスポーツ庁が実施する「近畿圏からの運動指導員派遣プロジェクト」により作成されました。

令和7年度

第1回健康・体力づくり推進委員会

- 座席は指定ではありません。
- 受付を済ませていない方は、受付を済ませてから座席にお座りください。

令和7年6月16日(月)
14:00 開会

神奈川県 児童生徒健康・体力づくり推進委員会

児童生徒の体力の向上及び心身の健康の保持増進に関する課題解決を図るため、小・中・高等学校・中等教育学校の体力づくり担当教員の代表、県及び市町村の担当指導主事等からなる横断的な委員会を設置し、児童生徒の健康・体力の向上に資することを目的とする。

【市町村】	小学校教諭等	各1名
	中学校教諭等	各1名
	教育委員会担当指導主事	各1名

【研究団体】	県小体研代表者	1名
	県中体連代表者	1名
	県高校教科研代表者	6名

【県】	教育事務所担当指導主事	各1名
	体育指導センター指導主事	2名
	保健体育課 課長、グループリーダー	

協議会等への参加

(1) 本日

第1回神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会

(2) 令和7年9月19日(金)午後予定

第2回神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会
健康・体力づくり推進フォーラム内で開催

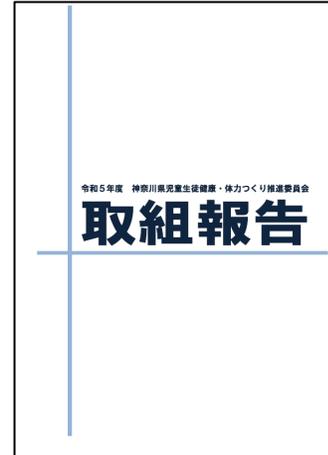
(3) 令和7年12月18日(木)午後予定

第3回神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会
神奈川県学校体育研究連合会研究大会 兼 神奈川県
児童生徒健康・体力づくり推進協議会内で開催

取組報告の作成



- 市町村の推進委員で、各地区の実態や課題等から取組内容を検討し、所属校等で実施する。
- 推進委員の所属校等で実施したことを基に取組について報告書を作成し、提出する。



物 運動会・体育祭に向けた学級取組
～体育的行事に向けた練習を契機に運動習慣を確立する～

市町村名 ○○○市

児童生徒の実態 令和5年度全国体力調査の結果、本市は「1週間の運動時間」が小学5年・中学2年とも全国平均値を下回っていた。また、学校の実態を見ると、小・中学校とも運動する平日もそうでない平日も二酸化炭素削減のため、多くの児童生徒は運動習慣の確立を怠ることをし、

小学校の具体的な取組例 (▲小学校)

運動会に向けてクラスで「8の字とび」

中学校の具体的な取組例 (■中学校)

昼休みに「大縄記録更新計画」

1 取組の経緯
本校では、運動会準備として5・6年生が縄跳びの「8の字とび」を行い、半学期途中で2分間の合計回数を使い切ったが、毎年運動会前には、休み時間に半学期ごとに練習に取り組みを繰り返す。そこで今年度は、この活動を全学年に広げて運動会まで実施することとし、休み時間の練習を全学年に広げること、全校児童が「8の字とび」の練習を通して、運動を楽しむ機会を確保することとした。
【取組のポイント】
①低学年の課題は、6年生が担当することとした。
②校庭、中庭だけでなく、体育館を練習場所に関わり、曜日や学年ごとに練習場所を切り替えることとした。

2 取組した日時等
①運動会前練習がんばろう週間
令和5年5月18日(月)～21日(木) 昼休み
②運動会「大縄運動でリッツなわとび」
令和5年5月18日(木) 朝の集会
③運動会「練習「クラスみんなでリッツなわとび」」
令和5年5月21日(日)

3 取組の様子、成果と課題
運動会では初めての取組であったが、低学年には8年生が入ること練習が同等に付き、運動会当日も自然な様目となった。児童からも応援的な声が多くあった。
半期によっては、運動会後も学校の長期記録更新を目指して休み時間や学校の取組で続けて取り組んでいた。
練習習慣に比べて、運動会後は外遊びをする児童が増えたため、運動習慣を確立には継続が不可欠であった。

1 取組の経緯
本校の体育祭準備の一環として「クラス対抗大縄」は、毎年全校児童が練習の機会に取得し運動会である。体育祭前は練習時間を少なくして休み時間も練習に取り組む機会が多い。そこで今年度は、各クラスでの練習が活発に行われるよう、体育館から生徒や命責任に働きかけるとともに、体育祭前の朝の時間に取り組む児童の確保について生徒がどのようにしているのかを調査し、その後の活動の運動習慣の確立に努めようとするため、取組後に調査を実施することとした。

2 生徒の意識調査 (取組後調査)
次の質問について「とても思う」「思う」「あまり思わない」「思わない」での意識調査を実施したところ、「とても思う」「思う」と回答した生徒の割合は次のとおりであった。
①体を動かすのが好きだった 89.7%
②大縄と協力して練習ができた 84.2%
③運動会が楽しかった 82.7%
④大縄運動の経験が楽しかった 78.4%
⑤これからも昼休みに運動を続けたい 87.2%
「活動の工夫」と「運動の継続」についての回答は、他と比較して割合が小さかったが、全ての質問で半数以上の生徒が肯定的な回答をしていた。

3 振り返り
意識調査と同じように体育祭後は、昼休みに運動をしている生徒は増えていった。生徒が外に出て体を動かすようになる工夫を検討する必要がある。

取組の成果と課題
本市では、運動会・体育祭で練習の機会を確保している小・中学校が多くあるため、本市の実態や課題を踏まえることで、学校の体育祭行事を契機とした児童生徒の運動習慣の確立に取組を促すだけでなく、全学年校では、小・中学校とも体育祭行事後も継続した運動習慣の確立に取組が求められたため、児童生徒の関心や意欲を確保できる取組の工夫について検討してまいります。

1週間の総運動時間
(体育授業を除く)
60分未満の児童生徒の割合 ↓

卒業後にも**運動や**
スポーツをしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合 ↑

体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合 ↓

Theme1 周知・情報提供

- ① 健康・体力づくりの目標
- ② 神奈川県の子童生徒の実態
- ③ 推進委員の先生方をお願いしたいこと

なぜ、「健康・体力づくり」が大切なのでしょうか？

第3期スポーツ基本計画

Sport in Life の理念



スポーツが生涯を通じて人々の生活の一部となることで、
スポーツを通じた「楽しさ」や「喜び」の拡大、共生社会の実現など、
一人一人の人生や社会が豊かになるという理念

※「スポーツ」には競技スポーツに加え、散歩やダンス・健康体操、ハイキング
・サイクリング、野外活動やスポーツ・レクリエーション活動も含まれており、
正に「文化としての身体活動」を意味する幅広い概念

スポーツ庁(2023)令和4年度「第3期スポーツ基本計画」、
https://www.mext.go.jp/sports/content/000021299_20220316_2.pdf

日常生活における充実感

直近1年の運動頻度 週に1日以上	20849	18.8	61.5	16.5	3.1
直近1年の運動頻度 週1日未満・わからない	9696	10.0	55.2	28.1	6.6
この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない	9455	7.1	43.9	31.4	17.6
1年以上継続した運動頻度 週に2日以上 ※1	10887	23.6	62.1	12.0	2.3
1年以上継続した運動頻度 週2日未満・わからない ※1	14606	12.7	59.7	22.9	4.7
1年以上運動を継続しなかった・わからない ※1	14507	8.0	47.3	30.9	13.9

■ 十分充実感を感じている

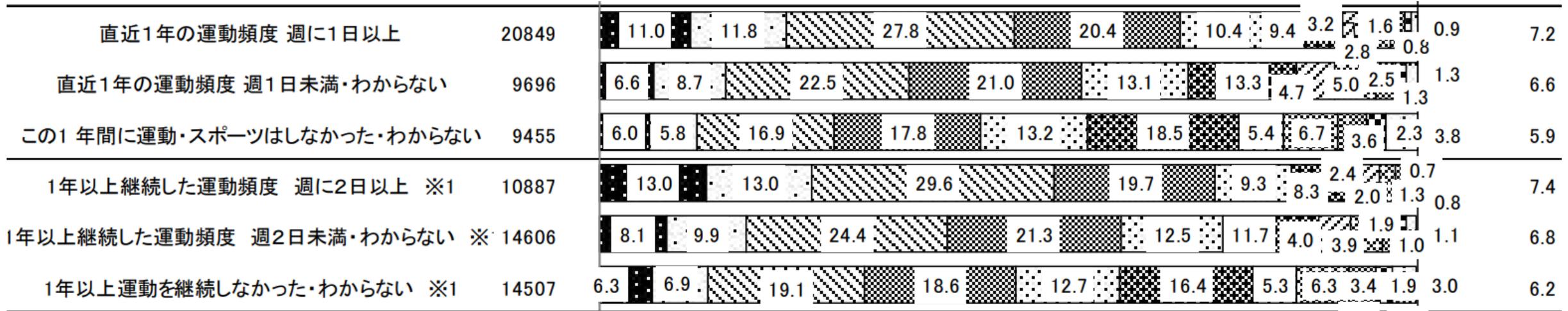
□ まあ充実感を感じている

▣ あまり充実感を感じていない

▤ ほとんど(全く)充実感を感じていない

スポーツ庁 令和5年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」、
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00012.htm

現在の幸福感



スポーツ庁 令和5年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」、
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00012.htm

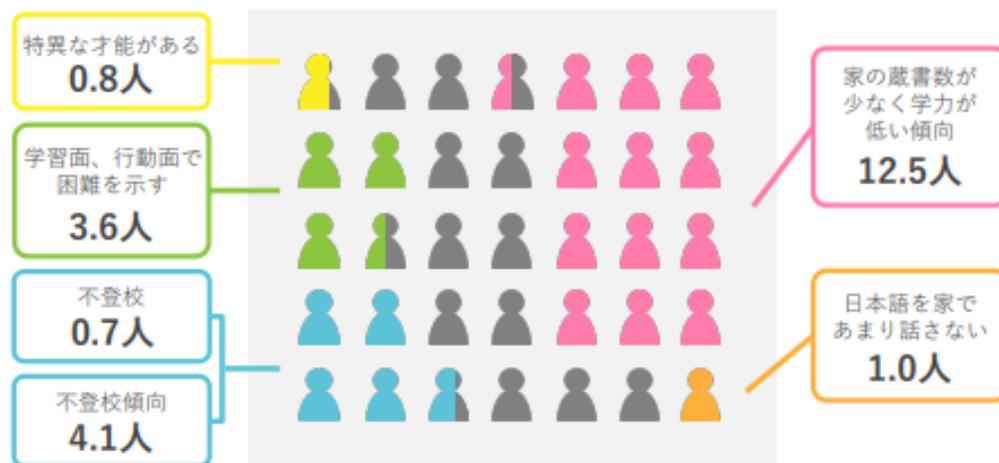
子供一人ひとりに目を向けた時に見えてきた課題

多様性を包摂し、可能性を開花させる教育の必要性

「正解主義」や「同調圧力」への偏りから脱却するとともに、民主的かつ公正な社会の基盤として学校を機能させ、分断や格差の拡大を防ぎ、共生社会を実現する観点からも重要

-小学校35人学級における子供の多様性*-

*各種調査に基づく出現率から算出



学習指導要領の理念や趣旨の浸透が道半ば

子供の社会参画の意識



深い理解を伴う知識の習得



知識と現実の事象を関連付けて理解



自律的に学ぶ自信



将来の夢を持つ子供の割合



「自分の考え」を書くこと



デジタルを活用した効果的な学びについて

「デジタルか紙か」といった二項対立



効果的な活用はまだこれから



デジタル競争力は国際比較でも低位



バランス感覚を持って、積極的に活用する



一人一人の良さを伸ばし、困難の克服を助ける



デジタルの力でリアルな学びを支える



1 質の高い授業づくりに直結する
分かりやすい学習指導要領にするには



各教科等の中核的な概念等が
分かりやすい構造化の方策

表形式やデジタル
を活用した示し方

重要な理念の関係
性の整理のし方

デジタル学習基盤を前提とした
資質・能力の示し方

学習評価の在り方

2 多様な子供たちを包摂する、教育課程の柔軟な対応とは



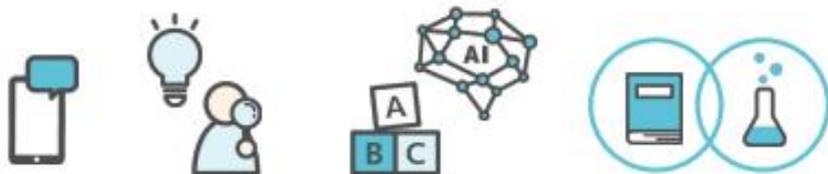
子供による学びの自己調整
と教師の指導性の在り方

教師に「余白」を生み、教育の質の可能性の向上に資する可能性も含めた、子供たちが輝く柔軟な教育課程編成の促進の在り方

全日制・定時制・通信制を
含めた高等学校の諸制度の
改善の在り方

不登校児童生徒や特定分野に特異な才能のある児童生徒を包摂する教育課程上の特例の在り方

3 教科等において改訂すべき点は何か



情報活用能力育成の
抜本的充実を図る方策

質の高い探究的な
学びの在り方

文理横断・文理融合の
観点からの改善の在り方

生成AIの活用を含む今後の
外国語教育の在り方

教育基本法、学校教育法等に加え、こども基本法の趣旨も踏まえた主体的に社会参画するための教育の改善の在り方

高等学校教育の
改善の在り方

質の高い特別支援教育の在り方

幼児教育と小学校教育との円滑な接続の改善の在り方

4 過度な負担を生じさせずに趣旨を実現するには



学習指導要領や解説、教科書、入学者選抜、教師用指導書も含めた授業作りの実態等を全体として捉えた上での、教育課程の実施に伴う過度な負担や負担感が生じにくい方策

教科書の内容や分量、
デジタル教科書の在り方

現在以上に増加させないことを前提とした年間の標準総授業時数の在り方

教育委員会への支援強化、指導主事等の資質・能力の向上の在り方

情報技術など変化の激しい分野で最新の教育内容を扱うことを可能とするための方策

学習指導要領の趣旨・内容について、社会全体に浸透を促す方法の在り方

地域や家庭との連携・協働を促進しつつ、カリキュラム・マネジメントを実質化する方策

OECDラーニング・コンパス（学びの羅針盤）2030は、OECD Future of Education and Skills 2030プロジェクト※の成果であり、教育の未来に向けての望ましい未来像を描いた、進化し続ける学習の枠組み。教育の幅広い目標を支えるとともに、**個人のウェルビーイングと集団のウェルビーイング**に向けた方向性を示している。

※2011年にOECDと日本で開始した「OECD東北スクール」事業を多国間の枠組みに発展させ、2030年以降の未来を形作るため生徒に求められるコンピテンシーを明確化するとともに、このコンピテンシーを育む教師の資質や教育環境等を検討することを目的としたOECDの事業。

その構成要素には、学びの中核的な基盤、知識、スキル、態度と価値、より良い未来の創造に向けた変革を起こす**コンピテンシー**や、**見通し(Anticipation)・行動(Action)・振り返り(Reflection)のAARサイクル**が含まれる。また、ラーニング・コンパスは、生徒が周囲の人々、事象、状況をより良いものにするを学ぶ上で、責任ある有意義な行動を取るための方向性を決めるために生徒が使うことができるツールであることから、**生徒エージェンシー**※は、ラーニングコンパスの中心的な概念である。

※エージェンシー：

変化を起こすために、自分で目標を設定し、振り返り、責任をもって行動する能力。≒主体性

学びの中核的基盤

カリキュラム全体を通して学習するために必要となる基礎的な条件や主要な知識、スキル、態度及び価値を指す。

より良い未来の創造に向けた変革を起こすコンピテンシー

新たな価値を創造する力、責任ある行動をとる力、対立やジレンマに対処する力は未来を形づくり、そこで活躍するための必要な能力。



見通し・行動・振り返りサイクル

学習者が継続的に自らの思考を改善し、集団のウェルビーイングに向かって意図的に、また責任を持って行動するための反復的な学習プロセス。

生徒エージェンシー

生徒が教師の決まりきった指導や指示をそのまま受け入れるのではなく、未知なる環境の中で自立で歩みを進め、意味のある、また責任感を伴う方法で進むべき方法を見出す必要性が強調されている。

(参考) OECDによる子供のウェルビーイングの構成要素

○子供が生活する家庭のウェルビーイングの条件（物質的側面、家庭環境）

- ・所得と資産
- ・仕事と報酬
- ・住居
- ・環境の質

○子供に特有のウェルビーイングの条件

- ・健康状態（乳児死亡率、青少年の自殺率など）
- ・教育と技能（PISA調査の得点など）
- ・市民参加（投票の意思など）
- ・社会と家庭の環境（親とよく話す生徒、学校が好きな生徒など）
- ・生活の安全（いじめなど）
- ・主観的幸福（生活満足度）

【出典】OECD「How's Life Measuring Well-being」

OECD Child Well-being Dashboardにおける日本の子供たちの状況

指標分野	指標	日本の結果
物質的な状況	家庭にインターネット環境がない子どもの割合	中
身体的な健康状況	乳幼児の死亡率	高
認知的・教育状況	10歳程度の子どもの数学・科学のトップ学力層の割合	高
	15歳程度の子どもの読解力・数学・科学のトップ学力層の割合	高
	高等教育を修了することを希望する子どもの割合	中
	子ども・若者のうち二つの割合	高
社会・情緒的な発達の状況	①自己有用感がある子どもの割合 「 困難に直面したとき、たいてい解決策を見つけることができる 」	低
	②成長意欲がある子どもの割合 「自分の知能は、自分ではほとんど変えることができないものである」	高
	③人生に意義や目的を感じている子どもの割合 「 自分の人生には明確な意義や目的がある 」	低
	④全体として人生に満足していると感じている子どもの割合 「 全体として、あなたはあなたの最近の生活全般に、どのくらい満足していますか 」	低

※①③は「その通りだ」「全くその通りだ」と回答した割合。②は「その通りでない」「全くその通りでない」と回答した割合。④は「0（全く満足していない）～10（十分に満足している）」の回答結果。

【出典】OECD「Child Well-being Dashboard」、PISA2018生徒質問調査



国際的な比較調査では我が国の子供たちのウェルビーイングは低いとの傾向が報告されることがある

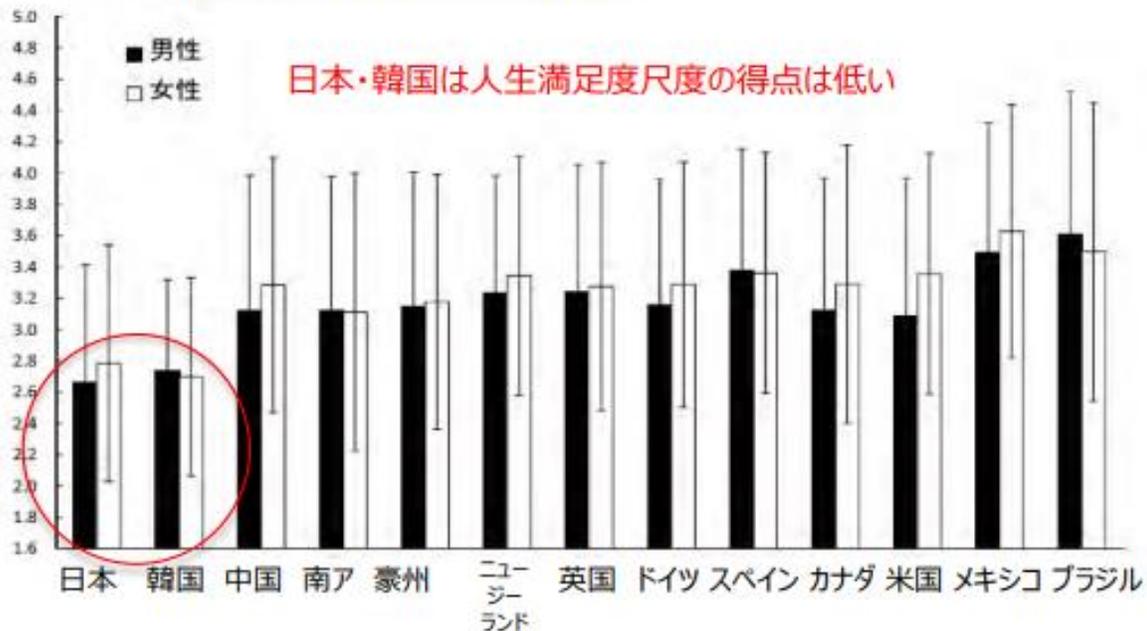
※自尊心や自己効力感が高いことが人生の幸福をもたらすという獲得的幸福感に基づく尺度

(参考) ウェルビーイングに関する国際比較調査

人生の満足感尺度

【項目例】

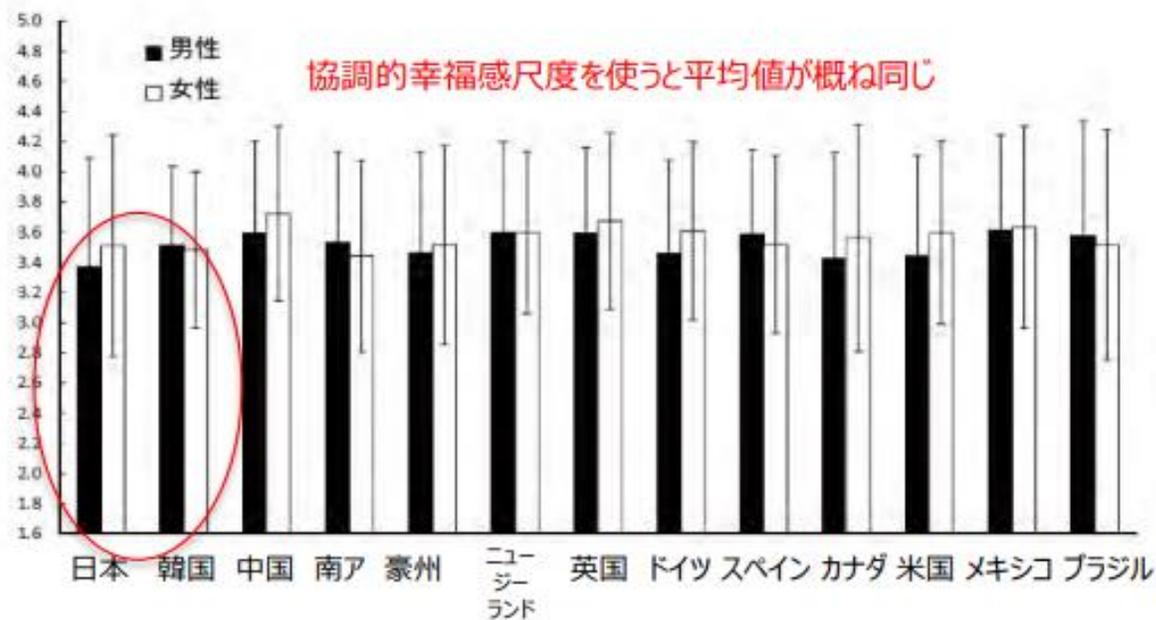
- ・私の人生は、とても素晴らしい状態だ。
- ・大体において、私の人生は理想に近いものである。 ⇒**獲得的幸福**
- ・これまで私は望んだものは手に入れてきた。



協調的幸福感尺度

【項目例】

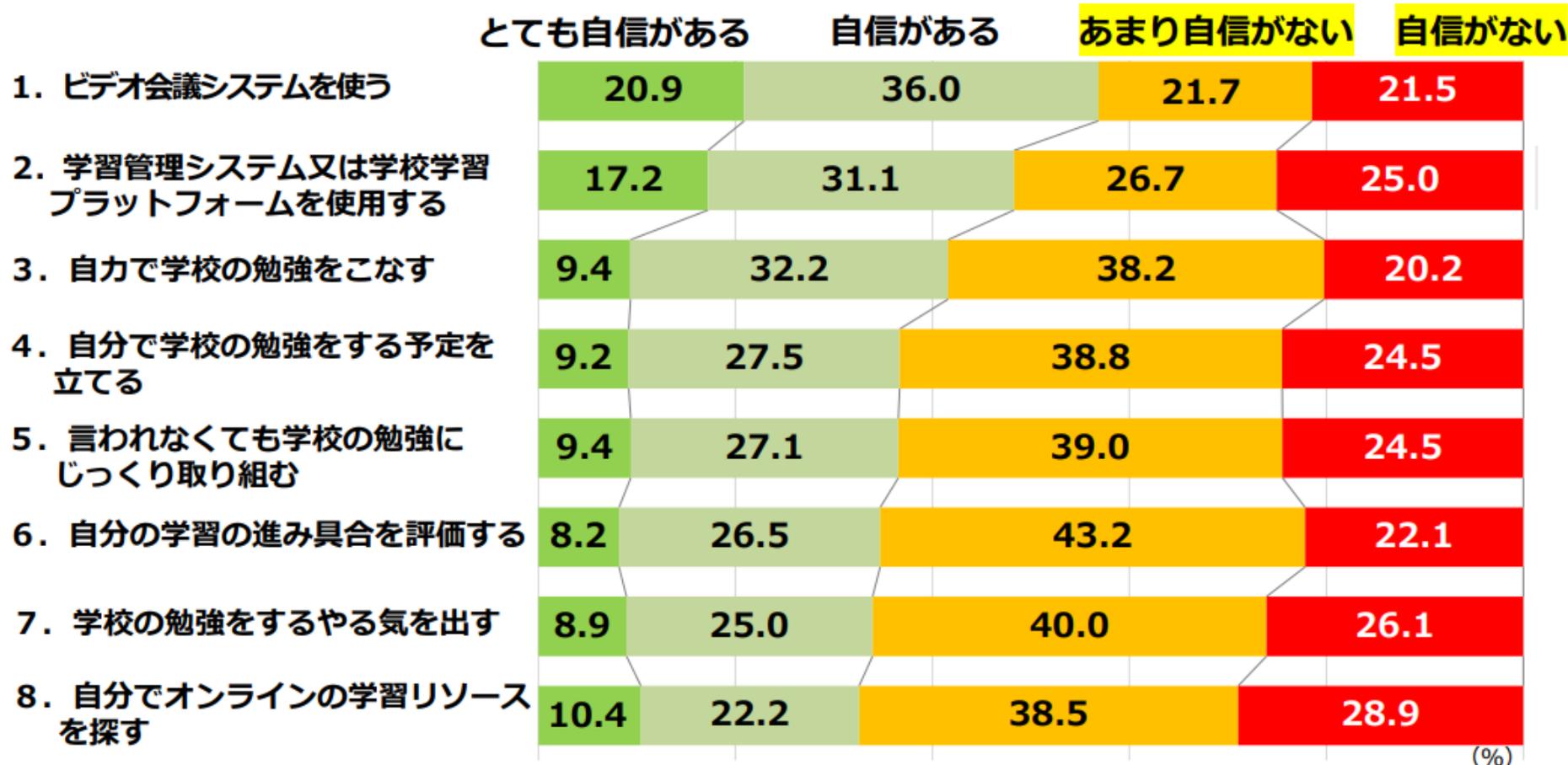
- ・自分だけでなく、身近なまわりの人も楽しい気持ちでいると思う
- ・大切な人を幸せにしていると思う ⇒**協調的幸福**
- ・平凡だが安定した日々を過ごしている



【出典】人生の満足感尺度：Diener et al.(1985)、協調的幸福感尺度：Hitokoto & Uchida (2015)、幸福感の国際比較研究：子安ら (2012)

自律学習を行う自信に課題

- ◆ 学校が再び休校になった場合に自律学習を行う自信があるか、という質問に対する回答で、自信がないと回答した生徒が日本は非常に多かった。



上記8項目を指標化して比較

※OECD加盟国37か国の平均値が0.0、標準偏差が1.0となるよう標準化されており、値が大きいほど、自律学習に対する自己効力感(自信)が高い。

OECD平均	0.01
日本(34/37位)	-0.68

第3期スポーツ基本計画

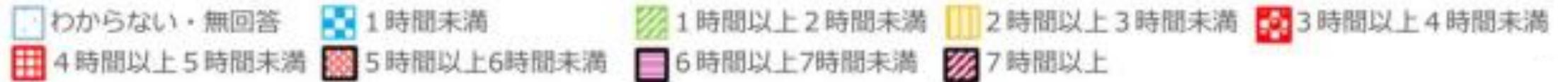
「フィジカルリテラシー」



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。

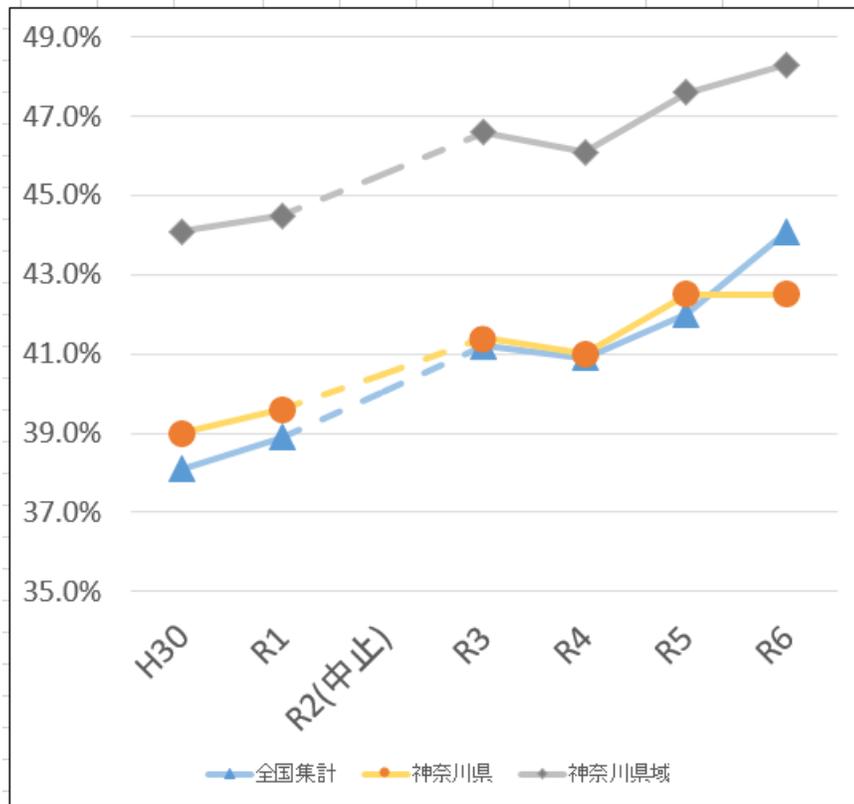
遊びのデジタル？ 学びのデジタル？



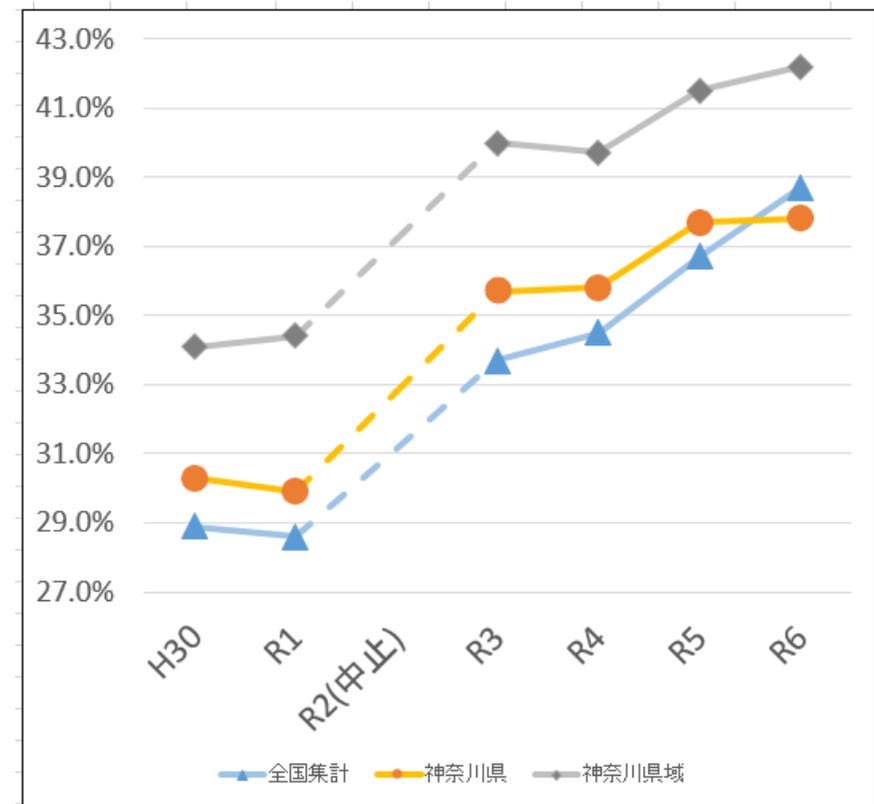
こども家庭庁「こども・若者、子育て家庭を取り巻く状況について」

スクリーンタイム（1日3時間以上）経年変化（小5）

男子



女子



全国体力・運動能力、運動習慣等調査より

「する」

1年間に運動やスポーツ
を実施した日数が週1日以上



?

「みる」

“直接現地”または“テレビやインター
ネット”のいずれかで観戦



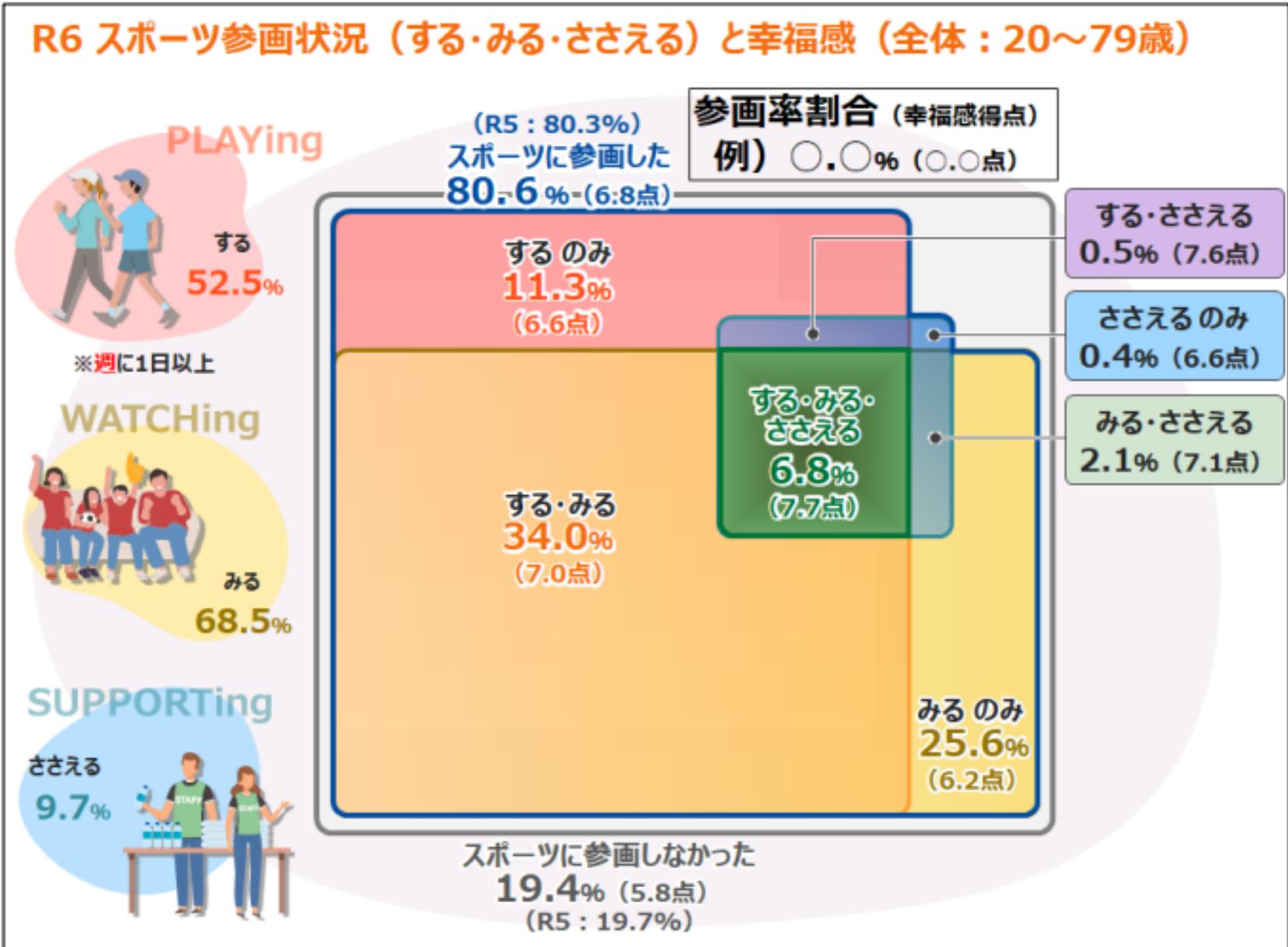
?

「ささえる」

“運動・スポーツをささえる活動”で
「行っていない」「分からない」を除いた割合

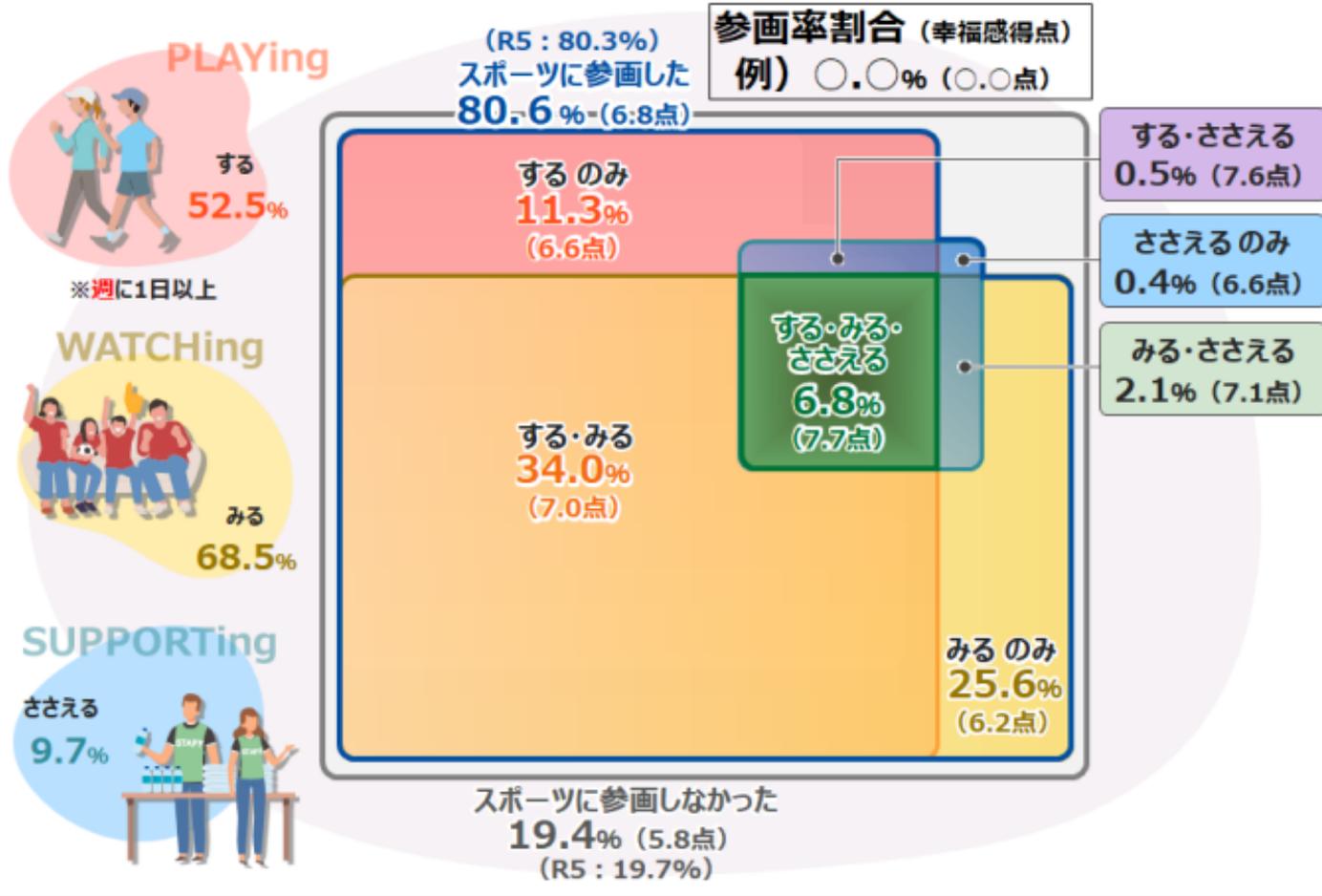


?



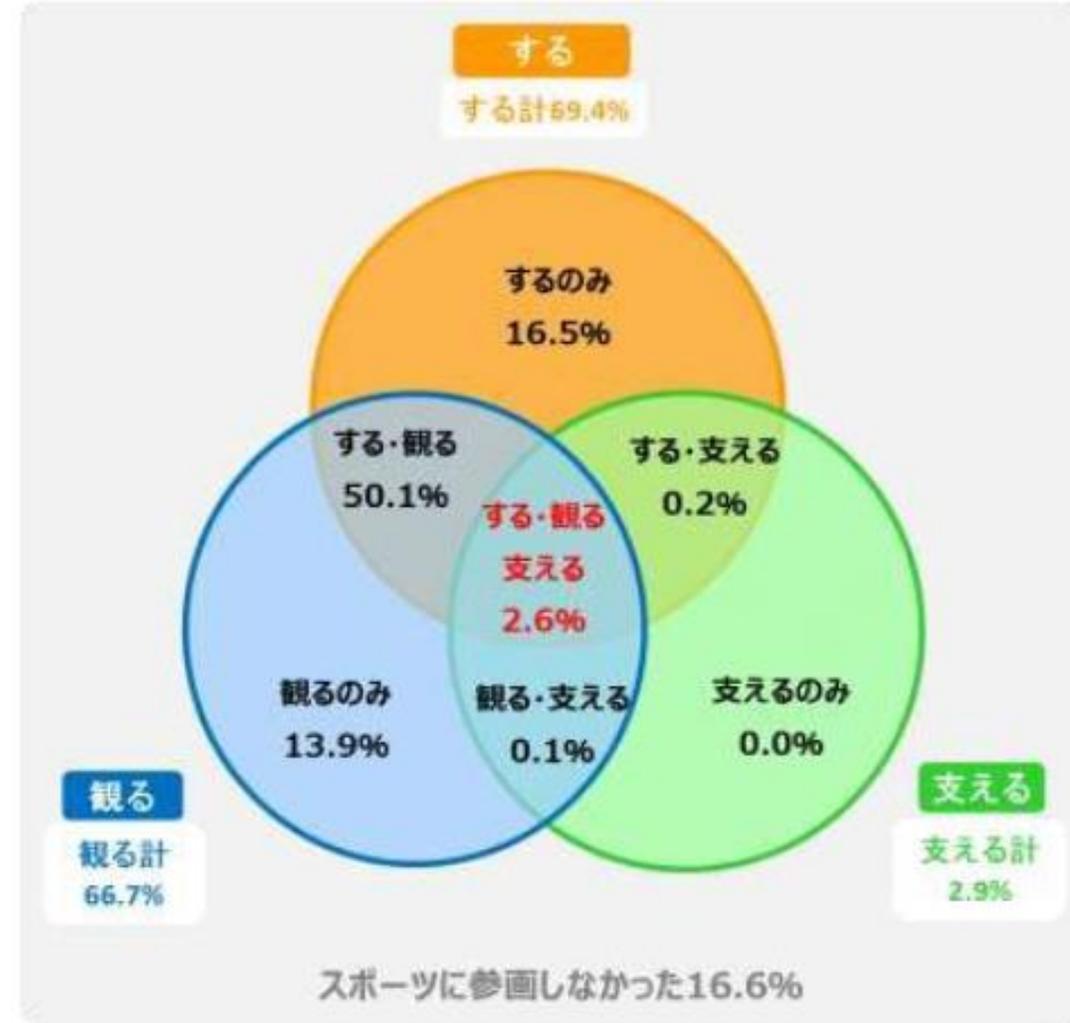
全国

R6 スポーツ参画状況（する・みる・ささえる）と幸福感（全体：20～79歳）



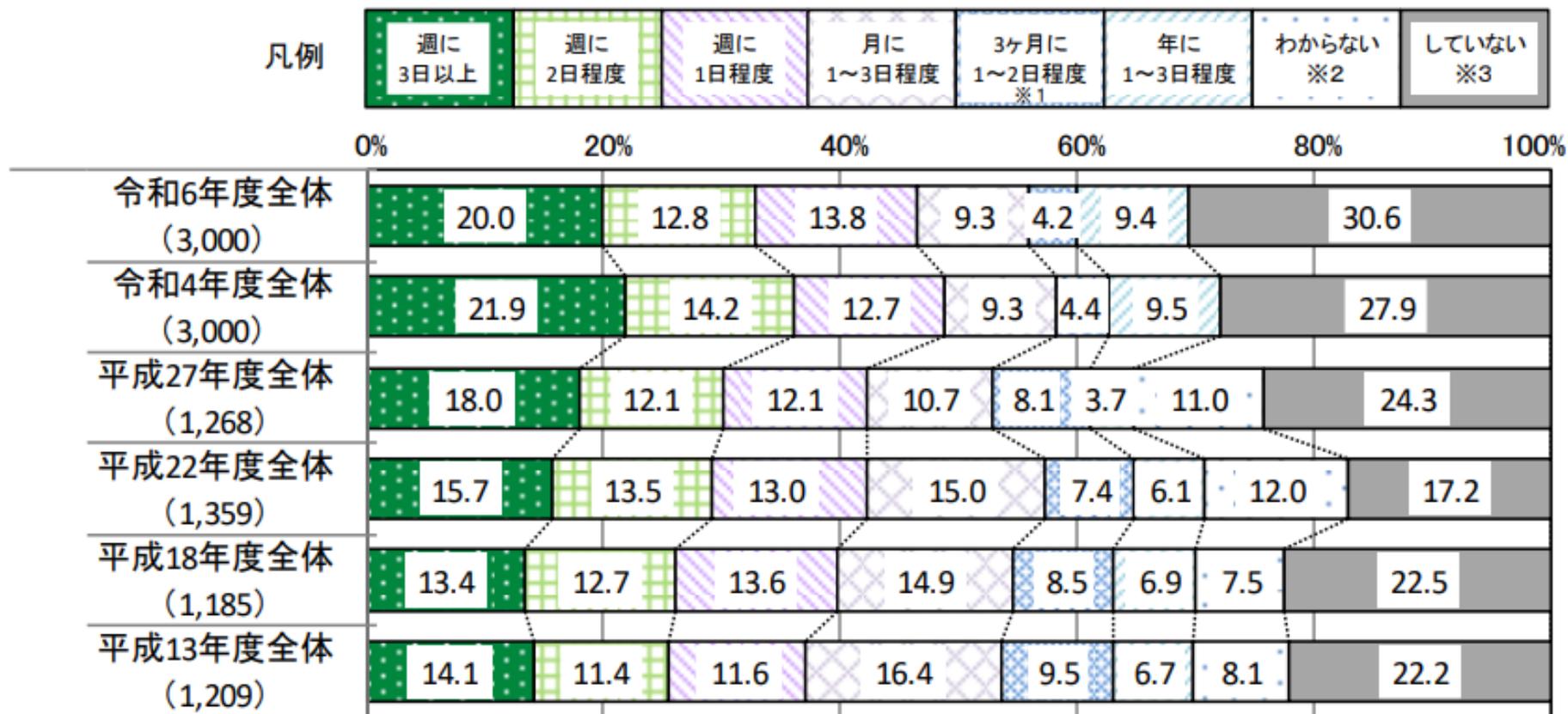
スポーツ庁 令和6年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」

神奈川県



神奈川県立スポーツセンター
 令和6年度「県民の体力・スポーツに関する調査」

1年間に行った運動・スポーツの日数



※1 平成27年度調査までは「3ヶ月に1~3日程度」

※2 「わからない」は、無回答者を含んだ数値で、令和4年度調査から削除

※3 問3(1)(2)(3)で「特になし」と答えた人を「していない」と置き換えた

第3期スポーツ基本計画

「フィジカルリテラシー」



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。

あなたの筋力について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】買物袋を持ち運ぶことができない、起き上がることができない
- 【レベル2】日常的な家事作業、腕立て伏せ、腹筋運動ができる
- 【レベル3】重いものを持ち上げる、ウエイトトレーニングができる

あなたのスタミナについて、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】休憩を取りながらでないと階段を登ることができない
- 【レベル2】軽い荷物を運ぶ、一定のペースで走ることができる
- 【レベル3】重い荷物を運ぶ、長時間にわたり速く走ることができる

あなたが身体活動を行う理由について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動を行う気にならない
- 【レベル2】身体活動を行うのは、他者からの承認、評価、報酬が得られるからである
- 【レベル3】身体活動を行うのは、喜び、楽しみ、自己実現が得られるからである

あなたが身体活動場面における身体の変化(疲労や痛みなど)への気づき及び調整・制御について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動場面において自分が疲れていることに気付くのが苦手である
- 【レベル2】身体活動場面において自分が疲れていることがわかる
- 【レベル3】身体活動場面において様々な方法(ペース配分、呼吸のコントロール)で自分の疲労を管理できる

あなたの身体活動に関する知識や情報(身体的、感情的、社会的、認知的なメリットなど)を知っているか、伝えることができるかについて、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動のメリット(効果)を理解していない
- 【レベル2】身体活動の一般的なメリット(効果)を理解している
- 【レベル3】様々な種類の身体活動(自転車や徒歩による通勤・通学、各種スポーツなど)と、それぞれのメリット(効果)を関連づけることができる

あなたが身体活動において目標を設定して実行する能力(自転車や徒歩による通勤・通学のルートを計画する、エクササイズの詳細な計画を立てる、試合に勝つなど)について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成することが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成する方法を知っている
- 【レベル3】状況にあわせて自分の計画を柔軟に変えることができる(自宅でトレーニングするために計画を柔軟に変える、天候に応じて練習場所を変えるなど)

あなたの公平さや正義に関わる道徳的原理について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動において、公正であり、他者を尊重し、インクルーシブ(共に支え合う)であることが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、公正であり、インクルーシブであろうとしている
- 【レベル3】身体活動において、他者の尊重、公正、インクルーシブの状況を改善に向かわせることができる

あなたの他者と上手に交流する社会的スキル(コミュニケーション、協力、リーダーシップ、争いごとの解決など)について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動において、他者と協力・協調することが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、他者を尊重して協力・協調できる(他の参加者のスペースを尊重する、道具やボールを共有するなど)
- 【レベル3】身体活動において、他者がうまくいくよう積極的にサポートし、励ますことができる

あなたの筋力について、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】買物袋を持ち運ぶことができない、起き上がることができない
- 【レベル2】日常的な家事をこなすことができる
- 【レベル3】重い荷物を持ち運ぶことができる

身体的要素

あなた

- 【レベル1】休憩を取りながらでないと階段を登ることができない
- 【レベル2】軽い荷物を運ぶ、一定のペースで走ることができる
- 【レベル3】重い荷物を運ぶことができる

あなたが身体活動を

- 【レベル1】身体活動を行う気にならない
- 【レベル2】身体活動を行うのは、他者からの承認、評価、報酬が得られるからである
- 【レベル3】身体活動を行うのは、健康や体力が維持されるからである

心理的要素

あなた
及び調

- 【レベル1】身体活動場面に参加するのが苦手である
- 【レベル2】身体活動場面において自分が疲れていることがわかる
- 【レベル3】身体活動場面において様々な方法(ペース配分、呼吸のコントロール)で自分の疲労を管理できる

あなたの身体活動に関する知識や情報(身体的、感情的、社会的、認知的なメリットなど)を知っているか、伝えることができるかについて、最も当てはまるレベルは？

- 【レベル1】身体活動のメリット(効果)を理解していない
- 【レベル2】身体活動の一般的なメリット(効果)を知っている
- 【レベル3】様々な種類のスポーツなど、それぞれのメリット(効果)を知っている

認知的要素

あなた
の学
当
てはまるレ

- 【レベル1】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成することが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、計画を立てて自分の目標を達成する方法を知っている
- 【レベル3】状況に合わせて自分の計画を柔軟に変えることができる(自宅でトレーニング場を変えるなど)

「フィジカルリテラシー」

最も当てはまるレベル

- 【レベル1】身体活動において、公正であり、他者を尊重し、インクルーシブ(共に支え合う)であることが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、公正であり、インクルーシブであろうとしている
- 【レベル3】身体活動において、他者へのサポート、インクルーシブの状況を改善に向かわせることができる

社会的要素

あなた
デー

- 【レベル1】身体活動において、他者のスペースを尊重することが苦手である
- 【レベル2】身体活動において、他者のスペースを尊重する、道具やボールを共有するなど
- 【レベル3】身体活動において、他者がうまくいくよう積極的にサポートし、励ますことができる

第3期スポーツ基本計画

「フィジカルリテラシー」の育成



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、**生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力**(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。



1週間の総運動時間
(体育授業を除く)
60分未満の児童生徒の割合↓

卒業後にも**運動やスポーツ**をしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合↓

Theme1 周知・情報提供

- ① 健康・体力づくりの目標
- ② 神奈川県の子童生徒の実態
- ③ 推進委員の先生方をお願いしたいこと



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、**生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力**(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。



1週間の総運動時間
(体育授業を除く)
60分未満の児童生徒の割合↓

卒業後にも**運動やスポーツ**をしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合↓

小学生

1週間の総運動時間

(体育授業を除く)

60分未満の児童生徒の割合↓

男子	令和元年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
全国	7.6%	8.8%	8.8%	9.0%	9.2%
神奈川県	7.7%	8.1%	8.1%	8.8%	8.7%

女子	令和元年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
全国	13.0%	14.5%	14.6%	16.3%	16.0%
神奈川県	12.8%	14.0%	13.8%	15.9%	15.5%

中学生

○全国との比較

- ・小5男女は全国平均よりも低い
- ・中2男女は全国平均よりも高い

○経年変化 (R5→R6)

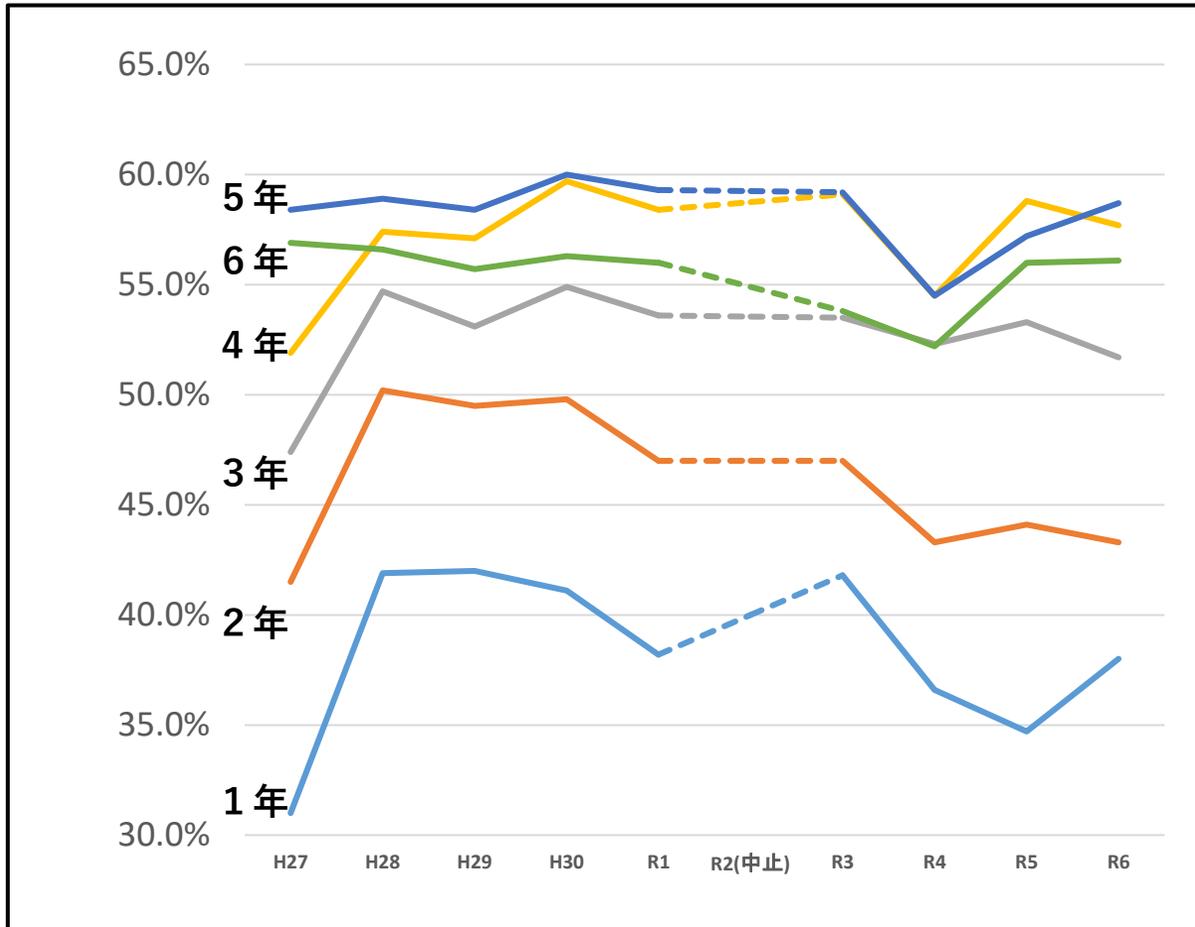
- ・小5男女、中2男女で低下

男子	令和元年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
全国	7.1%	7.4%	7.8%	11.0%	9.2%
神奈川県	8.0%	7.8%	8.0%	11.2%	9.8%

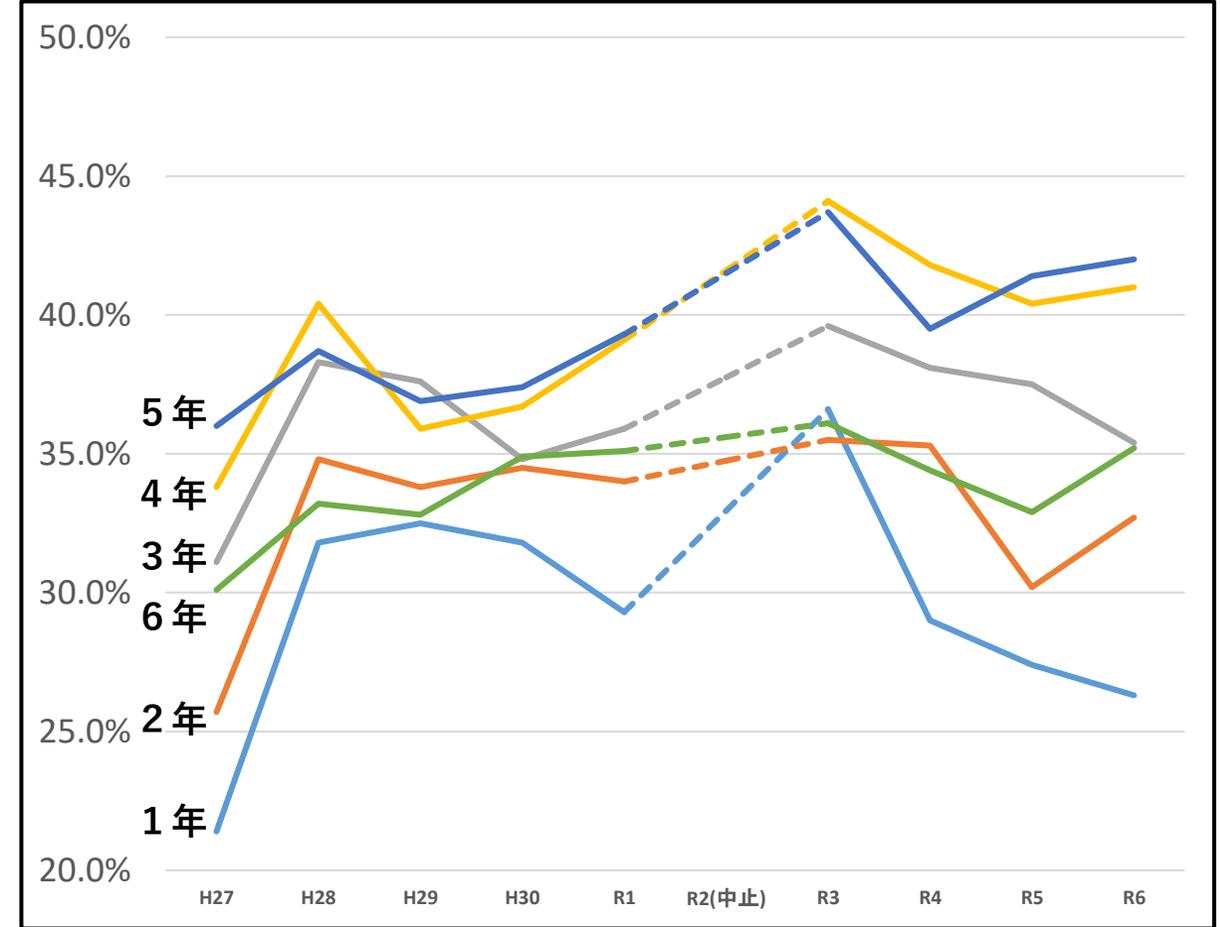
女子	令和元年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
全国	19.4%	17.8%	17.9%	24.9%	21.4%
神奈川県	20.4%	19.0%	19.3%	25.4%	21.6%

「体育授業以外の運動実施時間(経年変化)」

小学生 男子



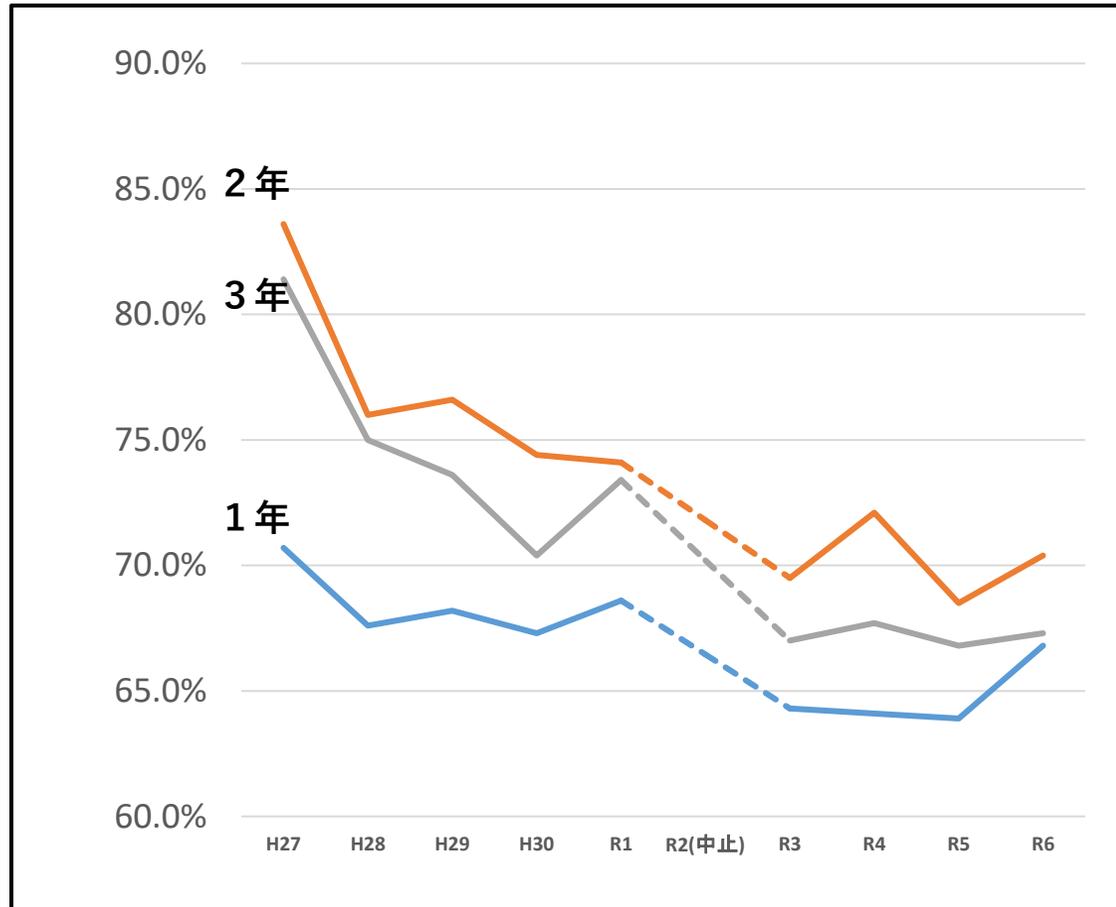
女子



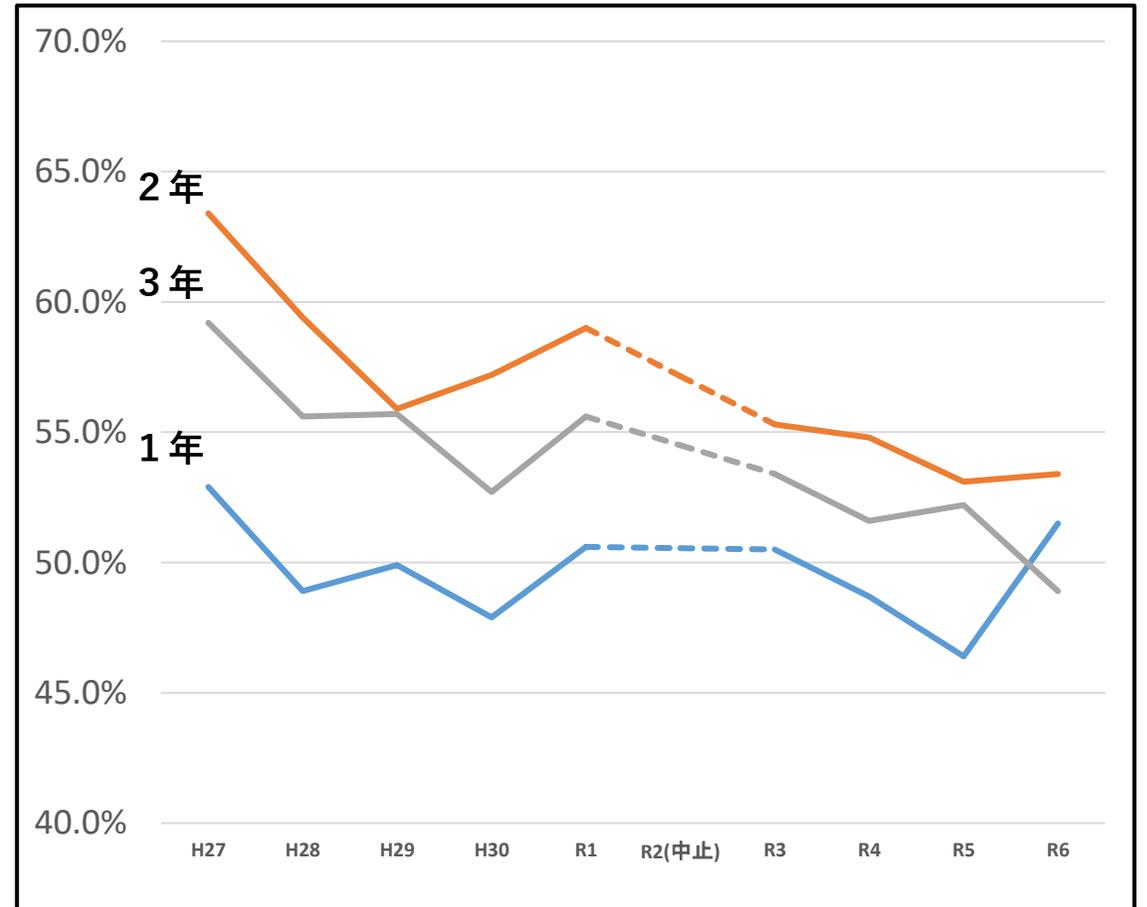
「体育授業以外の運動実施時間(経年変化)」

中学生

男子



女子



小学生

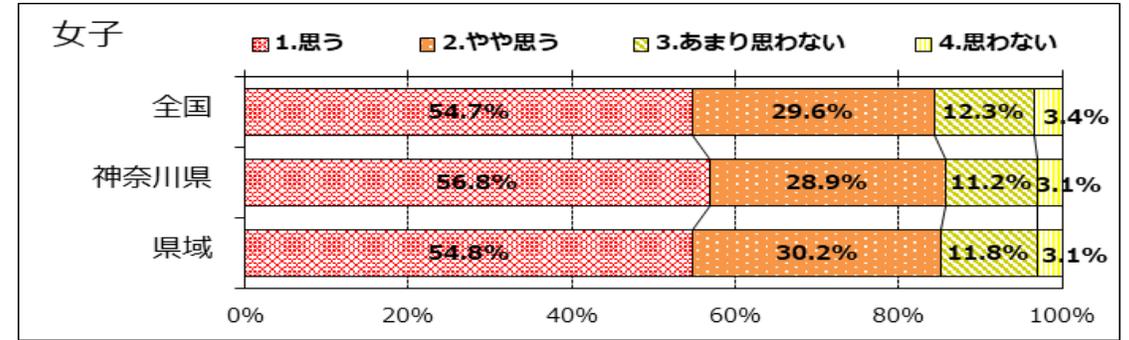
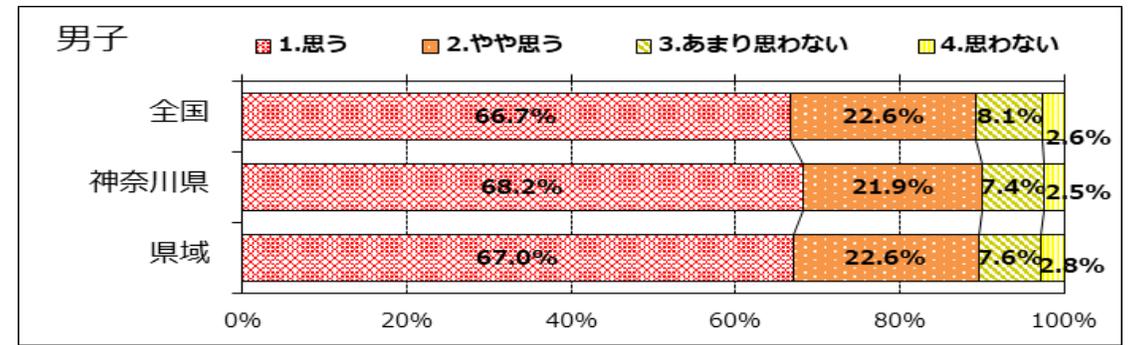
卒業後にも運動や
スポーツをしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

○全国との比較

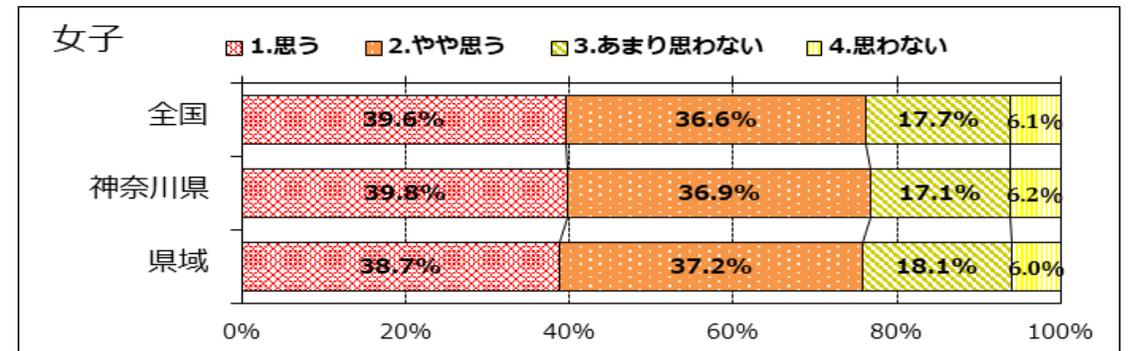
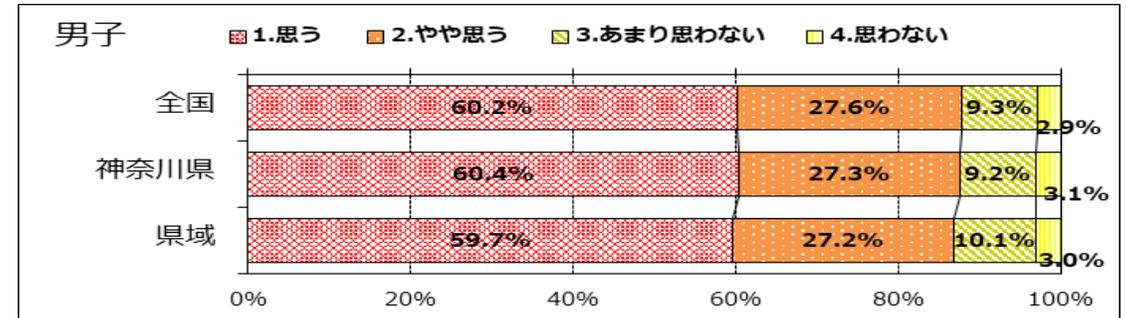
- ・「思う」「やや思う」児童生徒の割合は同程度

○経年変化 (R5→R6)

- ・小5男女、中2男子で増加
- ・中2女子で減少



中学生



体力テスト総合評価が

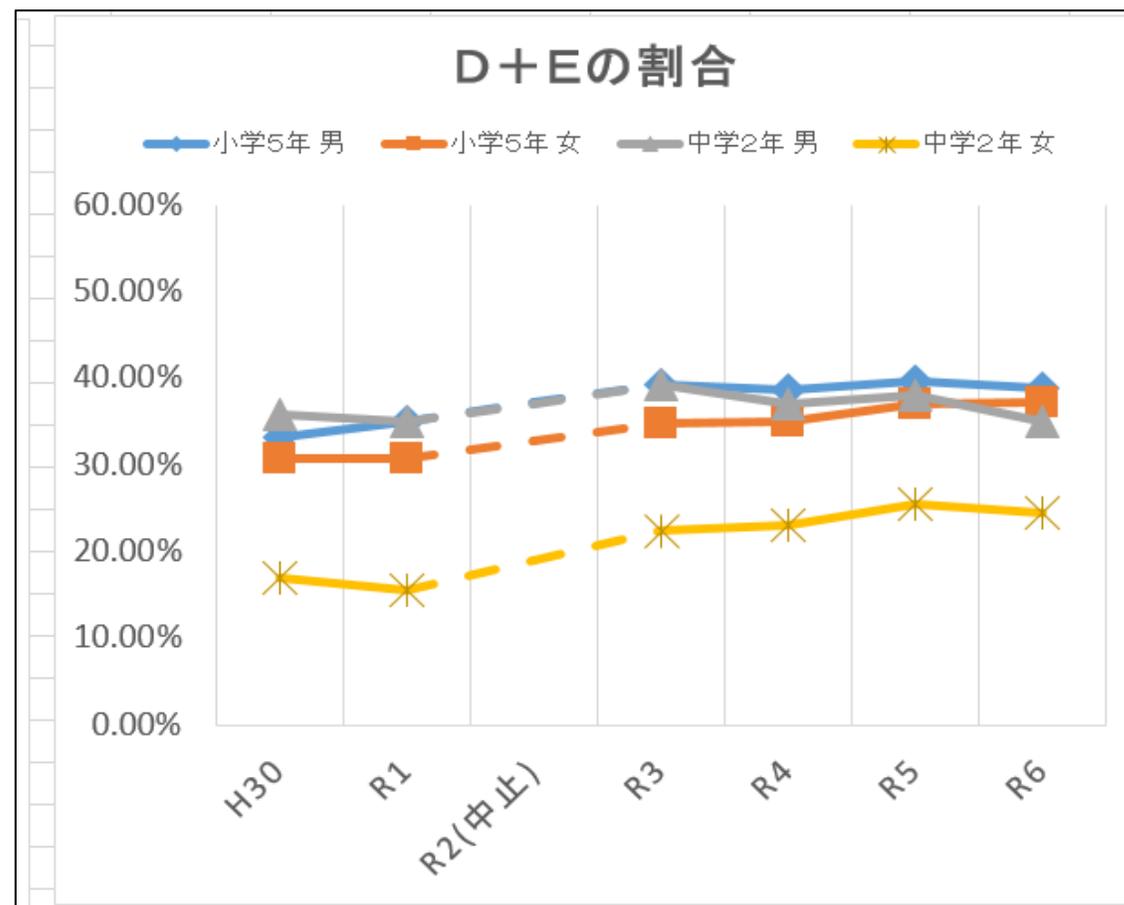
DからEまでの児童生徒の割合↓

○全国との比較

- ・ DからEまでの児童生徒の割合は高い

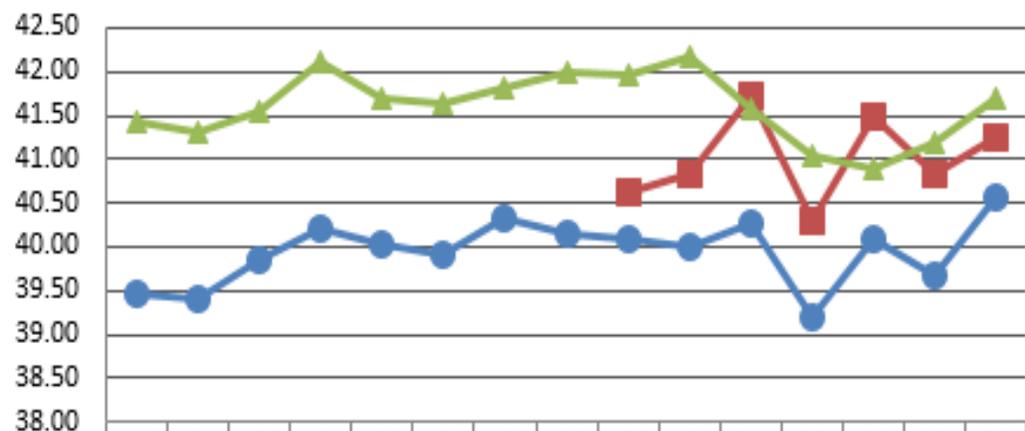
○経年変化（R5→R6）

- ・ 小5女子のみ増加
- ・ 小5男子、中2男女で減少



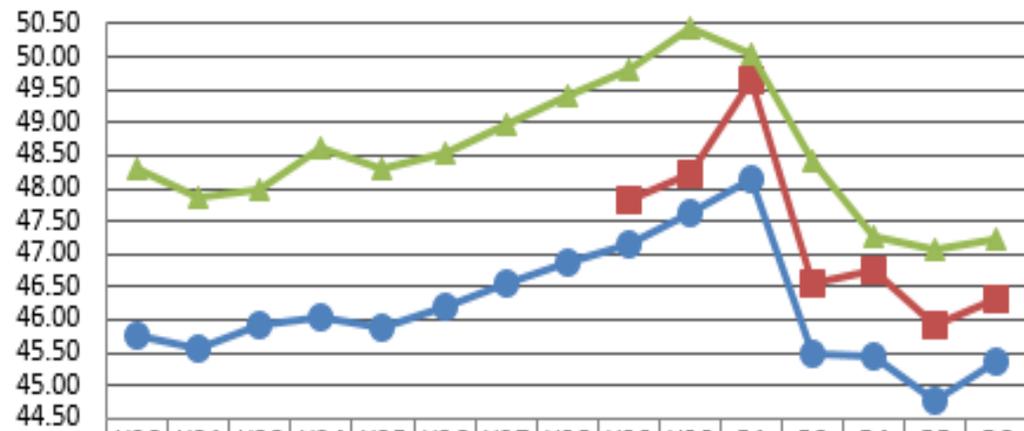
体力合計点(中学校)

(点) 中2男子 体力合計点



神奈川県	39.4	39.3	39.8	40.2	40.0	39.9	40.3	40.1	40.0	40.0	40.3	39.2	40.0	39.7	40.6
県域									40.6	40.8	41.7	40.3	41.5	40.8	41.3
全国	41.4	41.3	41.5	42.1	41.6	41.6	41.8	42.0	41.9	42.1	41.6	41.1	40.9	41.2	41.7

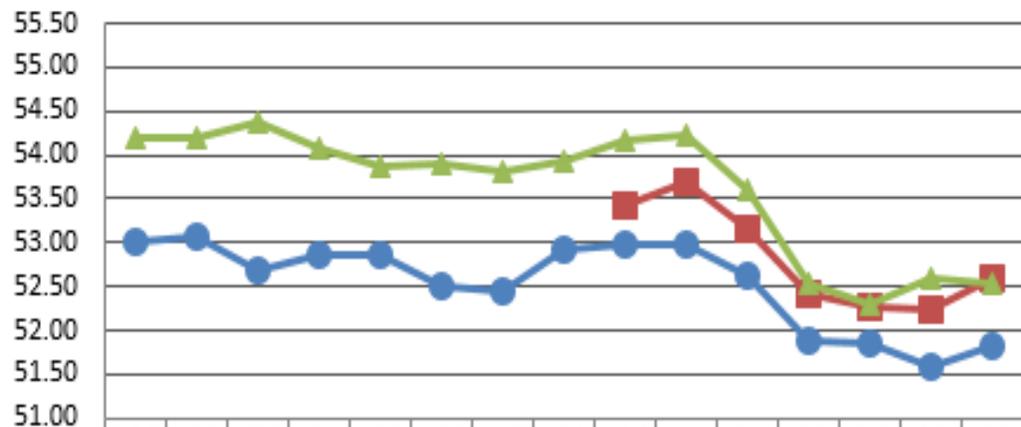
(点) 中2女子 体力合計点



神奈川県	45.7	45.5	45.9	46.0	45.8	46.1	46.5	46.8	47.1	47.6	48.1	45.5	45.4	44.8	45.4
県域									47.8	48.2	49.7	46.6	46.8	45.9	46.3
全国	48.2	47.8	47.9	48.6	48.3	48.5	48.9	49.4	49.8	50.4	50	48.4	47.3	47.1	47.2

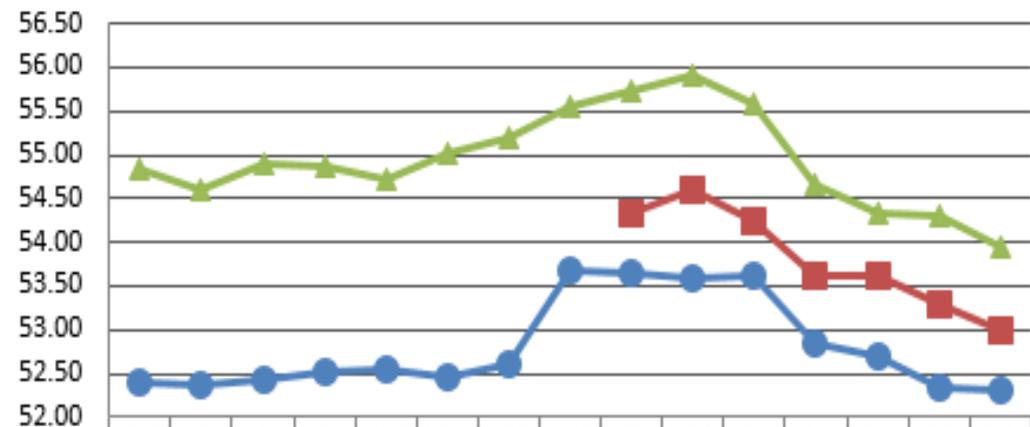
体力合計点(小学校)

(点) 小5男子 体力合計点



神奈川県	53.0	53.0	52.6	52.8	52.8	52.4	52.4	52.9	52.9	52.9	52.6	51.9	51.9	51.6	51.8
県域									53.4	53.6	53.2	52.4	52.3	52.3	52.6
全国	54.1	54.1	54.3	54.0	53.8	53.9	53.8	53.9	54.1	54.2	53.6	52.5	52.3	52.6	52.5

(点) 小5女子 体力合計点



神奈川県	52.4	52.3	52.4	52.5	52.5	52.4	52.6	53.6	53.6	53.6	53.6	52.8	52.7	52.3	52.3
県域									54.3	54.6	54.3	53.6	53.6	53.3	53.0
全国	54.8	54.6	54.9	54.8	54.7	55.0	55.1	55.5	55.7	55.9	55.6	54.7	54.3	54.3	53.9

種目ごとの平均値

種目 (単位)	小学5年				中学2年			
	男子		女子		男子		女子	
	6年度 全国 平均	6年度 神奈川県 平均	6年度 全国 平均	6年度 神奈川県 平均	6年度 全国 平均	6年度 神奈川県 平均	6年度 全国 平均	6年度 神奈川県 平均
握力(平均)〈kg〉	16.02	16.26	15.78	15.78	28.91	28.53	23.14	22.86
上体起こし〈回〉	19.19	19.09	18.16	17.91	25.82	25.59	21.47	21.09
長座体前屈〈cm〉	33.79	34.90	38.21	39.27	44.32	43.51	46.44	45.30
反復横とび〈点〉	40.67	38.23	38.71	35.80	51.49	49.85	45.67	43.88
持久走 (男1,500m 女1,000m)〈秒〉	—	—	—	—	411.68	409.17	309.90	315.32
20mシャトルラン〈回〉	46.90	44.41	36.60	32.51	78.65	77.42	50.48	48.08
50m走〈秒〉	9.50	9.50	9.76	9.80	7.99	8.03	8.96	9.01
立ち幅とび〈cm〉	150.46	148.82	143.18	140.12	197.16	193.93	166.22	161.79
ソフトボール投げ〈m〉	20.74	20.14	13.15	12.34	—	—	—	—
バットボール投げ〈m〉	—	—	—	—	20.49	20.61	12.32	12.13
体力合計点〈80点満点〉	52.54	51.83	53.93	52.32	41.69	40.57	47.22	45.37

※神奈川県の数値は、政令市を含む全県の数値
 ※色付きの箇所は、全国平均値よりも高い種目を表す

Theme1 周知・情報提供

- ① 健康・体力づくりの目標
- ② 神奈川県の子童生徒の実態
- ③ 推進委員の先生方をお願いしたいこと



第3章(1)b 今後の施策目標

体育・保健体育の授業等を通じて、**運動好きな子ども**や**日常から運動に親しむ子ども**を増加させ、**生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質・能力**(いわゆる「**フィジカルリテラシー**」)の育成を図る。



1週間の総運動時間

(体育授業を除く)

60分未満の児童生徒の割合↓

卒業後にも**運動や**

スポーツをしたいと

「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

体力テスト総合評価が

DからEまでの児童生徒の割合↓

1週間の総運動時間

(体育授業を除く)

60分未満の児童生徒の割合↓



令和5年度 神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会

取組報告

小学校の具体的な取組例（上大井小学校）

体力づくりに向けた異学年交流



1 取組の経緯
 昨年度行った異学年交流会では、ドッジボールや鬼遊びが中心で、遊ぶ内容に偏りがあった。そこで、今年度は遊びの内容を体育委員会が事前に決め、いろいろな遊びに取り組みできるようにした。また、回数を増やし、各学年2回ずつ合計10回行うことを計画した。

2 取組のポイント
 (1) 活動内容
 資料「今日これであそんでみない？（運動遊び紹介ポスター）」（神奈川県教育委員会）から遊びを選択し、児童があまり経験したことがない運動を行うことにした。
 (2) 異学年との関わり合い
 異学年と関わることで、普段の休み時間とは違う楽しさを味わえるようにした。

3 取り組んだ日時
 令和6年9月28日～10月24日 毎週木曜日昼休み
 令和7年1月27日～2月10日 毎週木曜日昼休み

4 取組の様子、成果と課題
 初めて行う遊びにワクワクしながら楽しむ子どもが多かった。また、初めての遊びであることが多くの子どもの苦手意識をなくし、積極的に身体を動かすことができた。どの時間も、体の大きさや年齢に関係なく、思いきり身体を動かすことができていたので、体力向上に繋がったと感じた。
 課題は、体育委員会の準備時間を十分に取ることで、1回目の開催時期をなるべく早くすることである。次年度以降は、気温が高くなる時期を避けながら、運動できる日を計画していく必要がある。

「かながわ 健康・体力づくりモデル校事業」について(概略)

(令和7年度事業費 588千円)

現状・課題

○令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査における神奈川県児童生徒の体力合計点の平均は、中2男子は過去最高点を、小5男子・中2女子は前年度より上昇した一方で、小5女子は前年度から若干低下し、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けた令和3年度以降からの低下傾向が続いている。
 ○1週間の総運動時間が60分未満の全国の児童生徒の割合は、中学校で減少したものの、**小学校では横ばい**の状況が続いている。
 ○県がこれまで取り組んできた「体力向上キャラバン隊」は体力合計点の平均値に、「わくわく先生派遣事業」は適切な運動習慣の確立に一定の効果が得られているものの、その効果の関連までは見られていない。そのため、**小学校を対象にした、体力合計点と運動習慣の確立の双方にアプローチする事業の実施が必要**であると考えます。

事業内容

次の3つの取組を同一の小学校で実施をする。(県域の小学校より**4校を公募**)

(1) 体力向上キャラバン隊派遣事業(年間3回)

体力向上キャラバン隊(保健体育課及び体育指導センターの指導主事等から構成)を、小学校に派遣(年間3回を予定)し、年間を通した体力向上の取組の支援を行う。

<派遣1> 令和7年4月下旬～5月中旬頃 新体力テストの測定方法の研修の実施

<派遣2> 令和7年5月下旬～6月下旬頃 新体力テスト測定の支援

<派遣3> 令和8年1月～2月頃 新体力テストを活用した体力向上に係る学校独自の取組に関する研修

体力向上に係る学校独自の取組の支援

新体力テストの結果を踏まえた体力向上の取組を推進するための研修

※体力向上に係る学校独自の取組は、実施校における前年度までの取組や県教育委員会ホームページに掲載されている「健康・体力づくり推進委員取組報告」を参考に実施してください。

(2) みんなで遊ぼう！運動遊び隊派遣事業(年間3回)

運動遊び隊(運動遊びを専門とする委託業者及び保健体育課、体育指導センター指導主事等で構成)を小学校に派遣(年間3回を予定)し、休み時間や体育の授業の時間を活用した運動遊び教室を開催する。

<派遣1・2・3> 令和7年9月～令和8年1月頃 (開催場所及び対象学年は、実施校の希望に応じて設定)

(3) かながわ キラキラ通信の配付(年間2回)

運動遊びやスポーツの意義・事例を掲載した「かながわ キラキラ通信」を児童に配付することで、家庭と連携した健康・体力づくりの取組を支援する。

<配付1> 令和7年7月頃 <配付2> 令和7年10月頃

実施校へのお願い

○実施校は、令和8年度第1回健康・体力づくり推進委員会(6月を予定)における分科会において、1年間の取組の成果の報告をお願いします(報告に用いるスライドの案は当課にて用意します)。
 ○「みんなで遊ぼう！運動遊び隊派遣事業」及び「かながわ キラキラ通信の配付」終了後、児童を対象にしたアンケートへの協力をお願いします(1人1台端末を活用し、2次元コードによるアクセスから回答。匿名による選択回答形式。回答に要する時間は、約5～10分程度)。

※体力向上キャラバン隊派遣事業について
 …令和7年度は、令和6年度まで実施していた中学校を対象にした派遣及び標記事業の実施(小学校以外への派遣は行いません。体力測定器具の貸出を希望される場合は、県立スポーツセンターのホームページからお申し込みください。

(神奈川県教育委員会保健体育課)



藤沢市立湘南台中学校

卒業後にも運動や
スポーツをしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

令和6年度 健康・体力づくり実践研究委託 健康・体力づくり実践研究校 研究報告書
--

(4) 地域でのスポーツイベントを体験（サポート役として）〔する〕〔支える〕
昨年度同様、1月に第15回湘南藤沢市民マラソンのボランティアに第2・3学年の生徒を中心に参加をした（1年生は宿泊行事と重なったため、不参加）。当日は沿道での応援隊として参加し、スタート直後やゴール間近のランナーに多くの声援と拍手でサポートをし、大会に参加しているランナーからは多くの笑顔が返ってきた。ボランティアを通じて、「支える」という関わり方にも多様な方法があることを学んだ。



(5) 地域でのスポーツイベントを企画・運営する〔支える〕
湘南台公民館、湘南台地区公園体操世話人会が毎年行ってきた「湘南台1日健康デー」に参加をした。このイベントは、1部2部の構成になっており、1部では湘南台地区公園体操世話人会と参加者が体操を行い、2部では企業とその参加者が企業のブースで体験を通して、健康について考えるイベントである。
今年はそこに湘南台中学校の第1学年の生徒がクラス毎に分かれて参加した。参加にあたっては、このイベントに中学生が運営する側にまわり、地域の方々と一緒に健康を考える機会を作ることを狙いとして計画をした。



〔1部 公園体操の様子〕

〔企業ブース紹介の様子〕

〔ニュースポーツ体験の様子〕

地域との連携

親子新体カテスト体験会 「VS」
保護者の健康・体力づくりへの意識向上をねらった新体カテスト対決イベント

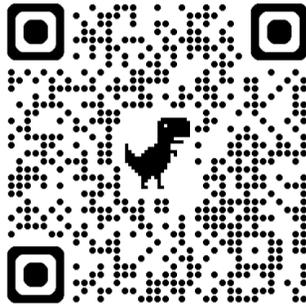
地域との連携

HIBITA SPORTS DAY

お祭り形式にたくさんのスポーツを体験できるイベント

伊勢原市立比々多小学校

卒業後にも運動や
スポーツをしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑



アクティブ・チャイルド・プログラム



5 具体的な取組

(1) 体育祭での流行を意識したダンス発表会

新羽高校の生徒の特長として、SNSに力を入れている生徒が多く流行に敏感な生徒が多い印象がある。そこで、流行の曲でダンスを踊り、その様子を動画で撮影し、short動画（最長60秒の短い動画を視聴したり、投稿したりできるサービス）を作成するという取り組みを行った。

方法としては、全生徒を男女で分け、別々の曲を踊り、その様子を上から撮影し作品を作るというものである。ダンス自体は教員で考え、体育の授業やLHR等で練習し、体育祭本番で披露した。

(2) ダンスの授業でダンス練習→動画撮影→編集をさせる。

体育のダンスの授業で5～6人のチームで作品を作り、それを動画撮影、編集し教師がその作品を評価するという活動を行った。こちらも体育祭でのダンス発表会と同様に流行の曲や振り付けをうまく取り入れ、生徒が親しみやすいようなダンスをそれぞれのチームが考え、発表した。

(3) スポーツとの様々な関わり方についての講義と実技

運動・スポーツとの楽しみ方や関わり方を生涯スポーツの側面から講義した。また、生涯スポーツの1つ「ボッチャ」についても講義し、保健体育の授業で実際に生徒自らボッチャを体験した。

課題解決のための具体的な取り組み

体育祭での流行を意識したダンス発表会
 (新羽高校はSNSに力を入れている生徒や流行に敏感な生徒が多い)



- ・運動やスポーツに対してのハードルを下げる。
- ・運動やスポーツを「する」だけではない楽しさを感じてもらう。

卒業後にも運動や

スポーツをしたいと

「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

中学校の具体的な取組例
(西区研究部 岩井原中学校他4校)

「自分に合ったマイプログラムを」
～体力の維持・向上につなげよう～



1 取組の経緯

横浜市体力・運動能力調査の西区5校の体力合計点は、ほとんどの学校で横浜市の平均を下回った。そこで、西区研究部で「一人でも多くの生徒に運動・スポーツに興味・関心をもってもらいたい」という共通認識を図り、一人ひとりが自分に合った運動・スポーツを選択し、生涯にわたって豊かなスポーツライフの実践につなぐことがテーマを設定した。

2 取組の内容

- ・令和5年度は、柔軟性に
- ・令和6年度は、中学3年生の運動」と各単元の関連をず、自分に合ったプログラム、運動意識に関するアンケート

中学校の具体的な取組例 (真鶴中学校)

運動習慣を意識してみよう



1 取組の概要

本校は、全学年単級の小規模校であるため、部活動も運動部は、3つのみとなっている。そのため、運動は保健体育の授業のみという生徒も少なくない。運動部に入部している生徒も冬になるにつれ、運動時間が減り、スクリーンタイムが増え、睡眠時間が短くなっている。そこで、委員会活動を利用して、運動習慣への意識づけを目標に取組を計画した。そして、楽しみながらできる運動への意識づけとして、シールに

小学校の具体的な取組例 (湯河原小学校)

遊びを知る取組「先生とあそぼう♪」



1 取組の経緯

今年度の学校保健委員会は、「遊びを通して体を動かす楽しさを知ろう」にテーマを設定した。児童の現状として外遊びをあまりしない、遊びのバリエーションを知らないということがあった。この現状に合わせて教師と遊ぶ機会を意識的に作ることで外遊びへのきっかけ作りをしようと考えた。外遊びに親しむ習慣や意欲を培い、遊びの中で友達と過ごす充実感や親密感も得られるように働きかけていこうと取組を進めてきた。

小学校の具体的な取組例 (鎌小学校)

体力向上「体づくりWeek」+α



1 今年度の取組

冬季に毎年、「体づくりWeek」を実施している。2020年度から取組を進め5年目となる。その成果もあり今年度の新体力テストでは、50m走をはじめ多くの項目で全国平均を上回ることができた。そこで、今年度も引き続き、縄跳びとシャトルランの2種目で「体づくりWeek」を実施した。持久力や瞬発力など、全ての運動の基礎となる力を養うことができる点でとても良い取組であると判断しており、さらに、体力テストの記録向上を考え、今年度は11月に反復横跳びにも取り組んだ。

【取組のポイント】

- (1) 全身持久力の向上を目指し、第1弾の縄跳びと第2弾の

令和5年度 神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会

取組報告



体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合↓

測定方法

2回測定



①はじめの姿勢

- ・壁にお尻・背中・頭をつける。
- ・台に両手を乗せたら、肩を引く。
- ・ひじやひざは曲げずに伸ばす。
- ・足首はリラックス。

②測定中

- ・息を吐きながら、体を前にできるだけ倒す。

全力発揮のポイント

①測定前の準備運動で体をほぐそう!!
※図のように体を後ろに強く引くと、体がよくほぐれます。試してみよう!!

②測定前に肩を壁まで引けているか再確認!!

③おなかの中の空気を吐き出し切るまで前屈をしよう!!




5年生用

新体力テスト記録カード

～新体力テストで自分の全力を発揮しよう～

～新体力テストを終えて～



新体力テスト

5年 組 名前

腕力

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

上体起こし

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

長座体前屈

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

反復横とび

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

20mシャトルラン

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

50m走

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

立ち幅とび

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

ソフトボール投げ

1. 両手を肩の高さまで上げ、肘を曲げて、両手を握り合せて、腕を伸ばす。

2. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

3. 両手を握り合せて、腕を伸ばす。

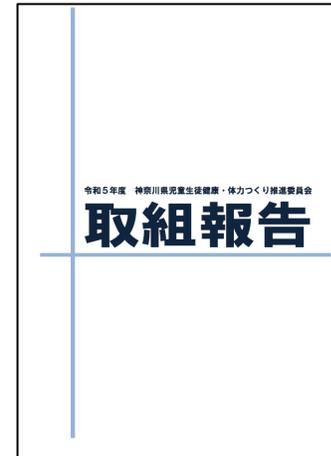


Theme2 諸連絡

取組報告の作成



- 市町村の推進委員で、各地区の実態や課題等から取組内容を検討し、所属校等で実施する。
- 推進委員の所属校等で実施したことを基に取組について報告書を作成し、提出する。



1週間の総運動時間
(体育授業を除く)
60分未満の児童生徒の割合↓

卒業後にも**運動や**
スポーツをしたいと
「思う」「やや思う」児童生徒の割合↑

体力テスト総合評価が
DからEまでの児童生徒の割合↓

グループ名	市町村名	室名
A	鎌倉市 綾瀬市 大磯町 松田町 真鶴町	201
B	藤沢市 寒川町 愛川町 伊勢原市 大井町 横浜市	202
C	茅ヶ崎市 座間市 清川村 箱根町 湯河原町 相模原市 小学校体育研究会	203
D	逗子市 海老名市 二宮町 開成町 小田原市	204
E	三浦市 大和市 平塚市 中井町 横須賀市 中学校体育連盟	206
F	葉山町 厚木市 秦野市 南足柄市 山北町 川崎市	209
県高等学校教科研究会保健体育科部会		211

情報交換

【方 法】 ※全体進行は会場担当者

- 1 班別情報交換の流れについて確認 (5分程度)
 - 2 各市町村グループでの活動 (25分程度)
 - 3 各校種グループでの活動 (30分程度)
 - 4 各市町村グループでの活動 (10分程度)
 - 5 まとめ (5分程度)
- 解散(16:30頃)