

平成29年度 神奈川県児童生徒健康・体力づくり推進委員会

# 市町村の取組概要

# 横浜市の取組

担当課

指導部  
教育課程推進室

## 【 小学校の取組 】

体力向上プロジェクト

### 「初音っ子タイム」で体力アップ

#### 取組の概要

##### ○横浜市の児童の実態

本市の児童の体力は、種目別にみると前年を上回るものもあるが、経年でみるとほぼ横ばいで、全国平均より下回っている。しかし、運動や健康に対する意識は高い。運動習慣は、運動をしない児童の割合がやや減り、する児童の割合が増えてきた。生活習慣については朝食を90%以上の児童が毎日食べてきており、睡眠時間は60%前後の児童が8時間以上寝ている状況である。

##### ○横浜市の体力向上への取組

健康・体力づくりについては、「運動機会の確保」「生活習慣の改善」「教員の指導力向上」の三つを基本方針として、取組を進めてきた。各校で「体育・健康プラン」を作成し、各校の特色を踏まえた「1校1実践運動」を行い、運動遊びや休み時間の全校での取組など、運動機会の確保を目指し取り組んでいる。また、体育科の授業の改善を図るための教員の指導力向上、家庭との連携を図った生活習慣の改善を進めている。

#### 取組推進・実施の流れ

29年3月	横浜市の子どもの体力状況・課題等を全校に発信し、各校に取組を呼びかけ
5月	体力向上研究校担当者を開催 今年度の方向性を提示 各校の計画書作成
↓	各校「体育・健康プラン」に基づいた取組
11月	体力向上研究校担当者を開催 各校の取組について中間報告 体力向上への取組について意見交換 H29 体力調査の結果分析
2月	体力向上研究校担当者を開催 体格・体力の状況の特徴、課題等を検討 協議会の提案内容検討
3月	健康・体力づくり推進協議会 開催 体力の現状報告、協議と研究校の取組紹介

#### 取組の成果と課題

「体育・健康プラン」に基づく体力向上への「1校1実践運動」の取組は、全校で実施している。全国体力・運動能力調査によると、91.2%の学校が、始業前や休み時間等を使って体力向上への取組を実施している。わずかであるが、運動機会は増えてきている。また、各校で、児童が主体的に考え、仲間と話し合いながら、課題解決していく授業へと改善が図られてきている。小学校においては特に、生活習慣や運動機会の向上など、家庭との連携を密にし、課題を共有した上で取り組む必要がある。今後も、家庭や地域と連携した生活習慣の改善や食育の推進による意識の改善を図るなど、総合的な取組を実施し、体力向上を目指した取組を進めることが大切だと考える。

## 【 中学校の取組 】

### 生徒の運動の機会を増やすことから始める

### 体力向上への取組

#### 取組の概要

##### ○横浜市の生徒の実態

本市の生徒の体力は、種目別にみると前年を上回るものもあるが、経年でみるとほぼ横ばいで、全国平均より下回っている。しかし、運動や健康に対する意識は高い。運動習慣は、運動をする生徒としない生徒の二極化がみられ、特に女子が顕著である。生活習慣については朝食を食べてこない生徒が10%程度いる。また、学齢があがるにつれ睡眠時間や「ぐっすり眠れる」生徒の割合が減ってきている。

##### ○横浜市の体力向上への取組

健康・体力づくりについては、小学校の取組同様、三つを基本方針として進めてきた。中学校では、学校全体で運動能力の目標を設定し、取り組んでいる学校が多く、運動をしない生徒への運動機会の確保、運動意欲の向上を目指し取り組んでいる。また、指導力向上については、生涯にわたって運動に親しむこの育成を目指し、生徒が主体的に考え、課題解決していく授業へと改善してきた。

#### 取組推進・実施の流れ

29年3月	横浜市の子どもの体力状況・課題等を全校に発信し、各校に取組を呼びかけ
5月	体力向上研究校担当者を開催 今年度の方向性を提示 各校の計画書作成
↓	各校「体育・健康プラン」に基づいた取組
11月	体力向上研究校担当者を開催 各校の取組について中間報告 体力向上への取組について意見交換 H29 体力調査の結果分析
2月	体力向上研究校担当者を開催 体格・体力の状況の特徴、課題等を検討 協議会の提案内容検討
3月	健康・体力づくり推進協議会 開催 体力の現状報告、協議と研究校の取組紹介

#### 取組の成果と課題

「体育・健康プラン」に基づく体力向上への「1校1実践運動」の取組は、全校で実施している。全国体力・運動能力調査によると、76.5%の学校が全体の体力・運動能力についての目標を設定し、取り組んでいる。生徒は、運動や睡眠、食事が健康のために大切だということへの意識は高いが、朝食を食べてこない生徒の割合に改善がみられないこと、学年があがるにつれ、ぐっすり眠れる生徒の割合が減り、パソコンや携帯電話等の視聴時間が増えている傾向にあることなど、生活習慣に課題がみられる。引き続き、家庭との連携を図り、総合的な取組を実施し、体力向上を目指す必要がある。

# 川崎市の取組

担当課

健康教育課

## 【 小学校の取組 】

楽しく遊び、運動に親しめる場づくり  
～運動の日常化に向けて～

### 取組の概要

- 川崎市の小学生の体力の実態について
  - ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、本市の小学生は握力、長座体前屈は全国平均を上回っているものの、20mシャトルラン、ソフトボール投げは低い。また、1週間の総運動時間が男女とも全国平均を下回っており、運動の日常化に向けた取り組みが必要である。
- 取組のねらいについて
  - ・モデル校を選定し、授業研究を通じて体力づくりと日常生活における体力向上を推進し、その成果を各学校に広げ、運動の日常化を全市に広げていくこととした。
- 取組の内容について
  - ・スポーツ指導者を活用した体育授業の充実と休み時間を活用した運動遊びの実践を行う。
  - ・ソーシャルスポーツラーニング（企業協力によるICTの活用）による1分間縄跳びの測定結果と、得られたデータのフィールドバックにより、取組を検証する。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テスト 各校実施 体力づくり推進校指定・キラキラタイム開始				
7月	フロンターレサッカー普及 ICT活用した1分間縄跳びによる計測				
8月					
9月	小学校陸上記録会実施				
10月	地区別運動会実施				
11月	キラキラチャレンジ（縄跳び）実施				
12月	全国体力運動能力調査の結果分析				
1月	新体力テスト指導者講習会（2月）				

### 取組の成果と課題

- モデル校へ派遣したスポーツ指導者は、体育の授業及び休み時間等の運動遊びにおいて各学校の教員と協力体制を構築し、児童が運動に親しむ機会を増やすことができた。
- キラキラタイムは、ほぼ全校で実施し、友達と運動する機会が増え、運動の日常化が図られた。
- 計測機器を着用した1分間縄跳びの計測では、年間を通じた縄跳びの結果の向上が図れた。この計測は、子ども達が、手軽に運動に取り組み、自分の目標を数値として設定でき、運動への意欲の向上につながった。

## 【 中学校の取組 】

継続的な体力向上の取り組み  
～運動の意欲向上に向けて～

### 取組の概要

- 川崎市の中学校の実態について
  - ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、本市は持久走が全国平均に達しているものの、それ以外の種目は下回っている。1週間の運動時間は、全国平均を上回っており、体を動かす機会が多いが、筋力や敏捷性等の体力・運動能力を高める動きが必要である。
- 取組のねらいについて
  - ・新体力テストを全校で実施し、教育活動全体や実生活で生かせる、体力向上の取り組み方の工夫・改善を行う。
  - ・授業実践をはじめ、生徒の自主的な取り組み実践、休業中の体づくりの取組等、各校の実情に応じて取り組む。
- 取組の内容について
  - ・新体力テストで劣っている体力・運動能力を高める目的で、種目の特性に応じた準備運動・補強運動を毎時間継続的に行い、生徒が自己の体力に興味を持ち、自主的に体力を高めようとする意欲の向上へとつなげる。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テスト各校実施	体育学習での実践
7月		
8月	夏季休業中の体力向上に向けた取組	
9月	市駅伝大会に向けた、合同部活動での参加	
10月		
11月		
12月	全国体力運動能力調査の結果分析	
1月		

### 取組の成果と課題

- 本市の体力の現状について各校で共通理解のもと、その改善に向けて保健体育の授業の運動環境を整える取組が推進できた。各校では、委員会活動や学校行事に体力づくりの取組をうまく組み込み、生徒が自主的に運動できる工夫が行えた。
- 新体力テストの結果を分析し、体力の要素をバランスよく網羅できる補助運動等を組み込んでいくため、生徒が自分の体力の状況を分析し、日常の生活や部活動等でも自主的に運動に取り組めるよう工夫が必要である。

# 相模原市の取組

担当課

相模原市教育委員会  
学校教育課

## 【小学校の取組】

### 動きを持続する能力を高めることを目指して

#### 取組の概要

- 児童及び小学校の実態について
  - ・平成29年度の新体力テストの体力合計点は上昇したものの、女子では反復横とび、立ち幅とび、20mシャトルランに課題がみられる。
  - ・総合評価の割合は昨年度同様に全国平均と比較してA Bの割合は低く、DEの割合は高くなっている。
- 取組のねらいについて
  - ・外遊びは好きであるが、遊びの偏りがみられ、動きを持続する機会が少なくなっている。そのため、短縄や長縄、5分間走などに取り組む機会を設け、持久力の向上への関心を高める。
- 取組の内容について
  - ・朝の活動や中休み等に動きを持続する縄跳びやランニング活動を取り入れ、委員会活動と連携することで意欲的に取り組めるようにする。

#### 取組推進・実施の流れ

29年1月	健康教育担当会で相模原市の体力状況・課題等について共有し、重点課題について周知
6月	推進委員から市全体への呼びかけ
7月	新体力テスト実施
9月	体育的行事実行委員会にて市内データ集約
10月	データの分析
11月	データの分析
1月	健康教育担当会で市の課題確認
2月	体育的行事実行委員会にて取組報告、課題確認

#### 取組の成果と課題

##### 【成果】

動きを持続する活動を行うことで、持久力に対する関心が高まり、自主的に持久走などに取り組む児童がみられた。また、自己の目標を設定することで意欲の向上もみられた。

##### 【課題】

委員会が主催する大縄グランプリなどの大会が終わると、その活動に取り組まなくなってしまう児童もみられる。継続的に運動に取り組むためには、無理なく、楽しくできる手が必要である。

## 【中学校の取組】

### 学校全体で取り組む体力向上推進計画の構築・実践～主体的に体力向上をめざす生徒の育成をめざして～

#### 取組の概要

- 生徒及び中学校の実態について
  - ・平成29年度の新体力テストの体力合計点はやや低下し、女子では立ち幅跳び、男女共通して反復横とびに課題がみられる。
  - ・総合評価の割合は昨年度同様に全国平均と比較してA Bの割合は低く、DEの割合は高くなっている。
- 取組のねらいについて
  - ・生徒が、運動やスポーツをすることが好き、運動やスポーツは自分にとって大切、健康であるために運動・食事・睡眠（休養）が大切だと理解し、保健体育の授業はもとより学校全体で組織的に体力向上に取り組み、主体的に体力向上をめざす生徒を育成すること。
- 取組の内容
  - ・学校全体で体力状況を把握し、体育の授業をはじめ学校全体で体力向上に取り組む。

#### 取組推進・実施の流れ

29年1月	健康教育担当会で相模原市の体力状況・課題等について共有し、重点課題について周知
6月	・新体力テストの実施 ・各校における体力向上計画作成 ・体育科授業での実践
7月	
9月	↓
10月	・体育科授業での実践 ・委員会活動等での体力向上企画 ・行事における取組
11月	
12月	・保健体育主任会での取組状況報告 ・健康教育担当会
1月	

#### 取組の成果と課題

##### 【成果】

研究校を中心に実施したが、実施した学校では保健体育科教諭だけではなく、生徒の体力や生活習慣等の実態を共有することで、学校内の様々なところで体力向上に関する取組について考えるきっかけづくりとなった。

##### 【課題】

小中連携や保護者・地域との連携についても学校内と同様に子どもたちを取り巻く現状について情報提供し、それぞれの立場からどのような支援ができるかを検討する場を設けていく必要がある。

# 横須賀市の取組

担当課

横須賀市教育委員会事務局  
学校教育部保健体育課

## 【 小学校の取組 】

### 体力向上に向けた取組内容の見直しと効果的な実践

#### 取組の概要

本市では、子どもの実態をより正しく把握するため、平成27年度から市立小学校の3年生以上の全児童を対象に体力・運動能力、運動習慣等調査を実施している。

市として、今後の子どもの健康・体力向上推進における施策等の参考とすることを目的としているが、各学校においても、調査結果から自校の状況を把握分析し、具体的な取り組みを行った上でその成果と課題を検証し、さらに改善を図るというR-PDCAサイクルを確立し、継続的かつ計画的に取り組んでもらいたいと考えている。

そこで、市研究会と連携し、各校の取組について情報共有するとともに、今年度の体力等の調査結果をもとに各校の実践をより良いものにする。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	※4月、前年度の各校の取組をまとめた資料配布（市研究会による）
7月	調査の実施（4月～7月） 体力等調査票の提出
8月	学校別集計結果資料返却
9月	集計結果の把握分析、これまでの取組の検証
10月	体力向上に向けた各校の取組の見直し（調査結果及び研究会作成資料の活用）
11月	各校の取組実践
12月	↓
1月	市体力づくり実践研究発表大会にて共有

#### 取組の成果と課題

##### 【成果】

これまで、各校においては児童委員会の取組や市主催の体育的行事を活用するなど、様々な工夫をしてきたことで、児童の運動習慣の定着に一定の効果をあげている。今後、さらに基礎的環境の整備を進めることで、より一層の効果が期待できる。

##### 【課題】

体力等の調査結果の有意義な活用方法や、より効果の高い体力向上の取組方などについて情報提供し、支援を進めることが必要である。

## 【 中学校の取組 】

### 保健体育科授業における運動量の確保

#### 取組の概要

これまでの体力等調査の結果分析から、体力合計得点と、50m走・立ち幅跳び・20mシャトルランの測定値の間に相関関係が見られることがわかった。また、新体力テスト総合判定がE・Dの生徒の割合が、全国平均値を上回っていることも課題として指摘された。

そこで、保健体育科の授業において、全身運動（特に走る動作）を重視することと、体力下位層の生徒へ対するアプローチを工夫することについて、各校で取組を進めることとした。また、市研究会と連携する中で、いくつかの学校には昨年度から先行して取り組んでもらった。今年度の調査結果から、研究部所属校の実践が結果にどう表れるのかを検証し、効果的な実践例を市内に発信することを目指す。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	※4月、市研究会において取組概要を説明
7月	市独自の体力等調査の実施及び 結果の活用については、 小学校と同様の流れで実施
8月	
9月	
10月	市研究会において、先行実施校の結果の検証
11月	↓
12月	
1月	市体力づくり実践研究発表大会にて中間報告

#### 取組の成果と課題

##### 【成果】

これまでの様々な取組は、その効果が十分検証されないまま新たな取組が加わり、それぞれを十分深めることができていなかったが、市独自調査を行うようになったことで、その結果の活用の幅が広がり、指標を明確にして検証し、改善するというサイクルが確立されつつある。

##### 【課題】

学校全体で体力向上に取り組むために、保健体育科教員以外の教職員の意識を向上させることが必要である。

# 鎌倉市の取組

担当課

鎌倉市教育委員会  
教育指導課

## 【 小学校の取組 】

### 体育を通して、体を動かすことを好きになろう ～ボール運動を中心に～

#### 取組の概要

- 鎌倉市学校教育研究会小学校体育部会では「生きる力を育む体育学習」を研究主題として、授業研究を中心に研究を進めた。
- 取組のねらいについて
  - ・学校全体の取組による、体育を通した「体を動かすことが好き」な子どもの育成
- 取組の内容について
  - ・授業研究の共通テーマをボール運動とすることで、2年生では4つのゲーム、3年生と6年生ではサッカー、5年生ではバレーボールを取り上げ、実践を行なった。
  - ・3種類のボールを学級に配付することで、学年、学級の実態に合わせてさまざまなボールで遊べるよう工夫をしている。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	取組の投げかけ	各校での取組
7月	研究授業	
8月		
9月		
10月	鎌倉市陸上記録大会	
11月		
12月	研究授業	
1月		

#### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・研究授業の中で、子どもたちがよりボール運動を好きになっていく様子が見られた。
  - ・学級へのボールの配付数が増えたことで、苦手な子どもも自分の力にあわせたボールを選択し、休み時間や朝の時間にも運動に親しむことができた。
- 課題
  - ・取組の継続性

## 【 中学校の取組 】

### 学校行事体力向上 ～駅伝大会を通して～

#### 取組の概要

- 鎌倉市学校教育研究会中学校保健体育部会では「生徒一人ひとりが生涯を通して意欲的に運動に親しむことができる資質や能力を培う学習指導について～取り組む意欲を高める導入の工夫～」を研究主題として研究を進めた。
- 取組のねらいについて
  - ・基礎体力の向上を目指す。
  - ・自ら進んで運動を行なう姿勢を確立する。
  - ・個々人の目標に合わせた活動で、記録向上を目指し、達成感を体験させることで意欲を高める。
- 取組の内容について
  - ・体力テストにおける自己分析
  - ・自主練習の時間と駅伝コースの実走練習の実施
  - ・学習カードを使った自己記録の管理

#### 取組推進・実施の流れ

6月	取組の投げかけ	各校での取組
7月		
8月	授業研究検討	
9月	領域ごとに実践	
10月		
11月		
12月		
1月	まとめ、報告	

#### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・駅伝大会へむけた早朝練習での自主的な練習が多く見られた。また、仲間同士の声かけによって、練習に取り組む生徒が増えた。
  - ・個人の目標を達成することで、駅伝大会においてベストタイムを出す生徒が増えた。
- 課題
  - ・個人の目標タイムへの取組
  - ・体力保持増進の取組

# 藤沢市の取組

担当課

藤沢市教育委員会  
教育指導課

【 小学校の取組 】

## 意図的に作る多様な動きの機会

### 取組の概要

- 比較的外で遊ぶ児童が多く、学校でも「外で遊ぼう」などの体力向上的な目標が掲げられている。校庭で遊ぶ児童も多く、活発な印象がある。しかしながら、容易に怪我をすることが多く原因として「経験」の不足が挙げられる。
- 課題は一つの運動、特に自分の好きな物に特化しすぎていて、多様な動きが生まれていないことである。児童が自発的に休み時間、遊びの中に多様な動きを取り入れていくことを期待する。同時に怪我の防止にも役立つと期待する。
- 集会・体育の授業・モジュールの時間等を使い、多様な動きを取り入れる運動を行わせる。

### 取組推進・実施の流れ

6月	
7月	
8月	市内体育研究部会において検討
9月	市内体育研究部会において各校に周知・依頼
10月	実践
11月	実践
12月	実践
1月	報告

### 取組の成果と課題

子どもたちがよく外で遊ぶようになり、ボール運動だけではなく、今までなかなか表出されなかった、体を使った動きが多々見られた。また副次的に、これらの運動を行ったことは子供同士のコミュニケーション能力を養った。

課題はそれが、体育のどの運動につながっていて、どのように役立つのか必ずしもはっきりとはまだ言えないということである。子どもたちの体力がこの取組みでどのように変化しているのか、計画的、系統的に取り組みを継続していく必要がある。

【 中学校の取組 】

## 体力向上に向けた、藤沢市の取組 ～授業のアップで反復横跳び～

### 取組の概要

- 藤沢市の中学2年生は、体力テストの結果において、男女ともに反復横跳びが全国の平均を下回っている。全国・県の平均を上回っている種目は男子が6種目、女子が5種目であり、小学生時に比べ向上している。
- 全国体力・運動能力調査（2年生）における本市生徒が劣っている種目（運動能力）の向上を図るとともに、生徒の体力・運動能力に関する興味・関心を高める。
- 保健体育の授業で補強運動として反復横跳びを行う。市内19校の中学3年生1クラスを対象に12月に平均5回の計測を実施する。反復横跳びの計測・記録したデータを回収集計した。

### 取組推進・実施の流れ

6月	市内中学校へ周知 ① 平成28年度の体力テストの結果を把握
7月	② 平成29年度の体力テスト結果の把握
8月	
9月	
10月	
11月	
12月	体育の授業で実施 結果の把握
1月	取り組みの結果をまとめる

### 取組の成果と課題

男女とも取り組み前と、取り組み後では微増しか変化は見られなかったが、夏休みに運動部活動を引退した生徒がほとんどであり、取り組み後の記録測定が、引退後約4ヶ月を経過した12月であることを考慮すると、筋力の現状維持以上の成果があったのではないかと考える。

今後は、心と体と知識のバランスをとり、さらなる授業の充実に努め、運動を通して生徒自身の自己肯定感が高まることを期待する。

# 茅ヶ崎市の取組

担当課

茅ヶ崎市教育委員会  
学校教育指導課

【 小学校の取組 】

## 休み時間は、 外で元気よく体を動かそう！

### 取組の概要

- 茅ヶ崎市の児童及び小学校の実態について
  - \*全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果、「反復横跳び」「20mシャトルラン」の数値以外は全国平均を上回っている。
  - \*平成26年度～28年度までスポーツ庁の事業である「子どもの体力向上課題対策プロジェクト」や平成29年度に実施している県の事業である「体力向上サポーター事業」を通して、児童が「走り方のコツ」を学び、体力づくりの充実を図った。
- 各小学校で行われている健康・体力づくりの取組の実態
  - \*地区教育研究会体育部会では、「運動好きな子を育てる体育指導 ～かかわりを大切に～」をテーマに、各小学校で授業実践を推進している。
  - \*外遊びを推進するために週に一度、長めの休み時間等を設けるとともに、児童会主催の球技大会等を企画して児童が運動に親しみやすい環境を作っている学校が多い。
- 取組のねらいについて
  - \*外遊びへの興味を喚起し、体力の向上を図る。
  - \*仲間とかかわり合いながら体を動かす活動を通して、運動好きな子を育てる。
- 取組の内容について
  - \*児童会活動を中心とした体力向上への取組
  - \*学校全体計画として位置付けた体力向上への取組（ロング昼休み、たてわり遊び活動、運動用具の充実等）

### 取組推進・実施の流れ

4月	本年度テーマの確認 ◆各小学校での授業実践
5月	実技研修会：フットボール・ソフトボール
6月	
7月	実技研修会：慣れの運動、集団跳び箱
8月	
9月	
10月	授業研究会：跳び箱運動
11月	授業研究会：跳び箱運動
12月	
1月	研究のまとめ

### 取組の成果と課題

- 児童が運動に親しめるような企画を行うことで、多くの児童が進んで運動に取り組もうとする様子が見られた。
- 行事の場面だけでなく、異学年交流を給食・清掃・昼休み等を通して行うことで、児童の運動機会の拡充につながった。
- 特別な企画が無くとも、自ら運動に親しむ態度を身に付け、運動習慣の確立を図ることが大切である。

【 中学校の取組 】

## 生徒が主体的に 運動に親しむ姿勢を育む ～体育祭・授業・昼休みの活動を通して～

### 取組の概要

- 茅ヶ崎市の生徒及び中学校の実態について
  - \*全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果では、「50m走」や「持久走」において全国より高い値だが、その他は全国値を下回っている。
  - \*体育祭（大会）や駅伝大会等、「体育的行事に目標をもって取り組んでいる」の値が全国より高いのに対して、「体力向上に向けた取組」への目標意識が低い。
- 各中学校で行われている健康・体力づくりの取組の実態
  - \*地区教育研究会保健体育部会では、「意欲的に取り組む剣道授業の工夫 ～攻防を理解して、実践するために～」をテーマに、各校で授業実践を推進している。
  - \*外遊びを推進するために、昼休みにボール等、用具の貸し出しを行っている学校が多い。
- 取組のねらいについて
  - \*自分の健康や体力に興味を持てるようにし、毎日の運動習慣を定着させる。
  - \*運動習慣の確立に向け、新体力テストの記録向上を目指す。
- 取組の内容について
  - \*保健体育科の授業における取組
  - \*休業中の新体力テストに向けての取組
  - \*学校全体、体育祭（大会）での取組

### 取組推進・実施の流れ

4月	
5月	本年度テーマの確認 ◆各小学校での授業実践
6月	
7月	
8月	各小学校での取組の情報交換 剣道授業についての成果と課題の整理
9月	
10月	授業研究会：武道（剣道）
11月	研究のまとめ準備
12月	授業研究会：武道（剣道）
2月	県発表大会

### 取組の成果と課題

- 体育祭（大会）の運営を生徒主体で行うことにより、実行委員の成長につながり、全校生徒が体育祭への参加に積極的であった。
- 限られた時間の中で、生徒の主体的な活動を保証するためには、生徒に対する適切な支援体制を構築し、教職員が同じ意識で生徒指導が行える環境を整える必要がある。

# 逗子市の取組

担当課

学校教育課

【 小学校の取組 】

## 敏捷性を高め、 運動に親しむ子に

### 取組の概要

- 市町村の児童及び小学校の実態について
  - ・生活の身近な場所に豊かな自然があり、児童はそういった生活環境の中、のびのびと体を動かして遊び、体を動かすことへの意欲が高い。
  - ・学校の体育授業以外にも、地域のスポーツクラブ等に所属し、運動を楽しんでいる児童が多くいる。一方、地域クラブ等に所属していない児童は運動経験が少なく、体力の二極化が見られる。
  - ・新体力テストの結果は、各種目において県の平均値との大きな差はないが、俊敏性について測る「反復横跳び」については、県平均を下回っている。
- 取組のねらいについて
  - ・運動経験や運動能力についての二極化が見られるなか、多様な運動経験を積ませることで、児童の運動への意欲の更なる高まりを図る。
  - ・「俊敏性」を高める運動について教員が授業の中に意識的に取り入れることで、様々な運動場面の動きが高まることに期待する。
- 取組の内容について
  - ・「俊敏性」の高まりが期待できる運動を多く取り入れた体づくりの運動の授業実践を市内体育研究会の研究授業として実施し、研修を深める。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テスト
7月	
8月	逗子市体育研究会 研修
9月	
10月	トップアスリート派遣
11月	体づくり授業実践
12月	反復横跳びテスト
1月	まとめ

### 取組の成果と課題

- 「俊敏性」を高める多様な運動に多く取り組むことで、見たり聞いたりした動きを自分の動きに反映することができるようになった児童が多くなった。
- 反復横跳びの記録が4月から上昇し、体育授業の中で継続的に意識的に取り組むことが、児童の運動能力向上に効果があることが分かった。
- 今年度の実践は推進委員の所属校を中心に行った。今回得られた成果を市内全体で共有し、「俊敏性」の高まりによる動きの高まりや、意欲の高まりとのつながりについてもさらに研究、研修を深めていけるとよい。

【 中学校の取組 】

## 体力の高まりを意識した 「体育的活動」の取り組み

### 取組の概要

- 市町村の生徒及び中学校の実態について
  - ・多くの生徒が体育の授業に対して、楽しみながら取り組む様子があり、全体的に運動に対する意欲は高い。
  - ・運動部活動等で日常的に体を動かしている生徒とそうでない生徒の運動習慣の二極化は顕著となっており、それに伴い体力の二極化も進む傾向にある。
  - ・新体力テストの結果は、各種目において県の平均値との大きな差はないが、俊敏性について測る「反復横跳び」については、小学校同様、県平均を下回っている。
- 取り組みの狙いについて
  - ・体育の授業の中に俊敏性の高まりが期待できるトレーニングを多く取り入れ、「反復横跳び」の記録が伸びることに期待する。
  - ・体育的な学校行事の練習時間を多く確保し、運動習慣の少ない生徒にも、多様な動きについて経験を多く積ませる。
- 取り組みの内容について
  - ・日々の授業の中に俊敏性の高まりが期待できるウォームアップトレーニングを取り入れる。
  - ・体育的な学校行事を活用し、そこに向けた練習時間の確保により、多くの生徒の運動習慣や運動量を確保する。

### 取組推進・実施の流れ

4月	新体力テスト
7月	体育授業での日常ウォームアップトレーニング
8月	逗子市体育研究会 研修
9月	授業実践
10月	体育祭
11月	授業実践
12月	反復横跳びテスト
1月	まとめ

### 取組の成果と課題

- 体育の授業の中で、意識的に「俊敏性」の高まりが期待できるウォーミングアップトレーニング等の運動を取り入れ、反復横跳びの記録の向上が見られた。
- 体育的学校の行事の練習時間を確保することにより、生徒の体力や活動に対する意欲の高まりが見られた。
- 今年度の実践は推進委員の所属校を中心に行った。今回得られた成果を市内全体で共有し、新体力テストの結果の傾向をつかみ、日常のウォーミングアップ等のメニューについて考えることの効果について、共通認識を図っていきたい。

# 三浦市の取組

楽しく体を動かそう！！体力向上プロジェクト！！

担当課

三浦市教育委員会  
学校教育課

【 小学校の取組 】

## みんなで外遊び

### ～外遊びで体力向上～

#### 取組の概要

##### ○三浦市の児童及び小学校の実態

- \*運動への積極的な取組みに課題がある。
- \*健康的な生活習慣の形成に課題がある。
  - ・体力テストの結果等から、体育の授業以外の運動への取組みが、二極化傾向にあることがわかる。

##### ○取組のねらい

##### \*児童会活動や委員会活動等の取組みによる運動時間増加に向けた取組

- ・児童会活動や委員会活動の企画で楽しく体を動かす機会を取り入れ、休み時間、外遊びをする意欲を育てる。
- ・体を思い切り動かす、思い切り遊ぶ時間を確保することにより、運動することの心地よさを体感し、外遊びの習慣化によって体力向上をはかると期待している。

##### ○取組の内容

- ・教職員が積極的に声かけを行い、教師も外に出て一緒に遊ぶ等の取組みを行っている。
- ・各校で行っている児童会活動や委員会活動等の活動で、運動の楽しさや達成感を味わい体力を向上できる取組みを行っている。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	三浦市学校教育研究会体育部会（小学校）での推進委員からの働きかけ
7月	児童会活動や委員会活動等の取組みによる運動時間増加に向けた取組の実施
8月	
9月	
10月	
11月	三浦市学校教育研究会体育部会（小学校）での交流・報告
12月	
1月	

#### 取組の成果と課題

##### ○取組の成果と課題

##### \*成果

各校多少の違いはあるが全小学校で実施することができた。児童会活動や委員会活動等の取組みによる体を動かすイベントは、異学年とのつながりを増やす機会となった。

##### \*課題

日常的な活動の中で、児童の運動に対する興味・関心の高まりを、継続させていくことが今後の課題である。

【 中学校の取組 】

## ～体力向上プロジェクト～

#### 取組の概要

##### ○三浦市の生徒及び中学校の実態

- \*運動への積極的な取組みに課題がある。
- \*健康的な生活習慣の形成に課題がある。
  - ・体力テストの結果等から、体育の授業以外の運動へ取組みが、二極化傾向にあることがわかる。

##### ○取組のねらい

##### \*体力向上プロジェクト

- ・自分自身の体力を知り、補強運動等により、自分に合わせた体力づくりを行い、自信を持たせる。
- ・体育の授業改善や環境の整備により、体力の向上と運動への意欲付けねらいとする。

##### ○取組の内容

- ・体育の授業では、始まりの5分間に補強運動や柔軟運動を毎時間継続的にこなす。
- ・全学年で体力テストの実施。
- ・校内マラソン大会、持久走等の取組を行っている。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	三浦市学校教育研究会体育部会（中学校）での推進委員からの働きかけ
7月	体力向上プロジェクト
8月	
9月	
10月	
11月	三浦市学校教育研究会体育部会（中学校）での交流・報告
12月	
1月	

#### 取組の成果と課題

##### ○取組の成果と課題

##### \*成果

体育の授業の改善をめざし、体力向上の取組みを継続して行っていることが、生徒の自信となり、運動に親しもうとする意欲につながっている。

##### \*課題

取組みが（体力テストの数値等）目に見える形で反映されないため、具体的な成果としてとらえることが難しい。

# 葉山町の取組

担当課

葉山町教育委員会  
学校教育課

【小学校の取組】

## 基礎体力の向上

### ～小中連携を意識した取組～

#### 取組の概要

○児童及び小学校の実態について

学級での朝レクや休み時間に外遊びをする姿が多く見られる。放課後や休日の地域スポーツも盛んな反面、学級レクや体育以外では体を動かす機会がほとんどないといった児童もあり、運動経験については二極化が見られる。

○取組のねらいについて

運動技能の向上を図ることを目的とし、体育の時間には各主運動につながる準備運動を行う。また、児童が体を動かすことの心地よさや楽しさを感じられるよう体育的集会やマラソン大会など実施する。今年度は小中連携を意識しながら準備運動や行事の実施に取組む。

○取組の内容について

児童が委員会を中心として体育的集会を企画・実施した。また体育の時間には、その時間の主運動につながる準備運動を行い、中学校で行っている準備運動も取り入れた。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	葉山町教育研究会（以下葉教研）（小・中連携）準備運動の取組
7月	委員会での取組（全校・学年・ペア学年など）
8月	
9月	
10月	
11月	
12月	
1月	葉教研（小・中連携）*交流・報告

#### 取組の成果と課題

全校での「長縄大会」や学年間での「マラソン大会」を設定したことで、進んで長縄の練習をしたり校庭を走ったりする姿が見られた。さらに児童の思いを汲み取りながら、中学校で実施されている球技大会等も企画していきたい。また主運動につながる準備運動を各学年で共有し取組んだことで、指導内容を明確化することもできた。今後は低・中・高学年で準備運動について系統性をもたせたり、中学校で行われている準備運動を、高学年だけではなく、中・高学年で意図的に位置づけるように考えていきたい。

【中学校の取組】

## 基礎体力の向上に向けた

### ウォーミングアップ

#### 取組の概要

○生徒及び中学校の実態について

運動に対して意欲的に取組む生徒が多い一方で、運動が嫌いな生徒も若干名いる。運動量を確保するため、ウォーミングアップでの準備運動を3年間通して定着させるよう取組んでいる。

○取組のねらいについて

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育て、基礎体力を向上させるために、準備運動を定着させることを目的とした。運動の種目により準備運動も変化させていく。

○取組の内容

授業のウォーミングアップだけでなく、マラソン大会や体育祭の規定演技の1つとしても実施した。体育祭の準備体操では「ブロック表現」の演技種目として取り入れた。また、運動の種目によって、通常のウォーミングアップの他に補助運動を実施し、マット運動等では成果が得られた。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	葉教研（小・中連携）*働きかけウォーミングアップの取組
7月	
8月	逗葉中教研（研修）
9月	体育祭での取組実践
10月	
11月	
12月	
1月	葉教研（小・中連携）*交流・報告

#### 取組の成果と課題

ウォーミングアップを3年間見通して行うことで、基礎体力の向上に役立てることができている。ストレッチ的な要素以外にも様々な効果をもたらし、けがの防止にも繋がることの実感できた。球技大会や体育祭などの行事においても、体育の授業で行われるウォーミングアップが定着し、集団行動の大切さも同時に指導することができた。学級・学年や学校運営の1つとしても意味のある取組となった。今後は生徒がさらに自主的に行えるよう、音楽をかけながらリズムに乗ってウォーミングアップするなどの取組を行っていきたい。

# 寒川町の取組

担当課

寒川町教育委員会  
学校教育課

【 小学校の取組 】

## \*全校児童 グラウンド集合！

～身体を動かす楽しさの輪を広げよう～

### 取組の概要

#### ○寒川町の児童及び小学校の実態について

- ・全体的な傾向では運動が好きという児童が多いが、運動時間の少なさや苦手意識の強い児童も多く、寒い時期のグラウンドでの外遊びは同じ顔ぶれのことも多い。

#### ○取組のねらい

- ・授業以外で、意図的に外で身体を動かす機会を増やし、いろいろな学年と一緒に遊びを通して身体を動かす楽しさを児童が味わえるよう取り組んだ。

#### ○取組の内容

- ・月 1 回の 30 分昼休みに代表委員会にて名称を付け、全校生徒がグラウンドに出る。遊び方はクラスや個人に任せ、強制的な活動にしない。教職員も積極的に外に出るよう設定した。体育委員会による朝会の中に大縄を定着できるように設定した。

### 取組推進・実施の流れ

6月	各校による体力づくりに向けた取組呼びかけ 体力テストの取組
7月	委員会による運動推進昼休みの名称決め
8月	
9月	運動会練習
10月	運動会
11月	スポーツタイム（30分の昼休み 月1回）
12月	
1月	大縄大会 各校での取報告・確認

### 取組の成果と課題

屋内で過ごしていた児童が、スポーツタイム以外にもグラウンドに出て遊ぶ姿が見られた。学年の枠を超え、多様な外遊びをする児童も見られた。体育委員による朝会の1月分を大縄大会に定着させることで児童から取り組んでいく意欲を高めることができた。

今後、継続させていくためのシステムづくりや配慮の必要な児童へのアプローチなどが考えられる。

運動を通して協力する機会や上級生に教わること。また、共に遊ぶことを通して身体を動かす楽しさを推進していきたい。

【 中学校の取組 】

## \*運動に親しむ習慣の育成

～体力向上に向けて～

### 取組の概要

#### ○寒川町の生徒及び中学校の実態について

- ・授業に意欲的であり、運動部加入率も高い。新体力テストの平均値も悪くないが結果が低い生徒の一群も見られる。昼休みに校内で過ごす生徒が多い。

#### ○取組のねらい

- ・保健体育科の授業による運動量の確保。運動に親しめるような授業及び体育的行事の展開。生徒が自主的にかかわれるような枠組みづくり。

#### ○取組の内容

- ・校内研究から、生徒自ら身体を動かす意識を醸成。授業の振り返りから課題を見つけ、次時の授業への意識高揚を図る。授業の開始前に種目に合わせた準備・補強運動を行う。
- ・昼休みに委員会を中心にボールの貸し出しを行い、ボール運動を促した。

### 取組推進・実施の流れ

6月	各校による体力づくりに向けた取組呼びかけ 体力テストの取組
7月	授業における取組 委員会による昼休み運動促進
8月	
9月	体育祭・体育大会の練習 体育祭・体育大会
10月	
11月	
12月	学年による球技大会
1月	各校での取組報告・確認

### 取組の成果と課題

推進校の校内研究「教えて考えさせる授業」が全教科にて行われているためお互いにアドバイスしあうなど共同活動が行われ運動に対する理解が深まっている。体育的行事も含め、生徒の自主的な取り組みを増やしたことにより運動に積極的に関わる生徒が増えた。

授業において生徒が自主的に判断できる場面を増やすことと運動量確保のバランスをどのように考えていくが今後の課題となる。また、運動部に所属していない生徒の運動量確保は各校、更なる工夫が必要と考える。

# 厚木市の取組

担当課

厚木市教育委員会教育指導課

【 小学校の取組 】

## 本物に触れ、運動の意欲を高める

### 取組の概要

- 厚木市の児童及び小学校の実態について
  - ・新体力テストの結果では、男子は握力、女子はハンドボール投げにおいて全国平均を上回った。逆に大幅に下回ったものとしては、男子女子ともに反復横跳びと 20mシャトルランがある。
  - ・全国平均と比較すると、男女とも平日のテレビ等を 3 時間以上している割合が高く、一方 1 週間に 240 分以上運動している割合は低い。その傾向は女子に顕著にみられる。
- 取組のねらいについて
  - ・力士や女子プロ野球選手と一緒に活動し、指導を受けることにより、運動に興味を持つ、高めるきっかけとする。
- 取組内容について
  - ・力士との相撲大会
  - ・女子プロ野球選手によるティーボール教室

### 取組推進・実施の流れ

6月	ティーボール教室日程調整・実施打ち合わせ
7月	ティーボール教室
8月	
9月	ティーボール教室
10月	
11月	ティーボール教室（2回）
12月	ティーボール教室
1月	

### 取組の成果と課題

- プロの力士、選手とともに活動できることにより、意欲的な取組が見られた。率先して活動する姿が増え、また活動だけでなく、応援する側も盛り上がった。運動に親しみという意味で「する」だけでなく「見る、支える、知る」といった意味でも成果が見られた。
- 冬季に体育委員会の活動によって縄跳びを取り入れることにより、運動の場面を設定することができた。
- イベントを日ごろの運動へとつなげる手立での検討が必要である。

【 中学校の取組 】

## 運動する機会を増やす ～昼休みの活動を通して～

### 取組の概要

- 厚木市の生徒及び中学校の実態について
  - ・新体力テストの結果では、男子は持久走と 50m走、女子は 50m走とハンドボール投げにおいて全国平均を上回った。逆に大幅に下回ったものとしては、男子の反復横跳びと女子の上体起こしと反復横跳びがある。
  - ・全国平均と比較すると、運動部や地域のスポーツクラブに所属する生徒や運動を重要ととらえる生徒が少ない。
- 取組のねらいについて
  - ・クラス、縦割りなどの集団での活動を取り入れることにより、仲間と一緒に体を動かす喜びを味わう。
- 取組の内容について
  - ・昼休みのレクリエーション活動
  - ・雨天時の体育館開放

### 取組推進・実施の流れ

6月	昼休みボール貸し出し・パトロール外で遊ぼう週間
7月	
8月	
9月	体育館開放について検討
10月	縦割りレクリエーション企画・準備
11月	雨天時体育館開放開始 外で遊ぼう週間
12月	縦割りレクリエーション 外で遊ぼう週間
1月	体育館開放開始、外で遊ぼう週間 クラス対抗レクリエーション

### 取組の成果と課題

- 縦割り集団でのレクリエーション活動をきっかけに、学年単位の新たな取組へとつながった。またその活動に向けて、生徒同士誘い合い、仲間とともに外で活動する生徒が増えた。
- 生徒の自主的な取組により、雨天時の体育館開放から定例の体育館開放へと活動の幅を広げることができた。
- 定着、発展させるためにも、生徒がアイデアを出し、実践できるようサポートする必要がある。
- 各校へ発信し、取組の参考とする。

# 大和市の取組

担当課

大和市教育委員会  
指導室

## 【 小学校の取組 】

### 体力の向上を目指した取組 ～体力テストと委員会の活用～

#### 取組の概要

○大和市の児童の実態について

H28年度体力テストの結果から、男女とも握力・長座体前屈については全国平均・神奈川県平均を上回っているが、反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とびでは全国平均・神奈川県平均を下回っている。

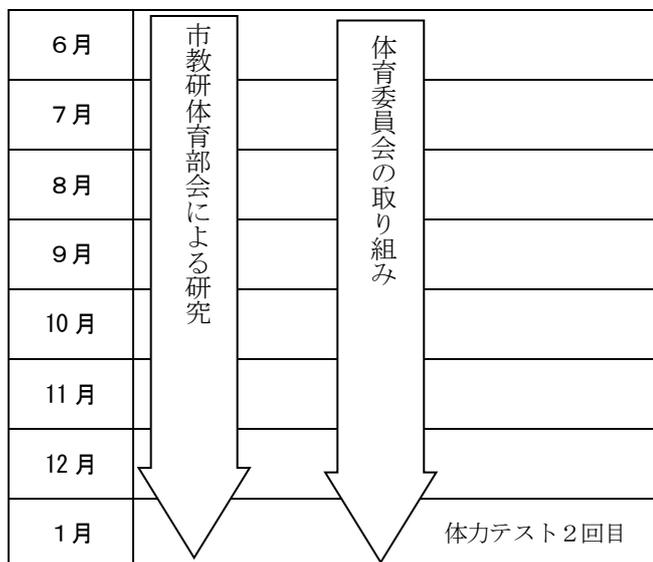
○取組のねらいについて

児童が自分たちの体力テストの現状を知り、体力向上を目指して主体的に様々な活動に取り組むこと。

○取組の内容について

体力テストの結果を児童にフィードバックし、4月の自分を超えることを目標に、反復横とび・20mシャトルランを1月に再度測定することにした。体育委員会が休み時間やスポーツ大会の企画を行い、外遊びの習慣化を図ることで体力向上を目指した。

#### 取組推進・実施の流れ



#### 取組の成果と課題

- ・体力テストについて工夫して全学年実施する学校が増えてきている。
- ・児童に結果をフィードバックすることで、課題をもって授業に取り組む様子が見られた。
- ・継続的にスポーツ大会の実施により、年間を通して外遊びをする児童が増えてきた。
- ・学校によって取り組み状況にばらつきがある。

## 【 中学校の取組 】

### 体力の向上をめざして ～敏捷性を高める運動の取組から

#### 取組の概要

○大和市の生徒の実態について

H28年度体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、日頃から運動を行っている生徒とそうでない生徒の体力差が大きくなっている。また、20mシャトルランは全国平均・神奈川県平均を上回っているが、反復横とびは全国平均・神奈川県平均を下回っている。

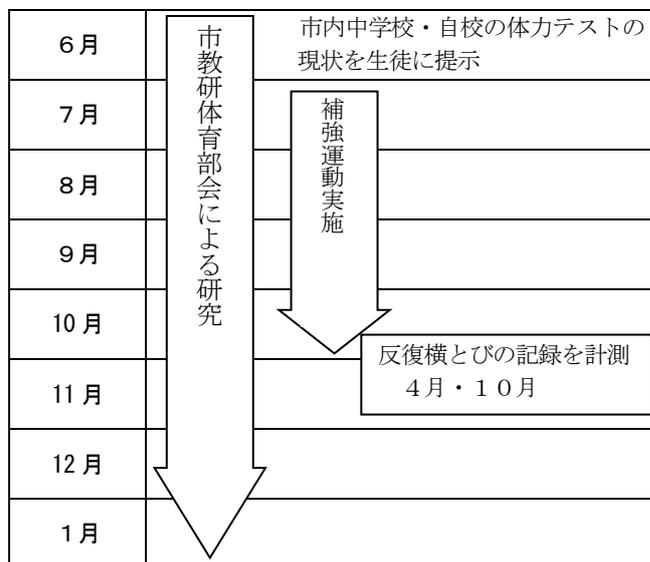
○取組のねらいについて

生徒が自分たちの基礎体力の現状を理解し、改善に意欲を持たせ、体育の授業での継続的な補強運動で基礎体力を向上させること。

○取組の内容について

中学1年生に対して、7月から10月までの体育の授業で準備運動に短時間で行える俊敏性を高める運動を行った。4月と10月に反復横とびの記録の計測を行い、記録の向上を確認した。

#### 取組推進・実施の流れ



#### 取組の成果と課題

- ・生徒は課題が明確になったことで意欲的に取り組むことができた。
- ・運動を短時間でも継続的に行うことで、体力の向上がみられた。
- ・1学年だけでなく全校で取り組む必要がある。
- ・敏捷性だけでなく、筋力や瞬発力など他の運動能力の向上に向けた、授業改善について継続的に研究を進める必要がある。

# 海老名市の取組

担当課

海老名市教育委員会  
教育支援課

【 小学校の取組 】

【 中学校の取組 】

## 元気なえびなっ子プラン

### 取組の概要

#### ○海老名市の児童及び小学校の実態について

- ・全国調査から分かる実態
  - ◎運動をすることが好きな児童の割合が高い。
  - ◎朝食を毎日食べている児童の割合が高い。
  - ◎毎日の就寝時刻を守っている児童の割合が高い。
- ▲新体力テストの結果は、全国を下回る。（特に、反復横とびと 20m シャトルラン）

#### ○取組のねらいについて

- ・平成 22～29 年度の 8 ヶ年計画で、子どもたちの挨拶を含めた基本的な生活習慣の改善を柱として、「知・徳・体」のバランスの取れた元気なえびなっ子の育成を目指している。

#### ○取組の内容について

- ・「元気なえびなっ子プラン」を策定し、東海大学体育学部と連携し、学生を実践研究校（2 小学校）へ派遣。
- ・全小学校の水泳学習授業を屋内プールで実施。
- ・全小学 6 年生による小学校連合運動会を開催。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テストの実施（各校）
	元気なえびなっ子プラン研究校の取組推進
	全小学校の屋内プール水泳学習授業協力
	体力向上サポーター派遣事業
7月	
8月	
9月	
10月	
11月	バラスポーツ理解促進授業 全国学状調査から児童生活習慣分析・報告
12月	
1月	全国体力調査から児童体力・運動習慣分析

### 取組の概要

#### ○海老名市の児童及び小学校の実態について

- ・全国調査から分かる実態
  - ◎運動をすることが好きな生徒の割合が高い。
  - ◎新体力テストの結果では、50m 走が男女ともに全国を上回っている。
- ▲携帯・スマホの利用時間が全国に比べて長い。

#### ○取組のねらいについて

- ・平成 22～29 年度の 8 ヶ年計画で、子どもたちの挨拶を含めた基本的な生活習慣の改善を柱として、「知・徳・体」のバランスの取れた元気なえびなっ子の育成を目指している。

#### ○取組の内容について

- ・「元気なえびなっ子プラン」を策定し、東海大学体育学部と連携している。
- ・全中学校支援級の水泳学習授業を屋内プールで実施。
- ・全中学校へ部活動外部指導者を派遣サポート。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テストの実施（各校）
	部活動外部指導者派遣サポート
	支援級の屋内プール水泳学習授業協力
7月	
8月	
9月	
10月	
11月	バラスポーツ理解促進授業 全国学状調査から生徒生活習慣分析・報告
12月	
1月	全国体力調査から生徒体力・運動習慣分析

### 取組の成果と課題

平成 29 年度末で本プランの取組は終了するが、子どもたちの生活習慣等を改善していくには、さらに計画的に市民全体へ啓発していく必要がある。最終目標としては、海老名市民が生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現することである。

近年、運動領域においては、運動する子どもとそうでない子どもの二極化傾向が見られる。さまざまな人々と協働し、自らの生き方を育んでいくことの重要性などが指摘されている中で、体力や技能の程度、年齢や性別、障害の有無等に関わらず、運動やスポーツの特性や魅力を実感したり、運動やスポーツが多様な人々を結びつけたり豊かな人生を送ったりする上で重要であることを認識し、今後も継続して豊かなスポーツライフの実現に向けた取組を進めていきたい。

# 座間市の取組

担当課

座間市教育委員会  
教育指導課

【小学校の取組】

## みんなで一緒に楽しい外遊びを

### 取組の概要

- 座間市の児童及び小学校の実態について（H28 資料より）
  - ・体力テストの結果では、立ち幅跳び、体力合計点に課題があり、女子の方が顕著に出ている。
  - ・運動時間確保の取組や低力向上に係る説明、呼びかけ等の項目では良い結果がある。
- 取組のねらいについて
  - ・体育委員会を中心とした子どもからの外遊びの提案をするなど各学校で運動する習慣の定着を図る。
  - ・引き続き、体力向上の働きかけを通じて、体を動かすことの心地よさを体感し、クラスで外遊びを楽しめる環境にもっていくことをねらっている。
- 取組の内容について
  - ・座間市チャレンジデーの参加
  - ・ロングタイム昼休みの実施
  - ・ペア学年による多様な遊びや運動習慣の伝達
  - ・体育委員会、学校保健委員会による提案

### 取組推進・実施の流れ

6月	チャレンジデー参加（5月末） 市小研体育部会 情報交換	ロングタイム昼休み・ペア学年による遊び
7月	市小研体育部会 情報交換	
8月		
9月		
10月	市小研体育部会 情報交換	
11月	学校保健委員会の取組	
12月	体育委員会の取組	
1月	体育委員会の取組	

### 取組の成果と課題

- チャレンジデー参加は市内 11 校全校参加した。
- ロングタイム昼休みは各校の実態に合わせ実施している。
- ペア学年での遊びは 11 校中全校が実施した。
- 体育委員会の取組は 11 校中全校で実施した。
- なわとび大会は 11 校中 10 校が実施した。
- ドッジボール大会は 11 校中 7 校が実施した。
- 各種の取組は、運動を好む児童を育てていくことにつながっている。また、各担当の努力によることも多いので、学校としての定着を図るまで時間が必要になると思われる。

【中学校の取組】

## 運動について考え、行う機会を増やす ～体育理論の授業をいかして～

### 取組の概要

- 座間市の生徒及び中学校の実態について（H28 資料より）
  - ・体力テストの結果が全国平均を下回っている。
  - ・運動、スポーツを実施している割合が全国平均よりもやや低い。
  - ・体力に自信がある・ふつうと答えた生徒が全国平均よりもやや低い。
  - ・授業での補強運動、昼休みのボール貸出等を行い、体力向上の取組を行っている。
- 取組のねらいについて
  - ・授業以外で運動を行う機会を増やす。
  - ・学校の行事・市の行事に参加し、運動をすることの楽しさや喜びを味わう。
- 取組の内容について
  - ・引き続き、市で取り組んでいる体力向上の取組を実施。
  - ・座間市チャレンジデーに参加。
  - ・駅伝・マラソン大会、球技大会等の体育行事の実施。

### 取組推進・実施の流れ

6月	チャレンジデー参加（5月末） 市教研教科部会にて取組の提案
7月	授業での補強運動 昼休みのボール貸出
8月	
9月	体力テスト結果を用いて指導
10月	
11月	
12月	駅伝大会、マラソン大会
1月	市教研教科部会にて取組内容の確認 球技大会（3月実施予定）

### 取組の成果と課題

- チャレンジデー参加は市内 6 校全校参加した。
- 駅伝大会・マラソン大会は市内 3 校実施した。
- 球技大会は市内 6 校中 5 校実施した。
- 体育理論の共通教材を開発し、市内全校で活用した。
- 運動する機会を提供していることで、受験を控えている 3 年生なども体を楽しく動かしている様子を確認している。
- 各校の事情が異なるため、昨年に続き、共通した時間が取りにくいことと、情報共有や推進する機会が少ないこともあり、市内全校で行うことが限られている現状がある。

# 綾瀬市の取組

担当課

綾瀬市教育委員会教育指導課

## 【 小学校の取組 】

### 楽しみながら体力向上！～異学年交流を通して～

#### 取組の概要

- 綾瀬市の児童及び小学校の実態
  - ・外で遊ぶ児童と、室内で遊ぶ児童が固定化している傾向がある。また、室内で遊ぶ児童の多くは、帰宅しても外で遊ぶことが少ない。
  - ・外遊びの内容が鬼ごっこやドッジボールに偏っている。
  - ・「運動が好き」と答える児童が全国平均より少ない。
- 取組のねらいについて
  - ・異学年での遊ぶ楽しさを味わわせることで、児童同士で誘い合い、外で体を動かしたいという心情を育む。
  - ・様々な遊びや活動を通して、動きの多様性を育む。
- 取組の内容
  - ・異学年交流（縦割りグループ、交流学年）の場を設け、仲間とともに集団で遊ぶ楽しさを味わわせる。
  - ・異学年交流を取り入れたイベントを企画し、集会を目指して異学年で教え会いながら練習する。
  - ・ロング昼休み等を活用し、外遊びの時間を確保する。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	小学校での取組について計画・立案（提案） 異学年交流活動
7月	小体研運営委員会で周知
8月	
9月	各校での計画立案
10月	実施
11月	
12月	
1月	

#### 取組の成果と課題

- 異学年交流の外遊びは、各校での活動に違いはあるものの、全小学校で実施することができた。大縄集会や持久走大会など、各校のアイデアでイベントを設けることで、集会や大会当日に向けて異学年グループで練習をしたり、自主練習をしたりするなど、進んで活動する姿が多く見られるようになるとともに、運動を楽しむ機会を設けることができた。
- 「運動が好き」という児童については、次年度以降も新体力テストでの結果で確認しながら、今後も楽しみながら運動習慣が定着するよう継続して声かけをしていきたい。

## 【 中学校の取組 】

### 自分の身体のコントロール！～ラジオ体操への取組～

#### 取組の概要

- 綾瀬市の生徒及び中学校の実態
  - ・自分の身体の動きをコントロールできない生徒が多く、上・下半身の連動が必要な反復横跳びや立ち幅跳び等の種目で課題がある。運動不足の生徒も多い。
- 取組のねらいについて
  - ・運動が苦手な生徒でもラジオ体操なら比較的取り組みやすい。
  - ・授業の準備運動等で、正しい動作や姿勢でのラジオ体操を行うことにより、自分の身体を思った通りに動かせるようになることをねらいとする。
- 取組の内容
  - ・体育の時間、準備運動の際に正しい姿勢でのラジオ体操に取り組む。
  - ・生徒が意欲的に取り組めるよう、ラジオ体操の意義や、取組むことによる効果等を継続的に伝える。
  - ・体育祭の練習時や本番の際に行うことにより、保健体育の授業以外でのつながりを作る。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	中学校での取組について計画・立案（提案）
7月	取組の企画
8月	
9月	毎時間の体育授業で実施
10月	
11月	
12月	
1月	

#### 取組の成果と課題

- 毎時間、授業の始めにラジオ体操を行うことで、体操を実施することが当たり前になり、徐々に正しい動きや美しい姿勢で行おうとするなど意欲的な変化が見られた。また、友達同士で正しい動きができるようアドバイスをすることにより、球技などでチーム内の声かけが増えるなど、ラジオ体操以外の場面での良い影響が感じられた。
- 多くの学校で、体育祭等の学校行事でラジオ体操が取り入れられているが、生徒が目的意識をもって体操を実施するという取組の充実を図るためには、各校の体育担当の連携・協力がより一層、重要であると考えている。

# 愛川町の取組

担当課

愛川町教育委員会 指導室

【 小学校の取組 】

## 委員会の活動を通しての 体力向上の取組

### 取組の概要

- 児童及び小学校の実態について
  - ・運動することは好きだが、運動経験は不足している児童が多く見受けられる。
  - ・休み時間の遊びの種類が少なく、遊ぶ仲間も固定しがちである。
- 取組のねらいについて
  - ・「楽しんで運動できる環境を作ろう」
  - ・進んで運動に挑戦できる児童になってほしい。
  - ・休み時間などいろいろな遊びをするようにしたい。
- 取組の内容について
  - ・月1回の「ランナータイム」
  - ・週1回のクラス遊び
  - ・体育委員会による「チャレンジタイム」「なわとび週間」

### 取組推進・実施の流れ

6月	体育委員会企画「チャレンジスポーツ」 クラス外遊び・「ランナータイム」
7月	↓
8月	↓
9月	↓
10月	↓
11月	↓
12月	↓
1月	↓ なわとび週間

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・チャレンジスポーツの取組によって、低学年や一人遊びが多い児童が進んで運動に挑戦することができた。
  - ・いろいろな運動を経験させることができた。
  - ・なわとびカードのスモールステップ化とビニールテープの導入により、なわとびへの取組が積極的になった。
  - ・休み時間の異学年交流が自然と増えた。
- 課題
  - ・体育委員会の活動としては、短時間で何回もできるシステムを工夫する必要があった。
  - ・さらに休み時間の遊びの内容を広げていきたい。

【 中学校の取組 】

## 楽しみながら体を動かし、 体力向上につなげよう

### 取組の概要

- 生徒及び中学校の実態について
  - ・日頃の保健体育の授業には、意欲的に参加する生徒が多い。
  - ・昼休み等、運動に親しむ機会が減少しがちであり、外で遊ぶ生徒も限定される傾向がある。
- 取組のねらいについて
  - ・「楽しみながら体を動かそう」
  - ・昼休みに外で運動に親しむ機会を増やす。
  - ・体力向上のための理論を学ぶ機会を設ける。
- 取組の内容について
  - ・週に1回のラジオ体操
  - ・昼休みのクラスや縦割りでのレクリエーション
  - ・科学的な運動理論やトレーニング講座の開催

### 取組推進・実施の流れ

6月	ラジオ体操・ボール貸出・クラスレク 運動理論、トレーニング講座
7月	↓
8月	↓
9月	↓ 愛川カップ①
10月	↓
11月	↓ 愛川カップ②
12月	↓
1月	↓

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・運動ではない要素を取り入れたことにより、運動が得意ではない生徒も積極的に取り組む姿が見られた。
  - ・普段何気なく行っているトレーニングを、科学的な説明を映像などを用いて行うことにより、自分の身体に意識を向け、トレーニングするようになった生徒もいた。
- 課題
  - ・レクリエーションの中で、何か達成感を得られるような工夫をしていきたい。
  - ・運動理論、トレーニング講座は評判もよかったため、PTAとの連携も視野に入れて、時間を確保して行う必要性を感じた。

# 清川村の取組

担当課

清川村教育委員会事務局  
学校教育係

## 【 小学校の取組 】

### 基礎体力の向上を目指した持久走の取組と 外遊びの日常化への工夫

#### 取組の概要

#### ○市町村の児童及び小学校の実態について

- ・本村には、小学校が2校ある。
- ・決まった時間に就寝及び起床するという傾向が見られる。また朝食の喫食率も高く、規則正しい生活リズムの定着が窺える。
- ・休み時間には、外で体を動かす児童と、教室等で過ごしたいと思う児童とで、二極化の傾向が見られる。

#### ○取組のねらいについて

- ・児童の実態や学校の状況を踏まえ、次の点を主なねらいとして実践している。
- ◇積極的に体を動かすことで体力の向上につなげる。
- ◇児童一人一人が自らの健康や体力に関心を持ち、目標を持って活動に取り組む。
- ◇活動を通して、互いの良さに気付き、認め合う気持ちを高め、より良い仲間作りにつなげる。

#### ○取組の内容について

- ・朝休みを利用して、時期を考慮しながら朝マラソンやなわとびに継続して取り組んだ。また、年数回実施している学校間交流でも、校内マラソン大会での入賞を目標として、多くの児童が普段の取組の成果を発揮する機会となった。
- ・11月には、村主催の「清川やまびこマラソン大会」が開催され、児童は勿論、保護者や教職員も積極的に参加した。

#### 取組推進・実施の流れ

5月	・朝マラソン ※長縄（学校の実態に合わせて）
10月	継続的な取組
11月	↓ ・清川やまびこマラソンへの参加 （任意） 学校間交流（マラソン）
12月	・長縄、短縄 ※朝マラソン（学校の実態に合わせて）
3月	↓ 継続的な取組

#### 取組の成果と課題

- ・成果として、目標を持って継続的に取り組むことで、持久力の向上や仲間との協同の大切さ、運動に対する達成感等が見られた。積極的に活動に取り組ませるための、児童の興味関心が高まる機会の創意工夫が課題である。小規模の強みを生かし、多くの機会を活用して小学校の取組を生かして継続していけることが大切であると考え。

## 【 中学校の取組 】

### 生活リズムの調整と運動習慣の定着

#### 取組の概要

#### ○市町村の生徒及び中学校の実態について

- ・本村には、中学校が2校ある。
- ・朝食の喫食率は、肯定的な回答の割合が非常に高いが、毎日の起床時刻もほぼ同時刻であるという回答についても、同様に高い数値を示している。
- ・体調を崩す生徒の多くは就寝時間が遅く、「睡眠不足」の傾向が見られる。
- ・生徒会や委員会が主体となって、昼休みの運動やスポーツ大会の企画・運営にあたっている。

#### ○取組のねらいについて

- ・生徒の実態や学校の状況を踏まえ、次の点を主なねらいとして実践している。
- ◇昼休みに外に出て体を動かすことで、運動量の増加と健康の保持増進を目指す。
- ◇自らの健康や体力に関心を持ち、日常生活に生かす。
- ◇生徒による企画・運営により、運動に対する主体性を養うとともに、より良い仲間づくりにつなげる。

#### ○取組の内容について

- ・委員会が中心となり積極的な運動の機会（スポーツ大会等）を設けることで、生徒への運動の推進を図った。
- ・教職員と共に取り組めるようなルールや活動の工夫にも取り組んだ。
- ・生活リズム調査や運動前後のアンケートを実施し、生徒の運動に対する意識や実態把握に努めた。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	・全校生徒と教職員による運動 生活リズム調査 ※学校の創意工夫の取組
10月	継続的な取組
11月	・スポーツ大会の実施（第1回） ※学校の実態に応じた取組
2月	継続的な取組
3月	↓ ・スポーツ大会の実施（第2回） ※学校の実態に応じた取組

#### 取組の成果と課題

- ・成果として、生徒が主体となって運動やスポーツ大会を企画・運営することで、運動や体力等への興味や関心が高まり、積極的に体を動かす生徒が増えた。一方で、スマートフォン等の普及により、不規則な生活習慣から抜け出せない生徒もいる。今後も生徒の実態把握を進めつつ、運動への取組について、学校の実態に応じた形で継続して進めていけたらと考える。

# 平塚市の取組

担当課

教育指導課

【 小学校の取組 】

## 体力向上を目指して～年間を通した体力を高める取組～

### 取組の概要

- 市町村の児童及び小学校の実態について
  - ・ここ数年の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、体力は、県全体と比べて高いが、全国平均には届いていない。
  - ・男女ともに柔軟性、投力（巧緻性）は県全体や全国と比べて高い。また、男子は 50m 走の記録も県全体や全国と比べてやや上回っている。
  - ・運動やスポーツが好きである割合と比べて体力に自信がある児童の割合が小さい。
- 取組のねらいについて
  - ・児童が体を動かす楽しさや互いに高め合う良さを感じ、意欲的に体を動かせるようにする。
- 取組の内容について
  - ・新体力テストの実施とデータ活用、授業改善
  - ・体力向上を目指した運動環境づくり

### 取組推進・実施の流れ

6月	↑ 50m走調査各校へ依頼（4月） 県児童生徒・健康体力づくり推進委員会
7月	各小学校間での情報交換及び取組の確認 各校での取組
8月	50m走調査集計・分析
9月	
10月	↓ 50m走調査結果資料返却
11月	各校の取組について情報交換 今年度の反省と次年度への展望
12月	
1月	↓

### 取組の成果と課題

- ・体力の向上を目指して、授業改善については、運動量の確保や準備運動の工夫等に取り組んだ。休み時間の活用については、体育委員会を中心とした運営により、子どもたちの積極的・自主的な参加を促す学校が多かった。また、運動の習慣化・日常化については、「かながわ子ども☆キラキラ通信」を活用するなどして、家庭に対し、長期休業中における運動への取組について啓発等を行った。
- ・市内 28 校に取った新体力テストの実施状況のアンケート結果を参考に、具体的な手立てや工夫について情報交換を進めていきたい。

【 中学校の取組 】

## 体力向上を目指して～年間を通した体力を高める取組～

### 取組の概要

- 市町村の生徒及び中学校の実態について
  - ・ここ数年の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、体力は、県全体と比べて高いが、全国平均には届いていない。
  - ・男女ともに柔軟性、全身持久力、投力（巧緻性）は県全体や全国と比べて高い。
  - ・引き続き運動の二極化傾向にある。
  - ・体育の授業では目標が示されている割合と比べて振り返る活動を行っていると回答した生徒の割合が小さい。
- 取組のねらいについて
  - ・生徒が楽しみながら体力の向上を目指せるようにする。
- 取組の内容について
  - ・体力向上を目指した運動の工夫
  - ・継続的な「振り返る時間」の設定

### 取組推進・実施の流れ

6月	↑ 50m走調査各校へ依頼（4月） 県児童生徒・健康体力づくり推進委員会
7月	各小学校間での情報交換及び取組の確認 各校での取組
8月	50m走調査集計・分析
9月	
10月	↓ 50m走調査結果資料返却
11月	各校の取組について情報交換 今年度の反省と次年度への展望
12月	
1月	↓

### 取組の成果と課題

- ・体力の向上を目指して、授業改善への取組について、市内 15 校で保健体育科の授業における準備運動の工夫等に取り組んだ。
- ・各校において、自校の生徒の体力等について分析する視点をもつことで、様々な取組が行われたことは成果であると考えられる。今後は、成果を客観的なデータとして捉え、PDCA サイクルを確立することが求められる。

# 秦野市の取組

担当課

教育指導課

【 小学校の取組 】

## さそって 遊んで 体力UP ～仲間づくりと体力向上～

### 取組の概要

○学校・児童の実態について

休み時間は鼓笛練習に時間をとられることが多く、また、学区の立地環境等から、放課後、子どもたちが主体的に運動に親しむ習慣が確立されていない状況にある。

○取組のねらいについて

体育の授業時間内における運動量の確保を目指すとともに、集会委員会や児童運営委員会を中心とした体育的イベントの企画・運営を通して、体を動かすことの大切さや楽しさを実感させる。

○取組の内容について

朝会時や休み時間を利用した全学年参加のボール送りや人数あわせ、ドッジボールや鬼ごっこ等の体育的イベントを企画し実践した。また、体育の授業時間内で5分間走やリズムなわとびを継続して取り入れ、運動量の確保を図った。

### 取組推進・実施の流れ

6月	○年間活動計画作成 ○委員会・授業での取組
7月	
8月	
9月	
10月	
11月	
12月	
1月	○なわとび認定 ○まとめと次年度への展望

### 取組の成果と課題

副題にある「仲間づくりと体力向上」の視点からも、学年である『横』のつながりと、上級生下級生の垣根を越えた『縦』のつながり等、仲間づくりの一助となるとともに、運動習慣の確立による運動経験の広がりをもせている。

子どもたちがこういった経験を通し、主体的に運動に親しむ態度を養うためには、合理的に運動を実践できる多くの場を設定することや、方法を身につけていくことができる環境づくりが必要になると考えている。

【 中学校の取組 】

## 信頼関係を深め跳躍力アップ

### 取組の概要

○学校・生徒の実態について

毎年4月に全学年で新体力テストを実施しており、女子の立ち幅跳びの学年平均値では、平成28年度の全国平均値を大きく下回っている状況にある。また、授業内容において、瞬発力を必要とする運動場面が比較的不足している課題がある。

○取組のねらいについて

体力の向上をねらった補強運動の実践、特に瞬発力に重点を置いた補強運動を毎時間の授業で取り入れることにより、跳躍系の運動場を増やし、瞬発力を高める効果を期待したい。

○取組の内容について

2人1組でのペアジャンプやバービージャンプ、馬跳びを毎時間補強運動として取り入れるとともに、夏季休業中に家庭でのなわとび課題を実施し体力の向上を図った。

### 取組推進・実施の流れ

6月	○年間活動計画作成 ○授業での取組
7月	
8月	
9月	
10月	
11月	
12月	○新体力テスト 実施（2回目）
1月	○まとめと次年度への展望

### 取組の成果と課題

瞬発力を高める補強運動を授業内に取り入れ、継続して実施したところ、12月に実施した新体力テストでは、4月当初に大幅に全国平均値を下回っていた2年生女子の立ち幅跳びの学年平均値が全国平均値を上回り、取組の成果として実感することができた。

また、ペアを入れ替えながら補強運動を継続して実践することにより、交友関係を築きながら楽しく運動に親しむことができる態度を育成することにもつながったと考えられる。

# 伊勢原市の取組

担当課

教育指導課

【 小学校の取組 】

## 多様な動きにチャレンジ

～ひとりでも！みんなでも！～

### 取組の概要

- 児童の実態
  - ・ 休み時間に運動する子が多いが、遊び方が固定化している。
  - ・ 得意な動きと、そうでない動きがはっきりしている。
- 取組の目標
  - ・ 特定の遊びやスポーツ以外に触れる経験を増やし、運動する楽しさを味わわせる。
  - ・ 体の様々な部分を動かす機会を増やす。
- 取組内容
  - ・ 様々なスポーツ教室を通じてのスポーツの楽しさの習得。
  - ・ 養護教諭や保護者と連携した、家庭でできる運動の促進。
  - ・ 多様な遊び場や時間の確保などの環境づくり。

### 取組推進・実施の流れ

6月	各小学校間での情報交換及び取組の確認
7月	各校での取組
8月	
9月	
10月	
11月	小学校教育研究会部会において協議
12月	取組の集約
1月	来年度に向けて

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・ 新しい遊びやスポーツの提供で、体の各部分を使って運動することができるようになった。
  - ・ 遊び場の確保や運動の紹介で、子どもの動きの幅が広がった。
- 課題
  - ・ スポーツ教室や研修会で学んだことの職員間での共有と、児童への紹介不足。
  - ・ 運動を楽しみと感じることができる活動の継続的取組。

【 中学校の取組 】

## 楽しく運動習慣づくり

～授業や昼休みの活動の工夫～

### 取組の概要

- 生徒の実態
  - ・ 運動習慣の定着がみられない。
- 取組の目標
  - ・ 音楽を利用して、体を動かすことの楽しさを味わわせる。
  - ・ 昼休みを利用して、体を動かす習慣を身につける。
- 取組内容
  - ・ 毎時間の保健体育の授業での3分間縄跳びの実施。
  - ・ 伊勢原市オリジナル「すこやかリズム体操」の取り組み。
  - ・ 昼休みでの運動習慣定着に向けた、ソフト面・ハード面の工夫。

### 取組推進・実施の流れ

6月	各中学校間での情報交換及び取組の確認
7月	各校での取組
8月	
9月	
10月	
11月	中学校教育研究会部会において協議
12月	取組の集約
1月	来年度に向けて

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・ 3分間縄跳びは、授業回数を重ねるごとに、跳ぶことに対して余裕がみられるようになった。
  - ・ 昼休みの活動では、運動の苦手な生徒も、友だちに誘われて体を動かすことができたり、暑さ・寒さに関係なく元気よく遊ぶ様子が見られたりするようになった。
- 課題
  - ・ ボール以外の道具の充実と遊び場の確保。
  - ・ 運動に参加する人を増やすための内容やルールの工夫。

# 大磯町の取組

担当課

教育部学校教育課

## 【小学校の取組】

### 体力向上を目指して

### ～体を動かすことのきっかけづくり～

#### 取組の概要

- 市町村の児童及び小学校の実態について
  - ・1日の運動時間が30分未満の児童が多い。
  - ・高学年に進むにつれて、外遊びをする児童が減る。
  - ・体を動かすことに楽しさを見出せない一定数の児童。
- 取組のねらいについて
  - ・安定的な運動時間の確保。
  - ・体を動かす楽しさを感じてもらうことで、継続的に運動しようとする気持ちが児童に持てるようにする。
- 取組の内容について
  - ・授業のはじめに鬼ごっこ等のゲーム性が高い運動や、縄跳び等の継続した取組が成果に現れやすい運動を取り入れた。
  - ・児童主催のスポーツ大会の実施。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	体力テストの実施・各校での分析
7月	
8月	町教育研究所「保健体育部会」において、小・中学校の結果分析をもとに課題及び今後の取組みを共有
9月	各校での取組
10月	↓
11月	
12月	↓
1月	町教育研究所「保健体育部会」等にて、各校の取組状況を共有

#### 取組の成果と課題

##### 【取組の成果】

- ・休み時間等に体を動かして遊ぶ児童が増えた。
- ・運動が苦手な児童が、自分に合った目標を設定しながら運動に取り組むことができた。

##### 【課題】

- ・体力テストの結果を踏まえ、児童の実態をより正確に把握し、負担が少なく計画的に取組が実施できるか。
- ・休み時間等の運動場や体育館の使用割当や道具の貸し出しの拡充や見直し。

## 【中学校の取組】

### 体力の向上のために

### ～年間を通した継続的な取り組み～

#### 取組の概要

- 市町村の生徒及び中学校の実態について
  - ・反復横跳びと20mシャトルランの結果が、全国や県の平均を下回った。
  - ・種目を20mシャトルランにしたことで、体力よりも気持ちが続かなく途中でテストをやめてしまう生徒が多かった。
- 取組のねらいについて
  - ・生徒自身が自ら体力向上の手立てを考えられるようにする。
  - ・継続的に同じ運動に取り組むことで、体力向上を目指す。
- 取組の内容について
  - ・準備運動で5分間走を実施。
  - ・野外走や校内駅伝を取り入れ、仲間と共に運動する機会を確保。

#### 取組推進・実施の流れ

6月	体力テストの実施・各校での分析
7月	
8月	町教育研究所「保健体育部会」において、小・中学校の結果分析をもとに課題及び今後の取組みを共有
9月	各校での取組
10月	↓
11月	
12月	↓
1月	町教育研究所「保健体育部会」等にて、各校の取組状況を共有

#### 取組の成果と課題

##### 【取組の成果】

- ・5分間走を中心とした準備運動の実施については、生徒に定着した。
- ・野外走や校内駅伝の実施により、チームで助け合ったりお互いに助言したりすることで、意欲を高めながら取り組むことができた。

##### 【課題】

- ・体力テスト測定の精度（生徒自身が測定するため）。
- ・体力だけでなく、走る気力を持続させる手立て。

# 二宮町の取組

担当課

教育総務課

【 小学校の取組 】

## 楽しく体力UPを目指そう！

### 取組の概要

- 1 実態：遊びや運動の種類の固定化**
  - ・「反復横跳び」の結果が、女子は全国平均を下回り、男子も平均とほぼ同程度である。
  - ・休み時間の遊びは、ドッジボールか鬼ごっこで固定化されており、多様な動きに触れる機会が少ない。
  - ・外遊びを楽しむ児童は固定化している。
- 2 目標：3つの「間（時間・仲間・空間）」の充実**
  - ・体育の時間に児童が楽しく運動することを習慣化できるようにする。
  - ・学級や学年の枠を超えた様々な仲間と遊ぶ機会を設け、遊びの視野を広げる。
  - ・校庭のスペースを有効活用するなど外遊びしやすい環境にする。
- 3 内容：各種集会・イベントの充実、授業改善**
  - ・授業のはじめにコーディネーショントレーニングを実施
  - ・異学年交流の時間の増加、朝のラジオ体操、ドッジボール大会、大縄大会、持久走大会
  - ・ノーボールタイムを実施し多様な遊びができる環境作り

### 取組推進・実施の流れ

6月	健康・体力づくり推進委員会 取組の方向性を検討 にのプロ（異学年交流）	朝のラジオ体操・ コーディネーション トレーニング
7月		
8月		
9月	にのプロ（異学年交流）	
10月	にのプロ（異学年交流） ドッジボール大会	
11月		
12月	湘南ベルマーレ体育巡回授業	
1月	にのプロ（異学年交流）大縄大会	

### 取組の成果と課題

- ・コーディネーショントレーニングを取り入れたことで、楽しみながら多様な動きができるようになった。
- ・異学年交流の時間の増加により、遊びの多様化が見られたが、校庭の有効活用には課題が残った。
- ・二宮には小学校が3校あり、他校にも同様の企画があり、教育課程研究会などで情報交換を行い、児童が主体的に体を動かせるような実践を行っている。

【 中学校の取組 】

## 運動をするきっかけづくり

### 取組の概要

- 1 実態：運動能力の二極化**
  - ・運動する機会を持つ生徒とそうでない生徒の差が大きい
  - ・昼休みに外で体を動かす生徒が少ない
  - ・女子は全国平均を上回っている種目が多いが、男子は下回っている
- 2 目標：運動する楽しさを実感する**
  - ・生徒が主体となって多くの生徒が楽しく体を動かす機会をもてるようなイベントを企画・運営する
- 3 内容：スポーツウィーク（年4回）、球技大会（年1回）の企画・運営**
  - ・生徒が種目を選定し、自由参加で行う
  - ・体育館の開放日を設ける
  - ・球技大会には、教員も参加するなど、学校全体で運動を楽しむ雰囲気づくりを行う

### 取組推進・実施の流れ

6月	健康・体力づくり推進委員会 取組の方向性を検討
7月	
8月	
9月	スポーツウィークの企画・運営
10月	スポーツウィークの企画・運営
11月	
12月	球技大会の実施
1月	スポーツウィークの企画・運営

### 取組の成果と課題

- ・生徒がスポーツを身近に感じることができ、主体的に運動に親しむ生徒が増えたが、学年を超えて交流する機会が少なかったため、増やせるとよい。
- ・二宮には中学校が2校あり、二宮中学校でも同様の企画を行っている。小学校時代に児童会活動を通して培われた子どもたちの自主性を生かし、様々な企画を主体的に実施し楽しく取り組む姿が見られる。地域の体育的行事の参加意欲に繋がっていると思われる。

# 小田原市の取組

担当課

教育指導課

## 【 小学校の取組 】

運動に親しむ習慣づくり

(運動に積極的でない児童へのアプローチ)

### 取組の概要

○小田原市の児童の体力等の現状についての分析

H28全国体力・運動能力、運動習慣等調査(小5対象)の実技調査結果では、男女ともに体力合計点において全国平均を若干上回っていたものの、20mシャトルランと立ち幅とびに課題が見られた。質問紙調査の「運動が好き」という質問では、ややきらい、きらいと回答した児童の割合は男子が8.2%、女子が11.4%おり、依然として課題である。男女ともに体育の授業に関しては、肯定的な回答が多い。

○体力向上プロジェクト会議の開催(8月、1月)

各学校や市の取組、新体力テストの結果等について、検証及び情報交換等を実施する。

○体力・運動能力向上指導員派遣

指導員として、体育系大学の学生、教育指導課指導主事を派遣し、新体力テストに全力で取り組めるようなサポートや、日常的に取組める運動や遊びについて児童に直接アドバイスするとともに一緒に運動したり遊んだりする。

運動に積極的でない児童へのアプローチを意識して、教員と連携した指導を行う。

### 取組推進・実施の流れ

月	実施内容	取組の進捗
5月	新体力テストの実施(各校~7月まで)	各校における健康・体力向上の取組
6月	体力・運動能力向上指導員派遣 大学等と連携した体力向上支援	
7月		
8月	体力向上プロジェクト会議①	
9月		
10月		
11月		
12月	著名なアスリート派遣(~3月まで)	
1月	体力の現状分析(市) 体力向上プロジェクト会議②	

### 取組の成果と課題

○新体力テストの練習や計測時に、派遣された体力・運動能力向上指導員がコツやポイントを伝えたり、教員と一緒に励ましたりすることで運動に積極的でない児童も意欲的に取組む姿が見られた。

○体力向上プロジェクト会議では、指導員が児童と一緒に運動しながら、日常的に取組める運動を紹介したり体を動かして遊ぶ楽しさを伝えたりすることが大変効果的であったとの報告があった。

○運動習慣等を日常化していくこと、運動に積極的でない児童へ効果的なアプローチをしていくことが、引き続き今後の課題である。

## 【 中学校の取組 】

運動に親しむ習慣づくり

(運動に積極的でない生徒へのアプローチ)

### 取組の概要

○小田原市の生徒の体力等の現状についての分析

H28全国体力・運動能力、運動習慣等調査(中2対象)の実技調査結果では、男女ともに体力合計点において全国平均を若干下回った。体力合計点の総合評価のD・E層の割合がH27年度の19.2%から16.5%へ減少しているものの、運動を苦手と感じたり、体を動かすことに積極的でない生徒への関わりについては、引き続き課題として取り組む。

○授業以外の時間における生徒主体の運動機会の設定

各学校において、生徒が主体となった体育的活動、体力向上に向けた取組を実施する。

○体力向上プロジェクト会議の開催(8月、1月)

各学校や市の取組、新体力テストの結果等について、検証及び情報交換等を実施する。

○著名なアスリート派遣(小学校も実施)

著名なアスリートを学校に派遣し、経験に基づくデモンストラクション、実技指導や講話を行うことで、生徒の運動やスポーツに対する興味関心を高める。

### 取組推進・実施の流れ

月	実施内容	取組の進捗
5月	新体力テストの実施(各校~7月まで)	各校における生徒主体の体力向上への取組
6月		
7月		
8月	体力向上プロジェクト会議①	
9月		
10月		
11月		
12月	著名なアスリート派遣(~3月まで)	
1月	体力の現状分析(市) 体力向上プロジェクト会議②	

### 取組の成果と課題

○授業以外の時間における生徒主体の運動機会の設定例

生徒会や体育委員が企画、立案し、昼休み等にスポーツ大会を実施。運動する生徒以外にも、応援等で参加する生徒も多く、学校全体で運動への意識が高まっている。

○保健体育科の教員だけでなく、生徒会や各種委員会の担当教諭も積極的に体育の授業以外での体力づくりに関わることで、学校全体の取り組みとなっていくことができた。

○著名なアスリートの派遣では、それぞれの講師から、運動やスポーツの素晴らしさ、何かに挑戦する気持ちや勇氣を持つことの大切さを伝えていただくことができた。

# 南足柄市の取組

担当課

教育指導課

【 小学校の取組 】

## 楽しく運動して、体力アップ！ ～委員会の取り組みと指導の充実～

### 取組の概要

#### 1 委員会での取り組み

##### (1) 長縄集会

長縄集会までの約2週間、朝の時間を「キラキラタイム」とし、その時間を使って長縄の練習を行っている。

今年はクラスで2週間の伸びた回数が多い順に表彰をすることで、目標をもって取り組めるようにした。

##### (2) 50m走集会

委員会が中心となって3週間にわたって行い 様々な方法で50m走を走るようにした。

1週目：低学年→個人走 高学年→二人三脚

2週目：なわとび走と一輪車走

3週目：バスケットやサッカーのドリブル走

#### 2 体力向上サポーターの活用

体育の授業等で体力向上サポーターを活用した。

6年生では、市の陸上大会に向けて、教員がサポーターから指導法を学び、授業に取り入れた。記録の向上につながり、児童も授業を楽しんでいるようになった。

### 取組推進・実施の流れ

6月	小学校体育指導研修会 体力テストの実施
7月	
8月	第2回市教育研究会
9月	キラキラタイム
10月	南足柄市小学校陸上大会
11月	第3回市教育研究会、キラキラタイム
12月	キラキラタイム
1月	第4回市教育研究会

### 取組の成果と課題

小学校においては、体力テストキャラバン隊による市内教員研修の実施や体力向上サポーターの活用により、体力・運動能力の向上が図られた。今後も、体育指導に係る研修を継続的に行い、さらなる運動能力の向上、運動習慣の定着を図っていきたい。

【 中学校の取組 】

## 体力の向上と健康増進に 自ら取り組む生徒の育成

### 取組の概要

#### 1 保健体育の授業の取組み

毎時間の学習内容を明確にして、何を学習するかねらいをもって生徒が取り組めるようにした。誰もが基本から楽しく取り組める学習の場や教材の工夫を行う。

#### 2 生徒が主体的に運動に親しみ、生活環境を考える場の整備

##### (1) 体育祭

個人の取り組みでなく全校や学年、クラスで取り組む習慣を定着させ、運動への意欲化を図る。

##### (2) 文化祭

保健委員会が健康的な生活習慣や運動に関するアンケートの実施し、文化祭において発表した。

##### (3) 昼休みのボールの貸し出し

##### (4) 昼休みの全校レクリエーション

25分間の昼休みで、生徒会レクリエーション委員会主催によるクラス対抗ゲームを実施

### 取組推進・実施の流れ

6月	体力テストの実施
7月	夏季休業中の体力つくりの取組
8月	第2回市教育研究会
9月	全校レクレーション
10月	文化祭
11月	第3回市教育研究会
12月	全校レクレーション
1月	第4回市教育研究会

### 取組の成果と課題

中学校においては、特に女子の体力・運動能力が全国平均よりも低いことが課題としてあげられる。様々な工夫により、運動の機会を増やしているが、主体的な運動習慣の定着にいたっていない現状が見られる。今後は、運動の楽しさを実感できる指導をさらに普及させていきたい。

# 中井町の取組

担当課

中井町教育委員会教育課

【小学校の取組】

## 友達と運動に取り組む子どもをめざして

### 取組の概要

- 中井町の児童の実態について  
日常的に外遊びに親しむ習慣がある児童が多い。しかし、外遊びの内容に偏りがある。メンバーが固定化されているという問題点もある。
- 取組の目標について  
「運動の習慣化」
  - 継続して運動に取り組むことで習慣化につなげる。
  - 様々な児童同士で運動する機会をつくる。
  - 数値目標の設定や記録をつけることで達成感を得られるようにする。
- 取組の内容について
  - 朝の時間の全校児童による体力づくり  
(長縄集会 なわとび集会 持久走タイム マラソンタイム)
  - 「そとあそびハンドブック」の活用

### 取組推進・実施の流れ

6月	マラソンタイム
7月	
8月	
9月	
10月	持久走タイム
11月	長縄集会 持久走タイム
12月	なわとび集会
1月	長縄集会

### 取組の成果と課題

町内の2校とも朝の時間を活用して、全校児童が体力づくりに励んでいる。毎年継続して取り組んでいることで、日常的な体力づくりにつながっている。また、なわとび集会や長縄集会に向けて、クラスの仲間たちと目標を決めて取り組むことで、運動に親しみながらより良い仲間関係を築ききっかけにもなっている。新学習指導要領にある3つの視点(人間関係形成 社会参画 自己実現)から、具体的に目指す子どもの姿、身に付けさせたい資質や能力を意識し、2校で連携し、今後も計画的・組織的に実践していきたい。

【中学校の取組】

## 運動の習慣化を目指して ～授業や昼休みの活動の工夫～

### 取組の概要

- 中井町の生徒の実態について  
新体力テストの結果を集計し、「50m、立ち幅跳び、長座体前屈」において、全国平均を上回っていることがわかった。また、「ハンドボール投げ、上体起こし」は全国平均を下回っていることがわかった。
- 取組の目標について  
[基礎体力の向上]
  - 「縄跳び記録会」の実施(夏休みの課題に縄跳び)
  - 筋力トレーニングやストレッチの紹介
  - 運動する機会を増やし楽しく運動できるようにする
- 取組の内容について
  - 教科での取組  
(新体力テストの自己分析 体力アップの課題)
  - 学校全体での取組  
(体育委員会による体育館の開放 総合的な学習の時間)

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テストの結果自己分析
7月	夏休みの課題(体力アップ 縄跳び)
8月	夏休みの課題(体力アップ 縄跳び)
9月	新体力テスト2回目の実施
10月	
11月	総合的な学習の時間「中井を見て歩く」
12月	地域の人とスポーツを楽しむ
1月	

### 取組の成果と課題

夏休みの課題として、体力の向上を目標に縄跳びに取り組むことができた。その結果が9月の新体力テストにあらわれたようである。教科指導にも取り入れることで、継続的な指導につなげていきたい。また、全体として筋力や巧緻性などに課題がみられた。授業の中で、筋力トレーニングの要素を取り入れた指導を行うことで、さらなる体力の向上につなげていきたい。

# 大井町の取組

担当課

教育総務課

【 小学校の取組 】

## 学校の特徴を生かした 体力・意欲の向上

### 取組の概要

#### ○児童の実態について

新体力テストによる傾向を見ると、各校により取組の成果が表れている。ただ、日常的な取組が定例化してしまうことにより、意欲が低下する児童も見られる。外遊び等、体を動かすことへの意識は高いことから、めあてや場の工夫が求められる。

また、全国学力学習状況調査の質問紙調査では家庭における「平日のテレビ/ゲームの時間」が長時間にわたっている児童が多い。運動だけでなく児童の健康や体力に関わる生活習慣についても指導・改善していく必要があると考える。

#### ○取組のねらいについて

運動することに対して前向きに捉えている児童が多いので、継続的に取り組めるような場の設定や、技能向上への挑戦心をかき立てるようなめあての工夫をすることで、意欲の向上及び運動の習慣化をめざした。

### 取組推進・実施の流れ

6月	朝マラソン、竹馬・一輪車の取組 (体育委員会による企画、めあての放送等) 縦のつながりを生かした休み時間の運動遊び等	
7月	大縄集会	
8月	実施校での一例。 その他、スポーツ委員会によるレクリエーション、ドッジビー大会など、児童の意欲を引き出す取組や、ダンス発表会のような各自の取組の成果を発表できるような場を設けている。	
9月		竹馬・一輪車検定
10月		
11月		
12月		
1月	持久走記録会 大縄集会、竹馬・一輪車検定(2月)	

### 取組の成果と課題

【成果】全ての学校で外遊び等の推進を図る工夫が行われ、児童の主体的活動や異学年交流、体育的行事などと関連付けた活発な取組が見られた。

【課題】新体力テストによる分析をもとに、つけさせたい力を明確にし、引き続き取組の具体化を図っていく。また、よりよい生活習慣の指導にも力を入れたい。

【 中学校の取組 】

## 目標をもって 楽しく体力アップ

### 取組の概要

#### ○生徒の実態について

新体力テストによる傾向を見ると、全般的に体力が低い傾向にある。また、全国学力学習状況調査の質問紙調査では、運動部所属の生徒の運動時間は多く、意欲も高いものの、休み時間の体育館や運動場の利用の状況は少ない傾向にある。運動をする生徒と、そうでない生徒の二極化が見られる。

ただ、保健体育等の授業に関しては肯定的に捉えている様子が見られることから、楽しく自主的に取り組める授業、体育的活動の展開が望まれる。そして生涯に渡って運動に親しむ素地を育むために、さらなる工夫が必要であると考えられる。

#### ○取組のねらいについて

長期休業前には体力テストの結果などから個々の体力つくりのめあてを設定し、継続した取組を促している。長期休業後に体力テストをし、自分の記録の変化を知ること、生徒の運動に対する意欲の向上をめざした。

### 取組推進・実施の流れ

6月	第1回体力テスト(4月) 体育祭に向けての縄跳び(～5月) 準備運動におけるラジオ体操
7月	夏休み体力づくり強化(縄跳び)
8月	↓
9月	第2回体力テスト ダンス大会(授業の成果)
10月	
11月	体づくり運動(駅伝等)
12月	冬休み体力づくり強化(縄跳び)
1月	球技大会(3月)
	↓

### 取組の成果と課題

【成果】1回目の体力テストの結果をもとに、自己の課題を把握し2回目を実施することで、効果的に結果の活用を図ることができた。

【課題】運動する楽しさを味わわせる工夫を今後も継続し、運動を苦手とする生徒への取組を充実させ、運動に親しむ態度を育み、生涯体育へとつなげていきたい。

# 松田町の取組

担当課

教育委員会教育課

【 小学校の取組 】

## 生活改善の改善・運動習慣の定着

### 取組の概要

- 松田町の児童の実態として
  - ・平成 28 年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の集計結果から、体力合計点は県よりも男女とも得点が高いが、「上体起こし」などの筋力に課題がある。
  - ・登校後、授業に集中するのに時間がかかる児童がいる。
  - ・すぐに「疲れた」「眠い」と訴える児童がいることから、防衛体力が低下している傾向がある。
- 取組のねらいとして
  - ・児童が夢中になれるような取り組みや興奮できるような取り組みを通して、大脳前頭葉の成長に必要な刺激を与えていく。
- 取組の内容について
  - ・「わくドキタイムプロジェクト」として、8:00～8:10の10分間を朝運動の時間として設定した。
  - ・教師主導から児童の主體的な活動をなるよう、初期・中期・後期と段階を踏んで計画した。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テストを行い、分析する。
7月	水泳指導を行う。
8月	スポーツ朝会を月に1回行う。
9月	連合体育大会に向けての種目練習を行う。
10月	
11月	持久走記録会に向けての取組を行う。
12月	長縄集会を行う。 わくドキタイムプロジェクト
1月	鬼ごっこ集会を行う。

### 取組の成果と課題

- 成果と課題
  - ・朝運動を始めたことで、児童の多くが外に出て運動するようになった。
  - ・登校後、授業に集中するのに時間がかかる児童がいたが、実践後のアンケートの結果から、「朝、すっきり起きることができる」児童が少しずつ増えてきた。
  - ・課題としては、同じ運動が続くことで、楽しめる児童と飽きてしまう児童がいるため、運動の内容を工夫していくことが挙げられる。また、今後も継続的に朝運動に取り組んでいくことが挙げられる。

【 中学校の取組 】

## 新体力テストの結果を踏まえた体力づくり

### 取組の概要

- 松田町の生徒の実態として
  - ・平成 28 年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の集計結果から、平成 27 年度の課題であった「反復横跳び」「20mシャトルランなどの敏捷性や持久力が課題として残り、新たに「ボール投げ」などの巧緻性や瞬発力にも課題があることが分かり、体力低下を実感している。
- 取組のねらいとして
  - ・新体力テストの結果を分析し、学年ごとに全国平均を大きく下回っている体力を高めるためのトレーニングを保健体育の準備運動に取り入れ、体力の向上を目指す。
- 取組の内容について
  - ・新体力テストの個人データを振り返り、自己の体力の特徴を理解させながら、伸ばしたい体力要素から自分自身のトレーニングメニューを考え、個人トレーニングを冬季休業中に実施した。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テストを行う。
7月	
8月	個人トレーニングを実施する。 新体力テストの結果を分析する。
9月	
10月	保健体育において、トレーニングを取り入れた準備運動を行う。
11月	
12月	新体力テストの結果の返却・分析を行う。 トレーニング内容を検討する。
1月	個人トレーニングを実施する。 新体力テスト（トレーニング効果の見とり）

### 取組の成果と課題

- 成果と課題
  - ・学年全体のトレーニングは、約4ヶ月実施し、1年生の「ハンドボール投げ」で90%近く、2年生の「上体おこし」では85%近く効果が表れたことが成果として挙げられる。
  - ・課題としては、冬季休業前に個人の結果を基に、体力やトレーニングに関する理論的な指導を行い、個人トレーニングのメニューを考え実施したが、効果が表れた生徒が50%以下に留まったことである。習慣化させるためには、継続した取り組みが必要であることが分かった。

# 山北町の取組

【 小学校の取組 】

## 「多様な動き」の向上をめざして

### 取組の概要

- 実態について
  - ・学区が広いため、放課後校庭に来て遊ぶ児童はほとんどいない。習い事や室内で過ごす児童が多い。
  - ・運動に対する意識が二極化している。
- 取組のねらいについて
  - ・運動経験の差を補うため、全校で多様な動きに取り組み、体を動かすことの楽しさや、喜びを味わわせる。
  - ・運動をとおして、友達との関わり合いを深めていく。
- 取組の内容について
  - ・週1回の始業前の15分を「スポーツタイム」と位置付け、全校で取組んだ。
  - ・内容を「走る運動」「ハードル走」「大縄・なわとび」「ボール投げ」「体づくり」の5つに分け計画的に実施した。
  - ・学年に応じて動きや運動量を変え、取り組みやすくした。
  - ・教師も参加することにより、学年の実態を把握し、授業に生かした。

### 取組推進・実施の流れ

6月	体育の授業の工夫 体力テスト スポーツタイム（4月～3月）
7月	↑①
8月	
9月	↑
10月	足柄上郡連合体育大会参加 ②
11月	持久走大会に向けて（走る）
12月	↓
1月	↑③

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・児童が楽しみながら運動に取り組む姿がみられた。
  - ・多様な動きを行ったことにより、自分自身が得意・得意な動きを知ることができた。
  - ・教師が把握した実態に基づき、各学年の活動に生かすことができた。
- 課題
  - ・5つの内容に分けたことにより、個々の取り組みの積み重ねが見えにくくなってしまった。
  - ・運動会や連合体育大会の練習により、9月10月の実施は難しい。年間とおした、計画の見直しが必要である。

担当課

山北町学校教育課

【 中学校の取組 】

## 運動を楽しむ実感を持たせる ～走る・投げる～

### 取組の概要

- 実態について
  - ・体力・運動能力の高低は日頃の運動時間の多少に比例し、体を動かす生徒とそうでない生徒の二極化が生じている。
  - ・体力テスト等の結果から、体力・運動能力の各項目にアンバランスさが感じられる。（特に走・投の力が低い）
- 取組のねらいについて
  - ・走力・投力に重点をおいた体力運動能力の向上を図る。
  - ・委員会活動を活用し、全校生徒でスポーツに親しむ機会の増加をめざす。
- 取組の内容について
  - ・体育の授業で年間とおした継続的な取組を活用する。（ランニングと準備体操）
  - ・ねらいを明確にし、自らの変化や、体力、技術の向上が感じられるような指導を行う。
  - ・委員会活動として、スポーツ大会を開催し、多様な種目に触れる機会を設ける。

### 取組推進・実施の流れ

6月	授業での取り組み（体育祭） 昼休みのグラウンド・体育館開放
7月	体力テスト返却・体力づくり計画
8月	体力づくり（夏季休業中の課題）
9月	生徒会体育委員会の企画実施
10月	ダンス（文化祭）
11月	
12月	長距離走
1月	

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・ねらいを明確にして学習を積み上げてきたことにより、生徒自身が変容に手応えを感じ、喜ぶ姿がみられた。
  - ・委員会の取り組みでは、「みんなが運動を楽しむためには」という視点から企画を考えていた。
  - ・地域のスポーツ行事への参加生徒が増加している。
- 課題
  - ・運動と健康の関係などの視点から、体力・運動能力を考えて自己の運動習慣につなげる生徒を育成していく。
  - ・週3の授業時間だけでは量的に不十分な運動時間を、部活動や、特別活動、地域との連携によりどう確保するか。

# 開成町の取組

担当課

教育総務課

## 【 小学校の取組 】

「**進んで運動に親しみ、健康・安全について考え、実践できる子**」の育成に向けて

### 取組の概要

- 開成町の児童及び小学校の実態について
  - ・地域のスポーツクラブに所属する児童が多い反面、体育の授業以外に運動する機会を持たない児童もいる。
- 取組のねらいについて
  - ・運動経験の違いに関係なく「関わりあいながら学ぶ」ことができる場や道具の工夫をし、進んで運動する児童を育てる。
- 取組の内容について
  - ・児童会の体育委員会を中心とした運動集会を企画し、児童主体で実施する。
  - ・上級生、下級生の交流による運動企画の設定を行い、運動へ向かう意欲の向上を図る。
  - ・異学年の児童でペアを組んで「新体力テスト」を実施し、体力向上への意識を高める。
  - ・初心者水泳教室を実施し、苦手意識の克服を図る。

### 取組推進・実施の流れ

6月	児童会活動 長縄集会 新体力テスト週間
7月	推進校の取組計画紹介 初心者水泳教室
8月	体育実技研修（職員 各校で実施）
9月	
10月	児童会活動 ドッジボール
11月	
12月	開成町の体力づくりの情報交換 児童会活動 長縄集会
1月	児童会活動 ジョギングタイム

### 取組の成果と課題

児童会の活動は、委員の意見を聞き、それを反映させた活動にすることで達成感や成就感を生み、どんどん新たな活動に繋がっていく。子どもたちの体力向上を子どもたち自身の手で仕掛けていく活動を今後も続けたい。

推進校での取組を他校に紹介し、参考にすることができた。しかし児童会活動は学校ごと同じではないため、全く同じ活動とはならない。推進校の「児童の主体性を育む取組」から自校に活かせるものを取り入れ、体力づくりの活動を活性化させていきたい。

## 【 中学校の取組 】

**体力向上を目指して  
～自分の体力に興味を持とう～**

### 取組の概要

- 開成町の生徒及び中学校の実態について
  - ・運動は好んでするが自分の健康や体力についての関心が低い生徒が多い。
- 取組のねらいについて
  - ・自分の体力を把握し、自発的に体力向上を目指す生徒を育成する。
- 取組の内容について
  - ・新体力テストの結果から、自分の体力について見つけ、体力向上に向けた運動メニューの考察、実施をする。
  - ・授業では筋力・持久力アップのメニューを紹介する。
  - ・個に応じた運動メニューを設定することで、自発的な運動を促す。
  - ・記録を取り、振り返りを行うことで、自己の体力の状態把握し、体力向上への意欲を高めていく。

### 取組推進・実施の流れ

4月	新体力テスト実施
5月	体力テスト振り返り
6～7月	体力向上トレーニング（授業） トレーニング計画作成（個人）
8月	体力向上トレーニング（個人）
9月	トレーニングの振り返り 振り返りを踏まえたトレーニング実施
10月	
11月	
12月	↓

### 取組の成果と課題

自己分析から体力向上の取組を始めることで、生徒が主体的に運動する姿が見られた。自分の体力の把握だけで終わらずに、いかに体力向上していくかを考え、運動内容を選択していくことは生徒にとって貴重な経験となった。

運動することを好む生徒は自ら取り組むことができ、ちょっとした助言や刺激で活動できる。しかし、運動嫌いの生徒は教師の助言や友達との共同、ゲーム感覚など、意識づけが運動のきっかけとなることが多い。運動を身近に感じ、手軽に行えるような仕掛けをしていく必要がある。

# 箱根町の取組

担当課

箱根町教育委員会  
学校教育課

## 【 小学校の取組 】

「健康な体をつくろう」～歩いて元気に！～

### 取組の概要

- 箱根町の児童及び小学校の実態について
  - ・冬期、箱根町は寒さが厳しくなるので、休み時間に外遊びをする児童が減少する傾向があり、二極化が見られる。
  - ・全校児童 80 名程の小規模校であるため、異学年の集団で運動を楽しめる強みがある。一方、遊びの内容が固定化する傾向がある。
  - ・生活習慣やリズムの改善が課題である。
- 取組のねらいについて
  - ・自分の体に関心を持ち、体力向上に意欲を高める。
  - ・望ましい生活習慣を身につけさせ、健康・体力の向上を図る。
- 取組の内容について
  - 1 学校保健委員会における、日頃の運動習慣の振り返り
  - 2 長昼遊びに縦割り班による長縄集会の取組
  - 3 万歩計チャレンジの取組

### 取組推進・実施の流れ

6月	学校保健委員会
7月	万歩計チャレンジ
8月	
9月	
10月	万歩計チャレンジ 長縄集会
11月	長縄集会
12月	万歩計チャレンジ
1月	長縄集会（2月にも予定）

### 取組の成果と課題

- 1 成果
  - 学校保健委員会の取組により、朝食の摂食率に改善が見られるようになり、自分の体への関心が高まった。
  - 万歩計の活用は、児童の能動的な運動の習慣化への一助として有効である。
- 2 課題
  - 効果的に長縄跳びが実施できるように、体育の年間指導計画に位置付ける。
  - 学校の取組を周知することによって、家庭さらには地域を巻き込んだ活動に発展させていきたい。

## 【 中学校の取組 】

楽しく運動 体力 UP！

### 取組の概要

- 箱根町の生徒及び中学校の実態について
  - ・新体力テストの結果が全国・県の平均を下回る種目がほとんどである。原因としては、交通機関を使い登下校する生徒が多く、身体を動かす貴下が少ない生徒が多い。また、冬場になるとグラウンドの状態が悪くなり、運動の場の確保が難しいことが挙げられる。
- 取組のねらいについて
  - ・運動する場、みんなで活動する機会を設け、楽しみながら運動する生徒を増やす。
  - ・小中連携を図りながら、継続的、長期的に体力向上を図る。
- 取組の内容について
  - 1 保健体育科の授業での取組
  - 2 体育委員会を中心とした取組
  - 3 小中連携「縄跳び運動」の取組

### 取組推進・実施の流れ

4月	生活アンケート・体力測定の実施
5月	運動会 PET（学年毎のスポーツ大会） ※physical education rime
6月	全校スポーツ大会（ドッジビー）
9月	全校スポーツ大会（バスケットボール）
10月	PET
11月	校内駅伝大会
12月	PET
3月	全校スポーツ大会（長縄）

### 取組の成果と課題

- 1 成果
  - 体育委員が企画・運営を行うことにより、生徒の意欲の向上に繋がった。また、生徒が相互に声を掛け合うことにより、多くの生徒が安心して参加することができた。
- 2 課題
  - 全校スポーツ大会・PET は運動に消極的な生徒への働きかけとして有効だった。今後は運動習慣の定着が課題であり、生徒の関わりを生かして運動への苦手意識の解消に繋げたい。また、運動部活動の活性化にも取り組み、さらなる体力の向上をめざしていきたい。

# 真鶴町の取組

担当課

真鶴町教育委員会 教育課

【 小学校の取組 】

## 楽しみながら運動することを通して、体力を高めよう。

### 取組の概要

- 真鶴町の児童及び小学校の実態について
  - ・外遊びの推奨を行い、休み時間は外で遊ぶ児童が多い。
  - ・体力テストより持久力、俊敏性、投力に課題が見られる
- 取組のねらいについて
  - ・異学年交流や長縄大会を通して、体力向上を図る。
  - ・体力テストを全校で行い、体力を数値化することにより、自分の体力を客観的に認識させる。
  - ・2回目の記録測定の機会（マッジョチャレンジ）を設定することで年度内の自分の体力の伸びを自覚させる。
- 取組の内容について
  - ・異学年交流と長縄大会の実施
  - ・年間2回の体力テストの実施
  - ・体力テストの記録用紙の工夫と記録の蓄積

### 取組推進・実施の流れ

6月	・体力テスト実施（※一部学年5月実施）
7月	・長縄大会①
8月	
9月	
10月	・運動会
11月	
12月	・長縄大会②
1月	※マッジョチャレンジ（体力テスト2回目）

↑  
異学年交流（外遊び）  
↓

### 取組の成果と課題

成果

- 異学年交流や長縄集会により、持久力・敏捷性・投力を要する運動を全児童が定期的に行うことができた。
- 「体力のびのびカード」や「マッジョチャレンジ」の取り組みで、通年で自分の体力の伸びを意識している児童が増えてきている。

課題

- 異学年交流や長縄大会が体力向上に資する活動であることを意識し、体力向上を促す指導についての情報交換を行い、職員の共通理解を図る必要がある。

【 中学校の取組 】

## 生徒が自らすすんで運動に親しむ態度を育てる～みんなで活動する喜びを仲間とともに～

### 取組の概要

- 真鶴町の生徒及び中学校の実態について
  - ・運動が好きな生徒と嫌いな生徒の二極化が見られる
- 取組のねらいについて
  - ・体育的行事をきっかけとして、仲間とともに体を動かすことの喜びを味わわせる
  - ・休み時間など日常的な学校生活の中で体を動かす遊びを楽しむとする
  - ・進んで地域の体育的行事に参加しようとする
- 取組の内容について
  - ・生活アンケート・体力測定の活用
  - ・保健体育科授業における単元構成の工夫（意識づけ）
  - ・学校行事につなげる取組（体力づくり集会・運動会）

### 取組推進・実施の流れ

6月	※運動会（5月実施） ※生活アンケート（4月実施）
7月	
8月	・体力向上プログラム実施
9月	
10月	
11月	
12月	
1月	※体力づくり集会（3月実施予定）

### 取組の成果と課題

成果

- 異学年の交流が活発に行われたことで、全ての生徒が意欲的に活動に取り組み、学年を問わず昼休みにグラウンドへ出て練習する生徒が増えている。
- 昨年度と比較し、2、3年生は男女とも体力水準が向上した。また、保健体育科の授業への参加意欲が高い。

課題

- 今年度行ってきた取組みについて定着化を図り、内容を検討していきたい。また、小学校との連携を具体的に図っていきたい。

# 湯河原町の取組

担当課

湯河原町教育委員会事務局  
学校教育課

【 小学校の取組 】

## 友だちと体を動かす楽しさを味わおう

### 取組の概要

- 児童及び小学校の実態について
  - ・体力テストの結果が県の平均値を下回るものが多い。
  - ・進んで運動をする児童と、そうでない児童の二極化が見られる。
  - ・友だちと体を動かす楽しさを味わう経験が少ない。
- 取組のねらいについて
  - ・友だちと一緒に体を動かす楽しさやお互いに認め合う経験及び運動を通して自尊感情を高める。
  - ・進んで運動に取り組む児童の育成。
- 取組の内容について
  - ・児童の委員会活動による運動推進（各種大会の実施及び大会に向けた取組）。

### 取組推進・実施の流れ

6月	新体力テスト 長縄跳び大会
7月	
8月	
9月	
10月	運動会
11月	ドッジボール大会 全校リレー大会
12月	障害物競走大会
1月	

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・各種大会において、クラスで声を掛け合い、練習に取り組み、大会当日だけでなく、継続的な取組とすることができた。
  - ・異学年の児童とも一緒に体を動かす楽しさを味わうとともに、自分に合った運動量で運動を楽しむことができた。
- 課題
  - ・大会ごとの取組だけでなく、継続した取組となるような工夫が必要である。

【 中学校の取組 】

## 「イケ弁」づくりを通して「食」について考えよう

### 取組の概要

- 生徒及び中学校の実態について
  - ・朝食を食べない生徒、栄養バランスのとれた朝食をとれていない生徒の率が高い。
  - ・生徒の食事における栄養バランスの意識が低い。
- 取組のねらいについて
  - ・食事の意義を理解し、より良い食習慣を身につける。
  - ・調理をする人や食材への感謝など豊かな心の育成を図る。
- 取組の内容について
  - ・「弁当の日」を設定し、「弁当づくり」を体験する。
  - ・「朝食チェック」を実施し、栄養バランスを考える。

### 取組推進・実施の流れ

6月	町食育担当者会議（第1回） 「弁当の日」（第1回）
7月	
8月	足柄下郡教育課題研究協議会 食育推進研修
9月	「朝食チェック」
10月	
11月	「弁当の日」（第1回）
12月	
1月	町食育担当者会議（第2回）

### 取組の成果と課題

- 成果
  - ・生徒の「弁当の日」における弁当づくりの活動に対する理解が深まっている。
  - ・各家庭において食について考える良い機会となっている。
- 課題
  - ・生徒による弁当づくりに要する時間等を考えると、実施日等を検討し、さらに各家庭の協力を得られるよう工夫していく必要がある。

