



運動好きな子どもを育てるための取組

～生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するために～



鹿児島県教育庁保健体育課

※ _____ は、重点項目

1 体育・保健体育学習の充実

- 柔軟性を高める運動を取り入れた準備運動、補助運動
- 3つの資質・能力の育成と指導内容の明確化
- 授業改善（「カリキュラム・マネジメント」及び「主体的・対話的で深い学び」の実現）
- 「個に応じた指導」の一層の充実
- 運動の特性に応じた楽しさを味わうことができる場面の保証

運動好きな子どもを育てる授業を目指して(留意点)



- 1 本時のめあて(全体・個人)を確認させる。
- 2 問題解決的な学習を展開する。
- 3 学習過程（流れ）を明確にし、活動の見通しをもたせる。
- 4 個人（チーム）の課題を解決する場や仲間と教え合ったり、話し合ったりする場を意図的に設定する。
- 5 教具（ICT機器含む）の活用や発問の工夫を行い、「分かった」「できた」などの経験をさせ、運動することや学ぶことの楽しさ、喜びを味わわせる。
- 6 本時のめあてに対する振り返りをする。
- 7 振り返りを通して、自分（チーム）の技能や思考・判断面で伸びを実感させ、達成感につなげる。

子どもが運動の特性に触れ、楽しさや喜びを味わうことができる授業を目指しましょう！



2 「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進事業の推進

- 小中学校版「体力アップ！チャレンジかごしま」（小学校：7種目，中学校：5種目）
 - ・ 柔軟性を高めることを目指した種目「のぼしてコロコロ」等，各種目への積極的な取組
- 「これならできる！『プラス5分運動』」（一人で・友達と家族と）
 - ・ 一人でできる運動20種目，友達や家族と一緒に取り組む運動8種目への取組による運動の日常化
- 「運動大好き“かごしまっ子”育成推進プラン」のPDCAサイクルによる活用
- 親子で取り組む「一家庭一運動」の取組（かごしまの子ども体力向上プログラムの活用）

あ ことば
合い言葉は「**プラスファイブー!**」



3 児童生徒が自らの力を発揮し、体力の実態を正確に把握する体力・運動能力調査の実施

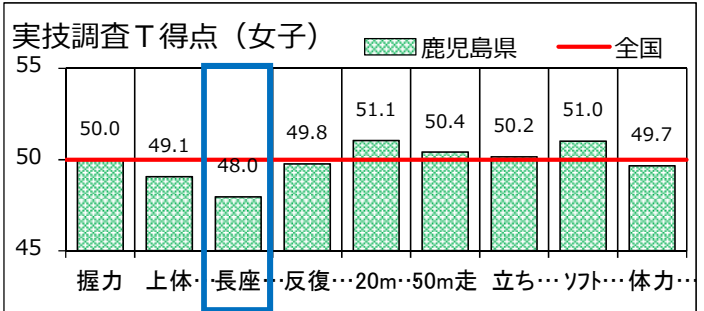
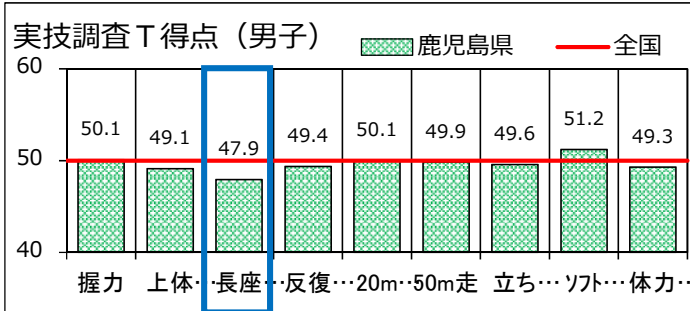
- 教職員による実施要項及び手引の共通理解
- 「新体力テストで児童のもっている力を引き出す指導のポイント<小学校改訂版>」，「新体力テストで生徒のもっている力を引き出す指導のポイント<中学校>」の活用

【令和4年度の重点目標】

☆ 柔軟性を高め、長座体前屈の記録を一人2cm伸ばそう。

【令和3年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査(実技)結果から】
 <小学校5年男子>

※ T得点とは、全国平均値(50)に対する本県の相対的な位置を示し、全国と県とを比較するもの。

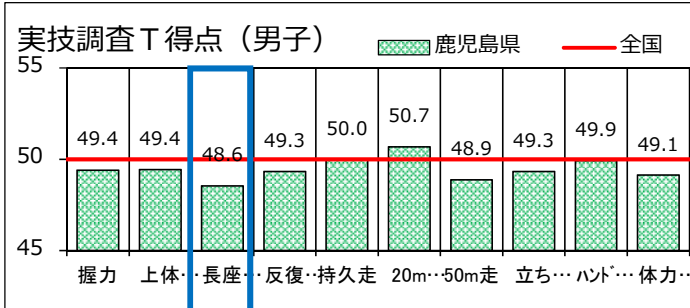


長座体前屈					
小学校5年男子			小学校5年女子		
	平均値(cm)	T得点		平均値(cm)	T得点
全国	33.48	50.0	全国	37.90	50.0
鹿児島県	31.69(-1.79)	47.9	鹿児島県	36.09(-1.81)	48.0

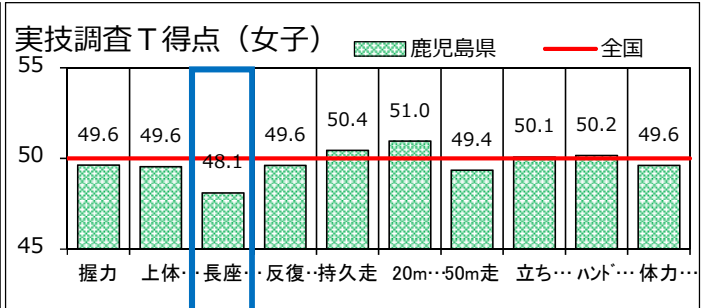
【現状及び課題(小学校)】

- T得点 50以上の種目は、握力(男女)、20mシャトルラン(男女)、ボール投げ(男女)と50m走(女子)、立ち幅とび(女子)である。
- T得点 49以下の種目については、男女共に1種目である。特に長座体前屈は、男女共に6回連続T得点49以下であり、柔軟性に課題がある。

<中学校2年男子>



<中学校2年女子>

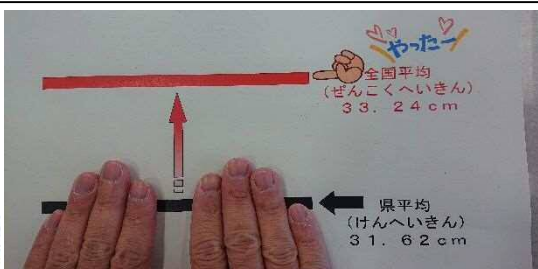


長座体前屈					
中学校2年男子			中学校2年女子		
	平均値(cm)	T得点		平均値(cm)	T得点
全国	43.67	50.0	全国	46.20	50.0
鹿児島県	41.10(-2.57)	48.6	鹿児島県	44.26(-1.94)	48.1

【現状及び課題(中学校)】

- T得点 50以上の種目は、持久走(男女)、20mシャトルラン(男女)と立ち幅とび(女子)、ボール投げ(女子)である。
- 長座体前屈のT得点は、男女共に5回連続して49以下であり、柔軟性に課題がある。

目標値を明確に示すと、取り組みやすいね。



【長座体前屈の取組例】

【「体力アップ! チャレンジかごしま」】
 ☆ 「のばしてコロコロ」に挑戦し、柔軟性を高めよう。

