

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～

令和7年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答した児童・生徒は、「体力合計点」が高く、「1週間の総運動時間」が長いという結果が出ている。

体力向上や運動習慣形成の核は、「体育・保健体育の授業」である。各学校で体育・保健体育の授業の充実を図っていく必要がある。そこで、体育・保健体育の授業充実のヒントを見学・生徒に行った「どんな時に体育・保健体育の授業が楽しいと感じるか。」「どのようなことがあれば、今より体育の授業が楽しくなるか。」という2つの質問から考えたい。

どんなときに体育・保健体育の授業が楽しいと感じますか。

小学生	男子	女子	中学生	男子	女子
① 体を動かしてすっきりした気分になったとき	68.9%	56.9%	① 体を動かしてすっきりした気分になったとき	67.5%	52.6%
② いろんな種目を体験したとき	65.7%	56.3%	② いろんな種目を体験したとき	60.4%	46.4%
③ できなかったことができるようになったとき	82.7%	82.4%	③ できなかったことができるようになったとき	74.3%	71.4%
④ 記録に挑戦したり、記録があがったり、競い合ったりしたとき	71.6%	58.8%	④ 記録に挑戦したり、記録があがったり、競い合ったりしたとき	68.2%	52.3%
⑤ 友達と交流したり、協力できたとき	73.2%	71.2%	⑤ 友達と交流したり、協力できたとき	70.8%	65.6%

どのようなことがあれば、今より体育・保健体育の授業が楽しくなるか。

小学校	男子	女子	中学校	男子	女子
①運動のコツやポイントを分かりやすく教えてもらえたら	19.1%	22.2%	①運動のコツやポイントを分かりやすく教えてもらえたら	24.9%	16.5%
②できなかったことができるようになったら	38.8%	55.1%	②できなかったことができるようになったら	32.5%	55.5%
③自分に合った場やルールが用意されていたら	27.5%	31.6%	③自分に合った場やルールが用意されていたら	21.0%	29.4%
④タブレットなどのICTを活用できたら	13.4%	8.3%	④タブレットなどのICTを活用できたら	12.6%	3.6%
⑤先生にほめてもらえたら	12.5%	12.3%	⑤先生にほめてもらえたら	10.5%	14.0%
⑥友達にみとめてもらえたら	12.8%	14.4%	⑥友達にみとめてもらえたら	12.1%	12.0%
⑦先生に個別に教えてもらえたら	11.0%	10.5%	⑦先生に個別に教えてもらえたら	5.0%	6.1%
⑧自分に合ったペースで行うことができたら	37.0%	56.8%	⑧自分に合ったペースで行うことができたら	39.1%	59.6%
⑨できる・できないだけで比べられなかったら	24.5%	38.2%	⑨できる・できないだけで比べられなかったら	28.1%	39.9%

(令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査鹿児島県の結果から)

児童・生徒は・・・

「できなかったことができるようになったとき」

「友達と交流したり、協力できたとき」

に楽しいと感じている。

「できなかったことができるようになったら」

「自分に合ったペースで行うことができたら」

今より楽しくなると感じている。

○ 体育・保健体育の授業充実のヒント

- ① 目標を達成したり、課題を解決したりして、動きの高まりを実感できるようにする
- ② 友達と協力して、動きを見合ったり、アドバイスし合ったりできるようにする
- ③ 自己の課題に応じて課題解決の場や活動を選択できるようにする



○ 育成を目指す資質・能力の明確化

- ・ 3つの柱で捉えよう！

知識及び技能	思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等
--------	--------------	--------------

- ・ 前後の学年の系統性で捉えよう！



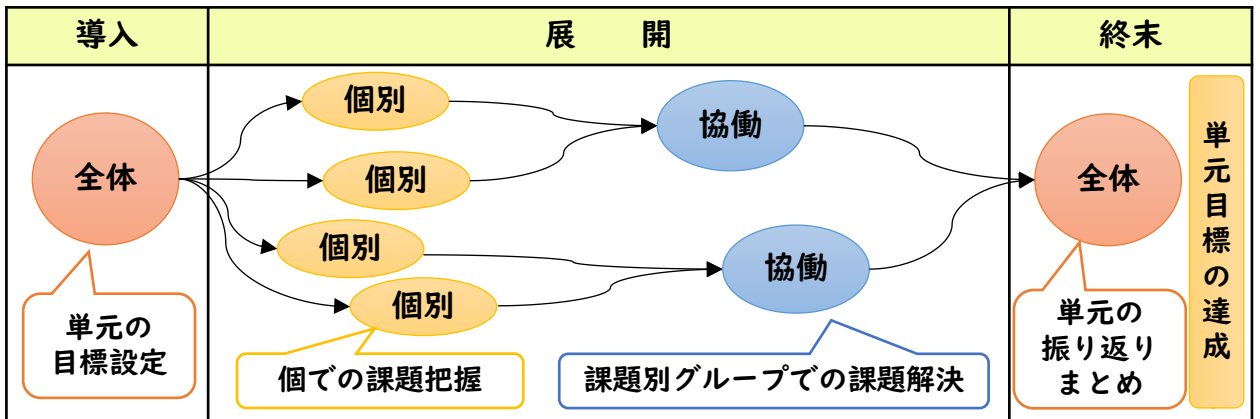
○ 「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善の例

(文部科学省作成：主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善から引用)

主体的な学び	見通しをもって、粘り強く取り組む力が身に付く授業に 自分の学びを振り返り、次の学びや生活に生かす力を育む授業に
対話的な学び	周りの人たちと共に考え、学び、新しい発見や豊かな発想が生まれる授業に
深い学び	一つ一つの知識がつながり、「わかった!」「おもしろい!」と思える授業に

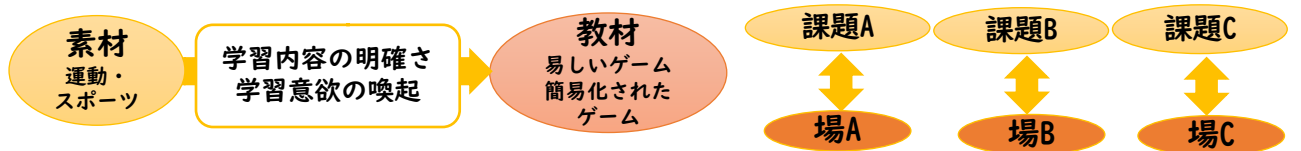
○ 個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図ることができるような単元の指導と評価計画の作成のイメージ

(文部科学省「個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実」のためのサポートマガジン『みるみる』を基に作成)



※ 1コマの授業の中ではなく、単元というまとまりの中で実現していくことが不可欠。

○ 運動の特性に応じた楽しさを味わうことができる運動教材の選定及び場づくりの工夫



【素材を学習内容・学習意欲の視点で加工・修正して教材化】

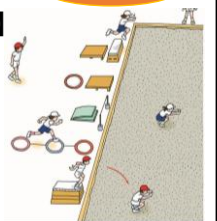
(岩田靖著「体育の教材を創る」から引用)

【課題に応じた場づくり】

2 運動好きな子どもを育てる授業を目指して



子供の課題に応じた場づくりを工夫していきましょう。



1 目標・めあての設定

- ・ 前時の課題を基に、本時で解決を目指す目標・めあてを設定します。
- ・ 学習の流れを確認し、練習方法や場を選択して、課題解決の見通しをもちます。

2 友達と学び合う活動の設定

- ・ 互いに課題を友達に伝え、試技を行い、アドバイスをし合います。
- ・ 動きを見合う際に、「どこの」「何を」見るのか視点を明確にします。

3 ICT活用

- ・ 導入では前時の動きを振り返ります。
- ・ 展開では動きを録画して見合います。
- ・ 終末では本時での動きの高まりを確認します。



全国体力・運動能力、運動習慣等調査の質問紙調査で扱われている学習活動です。単位時間の中で充実させていきましょう。

4 振り返りの設定

- ・ 本時のめあてを振り返り、動きの高まりを実感します。
- ・ 次時の課題を明確にします。

3 「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「体カアップ! チャレンジかごしま」の実施
 - ・ 年間を通しての継続した取組の実施
 - ・ 柔軟性を高めることを目指した「のぼしてコロコロ」等の複数種目の実施
- 「運動大好き“かごしまっ子”育成推進プラン」の活用促進
 - ・ 各学校の現状に応じた「運動やスポーツが好き」な児童生徒を育成する取組の推進

※ 今年度から各学校で活用してもらえるように様式を変更しています。

○ 運動習慣育成教室の実施

- ・ 運動時間の確保や運動をする児童生徒とそうでない児童生徒の二極化傾向、運動が苦手な児童生徒の運動習慣等を改善するために、地域スポーツ人材を派遣します。

○ 「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進校に研究公開の開催（予定）

- ・ 第5期推進校

【小学校（3校）】

南九州市立霜出小学校 : 令和8年10月30日（金）

湧水町立幸田小学校 : 令和8年11月17日（火）

曾於市立笠木小学校 : 令和9年1月27日（水）



近隣の学校の研究公開へ参加して、授業作りについて一緒に語りましょう。

【中学校（2校）】

南種子町立南種子中学校 : 令和8年10月16日（金）

日置市立東市来中学校 : 令和9年1月22日（金）

○ 「運動好きな子供を育てる」指導者研修会（始良・伊佐地区・熊毛地区）

○ 小学校教諭等体育セミナー（会場：阿久根市）

○ 「これならできる! 『プラス5分運動』」の活用（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種目による運動の日常化

○ 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）



4 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

【新体力テスト実施前】

- 実施要項等を基に、新体力テストの目的や項目に関する十分な説明を行う。
- あらかじめテスト項目に慣れさせておく。特に、低学年については、入念に行う。
- 過去の記録を確認させたり、自分の目標を設定させたりして、意欲付けを図る。

【新体力テスト実施期間中】

- 準備体操、ストレッチ等十分なウォーミングアップを行ってから実施する。
- 天候や気温等を考慮して、水分補給や休憩を取り入れるなど、体調面に配慮する。
- 模範を見せたり、練習や試技をさせたりして実施方法の要領を確実に理解させる。
- テスト項目ごとに全国や鹿児島県の平均値がわかるように、ラインを引いたり、コーンを置いたりして意欲化を図る。
- 測定時は記録者等による声援や指導者による激励を行う。



【新体力テスト実施後】

- 子供一人一人のがんばりを認め、今後の体育・保健体育科学習へつなげる。
- 新体力テストの結果を「体カナビ」を活用して入力し、児童生徒の課題や目標の設定させ日々の運動や体力づくりの意欲付けを継続させる。
- 保護者に対して、児童一人一人の体力の現状や、家庭や休日において運動する意義について説明したり、啓発資料等を活用したりすることにより、家庭との連携を図る。

【県ホームページに掲載】

- 鹿児島県体力診断プログラム「体カナビ2026」等を活用した児童生徒の課題や目標の設定
- かごしま版「新体力テスト指導のポイントシート」の活用
- 「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



前年度の記録をもとに、今年度の目標とその目標達成のための取組を決めさせましょう。