

## 2 本県の体力向上に関する課題（令和6年度に向けて）

### （1）授業改善

体育・保健体育に対する意識においては「楽しい」「運動好き」「卒業後も運動してみたい」には強い相関関係があること、また、体育・保健体育が「楽しい」と「運動時間」が多く、「体力合計点」が高いことが改めて明らかになった。すなわち、体育・保健体育の授業においては、児童生徒の「楽しい」を引き出すことが重要である。

児童生徒は、体育・保健体育の授業が楽しくなるためには「自分のペースで行うこと」「自分に合った場やルールで行うこと」が必要だと感じており、「友達と学ぶこと」の大切さも認識している。

これらのことから、児童生徒がめあてを明確にもち、その達成に向かった自分のペースで場やルールを工夫しながら友達と共に学び合う授業が求められていると言える。まさに、主体的で対話的な体育・保健体育の授業づくりが、豊かなスポーツライフにつながっていると考えられる。

### （2）体力向上（「令和5年度 全国体力・運動能力 運動習慣等調査」の調査結果より）

体力の合計点は、全国平均値と比べると、中学男女で全国平均値を上回っているまたは同レベルであるが、小学男女は下回った。小学男は、全国平均値を下回っているが、昨年度よりも向上し、小学女、中学男女は昨年度と同レベルである。

「握力」は、中学男子で全国平均値と同レベルとなる値まで向上したが、小学男女で全国平均値を下回った。

「長座体前屈」は、小学・中学男女ともに全国平均を下回ったが、小学男女で大幅に向上し、調査開始以来の最高値となった。

「反復横とび」は、中学男女は全国平均値を上回り、小学男女が全国平均値を下回ったが、小学男は昨年度よりも向上した。

「持久走」「シャトルラン」は、小学・中学男女ともに全国平均を上回っており、特に中学男女は全国トップレベルの記録となった。

「立ち幅とび」は、小学男女で全国平均値を超える値まで向上し、中学男女も全国平均値を上回った。

「ボール投げ」は、小学・中学男女ともに「全国平均を上回っているまたは同レベル」であり、小学男は昨年度よりも向上した。

「1週間の総運動時間が420分以上」の割合は全国に比べると高い結果となったが、小学・中学男女共に昨年度を下回った。また、「1週間の総運動時間が0分」という割合は昨年度に比べて増加し、特に中学女の割合は、全国の傾向と同様に大幅に増加した。

### （3）その他

子どもたちの健全育成を目指し、生徒の自主的・自発的な参加により行われる運動部活動においては、生徒のバランスのとれた生活と成長の確保やスポーツ障害の予防、教職員の負担軽減などの観点から、適切な休養日を確保し、組織的に運営していく必要がある。