

子どもの体力等の実態と対策について



平成28年度新体力テストは全学年児童を対象に6月に実施しました。その結果、及び日頃の子どもの体力の状況から、撫養小学校の課題と対策について検討をしました。

(1) 撫養小の現状と課題

今年度の新体力テストの結果を全体的にみて言えることは、本校児童は全国の同学年の児童と比較しても同等以上の体力や運動能力があるということです。特に1・3・5年生と2年生男子は全国平均をかなり上回るよい成績でした。他の学年・学級も種目によっては全国平均を上回っていました。しかし、課題もあります。生活・運動習慣のアンケート調査があった本校5年生児童の結果もあわせて次のようなことが分かりました。

- ① 4年生以上の児童では、20mシャトルラン（持久力）、立ち幅跳び（瞬発力）の記録は低い値を示しました。5年生男子では徒歩通学をしていない児童の割合が全国平均より多く、また肥満傾向の児童の割合も全国平均の2倍以上でした。やはりふだんから歩く機会や習慣をもつことが大切であることが分かります。歩く機会が減ることによって、体調や学習意欲、生活習慣にも影響が出ると言われています。特に成長期にある児童は体を十分動かすことが重要です。
- ② 運動が好きで、毎日のように休み時間に外で元気に遊んだり、スポーツ少年団等で日常的に活動していたりする児童がいる一方で、ほとんど運動する機会をもたない児童がいるなど二極化傾向があります。特に女子は「運動が好き」「体力に自信がある」と答える児童の割合が全国平均と比べて低く、運動やスポーツに対してやや消極的な傾向がみられます。
- ③ 運動・生活習慣の調査では、テレビ・ビデオの視聴時間やゲームをする時間が1日5時間以上もある児童の割合が、男女とも全国平均に比べて多く心配です。

(2) 体力向上への取り組みについて

本校では、児童の体力向上に向け、県『はつらつサポート事業』による「子どもの体力向上支援事業」の指定や専門の体育指導員の派遣を積極的に受け入れ、次のような取組を行っています。



① 体育科授業の充実

・運動量の確保を意識した授業を全学年が目指しています。運動の苦手な児童には、個別指導を行ったり、自分の目標を持ち自分のペースで進められるような学習カードや検定カードを継続して実施しています。

② 運動習慣や望ましい生活習慣の形成への支援

・「新体力テスト」を全学年の児童が実施し、自分の体力について知るとともに課題を持たせています。また、養護教諭と連携して、肥満傾向児が集まって一緒にみんなで楽しく運動をしたり、徒歩通学や生活・運動習慣の指導を行ったりしています。

③ 全校での取り組み、体操・水泳・陸上の放課後練習

・休み時間の外遊びの奨励や体育館の開放、全校での持久走や縄跳び集会の実施などを毎年継続して行っています。また、県のHPサイトにある「NEWキッズ&ジュニアわんぱくランキング」や「チャレンジカード」を活用して、仲間や家族と楽しみながら運動習慣の確立や体力づくりをする取組も行っています。さらには、市や県大会出場をめざして放課後の体操・水泳・陸上練習を行っています。4年生以上の児童には自分の体力づくりを目的として、一緒に練習する子もいます。今後もこれらの取組に積極的に参加するように励ましていきます。

体力の向上には、望ましい運動習慣・生活習慣の形成、そして運動をすることが大好きな子どもを育てることが大切だと考えています。保護者の皆様には今後ともご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。