

「子どものための体力向上サポートプラン ～さいたま健幸アクティビティ2022～」ビジョン (R4～R7)

子どもの体力・運動能力は、長期的に低下傾向が続いており、習慣的に運動する子どもとそうでない子どもの二極化の傾向がこれまで指摘されてきたところである。令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査によると、小・中学生の体力は令和元年度と比べ顕著に低下し、児童生徒の運動時間の減少や学習以外のスクリーンタイムの増加、肥満傾向の増加など、これまでの傾向にコロナ禍の影響が追い打ちをかける状況となった。本市の児童生徒についても例外ではなく、大変々しき状況にある。このような状況の中、人生100年時代を生きる子どもたちに、生きる力の基盤となる体力をはぐくむことは、学校教育において喫緊の課題となっている。

体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、豊かな人間性や自ら学び自ら考える力といった「生きる力」の重要な要素となるものである。健康で幸福な生活の実現に向けて、よりよい運動習慣の形成や体力・運動能力の向上につなげる取組を、「子どものための体力向上サポートプラン ～さいたま健幸アクティビティ2022～」として策定する。



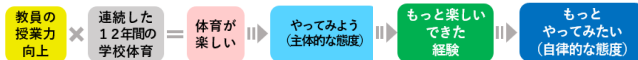
【1】フィジカルアクティビティの自律化

「運動の楽しさや喜びを味わう経験」、「動ける体づくり」、「運動を通した人間関係の構築」による、「楽しい」「できた」と「もっとやってみたい」が循環する望ましい生活習慣づくりへ

児童生徒の「運動やスポーツに対する意欲」を高めることで、生活における運動時間の増加を促し、12年間の学校教育を通じた「健やかな体」の育成を目指す。

①教員の授業力向上により、児童生徒の「運動の楽しさや喜びを味わう経験」を充実させる。

- ・体育授業研究会や研究委嘱校の発表、授業マイスターの実践を集めたライブラリーを通じて、校種を越えて「よい授業」を見て学ぶ機会の充実を図る。
- ・「体育・保健体育授業づくり研修会」を開催し、効果的な指導方法を共有することで実践力の向上を図る。
- ・「体育実技講習会」を開催し、運動が苦手な児童生徒のための効果的な指導・支援について共通理解を図る。
- ・指導主事による学校訪問を通じて、各教員の実践に基づく指導力向上を図る。



②多様な運動経験の継続により、児童生徒の「動ける体づくり」を図る。

- ・自校体操やなわとび等、全身を使った運動を準備運動に取り入れ、継続して取り組むことで、児童生徒の身体操作能力の向上を目指す。
- ・各学校の実態に応じて、新体力アップメニューを重点的に活用する運動領域を設定することで、児童生徒のバランスのよい体づくりを目指す。



③目標達成型の集団運動により、「運動を通した人間関係の構築」を図る。

- ・目標達成型の集団運動を計画的に取り入れ、運動を通した良好な人間関係の構築を図る。



【2】フィジカルアクティビティの探究化

「さいたまSTEAMS教育」と「スマート部活動」を基盤とした、「知る」と「高める」が連関した探究型学習による、効果的・効率的な手法を用いた自己実現へ

「さいたま健幸アクティビティ2022」が目指す姿

【1】フィジカルアクティビティの自律化

「楽しい」「できた」 「もっとやってみたい」
 運動の楽しさや喜びを味わう経験
 動ける体づくり
 運動を通した人間関係の構築
 運動時間の増加

【2】フィジカルアクティビティの探究化



【3】フィジカルアクティビティの個別最適化

「各調査」 「各学校・児童生徒」
 実態把握 計画的・継続的な取組

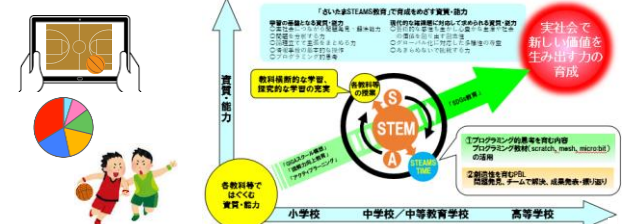
児童生徒の「運動課題解決スキル」を高めることで、運動やスポーツへの見方・考え方を深め、効果的・効率的な手法を用いて自己実現を図ろうとする児童生徒の育成を目指す。

「さいたまSTEAMS教育」

①教科横断的な学習や探究的な学習の充実により、児童生徒の「実生活に対しての最適解を見いだす力」の育成を図る。

- ・データ活用型の体育・保健体育学習を行う。
 (記録の分布、シュート確率、ボール触球数、動きの軌跡など)
- ・児童生徒が、自ら問題や新しい視点を発見し解決・実施するプロジェクト型学習を推進する。

※STEAMS TIME における Sports 分野の推奨



「スマート部活動」

②動作解析やコンピテンシー計測に基づく合理的・効率的な運動により、児童生徒の情報を活用・統合する能力の育成を図る。

- ・運動部活動にITを活用し、データと理論に基づいた個別最適化された多様なトレーニングの実践などを行う。

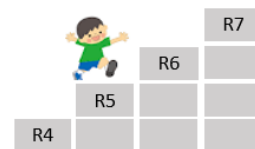
Theory
 Motivation
 Practice



【3】フィジカルアクティビティの個別最適化

体力・運動能力、運動習慣、生活習慣に関する各調査の整理・分析・活用による健幸な生活に向けた取組へ

各学校や児童生徒一人ひとりが、各調査の結果に基づいて目標や取組を設定することで、健幸な生活につながる計画的で継続的な取組の実現を目指す。



①各校の体力課題に適した体育的活動を行う。

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査や新体力テストの結果を分析し、学校ごとに「子どもの体力向上 Grow up シート(4か年計画)」を作成し、組織的に取り組む。

②新体力テスト結果を基にした、個々の体力・運動能力等の重点目標の設定を行う。

- ・児童生徒が新体力テスト結果を整理・分析し、自身の体力・運動能力向上、生活習慣改善のための重点目標を立て、実践する。「健幸アクティビティシート」