

平成28年1月21日

山口県教育委員会会議 意見交換

運動習慣の二極化解消に向けた 取組について



山口県教育庁学校安全・体育課

子どもの体力低下の背景

- 3間(時間・空間・仲間)の減少
- 遊びの質の低下

【1974年】いつも遊んでいる遊び(複数回答)

順位	男子		女子	
	遊び名	%	遊び名	%
1	野 球	50.8	な わ と び	28.9
2	自 転 車	42.9	自 転 車	25.7
3	ボ ー ル な げ	40.0	ご む と び	20.3

北海道教職員組合「こども白書第三集」

1974年12月、小学校1～6年 8校、1494名

【2007年】一番好きな遊び

順位	男子(小学校高学年)		女子(小学校高学年)	
	遊び名	%	遊び名	%
1	T V ・ 携 帯 ゲ ー ム	42.5	マ ン ガ ・ 雑 誌	21.0
2	野 球	16.3	T V ・ 携 帯 ゲ ー ム	17.3
3	カ ー ド ゲ ー ム	13.8	バ ス ケ ッ ト ボ ー ル	9.9

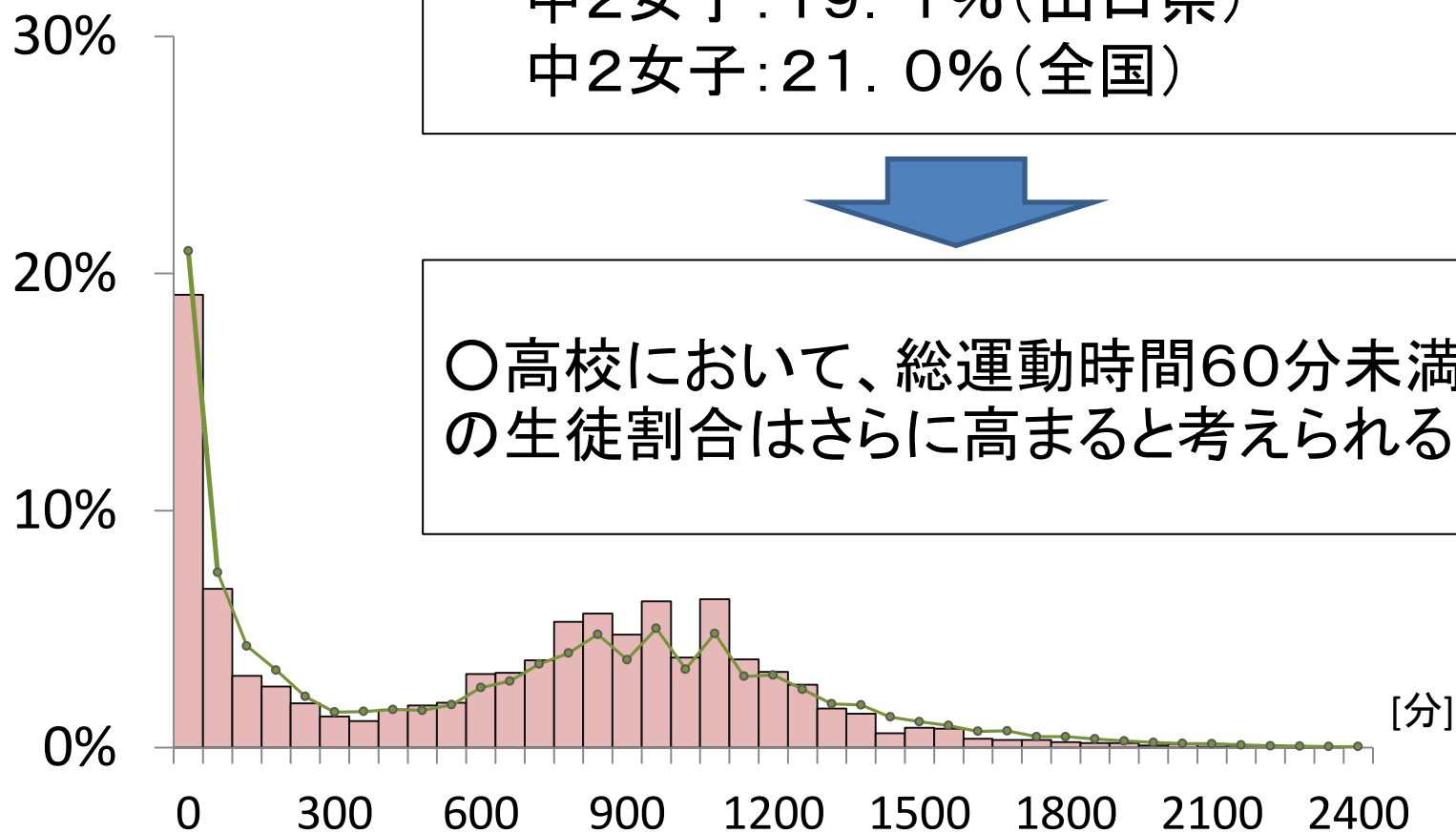
社団法人コンピュータエンターテインメント協会「2004CESAキッズ調査報告書」を元に2006年柏倉弘和氏が作成したもの
羽陽学園短期大学紀要 第8巻2007年2月

運動習慣の二極化の現状

○1週間の総運動時間60分未満の状況
中2女子:19.1%(山口県)
中2女子:21.0%(全国)



○高校において、総運動時間60分未満の生徒割合はさらに高まると考えられる。



高等学校における運動習慣二極化解消に向けた取組

◆ 目的

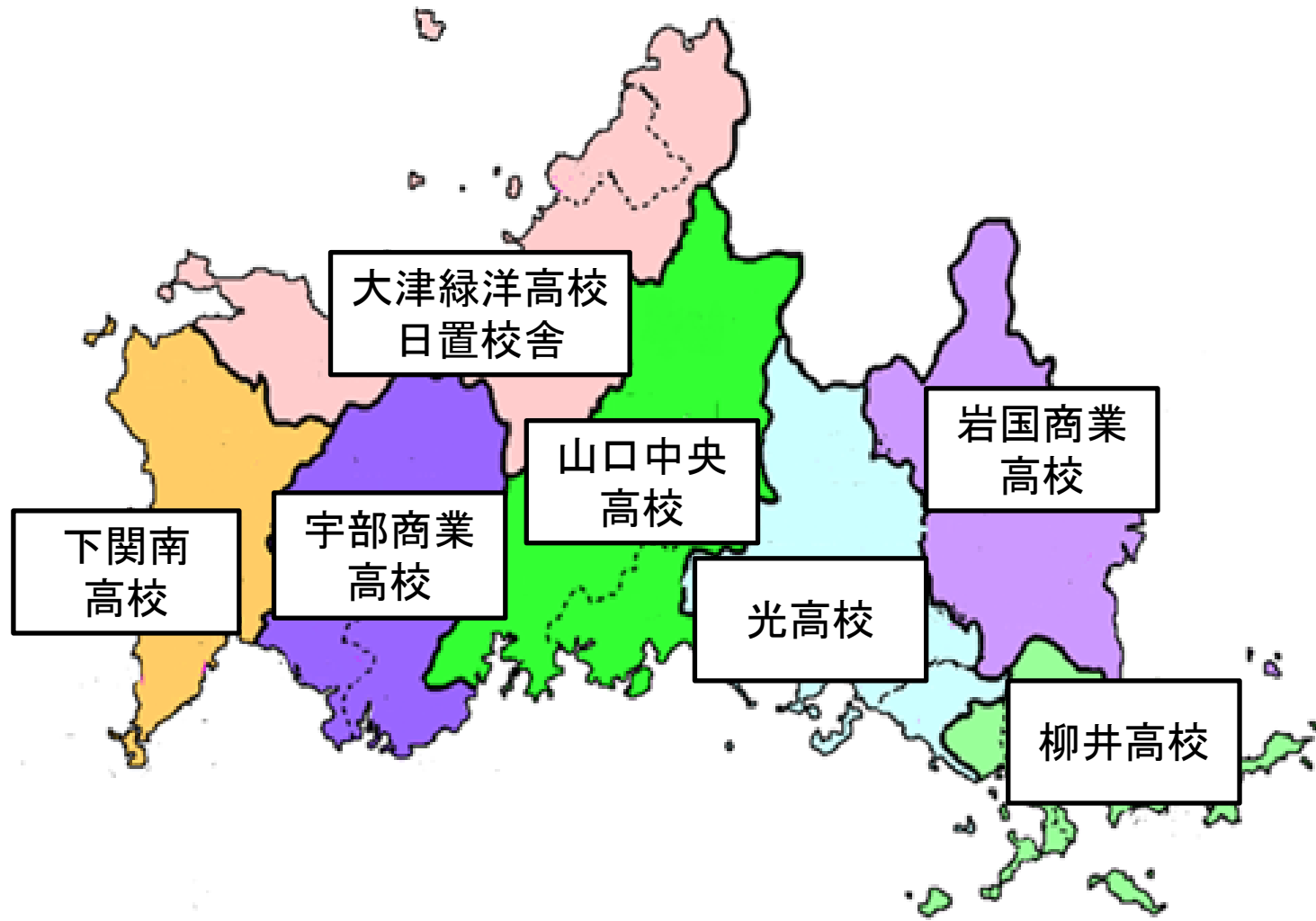
○運動習慣がない、あるいは苦手な生徒を対象に、ダンスやヨガ等生徒のニーズに対応した運動を提供することで、運動習慣の改善を図ることを目的とした。

【国事業】運動部活動指導の工夫・改善支援事業



【県事業】運動部活動支援・運動習慣改善事業

県内7通学区域に各1校モデル校を設置



7モデル校の取組概要

学区	依頼校	対象生徒	種目	指導者
下関	下関南高校	演劇部	・ダンス	・退職教員
厚狭	宇部商業高校	運動習慣のない女子生徒（高1～3）	・ヨガ、エアロビクス、体幹トレーニング、ラダーやウェイブリングを使ったトレーニング	・スポーツクラブインストラクター
萩	大津緑洋高校 日置校舎	文芸部	・エスキーテニス	・レクリエーション協会エスキーテニス指導者
防府	山口中央高校	合唱部	・体をほぐすストレッチ ・ヨガ（姿勢づくり） ・エアロビクス ・多様な腹筋運動	・スポーツクラブインストラクター
周南	光高校	運動習慣のない女子生徒（高1～3）	・ヨガ	・ヨガインストラクター
岩国	岩国商業高校	運動習慣のない女子生徒（高1～3）	・エアロビクス ・パワーYOGA ・Group Kick	・スポーツクラブインストラクター
柳井	柳井高校	運動習慣のない女子生徒（高1～3）	・体調改善運動（フットコンディショニング等）	・体調改善運動インストラクター

■ 期間 平成27年6月～12月

■ 回数 10～20回（2～3回／月）

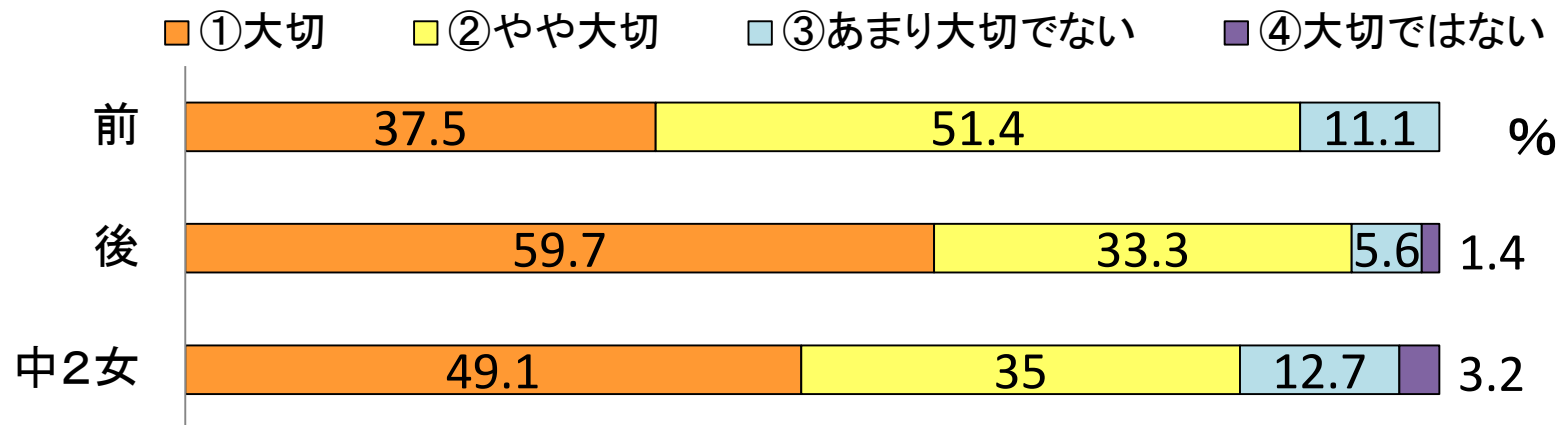
実施前後のアンケート項目

○調査内容

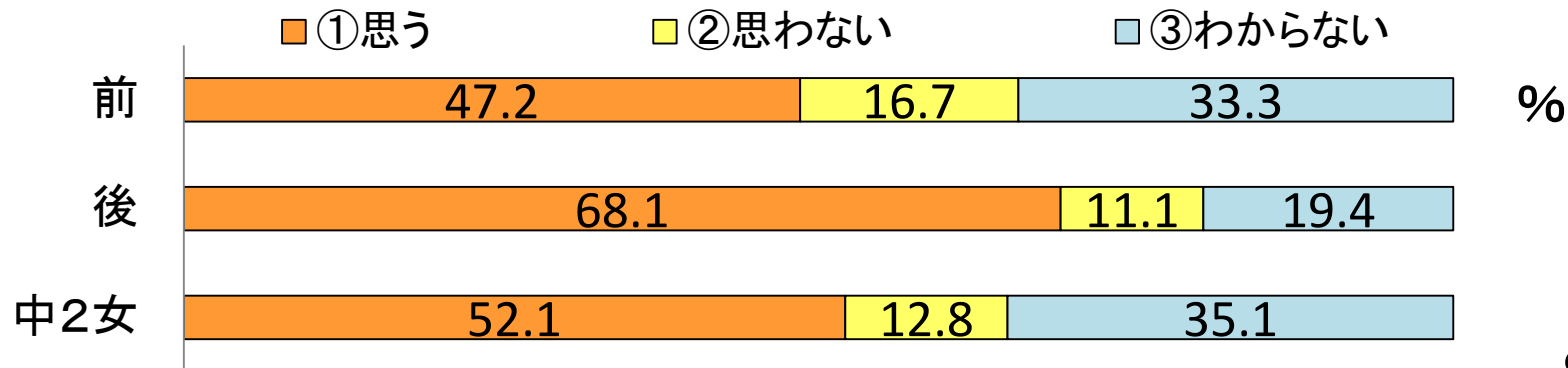
- (1) 運動・スポーツへの関心意欲
- (2) 生活習慣
- (3) 健康三要素(運動・食事・睡眠)
- (4) 取組種目について
- (5) 自己肯定感

運動・スポーツへの関心意欲

あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切なものですか。



高等学校を卒業した後、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。

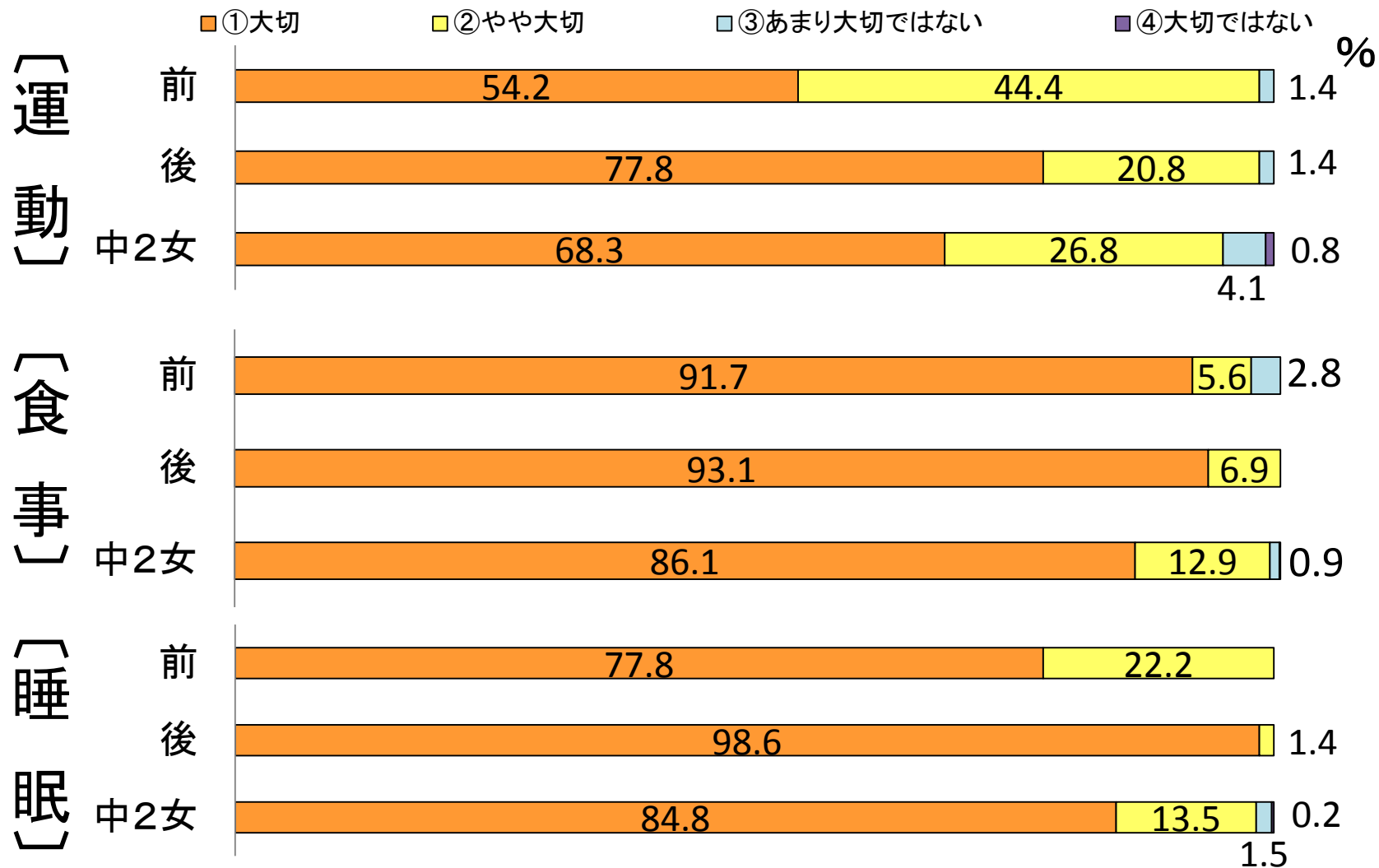


運動・スポーツへの関心意欲

○ 意図的に運動に取り組めば、関心が高まり、運動習慣の改善につながる。

健康三要素に対する意識調査

あなたが健康であるために次のことは、どのくらい大切だと考えていますか。

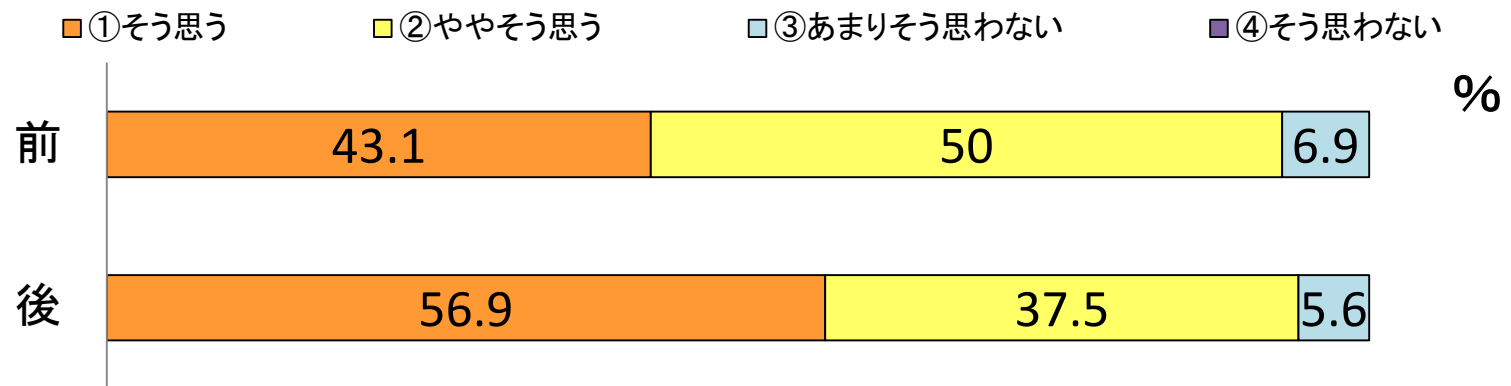


健康三要素に対する意識調査

- 運動習慣の改善は、睡眠にも大きく影響すると考えられる。

取組種目への興味関心

これから行う(これまで行ってきた)運動はあなたの将来に役立つと思いますか。

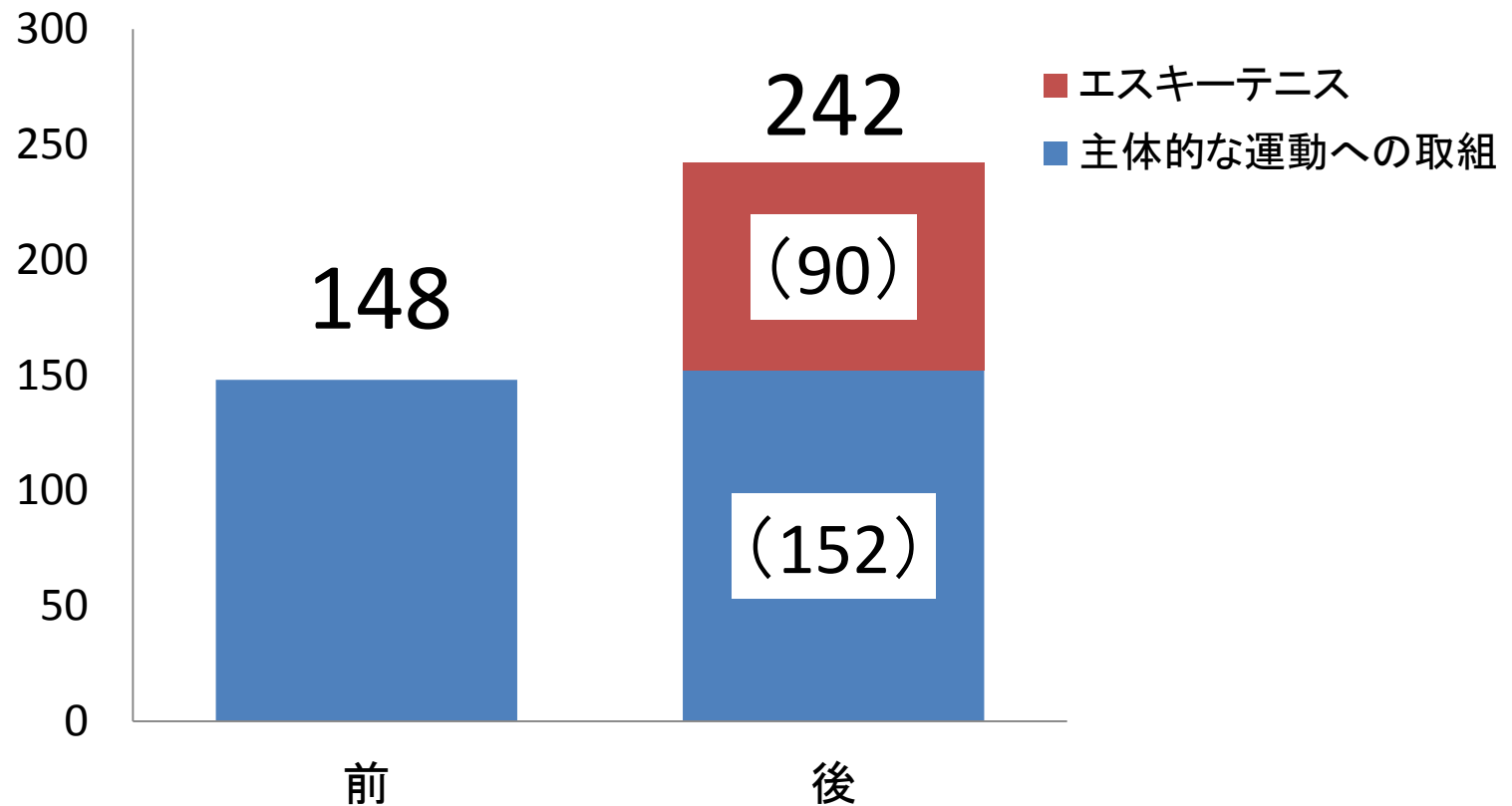


○運動が将来大切であるという思いがさらに高まった。

大津緑洋高校日置校舎における取組

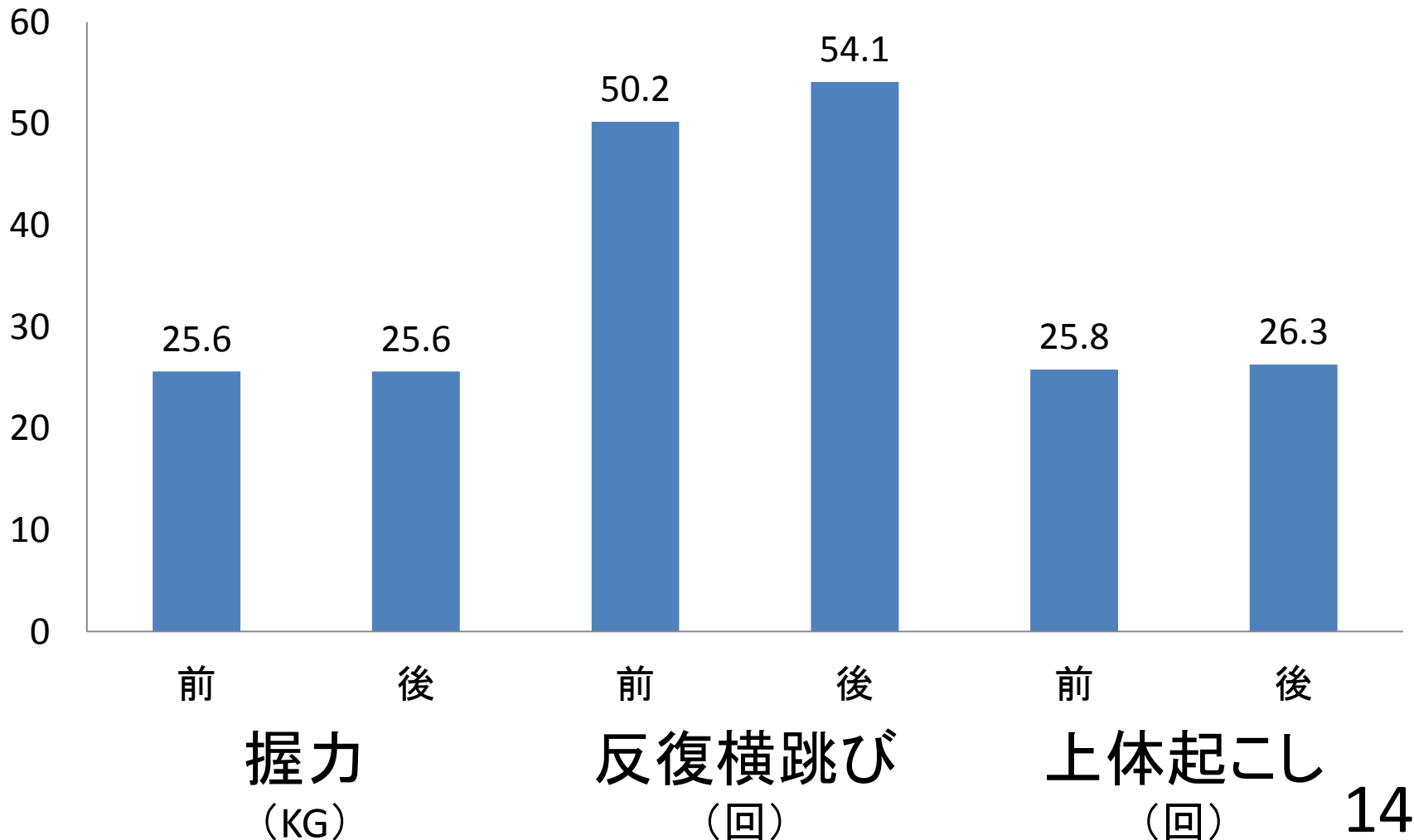
1週間の運動時間の変化 ※ 体育の授業は含まず

(分/週)



体カテスト測定値の変化

体カテスト(大津緑洋高校日置校舎における取組)



成果と課題

■ 成果

○運動・スポーツへの興味関心が高まった。

○月に2～3回の運動であっても、敏捷性、筋力、柔軟性などの関連する体力要素が向上した。

○その他、「表現力が高まった」、「体の使い方が理解でき、実践につながった」、「行動が機敏になった」等の効果が報告された。

■ 課題

○運動への意識は高まったが、運動時間の変化は見られなかった。

○モデル校において、取り組んだ運動をいかに継続するか。

今後の取組について

○モデル校の取組内容の充実・改善

- ・ 自主的、継続的な活動

例) 同好会等の結成による取組

県の補助による運営
(6月～12月)



同好会等による運営
(1月～)

※ 参考 講師謝金2,650円/回(2時間)+旅費約1,000円=3,650円
10人いれば、、、一人当たり365円/回(受益者府負担)

- ・ 校外における活動

例) 総合型地域スポーツクラブ等の活用

公民館等で行われている社会体育スポーツ、レクリエーション活動への参加

県の補助による運営
(6月～12月)



総合型地域スポーツクラブでの活動
(1月～)

○平成27年度取組の周知

- ・ 高等学校 → 体育主任研修会にて成果報告
- ・ 中学校 → 市町教委への事業説明

意見交換のポイント

○今後の取組について

- ・自主的、継続的な活動
- ・校外における活動

○運動の習慣化について