

# 「健やかな体」の育成

上益城教育事務所

## 教育活動全体を通じた体力向上

### (1) PDCAサイクルに基づく学校総体としての取組と改善

- ① PDCAサイクルに基づく体力向上の取組の推進
  - 新体力テスト等の分析に基づく、学校（学年）の課題を焦点化した具体的な目標設定と取組の改善
- ② 全ての児童生徒に対する、授業以外の体力向上の取組
  - 身体活動量を増やす機会と場の設定（時間と空間）  
例）定期的な全校体育の実施（「元気アップ体操」DVDの活用）  
外遊び等の奨励（児童生徒の自主活動の促進）

### (2) 体育・保健体育学習の工夫・改善

- ① 運動が好きになり、結果として体力が高まる授業づくり
  - 主体的・対話的で深い学びの実現と運動量の確保
    - ・ 明確なめあての提示と自己有能感を高める振り返り
    - ・ 協働的な学びのある授業展開（課題解決場面の設定）
    - ・ 学習カードの活用（学びの履歴を残す）
- ② 体力テストの結果と手引等を生かした授業づくり
  - 「子供の体力向上取組事例集」等の活用
  - 県体力向上プログラム、「元気アップ体操」DVD等の活用

### (3) 適正な運動部活動（中学校）

- ① より高い水準の技能や記録への挑戦を目指す運動部活動の推進
  - 県「運動部活動の指針」に沿った活動の徹底及び指導・運営に係る体制の構築
  - 発達段階に応じた、科学的で系統的な指導の工夫
  - 各種スポーツの基礎となる体力を高める工夫
  - 学校と地域が連携した持続可能な運動部活動の充実