

III

健やかな体の育成

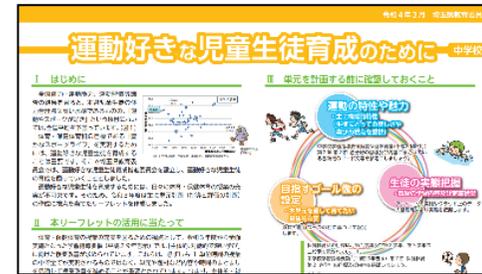
このトップページに戻るには
『Alt+←』キー



『体力向上』について知りたい！

1 「体力の向上と学校体育活動の充実」について

- (1) 埼玉県の体力の現状
- (2) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果による授業改善のポイント
- (3) 体育的活動時の充実と安全管理の徹底



学校体育必修

第66号
初等・中学校ともに学ぶ体育・保健体育授業
～男女共学～

体力向上に向けた「合い言葉」
「コソツときたえたい体は たからもの」

埼玉県を目指す体育・保健体育授業
「めあてをもって進んで運動 仲間と学ぶ 喜びあふれる体育・保健体育授業」

埼玉県教育委員会

『健康教育』について知りたい！

2 「健康教育の推進」について

- (1) 学校保健について
- (2) 学校安全について
- (3) 交通安全について
- (4) 学校における食育について

食物アレルギー緊急時対応マニュアル

真実に見がついたら子供から目を離さない 速くエシペン®を打つ！
助けを呼び、人を集める たちまち119番通報

下の症状から重症度を把握し、速やかに行動する

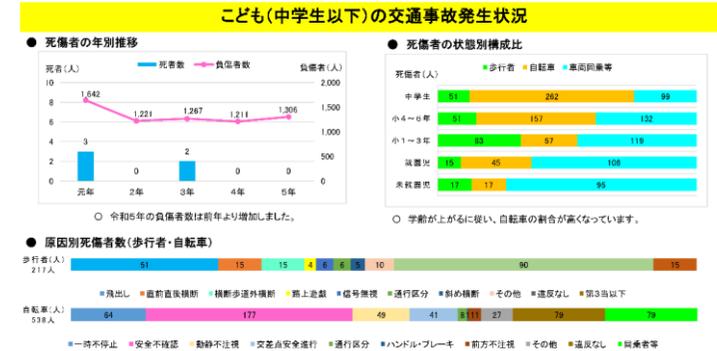
軽微 中等 重症

緊急

受診

注意

※このマニュアルは、アレルギー疾患の発生を未然に防ぐためのものではありません。アレルギー疾患の発生を未然に防ぐためには、アレルギー疾患の予防や早期発見・早期治療が重要です。



Ⅲ 健やかな体の育成

1 体力の向上と学校体育活動の充実 [※東部教育事務所「体育、保健体育のページ」](#)

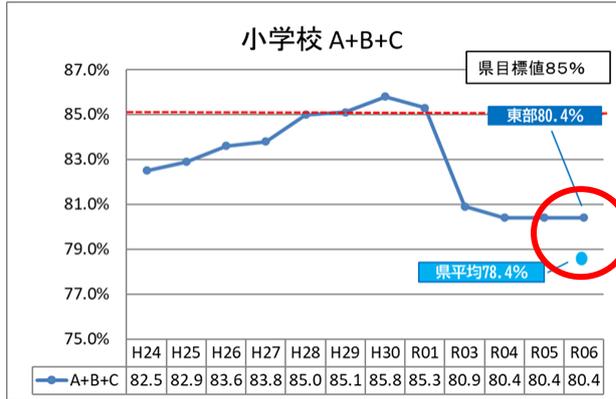
(1) 埼玉県の体力の現状

全国的にコロナ禍やスクリーンタイム*の増加等に伴い、体力の低下傾向が顕著となった。県内の児童生徒も同様であるが、体力の値は総合的に見ると、全国の中でも高い水準を維持している。

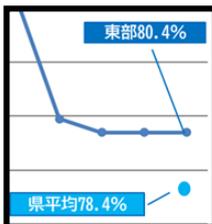
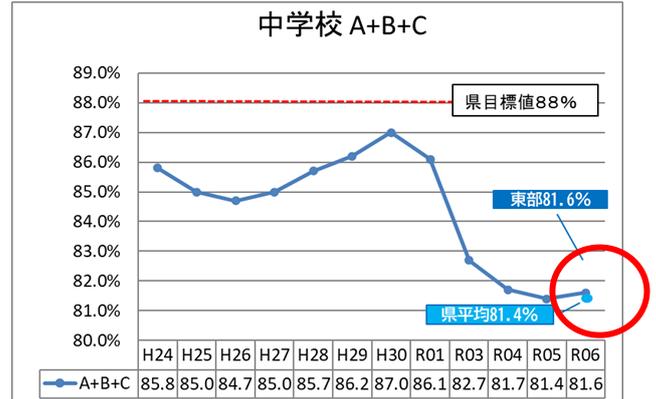
(*スクリーンタイム…平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機などによる映像の視聴時間)

ア 新体力テスト総合評価 A+B+C の児童生徒割合 (東部管内)

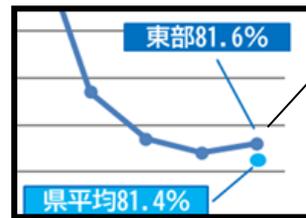
R6 小学校等 = 80.4% (県目標 85.0%)



R6 中学校等 = 81.6% (県目標 88.0%)



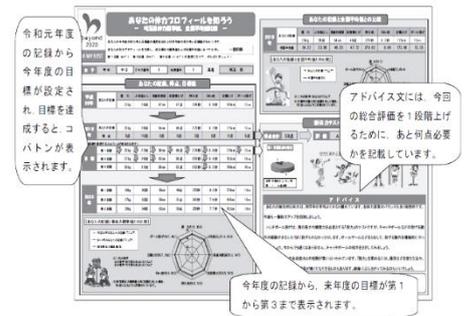
横ばい



向上傾向

イ 体力向上のための具体的な手立て

- 体力プロフィールシートの効果的な活用。
(個々の体力の目標値をより明確に)
- 児童生徒の体力の現状を踏まえ、本校の体力課題に応じた9年間を見据えた指導計画の作成。
- 児童生徒の実態を見極め、実態に応じた教材や学習内容を適切に選定するなど個に応じた手立ての工夫。
- 課題となる技能ばかりに取組が偏ることのないよう、総合的な体力向上を目指していく視点を、改めて学校全体で共有。



<令和7年度の体力向上の方針>
児童生徒一人一人の課題に応じた取組により、総合的な体力向上を目指す。

- 「[新 彩の国体づくりチャレンジプログラム](#)」実践事例、「[投力向上講習会](#)」[動画配信](#)、「[すくすくプログラム](#)」「[ステップアッププログラム](#)」等の効果的な活用 (補強運動・自校体操への活用等)
- 家庭・地域との連携による体力向上の取組の充実 (学校で確実な見届け、[運動取組カード](#)小学校等・[中学校等](#)などを活用した長期休業中の運動の奨励)
(※「[子供の体力向上ホームページ](#)」等も参照)

□市町教育委員会及び各小中学校等の「体力向上推進委員会」等の機能を生かした組織的な取組

□小中一貫（連携）の視点から、9年間のつながりを意識した児童生徒の体力や運動技能の状況についての共通理解と、年間指導計画における指導の体系化の推進

(2) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果による授業改善のポイント

埼玉県として体力合計点は高い傾向にあるが、全国と比較して情意面に課題がある。【下図及び[令和6年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果参照](#)】

【体力合計点及び児童質問紙】

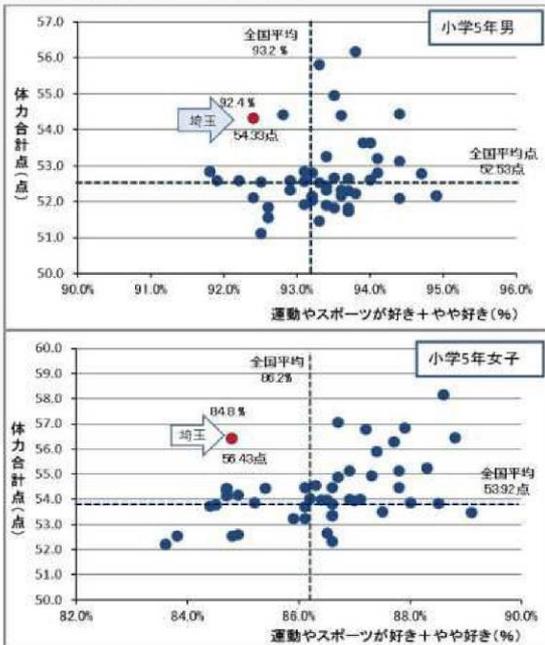


図1 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係

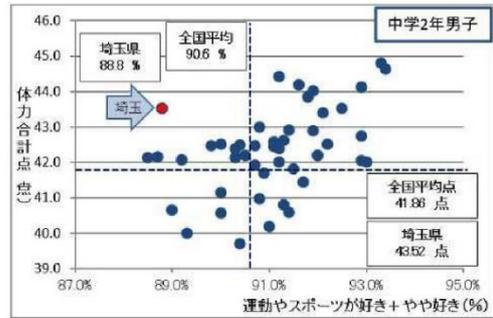


図1 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係（男子）

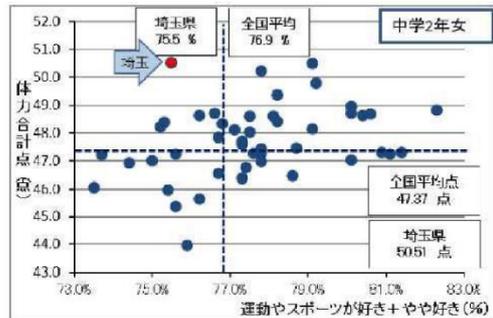


図2 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係（女子）

□[全国体力・運動能力等調査結果・活用について](#)（スポーツ庁 HP）

□[学校体育必携](#)（埼玉県教育委員会）※令和元年度第60号からのバックナンバーも参照

＜埼玉県の目指す体育授業＞ 日々の授業実践を重視すること！！
「めあてをもって進んで運動 仲間と学ぶ 喜びあふれる体育・保健体育授業」

※「楽しい」の意味をはき違えず、単元を通して児童生徒一人一人が「できた」「分かった」「関わった」を実感し、伸びや喜びを積み重ねる中で得られる「質の高い楽しさ」を味わえるようにしていくことが重要

□[運動好きな児童生徒育成のためのリーフレットや動画](#)の活用

□体育授業を入口とした運動の特性に応じた楽しさや喜びの享受

□児童生徒の実態に応じた教材の工夫

□運動に苦手意識のある児童生徒への教師の関わり

□[指導と評価の一体化](#)（指導したことを授業の後半で見取り、次時につなげる）

※[県立総合教育センター学校体育コミュニケーションサイト](#)に、各校種ごとの全ての「内容のまとめりごとの評価規準（例）」と全ての「単元の評価規準（例）」を掲載。



□学習指導要領の趣旨及び児童生徒の実態に即した指導計画の作成、改善と活用
 (楽しさを味わえる指導方法の工夫 ※文部科学省：学校体育における指導資料参照)



(3) 体育的活動の充実と安全管理の徹底

※令和7年4月1日付教保体第1号「体育的活動時における事故防止の徹底について(通知)」参照

□体育授業、運動部活動における事故防止の5則の再確認

□体育的活動の充実を目指した活動時間や活動内容の工夫改善、環境整備(「的当て」「バトンスロー」「握力補強具」「体力アップサーキットコース」等)

□外遊びの奨励による運動の生活化と授業と関連させた運動機会の提供(マラソンシール、縄跳びカード、逆上がり教室、投力アップ教室等)

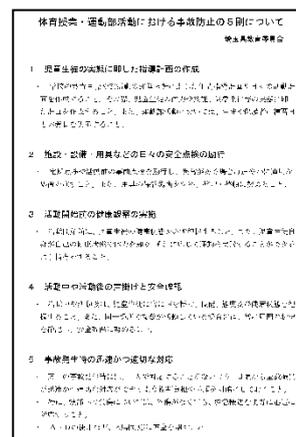
□魅力ある体育的行事の実践(「校内持久走記録会」「学年リレー大会」「縄跳びフェスタ」「学年球技大会」等の実施)

□[埼玉県の一部活動の在り方に関する方針](#)(埼玉県)に則った適切かつ効果的な運営
 ※[運動部活動での指導のガイドライン](#)(文科省)、[運動部活動指導の充実](#)

□[学校部活動の地域移行及び地域連携に向けた取組](#)(埼玉県)

□部活動外部指導者及び[運動部活動インターンシップ](#)の活用

□[運動領域及び体育分野における時宜をとらえた安全指導](#)、保健学習における実践的な安全学習の充実及び、施設・設備の安全管理の徹底(「[固定遊具の事故防止マニュアル](#)」日本スポーツ振興センター)



2 健康教育の推進

※[東部教育事務所「健康教育のページ」](#)

(1) 学校保健について

※[埼玉県教育委員会「健康教育必携」](#)

□学校や家庭・地域の実態に即した学校保健安全計画の作成と教育活動全体を通じた組織的な取組の推進

【参考資料】

[小学校保健教育参考資料 改訂「生きる力」を育む小学校保健教育の手引\(文部科学省\)](#)

[中学校保健教育参考資料 改訂「生きる力」を育む中学校保健教育の手引\(文部科学省\)](#)

□保健学習、保健指導における指導方法の工夫改善(運動領域と保健領域の一層の関連と、養護教諭の専門性を有する教職員や地域人材等の活用)



- 家庭・地域や医療機関をはじめとする関係機関等との連携による保健教育・保健管理の推進
- 「[性に関する指導](#)」や[薬物乱用の防止](#)等、学校保健に関する現代的課題に対する教育の推進
- 学校教育におけるがん教育の推進（[文部科学省「がん教育推進のための教材」](#)、[埼玉県「がん教育総合支援事業」](#)）
- 食物アレルギーの既往のある児童生徒についての[学校生活管理指導表（アレルギー-様用）](#)に基づいた情報共有及び対応等の共通理解
- [食物アレルギー対応マニュアル](#)の不断の見直し【[6訂ポイント](#)】
- [文部科学省作成 DVD等](#)を活用した実践的な研修会の実施



(2) 学校安全について

- 「学校保健安全法」に基づく[学校安全計画の作成・改善](#)
- 全体計画の作成と教育活動全体を通じた組織的な取組の推進
- [学校危機管理マニュアル](#)の不断の見直し（登下校時・防犯・防災・施設設備等）
※[学校の危機管理マニュアル作成の手引き（文部科学省）](#)
- [消費者安全法第23条第1項の規定に基づく事故等原因調査報告書](#)（消費者庁）
- 日々の安全点検の確実な実施（目視、触診、打診等で確認。[災害時・悪天候後の倒壊等も想定しておくこと。](#)）
- [具体的な危機を想定した安全学習・安全指導](#)における指導方法の工夫改善 ※[危機に対して主体的に行動できる児童生徒の育成](#)
[防災教育ポータル](#)（国土交通省）等を活用した授業、学校生活の様々な場面における、[緊急地震速報音源を活用したショート訓練](#)の複数回実施の推進

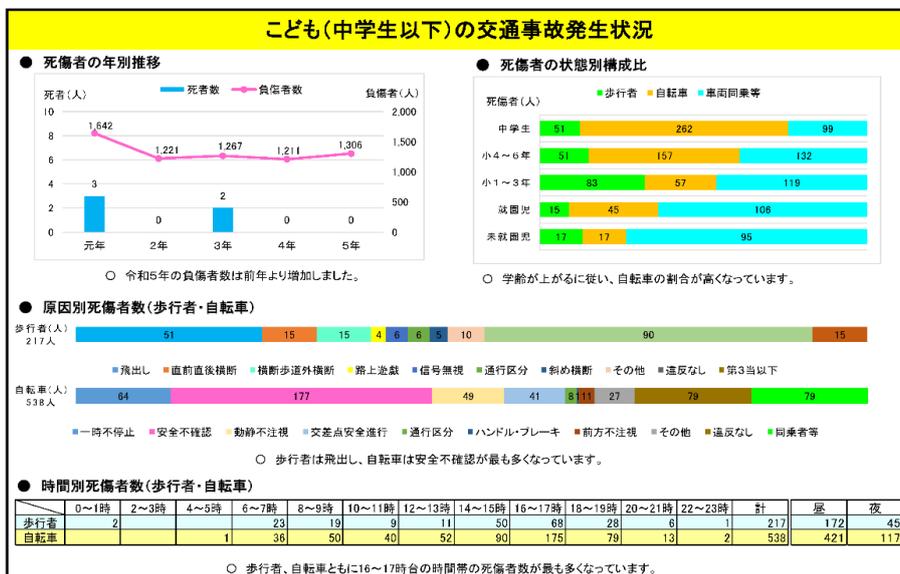
★参考資料★「[学校総合安全支援事業報告書](#)」（埼玉県教育委員会）



(3) 交通安全について

□家庭・地域社会・関係機関等と連携した交通安全教育

【参考資料（[交通安全のために～令和5年度中の交通事故から～](#)：埼玉県警察HP資料P.12より）】



□対策「交通事故の被害者・加害者にならないために」

①「[交通事故防止5つの行動](#)」の実行 ~自転車に乗るとき、歩くとき、いつも心にこの5つ~

1 もしかして <u>危険予測</u> 〇〇かもしれない、という意識を持つ。(起こり得る危険を予測する)		※「5つの行動」の意識付けと浸透		
2 とまる <u>一時停止</u> 「止まれ」の標識への意識を持ち、速度ゼロにして完全に止まる。	3 みる <u>安全確認</u> 左右、前後、まわりが安全かどうかを自分の目でしっかり見る。	4 まつ <u>安全確保</u> 心・時間にゆとりを持ち、安全が確保されるまで、人や車が通過するのを待つ。	5 たしかめる <u>再確認</u> 安全に横断、通行ができるかどうか、もう一度、よく確かめる。	

② [自転車安全利用五則](#)

1 自転車は、車道が原則、歩道は例外 2 車道は左側を通行
3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行 4 安全ルールを守る
(2人乗り、並進の禁止 夜間はライトを点灯 交差点での信号遵守と一時停止 安全確認)
[5 13歳未満の子供のヘルメット着用](#)

③ [自転車損害賠償保険等への加入促進](#)

- ・ [高額賠償判決](#) 自転車が加害者、歩行者が被害者となった事故もある

(4) 学校における食育について

- [「食に関する指導の手引き-第2次改訂版-](#)」を基にした食に関する全体計画の作成と教育活動全体を通じた組織的な取組の推進
- 家庭、体育（保健学習）等の関連する教科における食に関する指導の工夫改善
- 道徳、総合的な学習の時間、特別活動等の食に関する指導の工夫改善 [※参考となる指導案等はこちらから](#)
⇒ [食育指導力向上授業研究会（埼玉県教育委員会）](#)
- 「生きた教材」としての学校給食の充実及び活用と、養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員等の専門性を有する教職員や地域人材等の参加と協力の推進
- [「誰でもつくれる朝ごはんメニュー集](#)」を生かした簡単な朝食づくり
- コロナ禍における [おうち de 食育](#)の推進
- [「生活習慣診断シート](#)」を活用した基本的な生活習慣の確立

