

県教委に聞く

子どもの健康と 体力づくりについて

編 集 部

はじめに

県教育庁保健体育課 学校体育指導係 指導主事 北山 智博さんに「子どもの健康と体力づくり」について、県の施策をお聞きしました。

編集部

―体力テストの種目はどんなものですか。

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ボール投げ（小学生ソフトボール、中学生ハンドボール）以上8種目です。

―どんな特徴が見られますか。

県平均値を経年比較すると、近年は横はい傾向となっています。種目別では、前年度を上回る種目や同レベルの種目が多く見られますが、種目によっては下降傾向の種目もあり課題となっています。

現在は全国でも体力テストを実施していますが、新潟県では平成15年度より、全ての児童生徒を対象に体力テストを実施し、各学校の現状と課題を明確にし

た上で、体力向上に取り組んできました。そのため、近年では小学5年生や中学2年生の体力・運動能力は全国上位にあります。新潟県の子どもたちの体力・運動能力は全国と比較して優れていると考えられます。

— 行政指導の成果として

体力・運動能力があがったのですか。

単に体力テストの数値をあげたところで、子どもたちにとつては何のために体力向上を図るのか理解できません。数値を上げるだけが目的であれば、トレーニング的な体育授業を毎回実施すれば数値はあがると思いますが、それでは運動本来の楽しさを体験することができず、子どもたちは体育が嫌いになってしまいます。体力低下の背景には生活環境や生活様式の変化等、様々な原因があります。

子どもたちの体力低下で一番心配しているのは、将来、健康で豊かな生活を送るのが困難になる可能性があるということです。「何よりも健康第一」とまでは言いませんが、健康でなければ活力は生まれません。小中学校のころから、運動が嫌いだとか運動をほとんどしないという習慣がついてしまうと、今後、学校を

卒業して社会に出ると、さらに運動機会はなくなります。結果的に、若者たちの体力は低下していきます。

若い人たちの体力が低下するということは活力が低下することと同様です。活力がなくなるといふことは、地域や社会の元気がなくなるといふことです。先ほど話したとおり、体力向上に向けたトレーニングをして、数値だけをあげればいいのではなく、自ら進んで運動する態度を育成することが大切であると考えます。

そのためには運動の楽しさを、すべての児童生徒に体験させることが大切であり、特に運動が苦手な子、運動が嫌いな子が運動の楽しさを体験することが大きな課題であると考えます。本来の運動の楽しさを知らないからやらない、苦しさや辛さだとかできない劣等感だけを授業で植え付けられたら二度と体育・運動はやりたくないと思えるのは当然です。学校の体育授業がきっかけで運動嫌いな児童生徒をつくることはあってはならないことです。

先生方はできる子たちだけが楽しく、できない子たちには苦しいとか辛い授業をするのではなく、みんなが楽しく安心して授業に参加し、誰もが体育って楽しい、スポーツって楽しい、体を動かすことって楽しい

など思えるような授業に改善するよう指導しています。

そのような授業を通して、子どもたちは走ることは、辛いだけじゃなくて、自分のペースで走り汗を流すのは気持ちがよくて楽しい。ボール運動は得意の子だけじゃなくて、自分の役割を果たすことでチームに貢献し、協力することの大切さを学び、満足感と楽しさを体験することになります。それは社会人になっても大切なことであり、生涯スポーツにもつながります。

また、各学校で課題があるので、各学校の実態に即した体力向上の取り組み「1学校1取組」運動を平成16年度から実施しています。これも、単に数値をあげるのではなくて、健康も含めて体力向上を図りたいからです。

体力テストの結果は学校によって異なります。自分たちの学校の課題はなんなのか、課題解決のために学校としてどんな取り組みをすればいいのか、それを具体的に取組むため「1学校1取組」運動を実施しました。現在では、他県も同様の取組を行っています。新潟県は全国でも早い時期に取り組みました。それが現在の結果にも大きく影響していると思います。

「1学校1取組」の中で典型的な

取り組みがありますか

学校や地域の特性を活かした様々な取組が行われています。校内マラソン大会や全校登山といった行事を行っている学校もあります。以前から行われていた行事等を体力向上という視点から見直し取り組んでいる学校も多く見られます。しかし、行事を行ったからすぐに体力が向上するのではなく、結局は日々の授業が大切で、授業の成果を発表したり活用したりする行事を通して、運動の楽しさを体験することが大切であると感じます。

地域によっては冬期間、スキーができるような学校はスキー大会やクロスカントリースキーを実施するという特徴もあります。最近多いのは体育的行事だけでなく、基本的な生活習慣の改善を図るということで、食事や睡眠の大切さを教える食育や眠育やテレビゲームやスマホ、携帯電話などのメディアから離れるような時間を共通して設定する学校も増えていきます。もともと疲れていたり寝不足だったりするとか運動する気力もわきません。体力向上の取組は学校全体で取り組む

ことも大切ですが、保護者や地域と連携して取り組むことがより大切であり、効果も期待できます。

—これからの課題としては

新潟県の平均値は全国上位にあるのですが、全ての学校で課題がなく全国平均値以上というわけではありません。また、学校内においても体力合計点が高い子と低い子の差が大きく開いている現状もあります。運動習慣についても、体育授業以外でも毎日運動する子とほとんど運動しない子がいて、運動習慣の二極化が問題となっています。体育授業以外に自ら進んでスポーツ・運動に取り組む児童生徒を育成することが大きな課題と考えます。

〔参考〕 新潟県教育振興基本計画

<http://www.pref.niigata.lg.jp/kyoikusunomu/1356778705979.html>

(文責・伊藤英世 所員)

入学式で「告示」とは？

昨年、地元の中学校の入学式に私が区長の代理で出席した。地元の議員や区長、民生委員等が参加していた。

式そのものはなんら変り映えないもので、おそらくは基本的には学制発布以来の「伝統」を伝えるものと思われる。ところが式が始まって間もなく、いささか違和感を感じるようになった。司会者が「教育委員会告示」と読み上げたからである。私は事前に渡された入学式要項の式次第を見直した。間違いではない。

「告示」とは広辞苑によれば「国家・地方公共団体などが広く一般に向けて行う通知」とある。新字源には「上位から下位へ告げることば」の意味もある。要するに上位者であるとする行政が下位の国民(こ)に対して、行政の意思を伝えることである。「告示」の内容は至って常識的な中身であっただけにその落差に驚いた。

なぜ「教育委員会のお祝いの言葉」でいけないかの。現場の行政に対する異常な「阿り」を感じた。

(大滝)