

「令和4(2022)年度児童生徒の体力、運動能力調査」学校担当者会議  
質疑事項に係る回答

Q1： 体力調査の質問紙の「学校外での運動の有無」への回答について、通学中(自転車)は運動に含まれるのか?

A1： 「含まれる」とは断言できないと考えます。理由は、その子にとって自転車通学が意図・意識した運動なのか(例：バスでも来れるが、運動のため、自転車で通学している等)、そうでないかによって変わってくるためです。したがって、一概に「通学中は含めない」と明言しておりません。スポーツ庁の回答も同様に、ケースバイケースで変わってくる、その児童生徒の意識、認識で変わるものであって、線を引くものではないとのことです。各学校において先生方が説明する際には、そのような視点で児童生徒にお伝えいただけますと幸いです。

Q2： 小学校は、体育専門ではない教員も多くいます。「できる体育」ということで学校全体に発信したり、学年での教材研究をお願いしたりしていますが、学校全体への発信方法で効果的な方法がありますか?

A2： 体育専門ではない先生が自信をもつためには、少しでも「これならできそうだ」という方策を提示する必要があります。体育主任や体育部の先生方が30分程度でできる実技研修を学期に1、2回開いてみたらいかがでしょうか。プール開きに合わせた水泳実技研修、単元の変わり目には環境設定を確認しながらの実技など、これまで実施している方法に付加してみるという感じです。実技はちょっと、という先生方もいるかと思えますので、体育授業相談会のような場を設けたり指導用映像資料を観たりする時間の設定もよさそうです。

Q3： 子どもが運動に親しむために、大人が運動に親しむ姿を見せることが大事だと思います。保護者や教員、地域の大人が運動している姿を見せるためには、どのような方法がありますか?

A3： 以前は保護者と先生が日曜(土曜)参観後にレク的な取り組みでサッカーやソフトボールなどを行い、子どもたちが観戦するような機会がありました。大人が器械運動をするというのは現実的ではないので、まずは簡単なゲームから始めてみるはいかがでしょうか。また一部児童に限られるかもしれませんが、教員の実技研修を子どもたちに参加してもらって行うことも検討可能ではないかと考えます。先生と一緒にやってみて子どもが先生の真剣な取り組みに触れることができる、これも一つのアイデアではないでしょうか。

Q 4 : 本校では、来年度、年間を通しての業間運動がなくなりますが、体育の体力向上を目指す上で、どんなことを工夫すればいいでしょうか？

A 4 : 業間運動が体力向上につながっていたとする先生方の実感があるのでしょうか。ぜひ実施を取りやめた次年度の結果と本年度の結果を比較し分析してみてください。次年度貴校で業間運動を取りやめる理由とともに、「やはり業間運動が有用である」という理由が検討されることを願います。しかし代案を講じずに（何もせずに）業間運動を再登場させるのはどうかと思いますから、運動の日常化をいかに図るかを他校の実践などを参考にしながら活動を進めてください。なお教員がすべてをコーディネートするとなるとなかなかよいアイデアが思い浮かばないかもしれません。そんな時、県教委スポーツ振興課の作成した HP にあるチャレンジランキングを活用してみるとよいでしょう。それらをもとにした子どもたちによる集会活動化などができるとよいですね。

Q 5 : とび箱などでは、設置、片付けの時間で活動の時間が少なくなりがちです。効率的に時間を活用する方法がありましたら参考にさせていただきたいです。

A 5 : 年計を自校化し、ある程度、器械運動系はまとめて単元を組むとよいでしょう。または、体育館使用の時間割を学年やブロックで続けて確保（3～4時間目は5年1組と5年2組、5～6時間目は6年1組と6年2組等）し、さらに、準備は最初に使うクラス（学年）、片付けは後のクラス（学年）とすることで、時間を有効に使うことが可能となります。そのためには、年度初めの時間割編成、特別教室使用割振時（4月初めあたり？）でその趣旨等を伝え、編成するとよいのではないかと思います。

Q 6 : 内田先生の講話、とても理解できました。体育授業の在り方についてもまずは、児童自身が主体的に取り組めるようにし、運動そのものに対する関わり方を育てていくことは自分もとても重要に思いました。一方で体力向上における新体力テストの数値上昇などを目指すこととは、まだ少し結びつきが見えません。児童に対して「体力向上」という観点でどのような目標設定を促していけばいいか（個人的には内田先生のお考えにあるような、主体的に運動に取り組むことができる児童の姿を第一に考えたいです）もう少し詳しく教えてくださいと幸いです。

A 6 : 私は、年に1回の体力テスト実施による数値の上昇が体力向上のすべてを語るとは考えていません。私は、「運動への主体的な取り組みによって運動が好きになったり自信をもったりすること」が体育科のめざす子どもの姿だと考えており、数値は二次的な成果としてとらえています。体力向上に関わる目標設定には「今の自分」を知ることが必要です。こうした情報提示は子どもたちになされているのでしょうか。それによって自分の取り組みで達成可能な（数値的な）目標が設定できると思います。もしそれがなければ何のために運動しているのか、子どもたちは目標をもてないまま運動に取り組むので少なくとも楽しさを味わうことは厳しいように思います。

Q7： 本日の会議をとおして運動を楽しませる大切さは分かりました。そもそも、体力向上を目指す意義とは何でしょうか。内田先生のお考えをお聞かせいただきたいです。

A7： まさに「そもそも」ですね。「なぜ体育の授業があるのか」「なぜ大人は『体力向上』を大切だと言うのか」、子どもがそのように問うてきたら答えに窮することがあります。学力に関しても同じで実は明快な答えはないように思います。「日本を学力上位国に復活させること」でもないです。私は学力と体力どちらも子どもが自分の成長を確認する証の一つだと考えています。証の一つ、とするのは、見えない学力や体力（＝数値化ができないもの）があるからです。何もしなければ数値が上昇しないでしょうし、健康になったとも言い切れません。めあてや課題意識をもっていろいろな運動に挑戦することを通じて、自分ができるようになったり運動の仕組みやでき方がわかるようになったりという変化に自分で気付くことができます。設定された種目もテストで採り上げなければ数ある運動の一つです。体力テストと称するから高いハードルのように思えますが、「どこまで投げられるか？自分の記録を塗り替えよう！」といっためあてをもたせるような課題設定によって、テストのための「運動」から「やってみたくなる運動」へと変わっていくはずです。ただし体力テストの実施環境を同じ設えで通年設定しておくことはできません。似たような運動、たとえば県教委が作成したチャレンジランキングなどを活用すれば自身の伸びや変化に気付きやすくなると思います。体育授業で大事にしたいコミュニケーション力や社会性は容易に数値化できませんが、大事な資質能力ですね。これらも自分の成長を確かめる証の一つだということでしょう。

Q8： 本校は、特に柔軟性に課題があるのですが、体育の授業で楽しくできる柔軟運動があれば、教えていただければと思います。

A8： 個人で取り組む柔軟運動は、それ相当の問題・課題意識を個人がもたないと続けられません。まずはペアの活動がよいと思います。スポーツ庁が出しているパンフレットにも用具を使った柔軟運動が紹介されていますが、これらをペアでやったり見合ったりしてみたらどうでしょうか。黙々と取り組むより楽しく取り組めると思います。またこうした運動例はあくまでも例ですので、これらにオリジナル用具を用いたり方法や回数を変えてみたりというバージョンアップも考えてみてください。

Q9： 今後学校の合併によりバス通学が増えていくことになりますが、歩く場面が減る児童生徒にどういった手立てが考えられるでしょうか。

A9： 大変難しい問いかけです。こうした施策はいずれも「児童生徒の安全」を考えて行われるものです。歩きたい子には歩かせてもよいなどと軽々に回答することはできません。体力調査で上位にいた秋田県の教員から聞いた話では、買い物や稽古事に出かけるのも door to door の状況なので体力の数値が落ちていかないのが不思議、ということでした。他の手立てがあるのかもしれませんが私には今のところよい回答案が浮かばず少し時間をいただければ助かります。

Q10： コロナ禍で人との接触が難しくなっています。感染者が減少してきた今でも難しい部分があります。コロナ禍の体づくり運動で取り入れられる内容があれば教えていただきたいです。

Q10： 今後はコロナ禍による接触が問題化する場面は減少するよう感じます。しかしもともと人との接触をしたがらない子どもたちも少なからずいるでしょう。そのためには仲間と近い距離になる（ことが期待できる）運動の選択が必要となってきます。野外活動などでも多く紹介されているイニシアティブゲームや学級開きなどでよく紹介されるアイスブレイクやチャレンジ運動などによる課題解決のグループワークなど、相談なども必要とされるゲームを通して近い距離に慣れさせ、身体的な接触が起こりうるような場面を作ることができると思います。

Q11： 小学校の持久走大会で、各学年の走る距離を検討しています。現在、本校では高学年の距離が2,000mなのですが、各学年、発達段階に応じた、児童の体力向上に効果的な距離はあるのでしょうか。

Q11： 各学年で設定する距離の「根拠」が知りたいところです。例えば心拍数（＝脈拍）が1分あたり120回程度を想定した設定なのか、特にそうした根拠はなく設定しているのか。比較的長い距離を継続的に走る機会を設定すれば数値上は上昇するでしょうが、一般に人気がないと言われる長距離走のそのように扱くと「走る楽しさ」から遠ざかるように思います。また一人一人が自分の体の変化に興味関心を抱くような学習にはなりません。ぜひ体育関連雑誌などに掲載された授業実践報告などをヒントにしてください。ちなみに私が小学校教員時代には4年生で800m、5、6年生で1,200mのペースランニングを実施していました。現在大学の講義でもペースランニングを行っていますが、ここでは1,500mで行っています。