

## 第1章 TOKYO ACTIVE PLANで目指す子供の姿

### 1 体力とは何か

- ・ 体力の定義・構造

### 2 体力の重要性

- ・ あらゆる活動の源

### 3 子供に求められる体力

- ・ 運動を行うための体力
- ・ 健康に生活するための体力

### 4 「未来の東京」に生きる子供の姿

- ・ **運動やスポーツとの多様な関わりを通して、健康で活力に満ちた生活をデザインすることができる**

## 第2章 東京都の子供の姿

### 1 これまでの取組

- ・ 第1次推進計画 平成22年度～（統一体力テストの実施）
- ・ 第2次推進計画 平成25年度～（学校経営計画に明確化）
- ・ 第3次推進計画平成28年度～（具体的な数値目標を設定）

### 2 これまでの取組の成果と課題

- ・ 学校における体力向上の取組が強化 **【成果】**
- ・ 子供の体力合計点平均値が小・中・高等学校において、向上傾向 **【成果】**
- ・ 質の高い授業実践、生活・運動習慣の定着・改善 **【課題】**

### 3 新型コロナウイルス感染症感染拡大における影響

- ・ 東京都統一体力テストにおける令和元年度と令和3年度の結果の比較
  - ▶ 体力合計点平均値、総合評価分布、種目別結果
  - ▶ 運動・スポーツの実施状況、1日の携帯電話（スマートフォン等）の使用時間等

## 第3章 これからの子供の体力向上のための総合的な方策

### 1 新しい日常

- ・ ICTを利活用し、子供たち一人一人の力を最大限に伸ばす個別最適な学びや協働的な学びを創出していくことが必要不可欠

### 2 4つの「取組の視点」

- ・ 運動やスポーツとの多様な関わり方
- ・ 共生
- ・ 東京2020大会のレガシーの継承
- ・ 働き方改革

### 3-7 取組の方向性

- ・ 質の高い授業実践（ICTの利活用等による指導の工夫・改善）
- ・ 運動習慣の確立・定着・改善（多様な運動機会や場の創出等）
- ・ 生活習慣の確立・定着・改善（健康の知識・認識を深める取組等）
- ・ 運動部活動の推進（生徒の多様なニーズに応じた活動等）
- ・ 気運醸成（運動やスポーツに親しむ等の気運を醸成）