

取組の方向5 体を鍛える

現状と課題

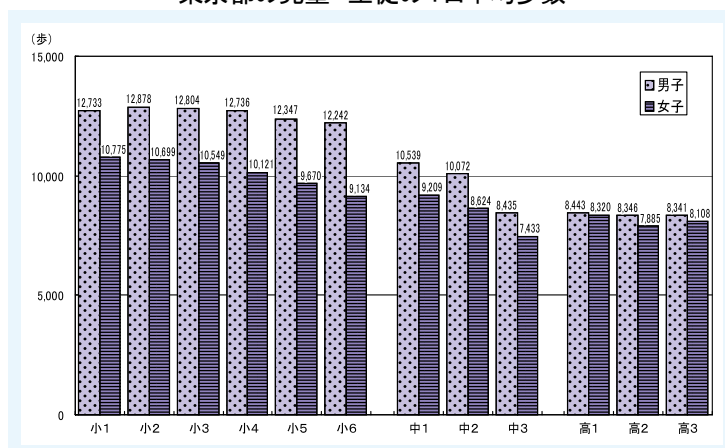
子供の体力低下がいわれて久しいが、全国の児童・生徒の体力は、昭和60年頃と比較すると、依然低い水準となっている。一方、東京都の児童・生徒の体力・運動能力は、これまでの調査結果から一部の種目において向上傾向が見られるものの、全国平均値に比べ低い水準にある。体育の授業以外で運動・スポーツをしない児童・生徒の割合は、小学校6年生男子で約4%、中学校3年生男子で約9%、高校3年生男子で約24%と学年が進行するにつれて増加し、女子はその傾向が更に強い。運動やスポーツに対し、苦手意識を持つ児童・生徒は学年が進行するに従い増加する傾向にあり、中学生では男子の約3割、女子の約5割、高校生では男子の約4割、女子の約6割が苦手意識を持っている。

また、平成23年度に都内全域において実施した全国初となる広域歩数調査の結果から、児童・生徒の1日の平均歩数は、小学生、中学生、高校生全体で約1万歩であり、学年が進行するにつれて減少し、男子よりも女子が少ない状況が明らかになった。運動やスポーツをする者としていない者の二極化傾向については、少数ながら、休日に9万歩以上活動するような活発な児童・生徒がいる一方で、1日の平均歩数が1万歩以下の活動的でない児童・生徒が多いという状況があった。戦後、児童・生徒の体力がピークであったとされる昭和50年代には、児童・生徒の歩数が1日2万歩以上であったといわれており、現在の東京都の児童・生徒の1日の歩数は、約30年前の2分の1以下に減少している。

全国的な体力の低下傾向は、児童・生徒の日常の生活における活力にも影響を及ぼしており、特に運動やスポーツをしないのに疲れを感じる児童・生徒は学年が進行するに従い増加する傾向が見られる。

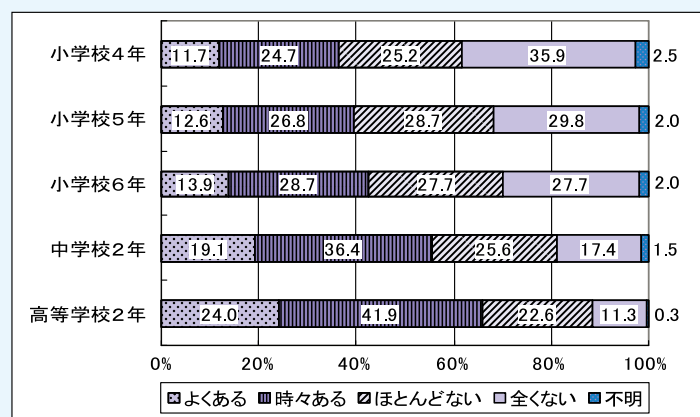
都立高校生（全日制）の運動部活動加入状況は49.5%であり、中学校における運動部活動の加入率69.6%に比べて低い。また、競技力の高い中学生は、環境等の整った私立高校に進学する傾向があり、全国大会に出場する高校生のうち都立高校生の割合は約10%である。

東京都の児童・生徒の1日平均歩数



平成23年度「東京都児童・生徒の日常生活活動に関する調査」
(東京都教育委員会)

特に運動やスポーツもしないのに、ふだん疲れていると感じることがあるか



「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」平成22年度
(独立行政法人国立青少年教育振興機構)

主要施策 8

体力向上を図る取組の推進

【施策の必要性】

科学技術や高度情報化の進展に伴う生活の利便化によって、日常生活における身体活動がますます減少していくことを考えると、一人一人が主体的に運動やスポーツに取り組めるようにすることの必要性は、これまで以上に高まる。生涯にわたって運動やスポーツに親しんでいくためには、乳幼児期から青年期に至るまでの間に、基本的な生活習慣を身に付け、健康や体力を保持増進していくための基礎的な能力や態度を養い、日常生活の身体活動量を増加させて基礎体力を十分に高めていくことが重要な課題である。

全般的に全国平均を下回る東京都の児童・生徒の体力・運動能力を昭和 50 年代の体力水準まで引き上げ、児童・生徒一人一人の体力向上を実現するため、社会全体で体力向上に取り組むための仕組みづくりや、身体活動に関する指針の策定、学校における体育・保健体育の授業改善、運動を行うための環境整備を一層推進していくことが求められている。

【施策の内容】

- 「総合的な子供の基礎体力向上方策（第 2 次推進計画）」に基づき、学校体育の充実、生活習慣・運動習慣の改善、競技力の向上、体力向上のための体制整備等について具体的な取組を推進するとともに、社会全体で東京都の子供たち一人一人の基礎体力の向上を図る。
- 都内公立学校の全ての児童・生徒を対象とした、体力・運動能力及び生活習慣・運動習慣の実態を把握するための調査を継続して実施し、その結果を子供たち一人一人に還元することで、目標を持って体力向上に取り組むことができるようにするとともに、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培う。また、子供たち一人一人の体力・運動能力の状況に応じて体力の向上を図るためのプログラムを実施する。
- 地域スポーツクラブの設立・育成などを通して、子供たちの一人一人の身体活動量を増やし、体力向上と基本的な動きの獲得や運動能力の向上を図る。
- 「正しい姿勢」のもたらす教育的効果の検証を行い、子供の体幹を鍛え、正しい姿勢を身に付けさせるための指導方法や実践プログラムを開発し、実践する。
- オリンピアン・パラリンピアンの学校派遣や、オリンピック・パラリンピックに関する学習を推進する。
- 公立学校において、校庭の芝生化を引き続き促進し、子供が身体を動かす喜びを味わうことができる環境を整備する。

主要施策 9

競技力向上を図る取組の推進

【施策の必要性】

運動部活動は、スポーツに興味と関心を持つ同好の生徒が、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動であるとともに、体力の向上や健康の増進にも極めて効果的な活動である。また、生徒同士が互いに協力し合って友情を深めるなど、望ましい人間関係を育て人格を形成していく上でも多くの期待が寄せられている。

平成 25 年に東京都で開催するスポーツ祭東京 2013（第 68 回国民体育大会、第 13 回全国障害者スポーツ大会）や、平成 26 年度に南関東ブロック南関東四都県（東京都、千葉県、神奈川県、山梨県）で合同開催する全国高等学校総合体育大会以降も引き続き、都立高校スポーツの隆盛や競技力向上を図るため、新たな競技力向上策を展開することが重要である。

【施策の内容】

都立高校におけるスポーツの強化拠点として「スポーツの名門校」づくりを推進するとともに、強化拠点に指定した学校の運動部活動の実施状況を踏まえ、全国大会や関東大会出場などのより高い目標に向けて競技力を向上させることにより、都立高校におけるスポーツ全体の競技力の底上げを図る。