

子どもの体力向上プラン

豊中市教育委員会

策定にあたって

中央教育審議会答申（平成 20 年（2008 年）1 月 17 日）では、「体力は人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、「生きる力」の重要な要素である。子どもたちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が失われることにもなりかねない。」と述べられている。

本市においては、平成 25 年度（2013 年度）全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から、特に小学生の体力及び運動に対する興味・関心が全国と比較して依然低い傾向にあることがわかった。その要因としては日常の運動機会の減少、多様な運動遊びや学習の経験不足、食やテレビ等の視聴時間の問題等が密接に関係していると推測される。

子どもたちの心身の調和的発達を図るためには、運動を通じて体力を養うとともに、望ましい食習慣など健康的な生活習慣を形成することが必要である。そのため、幼いころから、体を動かし、生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要である。

以上のことから、本市においてはこれまでの、からだづくり研究推進校における実践等の取り組みや、学校関係者や P T A 等からの意見を踏まえ、子どもの体力の向上に係る課題の改善に向けた具体的な方策として、「子どもの体力向上プラン」を策定した。

今後、子どもたちが健康で豊かな生活を通して、心身ともに調和のとれた日々を送ることを期待している。

平成 27 年（2015 年）1 月

豊中市教育委員会

目次

I. 策定の背景

1. 豊中市におけるこれまでの取り組み 1
 豊中市における体力向上推進にかかる施策
2. 学習指導要領等におけるねらいと目標 5
3. 平成 25 年度(2013 年度) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査
 7
 (1) 豊中市の調査結果 (概要)
- (2) 調査結果から

II. 「子どもの体力向上プラン」

1. 「子どもの体力向上プラン」の基本方針と方策 12
 (1) 「子どもの体力向上プラン」の基本方針
- (2) 「子どもの体力向上プラン」の方策
2. 「子どもの体力向上プラン」イメージ図 23

- 資料 ○平成 25 年度 (2013 年度) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査について
- なわとび運動・体ほぐしの運動指導の手引き

I. 策定の背景

1. 豊中市におけるこれまでの取り組み

豊中市における体力向上推進にかかる施策

豊中市教育委員会は平成 22 年（2010 年）3 月に教育基本法に基づき「豊中市教育振興計画」を策定し、学校園や地域などに密着した具体的な取り組みを進めている。

豊中市教育振興計画（抜粋）

4. 施策の展開

(1) 子どもたちに「人とつながり、未来を切り拓く力」を育みます

⑥ 体力の向上と健康づくりを進めます

子どもたちの体力の向上と健康の保持・増進は、生きる基礎であり、幼児期から小・中学校までの発達段階に応じた一貫性のある取り組みが必要です。

(4) 社会教育の充実をめざします

④ 生涯をとおしたスポーツ活動を推進します

子どもから高齢者まで、それぞれのライフステージに対応した生涯スポーツ活動を推し進めるとともに、スポーツをとおした世代間交流や健康づくりなどを促進します。

(5) 教育に関わる環境や条件の整備を進めます

④ 教職員研修の充実など教育に関わる人材の育成を進めます

教育環境が複雑化・多様化するとともに、教職員の世代交代が進み、経験の浅い教職員が増える中、ベテラン教職員の授業力の継承や、新たに生起する教育現場の課題への対応を図るため、教職員研修の充実に取り組みます。

また、平成 22 年（2010 年）3 月に策定した「豊中市教育振興計画」に則り、豊中市教育指導要項（平成 25 年度（2013 年度）版）に、基本方向とその留意事項を示し、取り組みを進めている。

豊中市教育指導要項（抜粋）

II. 教育施策の展開

(1) 子どもたちの「人とつながり、未来を切り拓く力」の育成

⑥ 体力の向上と健康づくりの推進

- 子どもたちの体力の向上と健康の保持・増進は、生きる基礎であり、幼児期から小・中学校までの発達段階に応じた一貫性のある取り組みが必要です。
- 体力の向上については、体力向上プランを作成し、教職員向けの手引書の作成等を行うことにより、子どもたちの体力の向上を図ります。また、中学校運動部活動について、学校外の人材の確保と活用等を進めながら、その充実を図るほか、子どもたちが、身近な地域でスポーツ活動などに親しむ機会を確保するため、地域スポーツ活動の振興を図るとともに、市の体育施設等における子ども向け又は親子向けの教室などを充実していきます。
- 健康づくりについては、安全で栄養のバランスの取れた小学校給食の提供に努めるとともに、学校園における食育の取り組みを進めます。また、子どもたちの健康的な生活習慣の定着に向けて、家庭との連携や情報の共有を進めます。

(4) 社会教育の充実

④ 生涯をととしたスポーツ活動の推進

- 子どもから高齢者まで、それぞれのライフステージに対応した生涯スポーツ活動を推し進めるとともに、スポーツをととした世代間交流や健康づくりなどを促進します。そのため、スポーツ教室や啓発イベント等、多様な機会の提供や相談体制を充実するとともに、各種スポーツ団体やグループの育成と指導者の育成・確保に努めます。

(5) 教育に関わる環境や条件の整備

④ 教職員研修の充実など教育に関わる人材の育成

- 教育環境が複雑化・多様化するとともに、教職員の世代交代が進み、経験の浅い教職員が増える中、ベテラン教職員の授業力の継承や、新たに生起する教育現場の課題への対応を図るため、教職員研修の充実に取り組みます。

一方、平成23年(2011年)8月に、国は「スポーツ基本法」を施行し、スポーツ基本法の理念の実現に向け、文部科学省が平成24年(2012年)3月に「スポーツ基本計画」を策定した。大阪府では、平成24年(2012年)4月に「大阪府スポーツ推進計画」を策定し、スポーツ施策の推進に取り組んでいる。このような背景をふまえ、平成25年(2013年)3月、豊中市教育委員会は「豊中市スポーツ推進ビジョン」を策定し、以下の内容

を掲げて取り組みを進めている。

豊中市スポーツ推進ビジョン（抜粋）

4. スポーツ推進ビジョンの展開方向

（1）すべての市民がスポーツに親しむ機会の充実

基本方針②：子どものスポーツの推進

心と体を一体ととらえ、スポーツについての理解と実践を通して、体力の向上を図るとともに、生涯にわたってスポーツに親しむ資質・能力を育てる取り組みの充実を図ります。

また、スポーツに励み、アスリートをめざす子どもたちが、個々の特性や発育・発達段階に合わせた適切な指導を受けられる環境の充実に取り組みます。

また、豊中市スポーツ推進ビジョンの実現に向けて、体系的・計画的に具体的な方策を推進するため、平成26年（2014年）3月に「豊中市スポーツ推進計画」を策定し、以下の内容を掲げて取り組みを進めている。

豊中市スポーツ推進計画（抜粋）

第2章 重点施策

2. 子どもの体力向上プロジェクト

（1）目的

生涯を通じて健康を保持・増進し、豊かなスポーツライフを実現するためには、子どもの時期から心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、楽しく明るい生活を営む態度を育てることが重要です。

近年、積極的にスポーツをする子どもとそうでない子どもの二極化が見られることから、学校体育や地域におけるスポーツを通じて、子どもがスポーツの楽しさや意義・価値をより一層実感することができるよう、環境の整備を進めます。

（3）基本方針

① 学校でのスポーツの充実

- ② 家庭等での望ましい生活習慣への取り組み
- ③ 幼児期における体力づくり
- ④ 体力向上に向けた地域等での取り組み

さらに、市内公立幼稚園において平成 20 年度（2008 年度）から 2 年間、文部科学省委託事業「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動のあり方に関する調査研究事業」を実践してきた。これ以降も、幼児の体力向上の取り組みを進めている。

2. 学習指導要領等におけるねらいと目標

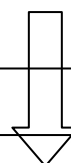
幼稚園教育要領（抜粋）

第2章 ねらい及び内容

健康 [健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う。]

1 ねらい

- (1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
- (2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。
- (3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける。

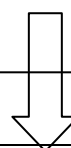


小学校学習指導要領（抜粋）

第9節 体育

第1 目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。



中学校学習指導要領（抜粋）

第7節 保健体育

第1 目標

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

中央教育審議会の答申では、「子どもたちの心身の調和的発達を図るためには、運動を通じて体力を養うとともに、望ましい食習慣など健康的な生活習慣を形成することが必要である。そのため、幼いころから体を動かし、生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要である。」と述べられている。

この趣旨や、子どもの体力の低下傾向、運動する子どもとそうでない子どもの二極化傾向が依然深刻であることなどを踏まえ、新学習指導要領の目標に「生涯にわたって」の言葉が示されている。子どもたちが生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践していくた

めには、とりわけ小学校段階において、運動への関心や自ら運動をする意欲、仲間と仲よく運動をすること、各種の運動の楽しさや喜びを味わえるよう自ら考えたり工夫したりする力、運動の技能などを育成することが重要である。

一方で、幼児期には体を動かすことで体の諸機能の発達を促すこと、小学校期には基礎的な身体能力を身に付け、運動を豊かに実践していくための基礎を培うこと、そして、中学校期には、知識や技能を身に付け、高めることが学習指導要領等で述べられている。

また、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」、「健康の保持増進（のための実践力の育成）」及び「体力の向上」の3つの具体的な目標が相互に密接な関連をもっていること、さらにこれが体育科・保健体育科の重要なねらいであることも示されている。

3. 平成 25 年度（2013 年度）全国体力・運動能力、運動習慣等調査

（1）豊中市の調査結果（概要）（詳細は資料編参照）

・実技に関する調査結果（資料編 P. 5～12 参照）

小学校 5 年生では、長座体前屈（柔軟性）は、全国・大阪府平均を上回っていた。しかし、上体起こし（筋持久力）・反復横とび（敏しょう性）・50 ㊦走（走力）・立ち幅とび（跳躍力）・ソフトボール投げ（投力）及び体力合計点においては、全国・大阪府平均を下回っており、課題が見られた。

平成 21 年度（2009 年度）の豊中市データ（小学校 16 校、中学校 7 校で実施）との経年比較では、長座体前屈・反復横とび・20 ㊦シャトルランにおいて向上が見られた。さらに、女子では 50 ㊦走・立ち幅とび・ソフトボール投げにおいて向上が見られた。男子では握力（筋力）・上体起こし・立ち幅とび・ソフトボール投げの低下が見られ、女子では握力・上体起こしの低下が見られた。

中学校 2 年生では、上体起こし・20 ㊦シャトルラン（全身持久力）・ハンドボール投げ（投力）で全国・大阪府平均を上回っていた。さらに、女子では持久走においても全国・大阪府平均を上回っていた。握力は全国・大阪府平均を下回っており、課題が見られた。体力合計点では、男子では全国平均を下回っているが、大阪府平均を上回り、女子では全国・大阪府平均を上回っていた。

平成 21 年度（2009 年度）の豊中市データとの経年比較では、全ての種目での向上が見られた。

・児童生徒質問紙調査結果

【生活習慣の状況について】（資料編 P. 13～18 参照）

① 朝食の摂取状況

朝食を「毎日食べる」の割合は、小学校 5 年生・中学校 2 年生ともに全国の割合を下回っていた。

平成 21 年度（2009 年度）の豊中市の割合と比較すると、朝食を「毎日食べる」の割合は、中学校 2 年生男子では増加が見られたものの、小学校 5 年生・中学校 2 年生女子ではこの割合が減少した。

朝食の摂取状況と体力合計点との関連については、小学校 5 年生男子及び中学校 2 年生では朝食を「毎日食べる」の集団は、それ以外の集団に比べて体力合計

点が高かった。

② 睡眠時間

小学校5年生に比べ、中学校2年生の方が睡眠時間は大きく減少していた。

また、1日の睡眠時間が「6時間未満」の割合は、全国の割合と比較して、小学校5年生・中学校2年生ともに上回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の割合と比較すると、小学校5年生・中学校2年生ともに睡眠時間が短くなっている傾向が見られた。

1日の睡眠時間と体力合計点との関連については、小学校5年生・中学校2年生ともに1日の睡眠時間が「8時間以上」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高いという傾向は見られなかった。

③ テレビ等の視聴時間

1日のテレビ等の視聴時間が「3時間以上」の割合は、小学校5年生・中学校2年生ともに全国の割合を上回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の割合と比較すると、小学校5年生・中学校2年生ともにテレビ等の視聴時間が短くなっている傾向が見られた。

小学校5年生・中学校2年生ともに1日のテレビ等の視聴時間が「3時間以上」の集団は、それ以外の集団に比べて体力合計点が低かった。

【運動習慣の状況について】（資料編P. 19～22参照）

① 運動やスポーツの実施頻度

小学校5年生・中学校2年生ともに男子によく運動する傾向が見られた。

また、「ほとんど毎日」の割合を全国の割合と比較すると、小学校5年生では下回っていたが、中学校2年生では上回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の割合と比べると、小学校5年生では減少し、中学校2年生では増加していた。

運動習慣と体力合計点との関連については、小学校5年生・中学校2年生ともに運動やスポーツの実施頻度が高いほど、体力合計点が高かった。

② 平日の運動やスポーツの実施時間

小学校5年生では、男子はどの時間帯も全国の割合を下回っていたが、女子は放課後の時間のみ全国の割合を上回っていた。

中学校2年生では、男子は朝始業前の時間帯は全国の割合を下回っていたが、放課後は全国の割合と同程度、昼休みは全国の割合を大きく上回っていた。女子は朝始業前、昼休みは全国の割合を下回っていたが、放課後は全国の割合を上回っていた。

【運動・スポーツに関する意識について】（資料編P. 23～28参照）

① 運動やスポーツの好き・嫌い

中学校2年生に比べて小学校5年生の方が、運動やスポーツをすることが「好き」と思っている傾向が見られた。

また、「好き」＋「やや好き」の割合は、全国の割合と比較して、小学校5年生・中学校2年生ともに下回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の「好き」＋「やや好き」の割合と比較すると、小学校5年生・中学校2年生ともに減少していた。

運動やスポーツに関する意識と体力合計点との関連については、小学校5年生・中学校2年生ともに運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べて体力合計点が高かった。

② 運動やスポーツの得意・苦手

小学校5年生・中学校2年生ともに男子に「得意」と思っている傾向が見られた。「得意」の割合は、全国の割合と比較して中学校2年生男子では上回っていたが、小学校5年生・中学校2年生女子では下回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の「得意」の割合と比較すると、小学校5年生女子ではやや減少していたが、小学校5年生男子・中学校2年生においてはともに増加していた。

運動やスポーツの得意・苦手と体力合計点との関連については、小学校5年生・中学校2年生ともに運動やスポーツをすることが「得意」の集団は、それ以外の集

団に比べて体力合計点が高かった。

③ 体育・保健体育の授業についての意識

体育・保健体育の授業が楽しいとの質問に対して、「そう思う」、「ややそう思う」の割合は、全国の割合と比較して、小学校5年生・中学校2年生ともに下回っていた。一方「まったくそう思わない」の割合は、小学校5年生・中学校2年生ともに全国の割合を上回っていた。

平成21年度（2009年度）の豊中市の「そう思う」、「ややそう思う」の割合と比較すると、小学校5年生・中学校2年生ともに減少していた。

体育・保健体育の授業についての意識と体力合計点との関連については、小学校5年生・中学校2年生ともに体育・保健体育の授業が楽しいとの質問に対して、「そう思う」の集団は、それ以外の集団に比べて体力合計点が高かった。

(2) 調査結果から

本市においては、小学校5年生・中学校2年生ともに平成21年度（2009年度）から多くの種目で記録が向上したが、全国・大阪府平均と比べると、とりわけ小学校5年生において、上体起こし・反復横とび・50短走・立ち幅とび・ソフトボール投げ及び体力合計点が下回るなどの課題が見られた。

また、学校の体育の授業以外は、運動やスポーツをしないと回答した児童生徒がいることが明らかになった。さらに、平成21年度（2009年度）の結果に比べ、運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」な児童生徒の割合が減少していることや、体育・保健体育の授業を楽しんでいる児童生徒の割合が小学校5年生男子を除き、減少していることが明らかになった。

このように、本市においては、特に小学生の体力及び運動に対する興味・関心が全国と比較して依然低い傾向にあることがわかった。その要因としては日常の運動機会の減少、多様な運動遊びや学習の経験不足、食やテレビ等の視聴時間の問題等が密接に関係していると推測される。また、子どもたちの体力低下は、単に数値上の問題だけではなく、基本的な生活習慣の乱れとそれに起因するけがの増加など複合的な健康問題も含んだ事象として考えていく必要があると考えられる。

Ⅱ. 「子どもの体力向上プラン」

1. 「子どもの体力向上プラン」の基本方針と方策

(1) 「子どもの体力向上プラン」の基本方針

- 楽しさと出会い、学びや達成感を得ることのできる取り組み
- 運動する機会の充実
- 望ましい生活習慣への取り組み

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育むためには、各種の運動の楽しさや喜びを味わえるようにすることが重要である。そこで、まず「楽しさ」と出会うこと、出会わせること、そのための支援や工夫に努める必要がある。しかし、「楽しさの体験」だけではなく、その中に子どもの学びや達成感があることが大切である。運動を体験することを通じて「自分もできる。できた。」という自信や効力感を育むことが重要であり、このことが「またやってみたい。もっとやりたい。」という意欲を高めていく。このようなサイクルが、子どもの運動に対する関心意欲を育てるとともに、体力の向上につながると考える。運動やスポーツを豊かに実践していくためには、体を動かす楽しさや喜びを実感する体験を積み重ねること、とりわけ小学校段階において、基本的な運動の体験や動きの習得を通して、基礎的な運動感覚を身に付けることが重要であると考えます。

しかし、現状は日常の運動機会の減少、運動する子どもとそうでない子どもの二極化などが課題として指摘されている。平成 25 年度（2013 年度）全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書には、友だちと一緒に運動やスポーツができれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみようと思うと回答している児童生徒の割合が多かったことが報告されている。このことから、友だちとともに運動に取り組む機会を増やしていく支援に努める必要がある。とりわけ小学校高学年において、集団で運動を行う楽しさを味わわせたいと考える。ともに楽しみ、没頭する経験を積むことで、集団への所属意識の向上や、中学校期の運動部活動への参加にもつながることが期待できる。

また、豊中市の子どもは、朝食摂取、睡眠時間、テレビ等の視聴時間などの生活習慣にも課題があることから、これらを含む生活習慣について考える機会を設けるとともに、子どもが自主的・自発的に望ましい運動習慣を身につけることができるように、運動する機会を設定することも、子どもの体力向上には欠かせないと考える。

これらをふまえ、取り組みを進めるにあたっては、学校・家庭・地域・教育委員会が連携を図り、互いが協力しながら進めていくことが必要不可欠であると考えます。そのため、今後より一層充実した体制の構築に努めていきたい。

(2) 「子どもの体力向上プラン」の方策

「子どもの体力向上プラン」の基本方針に基づき、これを推進していくための方策は以下のとおりである。

体力向上推進に向けて、「豊中市児童生徒体力づくり推進会議」を開催し、学校関係者やPTA 等からの意見を踏まえて、体力低下の原因や向上の方策についての協議や意見交換、検討を行っている。

<平成 25 年度（2013 年度）実施会議>

| | | |
|-------|-----------|---|
| 第 1 回 | 10 月 28 日 | 平成 25 年度（2013 年度）推進会議役員の選出について これまでの取り組み経過について 子どもの体力向上プランの検討 |
| 第 2 回 | 2 月 24 日 | 子どもの体力向上プランの検討 |
| 第 3 回 | 3 月 24 日 | 子どもの体力向上プランの検討 |

今後は、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果等を活用し、子どもの生活習慣の実態を把握・分析するとともに、市教研や中体連、行政機関、他団体などとの連携をより一層図り、子どもの体力向上に向けた具体的な方策を探っていく。

【学校における方策】

子どもができる楽しさ、集う楽しさ、競い合う楽しさなどの様々な楽しさを実感することが、運動への主体性、積極性を育み、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てることにつながると考えられる。そのために、児童生徒の発達の段階を踏まえた運動の行い方やポイントが記載された「運動の手引き」の充実や教職員の授業力向上にむけた各種実技講習会や研修の実施、アスリートなどを招き、子どもが本物のスポーツに触れる機会の設定や運動用具を充実させることなどが有効であると考えられる。

① 授業づくり

各種の体育実技研修会を実施し、教職員の体育・保健体育の授業等における、より効果的な指導方法の習得を図っている。

<平成 25 年度（2013 年度）体育・保健体育科に関する実施研修>

| 月 日 | 研修内容 |
|----------|-----------------------|
| 5 月 7 日 | 身近な用具を活用した具体的な授業づくり |
| 6 月 3 日 | 水泳指導の心得・実技演習 |
| 7 月 30 日 | 柔道の歴史と特徴・実技演習 |
| 8 月 8 日 | 安全に配慮した授業のポイント・実技演習 |
| 8 月 23 日 | リズムにあわせて楽しく踊ろう |
| 8 月 23 日 | 生徒の表現活動をひきだす指導 |
| 12 月 9 日 | 短なわ、長なわを用いた授業づくり |
| 1 月 24 日 | フラッグフットボールの授業づくりと指導方法 |
| 2 月 7 日 | けがや事故が起きた時の対応・実技演習 |

今後は、教職員の世代交代が進み、経験の浅い教職員が増える中、ベテラン教職員の授業力の継承や新たに生起する課題への適切な対応を目指し、研修の充実をより一層図っていく。

② 「なわとび運動」「体ほぐしの運動」の推進

いろいろな手軽な運動や律動的な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことによって、自分や仲間の体の状態に気付き、体の調子を整えたり、仲間と交流したりすることが、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育成するためには重要であると考え、「なわとび運動」「体ほぐしの運動」の実技講習会を実施している。

<平成 25 年度（2013 年度）なわとび運動・体ほぐしの運動に関する実施研修>

| | |
|----------|---------------------|
| 5 月 7 日 | 身近な用具を活用した具体的な授業づくり |
| 12 月 9 日 | 短なわ、長なわを用いた授業づくり |

今後は、体育の授業に生かせる「なわとび運動・体ほぐしの運動 運動の手引き」を市内全小学校に配布し、指導の充実を図っていくとともに、より一層充実した実技講習会を開催していく。

③ からだづくり研究推進校

幼児・児童・生徒の体力の向上を図るため、学校教育活動全体及び地域社会との関係を通して、発達段階や環境などに応じたからだづくりの具体的な方法について実践的研究をすることを目的として取り組んでいる。昭和 60 年度（1985 年度）から平成 14 年度（2002 年度）までは「体力づくり研究推進校」として、その後平成 15 年度（2003 年度）からは「からだづくり研究推進校」として継続した取り組みを行っている。

<過去の推進校>

| 実施年度 | 推進校 |
|-------------------------------------|---------|
| 平成 17 年度（2005 年度）、平成 18 年度（2006 年度） | 東豊台小学校 |
| 平成 19 年度（2007 年度）、平成 20 年度（2008 年度） | 桜井谷東小学校 |
| 平成 21 年度（2009 年度）、平成 22 年度（2010 年度） | 寺内小学校 |
| 平成 23 年度（2011 年度）、平成 24 年度（2012 年度） | 大池小学校 |
| 平成 25 年度（2013 年度）、平成 26 年度（2014 年度） | 西丘小学校 |

今後は、「子どもの体力向上プラン」推進校として、からだづくりの具体的な方法について実践的研究を行うとともに、実践・研究の成果を市内小中学校へより広く発信する方策も検討する必要がある。

④ 豊中市小学生水泳大会の実施

毎年8月下旬に、小学6年生の希望する児童が、豊中市立豊島温水プール・二ノ切温水プールで自由形・平泳ぎ・リレーの各種目に参加している。それぞれが自己の記録に挑戦するなかで、水泳に親しむとともに他校の児童との交流を深めている。(第1回大会は昭和31年度(1956年度)に開催)

<過去3年間の実績>

| 年度 | 月日 | 種目 | 参加人数 |
|----------------|----------|-------------|--------|
| 平成23年度(2011年度) | 8月23,24日 | 自由形、平泳ぎ、リレー | 983人 |
| 平成24年度(2012年度) | 8月20,21日 | 自由形、平泳ぎ、リレー | 879人 |
| 平成25年度(2013年度) | 8月26,27日 | 自由形、平泳ぎ、リレー | 1,070人 |

今後は、標記大会を継続実施するとともに、より多くの児童生徒が参加できる他の競技についての大会実施に向けて、検討していく。

⑤ 運動部活動の充実

平成4年度(1992年度)から実施された運動部活動指導協力者派遣事業では、教職員の異動、高年齢化、少子化、生徒のニーズの多様化等により運動部活動が衰退していくのに歯止めをかけ、専門的技術と指導性を備えた外部人材を派遣することで、生徒の興味や関心を高め、自主性、協調性、連帯感などを育成している。また、豊中市中学校体育連盟と連携し、豊中市中学校総合体育大会・種目別大会などの大会開催や活動の支援をしている。

<過去3年間の実績>

| 年度 | 対象校数 | 指導協力者人数 | 指導回数 |
|----------------|------|---------|--------|
| 平成23年度(2011年度) | 17校 | 50人 | 1,754回 |
| 平成24年度(2012年度) | 18校 | 43人 | 1,910回 |
| 平成25年度(2013年度) | 17校 | 44人 | 2,121回 |

今後も、専門的な技術指導力を備えた指導者を必要とする中学校の運動部に対し、豊中市教育委員会が外部人材を派遣することにより、より一層、運動部活動の振興・発展を図っていくとともに、豊中市中学校総合体育大会・種目別大会などの大会開催を支援していく。

⑥ 運動の手引きの活用

ボールを使った運動や、体力を高める運動など、学校はもとより家庭でも運動に取り組む際に活用できる「運動の手引き」を充実させていく。

【家庭における方策】

生活習慣（朝食の摂取状況や睡眠時間など）及び運動習慣の改善にむけては、家庭での取り組みが必要不可欠であると考えられる。そのために、保護者向けの望ましい生活習慣（早寝・早起き・朝ごはん）に係る啓発活動を行うとともに、大阪府教育委員会が進めている「3つの朝運動」に取り組むことで、子どもたちの生活リズムの確立を目指すことが重要であると考えられる。また、子どもと保護者が一緒に参加できる事業を充実させるとともに、前述した「運動の手引き」を家庭においても活用することで、運動の日常化・習慣化にもつながると考えられる。

⑦ 親子スポーツフェスタの開催

服部緑地競技場において、陸上競技のアスリート・専門家のアドバイスを受けながら、親子で50m走・走り幅跳び・ソフトボール投げ・ジョギング教室に挑戦することにより、運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに、子どもたちの体力の向上を図るスポーツフェスタを開催している。

豊中市内在住の小学4年生から6年生の児童及び保護者を対象に、平成23年度（2011年度）から開催している。

<過去3年間の実績>

| 年度・月日 | 実施種目 | 応募人数 | 参加人数 |
|--------------------------|---------------------------------|------|------|
| 平成23年度(2011年度) 10月29日 | 50m走、ソフトボール投げ、 走り幅跳び | 192人 | 123人 |
| 平成24年度(2012年度) 10月27日 | 50m走、ソフトボール投げ、 走り幅跳び | 288人 | 123人 |
| 平成25年度(2013年度) 10月19日 | 50m走、ソフトボール投げ、 走り幅跳び、ジョギング教室 | 291人 | 138人 |

今後は、新たなコーナーを設置したり、定員を増やしたり、宣伝や広報の仕方を工夫するなど、より多くの親子がスポーツに親しむことができるように取り組んでいく。

⑧ わくわく食育プロジェクトの開催

食に関する指導を通して、健康課題に適切に対応していくために、家庭・地域と連携した体験型食育に取り組んでいる。園児・児童・生徒が親子で参加する料理教室を開催し、親子で調理することを通して、食材を大切にすることやおいしく楽しく食事をすること、バランスのとれた食事をすること等について学ぶ機会を提供している。

幼稚園親子料理教室では、就学前の幼児とその保護者を対象に、小学生親子料理教室では、小学生とその保護者を対象に、お弁当づくり親子料理教室では、中学生とその保護者を対象に平成 23 年度（2011 年度）から開催している。

<過去 3 年間の実績>

| 年度 | 実施学校園数 | 参加人数 | 参加総数 |
|-----------------------|---------|-------|-------|
| 平成 23 年度 (2011 年度) | 幼稚園 3 園 | 62 人 | 419 人 |
| | 小学校 8 校 | 280 人 | |
| | 中学校 4 校 | 77 人 | |
| 平成 24 年度 (2012 年度) | 幼稚園 1 園 | 17 人 | 218 人 |
| | 小学校 5 校 | 161 人 | |
| | 中学校 2 校 | 40 人 | |
| 平成 25 年度 (2013 年度) | 幼稚園 2 園 | 53 人 | 287 人 |
| | 小学校 6 校 | 173 人 | |
| | 中学校 3 校 | 61 人 | |

今後も、親子で参加する料理教室を開催するとともに、豊中市食育推進計画をふまえて、関係機関との連携をより一層図りながら食育推進に努めていく。

【地域における方策】

子どもの運動に対する関心意欲の高まりに合わせ、自主的・自発的に行えるような多様な機会を設定することは、「運動したい」「できた」「またやりたい」というよい循環を生み、運動が好きな子どもの育成につながると考えられる。そのためには、環境の整備はもとより、今ある事業を充実させ、広く周知していくとともに、学校と地域がより一層連携を図っていくことが有効であると考えられる。

⑨ 小学生フラッグフットボール大会の開催

市立小学校に通う4年生から6年生の児童を対象にチームを募り、平成23年度(2011年度)から開催している。ゲームの中で全員に役割のあるフラッグフットボールを通して、チームで作戦を考えたり、協力してプレーをしたりすることで、協調性やコミュニケーション能力・ルール遵守を養い、健全なスポーツ精神の育成・体力向上を図るとともに、他校、他学年の児童との交流を深めている。

<過去3年間の実績>

| | 年度 | 参加チーム数 | 参加人数 |
|-----|----------------|--------|------|
| 第1回 | 平成23年度(2011年度) | 29チーム | 216人 |
| 第2回 | 平成24年度(2012年度) | 27チーム | 189人 |
| 第3回 | 平成25年度(2013年度) | 41チーム | 293人 |

今後は、日本フラッグフットボール協会と一層連携を図りながら、より充実した大会を開催していく。

⑩ 子どものスポーツ教室の開催

スポーツ振興課において、小学校低学年には、簡単なルールに沿って楽しめるゲームを取り入れた教室を実施し、楽しさ・達成感を味わわせることで、授業で実施されている運動に対しての苦手意識を軽減することをめざしている。また、競技種目の教室では、体育連盟から推薦を受けた指導者により、基本からそれぞれの技術に応じた指導を行っている。

今後は、教育委員会内で横断的に連携を図りながら、身体を動かす楽しさを味わった子どもが継続的に参加できる教室の増枠を検討していく。また、運動の好きな子どもと運動が嫌いな子どもの二極化傾向があることから、運動が嫌いな子どもに対して

少しでも運動が楽しい、運動が好きと感ずることができるような取り組みを検討していく。さらに、広報活動を充実させ、通年の開催も視野に入れ、子どもが生涯続けられるスポーツに出会う場としての教室となるよう取り組んでいく。加えて、将来アスリートをめざす青少年のために、選手コースの設置についても検討を進めていく。

⑪ とよなか地域子ども教室の開催

地域教育振興室において、各小学校区単位で実行委員会を設置し、週1回程度、土日等の休日や放課後に子どもたちが地域の大人と交流しながら、学習やスポーツ、文化活動等地域の特性を活かした取り組みを行っている。

今後は、参加の促進を通じてスポーツの機会を増やしていくよう努めていく。

2. 「子どもの体力向上プラン」イメージ図

