

# ふれあい夢通信

2005  
21号

特集

## 子どもの元気創造

「食育」「遊び・スポーツ」「読書」で「生きる力」をはぐくむ  
シリーズ3「遊び・スポーツ」

## 学校評価



「食育」「遊び・スポーツ」「読書」で「生きる力」をはぐくむ

# 「遊び・スポーツ」

「ふれあい夢通信」では、子どもの元気創造の取組みを「読書」「食育」「遊び・スポーツ」の三つに分けて、シリーズで紹介しています。今回は「遊び・スポーツ」です。

子どもの時期に身体活動を積極的に行うことは、子どもの成長・発達に必要な体力を高めるとともに、脳の発達を促すなど、心身の発達に密接に関係しています。

現在、運動する子どもとしない子どもの二極化の傾向や、靴のひもを結べない、スキップができないなど、体を思うとおりに動かす能力の低下などが指摘されています。

子どもたちが「知」「徳」「体」のバランスのとれた成長・発達ができるよう、学校、家庭、地域社会で見守り、育て、働きかけていくことが大切です。



## 「体力」ってなあに？

体力とは、人間のあらゆる活動の源です。健康の維持のほか、物事に取り組む意欲や気力の充実に大きくかかわっており、人間の発達・成長を支える基本的な要素です。

体力は、大きく二つに分けられます。

**運動をするための体力**………運動をするための基礎となる身体的能力。身体的能力は、一人ひとり異なっています。

**運動をするための体力を向上させることにより、健康に生活するための体力も向上します。**

**健康に生活するための体力**……体の健康を維持し、病気にならないようにする体力(抵抗力)。

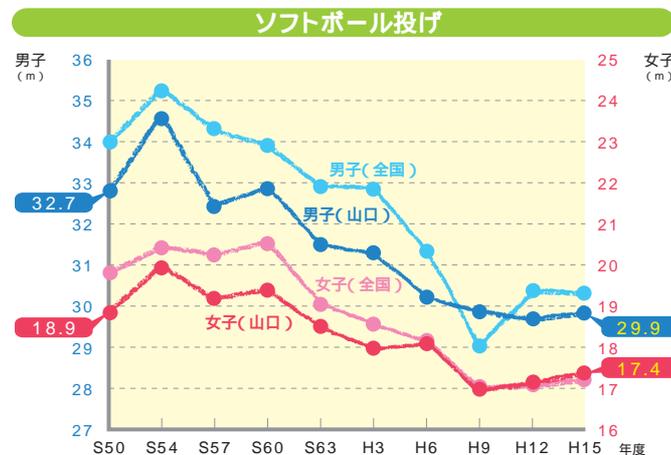
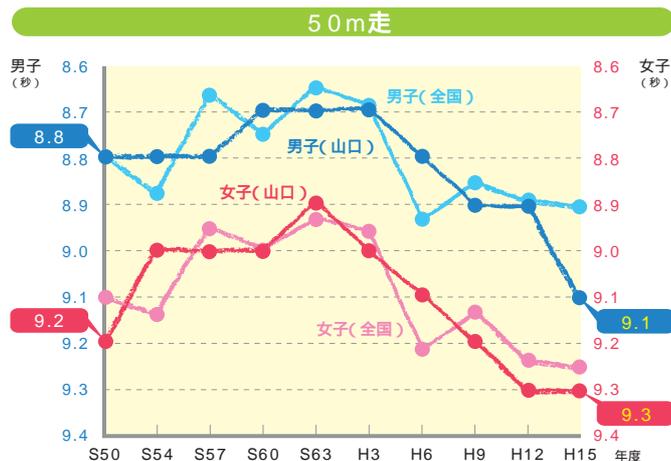
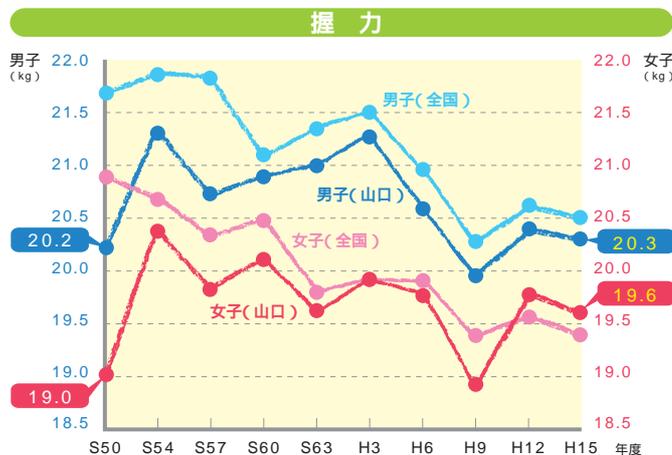
## 子どもの体力の現状

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると

- ・昭和50年ごろまでは向上傾向
- ・昭和50年ごろから昭和60年ごろまでは停滞傾向
- ・昭和60年ごろから現在までは低下傾向

となっています。山口県の状況も、おおむね同様の傾向です。

今の子どもと親の世代(昭和50年代)を比較すると、「体力・運動能力調査」のほとんどの項目で今の子どもが下回っています。



## 体力は、なぜ低下したんでしょう

子どもたちの体力が低下した原因として、次のようなことが指摘されています。

学力への関心と比べ、外遊びやスポーツの重要性が軽視される傾向にあります  
生活の利便化や生活様式の変化により、体を動かす機会が減少しています  
いわゆる「三つの間」が減少しています

- ・ **時間** ... 習い事や室内遊び時間の増加による外遊び・スポーツ活動時間の減少
- ・ **空間** ... 空き地などの子どもたちの手軽な遊び場の減少
- ・ **仲間** ... 少子化や習い事などによる身近にいる仲間の減少

夜型の生活リズムや偏食など、生活習慣の乱れが進んでいます



## 子どもの時期に体を動かすことは大切です

子どもの発達段階に応じて、「今、子どものために何をしておかなければならないのか」を知っておく必要があります。

幼 児 期	走る、跳ぶ、投げるなどの基本的な動きがよく発達する時期です。積極的に運動遊びをさせましょう。
小学生の時期	幼児期よりもさらに複雑な動作を行う能力が向上します。走る、跳ぶ、投げるなどの基本的な動作を含んだ多様な運動遊びに親しませることが大切です。友だちと外遊びをしっかりとさせて、元気な心と体を育てましょう。
中学生の時期	特に、持久力(ねばり強さ)の発達が始まる時期です。この時期に自分の能力に応じてスポーツに挑戦できるようにしてあげましょう。
高校生の時期	筋力(力強さ)の著しい発達がみられる時期です。この時期に生涯を通じて楽しむことができる自分にあったスポーツを見つけ、積極的に親しむことが大切です。



## 学校では

小・中・高等学校等の体育の授業では、生涯スポーツに向けた基礎学習として運動を行うことを重視しています。このため、子どもたちの運動欲求を満たし、運動の楽しさを経験させながら、体力を高めていくよう努めています。

また、体育の授業だけでなく、教育活動全体を通して、様々な工夫をしながら、体力向上に向けての取組みを行っています。



## 家庭や地域では

子どもが屋外で遊んだり、スポーツに親しむ機会を意識して確保していく必要があります。

また、「よく食べ、よく動き、よく眠る」(調和のとれた食事、適切な運動、十分な休養・睡眠)という健康3原則を踏まえた基本的な生活習慣を身に付けることも重要です。

### 子どもの体力・運動能力を知るために

小・中・高等学校等では、1学期に、8種目(中・高は9種目)の体力テストを行っています。各種目の記録は10点満点で得点化し、8種目の合計点をもとに5段階の総合評価が得られます。また、各種目の得点をレーダーチャートにすることで、体力・運動能力のバランスをみることもできます。



### 家庭でも工夫してみましょう

外遊びやスポーツに親しむ習慣が身に付くよう、家庭でも工夫してみましょう。

例えば、部屋にはあるカレンダーなどを使って、体を動かした日に印をつけたり、何をして体を動かしたか書いてみましょう。これを続けていくと、1週間や1か月に何日くらい、どんなことをして体を動かしたか、生活のパターンがみえてきます。



\*文部科学省の「子どもの体力向上」ホームページにアクセスすれば、体力・運動能力のバランスをレーダーチャートにしたり、「カレンダーチェックシート」のダウンロードをすることができます。

## 「子ども元気創造」モデル校での様子を紹介します！

県では、平成16年度から、県内八つの小学校をモデル校として、「食育」「遊び・スポーツ」「読書」を一体的に進め、子どもたちの「知」「徳」「体」のバランスのとれた「生きる力」をはぐくむ取り組みを行っています。

7月の生活調査をもとに、9月から各学校で生活実態にもとづいた取り組みを始めたところ、子どもたちの様子に少しずつ変化がみられるようになりました。

Before

### こんな課題がありました（生活調査の結果）

朝食の欠食が多い

学校では、教師からの声かけがなければ、屋外で遊ばない

野菜不足の傾向がある

学校以外ではほとんど読書をしないという児童が多い

帰宅後は、家でテレビゲームなどを行っている児童が多い

### こんな取り組みをしています

家庭の協力を得ながら毎月1週間の生活チェックを実施

週2回放課後、全校児童で走ることを中心とした運動を実施

「食育」「遊び・スポーツ」「読書」に関する家庭向け「元気だより」を発行

遊具を使ったアスレチックコースをつくって、遊び方を紹介

月1回、教員や保護者ボランティアにより、読み聞かせを実施

読書記録（本の名前、日付、感想）を継続して作成

親子体験型の「食育」「遊び・スポーツ」「読書」に関する「元気フェスティバル」を開催

After

### こんな変化がみられるようになりました（結果は学校ごとに異なります）

朝食欠食率が  
12.3%（9月）から  
5.9%（2月）に減少

体力テストの結果（5月、12月）を比較すると90%以上の児童が上昇

朝の排便をしなかった児童が  
72.9%（9月）から  
54.5%（2月）に減少

昼休みに自発的に屋外で遊ぶ児童が増加

図書室の貸出冊数が  
275冊（9月）から  
676冊（2月）に増加

県では、平成17年度も「子ども元気創造」を推進していきます。  
また、平成16年度のモデル校での成果を県内の他の学校にも普及していきます。





## 「外遊びで子どもの元気をつくる」

国立大学法人山口大学 講師  
う え ち ひ る あ き  
博士(人間科学) 上地 広昭 さん

(生涯スポーツコンベンション やまぐち2005第2分科会  
「子どもの体力向上に向けた取組について」発表者)



今、子どもたちの遊び環境は大きく変化しています。よく言われるのが、遊ぶ時間の減少、遊ぶ空間の欠如、そして、遊び仲間の減少です。これらは、総じて、「三つの間の欠如」と呼ばれ、子どもの体力・運動能力の低下の原因となっています。

私は、これらに加えて、もう一つの「間」が必要であると感じています。それは、「手間」です。

昔と違い、今は、外に出て遊ばなくても、テレビゲームなど、魅力的な遊びがいくらでもあります。たとえば、昔は、多くの子どもが屋外で「ヒーローごっこ」をしていましたが、今は、「ごっこ遊び」などしなくても、テレビゲームの中で、リアルに主人公になりきってしまうのです。

ですから、私たち大人が、子どもたちが遊びやすい環境づくりという「手間」をかけることが必要です。それだけでなく、子どもたち自身も、日記をつけ、自由時間を探すとといった時間の管理や遊び時間の目標をつくるなどの「手間」をかけることが重要です。

子どもの外遊びは、不定愁訴 の数、不安、抑うつ、怒り傾向などに対しても、好ましい影響を与えることが、研究により証明されています。

また、他者との外遊びは、子どもの社会性の発達にも影響します。遊びは、子どもたちにとって「小さな社会」です。そこには、子どもたちが自分たちでつくったルールがあり、遊びを通して、ルールを守ることの大切さや友だちを思いやる心を学んでいくのです。

勉強と遊びは両立すると思います。子どもが外に出て思い切り体を動かすことは、勉強のストレスなどを緩和させる「ガス抜き」の効果もあります。日本には、昔から「文武両道」という素晴らしい考えがあるので、今の子どもたちもこの文武両道をめざしてほしいと思います。

不定愁訴...特定の病気がないのに、「疲れやすい」「頭痛がする」などの体の不調を訴えること



差出有効期間  
平成17年6月  
30日まで

7 5 3 8 7 9 0

山口市滝町一番号  
山口県教育庁教育政策課内

「ふれあい夢通信」編集部 行

7 5 3 8 7 9 0

## 保護者や地域の方のご意見をお待ちしています!

お寄せいただいたご意見は、今後の「ふれあい夢通信」の内容充実役に役立たせていただきます。

### 投稿方法

この投稿用紙を切り取ってご利用ください。その他、ハガキ・封書、FAX、Eメールでご投稿いただいても結構です。

#### 1.ハガキ・封書

〒753-8501  
山口市滝町一番一号  
山口県教育庁教育政策課内  
「ふれあい夢通信」編集部

2.FAX 083-933-4539

3.Eメール a501001@pref.yamaguchi.lg.jp  
締め切り 平成17年6月30日

### 問い合わせ先

山口県教育庁教育政策課  
(電話)083-933-4531

# 「学校評価」の取組みが始まります

保護者や地域の方々の信頼に応え、家庭や地域社会と連携協力して子どもたちの健やかな成長を図るために、平成17年度から、すべての県立学校で学校評価の取組みがスタートします。また、市町村立学校でも、今後、導入が進められます。

学校評価の中では、保護者や地域の方々にもご協力いただきながら、授業評価を中心に学校の教育活動などの学校全般の様子について点検・評価を行い、それらの結果を基に学校運営の充実・改善を図っていきます。

学校評価は、学校に優劣をつけたり、学校間の比較をするものではありません。学校の様子を総合的、客観的に診断し、それを基に充実・改善を図っていく、学校改善のためのシステムです。



## 各学校の取組み

保護者や地域の方々に、学校の様子について積極的に情報提供します。

学校が年度ごとに取り組む目標を定めます。

目標の実現のために具体的な取組みを考えます。

各学校の取組み状況について、教職員による評価を実施します。(自己評価)

子どもたちや保護者、地域の方々のご意見をうかがいます。(外部評価)

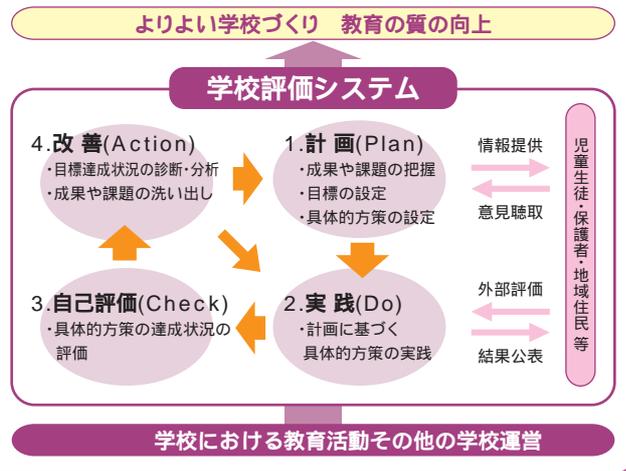
評価結果を基に、学校運営の充実・改善に取り組めます。

評価結果と充実・改善に向けた学校の方針を公表します。

県教育委員会では、各学校における学校評価システムの円滑な導入と定着を図るために、「学校評価ガイドブック」と「学校評価実践事例集」を作成しました。

県教育委員会のホームページでもご覧いただけます。

URL <http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/gyosei/kyoshoku/ghyouka-index.htm>



キリトリ

のりしろ

折り線

1. 今回の特集についてのご意見や子どもに関わる相談・情報をお書きください。

2. 今回の「ふれあい夢通信」はいかがでしたか。( 1.よかった 2.ふつう 3.よくなかった にをつけてください。)

ア.特集1			イ.特集2			ウ.ふれあい交差点			エ.ペンちゃん			オ.ふれあい掲示板		
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

3. 今後、特集のテーマとしてどんなことを取り上げてほしいですか？

テーマ	その理由
-----	------

ご住所 〒							
お名前	年齢	歳	性別	男	女	お子様の年齢	歳

差し支えなければご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

折り線

のりしろ

# ふれあい交差点

今回は、学校間の連携や交流を通して、特色ある取組みを行っている学校を紹介します。

## 幼小連携で、みんなの世界を広げよう!(下関市立江浦幼稚園)

「今日は、お兄ちゃんやお姉ちゃんと遊ぶ日だ!」と子どもたちはワクワクドキドキ。本園では、子どもたちが幼児期から豊かな経験ができる環境が必要であると考え、隣接する下関市立江浦小学校と、年間を通じた交流活動を行っています。

始めたときには、ちょっと緊張気味だった小学生も、遊びの中で少しずつリーダーシップを発揮してくれます。小学校訪問では、幼稚園にはないダイナミックな遊具に、遊園地に来たような歓声が園児たちからあがります。

様々な関わりの中で、小学生のたくましさに憧れ、やさしく声をかけてもらったことで、幼小の壁を越えて友だちになり、みんなの世界が広がります。

遊びから学習へという育ちのつながりを考え、幼小滑らかな接続ができるようにと、職員同士の交流も含め、きめ細かな連携に努めています。



お姉さんが絵本を読んでくれたよ

## 浅田小・八代小交流会～地域の特色を生かして～(周南市立八代小学校)

本校では平成4年から長門市立浅田小学校との間で交流活動をしています。この交流はその前年、八代のナベツルの餌として、学校で栽培した米が浅田小学校から本校へ届けられたことがきっかけとして始まりました。

毎年夏には本校5・6年の児童が浅田小学校へ招かれ、かまぼこ作りなどの活動を一緒にしています。また、冬には浅田小学校6年の児童が本校を訪れ、ナベツル観察や松かさ鶴の工作などの活動を、本校児童を先生役として行っています。

今年も、1月に冬の交流会を開催しました。まだ雪の残る寒い一日でしたが、ナベツルの観察や鶴工作と、子どもたちの活動はそれぞれ熱気にあふれていました。

この交流会を通して、地域の自然や文化に誇りを持ち、それを継承していくことの大切さを、子どもたちがお互いに学びあってほしいと願っています。



上手にツルができたかな

## 小中連携教育 みんなで育てよう大井の子(萩市立大井中学校)

本校では、萩市立大井小学校と連携して、大井の子どもをみんなで育てる取組みを進めています。

教職員間の研修交流として、授業参観、合同研修会。児童生徒のふれあい交流として海岸の清掃、小中英語交流授業などを実施しています。

小中英語交流授業は、小学校6年生と中学校1年生が合同で、ALT(外国語指導助手)の先生とふれあいながら学習をします。今年度も、班に分かれて英単語ゲームをしたり、英語での自己紹介をしたりしました。自己紹介では中学生が小学生の先生となり、内容を一緒に考えたり、また発表の練習をしました。そして、いよいよALTの先生にチャレンジです。少し緊張していたようですが、みんな楽しそうに英語で自己紹介をすることができました。

これからもふれあいの中で、共に学び共に生きる心豊かな児童生徒であってほしいと願っています。



さあ、先生に何を話そうか

## 周防大島に根ざす中高一貫教育(県立安下庄高等学校)

「みかんが生まれたのは何県?」「柑橘類発祥はどこ国?」など、一日かけて収穫し、山積みになされたみかんに囲まれ、作業の合間に農家の方が出されるクイズに生徒が楽しく答えます。本地域の中高一貫教育の行事として行った「ふれあいみかん収穫作業」の一コマです。

本校生徒と、周防大島町立安下庄・日良居・東和中学校の生徒が一緒になって、地元みかん農家の指導のもと、一つずつ丁寧に収穫していきます。大切な商品であるだけに、作業は慎重に行います。地域の方々との多大な協力を背景にした周防大島ならではの行事です。

この行事を通じて、生徒が、異年齢集団の中でふれあいを深めるだけでなく、周防大島町の産業や地域文化に対する理解を深めるとともに、勤労の貴さを体得し、望ましい職業観を確立していくことを願っています。



大切なみかん、作業は慎重に



県教育委員会のホームページ

やまぐち  
教育情報ステーション  
をご活用ください

「やまぐち教育情報ステーション」では、県内の学校や行政機関からのホットな情報をお届けしています。お子様の通われる学校の取組みや県内の様々な教育情報を知るために、ぜひ、ご活用ください。

「やまぐち教育情報ステーション」は、七つのコーナーから情報をお届けしています。

学校情報では、県内の各学校から発信される様々な情報を掲載しています

ひとことでは、教育関係者のエッセイ[学び舎の窓から]を連載中です

その他、行政情報、募集案内、イベントなどのコーナーがあります

URL <http://www.ysn21.jp/e-joho/>

山口県教育委員会のトップ画面からもアクセスできます



# ふれあい掲示板

子どもたちと一緒に参加、見学できるイベント案内  
イベントカレンダー

2005年4月▶7月

**山口県指導課**(山口市) 電話 083(933)4590

6/6(月)~7/29(金) **教科書展示会**  
場所/中央教科書センター(県庁13階)  
県内各教科書センター

**山口県教育研修所**(山口市) 電話 083(987)1190

5/12(木)・5/13(金) **天体観測入門**  
対象/一般(中学生以下は保護者同伴)  
定員/各20人 締切/1週間前

**山口県立山口博物館**(山口市) 電話 083(922)0294

(休)毎月曜日(ただし月曜日が祝日の場合は開館し、翌日休館)

4/5(火)~5/29(日) **テーマ展**  
「焼き物の歴史~縄文土器から現代へ~」  
4/26(火)~5/29(日) **テーマ展**  
「世界のチョウ・日本のチョウ」

**山口県立美術館**(山口市) 電話 083(925)7788

(休)興福寺国宝展開催期間中は無休

4/12(火)~5/22(日) **興福寺国宝展**  
4/24(日)・5/8(日) **親子で楽しむ興福寺国宝展**  
対象/小学生以下とその保護者  
定員/各子ども10人とその保護者(先着)  
興福寺国宝終了後は、空調機器改修工事のため平成18年3月末日まで休館となります。

**山口県立萩美術館・浦上記念館**(萩市) 電話 0838(24)2400

(休)毎月曜日(ただし5/2は開館)

4/23(土)~6/12(日) **2005年日本国際博覧会開催記念**  
**瀬戸陶芸の精華展**  
4/23(土)・5/14(土) **瀬戸陶芸の精華展 記念講演会**  
対象/一般 定員/各80人(先着)

**大島青年の家**(周防大島町) 電話 0820(76)0913

7/23(土)~7/24(日) **海中散歩してみませんか**  
対象/家族・親子 定員/30人 締切/7/8

**光青年の家**(光市) 電話 0833(72)5512

7/9(土)~7/10(日) **大自然をゲット**  
対象/小学3年生以上とその家族 定員/40人 締切/6/25

**油谷青年の家**(長門市) 電話 0837(32)1000

7/16(土)~7/17(日) **夏だ!海だ!レッツマリン!!**  
対象/小中学生とその家族 定員/40人 締切/7/1  
7/30(土)~7/31(日) **花マル 海の探検隊!!**  
~シーカヤックで海に漕ぎだそう~  
対象/4・5歳児とその家族 定員/40人 締切/7/15

**萩青年の家**(萩市) 電話 0838(22)4730

5/15(日) **クッキング! ジューC 夏みかん**  
対象/小学生とその家族 定員/50人 締切/4/27  
8/5(金)~8/7(日) **グリーンアドベンチャー**  
“阿武川くだり”  
対象/小学5、6年生、中学生 定員/40人 締切/7/21

**十種ヶ峰青少年野外活動センター**(阿東町) 電話 08395(8)0033

5/21(土)~5/22(日) **十種ヶ峰でアドベンチャー**  
対象/小学5年生~中学3年生 定員/30人 締切/5/7  
7/16(土)~7/18(月) **チャレンジ・マウンテンバイク**  
~小京都・津和野ヘッーリング~  
対象/小学5年生~中学3年生 定員/30人 締切/7/2

**ふれあいパーク**(由宇町) 電話 0827(63)1513

7/3(日) **川辺の大冒険**  
対象/幼児とその家族 定員/20家族 締切/6/7  
7/24(日) **夏休みトンカチ木工教室**  
対象/小学生とその家族 定員/30人 締切/6/28

詳しい内容については、各施設にお問い合わせください。  
ここに掲載したものの以外のイベントや学校情報は、「やまぐち教育情報ステーション」に随時、  
情報を掲載していますので、こちらもご覧ください。

URL <http://www.ysn21.jp/e-joho/>

## お気軽に何でも早めにご相談ください

子どもに関わる悩み、不安、気になることなど、何でも早めに相談  
や情報をお寄せください。

### 相談や情報はこちらへ

- ・学校(幼稚園)
- ・市町村教育委員会
- ・県教育事務所
- ・県教育委員会

(県教育委員会へは、本誌投稿用紙、電話、Eメール、FAXがご利用できます。)

### その他の相談窓口

学校・幼稚園を通じてお配りしている「相談窓口一覧」をご利用ください。

## 学校へ健康問題の専門家を派遣しています

県教育委員会では、多様化・複雑化している児童生徒の健康問題に対応するため、  
専門家(学識経験者、医療関係者等)を学校へ派遣しています。

[問い合わせ先]山口県保健体育課 電話083(933)4675

## 国民文化祭やまぐち 子ども夢プロジェクト募集中!

児童生徒の皆さんが考える  
文化芸術の夢やアイデアを募集しています。

### [応募資格]

県内の子どもで、グループ単位であれば、誰でも応募することができます  
(ただし、平成19年3月末時点で18歳以下の方)。学校(幼稚園・保育園)、学年、  
クラス、部活動単位はもちろんのこと、子ども会や地域の自主的な団体での  
応募も大歓迎です。

### [採択件数]

15事業程度。採択された場合は、1件あたり限度額100万円以内で夢やアイ  
デアの実現のお手伝いをします。

### [応募期限]

平成17年5月31日(火)消印有効

### [応募先・問い合わせ先]

第21回国民文化祭山口県実行委員会事務局  
TEL:083-933-2850 FAX:083-933-2859

**ふれあい夢通信**  
編集部より

シリーズ3回にわたって、特集「子ども元気創造」をおとどけてきましたが、いかがでしたか。  
「読書」「食育」「遊び・スポーツ」はいずれも、子どもたちの発育・発達に欠かせないものです。  
子育てでの参考にさせていただき、家庭や地域での取組みにつなげていただければうれしく思います。  
「ふれあい夢通信」は、次回からリニューアルします! 今後とも、ご愛読くださいますよう  
お願いいたします。

山口県教育庁  
教育政策課教育企画室  
〒753-8501 山口市滝町1-1  
TEL 083-933-4531  
FAX 083-933-4539  
Eメール: a501001@pref.yamaguchi.lg.jp