

## 目黒区

【児童・生徒数】  
13,213名

【学校・園数】  
31校・園（小学校22校、中学校9校、  
幼稚園・こども園3園）



### 【目黒区の特徴】

・交通利便性が高く、歴史・文化の香る、住宅地と商業地の調和のとれた地域である。

### 【課題・改善】

- ・児童意識調査において、「運動やスポーツの頻度（週1～2日以上）」と回答した児童が、69.8%から64.6%に減少した。
  - ・運動経験を継続的に積み重ねることで、結果的に東京都統一体力テストの数値を向上させる必要がある。
- ⇒体育科、保健体育科において、コーディネーショントレーニング等の活動を意図的・計画的に取り入れるなど、授業改善を図る。

### 【実態・課題】

- ・区立小・中学校の令和3年度体力合計点は、全国の傾向と同様、令和元年度と比べると全体的に低下している。
  - ・「運動やスポーツをする時間が減少した」と回答した児童・生徒は約5割にのぼっている。
- ⇒「運動が好き」「体を動かすことが楽しい」と思えるように、運動習慣の定着を図ることができるようにする。

### 目標

- ・東京都統一体力テスト1種目の数値向上。
- ・児童・生徒意識調査「運動が好き」の項目における肯定的回答の向上。
- ・「運動やスポーツをする頻度」「運動やスポーツをする時間」の項目における頻度や時間の増加。
- ・令和5年度東京都統一体力テストの同一集団比較（令和3・4年度）において、全種目向上。

### 【成果】

- <児童>
- コーディネーショントレーニング授業実施学級の反復横跳びの回数が同年6月と比べて男子3.4回、女子4.6回向上した。
  - 「運動が好き」の肯定的回答が65.8%から72.8%に増加した。
- <教員>
- コーディネーショントレーニングに関する研修アンケートで平均3.93点（4点満点）の回答を得た。
  - 運動習慣の定着を図るための体力向上取組事例集を作成し、共有を図ることができた。
- <保護者>
- 学校評価アンケート「学校は、子供の体力向上や健康の促進に積極的に取り組んでいる」の項目において、昨年度比2.8ポイント向上した。

### 【取組】

- 区内全公立幼稚園・こども園、小・中学校における実技研修会の取組
  - ・日本コーディネーショントレーニング協会講師を招聘し、年間4回の実技研修会を実施
  - 令和4年度Meguroスポーツライフ推進校の取組
  - ・日本コーディネーショントレーニング協会講師を招聘し、児童対象授業を実施（小学校2校）
  - ・体力向上に有効な教具を活用した運動習慣の定着に資する取組モデルを開発（小学校5校）
- ※『めぐる ここカラダシート』体力向上取組事例集』の作成

## 【取組（詳細）】

### 区内全公立幼稚園・こども園、小・中学校における実技研修会の取組

#### ○日本コーディネーショントレーニング協会と協力した実技研修会の実施

日本コーディネーショントレーニング協会講師を招聘し、年4回、幼稚園、こども園、小・中学校の教員を対象とした実技研修会を実施した。

発達段階に応じた実技内容にするため、幼児から小学校第3学年までと、小学校第4学年から中学校第3学年までの2つに分けて2回ずつ（6月・11月）実施した。

参加者からは「理論だけでなく実際に動いてコーディネーショントレーニング等を取り入れた活動を理解できた。」「運動が苦手な子でも意欲的に運動できると感じた。」との感想があり、好評であった。



実技研修会の様子

### 令和4年度Meguroスポーツライフ推進校の取組

#### ○コーディネーショントレーニング授業の実施



児童に対する授業の様子

令和4年度Meguroスポーツライフ推進校である五本木小学校（第4学年）及び月光原小学校（第5学年）が、日本コーディネーショントレーニング協会を講師に招聘し、各校3回の授業と成果検証を行った。

授業を参観した学級担任からは、「運動ができる・できないに関わらず、体を動かすことを楽しんでいる姿が多く見られた。」との感想があった。

#### ○『めぐる ここカラダシート』体力向上取組事例集』の作成

令和4年度Meguroスポーツライフ推進校である油面小学校、五本木小学校、鷹番小学校、月光原小学校、不動小学校が、体力向上に有効な教具を活用した運動習慣の定着に資する取組モデルを開発した。

令和4年度Tokyoスポーツライフ推進指定地区として取り組んだコーディネーショントレーニングの活用と合わせて、体力向上取組事例集を作成した。

