

ではここで、学習指導要領における体力づくりの位置付けについてどうなっているか見てみましょう！



### ( 1 ) 総則における体力づくりの位置付け

学校における体育・健康に関する指導は、学校教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、体力の向上及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、特別活動などにおいても十分行うようつとめることとし、それらの指導を通して、日常生活における適切な体育的活動の実践が促されるとともに、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。

特に、児童の体力向上に関する指導については、全校体制のもとで取り組む必要があることを強調しているよ。



### ( 2 ) 体育の授業における体力づくりの位置付け

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、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。

#### 【第1・2学年】

基本の運動及びゲームを簡単なきまりや活動を工夫して楽しくできるようにするとともに、体力を養う。

#### 【第3・4学年】

各種の運動の課題をもち、活動を工夫して運動を楽しくできるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体力を養う。

#### 【第5・6学年】

各種の運動の課題をもち、活動を工夫して計画的に行うことによって、その運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体の調子を整え、体力を高める。