

令和5年5月11日
京都市教育委員会
体育健康教育室

令和5年度 ICTを活用した体力向上の取組について

全国的に子どもの体力低下が課題となる中、本市では、子どもたちの運動意欲を高め、体力向上を図ることを目的に、ICTを活用した体力向上の取組を行っています。令和4年度から始めた新たな取組を、今年度はさらに充実させて実施します。

1 スポーツチャレンジ大会

(1)実施概要

共通のテーマ(競技)を設けて、本市小中学生が学年単位やクラス単位でチームを作り、学校を越えて、市内のすべての参加チームと得点を競い合う。全チームの得点や順位は、GIGA端末でリアルタイムに把握でき、実施期間中は何度でも得点の更新が可能であるため、高得点を目指して練習することで、チームで協力し合う態度や運動意欲を高める。

(2)対象

小・中学生。チームの単位は不問(学年、クラス、クラブなど)

(3)令和5年度 実施内容(予定)

第1回	4/24～5/24	ギャロップリレー／鉄棒ぶらさがり
第2回	6月～7月	種目未定
第3回	9月頃	大縄とび
第4回	11月～12月	ボール競技
第5回	1月～2月	大縄とび



2 ダンス動画配信「今月のダンス」

(1)実施概要

人気曲にのせた創作ダンスの動画を2カ月ごとに限定配信し、楽しみながらダンスを練習することで、継続的に体を動かす機会をつくる。配信期間中は、GIGA端末からいつでも視聴が可能。ダンスの創作・出演は、民間でダンス指導の経験のある小学校教諭が行う。

難易度別に楽しめるよう、「スタンダード」「チャレンジ」の2種類を配信。

(2)対象

小・中・高校生

(3)令和5年度 実施内容

5月～2月の間、2カ月ごとに1曲を配信(全5曲)

(5・6月配信曲:Mela!／緑黄色社会)

【問合せ先】

京都市教育委員会 体育健康教育室 体育担当

TEL 075-708-5322 (担当:松田、奥田)

(参考) 令和4年度の実績

1 スポーツチャレンジ大会

【実施実績】

	実施期間	テーマ	参加校	延べ人数
第1回	9/1~9/30	大なわ (大なわとび/8の字)	40校	3,898人
第2回	11/14~12/16	ボール競技 (パス&ラン/ボール送り)	34校	2,895人
第3回	1/16~2/17	大なわ (大なわとび/8の字)	58校	3,691人

《参加校からの声》

- ・いつもなら外に出ず集団行動が苦手な子が、積極的に参加していた。
- ・不登校気味だった子が、練習がしたくて学校に来るようになった。
- ・長期休業後荒れがちだったクラスが団結して練習し、雰囲気がよくなった。

2 動画配信

(1) 京都サンガ F.C.と連携したトレーニング動画(R5.3~現在配信中)

<p><u>幼稚園・小学生向け動画(4分55秒)</u> 京都サンガ F.C.のキッズチアコーチがチアの動きを取り入れたダンスを実演した親しみやすい内容。</p>	
<p><u>中学生・高校生向け動画(8分50秒)</u> 京都サンガ F.C.の現役選手とトレーナーが8種類の動きを組み込んだサーキットトレーニングを行う。選手が実演、トレーナーが注意点などを解説し、正しいフォームでのトレーニングを促す。</p>	

(2) ダンス動画配信「今月のダンス」

令和4年11月から配信を開始。1カ月の期間限定で全4曲を配信した。

11月	ツバメ/YOASOBI
12月	ミックスナッツ/Official 髭男dism
1月	ダンスホール/Mrs. GREEN APPLE
2月	新時代(ウタ from ONE PIECE FILM RED)/ADO