

I 「TOKYO ACTIVE PLAN for students」策定の意義

人生100年時代、元気に活躍し続けられる社会をつくる必要がある

- 幼児期から運動を楽しみながら、自ら体力を高めていく習慣を身に付けることが大切
- 東京2020大会を契機に、「だれでも、どこでも、いつまでも」スポーツを楽しむことができることが大切

II 子供たちの体力向上に向けた基本的な考え方

健康で活力に満ちた生活をデザインすることができる資質・能力を育む

（「未来の東京」に生きる子供の姿）



<東京型体力向上モデル>

- スポーツとの多様な関わり方（**する・みる・支える・知る**）を通じた取組を充実
- 東京の**各種専門家**等と積極的に連携
- **デジタル技術**を活用し、エビデンスベースの指導（集団から個に着目）

III 子供たちの体力向上に向けた取組の今後の方向性

<これまでの取組>

総合的な子供の基礎体力向上方策に基づく取組を推進

- 東京都統一体力テストの実施
- マネジメントサイクルの活用
- 実践事例集の作成・周知

<体力の現状、課題>

向上傾向にあった体力が令和3年度は低下

- ・ 個に応じた指導の質を更に向上
- ・ **運動時間減少のスタイル定着の回避**
- ・ 健康的な生活習慣の定着
- ・ 多様なニーズへの対応
- ・ **スポーツとの多様な関わり方の推進**

<体力向上施策の方向性>

- ・ **スポーツの多様な楽しみ方を学ぶ**体育授業
- ・ **関係団体等と連携した運動習慣の定着**
- ・ 外部人材等と連携した健康教育
- ・ 多様なニーズに応じた運動する機会
- ・ **スポーツへの関心を高める取組**

IV 具体的な方策

【PROJECT1】

個別最適な学びを実現する授業

デジタルの活用により、**一人一人に合った方法**で力を伸ばす取組を充実



【PROJECT2】

スポーツライフの推進

運動習慣の確立・定着・改善を図るため、効果のある取組を研究



【PROJECT3】

健康的な生活スタイルの確立

専門的な外部人材と連携した**健康的な生活習慣**を図るための取組を推進



【PROJECT4】

多様なニーズに応じた運動部活動

コンディション、トレーニングの見える化、GPSを活用した戦術立案により**競技力を向上**



【PROJECT5】

東京2020大会レガシーの浸透

オリンピックやパラリンピックの学校教育への参画による取組を推進

