

進んで体力づくりをする 児童の育成

大分県杵築市立杵築小学校

全校児童数	524名(男子259名 女子265名)		
全クラス数	22	教職員数	43名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	杵築市立山香小学校		
体育専科教員名		糸長 啓二	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ◇体力・運動能力調査から「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「50m走」の項目において県平均を下回っている学年が多い。
- ◇休み時間に外で遊ぶ子どもが多いが、固定されている。
- ◇社会体育をしている児童としていない児童の体力差が大きい。

2 取組の計画

- ① 体育授業・体育的行事・体力向上の取組の充実
 - ・サーキットトレーニングの実施(授業前)
 - ・補助運動の共通理解と実施(主運動につながる)
 - ・クラスルームトレーニングの実施(週一金曜日)
 - ・委員会活動の活用
- ② 体育環境の充実
 - ・運動場や体育館の整備及び用具整理
 - ・用具の点検、作成、補充
 - ・授業用具の準備、片づけ
- ③ 基本的生活習慣の確立
 - ・「睡眠、起床、朝ごはん、毎日運動」を意識した体調管理、望ましい生活習慣の確立

Do：実践内容

1 体育授業、行事、体力向上等の取組の充実

- ・学級担任とのTT指導で、運動の苦手な子どもへの指導や安全面の配慮に心がけた。
- ・運動量を確保するために、サーキットから授業開始まで効果的に実施できるように指導を行った。
- ・主運動につながる補助運動を示し、準備運動後に取り組んだ。
- ・単元によっては、課題別練習を行った。
- ・子どもの実態に応じた教材や場の工夫を行った。
- ・2学期、3学期に本年度の課題項目の共通理解と検証を行った。
- ・クラスルームトレーニングを週一回金曜日の帰りの会後に行った。

2 体育環境の充実

- ・運動場や体育館の整備、体育倉庫の整理、用具類の点検、補充
- ・体育館、運動場にサーキットトレーニングを表示
- ・教材の工夫、作成
- ・体育授業で使用の用具器具の準備、片づけ

3 基本的生活習慣の確立

- ・「早寝」「早起き」の指導の継続と徹底
- ・食育授業の計画的実施

●工夫したこと(&苦労した点)

- ① 運動量の確保を図るとともに多様な運動経験とスムーズステップでの成功体験の蓄積を重視した。
- ② 肯定的な言葉かけを心がけた。
- ③ ICTの活用等、運動のポイントとふり返りの確認に活用した。
- ④ 訪問校において授業後のふり返りと、次時の授業内容等の打ち合わせを行った。
- ⑤ 学級担任との連携、打ち合わせ時間の十分な確保(TTでの役割内容)に努めた。

Check：取組の成果

- ① 運動好き、スポーツ好きな子どもが増え、体育の時間を楽しみにしている。
- ② 授業をパターン化することで子どもたちが授業の流れを把握し、自主的に取り組むことができ、運動量の確保につながった。
- ③ TT体制の指導により、一人ひとりにきめ細やかな指導、また、スムーズな準備、片付けが図られた。
- ④ 少人数指導、課題別指導をすることができ、技能や意欲の向上につながった。
- ⑤ 体力・運動能力の記録向上、そして、本年度の課題項目を3学期に再度、記録測定し検証することができた。

Action：今後の課題

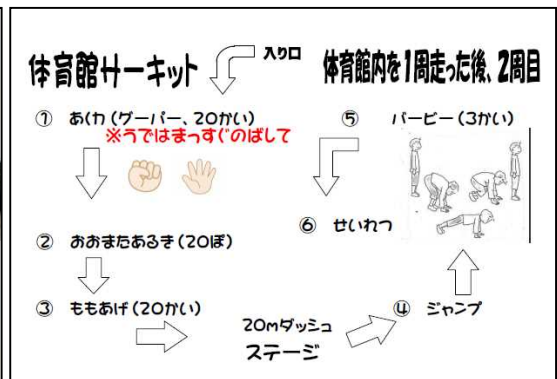
- ① 授業内容や進め方などについて、担任と話し合うための時間の確保が今後も必要である。
- ② TT指導の効果的な指導、役割分担のあり方はどうあるべきかを今後も工夫していきたい。
- ③ 授業前の効果的なサーキットと授業での十分な運動量、指導時間の確保について今後も努めていきたい。
- ④ 運動の苦手な子どもたちの指導、支援のあり方を担任と十分確認していきたい。
- ⑤ 用具、器具の補充

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・健康な体、元気でやる気に満ちた児童の育成
- ・運動の楽しさを知り、達成感を味わい、自信をもって頑張ろうとする児童の育成
- ・コミュニケーションを図り、協力する児童の育成
- ・規律、節度をもった児童の育成

〈授業前のサーキット〉
(運動場サーキット)

(体育館サーキット)



〈実践事例〉

(公開授業)

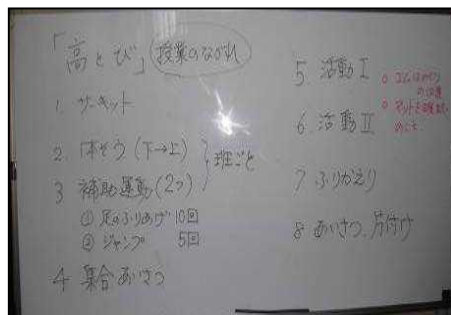
○期日 11月5日(月) 第1回公開授業 4年生 「走・跳の運動:高跳び」

- ・教材、場の工夫 高跳びのポール → バドミントンのポール
高跳びのバー → ゴムひも
エバーマット → スポンジマット (はさみとび)

・ICTの活用 → 踏み切り足、位置の確認 振り上げ足の確認 着地の確認 等

2月4日(月) 第2回公開授業 5年生 「ボール運動:バスケットボール」

- ・指導法の工夫 補助運動 → 主運動につながる運動
シンプルな授業システム、場づくり、ルール、作戦の工夫、簡易ゲーム 等
- ・ICTの活用 ボールをもたない児童の動き コート全体を使っのプレーの確認 等



(なわとび大会) (体育的行事)

○期間 1月15日(火) ~1月19日(金) (なわとびタイム期間) 全校一斉(中休み)

1月21日(月) ~2月1日(金) (なわとび大会期間) 各学年毎

