

「汗かく体育」と「体力名人」の取り組みによる 運動好きな児童の育成

大分県大分市立豊府小学校

全校児童数	946名(男子488名 女子458名)		
全クラス数	32	教職員数	53名
体育専科教員訪問学校数			2校
訪問校	大分市立 南大分小学校		
体育専科教員名			佐藤 充

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ◆児童数が多いために合同体育を設定することが多く、運動量を確保した「汗かく体育」の達成が難しい
 - ・「30分以上運動する汗かく体育」を全校の合い言葉にして取り組んでいるが、合同体育をする時間が多い学年ほど、1人あたりの運動量が落ちる現状がある。
- ◆本校の体力的課題は「握力」
 - ・昨年度の新体力テストの全国平均達成率は91%で、項目別にみると「握力」の達成率が50%と特に低い。

2 取組の計画

- ① 運動量を第一に考えた体育授業のあり方を体育専科・各学年部の体育部が中心になって提案し、「汗かく体育の授業」を実践していく。
- ② 毎月体育目標を設定し、課題の「握力」等が向上していけるような「体力名人」の取組を学校と家庭が一体となって展開する。また、家庭の協力につなげるために体育通信を定期的に発行し、取組を広げていく。

Do：実践内容

1 「汗かく体育」で運動好きな子に

- (1) 運動量の確保された体育授業へ
 - ・教師による説明を端的にしたり、複数の場を設定したりすることで、一人あたりの運動時間や運動スペースが確保された体育授業を展開した。
- (2) 体育専科による体育実技研修・授業公開を通して「汗かく体育」の授業イメージを共通理解する
 - ・「汗かく体育」を進めるうえで必要な場、道具、授業づくりの工夫を、実技研修や公開授業をもとに学ぶ機会を毎学期設定した。

2 「体力名人」の取組で運動の日常化へ

- (1) 毎月の体育目標の設定
 - ・毎月体育目標を設定し、学校と家庭が一体となって目標を共有して取り組んだ。また、継続して取り組めた子には「努力賞」を認定し、「努力賞」達成を一番価値あるものとして学校全体で取組を進めた。
- (2) 家族でいっしょに「体力名人」へチャレンジ
 - ・保護者に向けて「体育通信」を発行し、学校と家庭が体育目標の達成に向けて一体となって取り組めるよう情報を発信した。

●工夫したこと（&苦労した点）

- ① T1とT2の動きが見える学習の流れを毎時間作成し、役割や見通しをもって進められるようにした。
- ② 毎月の体育部会で「体力名人」の認定基準や進め方を話し合い、全職員で共通理解できるようにした。
- ③ 体力名人の「努力賞」達成割合の目標値を70%以上と設定して、その達成に向けて全校で取り組めた。
- ④ 体育通信で具体的な取組の様子や体力向上に関する情報を発信し、取組を家庭に広げていった。

Check：取組の成果

- ① 「運動好き」と回答した児童の割合が一昨年は86%であったが88%に上昇。
- ② 「体育の授業は楽しい」と回答した全校児童の割合は一昨年の90%から92%に上昇。
- ③ 体力テストの全国平均達成率が一昨年の89%から96%に上昇。
- ④ 毎月体育目標を設定しての取組や、体育通信を通して積極的に家庭を巻き込んだ体力向上の取組を推進した結果、「学校は積極的に体力づくりに努めている」と回答した保護者の割合が98%に上昇。

豊府小で展開した体育実技研修や家庭を巻き込んだ体力向上の取組を、今年度より南大分小、横瀬西小、西の台小でも展開。体力向上の面で大きな成果も見え、来年度以降につなげる土台ができた。

Action：今後の課題

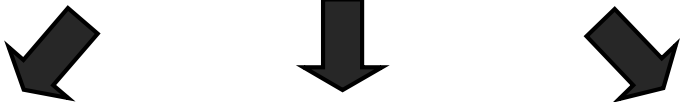
- ① 体育に関する研修や授業公開の機会を今後も位置づけ、「汗かく体育」につながる場・道具・授業づくりの工夫への理解を全職員で深めていく必要がある。
- ② 大規模校のため、一人あたりの運動スペースの確保は今後も課題。体育館やグラウンドの使用割り当ての工夫、教育課程の時期の見直し等を進めていく。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

◆ 体力向上が進めば、学力も伸びる！

- ・十分な運動量を確保し、児童にとって満足度の高い体育授業を進めることができれば、その後の学習に落ち着いて取り組むことができる。結果として、**体力向上が進めば学力向上にもつながっていく。**

運動好きな子どもを育てるために



①「汗かく体育」を全校で

30分以上運動する
運動量が確保された体育授業



②教育課程をバランスよく

○ 1時間2領域の考え方で授業展開

5月	授業の導入	授業の展開
体育館	上体起こし か 反復よこどり	マット運動へ
グラウンド	50m走	リレー ハードル走へ

③体力名人で運動の日常化

学校と家庭が一体となって
運動機会をつくりだす



<体力名人の取り組みの様子>



てっぽう名人



なわとび名人

家族でいっしょに 体力アップ！(6月)

ふっさん名人になろう

ご家庭でもできる、親子で楽しめる体力アッププログラムです。夏休み前に行い、体力アップを図り、新学期のスタートに備えましょう。

学年	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年生	120	100	120	100	120	100
2年生	120	100	120	100	120	100

※体力アップカードは、家庭でもできる体力アッププログラムです。夏休み前に行い、体力アップを図り、新学期のスタートに備えましょう。

体力アップカード

<家庭に配布する体育通信>

<新体力テスト結果の推移>

筋肉通信

★逆上がり指導の悩み・難しさ★

1部 100-200-41A (154頁)
2部 100-200-70A (118頁)
3部 100-200-92A (98頁)
4部 100-200-91A (113頁)
5部 100-200-91A (113頁)
6部 100-200-91A (113頁)

お家でできちゃおう！

鉄棒を使わない逆上がり練習法

「お家でできちゃおう！鉄棒を使わない逆上がり練習法」は、鉄棒を使わずに逆上りの練習ができるように工夫された練習法です。お家で練習することで、逆上りの練習が楽しくなります。

お家で練習する際のポイントとして、お家の家具を利用して練習する方法があります。例えば、お風呂場の浴槽の縁や、お家の柱を利用して練習することができます。

月刊誌「楽しい体育の授業」(明治図書)
2019年4月号より、豊府小の体育通信
「筋肉通信」が連載されます。(全12回)

新体力テスト	全国平均以上の達成割合(%)
H23年度	13.5%
H24年度	27.0%
H25年度	43.7%
H26年度	50.0%
H27年度	62.5%
H28年度	89.8%
H29年度	91.6%
H30年度	95.8%