

「心も元気・体も元気・ 運動大好きな戸次っ子の育成」

大分県大分市立戸次小学校

全校児童数	378名(男子189名 女子188名)		
全クラス数	17	教職員数	31名
体育専科教員訪問学校数			2校
訪問校	大分県大分市立竹中小学校 大分県大分市立上戸次小学校		
体育専科教員名		西山 美緒	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆体力運動能力調査において、全国平均を上回る項目が85.42%であり、反復横跳び・50m走・ボール投げで平均を上回らない学年があった。

・いろいろな運動をする機会を増やす・運動量の確保

◆週3日以上運動する児童は増えてきているが、全く運動しない児童が2.1%いる。

・運動の楽しさの体験 ・外で遊びたくなる場・機会

◆家が遠く、徒歩通学できない児童がいる。

・学校での運動量の確保

2 取組の計画

① 体育授業の充実

- ・つきたい力を明確にした授業
- ・運動量の確保

② 体育以外での体力づくりの充実

- ・1日1回のサーキット運動「ごぼうサーキット」
- ・毎月の体育目標〇〇名人「ごぼうチャレンジ」
- ・遊びの広がりにつながる工夫
- ・家庭との連携「体育通信」「体力アップウィーク」

Do：実践内容

1 体育授業の充実

(1) つきたい力を明確にした授業

- ①めあての掲示…他の教科と同様にめあてを赤で囲み掲示している。(めあての可視化)
- ②技能ポイント…技能のポイントを掲示し、見合い・教え合いの視点とすることで、技能向上をめざしている。(主体的・対話的・深い学び)
- ③ICT機器の活用…動きを高めるために、単元の始めや自分の動きを振り返らせる際に使用する。

(2) 運動量の確保

- ①補助運動…主運動の前の補助運動をパターン化することで教師の説明の時間を短く設定する。
- ②場や教具、グルーピングの工夫…活動の場を増やしたり、教具やグループの人数を工夫したりすることで、待ち時間を短くするようにしている。

2 体育以外での体力づくりの充実

(1) ごぼうサーキット

- ①1日1回の実施…実施したら、各教室に置いている名簿に印をする。担任が月末にチェックをする。
- ②皆勤者にはシールを渡し、体力アップカードに貼らせている。

(2) ごぼうチャレンジ

- ①毎月の名人…方法を月初めに知らせ、体育の時間または休み時間にチャレンジする。名人には、認定証を渡し、体力アップカードに貼らせている。
- ②認定方法…体育委員が認定するものと目標をクリアしたら認定されるものがある。

●工夫したこと (&苦労した点)

- ① ごぼうサーキットやごぼうチャレンジにおいては、ペアやグループで誘い合ったり、確認し合ったりするなど、学級ごとに実施率を上げる工夫を行った。
- ② 取組の成果が見えるように、個々が体力アップカードを持ち、名人シールや皆勤賞シールを貼っていくようにした。
- ③ 全学年共通の補助運動をする、学年ごとにルールを工夫するなど、系統性を考えて授業を行った。

Check：取組の成果

- ① 体力運動能力調査について
全国平均を上回る項目が91.67%になった。体力名人の達成率も前年度と比較して日々の授業の中でも技能の向上を感じる場面が多くある。
- ② 運動習慣について
アンケートの結果より、全く運動しない児童の割合が1.6%になった。また、学校でほとんど遊ばないと答えた児童は0.5%であり、外遊びをする児童は確実に増加している。
- ③ 体育の授業について
「体育が好き・まあまあ好き」という児童が95%を超え、多くの子どもたちが意欲的に学習に取り組むことができた。各内容において技能の向上が見られた。

Action：今後の課題

体育が「あまり好きではない・嫌い」と答えた児童の中には、技能は高くても自己肯定感が低い傾向にある児童がいる。できる喜びとともに、自己肯定感を高めるような声掛けや手立てを考える必要がある。

技能を高めるためにどの内容においても系統性を考えた指導をしていく必要がある。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・運動することが習慣化している。
- ・食欲につながり、食べこみがよい。

【授業の様子】



4年生 表現運動
 ・自分たちの動きを
 遅延ソフトで確認
 ・最後にミニ発表会



4年生 はばとび
 ・50cm置きに点数を
 配置。ペアで見合い。
 ・3回跳んだ合計点を出す



場や用具の工夫：2リングバスケットゴール、ネット型ゲームゴムネット、跳び箱のサイドマット

【ごぼうサーキットの様子】



【体力アップカード】



【ごぼうチャレンジ（体力名人）の様子】



なわとび名人をめざして、縦割り班でのなわとび練習

12月つかまり名人

