

元気いっぱい、進んで外遊び や運動を楽しむ子どもの育成

大分県大分市立明野西小学校

全校児童数	427名(男子222名 女子205名)		
全クラス数	17	教職員数	26名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	大分市立明野北小学校		
体育専科教員名			後藤 秋文

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ①コロナ禍の影響で運動習慣の二極化が見られる。運動には興味・関心を持っているが、授業の中で消極的な言動をする姿が見られる。児童の体力・運動能力は全体的に低下している。
- ②体力調査(R3)において全国平均を達成した児童の割合は40.6%となっており、前回(R2)の71.8%から大幅に減少している。「上体起こし(筋力・筋持久力)」「50m走(スピード)」は全国平均を達成した児童の割合が30%以下であり弱点になっている。
- ③有効な教材が不足しているだけでなく、修理が必要な用具も多く、環境整備をしていかなければならない。

2 取組の計画

- ①体育授業の充実
 - ・体育ファイルを作成し、各単元で使った学習カードを綴じさせることで、自分の成長の記録を残していく。また、使用した資料は指導者間で共有する。
 - ・授業の最初に「サーキットトレーニング」を行い、補強運動(腕振り・ジャンプ・腿上げ)を取り入れることで弱点の強化を図る。
- ②年間を通した体力向上
 - ・各月に体育目標を設定し、弱点の克服と体の健康についての知識を高める。
 - ・各学期に特別期間を設けて、全校で取り組む。(サーキット・持久走・縄跳びなど)
- ③体育環境の整備
 - ・授業で使う用具だけでなく、竹馬・一輪車・ジャンピングボードなどの修理を行い、休み時間に貸し出す物も充実させ、運動の機会を保障する。

Do：実践

1 情報の共有

体育部で体力テストの結果を分析し、児童の弱点の把握を行った。補強運動を全学年で取り入れ、授業で使ったワークシートのフォルダを作り、教職員で活用できるようにした。

2 特別期間の取組

各学期に全校で体力向上のための運動に取り組んだ。

- 1学期 … サークットトレーニング(4月)
- 2学期 … 持久走タイム(11月)
- 3学期 … なわとびタイム(1月)

3 体育環境の充実

運動場・体育館の整備、道具の整理整頓だけでなく、故

障している物を修理し有効な教材を充実させた。

●工夫したこと(&苦勞した点)

- ①補強運動(腕振り・ジャンプ・もも上げ)
 - 授業では、体力テストで弱点になっている「50m走(スピード)」を強化する補強運動を毎回行った。また、体を動かすことが楽しいと感じられるようなゲームの要素を取り入れた。
- ②運動する機会の保障
 - 授業以外に、休み時間に体育館を使用する学年の割当を作成し、「マット運動」「跳び箱運動」「ボール運動」など、体を動かし個別練習ができる機会を設けた。
- ③認め合える場の設定
 - 努力している児童や技のポイントができるようになった児童を紹介し、技術の向上だけでなく、運動に対する意欲が高まるようにした。
- ④ICTの活用
 - NHK for Schoolで技のポイントを確認したり、お互いの動きを撮影しアドバイスをしたりした。また、単元の終わりには最初と最後の姿を比較させ、自分の成長を振り返らせた。

Check：取組の成果

- ①体育に関するアンケートで、体育の授業が「できた・わかった・楽しい」と回答する児童の割合が88.4%から92.4%へと増加した。特に6年生の変化が大きく、4月当初80.5%だったのが91%になった。
- ②弱点であった「50m走」の全国平均達成した児童の割合が30%以下から41.8%へと増加した。

Action：今後の課題

- ①授業での体育専科と学級担任との連携を高める。T1とT2の役割分担を明確にすること。事前に単元計画を渡したり、少しでも打ち合わせの時間を確保したりする。
- ②系統性をもった年間カリキュラムを作成し、場づくりの準備や片付けの負担が軽減できるように見直す。
- ③修理が必要な道具も多く、引き続き環境整備を行う。有効な教材がまだまだ不足している。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

笑顔が溢れ、自ら進んで取り組もうとする姿が増えたことで、他教科や学校行事にも意欲的に臨むようになった。また、話を聞く姿勢や挨拶などの生活態度も改善されてきている。体を元気いっぱい動かすことが、学校の活気にもつながっている。

【年間を通した体力向上の取組】

月	月目標	取組内容
4月	体をいっぱい動かそう！	遊具を使った遊び（サーキット）の推奨
5月	明西サーキットにチャレンジしよう！	「サーキットタイム」を設定し、全校で取り組む。
6月	体力づくりに取り組もう！	体力テストで弱点になっている項目の補強運動に取り組む。
7月	水泳にチャレンジしよう！	学年に応じたためあて（学習カード）に取り組む。
8・9月	運動会に向けて練習をがんばろう！	
10月	運動会を成功させよう！	
11月	持久走に取り組もう！	中休みに「持久走タイム」を設定し、全校で取り組む。
12月	丈夫な体をつくろう！	養護教諭と連携し、感染症対策について学ばせる。
1月	なわとび名人になろう！	中休みに「なわとびタイム」を設定し、全校で取り組む。
2月	体をいっぱい動かそう！	遊具を使った遊び（サーキット）の推奨
3月	1年間の振り返りをしよう！	体力テストの結果や体育ファイルで自分の成長を振り返る。

【ゲーム的要素を含んだ補強運動】



「スタージャンプ」

足ジャンケンで勝負→負けた方はスターの形で跳ぶ



「8ポジションダッシュ」

いろいろな姿勢からスタート→中央のコーンに先にタッチ

【体育環境の整備】



器具庫の整理整頓



体育館フロアのテープ跡や破損個所の修繕



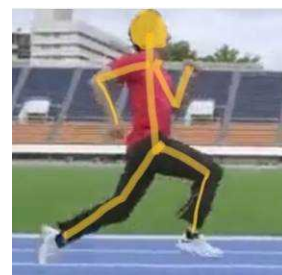
有効な教材の充実



【ICT を活用した授業】



自分の姿を撮影し動きの確認



NHK for School を活用し 技のポイントを確認