

# 元気いっぱい・運動大好きな 真玉っ子の育成

## 大分県豊後高田市立真玉小学校

全校児童数	100名(男子62名 女子38名)		
全クラス数	6	教職員数	18名
体育専科教員訪問学校数			3校
訪問校	臼野小学校、三浦小学校、香々地小学校		
体育専科教員名		田中裕汰	

### Plan：取組時の課題と計画

#### 1 取組時の課題

基本的な運動技能や運動感覚が十分に身につけていない児童が見られる。遊び方の工夫や遊び場の整備、体育学習の改善等により、進んで体を動かす機会を増やすことで、「元気いっぱい運動大好き」な児童を増やし、体力や技能の向上を目指したい。

#### 2 取組の計画

- ① 運動意欲を高める運動の工夫
  - ・ ICT 機器の活用
  - ・ 1校1実践「レッツ スポーツ！真玉っ子」
  - ・ 運動量の確保した授業
- ② 安心して体育の授業ができるための環境整備
  - ・ 新型コロナウイルス対策
  - ・ 熱中症対策

### Do：実践内容

#### 1 意欲を高める運動の工夫

##### (1) ICT 機器の活用

- ① 学習カードの活用によるめあてと振り返りの充実
- ② 個人の振り返りなどを全体に共有して活用。
- ③ 作戦会議でチームの動きをタブレットで考えたり、練習方法を話し合い、内容を書いたりする。

##### (2) 1校1実践「レッツ スポーツ！真玉っ子」

- ① サーキットトレーニング（運動場）
- ② マッスルタイム（各教室）
- ③ マラソンタイム（運動場）

##### (3) 運動量を確保した授業

体育の時間に汗をかくことを意識した授業づくりと、予備運動の充実による種目に合わせた運動技能のスムーズな習得を目指す。

#### 2 安心して体育の授業ができるための環境整備

##### 3密(密集、密接、密閉)の改善

①密集 他の人の距離を2m以上取る(集合隊形、準備体操)

②密接 児童同士の接触を避ける

③密閉 体育館は窓、を常に開け換気を徹底する

※マスクについては任意としている。

##### (2) 熱中症対策

- ・ こまめな水分や塩分の補給（塩分チャージを活用）
- ・ WBGT を測定し、安全に配慮しながら授業を行う。

### ●工夫したこと（&苦労した点）

1 意欲を高める運動の工夫

#### (1) ICT 機器の活用

自分のやっている姿を動画で撮影し、それを用いて振り返りに繋げることで充実感や達成感を味わうことができた。ただタブレットに集中しすぎる時間があつたので、運動量の確保に苦労した。

#### (2) 1校1実践「レッツ スポーツ！真玉っ子」

金曜日の5時間目終了後に、様々なトレーニングを行うことで、他学年の刺激をもらいながら、楽しく運動することができた。

#### (3) 運動量の確保した授業

汗をかくことを意識した予備運動を充実させたことで、休憩の大切さや、運動量の確保と同時に運動技能のスムーズな習得に繋げることができた。

2 安心して体育の授業ができるための環境整備

・ 日差しの強い夏期では少しの運動で体力が奪われるので、児童の表情を見ながら、こまめに水分補給を行い授業することに苦労した。

・ 新型コロナウイルスが少しずつ落ち着いていたが、インフルエンザが流行したので、学習が困難であった。

### Check：取組の成果

① ICT 機器を取り入れることによって、自分自身がどのように上達することができたのかを、動画で確認することができ、達成感につながった。

② 新型コロナウイルスの緩和により、児童が伸び伸びと外遊びができるようになっている。

### Action：今後の課題

① ICT の効果的な使い方をさらに見極め実践していく。運動が苦手な子供でも体育は好きになってもらえるような授業作りを行う。

② 児童が安心して外遊びができるように、遊び場の区分を作る必要がある。

### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

場の設定や ICT の活用による、めあてと振り返りを充実させることによって、達成感を味わうことができ、運動への意欲が高まる。良い所や工夫している所を見つけ友達を褒めたり、励ましたりすることにつながる。



マッスルトレーニング



マッスルトレーニング



サーキットトレーニング



サーキットトレーニング



マラソンタイム



マラソンタイム



ICTの活用（グループで技の見合い、教えあい）

**学習カード**

**めあて**      **ポイントを意識しながらとぼう！**

**自主練習**

実施ポイント

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

**大人数共同練習**

実施ポイント

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

**お手本動画**

**まとめ**

練習動画

技の図り  
 (必ず1つ以上書くこと)

グループで良かったところ  
 (友達の良いところを見つけよう)

自分自身の反省  
 (出来たことや、課題を書こう)

ロイロノートの活用（学習カード）