

運動に親しみ 心身を鍛える子どもの育成

大分県別府市立上人小学校

全校児童数	282名(男子139名 女子143名)		
全クラス数	12	教職員数	34名
体育専科教員訪問学校数			2校
訪問校	別府市立朝日小学校 別府市立石垣小学校		
体育専科教員名			坂井 康之

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆運動好きな子どもの育成や健康教育の促進に向けて全教職員で取り組む。

◆サーキットトレーニングや1校1実践の取り組みを推進し、体力・運動能力の向上を図る。

- ・昨年度の体育関係アンケートでは、「体力づくりのために自分のめあてに向かってがんばっている」項目で96%、「体育の時間などで、サーキットトレーニングやストレッチを真剣にしている」の項目で94%の児童ががんばることができた。それを支えるために、授業中のサーキット実施率95%以上を目標にしたい。
- ・昨年度の体力・運動能力調査では、県の平均より96項目中74項目(77%)が上回ったが、上体おこしは県の平均を上回った学年別男女は12分の6(50%)であった。そこで今年度は上体おこしを重点的に取り組んで記録の向上を目指したい。

2 取り組みの計画

- ① 体力・運動能力調査に向け、練習方法や正しい計測方法の研修を行う。(他校へも訪問する)
- ② 日常の体育の授業を見直し、活性化を図る。
 - ・授業において、全学級でサーキットトレーニングを積極的に取り入れ、教育課程に応じ、いろいろな運動を学習させる。特に上体おこしの記録向上のためにサーキットトレーニングの中にヒールタッチやレッグレイズを取り入れる。
 - ・指導内容の工夫(場やルール、用具・学習カードの活用)をし、子どもたちに学習展開を定着させ、子どもの運動量を確保する。
 - ・タブレット(ICT)を活用し子どもたちの動きを客観的に可視化することで、よりよい動きを理解させる。
 - ・体育用具等の環境整備を行う。
 - ・体育専科教員公開授業研究会を開き、体育の授業の在り方や指導の仕方などを、別府市全体に広める。
- ③ 体育の授業以外にも全員が運動をする時間を増やす。
 - ・可能な限り、全校の体育的な行事(長縄集会・短縄検定)を計画し、その行事に向けて取り組む。
 - ・体育や運動に関するアンケートを年間2回実施し、運動することへの意欲喚起を図る。

Do：実践内容

1 体力・運動能力調査事前研修について

小学校では別府市内の体育専科教員で手分けをして市内全部の小学校で事前研修を行った。

2 体育の授業についての研修

- (1) 校内研修で、サーキットトレーニングのやり方(全校で統一)を説明し、運動場・体育館での場の設定例などを紹介した。

- (2) 校内研修の互見授業において、体育の授業にも取り組んでもらい、体育の授業を見合う機会を作った。
- (3) 器械運動については、「マット・跳び箱月間」を設け、全学年の体育の教育課程の系統化を継続した。
- (4) 体育専科教員公開授業を行う。
別府市の体育主任会や教育課程研究会の協力のもと、体育専科教員公開授業(2/22)を行う。また、一般の教職員に向けての別府市小学校体育指導力向上研修会(8/23)を行った。
- (5) 全校での体育的行事を企画する。
長縄大会は3回実施。短縄検定を学年ごとに実施。

●工夫したこと(&苦労した点)

- ① 今年度もサーキットトレーニングの用具(ラダー)や、器械運動週間での用具(跳び箱・マット)を常設した。
- ② 長縄大会を3回(学期に1回)開催し、年間を通して記録の向上を目指した。
- ③ 公開授業では、タブレットを活用した授業を、別府市立小学校の体育主任の先生方に見ていただく予定である。

Check：取組の成果

- ① 今年度の体力・運動能力調査では昨年度の県の平均より96項目中69項目(72%)が上回った。握力調査で県平均を上回ったクラスは、5月で83.3%(10/12)、11月は92%(11/12)になった。また、学年男女別で見ると、全てで県平均を越えた。
- ② 担当学年の12月のアンケートでは122人(92%)の児童が、体力づくりのために自分のめあてに向かって頑張っていると答え、126人(95%)の児童が、サーキットトレーニングやストレッチを真剣にしていると答えた。また友だちと見合ったり教えあったりすることが楽しいと133人(100%)が答えた。
- ④ サーキットトレーニングを毎時間実施した学級は、7月末70%であったが、12月は100%に上昇した。

Action：今後の課題

学校生活の中や体育の授業でどのような取り組みをすべきかを、これからも全教職員で熟考していきたい。そして運動好きな児童を少しでも増やしていきたい。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

体力向上の取り組みを全校で継続してきた。その結果、休み時間、外遊びする子も減少せず、体力の大幅な低下もなく維持出来ている。体育の授業の延長で休み時間に進んで取り組む児童が増えた。(鉄棒など)

【R5年度 学年男女別での上体おこし 5月・11月 記録】

	1年男	1年女	2年男	2年女	3年男	3年女	4年男	4年女	5年男	5年女	6年男	6年女	達成率
県平均	12.29	12.16	14.96	14.44	16.85	16.29	18.90	18.03	20.27	19.23	22.11	20.31	
5月	12.04	12.59	15.80	19.07	18.54	19.28	17.82	19.78	24.77	20.06	22.99	20.92	83
11月	15.96	14.86	15.00	16.80	18.22	18.85	16.31	19.19	23.78	21.24	22.24	21.83	92

【体育授業の工夫】

【場の工夫：段差マット】



【学習の流れと技のポイントの提示】

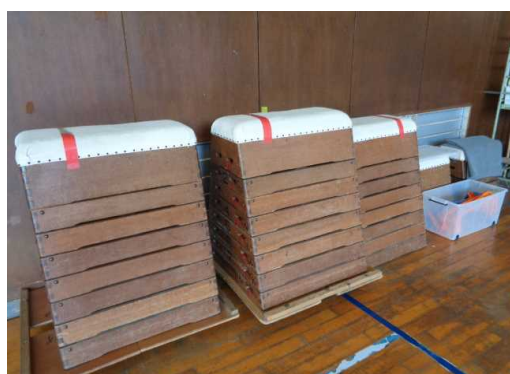


【場を選んで練習】



【体育環境の整備】

【跳び箱月間を決めて常時設置】



【縄跳び広場のジャンプボードの充実】

