

## 運動の楽しさを味わいながら主体的に 体力向上に取り組む児童の育成

### 大分県宇佐市立四日市南小学校

全校児童数	249名(男子 138名 女子 111名)		
全クラス数	15	教職員数	27名
体育専科教員訪問学校数			6校
訪問校	西馬城小、宇佐小、八幡小、院内北部小 長洲小、深見小		
体育専科教員名			井上 翔太

#### Plan：取組時の課題と計画

##### 1 取組時の課題

◆昨年度の県の体力・運動能力等調査結果において、本校では、「運動が好き」と答えた児童は90.1%、「週3日以上運動に取り組んでいる」と答えた児童は68.9%であり、昨年度よりも14%向上しているが外遊びの様子を見ると、運動や遊びを楽しんで行なっている児童とそうでない児童の差が大きいように感じる。

◆体力調査の結果から、宇佐市では、「50m走」と「シャトルラン」を課題としている。本校では、50m走の全国平均値を上回った学年は【9/12】学年、長座体前屈の全国平均値を上回った学年は【7/12】学年だった。また、けがで保健室を訪れる児童数の上昇も感じられたことから、「走力」や「柔軟性」が課題である。

##### 2 取組の計画

###### ① 授業力の向上

・勤務校での計画・・・T1・T2体制で指導方法や場、効果的な用具等の工夫、1人1台端末を使った授業の提案  
・訪問校での計画・・・各小学校ブロックの公開授業の実施(計15回)、「走力」「跳力」「体づくり運動」を中心とした運動能力を向上させるための工夫した教具や用具を活用した授業提案

###### ② 一校一実践の充実

###### ③ 家庭と取り組む運動習慣改善活動

#### Do：実践内容

##### 1 授業力の向上

###### (1) 勤務校での取り組み

①1～6学年の体育授業において、担任とT1・T2体制で指導方法や場、効果的な用具等の工夫を図り、体育授業の基礎的な知識・技能の向上を図った。

②ロイロノートやNHKの実技参考動画を効果的に活用した授業の実践。養護教諭と連携しながら保健の授業を行なった。特に、5年生の「心と体の関係」や「悩みへの対処」については、児童の内面と向き合い支えていくことの重要性を感じた。水泳の学習では、技能レベルを示しながらスモールステップやくり返し練習する場、複数の教員で個別に指導することを重視した。

###### (2) 訪問校での取り組み

###### ①「走・跳の運動」

音楽に合わせてリズムよく高くジャンプするリズムジャンプを提案した。特性の見られる児童ほど、リズムに

合わせて体を動かすことに課題があることが感じ取られた。そこで、ジャンプの際に跳ぶ教具を工夫して段ボールやゴムひもを使用した。

###### ②「体づくり運動」

友だちと一緒に駆け引きをしながら運動することを楽しさを感じてもらうことをねらいコーンタッチやボール横取りゲームをした。どの学校にもある用具を使用しているいろいろな体づくり運動ができることや、補助運動として単元の学習につながるようなものを提案した。

##### 2 一校一実践の充実

###### (1) 南っ子体力アップ大作戦

###### ① 全校で取り組む運動週間の設定

学期に2回程度全校で取り組む運動週間を取り入れた。体力アップ週間では、休み時間に委員会活動と連動させて縄跳びチャレンジコーナーを設置した。外遊びを普及させるためにラインを引き、「うずまき鬼」などの場をつくった。また、常時ハンドグリップを使用した「握力コーナー」を設置した。

###### ② 記録の「見える化」

全校で取り組む体育的行事において、「リレー」や「大縄跳び」の記録を掲示し、目標達成まで視覚化させることで意欲の向上を図った。

##### 3 家庭と取り組む運動習慣改善活動

###### (1) 親子で取り組む体力名人

①学期に1回、期間を設定して家庭で「ストレッチ運動」や「かかとあげ」「つま先あげ」等に取り組んでもらった。

###### ●工夫したこと(&苦労した点)

・児童の意欲を向上させるため、場の設定のための準備に時間を要し、児童のがんばりに対する切り返しの発問や評価をいかに行うかが難しかった。

#### Check：取組の成果

①「進んで運動に取り組んでいる」と答えた児童が94%になるなど、児童の運動への愛好度や運動の日常化を高めることができた。

②50m走の全国平均値を上回った学年は【9/12】学年、長座体前屈の全国平均値を上回った学年は【5/12】学年となり、引き続き取組が必要である。

#### Action：今後の課題

① 単元の系統性を意識した教育課程の編成(複数学年にまたがって)とT2の教員といかに連携するか。

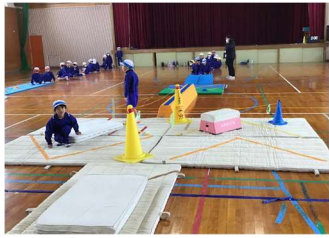
② 児童の評価をする場や機会を単元の中に確実に位置づけ、評価をもとに単元の学習を構成していけるような計画性をもたせること。

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

体育授業の充実や運動の日常化に伴い、運動を見合い・教え合ったりする場や、励まし合ったり、互いの成長を共有しあったりする場が増え、豊かな人間関係づくりにつながることができる。

### 体育科授業力の向上

#### ① 指導方法や場、効果的な用具等の工夫



単元の終末にできるようになったことを披露する場づくり



遊びの要素を入れた活動



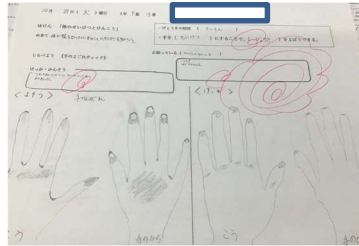
体育専科だからこそできる場づくり

#### ② ロイロノートを活用した授業



個別の評価ができるような活動を単元の中に仕組んだ

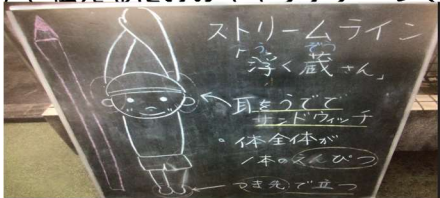
#### ③ 養護教諭と連携した保健授業



3年生「体の健康」の学習  
複数の教員と一緒に授業を行うことで、よりねらいに近づくことができた



#### ③ 初任者の先生との共同授業 ポイントを伝えるためのキャラクターづくり



#### ④ 運動会競技で団体競技の作戦を提案



### その他

#### ① 小体研ソフトバレーの協力

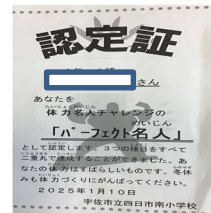
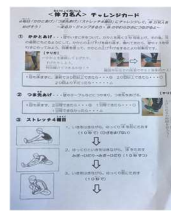


BGMを流すことで活動がより充実した

#### ② 記録の「見える化」



「大縄跳びチャレンジコーナー」練習の日程を一目見て分かるように掲示。活動の経過が分かるようにして児童の頑張りが見えるようにした



学期に1回家庭で挑戦!

### 家庭で取り組む習慣改善活動