

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	238名(男子134名 女子104名)		
全クラス数	14	教職員数	26名
体育専科教員訪問学校数			6校
訪問校	駅館小、天津小、安心院小、柳ヶ浦小 封戸小、南院内小		
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

◆体力調査の結果から

・男子はソフトボール投げがどの学年も全国平均を下回っている。女子はシャトルランに課題がある。50m走で全国平均を上回る児童が全校で60%と低い。

◆生活調査から

・週に3日以上運動する児童の割合が67.2%である。
→運動の楽しさを感じられる体育の授業が必要

2 取組の計画

- ① 体育科授業力の向上
 - ・勤務校での計画…「体育指導の手引き」を追試しながら、児童の実態に合わせて加筆修正を行う。
 - ・訪問校での計画…訪問校の課題や実施している単元を通しためざす姿を共有しながら公開授業を実施する。
- ② 1校1実践の取り組み
- ③ 家庭と取り組む運動習慣改善活動
「やわらかぐっすり名人」「体力名人」

Do：実践内容

1 体育科授業力の向上

(1) スモールステップの授業改善

- ・児童の実態を見極め、T1の担任と相談しながらの場の設定や指導の工夫、「体育指導の手引き」の共有
(例) マット運動「後転で手のつき方に不十分な実態が見られた場合」の対応
 - ① ブリッジ、坂道マット
 - ② ゆりかごの際に手もつけて勢いよく回る
 - ③ ペアで見合う、撮った動画のたしかめ
 - ④ 教師がチェックして合格をめざす場(評価も兼ねる)

(2) 1校1実践「一歩ずつ前へ進もう南っ子」

- ・体育の授業のはじめの5分間で体づくり運動
→体を動かして楽しみながら友だちと関わる
- ・けがを防止するための補助運動
- ・音楽をかけながら「持久走」、「なわなしなわとび」
- ・鬼ごっこなどの全身運動
- ・たてわり班活動をいかした「リレー大会」「なわとび集会」

(3) 家庭と取り組む運動習慣改善活動

- ・「やわらかぐっすり名人」…ストレッチを保護者と一緒に行い、睡眠の質も確かめる活動
- ・「体力名人」…1分間ジャンプやマット運動に関連したストレッチ

●工夫したこと (&苦勞した点)

①工夫したこと

児童の実態に合わせた練習方法や場を考え出すこと。(例) 6年生「ゴール型：サッカー」
守りゾーンを限定した「1人ボール1個のドリブルボール運び鬼」をしたところ、攻撃側の児童が守りゾーンの児童をかわしスルーパスを出すプレーが見られた。そのため、攻撃を3人組にして、パスを出しながら守備側を抜いていくゲームをした。その結果、ボールを持っていないときの動きが活発になったパスゲームへと発展させることができた。

② 苦勞したこと

「思考・判断・表現」を評価するための授業のあり方に悩みを感じていた。そこで、跳び箱運動では、自分の跳び方を動画で撮影しておき、次の時間はあえて教室で授業を行い、お手本動画と比較しながら自分の跳び方を見せて分析させた。その際に、教師も児童に直接アドバイスを送る活動をした。運動量は少なくなるが、「思考・判断・表現」を丁寧に見取り、向上させる工夫を今後も続けていきたい。

Check：取組の成果

- ① 「できるようになって、うれしい」「次は〇〇にがんばりたい」という児童の肯定的な声が聞かれる頻度が増えた。
- ② 全国平均値を上回った児童の割合が50m走では60% (1学期) ⇒ 66% (2学期)、ボール投げでは60% (1学期) ⇒ 52% (2学期) となり、ボール投げが引き続き課題であることがはっきりとした。

Action：今後の課題

- ① 単元の学習内容を複数学年に渡っていかに系統的に実施していくかについて、長期的な視点が必要である。
- ② 授業の際に、児童が自分自身の技能レベルをどれだけ把握し、課題意識をもって次の時間に臨むかということについて、ICTを活用しながら研鑽を積んでいきたい。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

一緒に学び合い、支え合い、
お互いを尊重し合う集団づくりにつながる

訪問校での授業の様子・ロイロノートでの支援



着地◎
回転◎
もっとスピードをつけよう



3年生【跳び箱運動】

・児童が提出した動画にコメントをつけて返却することで、個別に課題を意識づけることにつながった。

小体研「タグラグビー」の実践を参考にしたルーブリック評価の追試



3年生【マット運動】

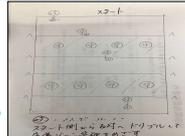
〈成果〉技能レベルを提示することで、児童が自己評価しながら練習をくり返すことができた。

〈課題〉技の出来具合について、児童の認識と教師のねらいに差がでるため、評価をする際は工夫を加える必要がある。

6年生【ゴール型：サッカー】実態に合わせたミニゲームの場



全校遊びの場で「ねこドン」が流行っていたので、場づくりに活用



守りゾーンを限定して、ドリブルで突破をめざす場



攻守3人ずつでパスしながら守りゾーンを突破するように設定

児童の実態から着想を得たスモールステップの場づくり



5年生【跳び箱：平均台の跳びこし】
プールのスティックを超えるように設定
→教師のその場の評価ができた。



〈竹なわ〉

1年生【なわとび：8の字】
縄の中への入り込みとジャンプのタイミングが遅かったので、竹を割いてプールのスティックを通した「竹なわ」を自作した。



2年生【跳び箱あそび】
両手で体を支えながら丸めたマットを跳び越していく活動をしたところ、あまり手を使わず、足を床につけながら進む児童が多かったため、しっかりと手をついてまたぎ越すことにつながるように場を改良した。

T1 と T2 の役割分担

	役割分担とその後の学習活動
T1 (担任)	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いた学習の規律、雰囲気づくり ・上手な動きの児童を見つける→全体へ広める。ポイントを見つけさせる。 ・児童の思いや困りを感じ取る→全体で共有する ・児童が納得のいくようなルールづくりやチーム編成など
T2 (専科)	<ul style="list-style-type: none"> ・苦手を感じている児童への個別指導 ・レベルアップさせるためのスモールステップの場やポイントの意識化 ・安全な場づくりやルールづくり

*授業の中で活動の区切りの場面や場が変わる時などにT1に声をかけて、必要に応じて上記の内容で児童に投げかけると役割分担のすみ分けができた。

ポイントを絞った振り返りの問いかけ

「どれくらい本気でできましたか？」

→【意欲】

「どれくらいたくさん動きましたか？」

→【運動量】

「〇〇に気をつけてできましたか？」

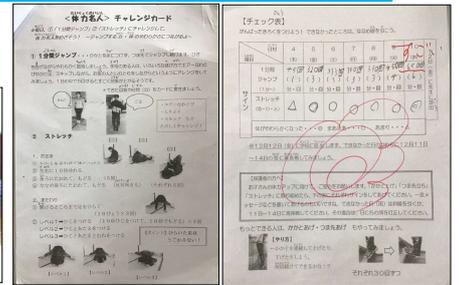
「〇〇ができましたか？」

→【技能】【安全面（けが防止）】

「次はどんなことに気をつけたいですか？」

→【課題設定】【風土づくり】

家庭で取り組む運動習慣改善活動



なわとびチャレンジ集会やマット、跳び箱運動と関連づけて実施。親子の会話の機会をつくりつつ、動きを少しずつ変化させながらできるように工夫。