

## 運動量を確保することを通して、体力向上につなげる魅力ある授業づくり

### 杵築市立山香小学校

全校児童数	184名(男子88名 女子96名)		
全クラス数	8	教職員数	21名
体育専科教員訪問学校数			4校
訪問校	北杵築小学校	護江小学校	
	大田小学校	東小学校	
体育専科教員名		矢野雄一郎	

#### Plan：取組時の課題と計画

##### 1 取組時の課題

- ◆運動が好きな児童は多いものの体力運動能力調査の結果(令和6年度)から全国、県と比較して特に握力・上体起こし・長座体前屈・20mシャトルランに課題がある。
  - ◆休み時間に外で遊ぶ子どもとそうでない子どもの二極化が見られる。
  - ◆運動が好きな子どもとそうでない子どもの二極化も見られる。
  - ◆子どもたちの運動経験や遊びが固定化されている。
- ※スクールバス利用の影響も考えられる。

##### 2 取組の計画

- ① 体育授業の充実と体力向上
  - ・運動の特性に応じて運動量の確保を意識した授業計画を立てる。
  - ・バランスのとれた基礎体力の向上を目指し、筋力・柔軟性運動を体育の準備運動の中に取り入れる。
  - ・学年間の運動の系統性を教職員間で共通理解し、その学年で身につけるべき運動の技能を確実に学習するとともに、指導の充実を図る。
  - ・友だちと動きを見合ったり教え合ったりして協働して解決する場、活動を設定し、「わかる・できる授業」づくりを推進する。
- ② 体育環境の充実
  - ・運動環境の整備
  - ・体育用具の整理・補充
  - ・スポーツによる地域の元気づくり事業等(訪問交流)の積極的活用

#### Do：実践内容

##### 1 体育授業の充実と体力向上

- (1) 運動量を確保した授業の実践
- (2) 1校1実践「筋力・柔軟性運動を取り入れたトレーニングタイム クラスでのにぎにぎ運動」
- (3) 授業のパターン化による見通しをもった学習(めあてと個人の振り返り、班・チームでの振り返り)
- (4) 子どもの実態に応じた教材や場の工夫や準備
- (5) 単元ごとの主運動につながる補助運動の実施
- (6) 友だちと動きを見合ったり教え合ったりして協働して解決する場の設定(ICTの活用)
- (7) 学級担任とのTT指導できめ細やかで個に応じ

た効果的な指導、そして、安全面の配慮(運動の苦手な子どもや支援の必要な子ども)

##### 2 体育環境の充実

- (1) 運動場や体育館の整備
- (2) 教材教具の工夫、作成
- (3) 体育用具の整理、点検、補充
- (4) 体育授業で使用する用具、器具の準備、片付け

##### ●工夫したこと(&苦勞した点)

- ① バランスの取れた基礎体力の向上を目指し、運動量の確保を中心とした授業改善
- ② 子どもの実態に応じた場の工夫
- ③ 運動環境整備の改善
- ④ 体力・運動能力調査に向けた取組
- ⑤ ICTの活用(タブレット端末)
- ⑥ 担任とのきめ細やかな連携
- ⑦ 授業公開の実施(年間1回:本年度は水泳)

#### Check：取組の成果

- ① 「友だちといっしょにがんばる体育が好きだ」「体育で苦手なことも最後までやりとげることができた」「グループで、タブレット端末を使って教え合いができた」と答えた児童がA回答約8割いたこと
- ② 体力・運動能力調査において、前年度より男子が1項目、女子が5項目全国平均値を上回れたこと

#### Action：今後の課題

- ① TT指導の効果的な指導
- ② ICTの効果的な活用
- ③ 体力・運動能力等調査における、「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「20mシャトルラン」の全国平均に近づく取組
- ④ 家庭との連携
- ⑤ 運動が好きな子どもとそうでない子どもの二極化の緩和

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・運動を通しての学級集団づくり。
- ・「わかること、できること」が増える。
- ・友だちと協力することの大切さや友だちへの思いやりの心がはぐくまれる。

訪問校である大田小学校で、全校体育を試みた。 大田小学校：小規模校で全校児童20名

※試みた理由・・・みんなで見合いができることと意欲の向上がはかれること

1単位時間で「マットあそび」と「マット運動」、もう1単位時間で「とびばこあそび」と「とびばこ運動」子どもたちを低学年、中学年、高学年に分けて、それぞれに場の設定(3つ)をした。

毎時間、めあてとまとめ、あそびと運動内容、ポイントを模造紙に書いて、体育館に掲示して、説明をして子どもたちと共通理解をはかった。また、学習カード(低・中・高に分けて)も用いた。



【まとめ】

みんなで準備、みんなでかたづけをすることで協力や協調性が生まれ、少ないながらもみんなで体育をした実感が子どもたちに芽生えた。充実感の味わえた授業となった。