

組織的な取組による 運動意欲の向上

大分県豊後大野市立三重第一学校

全校児童数	312名(男子153名 女子159名)		
全クラス数	16	教職員数	35名
体育担任制専科教員名		清水 大徳	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆体力・運動能力、運動量の差

- ・筋力（握力/上体起こし）が身についていない。
- ・持久力（20mシャトルラン）が身についていない。
- ・DE層の割合は2024年度12%と改善傾向にはあるものの体力や運動能力の低い子どもが一定数いる。

◆放課後や休日の運動習慣

- ・社会体育で運動をしている子どもとしていない子どもの運動実施時間の二極化がみられる。

2 取組の計画

①体育授業の充実と工夫

- ・主運動につながる補助運動の実施と工夫
- ・学習カードやICT資料、掲示物の作成・掲示
- ・異学年交流体育の実施・同一単元期間の設定

②一校一実践の実施（家庭との連携）

- ・「家族ふれあいスポーツデー」の実施

③体育備品、環境の整備

④プロジェクトでの取組

- ・健康についての体育集会・保健集会を実施、「保健だより」等で啓発（食育・睡眠・運動などの生活習慣）

Do：実践内容

1 体育授業の充実と工夫

(1) 主運動につながる補助運動の実施・場の工夫

けがの予防と、運動が苦手な子どもたちが安心して楽しく取り組めるように、主運動につなげるための補助運動をゲーム要素を取り入れたり、スモールステップで場を設定したりしながら、段階的に取り入れた。

(2) 学習カードやICT資料、掲示物の作成・掲示

めあての設定や技のポイント、振り返りアンケートなどを「ロイロノート」で作成し活用した。また、動画を撮影し、自分の動きの確認やお手本動画として活用した。学習のめあてや計画を示した学習シートを配布、ファイリングし、経年の積み重ねをすることで、個人の伸びの確認やめあての設定に役立てた。

(3) 異学年交流体育の実施・同一単元期間の設定

1・6年生、2・5年生などの異学年交流体育を実施し、教え合いの活動を設定した。また、跳び箱などの単元では、準備・片付け短縮のために、取り組み期間を設定して実施した。

2 一校一実践の実施（家庭との連携）

(1) 「家族ふれあいスポーツデーの実施」

年間6回、2週間程度の期間を設定し、週末を中心に家族で運動する機会を設けた。その際「家族ふれあいスポーツカード」を配布し、記録を記入する枠や目標を設定する枠を付けたり、全国の平均記録や動きのポイントなどを画像と合わせて掲載した。

3 体育備品、環境の整備

子どもたちが休み時間に自分たちで用具を出し入れできるように、置き場や収納の工夫をした。また、各クラスにボールやドッジビー、長なわなどを常備するとともに、「大谷グローブ」キャッチボールセットやバドミントンセットなどいつでも使える工夫をした。

4 プロジェクトでの取組

月に1回以上、プロジェクト会議で実施状況等を確認するとともに、全教職員で関われるよう声掛けをしたり、情報発信をしたりした。

5 体育授業についての指導助言

他の教職員（若手）への日常的なアドバイス。

●工夫したこと（&苦労した点）

- ① 補助運動を効果的に取り入れようとすると時間を使ってしまい、主運動から振り返りの時間配分に困ることがあった。子どもたちは、授業の流れに慣れてくるとスムーズに取り組めた。
- ② 異学年交流学习を適宜取り入れ、子どもどうしの教え合い学び合いの多い体育学習に努めた。
- ③ 発達段階を踏まえた指導内容、運動が苦手な子どもへの配慮に重点を置き、教材教具（ICT機器）や場の工夫を行った。
- ④ 複数学年で同じ内容の単元を構成することによって、道具の準備・片付け、掲示物、異学年での教え合いなどがより効果的になった。（日課表の工夫）

Check：取組の成果

- ① 教材教具・場の工夫、補助運動（掲示）の充実により運動量を増やすことができた。
- ② 学習カードやタブレットを有効に活用し、学習のめあてや技のポイントを意識した授業が実践できた。
- ③ 体育備品・環境の整備を行ったことで、休み時間等に進んで運動をする子どもが増えた。
- ④ 異学年交流体育は、上の学年からのアドバイスや模範を示して教えられる子どもたちのやる気と技能の向上につながった。
- ⑤ 若手教職員を中心にアドバイスをしたり、「体育指導の手引き」を紹介し、活用することで見通しをもって体育の授業を行うことができた。

Action：今後の課題

- ① 様々な単元でのICT活用（運動場：外での活動）
- ② 猛暑・極寒時期の体育授業のあり方
- ③ 5・6年の教科担任制における担任との共通理解

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・運動習慣が身につく。
- ・運動好きな子どもや、外で遊ぶ子どもの増加につながる。
- ・学び合い教え合いが増え、良好な集団づくりにつながる。

運動好きな子どもが増えるような体育授業



ICTと学習カード(体育ファイル)の活用



遊び箱・マツカード(練習)

【のあて】
 僕の練習ポイントをつしほって練習しよう。

【ポイント】
 ①両手はまっすぐ！
 ②足は「ししーおへそ」を見くよげる！
 ③体の後ろ側をつける！
 ④足のつま先をまっすぐして、直に。

【振り返り】
 ①自分の練習ポイントが達成できたか？
 ②友達と協力して練習できたか？
 ③先生のアドバイスを聞いて練習できたか？

三歳第一小「家族ふれあいスポーツデー」カード
 家族で一緒に運動をして、体力をつけて健康になりましょう！

()年()組()番 名前()

第3回 9月13日(土)～23日(火)

今回は 家族で「体ほぐしの運動」をやってみよう！①～⑧



【保護者の方へ】子どもと大人の健康の基が衰えますので、できる範囲でやってみてください。また、書中画で描かれたことのないよう、画1枚物でお願いします。運動で楽しんだら下のコメント欄に記入をお願いします。

だれとしようにしましたか。

どれくらいのがんじましたか。

かぞくとどうしたかんそうをかきましょう。

家族の方からコメントをお願いします。

「家族ふれあいスポーツデー」(全6回)「二校一実践」
 季節や体育の学習内容にもあわせて計画
 家族と一緒に楽しくとりくんだ様子が記入されている。



異学年交流体育