

# 進んで体力づくりをする 児童の育成

## 大分県杵築市立杵築小学校

全校児童数	545名(男子272名 女子273名)		
全クラス数	23	教職員数	40名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	杵築市立山香小学校		
体育専科教員名		糸長 啓二	

### Plan：取組時の課題と計画

#### 1 取組時の課題

- ◇体力・運動能力調査から「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「50m走」の項目において県平均を下回っている学年が多い。
- ◇休み時間に外で遊ぶ子どもが多いが、固定されている。
- ◇社会体育をしている児童としていない児童の体力差が大きい。
- ◇通学距離に関係なく、車による登下校が見受けられる。(歩く機会が少ない)

#### 2 取組の計画

- ① 体育授業の充実
  - ・サーキットトレーニングの実施(授業前)
  - ・委員会活動の活用
- ② 体育環境の充実
  - ・運動場や体育館の整備及び整理
  - ・用具の点検、作成、補充
  - ・校内掲示により、「運動の日常化」「望ましい生活習慣の確立」の意識化
- ③ 基本的生活習慣の確立
  - ・「睡眠・起床・朝ごはん・毎日運動」を意識した体調管理

### Do：実践内容

#### 1 体育授業の充実

- ・学級担任とのTT指導で、運動の苦手な子どもへの指導や安全面の配慮に心がけた。
- ・運動量を確保するために、サーキットから授業開始まで効率的に実施できるように指導を行った。
- ・主運動につながる補助運動を示し、準備運動後に取り組んだ。
- ・単元によっては課題別指導を行った。
- ・子どもの実態に応じた教材や場の工夫を行った。
- ・2学期、3学期に検証を行った。(体力、運動能力調査の中から課題項目の検証)
- ・クラスルームトレーニングを実施した。

#### 2 体育環境の整備

- ・運動場や体育館の整備、倉庫の整理、用具類の点検、補充
- ・体育館、運動場にサーキットを表示
- ・教材の工夫、作成

#### 3 基本的生活習慣の確立

- ・「早寝」「早起き」の指導の継続と徹底

・食育授業の計画的実施

#### ●工夫したこと(&苦労した点)

- ① 運動量の確保を図るとともに多様な運動経験とスモールステップでの成功体験の蓄積を重視した。
- ② 肯定的な言葉かけを心がけた。
- ③ ICTの活用等、運動のポイントを示した。
- ④ 訪問校において授業後の振り返りと次回の授業内容等の打ち合わせを行った。
- ⑤ 各学年の教育課程の違いが多少あり、教材、教具の出し入れ、準備に時間がかかり、困りがあった。

### Check：取組の成果

- ① 運動好きな子どもが増え、体育の時間を楽しみにしている。
- ② 授業をパターン化することで子どもたちが授業の流れを把握して取り組むことができた。
- ③ TT体制の指導により、一人ひとりにきめ細やかな指導ができた。
- ④ 少人数指導、課題別指導をすることができ、技能や意欲の向上につながった。
- ⑤ 体力運動能力調査の課題項目を3学期に再度記録測定(項目によっては2・3学期)し、体力向上について検証することができた。

### Action：今後の課題

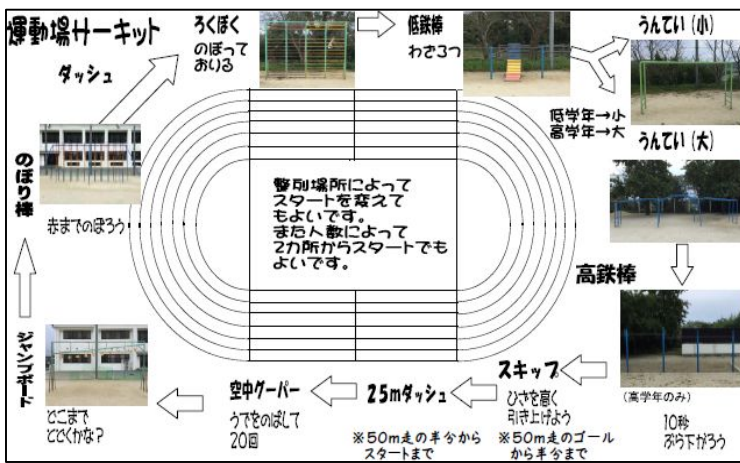
- ① 授業内容や進め方などについて、担任と話し合うための時間の確保が必要である。(訪問校も含めて)来年度は早めに計画、相談しながら進めていきたい。
- ② 専科教員と学級担任によるTT指導の効果的な役割分担のあり方はどうあるべきかを今後も工夫していきたい。来年度はより効果的な指導を進めていきたい。
- ③ 授業前の効果的なサーキットの実施と授業においての十分な運動量と指導時間の確保について今後も努めていきたい。
- ④ 運動の苦手な子どもたちの指導、支援のあり方を担任と十分確認していきたい。

### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

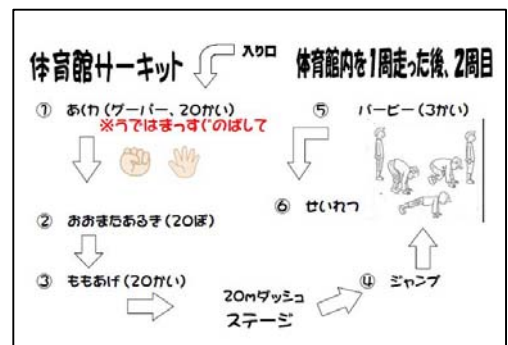
- ・健康な体、元気でやる気に満ちた児童の育成
- ・運動の楽しさを知り、達成感を味わい、自信をもって頑張ろうとする児童の育成
- ・コミュニケーションを図り、協力する児童の育成
- ・規律、節度をもった児童の育成

〈授業前のサーキット〉

〈運動場サーキット〉



〈体育館サーキット〉



〈授業の様子〉 (体育専科教員公開授業)



〈なわとび集会の様子〉 (児童会主催)



〈マラソンタイムの様子〉 (健康推進部主催)

