

仲間とともに、運動の楽しさや喜びを 味わい、生活に生きる体育学習をめざして

～由布川っ子、月めあてで体力向上～

大分県由布市立由布川小学校

全校児童数	415名(男子226名 女子189名)		
全クラス数	18	教職員数	39名
体育専科教員訪問学校数			3校
訪問校	挾間小学校(定期的に) 阿蘇野小学校 由布院小学校(単元で)		
体育専科教員名		芳川 雅裕	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆運動好きな子が多く走力が高いが、筋力や柔軟性に課題、運動経験の二極化傾向もある

○体力を高めるとともに、授業の単元・行事とタイアップした月めあてを設定し、休み時間や放課後も自ら進んで取り組めるように仕組んだ。

- ・シャトルラン・反復横跳び・立ち幅跳び・50m走で全国平均を上回るが、長座体前屈・握力に課題がある。
- ・運動が好きな子ども92%以上であるが、好きな種目がリレーやボール運動などに偏る傾向がある。

2 取組の計画

- ① 月めあての設定 4月やわらか名人 5月腹筋名人 6月ボール投げ名人 7月水泳名人 9月ダンス・倒立名人 10月ボール名人 11月ランニング名人 12・1月なわとび名人、2月長縄名人、3月鉄棒名人等、月めあてを設定し、授業、休み時間、家庭で体力向上をめざす。
- ② 1日1回外遊び運動の推進（体育委員会が毎日校内放送で呼びかけ）
- ③ 授業改善、運動量確保、楽しい場・教材教具の研究

Do：実践内容

1 授業の始め「体力アップタイム」

(1) 月めあてと連動した取り組み

- ① ボール名人であれば、授業開始時5分間でボール運動に関するコーディネーション運動を行う。例えばボール手たたきキャッチ、クロスキャッチ、ドリブルなどである。休み時間にもラグビーボールなどの貸し出しを行う。家に帰ってからもボールを使った遊びをすすめる。授業の単元も全校でボール運動にそろえた。お手軽に渡せるミニ二オズ名人証を体育部に作ってもらい、学年の規準で、達成した子どもには賞状を配布した。

(2) 体育委員会

- ① 体育委員会が「月めあて」に関する実技を全校集会で行い、技のポイントを全校に伝えた（USA リズム跳びなど）。担任が、全校集会で行った内容を授業で行うこともあった。

(3) 体育的行事と連動した取り組み

- ① 11月「ランニング名人」由布川小学校は保護者や地区の方の応援や安全指導の下、校区内を走る持久走大会を行っている。連動して中休みにランニングタイムを実施、教職員もともに走る。1月「なわとび名人」なわとび大会に向け、中休みなわとびタイムを実施。その後、中休みの長縄タイムに移行し、2月の長縄大会をめざす。

② 運動会全員リレーに向け休み時間にリレー練習

2 1日1回外遊び運動

(1) 担任と連携して外遊びを進める

- ① 体育委員会が毎日「外遊び」の呼びかけを行う。外遊びができていのかどうかは、体育アンケートで把握し、次学期に生かす。

3 授業改善

(1) 教材・教具の研究

- ① バスケットボールルールの工夫～本務校・訪問校5・6年計10クラスが同時期にバスケットボールを行い、場の工夫やルールの工夫で環流でき、有効な場やルールを生み出すことができた。
- ② 由布川小・挾間小でタグラグビーの実践に力を入れた。オリンピック教育でリオ代表桑水流選手をお招きして指導していただいた。

(2) 授業のリズム

- ① 楽しく課題解決できる場、授業リズム、運動量確保の重要性を共通理解し、担任と体育専科が工夫して授業を行ってきた。

(3) 掲示の工夫

- ① 職員室前に体育コーナーを設け、月めあて、授業の様子、技のポイントを掲示した。
- ② 技のポイント写真は子どもたちをモデルにし、より身近な図にした。

4 教職員体育実技講習

- ① 体育専科教員が講習していただいたタグラグビーの講習内容を1/7に校内で伝達講習として行った。自転車競技（オリンピック種目）も体験できた。

工夫したこと（&苦労した点）

- ① Ipadの台数は子どもたちが体育で常時使うほどは確保できていないのが早急の課題である。他にも必要なものはまだまだあり、教具の工夫を行っているが、予算的に厳しいところもある。

Check 取組の成果

8秒間走・ハードル走・リレー・シャトルラン・運動会全員リレー等に力を入れ、少しずつ走力が上がってきている。体育の指導に関しても教職員の意識が上がってきている。

Action：今後の課題

握力・柔軟性などは、まだまだ高めなければならない。教職員全員が「苦手な子の気持ちになって」教材・教具を工夫して場を作れるようになることが低体力層の底上げや運動好きな子を育てることにつながる。そのための研究や実践を重ねなければならない。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

職員室での体育に関する会話や教材をどうしようと話し合う機会も増え、みんなで運動好きな子どもを育てようとする意識が高まっている。訪問校でも体育に関する会話が増えた。子どもたちが外に出て、進んで体を動かそうとする姿も増し、自主性の高まりを感じられた。



訪問校・阿蘇野小・ipadでグループの技をみる・シンクロマット風車



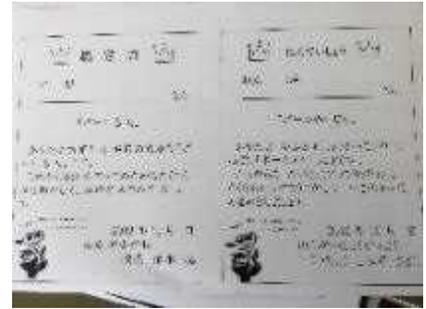
クラス34人全員でシンクロマット



校内教職員体育実技講習 (タグラグビー)



体幹を鍛えよう!!



ミニオンズお手軽名人証



セストボール 逆サイドに展開



フェイスアップドリブル



ハーキーステップ・敏捷性を高める



アウトナンバーをつくり、ゴールアタック! (バスケットボール/ゲーム)



ボールを体でカバーしてドリブル



体育委員会の実技発表 (月の体力アップめあて)



水泳名人



ボール名人



前転 目線シール



なわとびタイム



先生方の手書き持久走カード



仲間とのかかわり合い