

運動に親しみ 心身を鍛える子どもの育成

大分県別府市立上人小学校

全校児童数	296名(男子151名 女子145名)		
全クラス数	14	教職員数	32名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	別府市立朝日小学校		
体育専科教員名		荒金 和彦	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

○全体の15%の児童が休み時間に外で元気に遊べていない。(昨年度末20%)

○体力・運動能力調査において、結果が伸び悩んでいる。県の平均より下回る種目が増えてきた。

- ・一昨年度のアンケートより「休み時間は外で遊んでいない」と回答した子どもは5%減ったが、引き続き運動好きな児童20%を維持する。
- ・昨年度の体力・運動能力調査では、県の平均より96項目中43項目(44.7%)が下回った。(一昨年度14種目)。特に反復横跳びは全体的に苦手である。

2 取組の計画

- ① 体力・運動能力調査に向け、練習方法や正しい計測方法の研修を行う。(希望があれば他校へも訪問する。)
- ② 日常の体育の授業を見直し、活性化を図る。
 - ・授業において、全学級でサーキットトレーニングを積極的に取り入れるとともに、教育課程に応じ、いろいろな運動を学習させる。特に反復横跳びでの俊敏性や協調性を高めるラダートレーニングに取り組む。
 - ・指導内容の工夫(場やルール、用具・学習カードの活用)をし、子どもたちに学習展開を定着させ、子どもの運動量を確保する。
 - ・体育用具等の環境整備を行う。(体育館のあて掲示)
 - ・体育専科教員公開授業研究会を開き、体育の授業の在り方や指導の仕方などを、別府市全体に広める。
- ③ 体育の授業以外にも全員が運動をする時間を増やす。
 - ・全校の体育的な行事(縄跳び大会・持久走大会)を計画し、その行事に向けて、休み時間に全校で練習に取り組む時間帯を設ける。
 - ・体育や運動に関するアンケートを年間2回実施し、運動することへの意欲喚起を図る。

Do：実践内容

1 体力・運動能力調査事前研修について

コロナの影響のため体力・運動能力調査は行われなかった。そのため毎年行っていた別府市内の小中学校への事前研修訪問も中止した。

2 体育の授業についての研修

- (1) 校内研修で、サーキットトレーニングのやり方(全校で統一)を説明し、運動場・体育館での場の設定例などを紹介した。
- (2) 校内研修の互見授業において、体育の授業にも取り組んでもらい、体育の授業を見合う機会を作った。
- (3) 器械運動(マット・跳び箱)については、「マット・跳び箱週間」を設け、全学年の体育の教育課程の系統化を継続した。

(4) 体育専科教員公開授業を行う。

①別府市の体育主任会や教育課程研究会とタイアップし体育専科公開授業(11/17)を行った。市内小学校体育指導力向上研修会は中止。

(5) 全校での体育的行事を企画する。

①縄跳び大会(1回目10/29実施。2回目中止)
②持久走タイムと持久走大会は中止となった。

●工夫したこと(&苦労した点)

- ①体力・運動能力調査中止のため、市全体では事前研修を行わなかった。訪問校では参考記録として独自で体力テストを行ったため、希望の学級については事前研修や直接指導をした。
- ②今年度もサーキットトレーニングの用具(ラダー)や、器械運動週間での用具(跳び箱・マット)を常設した。
- ③今年はコロナ禍のため、持久走大会(2月実施予定)は中止となった。持久走については、各学級の体育のサーキットトレーニングで取り組むようにした。
- ④別府市小学校体育指導力向上研修会は中止となった。体育専科教員公開授業において、新学習指導要領に沿った指導案を作成し、別府市小学校の体育主任の先生方に授業の様子を見ていただいた。
- ⑤体育館に投てきの的を掲示したり、いろいろなボールを補充したりして、教材や道具の充実をはかった。

Check：取組の成果

- ①昨年度の反復横跳びの県平均を上回ったのは、7月で3年以上の63%(5/8)であった。12月では、全学年75%(9/12)が上回った。
- ②体育で「自分のめあてに向かって頑張った」と答えた児童は96%(7月)から98%(12月)に伸びた。
- ③サーキットトレーニングで「反復横跳び」を強化する補助運動を取り入れたサーキットトレーニングを実施した教職員は80%(6月)から93%(12月)となった。
- ④長縄は大会が終了後も続けて取り組む学級がある。

Action：今後の課題

- ①コロナ禍で体力の低下が危惧される中、学校や体育の授業でどのような取り組みをすべきかを、全教職員で考えていきたい。そして運動好きな児童を少しでも増やしていきたい。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

昨年度末より、コロナによる学校休業や、体育の授業等における規制等で運動をする機会が減少している。しかし、そんな中でも今まで同様に、体力向上の取り組みや体育の授業をすることは、子どもたちに運動の大切さを伝える良い機会となった。



【R2年度 全校長縄大会初回 10月 基準記録】(3分間 延べ跳躍数)

	1の1	1の2	2の1	2の2	3の1	3の2	4の1	4の2	5の1	5の2	6の1	6の2
10月	35	52	128	55	116	95	147	168	242	199	210	284

(2回目実施できず)

【R2年度 反復横跳び 7月・12月 記録】

	1年男	1年女	2年男	2年女	3年男	3年女	4年男	4年女	5年男	5年女	6年男	6年女	達成率
昨年度 県平均	28.26	27.55	32.9	31.71	37.45	36.8	41.91	39.97	44.79	39.97	47.25	44.97	
7月					42.63	41.12	47.21	45.15	43.55	45.24	41.00	44.22	63%
12月	27.88	27.67	24.92	34.80	45.40	41.38	52.70	51.21	47.07	45.48	46.00	48.44	75%