

# 体力づくりに進んで取り組む運動好き、 体育好きな元気っこの育成

## 大分県佐伯市立鶴岡小学校

全校児童数	526名(男子273名 女子253名)		
全クラス数	21	教職員数	41名
体育専科教員訪問学校数			8校
訪問校	佐伯東小、上堅田小、八幡小、本匠小、直川小、宇目緑豊小、米水津小、松浦小		
体育専科教員名		山本 靖子	

### Plan：取組時の課題と計画

#### 1 取組時の課題

##### ◆体力・運動能力調査の結果から課題の見直し

前年度の体力テストでは全国平均を上回る数値が全体の95%と、一昨年より上がった。しかし、ボール投げと20mシャトルランの数値が低く、2項目を重点目標とした。

##### ◆外遊びのグラウンドスペースの工夫

外遊びで十分な場所が確保できずにトラブルになるという課題があったので、児童が安心して遊べる環境整備の工夫を行う。

##### ◆体力向上をめざす体育授業の実践

コロナウイルスにより休校を余儀なくされた児童の体力を以前と同じように戻してあげることが第一の課題である。仲間と一緒に運動の楽しさや喜びを感じられる授業実践を行う。

#### 2 取組の計画

- ① 運動の日常化および体力向上をめざす実践の取り組み
- ② 児童の意欲を高め、体力向上を促す体育学習
- ③ 派遣授業における訪問校での実践および提示

### Do：実践内容

#### 1 児童の意欲を高め、体力向上を促す体育学習

##### (1) 場の設定や用具の工夫

コロナ禍で児童の体力が落ちていると考え、一学期は導入部分に遊びを多く取り入れた。また、ソーシャルディスタンスを意識して、個人で行える運動なども多く取り入れる。

##### (2) ワークシートの活用

昨年に引き続き、自分の取り組みを振り返ったり目標を持てたりするようなワークシートを活用する。

#### 2 運動の日常化および体力向上をめざす実践の取り組み

##### (1) 昨年度の分析結果から課題の見直し

昨年度の結果からボール投げと20mシャトルランに課題が見られた。授業導入時の補助運動などに取り入れることで、児童の関心を引き上げる。

##### (2) 運動の日常化（外遊びの励行）による体力向上

体育委員会活動と連携して、休み時間を利用して学年レクリエーションや5分間走などに取り組む。また、学校行事と連動し記録カードを配布する。

#### (3) 外遊びのグラウンドスペースの工夫

中休み、昼休みのグラウンド使用を曜日ごとに学年別に振り分ける。担任の先生方も昼休みは児童と一緒に遊んだり、学級レクを行ったりすることで、トラブルの防止につながる。

#### 3 派遣授業における訪問校での実践および提示

##### (1) 依頼された単元での実施と指導例の提示

学期に1~2回程度と訪問数が少ないため、授業は単元の導入部分を主に扱う。場の設定などは訪問校の用具で設置するが、用具の紹介も兼ねて勤務校から持参し、活動例を提示することもある。

#### ●工夫したこと（&苦勞した点）

- ① 児童の体力低下を意識して行った補助運動（遊び）の取り組みにより、児童の運動に対する意欲の向上につながった。
- ② 運動量の確保と発達段階を踏まえた指導内容に重点を置き、学習環境の工夫を行った。
- ③ 派遣先で活動の場や用具の事例、「授業パーツ」などを紹介した。

### Check：取組の成果

- ① 全校アンケート調査により、85%の児童が体力向上の取り組みに興味関心を持つことができた。
- ② 児童の体力低下の現状を担当と共有することにより、外遊びの励行につながった。
- ③ 訪問校で授業を行うことにより、実践事例など情報の発信となった。

### Action：今後の課題

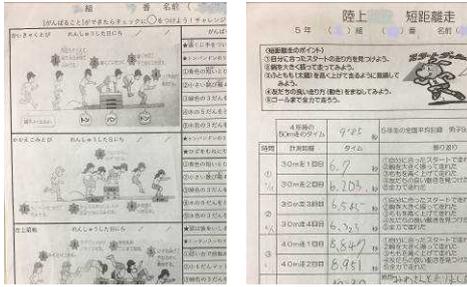
- ① 体力テストを行っていない項目もあるので、時間を確保して行うことが児童の体力を詳しく把握するためにも重要である。
- ② ICTを活用する場が少なかったため、積極的に活用する。

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

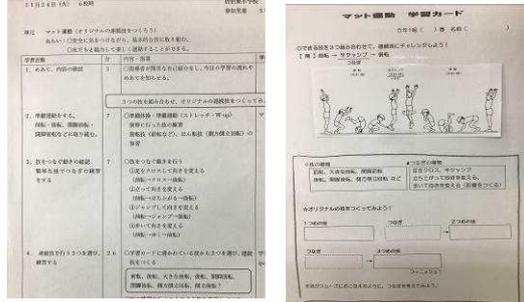
- ・いろいろな運動を行ったり、運動する機会を増やしたりすることにより、運動の楽しさや友だちと遊ぶ楽しさを学ぶことができる。

●体力・運動能力調査に向けた取り組み

がんばりカード(児童記録用)



派遣校授業指導案



●体育授業の実践

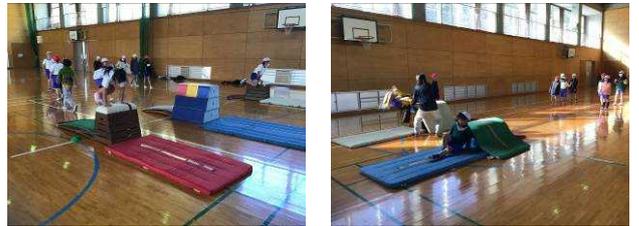
1年生ボール遊び



2年生サーキット



3年生跳び箱



●元気っこ大作戦 (体育委員会と協力)

6年生主催による5年生レクリエーション



体力づくり5分間走



縄跳び ジャンピングボード



昼休み 体育館で学級レク

