

# 「元気アップ月間」を軸とした 「運動」好きな子どもの育成

大分県日田市立咸宜小学校

全校児童数	549名(男子278名 女子271名)		
全クラス数	19	教職員数	37名
体育専科教員訪問学校数			2校
訪問校	日田市立桂林小学校 日田市立若宮小学校		
体育専科教員名		権藤 健一郎	

## Plan：取組時の課題と計画

### 1 取組時の課題

#### ◆外遊びの時間が取れない子どもが多い。

始業前、中休み、昼休みの時間において、委員会や係活動、図書館利用等のため外遊びできない子どもが多い。

#### ◆50m走の記録を向上させる。

全国体力状況調査の結果から50m走が全国平均を下回っている。

#### ◆各学年での合同体育の実施率が高くなっている。

体育専科教員が学年ごとの授業でしか入れない。

### 2 取組の計画

- ① 「咸宜小チャレンジ」として、学期ごとに、50m走・マラソン・縄跳びに取り組む。
- ② 学期に1回の「元気アップ月間」の実施（一校一実践）
- ③ 学級遊びカレンダーの取組を実施し、昼休み時間に体育館を開放する。
- ④ 校内での公開授業、及び学習カード（縄跳び・元気アップ）の提案を行う。

## Do：実践内容

### 1 「咸宜小チャレンジ」の実施

#### (1) 50m走（1学期・3学期）

- ・授業や昼休みの時間等を使って、50mのタイムトライアルの実施。
- ・1学期は運動会に向けて、3学期は体力測定の目的で実施。

#### (2) マラソン（2学期）

- ・2学期の校内マラソン大会に向け、授業及び中休みの時間を使って、個人練習と全校練習に取り組む。

#### (3) 縄跳び（年間）

- ・瞬発力や持久力向上に向け、授業や中休み時間を使って練習時間を設けた。

### 2 「元気アップ月間」の実施

- (1) 各学期に1回ずつ上記の取組を実施し、晴天時の外遊びを奨励した。「月間」として学級担任を中心に呼びかけを行った。調査は月間中の5日間実施した。

### 3 学級遊びカレンダーの取組

#### (1) 体育館利用による学級遊びの取組

- ① 月刊で体育館を使用する学級を割り振り、カレンダー（計画表）を作成して昼休みに体育館を開放する。
- ② 体育館を開放する時は、事前に各学級で学級遊びを考えさせ、全員参加の遊びができるようにしておく。

### 4 校内公開授業、学習カード

- (1) 体育科の校内研修

今年度体育の校内公開授業は実施できなかったが、運動会やマラソン大会等の体育的行事の際に、職員の共通理解を図るとともに、取組に向けて各学年の発達段階に応じた練習方法等の資料を提供した。

#### (2) 学習カードの活用について

各種「学習カード」を使い、年間を通して個人の目標やそれに向けた練習の記録、改善の方法などを、児童一人ひとりが意識して取り組んだ。

### ●工夫したこと（&苦労したこと）

- ① 外遊び及び屋外での運動について意識を高めるため、「元気アップ月間」を設けて、担任や担当児童の声かけ及び担任による元気アップカードを使った外遊びの状況把握を行った。
- ② 学級遊びの時間は、担任や学年担当の教員も参加し、学級全体で交流を図る時間とした。
- ③ コロナ禍の中で様々な制限があり、チーム競技やボールを用いる競技ではなく、サーキットや走力が多くなりがちであった。

## Check：取組の成果

- ① 元気アップ月間の取組により外遊びをする児童の割合が1学期79%から2学期92%に増加した。担任や児童同士の声かけでよく外に出ている様子が見られた。
- ② 学級担任を中心に、高学年では児童が主体となり学級遊びを決めて、意欲的に全員遊びに取り組めた。
- ③ 連携校や訪問校に対しては、体育環境設備についての助言や、体育の授業についての資料提供などを行い、連携を図った。

## Action：今後の課題

- ① 教務と協議をしながら、全学年の体育授業のT2として入れるような日課表を組み、学年合同体育を学級体育として実施できるようにする。
- ② コロナ禍において、いろいろな制限があった体育の授業や運動の取組について、感染防止対策を図りながらどのような取組ができるかを再検討していく。

### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

学習カードを活用することで、常に目標を意識し、その到達をめざすこと、外遊び活動や全員遊びの体験を通して児童がお互いに声を掛け合う姿が多く見られ、一体感や達成感を味わわせることができた。

# 咸宜小チャレンジ



## 50m走の取り組み

朝休みや昼休みに練習し、  
体育の授業で記録をとりました。

## 縄跳びの取り組み

中休みや昼休みに練習し、協力して  
跳ぶ回数を競いました。



## マラソンの取り組み

中休みや授業中に練習し、応援をし合い  
ながら最後まで走りました。



# 元気アップ月間

## 外遊びの奨励

