

「元気いっぱい、運動大好き」な高田っ子の育成 ～コロナ禍の中での体力向上を目指して～

大分県豊後高田市立高田小学校

全校児童数	371名(男子180名 女子191名)		
全クラス数	13	教職員数	39名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	大分県豊後高田市立高田小学校		
体育専科教員名		池園 達也	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆体力・運動能力調査結果に次の弱点領域がある。

【昨年の体力調査から】

- ・低学年が体力低下の傾向にある
- ・全体的に「50m走」「シャトルラン」「ボール投げ」の伸びが低い

◆日常生活での運動習慣。

- ・休み時間に外で遊んだり運動したりする児童の数は多いが、学年や男女によっては差が出る
- ・PTAと連携し、歩いて登校してくることを推進しているが、車での送迎が多く、歩く習慣がない児童もいる

2 取組の計画

- ① 授業改善
 - ・体育授業の改善と充実
- ② 一校一実践の取り組みの改善と充実
 - ・「高田小体力チャレンジタイム」での運動能力向上を図る
- ③ 日常生活（遊び）での体力向上
 - ・学級レクを計画し、体を動かす楽しさを体感させる

Do：実践内容

1 体育授業の充実

(1) 体育専科と学級担任が連携して、活動量のある楽しい運動を行う

- ① 学級担任とのTT指導で個に応じた指導、安全面での配慮を行った
(運動の苦手な子どもや支援の必要な子ども)
- ② 場や時間設定を工夫して、十分な運動量が確保できるようにした

(2) ICT機器の活用

- ① 本時で身につけさせたい力や技のポイントを動画で視聴させ、各自のタブレットでいつでも見返せるようにした。動画を撮影し、自分の動きが振り返られるよう取り組んだ

2 一校一実践の取り組みの改善と充実

(1) 高田小体力チャレンジタイム

- ① 月・木・金曜日の朝の15分間に、低中高やペアの学年で、月ごとに決めた「走力を高める」運動を運動場と体育館で行った。学期ごとに、拡大体力チャレンジ集会を設け、全校の前で取り組んできた成果を発表した

3 日常生活における体力向上

(1) 遊びによる体力向上

- ① 体を動かす楽しさを体感させる学級レクを月2回以上計画するとともに、基礎体力を進んで向上しようとする環境づくりに取り組んだ(体育館や運動場で場を設定)

(2) 「てくてくとくとく運動」

- ① 体育委員会を中心にPTAとも連携して、「てくてくとくとく運動」強化週間を学期に2回実施し、歩いて登校する習慣づくりに努めた

●工夫したこと(&苦労した点)

- ① 授業改善
 - ・ICT機器を活用し、見本や自分の動きをいつでも確認できるようにした
- ② 一校一実践
 - ・内容を工夫し、マンネリ化しないように教職員でアイデアを持ち寄った
- ③ 家庭との連携
 - ・各家庭の意識の差が課題
なかなか生活習慣が変わらない

Check：取組の成果

- ① 体育専科が事前に十分な教具や場の工夫を行うことで、45分の中での運動量を十分に確保することができた
- ② 考えられた単元計画のもと、毎時間の内容が子どもたちに理解され、滞りなく授業が進み、子どもたちの「もっとやりたい」という意欲が常に見られた
- ③ タブレットを用いた授業を展開することで、自分たちで動きをよくしていこうとする主体的な姿が見られた

Action：今後の課題

- ① 体育専科と学級担任の連携がうまくいっている時と、打ち合わせが不十分な時もあるので、事前の単元計画を渡すなどして共通理解を図って授業に臨む
- ② ICT活用では、ICT操作に時間をかけ過ぎるあまり、運動量が確保できないこともあったので、ICTの効果的な使い方をさらに見極め実践していく

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

一校一実践の内容を運動会や全校体育行事(拡大体力チャレンジ)で行うことで、異学年同士でもお互いの頑張りを認め合い、高め合おうとする姿勢が見られるようになり、学校全体の活気も増してきた。

<高田小体力チャレンジタイムの様子>



短距離走リレー



体育館でリレー



体育館で綱引き



ペア学年と長縄跳び

<体育授業の様子>



ICT 機器を活用した授業
(ソフトミニバレー)



ロイロノートを使って振り返り (マット運動)



体力調査の練習
(反復横跳び)

