

子ども一人ひとりが願いやめあてを持ち、主体的に活動する体育学習のあり方

全校児童数	245名(男子122名 女子123名)		
全クラス数	11	教職員数	25名
体育担任制専科教員名			井上 富士久

大分県佐伯市立上堅田小学校

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から

- ・「握力」、「上体起こし」、「シャトルラン」で、県平均を上回っている学年が多い。
- ・「反復横跳び」、「50m走」、「立ち幅跳び」で、県平均を下回っている学年が多い。
- ・休み時間や体育の時間に体を動かして活動することに対して肯定的な子どもが多い。

◆体育指導の工夫改善

- ・日常の授業では、日常の授業では、本時のめあては示されているが、その日のめあてや活動を振り返る活動が行われていないことがある。

2 取組の計画

- ①児童実態把握
- ②体育指導の工夫改善
- ③体育年間指導計画・授業プログラムの検討
- ④1校1実践の計画・実践

Do：実践内容

1. 児童実態把握

- (1) 体力・運動能力調査や日頃の体育の授業から、子どもの興味関心の強さやこれまでの運動経験などを把握する。

2. 体育指導の工夫改善

- (1) 1単位時間の授業構成を工夫する。
- (2) 「面白そう!」と興味をもち、「これならできそう」と見通しがもてるよう、運動の場や用具の工夫・改善をする。
- (3) ペア学習やグループ学習を適宜行い、一緒に活動(遊ぶ)し合う・見合う・教え合うなどの学習を進める。

3. 年間指導計画・授業プログラムの検討

- (1) 単元を通しての学習のめあて、本時の学習のめあてと振り返り、次時の予告を行う中で学習の見通しが持てるようにする。
- (2) 次年度に向けて、単元の構成を見直す。

4.1 校1実践の計画・実践

- (1) 中休み終了後、教職員の指導のもと「チャレンジタイム(5分間の体力づくり)」を行う。
- (2) 校内の体力向上委員会で計画を立て、定期的実践の見直し、改善を行う。

●工夫したこと(&苦勞した点)

- ①1時間の授業の構成を①体力向上を目的とした準備運動(〇〇鬼ごっこ・動的ストレッチ、感覚運動遊びなど)、②主運動、③振り返りのパターン化を図った。
- ②ペア学習・グループ学習を取り入れた授業を行うことで、見合い、教え合い、励まし合う態度を育て、グループや全体で子どもが温かい雰囲気の中でいろいろな運動に挑戦し、自分やグループの伸びや達成を喜び合う体育学習に努めた。

Check：取組の成果

- ①授業開始直後の「〇〇鬼ごっこ」や「感覚運動遊び」などを行うことで心拍数が上がり体の柔軟性も高まったことで、その後の主運動にスムーズに移行するとともに体力向上にもつながった。
- ②今の自分の力を知り、その力を伸ばし高めることに挑戦する活動を仕組む中で、自己の力や記録が伸びたことを実感し達成感を味わう子どもが増えた。
- ③体育で取り組んでいる運動について、休み時間に自由に練習できる場の設定をしたところ、授業と休み時間が運動して、運動技能の向上が見られた。

Action：今後の課題

- ①運動好き・体育好きの子どもが更に増えるように、子どもの実態に応じた「運動の楽しさやよろこびを味わう体育学習」の工夫・改善を行う。
- ②体力・運動能力テストの結果や、体育の授業での子どもの様子を分析し、子どもの実態に応じた「1校1実践」の取り組みの改善を行う。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ①「面白そう!」、「やってみよう!」など、いろいろな運動に興味を持つようになるとともに、休み時間にもその運動(遊び)をして楽しむようになる。
- ②自分の経験から友だちに対してアドバイスや応援をしたり、互いの上達を喜び合ったりすることが増えてくる。
- ③楽しい(活動)時間を長くとるために、集合・移動などにかかる時間が減り、素早く行動できるようになってくる。

「力を抜いて浮く（1年生）」



1年生の「水あそび」のなかで、繰り返しくりかえし行ってきた「ラッコ浮き」と背浮き。練習当初は力強く握りしめていたビート板やペットボトルも、軽く添えるだけになってきた。練習を繰り返す中で、リラックスして上手に浮くことができるようになった。

タブレット端末を活用して（4年生）



～タブレット端末を活用したマット運動の学習～

「今できる技をより美しく完成させる」ことをめあてに学習に取り組んできた。友だちとでお互いの技を撮ることで、体の各部分をどのように意識していけば美しい技になるか視覚的につかむことができ、技のめあてがより具体的になった。「この部分を撮って！」と焦点化した動画撮影を行ったり、スロー機能を使って繰り返して見直したりすることで、めあてを意識したICTの活用が出来るようになってきた。