

# 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	289名(男子142名 女子147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20%の児童が休み時間に外で元気に遊べていない。(昨年度末16%)

○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14種目(25%)が下回っている。

- ・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」と回答した子どもが4%増えた。
- ・昨年度の体力・運動能力調査では、県の平均より96項目中14項目(25%)が下回っている。特に50m走は全体的に苦手な傾向である。

### 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指導する。)
- 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50m走での俊敏性や手足の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。(ジャンピングボード)
  - ・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

体育専科教員と市の担当指導主事で、勤務校・訪問校を含め別府市内のすべての学校に事前研修として訪問する(5月末～6月初め)

### 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する。
- (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る。
- (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する。

(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、別府市小学校体育指導力向上研修会(8/23)体育専科公開授業(11/6)を行う。

(5) 全校での体育的行事を企画する

- ① 縄跳び大会(1回目6/14、2回目12/11)
- ② 持久走タイム(1/27～2/7)
  - ・全校での朝練習(8:25～8:45)
- ③ 持久走大会(2/8)

### ●工夫したこと(&苦労した点)

- ① 体力・運動能力調査の事前研修では、市のスポーツ健康課指導主事と同市の体育専科教員で訪問校を振り分け、小学校全ての学校で研修を行うことができた。
- ② 今年度もサーキットトレーニングでの用具常設や、器械運動週間での用具常設をした。
- ③ 今年も、持久走大会の走路の一部を学校の周りの公道を含め行うことができた。第3回目の大会として全校行事として定着し、行事に協力してくれる役員やボランティアの方々も増えてきた。
- ④ 別府市小学校体育指導力向上研修会では、3年と4年生での系統性を明確にした評価基準を作成し、授業の様子を見ていただいた。
- ⑤ ジャンピングボードを10台作成した。

## Check：取組の成果

- ① 今年度の体力・運動能力調査の結果は、96種目中53種目(55.2%)が県平均より上回ることができた。特に力を入れた50m走は10月の記録が、全校平均で0.24秒早くなった。
- ② 子どもたちの2学期のアンケートで「休み時間に元気に外で遊んでいる」と答えた児童は76%(5月)から84.7%(12月)に伸びた。
- ③ 長縄大会では、休み時間に学級全体で練習するクラスが増え、殆どの学級で記録が伸びた。

## Action：今後の課題

- ① 体力・運動能力調査では、反復横跳びと立ち幅跳びの記録が伸び悩んでいるので来年度の重点課題にしていきたい。
- ② 外遊びをしない15%の子どもたちについて、運動好きにさせるための工夫を全教職員で探っていきたい。

### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

今年度、体育専科教員と市の栄養職員の体力向上の取り組みの様子を、市のスポーツ健康課が取りまとめ「体力アップ新聞」を発刊した。学校で行われている体力向上の取り組みを、親戚に小・中学生のいない地域の人々にも知っていただけたと思う。



【市小学校体育指導力向上研修会（8/23）】



【お手製ジャンピングボード裏面】

【R1年度 全校長縄大会 6月・12月 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
6月	64	49	35	54	136	104	245	217	218	231	173	177
12月	89	83	47	107	200	140	239	278	244	230	184	242
伸び	25	34	12	53	64	36	-6	61	26	-1	11	65

【R1年度 50m走 5月・10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	全校平均
5月	11.49	12.14	10.64	11.13	10.04	10.49	9.50	9.95	9.11	9.25	9.01	9.21	
10月	11.00	11.68	10.59	10.96	9.83	10.33	9.41	9.52	8.98	9.16	8.71	8.96	
伸び	-0.49	-0.46	-0.05	-0.17	-0.21	-0.16	-0.09	-0.43	-0.13	-0.09	-0.30	-0.25	-0.24