

主体的に学び、活用力・表現力を

身につける子どもの育成

大分県九重町立淮園小学校

全校児童数	32名（男子16名 女子16名）		
全クラス数	6	教職員数	12名
体育専科教員訪問学校数			5校
訪問校	（毎週）東飯田小		
	（隔週）野上小・飯田小・南山田小・野矢小		
体育専科教員名		酒井 静女	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆全体的な傾向として敏捷性や持久力を要する運動の値と長座体前屈が低い。肥満傾向の児童は9%いる。日常的に外遊びをする児童がほとんどだが、運動量の個人差は大きい。生活習慣などから、活動意欲や体調が整わない児童もみられる。

2 取組の計画

- 目標を持ち努力の足跡がわかる取り組みを行う。
（短距離走・持久走等、敏捷性や持久力の育成に向けて学校行事と関連させて集中的に取り組む）
 - 運動会の取り組み（1学期～2学期前半）
 - マラソン大会の取り組み（2学期後半）
 - なわとび大会の取り組み（2学期末～3学期）
 - 「睡眠（就寝時刻）と生活習慣の改善」の啓発
 - 水泳指導の充実を図る。
- 体育の授業を充実させる。
町全体の体育授業の改善の推進
- 外遊びの奨励をする。

Do：実践内容

1 目標を持ち努力の足跡がわかる取り組み

- 運動会の取り組み
 - 全校団体種目に長縄跳びを入れる。
 - リレーのチームでタイムを記録して比べる。
 - タブレットで撮影して改善点をさぐる。
- マラソン大会の取り組み
 - 中休みに7分間走をし、縦割り班で記録する。
 - ストップウォッチを個人で持って走る。
 - 目標記録と自分の記録を比較する。
- なわとび大会の取り組み
 - 学年ごとに長縄跳びの目標回数をたてる。
 - 個人の短縄の目標をたて記録をとる。
 - タブレットで撮影して改善点をさぐる。
- 「睡眠（就寝時刻）と生活習慣の改善」の啓発
 - 保健委員会の集会で委員会から提案する。
 - P T A厚生部から提案をして、長期休業明けと運動行事の前の1週間、「朝食カレンダー」に就寝・起床時刻・朝食摂取を記録する。
- 水泳指導の充実を図る。
 - 3・4年の公開提案授業を行う。
 - 2学期始めに水泳の授業を入れる。

2 体育の授業を充実させる

- 授業の最初に淮園サーキットトレーニングを行う。

- ①敏捷性・柔軟性・握力を高める内容を入れる。
- ②運動で注意するところを都度確認する。

- (2) 運動量を確保しながら「できた！わかった！」を感じる体育の授業を行う。

- ①授業の最初に前時の確認運動をし、心拍数の上がったところで休憩をかねて本時の説明を行う。

- ②子ども同士が補助し合ったり教え合ったりする場面を入れる。

- ③タブレットで撮影して改善点をさぐる。

- (3) 外遊びの奨励をする。

- ①授業で昔の遊びを紹介する。

- ②学校行事で昔の遊びを体験する。

- ③いつでも昔の遊びができるよう環境を整備する。

- ④町内の体育実技研修会で、様々な遊びでどのような力をつけていくのかの研修を行う。

●工夫したこと（&苦労した点）

- ①少人数、複式学級の利点で、個人でストップウォッチやタブレットを持って学習する機会を増やした。
- ②ペアやグループを作る時に教え合いができるよう工夫した。
- ③段階を踏んでルールを教えていった。

Check：取組の成果

- ①各行事の後や授業の単元終わりの感想で、昨年より成長した点や努力した点をあげることができた。
- ②生活習慣の改善が見られた。
- ③学年を超えて昔の遊びをするようになり、運動場ではブランコでしか遊ばなかった児童がみんなと遊ぶようになった。
- ④「無理！」とすぐにあきらめていた児童が、今までできなかった運動に挑戦するようになり、できるようになったことを喜び、自身を高めている様子がみられた。

Action：今後の課題

- ①訪問校の授業時数の確保。
- ②研究授業、体育実技研修への参加数を増やす。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

姿勢（立位・座位・礼）が良くなった。マイナス発言が減り全体的に明るくなった。けじめがつくようになり、自分の要求を言葉で伝える事ができるようになった。遊びの内容が増え、学年を超えて遊び、笑顔が増えた。

体育実技研修の先生方も体育の授業に参加



サーキットのひとつ「ろくぼくで腹筋」



股関節の柔軟性を高めるサーキットの「ワニ歩き」



新聞紙を動かして友だちの体を動かそう



新聞紙をまるめてボンバーボールを作ろう



研修で昔の遊び「社長・課長」



研修で「Sけん」



学校行事の「家族で昔の遊び」を楽しむコーナー

