

子どもと教師が「楽しく」運動に参加し「わかる」「できる」体育学習

大分県大分市立別保小学校

全校児童数	1047名(男子523名 女子524名)		
全クラス数	38	教職員数	73名
体育専科教員訪問学校数			1校
訪問校	大分市立鶴崎小学校		
体育専科教員名			廣田 哲也

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆学年によって新体力テストの数値に差がある

- ・一昨年度（平成30年度）に比べ、全体的な数値は向上したが、学年や種目で差がある。（学年別では、2年生、5年生は、ほぼ全国平均達成）（種目別では「反復横跳び」「ソフトボール投げ」以外は全国平均達成60%弱）
- ・体育専科が中心となり授業を進めた学年は、「新体力テストの数値」「運動への愛好度」は確実に向上しているが、そうでない学年は学年によって差がある。

2 取組の計画

① 授業の環境整備

- ・単学級での体育ができるように、実際の運動場、体育館使用を教育課程に合わせて、具体的に計画し、毎週更新する。
- ・体育専科がより多くの学年で授業に入り、授業を進め、場や進め方を共通理解できるように計画する。
- ・45分間の授業の流れを「別保小体育科スタンダード」としてパターン化し、全員が共通理解できるようにする。

② 体育的活動の充実（朝の時間）

- ・教室でできる簡単な運動（「朝のあすなる運動」）を、毎日5分間程度実施する。

Do：実践内容

1 授業の環境整備

(1) 運動場と体育館の使用計画を毎週更新する。

- ① 運動場を2または3学級が同時に使用できるように計画した。
- ② 教具の準備や片付けを効率的に行えるように、1～6時間目を学年専用にした。
- ③ 運動場と体育館を単学級で効率的に使用できるように学年で実施する単元の時期をずらした。

(2) 体育専科が2～5年生で授業を進め、場づくりや進め方などを共通理解する。

- ① 4年生を中心の学年と位置付け、火、水曜日は体育専科が授業を進め、その内容を受けて、金曜日は担任が単独で進めた。
- ② 2、3、5年生は週に1度、体育専科が授業を進め、その内容を受けて残りの1.6～2時間は担任が進めた。特に「導入場面」や「習得から活用に変わる場面」は体育専科が入り、その後を担任が進めることができるように計画した。
- ③ 県の体育保健課から出されている指導案の型を基

に体育部で検討し、45分間の流れを「別保小体育科スタンダード」にして日頃の授業で活用した。

2 体育的活動の充実（朝の時間）

(1) 子どもたち自身が進める「朝のあすなる運動」

- ① 「進行表」「説明図」を作成し、運動のやり方やポイントを示した。
- ② 毎月、「取り組みチェック表」を配布し、取り組みを振り返ることができるようにした。

●工夫したこと（&苦労したこと）

- ① 体育館用のスライドや運動場用の掲示物を作成し、体育専科が授業に入れなくても活用できるようにした。また、体育館や運動場にポイントをつけ、教具を置く位置や子どもたちが並ぶ位置などを明確にした。
- ② 月一度の体育部会を積極的に実施し、日頃の実践や困りを情報共有したり、場や教具を作成したりした。また、体育部員が「朝のあすなる運動」や「業間の活動」（持久走、縄跳びタイム）で子どもたちが好きな曲を流し、意欲的に取り組むことができるようにした。

Check：取組の成果

- ① 単学級の体育で学習指導要領の内容を実施し、子どもたちの運動の質や量を確保できた。（2年生は7学級のため、2学級合同体育を実施）
- ② 体育専科が授業や体育的活動で情報発信した内容を学年部の教員が子どもたちの実態に合わせて改良する姿が見られた。
- ③ 「朝のあすなる運動」ができない場合は、各学級が独自に他の時間を見つけて実施していた。

Action：今後の課題

- ① ある程度、各学年の指導内容は明確になったものの、指導した内容をどのように評価するのか、評価規準、評価方法、評価のタイミングなどが明確でないため、これらのことを各学年で系統性を大切にしながら明確にし、「指導と評価の一体化」を進める必要がある。
- ② 教材、教具の開発など、子どもたちがさらに意欲的に取り組むことができるような授業づくりを全教職員で進める取組が一層求められる。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・授業の内容を休み時間に話し合ったり、遊んだりする姿が見られた。（男女も仲良くなる）
- ・体育での成功体験からか、他の教科にも積極的に取り組む姿が見られた。（体育以外でも生き生きとした姿）
- ・他教科でも「めあて」に対して自分の気づきや考えを入れて「振り返り」を書くことができるようになった。

運動場と体育館の使用計画表（一週間ごと）

令和2年度 2学期 体育館・運動場使用に関する日程表(7)【11月9日～11月13日】

令和2年10月15日(木)

- 1年・・・跳び箱遊び(5/6)・(6/6)、体力を高める運動(持久走)(1/6)
- 2年・・・跳び箱遊び(5/5)、体力を高める運動遊び(持久走)(1/6)、ボール投げゲーム(4/4)
- 3年・・・陸上運動(リレー)(3/4)・(4/4)、体力を高める運動(持久走)(1/6)
- 4年・・・ゲーム(キャッチボール)・(3/6)、体力を高める運動(持久走)(1/6)・(2/6)
- 5年・・・陸上運動(走り幅跳び)(3/4)・(4/4)、体力を高める運動(持久走)(1/6)
- 6年・・・陸上運動(走り幅跳び)(1/4)・(2/4)、体力を高める運動(持久走)(1/6)

学年	月(11月9日)		火(11月10日)		水(11月11日)		木(11月12日)		金(11月13日)	
	体育館	運動場	体育館	運動場	体育館	運動場	体育館	運動場	体育館	運動場
1限	なかよし	5の1	1の1	4年持久走	4の3	3の1	6の1	4年持久走	5の1	1の1
2限	2A	6年持久走	5の2	1の2	5年持久走	4の4	3の2	6の2	1の2	5の2
3限	2B	3年持久走	5の3	1の3	2年持久走	4の5	3の3	6の3	1の3	5の3
4限	2C		5の4	1の4	2年持久走	4の1	3の4	6の4	1の3	3B
5限	2D		5の5	1の5		4の2	3の5	6の5	5の5	1の5
6限	クラブ活動②								6の5	

- 各学年の学習内容(運動名)と時数を示す
- 進度がわかるように「何分の何時間目」と分数で示す
- その日は、1学年が専用で使用できるように計画する(運動の場の有効活用と共通理解)

各学年の独自の取り組み



体育専科の時間割(教育課程に合わせて変更有)

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜(鶴崎小)
1時間目	(生活単元学習)	4の1	4の1	3年A組	2の1
2時間目	2年A組	4の2	4の2	3年B組	2の2
3時間目	2年B組	4の3	4の3	3年C組	1の1
4時間目	2年C組	4の4	4の4	5年A組	1の2
5時間目	2年D組	4の5	4の5	5年B組	3の1
6時間目	委員会等		(研修)	5年C組	3の2

※2年は2学級の合同体育
※3年、5年は単元に応じて単学級

別保小体育科スタンダード(基本的な45分間の流れ)

別保小 体育科 スタンダード

(業間) 0 用具・場の準備、ウォーミングアップ①※

(0.5分) 1 集合、あいさつ (集まる声で相手の目を見てあいさつ)

(3.5分) 2 準備運動 (ストレッチ系・・・主に運動する部位を中心に行う)

(3分) 3 ウォーミングアップ②※

(3分) 4 めあて、流れ、ルールの確認など

(3分) 5 補助運動 (主となる運動を楽しくしたのも、主となる運動につながるもの)

(9分) 6 主となる運動① (ゲーム、試しの運動、ペアで助け合いなど)

(5分) 7 付加・修正タイム (努力を奨励する児童への指導、中間の振り返り、再戦指導など)

(9分) 8 主となる運動② (ゲーム、試しの運動、ペアで助け合いなど)

(2分) 9 整理運動 (ストレッチ系・・・主となる運動でしようした部位を中心に行う)

(5分) 10 めあてのふりかえり (個人、ペアで交流、全体で交流)

(2分) 11 教師のまとめ、あいさつ (全体的な動き、個人への評価) ※終了後、必要場合は交代を行う。

体育的活動(業間でのなわとびタイム)



みんなで曲に合わせて楽しくなわとび

朝のあすなる運動(教室で行う簡単運動の進行表と説明図)

朝のあすなる運動

① 膝伸ばし、肩並、はじめ。(上に伸ばし、左右へ) (あし、ひざ、に、さん、しゅん...) (8時間目)

② マウニー、肩並、はじめ。(水ももを足首まで) (あし、に、さん...) (8時間目)

③ 肩伸ばし、肩並、はじめ。(腕を伸ばして、足首をつかむ) (あし、に、さん...) (8時間目)

④ 肩伸ばし、肩並、はじめ。(ケル運動) (あし、に、さん...) (高...100回)

⑤ 肩伸ばし2、はじめ。(両手で教科書をはさんで上下の動き) (あし、に、さん...) (高...15回)

⑥ 片足バラン、肩並、はじめ。(水ももを水平に上げる) (あし、に、さん...) (高...30秒)

⑦ 肩伸ばし、肩並、はじめ。(かかとを浮かし、あうま) (あし、に、さん...) (高...30回)

⑧ 肩伸ばし2、肩並、はじめ。(両手を胸の前に組んでスクワット) (あし、に、さん...) (高...30回)

⑨ 肩伸ばし、肩並、はじめ。(両手を胸の前に組んでスクワット) (あし、に、さん...) (高...30回)

朝のあすなる運動の様子



体育係の声に合わせて「スクワット」