

運動の楽しさを味わい

体力を向上させる意欲をもった児童の育成

全校児童(生徒)数	38名(男子 24名 女子 14名)		
全クラス数	6	教職員数	12
運動部活動数		運動部活動参加率	

取組時の課題と目的

1 取組時の課題

取組時の課題は、小規模校の複式学級により同学年で運動をする機会が少なく、また、少人数集団により、学年が上がるにつれて競争意識をもつ場面もほとんどなく、運動技能を高めようとする意識がもちにくいことである。さらに、基礎体力にも差があり、運動への意欲も二極化していることである。

2 取組の目的

- (1) 教科体育において指導過程の工夫を行い、運動の楽しさを味わわせ、自ら体力を向上させる意欲をもたせる。
- (2) 児童会総務委員が中心となり、児童が主体的に運動に取り組み、体を動かすことを習慣化させ、体力を向上させる。
- (3) 家庭や地域と連携し、児童の興味・関心を高める工夫を行い、自ら運動を楽しむ児童を育成する。

取組の内容

1 楽しさを味わう

(1) 教科体育における指導過程の工夫

① 導入の工夫

授業の始まりは、「ラジオ体操」⇒「縄跳び運動」⇒「体づくり運動」という流れを、全学年で共通実践している。

② 活動の工夫

ソフトバレーボールなど、高い技能が要求される運動種目において、活動人数(少人数)や運動能力の実態に応じて、ルールを工夫している。

③ 振り返りの工夫

発表や体育ノートを通して、成功体験を伝え合い、達成感を味わわせている。

2 体力を向上させる

(1) 教科外体育の工夫

① ランランタイム(ランニング)

走った周数に応じてシールを貼り、運動を継続して取り組んでいることを視覚で確認させることで、自信へとつなげている。

② ジャンピータイム(縄跳び)

業間時間を活用して、週3回全校で学級ごとに『長縄エイトマン(3分間連続跳び)』の練習に取り組んでいる。目標回数を設定することで、児童の意識を高めている。

③ 保健委員会の取組

友達と関わりながら楽しく学ぶ機会を設けたこと

で、毎日の生活習慣を振り返り、健康への関心を高めている。

3 興味・関心を高める

(1) 家庭や地域との体育的連携

① 地域スポーツ人材活用

育成推進校スポーツ人材活用事業を利用し、児童を対象とした運動教室・保護者を対象とした健康づくり教室を設定し、体を動かすことへの興味・関心を高めている。

● 工夫したこと

- ① 教科体育の授業の始まりにラジオ体操を取り入れるにあたり、職員研修を行い、共通理解を図った。仲良し体育(全校体育)で全校児童にラジオ体操の一斉指導を行い、共通実践につなげている。
- ② 教科体育の活動を通じて、友達のよさを見つけたり、友達からのアドバイスを受け入れたりするなどのコミュニケーション能力を高めるために、練り上げる時間を設定した。また、学年に応じて、教師がアドバイスをを行った。
- ③ 教科外の体育においては、児童の意欲が持続できるよう目標設定を掲示したり、毎日の取組状況を記録したりして、他学年の様子を互いに見えるようにした。
- ④ 地域スポーツ人材の方と本校児童の体力テストの結果を共有し、運動教室では遊びの中に苦手分野を克服できるプログラムを設定している。

取組の成果

- ① 指導過程を研究することにより、児童が授業の流れを身に付け、主体的に活動する場面も見られるようになった。
- ② 運動やスポーツに日常的に取り組むようになったと答えた児童が増え、体を動かすことへの意識を高めることができた。
- ③ 学期毎の生活リズムチェックや学校保健委員会等を通して保護者も健康への意識を高めることができた。

今後の課題

- ① 児童の技能・体力面については個人差が大きい。個々の技能・体力面を伸ばす取組を研究する必要がある。
- ② 小規模校のため、10人以下で授業を行うこともあり、少人数でも十分に技能や思考を伸ばすことができる体育の授業の研究を継続する必要がある。
- ③ 小規模校のよさを生かし、IT授業の実施や児童個々の状況をつなぐ工夫を進める必要がある。

楽しさを味わう



体育の学習が安全に行えるように、ラジオ体操の正しい動きを学んでいます。

走り高跳びの学習で取り組んだ体づくり運動です。友達の動きを確認しています。



よりよい動きについてグループで話し合ったことをホワイトボードに書き出し、協力することの楽しさを味わっています。

心身共に健康でたくましく生きる土橋の子

ランランタイムの取組



走った周数に応じて、シールを貼っています。
青→5周以上
黄→3~4周
赤→1~2周

保健委員会が食育のパネルシアターをして、食に関する意識も高めることができました。



学校保健委員会での実習を通して、家庭での健康づくりの意識を高めることができました。



地域スポーツ人材の方の昼休みの運動教室では、楽しみながら体を動かすことができました。



体力を向上させる

興味・関心を高める