

【別紙様式2】【体力向上推進校実施報告書】

<p><b>研究テーマ</b>  <b>まあじん、運動しようでい！</b>  <b>元気はつらつハッキナっ子大作戦</b>          ～目標をもって、進んで運動に取り組む子どもの育成を目指して～</p>	<p>奄美市立赤木名小学校          〒894-0512          奄美市笠利町中金久142          TEL0997-63-0009          FAX0997-63-0256</p>
---	--

**1 実施内容（計画、活動、対象、主な内容等）**

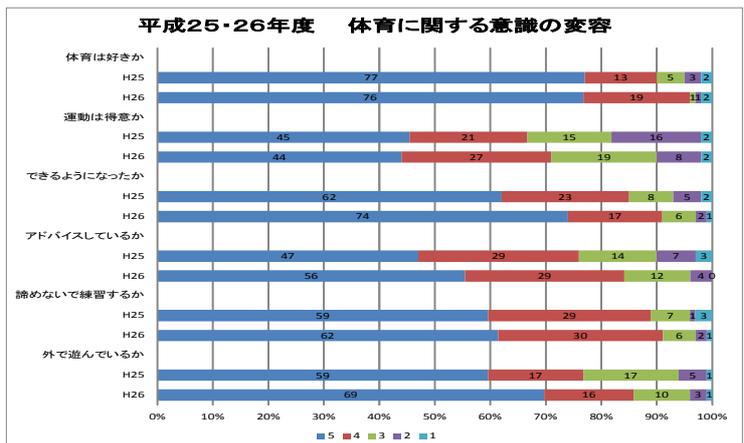
- (1) 教科体育において
  - ア 2年間を見通した年間指導計画を作成し、体育指導の見直しを図った。
  - イ 体育指導の研究を「器械運動」の領域に絞り、運動の特性を分析して活動計画・評価規準を策定した。
  - ウ 本校児童の実態を踏まえ、「ハッキナ運動」と名付けた本校独自の補強・補助運動を確立し、授業の導入部分で実施している。
  - エ 学び合い、高め合う学習過程や、本校独自の「体育のしつけ」を作成し、教科指導で活用している。
- (2) 教科外体育において
  - ア 週2回、朝の業間で「体力タイム」を設定し、遊具等を使ったサーキットコース運動と体育館での柔軟体操を中心とした体ほぐしを全学年で実施している。
  - イ 週3回、児童会活動主体で、体力づくり（5分間早朝ランニング）を実施している。
  - ウ 一輪車を増やしたり、ラダーやタイヤ、投てき板を設置したりして、子どもたちが自ら体を動かしたくなる環境づくりに努めている。
- (3) 家庭との連携
  - ア 「生活リズム」カードを作成し、年4回の実態調査を実施している。また、学校保健委員会等で、運動実施の呼びかけと日々の健康づくりの大切さについて啓発している。
  - イ 親子でできる運動に関する実技研修を行い、家庭での運動の習慣化を支援している。

**2 実施上で工夫したこと**

- (1) 地域スポーツ人材（ASA奄美スポーツアカデミー）の指導により、「コーディネーショントレーニング」を「ハッキナ運動」に取り入れた。このトレーニングは、五感で察知したものを脳で判断し、具体的に体を動かすことで、運動神経を磨くことを目的とした内容である。
- (2) 体力・運動能力調査の結果を踏まえ、課題のあった領域を補うための補強・補助運動を多く設定し、実践してきた。

**3 主な成果**

- (1) 体育に関する意識の変容は右記のとおりである。（H25～26）
- (2) 平成25年度の新体力テストでは学年ごとのばらつきは見られたが、全体的に握力・上体おこし・反復横跳び・シャトルランが県平均を下回っていた。  
 しかし、平成26年度はどの学年も立ち幅跳び以外は、県平均を上回ることができた。



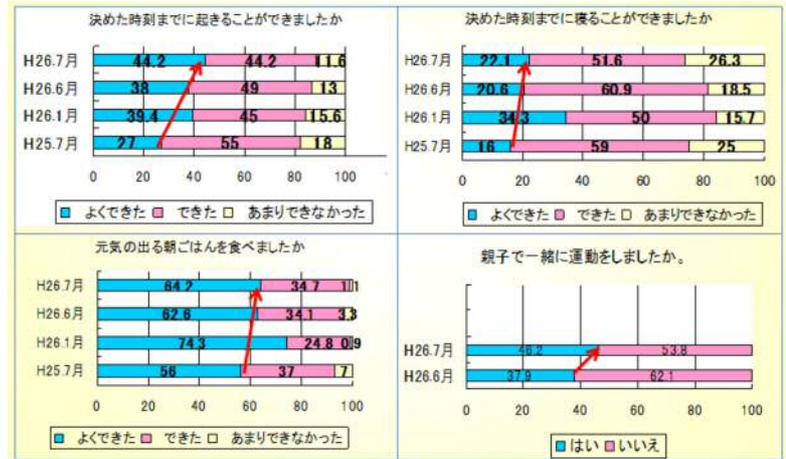
## 4 実践の様子

### 【体力タイムの様子】



◎ 週2回、低・中・高学年に分かれて、ストレッチ、固定施設、縄跳び運動、「チャレンジかごしま」等に取り組んでいる。

### 【生活リズム調査結果から】



### 【赤木名サーキットの様子】



◎ 校庭の固定施設を利用した「赤木名サーキット」を設定し、教科体育や体力タイム等で活用している。

### 【早朝ランニングの様子】



◎ 児童会で決定した自主的な活動として、週3回、8時5分から5分間ランニングを実施している。

### 【言語活動の様子】



◎ 技が上手にできるコツやよさをお互いにアドバイスしたり、付箋紙に書いたりして友達に伝えている。

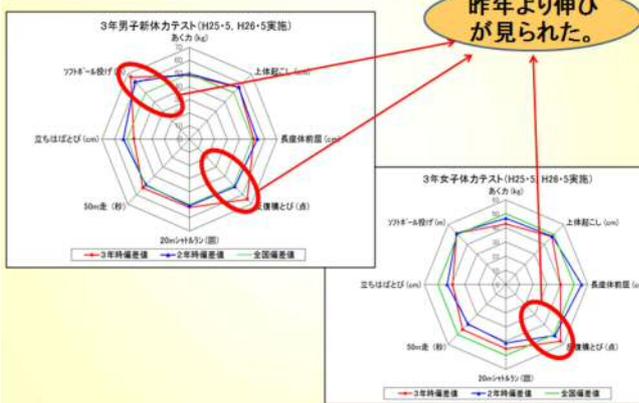
### 【地域スポーツ人材の活用】



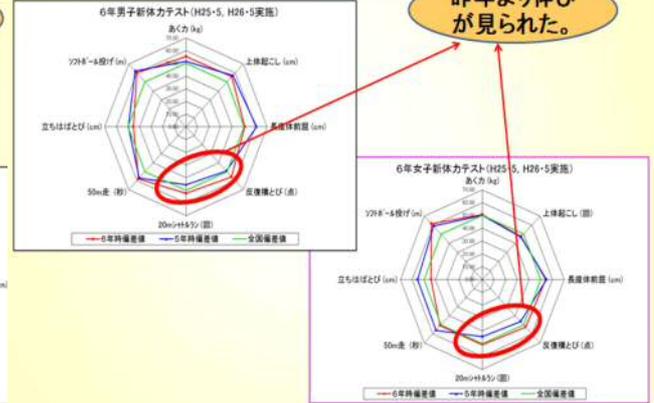
◎ ASA奄美スポーツアカデミーの支援により、「コーディネーショントレーニング」を取り入れた。子どもたちは、楽しみながら運動に親しみ、体をほぐす上で非常に効果的であった。

### 【新体力テストの分析結果より】

#### 新体力テストの分析（3年）



#### 新体力テストの分析（6年）



◎ 生活リズム調査や新体力テストの結果から、学年ごとの差はあるものの、昨年度より課題となっていた項目が、大きく改善された。