

目標に向かって、主体的に運動に取り組む子供の育成 ～体を動かす楽しさ・達成感を味わえる共通実践を通して～

全校児童(生徒)数	104名(男子51名 女子53名)		
全クラス数	7	教職員数	16
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

運動好きな子供が多いが、目標を定め課題解決する子供は少なく、運動の二極化も進んでいる。また、家庭によっても運動に対する意識の差がある。

指導者は、体育授業の進め方が分からなかったり、苦手な領域があったりする。

2 取組の目的

- (1) 教科体育で、自己の課題に気付かせ、課題解決的な目標の設定とともに、指導法の工夫・改善を図り、主体的に運動に取り組む子供を育成する。
- (2) 体力テストや意識調査の結果を基に教科外体育の取組を工夫し、家庭・地域との連携を図ることを通して、楽しみながら運動に取り組む子供を育成する。

取組の内容

1 教科体育での取組

(1) 一単位時間の流れの共通理解

子供も教師も見通しをもって授業に臨むことができるようにするために、基本的な学習過程を設定している。

(2) 準備運動・補助運動の工夫と目標設定の在り方

下西体操とストレッチを考案し、全校で取り組むことを通して、体幹を整え柔軟性の向上を図っている。補助運動では、主運動につながる運動や固定施設を活用した運動を行っている。また、試しの運動後に単元を貫く個人目標を設定させ、毎時間振り返らせている。

(3) 主運動における学び合いの場の設定や手立て

一単位時間毎に学び合いの時間を設定している。タブレットやホワイトボードを活用し、学び合いの活性化を図っている。教師も肯定的な声かけを行い、全員が楽しみながら運動に取り組めるようにしている。

(4) 自分自身を振り返らせるための場の設定や手立て

一単位時間毎に振り返りの時間を設定している。全学年及び全単元で活用できる振り返りカードを作成し、実態に基づいて、心情や技能の変化、分かったことや次時に取り組みたいことなどを振り返らせている。学習の中で考えたことを友達と共有させたり、頑張りを紹介させたりし、次の学びにつなげられるようにしている。

(5) 運動が苦手な子供への手立て

苦手を心情面と技能面に分けて手立てを工夫している。心情面は学級経営と関連させ、全ての教育活動の中で取り組み、運動に対する意欲の向上を図っている。技能面は実態や目標と関連させ、できた喜びや課題解決による達成感を味わえるようにしている。

2 教科外体育での取組

(1) 体力・運動能力調査の結果活用

固定施設を活用したり、各学級でハンドグリップを活用したりして、握力の向上を図っている。また、下西体操やストレッチは体育的行事でも行い、より安全に体を動かすことができるようにしている。

(2) 「体力アップ! チャレンジがごしま」の取組

朝の体力づくり、仲良し体育、業間や昼休みに取り組

んでいる。異学年の縦割り班や学級で実施し、教え合ったり、認め合ったりすることで、意欲的に運動に取り組めるようになり、学級づくりにもつながっている。取組については、運動委員会や6年生が自主的に運営やサポートを行っている。

(3) 運動環境の整備

体力づくりの成果が分かるような掲示を行ったり、頑張っている子供を表彰したりして、運動に対する更なる意欲の向上を図っている。また、器械運動の基礎感覚を養うことができるように、運動のモデルを掲示し、授業での補助運動で活用したり、業間や昼休みに活用したりしている。

(4) 家庭や地域との連携

「かごしまの子ども体力向上プログラム」や「これならできる! プラス5分運動」を活用し、親子で体を動かす習慣づくりへの働きかけを行っている。臨時休業時は保健だよりで活用した。また、校区や市の体育的行事では、保護者や校区と連携して取り組んでおり、運動に対する意欲の更なる向上や達成感につながっている。

(5) 地域人材の活用

教科体育では、主に陸上運動と器械運動の授業でゲストティーチャーに指導していただいている。また、教科外体育では、学校保健委員会や学年レクリエーションで外部講師を招聘している。

●工夫したこと

- 1 体育の授業では、学び合いセットや運動のモデルを用意し、全学級で活用できるようにした。また、振り返りカードを全学年・全単元で作成したことで、子供が書く時間と職員の教材研究の時間を確保することができた。
- 2 基本的な学習過程や体育に関する資料を用意し、職員同士が日常的に教材研究をすることができるようにした。
- 3 授業以外でも固定施設や器具を積極的に活用し、運動量の確保や機会を充実させ、活動記録を可視化した。
- 4 地域人材との打ち合わせを早めに行い、授業や活動について共通理解を図った。

取組の成果

- 1 基本的な学習過程によって、子供も教師も見通しをもって授業に臨むことができた。
- 2 学び合いの場や時間を位置付けたり、ルールを工夫したりすることで、運動が苦手な子供も主体的に楽しみながら課題解決に取り組むようになった。
- 3 課題であった握力や長座体前屈が向上した。また、仲良し体育などを子供が自主的に運営し、異学年で関わり合いながら、運動に取り組むようになった。
- 4 親子で運動に取り組んだり、規則正しい生活習慣を確立させたりした家庭が増えた。

今後の課題

- 1 学び合いや振り返りの時間を十分に確保できない単元もあった。
- 2 自発的に運動に取り組む家庭とそうでない家庭の差がまだある。引き続き意識向上と実践化につなげていく。

目標に向かって、主体的に運動に取り組む子供の育成 ～体を動かす楽しさ・達成感を味わえる共通実践を通して～

1 教科体育での取組

【基本的な学習過程】

過程	主な学習活動	時間(分)	教師の指導・支援	研究の視点【視】
つかむ・見通す	1 下西体操とストレッチをする。 	7	○ 事故防止のため、子供の健康状況を把握する。 ○ 大きな動きを意識させる。 ○ 動きのポイントを意識させる。	
	2 補助運動をする。 		○ 外で実施する時は、雲梯や登り棒も行う。	
	3 本時のめあてを確認する。 		○ 前時までの学習をもとに、本時の見通しをもたせる。 【視①】 単元を貫く個人の目標と、本時のめあてを確認させる。	
やってみる・工夫する	4 試しの運動をする。	30	○ 肯定的な声かけを行い、安全面への配慮を継続し、適宜水分補給などをさせる。 【視④】 学習内容に応じて、苦手な子供も楽しめるような工夫を行う。 	
	5 グループで見合い、学び合う。 ○ 運動の特性について学び合う。 ・ 相手チームはなぜ守備が上手いのか。 ・ ハードル間を何歩で走っているか。 ・ 友達の動きのどこがなぜ良いのか。など 		※ 単元によって流れが変わることもある。	
まとめる・振り返る	6 確かめの運動をする。 ○ 学び合いを踏まえて再度活動する。 	8	○ 学び合いを活性化させるために、補助運動や前時までの学習などを関連付ける。 	
	7 本時の学習をまとめ、振り返る。 (1) 自分について振り返る。 (2) 友達について振り返る。		【視③】 振り返ったことを共有し、学習内容の深化を図る。 ○ 運動のポイントを発表させる。 ○ 友達の成長や努力などを紹介させる。	
	8 ストレッチをする。 		○ 教師やG・Tが子供の頑張りを賞賛する。 ○ 次時の課題を捉え、見通しをもたせる。	
	9 次時の学習を確認する。 		※ G・T(ゲストティーチャー)	

【運動が苦手な子供への配慮例】



友達の頑張りや成長の紹介



全員が投げられる距離に設定した場



鬼の場所を明示

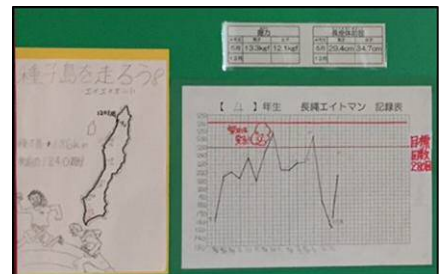
2 教科外体育での取組



朝の体力づくりでの雲梯の活用



レッツ短縄跳び



かけ足と長縄の掲示



「これならできる！プラス5分運動」の活用



PTA主催「地域対抗ドッジボール大会」



種子島高等学校陸上部による陸上教室