

# 運動の魅力に触れ、能動的に身体を動かすかせだっ子の育成

全校児童(生徒)数	682名(男子351名 女子331名)		
全クラス数	29	教職員数	41
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

体力・運動能力調査の結果が低下傾向にあり、特に、「握力」、「長座体前屈」が実施した全ての学年で全国平均を下回った。また、意識調査の結果から、「運動やスポーツをすることが好き」と回答した児童の割合も低下傾向にあることから、体力の向上及び運動に意欲的に取り組む児童の育成が本校の課題であった。

### 2 取組の目的

「運動の魅力に触れ、能動的に身体を動かすかせだっ子の育成」を研究テーマに掲げ、各運動特有の楽しさや喜びを運動することで感じ、児童が自ら考えて身体を動かすことができる体育科の研究に取り組んだ。

- (1) 県の「運動大好き“かごしまっ子”」育成推進事業推進校の指定を受け、全校体制で「運動が好き」な児童を育成する。
- (2) 体育科の学習以外の取組や家庭や地域と連携した取組を継続して実践することで、体力の向上や運動に意欲的に取り組む児童を育成する。

## 取組の内容

### 1 各運動領域の「運動の魅力」の整理

各運動領域で味わうことができる運動の魅力を、児童の発達の段階に応じて、低・中・高学年ごとに整理し、単元全体を通して、児童・教師が意識して授業に取り組んだ。

### 2 児童の実態を基にしたルールの多様化

ゴール型ゲームでは、試しのゲームを行った後に、ルールを工夫することの必要性を話し合い、全員が楽しく意欲的に運動できるようにするためのルールを検討した。児童は、ゴール型ゲームのもつ魅力を感じると共にルールを工夫することにも楽しさを感じていた。

### 3 児童の意欲を向上させるための場の設定

児童の意欲を向上させるために、実態を把握した上で段階的な場の設定を行った。様々な場を設定することで運動が得意な児童もそうでない児童も、自分で場を選び関心・意欲を高めながら学習に取り組むことができた。

### 4 一単位時間における学習過程の工夫

体育科の授業においては、児童が自他の課題を見付け、仲間と共に粘り強く課題の解決に取り組むことや自らの学習活動を振り返ることで課題を修正し、運動に取り組むことが大切である。本校では、学習過程に「ハテナタイム」、「レベルアップタイム」、「セーブタイム」を位置付けて学習指導を行っている。

### (1) ハテナタイム

運動のポイントを全体で共有し、それを基にして課題を把握できるようにする。

### (2) レベルアップタイム

必要なコツや練習方法を、具体的に動きながら話し合わせ、繰り返し試行できるようにする。

### (3) セーブタイム

動きの変容や課題解決の過程を振り返り、新たな課題を設定できるようにする。

## 5 体力の向上を目指した準備運動の実践

令和3年度の体力・運動能力調査において、「握力」、「長座体前屈」が全ての学年で全国平均を下回った。そこで、体育の授業の中で、準備運動や補助運動に「ストレッチング」や「手にぎにぎ運動」を取り入れ全学年で共通実践した。

## 6 体育通信による家庭との連携

児童や保護者の運動に対する関心・意欲の向上、家庭での運動を推進することをねらいとして、定期的に体育通信「かせスポ!」を発行した。特に、長期休業中は、様々な運動メニューを紹介し、家庭で実践した運動について児童、保護者に感想を記入させることで、継続した取組につなげることができた。

## 取組の成果

- ① 各運動領域の魅力を整理したことで、教師は運動の魅力に触れさせることを意識しながら授業に取り組むことができた。
- ② 児童の実態を基にしたルールの多様化や場の設定を工夫することで、児童が関心・意欲をもって、楽しく運動に取り組むようになった。
- ③ 諸調査を分析し、児童の実態を把握することで、本校の課題が明確になり、一単位時間の授業改善や児童の体力の向上につながった。
- ④ 体育通信「かせスポ!」を発行し、家庭でできる運動を紹介し、児童が運動を選択して取り組んだことで、体力の向上が図られ、家族のコミュニケーションにもつながった。

## 今後の課題

- ① 本校においては、児童の運動への二極化の傾向が見られる。運動の魅力に触れさせ、達成感や充実感を味わわせる体育科の授業を行っていく必要がある。
- ② 体育科の授業以外の運動への取組内容について検討し、児童が運動に親しむ環境作りを行っていく必要がある。

1 児童の実態を基にしたルールの特多様化

**ルールの工夫を検討する際の視点**

- 1 楽しくないと感じている友達が、どうすれば楽しく感じられるか。
- 2 分かりにくいので、どうすれば誰でも分かるようになるか。
- 3 一部の友達が動くのではなく、どうすれば得意な友達も苦手な友達も動けるか。



4年 ハンドボールを基にした易しいゲーム（ゴール型ゲーム）	
最初のルール	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ボールを持ったまま歩いたり、走ったりしない。</li> <li>○ シュートラインを決める（ゴールに近すぎない）。</li> <li>○ 相手の気持ちを考えてプレーする。</li> </ul>
工夫したルール	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ セーフティーゾーンでは、相手を妨害できない。</li> <li>○ 初ゴールは3点で、その他は1点とする。</li> <li>○ 全員得点できたら+5点とする。</li> </ul>

2 児童の意欲を向上させるための場の設定

**2年 マットを使った運動遊び**

児童の意欲を向上させるために、技能に合わせて取り組めるよう実態を把握しながら段階的な場の設定を行った。

- 1 坂道コース
- 2 ぴたっとコース
- 3 壁登りコース
- 4 ジグザグコース
- 5 ぴよんぴよんコース

**ぴよんぴよんコース**



マットの一つにはゴム紐を張り、川跳びのように跳び越しながら進む。

壁登りの運動は、ステージに足をかけ横に移動することや、障害物（手裏剣）を置いて、その障害物をよけながら進む。

**壁登りコース**



3 一単位時間の学習過程の工夫

**よりよく課題解決するための学習場面の設定**

- 運動のポイントを基にした**課題把握**の場面
- 解決方法（こつや練習方法）を思考・判断し、繰り返し試行する**課題解決**の場面
- 学習の成果や課題、解決の過程を振り返る**課題修正**の場面

**課題把握**  
【ハテナタイム】



**課題解決**  
【レベルアップタイム】



**課題修正**  
セーブタイム

