

# 体力の向上のために、 運動の機会を増やす取組

岩手県西和賀町立湯田ゆだ小学校

## School Data

全校児童数	88名 (男子55名 女子33名)
全クラス数	8クラス (内特別支援学級2クラス)
教職員数	20名(内体育専科0名)
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)	0名

## 取組時の課題と目的

### Plan

#### 1 取組時の課題

本校は、平成23年度に三つの学校が統合してできた学区であるため、遠隔地から学校に通う児童が多く、全校児童88名中62名(70%)がスクールバス又はスクールタクシーで通学している。学区が広く、放課後に友達同士で遊ぶこともあまりできないので、家庭内でゲームなどをして過ごす児童が多い。

このような状況のため、肥満傾向の児童が多くなってきていた。また、体力・運動能力の面では個人差が大きく、積極的にスポーツ少年団などに加入して運動する児童とほとんどしない児童の二極化が見られた。

#### 2 取組の目的

- ①隙間時間などを利用して無理なく運動の日常化を図り、楽しんで運動能力を高めるようにする。
- ②体育の授業で児童が主体的に運動したくなるように教材を工夫し、「充実した体育の授業」を行っていくとともに、基礎・基本がしっかりと身に付く「成果」のある体育の授業を実践し、体力の向上を図る。
- ③「光・暗闇・外遊び」の合言葉のもとで家庭と連携し、生活習慣の安定を図る。

## 取組の内容

### Do

#### 1 「隙間時間」の活用

##### (1) 登校時間の活用

校門から昇降口までの通路に輪やミニハードルを並べ、様々なステップを踏む活動や調子よく跳び越える運動をしながら登校するようにした。

##### (2) 朝の始業時間までの活用

新体力テストで全国平均を下回っている投力や、県の課題でもある走力の向上を図る取組として、児童にとって魅力的な運動の場を設定し、どの学年の児童たちも楽しく進んで朝の運動に参加できるようにした。

##### (3) 業間の活用

ラジオ体操大会やなわ跳び大会など、縦割り班のよさを生かして高学年が低学年に教える学び合い活動の場を設けた。

#### 2 充実した体育の授業

##### (1) 体育学習会

保・小・中・高という様々な校種の教員が互いに学び合える学習会を定期的実施し、地域として授業の質の向上に取り組んだ。

##### (2) 「形成的授業評価」の活用

児童の評価から授業の改善を図り、児童が高く評価する体育の授業づくりを行った。

##### (3) 体育ノートの活用

毎時間の課題と振り返りを記入するノートを活用し、前回の授業を生かした授業づくりを行うようにした。また、振り返りや活動に関して児童一人一人にコメントを返すことで学習への意欲付けを図った。

#### 3 家庭との連携「親子まなびフェスト」

日中は光をたくさん浴び、生体リズムを整えるために外で遊び、ぐっすり眠るために部屋を暗闇にする「光・暗闇・外遊び」を合言葉として学校だよりや保健だより、懇談会などで、よりよい環境を大人がつくってあげるように説明し、生活習慣の安定を図るようにした。また、親子まなびフェストを通して家庭との連携を図った。

## → 工夫したこと

全校児童が必ず通る道に輪やミニハードルを並べ、毎日の活動として習慣付けた。児童たちは入学当初にはほぼできなかった動きが徐々にできるようになり、更に複雑な動きにチャレンジしようとするようになった。

朝の運動では、魅力的な場がやがて遊びの場に発展し、楽しみながら体力の向上に取り組むことができた。

縦割り班での活動を多く取り入れ、上級生が下級生に、上手な児童が苦手な児童に教える学び合いに重点を置いて取組を実施し、個人の達成感に加え、集団での達成感も味わえるようにした。児童は目標をもつことで仲間と励まし合い、より高い達成感を味わうことができた。

## 取組成果の評価

### Check

隙間時間や運動量を意識した授業の実践により、新体力テストの総合評価でA・B・C段階の児童の割合が4年連続で本県の目標である80%を大きく上回るこ

とができた。

本校の課題であった「早寝・早起き」は家庭と連携した取組によって改善が図られ、生活習慣が安定してきている。

肥満傾向の児童も、平成27年度は17.8%、平成28年度は14.0%、平成29年度は12.1%、平成30年度は11.4%と減少してきている。

今後の課題



新体力テストで新たに課題が見えてきた持久力系の種目に対するアプローチの方法を工夫していく必要が

ある。

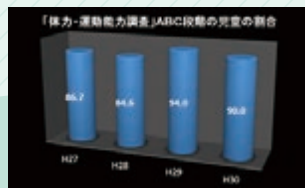
体力の向上に向けた取組が学校だけのものにならないよう、地域を巻き込んだ活動へと発展させていきたい。

体力の向上の取組がもたらす波及効果

体力の向上の取組は、運動面だけでなく、学校生活全体における意欲の向上につながっている。縦割り活動などを通して日常生活でも異学年の関わりが深くなってきた。



登校時の運動  
輪を使って巧みな動きを身に付ける



新体力テスト  
総合評価A・B・Cの割合



始業までの時間  
今日とはどんな動きかな魅力ある運動の場の設定



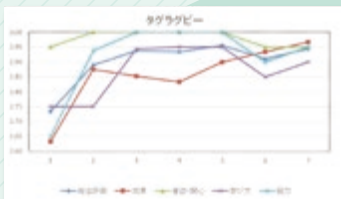
業間縦割り活動  
こうやって投げるんだよ縦割り活動を生かした異学年の交流



肥満児童の減少



休み時間  
休み時間にもやってみよう運動の場から遊びの場へ



形成的授業評価  
児童の評価を生かした授業改善



授業の充実

内容	A	B	C	D	合計	平均
プレイステーション等の好きなゲームで決めたお宝はありますか?	24	28	28	9	156	1.8
電気を消して、1・2・3時は10時まで、4時以降は1時半までにもみんなに入睡しましたか?	36	24	17	9	173	2.0
	21	36	22	10	157	1.8

生活習慣の安定  
光・暗闇・外遊びの定着



体育ノートを活用  
振り返りを次回につなげる

親子まなびフェスト  
家庭との連携  
家庭でつづけ・学校で学び・地域で鍛える