

# レッツトライ！レッツチャレンジ！

福島県南相馬市立  
小高・福浦・金房・鳩原小学校

全校児童数	68名(男子32名 女子36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	35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

## Plan…取組時の課題と目的

### 1 取組時の課題

- ・一昨年まで仮設校舎において、4校合同で学校を運営しており、体を思い切り動かすことができる環境が不十分であった。
- ・警戒区域解除により、小高小学校の本校舎に戻り、体を動かせる広い環境ができたが、自ら進んで校庭や体育館に行こうとしない児童の姿が見られた。また、仮設住宅からは、バスや自家用車で通学が多く、日常的に歩く距離が短いため、体力が低下していることが懸念される。そのため、肥満児の割合が高い。

### 2 取組の目的

- ① 運動する機会と場の確保や、運動への意欲や興味・関心を高める実践を通して、児童の体力の向上を図る。
- ② 養護教諭や栄養教諭と連携することで健康教育の充実を図り、健康な体づくりを推進する。



県の肥満対応ガイドラインに基づき、長期休業前後の身体計測、生活チェックシートの記入、養護教諭による個別の保健指導を行うとともに、食に関する指導を栄養教諭とTTで行っている。発達の段階に応じて指導し、健康な食生活を送れるよう意識付けを行った。

また、高学年を中心に夏休みの課題として、朝ごはんの献立を考え、校内でコンテストを実施した。献立を作成するにあたり、食材の選び方や作り方など、家族と一緒に考えながら作っていた。

## ●工夫したこと

4校合同の学校運営では、複数担任となっている。体育科の時間もTTによるコース別の学習を取り入れ、実態に応じた授業を展開している。また、休み時間には教職員間で担当箇所を分担して、校庭や体育館で子供と運動をするなど、学校全体で運動する雰囲気作りに努めた。さらに、県の施策である小学校体育専門アドバイザーの活用や企業のスポーツ企画、体育大学等のボランティアも積極的に活用し、多様な運動を経験できるようにすることを大切にしてきた。

## Do…取組の内容

### 1 運動する機会と場の確保

#### ○人工芝のグラウンドでの業間運動や全校遊びの奨励と実施

業間時には、校庭でのマラソン、長なわ大会や福島県独自の「運動身体づくりプログラム」などにも取り組み、体力の向上を図っている。また、日課表を工夫することにより、昼休みを60分間確保している。この時間に、学級の運動遊びを奨励するだけでなく、各委員会の企画による運動イベントも積極的に行っている。

人工芝のグラウンドでは、転がったり裸足で走ったりするなど、遊び方の幅が広がった。また、膝への負担が少なく、けがの心配をせずに運動することができる。

### 2 運動への意欲や興味関心を高める実践

#### ○オリンピック・パラリンピック教育

他教科や総合的な学習の時間と連携し、オリ・パラ教育を行い、様々なスポーツ種目があることや、歴史や意義について知ることができるようにしている。また、県内の車椅子バスケットボールチームを招聘し、パラリンピック競技を実際に体験する時間を設け、スポーツへの興味や関心がより高まるようにしている。

#### ○運動の校内記録板の作成と頑張りの表彰・掲示

新体力テストやマラソン大会、なわ跳び記録会の結果を集計し、校内記録板を作成している。各大会前には校内記録一覧表を配付し、記録更新を目指した意欲の向上を図っている。また、個人の短期目標達成による表彰を行い掲示することにより、自分の頑張りが目に見えるようにして意欲を高めている。

### 3 健康教育の取り組み

#### ○肥満の解消を目指した、個別の食育指導・保健指導

## Check…取組成果の評価

新体力テストの総合評価において、AB評価の割合が増加した。仮設校舎から本校舎への帰校により、児童の体力が徐々に向上してきた結果と思われる。さらに、体力の自信に関する質問に対して、「ある」「ふつう」と答えた児童の割合が78%から82%に増加しており、体力の高まりを自覚できていると考えられる。

## Action…今後の課題

新体力テストの分析からは、走能力に関する点に課題がある。また、1日の運動時間の質問に対して、「30分未満」と「30分～1時間」の割合が62%から77%に増えていることが分かった。AB評価の割合が増えているが、運動時間が減少しているという結果から、日常的な運動習慣づくりが必要であると考えられる。

## ◎体力の向上の取組がもたらす波及効果

養護教諭部が実施した調査によると、昨年度の8月時点で25.4%だった肥満傾向児の出現率が、1月には20.3%に減少しており、肥満の改善が見られている。調査結果や健康指導の内容を家庭と定期的に共有したことにより、学校と家庭の連携が深まった。

また、福島県で開発した「自分手帳」の記入も効果的であった。これは、健康・運動・食のそれぞれの段階のデータを、小学校から高校まで記録でき、自分の生活を見つめ直している姿が見られた。

さらに、子供達が校庭で楽しく遊ぶ姿が増え、「子供の楽しそうな声を聞くと、元気が出る」などといった、地域からの喜びの声が聞こえ始めている。また、地域のスポーツクラブと交流して卓球を楽しむなど、地域との関わりが、密接なものになっている。

