

# 自然の中でともに学び合う 体育の授業

学校名

愛知県

田原市立若戸<sup>わかと</sup>小学校

全校児童数88名

(男子43名 女子45名)

## 実践内容

## 実施目的

- ①多様な運動経験と健康・安全についての理解を通して、運動に親しむ資質や能力を育てる。
- ②地域の自然に触れる活動を通して、基礎体力づくりをする。
- ③友達とともに運動することを通して、たくましい心身を養い、生涯体育への基礎づくりをする。

## 実施内容

## 1 地域の自然を生かした「基礎体力づくり」

### ①校舎裏の小山の開放

校舎裏には小山があり、業間や昼休みに登山道を開放し、児童は自由に登って遊ぶ。無理なく自然に体力が向上するように、登山道を「かいだんコース」、「にんじゃコース」、「らくだコース」の3コース設置した。最終的に太平洋が一望できる頂上を目指す。

### ②海での体育の授業

学校から5分ほど歩くと豊かな海と向き合うことができる。子どもたちは、広い砂浜で、宝取りゲームやビーチフラッグス、すもう遊びなどをして楽しみながら基礎体力を培う。

## 2 学年相互のかかわりの中で、基礎的な体力や技能を高める「体育の授業づくり」

遊びで身に付けた基礎体力を生かして、それをより確かなものにしていく。

- ①体育の授業のはじめに、「カエルの逆立ち」、「手押し車」、「馬跳び」などを取り入れ、運動場外周のサーキットコースを使った体力づくりを行っている。
- ②少人数である短所を補い、そのよさを生かしていくために、隣接学年による合同体育や上級生と下級生の交流を深める交流授業を実施している。

## 3 縦割り活動で「生涯体育への基礎づくり」

全校児童を6グループに分け、毎週木曜日の朝に「小山タイム」を実施。

### ①「たてわりで遊ぼう会」

各班の班長が、みんなで楽しめるゲームを考え、「王様の帽子」や「田の字ゲーム」、「風船バレー」などを実施している。

### ②健康委員会（体育・保健）

児童主催で「なわとび集会」や「長なわ集会」、ボールを転がし、当たらないように対岸に渡る「川わたり集会」などを実施している。

## 実施上で工夫したこと

- ①異学年が交流し、子どもたちどうしが影響し合いながら、運動に親しむ習慣や思いやる心を育成していくために、「たてわりで遊ぼう会」を設けた。
- ②生涯体育につながる基礎をつくるために、体育の授業において、集団活動や集団遊びのよさを生かした活動を取り入れた。
- ③日常生活の中で自然に体力の基礎を身に付けられるよう、毎週1回、40分間の長時間放課を設定し、友達どうしが一緒に遊ぶ機会を設けた。

## 主な成果



- ①新体力テストにおいて、愛知県の平均に比べて劣っていた50m走、立ち幅とび、ボール投げの記録が大幅に改善した。
- ②水曜日に設けた長時間放課（40分放課）だけでなく、普段の休み時間にも、運動場や小山で遊ぶ児童が増えた。
- ③放課には、学年の枠を越えてサッカーやドッジボール、鬼ごっこなどを楽しむ姿がみられるようになった。



校舎とその裏にある小山

放課になると子どもたちの声が響き渡る



登山道入り口の案内板

その日の体力に合わせてコースを選ぶ



海での体育の授業

みんなで工夫しながら遊んだ宝取りゲーム



コンビネーション遊具

遊具と遊具の間を丸太の橋でつなぐ



「たてわりで遊ぼう会」 王様の帽子

低学年から高学年まで一緒になって遊ぶ



「長なわ集会」

3分間で跳べた数を競う

児童の運動能力の実態

H19年度 体力テスト 若戸小学校平均と愛知県平均比較(県平均はH19年度)

学年性別	握力		上体起こし		長座体前屈		尻板橋遊び		シャトルラン		50m		立ち幅跳び		ボール投げ						
	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均					
1 男											11.1	11.7	0.6	123	109	14.2	9.2	8.9	0.3		
1 女											12.4	12.1	0	109	102	7.3	5.7	5.6	0.1		
2 男											10.7	10.8	0.1	130	126	4.9	13.2	13	0.2		
2 女											10.7	11.1	0.4	131	117	14.1	9.3	7.8	1.5		
3 男											9.9	10.3	0.4	137	138	1.5	16.1	17.5	1.4		
3 女											9.8	10.6	0.8	138	128	10	12	10.2	1.8		
4 男					31.3	30	1.1	39.9	34.8	5.1		9.7	9.8	0.1	149	145	3.6	23.1	21	2.1	
4 女					41.5	33.2	8.6	41.4	37.8	3.6		9.3	10.1	0.8	157	136	21.4	12.6	13.4	0.2	
5 男	19.3	16.2	3.1	19.3	16.7	0.6	39	35.7	3.3	43.3	44.9	1.6	9.8	9.5	0.3	161	152	9.5	23.3	25.6	2.3
5 女	17.8	15.8	1.8	19.8	17.1	2.7	40	34.4	5.6	44.4	37.6	6.8	9.1	9.7	0.6	189	143	23	19.6	15.2	4.4
6 男	21.1	19.3	1.6	23.6	20.4	3.2	41.3	34.5	6.8	52	43.8	8.2	9	9.8	181	164	17.3	34.9	25.9	8.7	
6 女	19.8	18.8	1	19.6	18.5	1.1	35.6	35.7	0.1	49.8	41.4	8.4	8.1	8.5	0.6	171	155	15.8	22.4	17.1	5.3

(参考)

H19年度 体力テスト 若戸小学校平均と愛知県平均比較

学年性別	握力		上体起こし		長座体前屈		尻板橋遊び		シャトルラン		50m		立ち幅跳び		ボール投げ						
	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均	本校	県平均					
1 男											11.0	11.7	0.2	106	109	3.2	5.1	6.9	0.8		
1 女											11.6	12.1	0.5	105	102	3.4	6.2	5.6	0.6		
2 男											10.7	10.8	0.1	120	125	4.1	10.9	13	2.1		
2 女											10.9	11.1	0.2	119	117	2.1	8.8	7.8	1		
3 男											10.1	10.3	0.2	130	138	8.1	19.3	17.5	1.8		
3 女											9.9	10.6	0.7	135	128	6.6	10.8	10.2	0.6		
4 男					31.3	30	1.3	42.5	34.8	7.7		10.7	9.8	0.9	149	145	4.5	26.3	21	4.7	
4 女					44.5	33.2	11.3	45	37.8	7.2		10.2	10.1	0.1	148	136	11.9	15.8	12.4	3.4	
5 男	19.7	16.2	3.5	20.9	18.7	2.2	33.7	32.7	1	48.3	39.6	8.7	84.6	44.9	39.7	3.9	3.8	26.4	25.8	2.6	
5 女	17	15.8	1.2	18.4	17.1	1.3	33.6	34.4	0.8	47	37.6	9.4	52.2	35.9	16.3	9	9.7	18.6	15.2	3.4	
6 男	22.1	19.2	2.9	23.4	20.4	3	38	34.3	3.7	49.2	43.8	5.4	64.8	46.5	18.3	9.1	9	0.1	35.4	26.9	8.5
6 女	21.1	19.8	1.3	17.6	18.5	0.9	41.3	35.7	5.6	46.1	41.4	4.7	55.3	43.6	11.7	9.1	9.3	0.2	20.3	17.1	3.7

新体力テストの結果 平成 20 年度と平成 19 年度を比較