

# 運動することへの きっかけづくり ～外遊びを広げよう～

## 奈良県奈良市立二名小学校

全校児童数	402名(男子202名 女子200名)		
全クラス数	15	教職員数	30名(内体育専科0名)
クラブ活動・運動部活動数	4	参加延べ人数	124人
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)	0人		

小学校

実践内容

### 取組時の課題と目的

#### 1 取組時の課題

全国体力調査の結果等から、県平均を下回る種目や、運動に苦手意識のある児童の状況が分かりました。また、これらの児童は好んで運動することが少なく、特に女子は休み時間を教室で過ごす姿が多く見られます。

#### 2 取組の目的

- ①研究組織を授業研究部(体育の授業)と生活環境部(外遊びの奨励)で構成し、体力向上の取組を広げ、「運動大好き、たくましい二名っ子」を育成する。
- ②体力・運動能力の測定数値の向上だけを目的とせず、外遊びのきっかけをつくらせたり、広げたりすることで、外遊びを促し、一人一人の体力向上を目指す。

### 取組の内容(右ページも参照)

#### 1 運動に関するアンケート調査

全校児童の実態を把握するため、運動に関するアンケートを年2回実施し、結果は取組の改善や新たな取組へ向け活用しています。(質問内容は右ページ)

#### 2 「外遊び、みんなでチャレンジ」の活用

奈良県教育委員会が実施している「外遊び、みんなでチャレンジ!」に、毎年「なわとびタイム」でチャレンジしています。記録を廊下に掲示することで児童の意欲も高まり、目標をもって運動に取り組む児童が増えています。

#### 3 二名小アドベンチャー

##### (1) 二名小アドベンチャー

遊具の遊び方の広がりや乏しい実態から、鉄棒や登り棒、ジャングルジム、ろくぼく等での運動の仕方を難度別に3コース紹介し、それぞれのコースに挑戦するカードを作成しました。児童は、自分の力に合ったコースを選んで遊具をめぐります。

##### (2) 二名小サーキット

運動場の利用動線を考え、運動量を確保しながら二名小アドベンチャーやフープ遊び、新設した長いすべり台をめぐります。

##### (3) おうちでもアドベンチャー

長期休業中に、ラジオ体操に参加することや駅まで歩いて運動することでコマを進められるすごろくカードに取り組めます。

### 4 体育倉庫の開放・先生も遊ぼう

休み時間に体育倉庫のボールやフープといった道具を開放することで、児童の遊びの広がりや人間関係の広がりを促しています。

また、定期的に昼休みを延長し、教員を含めて全員が運動場へ出て、思い思いの遊びを楽しむ「先生も遊ぼう」を実施しています。この取組では、友だちとのかかわりが苦手な児童も学年を越えてつながっています。

### ●工夫したこと

- ①外に出て遊ぶ目的をもたない児童や、友だちとかわることを難しく感じている児童が、教室の外へ出ると誰かと何かできるという期待感と安心感をもてるように取組を進めました。
- ②既存の取組や行事を活用すること、その内容を発展させること、また、奈良県の体力向上推進事業とリンクさせること等を工夫しました。
- ③授業研究部では低中高学年ごとの部会に分かれ、運動の特性を踏まえた楽しさや喜びを味わうことのできる授業づくりを工夫しました。公開授業を行い、研究協議で成果や課題を具体的に出し合い深めました。

### 取組の成果(右上の表を参照)

- ①1週間の総運動時間が60分未満の女子の割合は、この4年間で25.0%から5.4%へ減少し、1週間の総運動時間が約70分増加しました。体力合計点は、平成21年度に比べて、男子は4.7点、女子は約10点上昇しました。
- ②休み時間には運動場で遊ぶ児童が増え、球技だけでなく、遊具や鉄棒、なわ跳び等で遊ぶ児童が多くなる等、外遊びの様子に広がりが見られるようになりました。
- ③運動に関するアンケートでは、運動に取り組もうとする意欲の向上が女子にも表れるようになりました。

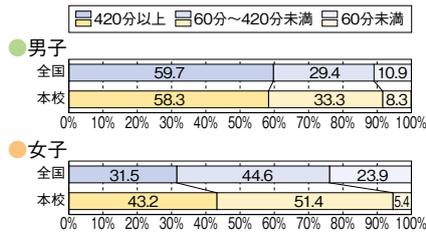
### 今後の課題

- ①運動するきっかけをつかんだ児童も、しばらくすると、意欲の減退が考えられます。今後も、定期的に行っている取組を吟味し、それらを年間活動計画に位置付ける必要があると考えています。
- ②同時に、運動する喜びを味わえる体育授業の改善を今後も積み重ねていく必要があると考えています。

●1週間の総運動時間

		H21	H24
60分未満の割合 (%)	男子	0.0	8.3
	女子	25.0	5.4
	合計	14.0	6.8
1週間の総運動時間 (分)	男子	981.9	936.8
	女子	478.2	545.8

●1週間の総運動時間の分布(H24)



●体力合計点と総合評価の割合

		男子		女子	
		H21	H24	H21	H24
体力合計点(点)		52.0	56.7	49.1	59.2
総合評価(段階別)	A	6.9	15.4	0.0	20.5
	B	10.3	38.5	15.6	33.3
	D	20.7	15.4	46.9	5.1
	E	10.3	5.1	12.5	0.0
	AB-DE	-13.8	33.4	-43.8	48.7

●全国体力・運動能力、運動習慣等調査

●運動に関するアンケート

- ①運動やスポーツをすることは好きですか。
- ②休み時間には外に出ていますか。
- ③体育の授業は楽しいですか。
- ④体育の授業では、体の動かし方やコツがわかりますか。
- ⑤家に帰ってから運動したり、外に出て遊んだりしていますか。

奈良県教育委員会

**外遊び、みんなでチャレンジ!  
オータム**

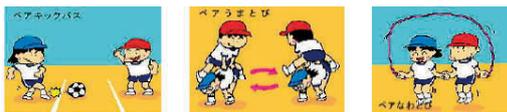
友達と一緒にチャレンジして、  
県のホームページに登録しよう!

休み時間に友達と一緒に練習して  
先生に記録を認定してもらおう!

たてわりグループ遊びや学級遊びの  
時間にもできそうな遊びがあるよ。  
ホームページ (HP) を見てみよう!

HPアドレス: <http://www.pref.nara.jp/dd.aspx?menuid-3663.htm>

ペアでチャレンジする遊び



グループやクラスでチャレンジする遊び



ひとりでチャレンジする遊び



生活環境部



なわ跳びタイム、チャレンジの認定



二名小アドベンチャー・サーキット



体育倉庫開放



先生も遊ぼう

授業研究部



公開授業



研究協議



運動やスポーツをすることは好きですか。  
(平成22年 5・6年生女子)



運動やスポーツをすることは好きですか。  
(平成24年 5・6年生女子)