

主体的に運動に取り組む児童の育成を支える学校・家庭・地域

本調査結果において、総合評価D及びEの児童の割合が一定層存在しており、このことは、積極的に運動する児童とそうでない児童の二極化の問題や運動やスポーツに対して肯定的な感情をもてない児童の割合に影響していると考えられる。ここでは、児童の主体的な活動や学校・家庭・地域との連携を通して、総合評価に大きく改善がみられた学校の具体的な取組を紹介する。

体育専科教員の配置と運動遊びの充実を図る

豊後高田市立高田小学校では、体育専科教員と、学級担任とのTTによるきめ細やかな体育学習の指導と外遊びの充実が図られている。特に、早朝から運動場や中庭の遊びの環境を整えたり、児童の自主的な遊びの時間以外に、多種多様な運動遊びを取り入れた「体力チャレンジタイム」を設定したりしており、体育専科教員を中心に「チーム高田小」を合言葉に全教職員の協力体制が構築されている。

また、「てくてくとくどく運動」や体育的行事において家庭や地域と連携した積極的なかわりが根付いており、児童は、保護者や地域の方に見守られ、支えられていることを肌で感じることができている。

これらの背景から、児童の「もっとやりたい」「できるようになりたい」など運動・スポーツに主体的に取り組む気持ちの醸成が図られ、積極的

取組のポイント

- きめ細やかな体育授業の充実と運動遊びの環境を整える。
- 大学との連携により、体育の授業や体育的活動の充実を図る。
- 学校・家庭・地域が一体となり、体力の向上に取り組む。
- 体力の向上への課題を明確にし、それを解決するための環境を整備する。

point

に運動に親しむ習慣が定着している。

大学と連携する

津山市立院庄小学校では、「小・大連携プロジェクト」を活用し、多くの大学生が体育の授業や体育的活動に参加している。体育の授業では、大学生が児童に上手な見本を見せたり、励ましや称賛の声をかけたり、丁寧な個別指導を通して、児童の意欲を引き出している。

これらの実践により、児童は運動・スポーツを通して、充足感や自己有用感を感じ、運動を苦手に感じている児童も目を輝かせて運動やスポーツに取り組むことができている。

学校・家庭・地域が一体となって支援する

伊万里市立山代東小学校では、通年で各種スポーツ大会に積極的に参加するとともに、スポーツ少年団等への参加を奨励し、学校・家庭・地域が一体となった取組が定着している。各大会の参加に向け、体育部教員を中心に全教職員が指導に当たるとともに、放課後や休日の活動に、保護者も積極的にかかわっている。

また、基本的な生活習慣の確立のための継続的な指導を行っており、「生活振り返りカード」を活用して、

家庭での生活改善を促している。

これらの取組により、児童が積極的にスポーツに取り組む風土が定着し、それぞれの目標に向かって伸びていこうとする力が育っている。

課題解決のために環境を整える

長野市立川田小学校では、本調査において、体力合計点及び体力総合評価が飛躍的に向上しており、中でも「ソフトボール投げ」の記録が大きく伸びている。その背景として、地域のスポーツ少年団等の活動が盛んであるとともに、全校マラソンや児童会主催のドッジボール大会の取組を工夫している。特に、ドッジボール大会は、用具や対戦方法、練習方法の工夫などを行い、全校児童と教職員が一体となって盛り上げており、児童が日常的にボール遊びに親しむことができる環境が整っている。

児童は自由な外遊びの中で、仲間とかかわり、たっぷり汗をかき、様々な動きを獲得している。「時間・空間・仲間」に加え、教員集団が目標をもち、魅力的な仕掛けを「ひと手間」（4つ目の間）として加えていくことが鍵となる。

授業改善、運動部活動の充実により 体力の向上を図る！

健康や体力は全ての活動の源である。しかし、体力の向上だけをねらった、画一的な取組では長続きはせず、生涯にわたって運動に親しむことにはつながらないだろう。地域や学校、生徒の実態に即してひと手間かけた取組が必要である。ここでは、平成21年度より平成27年度の経年変化において、総合評価「AB-DE」の割合が飛躍的に伸びた学校の具体的な取組を紹介する。

魅力ある授業づくりを 実践する

半田市立半田中学校では、数年前の学ぶ姿勢が整わなかった保健体育の授業への反省から、まずは、挨拶や整列など授業規律を整え、学ぶ意識の向上を図った。そして、授業者が互いに単元計画を持ち寄って教材研究を深めたり、オリエンテーションで「勢い」と「規律」のある授業づくりを提案したりすることで授業の質を上げていった。実際の授業では、生徒が意欲的に活動し、運動量が確保され活気に満ちた授業が展開されている。また、新体力テストの実施に関しては、昨年度より「新体力テスト週間」を立ち上げ、保健体育科教員が専門的な指導を行っている。測定結果は、有効活用するために三者面談で返却し、保護者や生徒と内容を共有している。

西桂町立西桂中学校では、6年前の新体力テストの分析結果から、「体育の授業が楽しい」と答えた生徒が

取組のポイント

- 魅力ある授業づくりを実践し、主体的に運動に取り組む資質を培う。
- 学校全体で運動部活動への指導体制を構築する。
- 地域や学校の実態に即し、連携して取り組む。

point

少ないことに課題をもった。そこで、器械運動などの領域で、タブレットを活用し、動きの確認から「わかる」「できる」の成功体験を数多く経験できるように、授業改善に取り組んだ。仲間とともに試行錯誤しながら運動課題を解決する授業スタイルは、生徒の授業への興味や関心を高め、「授業が楽しい」と答える割合が大幅に増加した。

東日本大震災の影響で外遊びや運動量の減少に危機感を抱いた田村市立船引南中学校では、授業の導入部分で「体力向上プログラム」を実施している。これは、コーディネーショントレーニングなどによって多様な運動を取り入れ、主運動に必要な体力要素にかかわる運動を行うことで「動ける体」をつくり、体力の向上を図ろうとする取組である。

特色ある運動部活動を 推進する

船引南中学校では、通常の部活動のほかに、年間を通して活動する特設の陸上駅伝部がある。そこには、全校生徒の半数以上が所属し、ふだんの種目と違う運動に取り組むことから、運動量の確保や多面的な体力の向上が図られ、昨年度は、部員の約9割が新体力テストの総合評価の段階を上げる結果となった。

半田中学校では、1年生が部活動全員入部、全校生徒の76%が、総合型地域スポーツクラブでの活動に参加するなど、運動やスポーツを行う時間が確保されている。また、全ての部活動に複数指導者を配置し、指導の充実とともに安全面の確保に努めるなど、指導体制がしっかりと構築されている。さらに、生徒の活躍をHPや廊下に掲示しており、新たな意欲の喚起につながっている。

地域と連携した取組を行う

西桂中学校では、全校生徒が徒歩通学であり、学校まで40分かけて登下校している生徒もいる。恵まれた自然環境の中で、日常的に体を動かす機会が確保されている。また、地域のスポーツイベントに生徒が参加したり、学校の体育的行事に地域の協力を得たりするなど、学校と地域が深く連携している。地域の自然や人々との絆から、運動する場や機会が確保されていることが、体力の向上に結び付いていると考えられる。

管理職を中心に、学校全体及び学校や地域が一体となって生徒のために取り組むことが重要であり、体力の向上だけではなく、生徒の様々な能力にその効果の波及が期待できる。

第2章
分析結果と
取組事例

テーマ
3

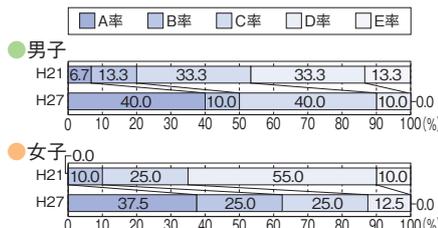
体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

本校の結果

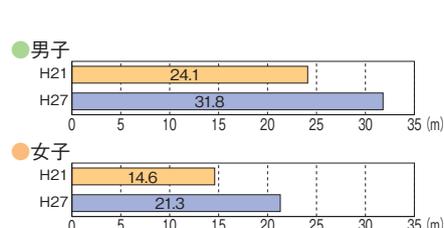
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	58.9	60.3
A	40.0	37.5
B	10.0	25.0
D	10.0	12.5
E	0.0	0.0
AB-DE	40.0	50.0
1週間の総運動時間(分)	792.0	542.5
60分未満の割合(%)	9.1	6.3

●総合評価の割合



●ソフトボール投げの記録



道具の扱い方の工夫と実際のゲーム場面

本校のドッジボールは、やや空気を抜いたソフトバレーボールの球を使用し、握って持つことが特徴

この工夫により、球をしっかりと持つことと、ねらった方向への力強い投球が可能となる。

ステージ上の1年生に実際のゲームを通してルールを教える様子

授業の様子

児童会主催 委員会 マッチドッジボール

地域主催の活動

若穂地区主催マラソン大会のポスター

若穂地区主催のスポーツチームのメンバー募集のパンフレット

児童昇降口に飾られた、女子ソフトボールチームの県優勝旗(全国大会出場)

地域指導者のもと、練習に励む野球部員の様子

外部指導者による指導

●年間7回行われるクラブ(バトミントンクラブ)の指導の様子

●水泳の授業で平泳ぎを学ぶ様子

第2章
分析結果と取組事例

テーマ
3

体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

小・大連携プロジェクトによる運動習慣の改善

岡山県津山市立院庄小学校

全校児童数	181名 (男子82名 女子99名)		
全クラス数	9	教職員数	24名 (内体育専科0名)
クラブ活動または運動部活動	数		1
	参加延べ人数		18人
地域のスポーツ指導者の活用 (年間延べ人数)			
60人			

Plan ▶▶▶▶▶ 取組時の課題と計画

1 取組時の課題

体育授業の専門性をもっと高めたい

担任1名では個別指導にも限界がある。また、運動の好きな児童と嫌いな児童の二極化がみられる。

2 取組の計画

- ①大学生の協力により、少人数グループでの指導を実現させる。また、大学の体育の先生による専門的な指導や学生による手本も、児童の学ぶ意欲の向上や技能の習得につながることを期待する。
- ②児童が主体的に動くことができる場を設定することで、児童が興味をもち、進んで運動に参加し、結果として体力や運動能力が向上することを期待する。

Do ▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶ 取組の内容

1 小・大連携プロジェクト

(1) 大学生の派遣の受け入れ

年間20時間程度、大学の体育専門の先生と教職を希望している学生30名程度が、担任による体育指導の補助にあたる。学生は、授業を行う際に、事前に大学内で教材研究・指導案の立案・模擬授業を行う。

(2) 全学年で様々な体育の授業

陸上運動や水泳、器械運動のほかに、新しい教材であるフラッグフットボールの授業も実施した。また、主運動につながる準備運動（リズム運動）をテンポのよいリズムに乗りながら行うことにより、児童にとって新鮮で、気持ちよく学習に取り組むことができた。

2 運動習慣の改善に向けての取組

(1) ゆとりタイムの設定

毎週水曜日の昼休み（40分間）に、児童全員が外に出て、担任も加わり、ドッジボール、鬼ごっこなどの遊びに興じている。

(2) チャレンジランキングの活用や児童自身の大会の企画

岡山県内の多くの学校が取り組んでいるチャレンジランキングに、本校も児童が楽しく体を動かす手立てとして、運動委員会の呼びかけにより参加した。記録を少しでも伸ばそうと様々な運動に進んで何度も挑戦していった。また、運動委員会が球技大会を企画、各学級は大会に向けてチームごとに練習し、外で運動する児童が増えた。

●工夫したこと

- ①小・大連携プロジェクト
 - ・小学校と大学、双方に有意義な関係を築く。
 - ・礼儀・感謝の気持ちを大切に。（児童と学生の紹介タイムや授業後に学生へ一言）
- ②運動習慣の改善に向けての取組
 - ・児童自身が企画することにより、高学年リーダーのやる気を引き出し、全校の雰囲気を盛り上げる。

Check ▶▶▶▶▶ 取組成果の評価

- ①小・大連携プロジェクト：意欲 安心感 専門性
児童にとって、年代的に近い学生との交流は新鮮で、学生は常に児童に明るく声かけをし、励ましてくれる存在であった。このため、児童はいつもよりも積極的に運動と向き合い、楽しんでいった。さらに、個別指導も可能となり、支援を必要とする児童に寄り添い「できるようになりたい」気持ちにも対応することができた。また、学生による手本を見せることで、児童はより明確なイメージをもちながら運動に触れることができた。
- ②自己有用感の高まり
児童の企画による取組を機会あるごとに大いに認め、誉めることで自己有用感が高まり、体育的行事にも積極的に取り組む風土が培われた。運動会や海事研修、和太鼓等、練習の時から真剣に取り組む、最後までやりぬく姿が見られるようになった。

Action ▶▶▶▶▶ 今後の課題と取組

小・大連携の授業は単元の一部であるため、担任及び指導者はその前後の授業とのつながりも含め、単元全体の授業デザインを考えていく必要がある。

体力の向上の取組がもたらす波及効果

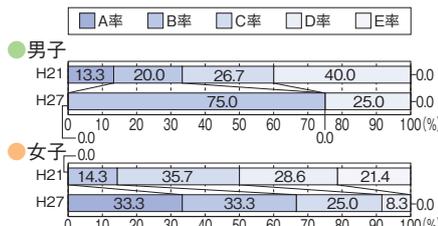
高学年の自己有用感が高まり、縦割り班活動などでリーダー性を発揮している。また、「学習の構え」がしっかりしてきて、何事も意欲的に活動し、最後までやりぬく姿勢が育ってきた。

本校の結果

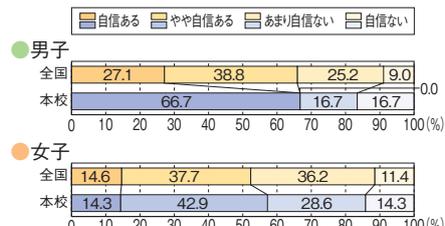
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	57.5	60.6
(各学年)総平均(%)	A	0.0
	B	33.3
	D	25.0
	E	8.3
	AB-DE	0.0
1週間の総運動時間(分)	613.3	170.4
60分未満の割合(%)	0.0	21.4

●総合評価の割合



●自分の体力に自信がある



小・大連携プロジェクト

リズムジャンプ



音楽に合わせて、楽しくリズムジャンプ！育んだリズム感を多くの運動へ応用。

互いに自己紹介



礼儀・感謝の気持ちを大切に！

水泳 少人数指導



個人差に応じたアドバイスが可能。大学生による温かい褒め言葉、励ましにより、運動の苦手な児童も安心して運動に取り組むことができる。

マット運動 少人数指導



マンツーマンに近い少人数指導。個別支援が可能になり、技の上達につながった。

陸上運動 バトンパス示範



専門性の高い大学の先生と学生の示範により、よい運動のイメージをもつことができる。

運動習慣の改善に向けて：高学年がリーダー性を発揮

ゆとりタイム



「ゆとりタイム」(毎週水曜昼休み)の設定

チャレンジランキング



遊びの中に目標を設定したほか、児童自らが考えた取組を企画

球技大会



何事にも真剣な姿勢：最後までやりぬく子

運動会



海事研修



和太鼓



何事にも全力で最後までやりぬく院庄っ子！「心と体をきたえ ともに学び合う児童の育成」を目指しています

第2章
分析結果と
取組事例

テーマ
3

体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

きめ細やかな体育授業と運動遊びの充実

大分県豊後高田市立高田小学校

全校児童数	368名 (男子201名 女子167名)		
全クラス数	16	教職員数	34名 (内体育専科1名)
クラブ活動または運動部活動	数		10
	参加延べ人数		109人
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)			
0人			

Plan ▶▶▶▶▶ 取組時の課題と計画

1 取組時の課題

運動遊びの内容の単純化

本校は、スポーツ少年団等に所属している児童が多く、学校の休み時間でもそれぞれの種目の運動をする傾向がある。そのため、運動遊びの種目がサッカーやドッジボール等のボール遊びに限られ、運動遊びの種目に偏りがある。

2 取組の計画

- ①体育専科教員を中心としたきめ細かな体育学習と指導力の向上を図る。
- ②「体力チャレンジタイム」の時間に多様な動き・遊びを経験できるようにする。
- ③運動場の環境整備を行い、進んで外遊び・運動遊びができるようにする。

Do ▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶ 取組の内容

本校には、体育専科教員が配置されており、体育の授業だけでなく体力を高めるための時間や遊び場の充実に、体育専科教員を中心に全教職員で行っている。また、徒歩通学を推奨する「てくてくとくとく運動」に取り組んでおり、体力づくりの一環と位置付けている。

1 きめ細かな指導と学校全体の指導力の向上

体育の授業は、体育専科教員と各担任による複数体制で指導している。1学期は、体育専科教員が中心となって授業を進め、2学期からは担任が主となり児童の指導をしている。複数体制の指導により、運動が得意な児童だけでなく運動に苦手意識をもっている児童等を含め、全ての児童にきめ細かな指導ができるようにしている。

また、体育専科教員が、授業の進め方やけが、事故防止のための安全指導、技能を教える手順の実技講習を行い、教員全体の指導力の向上を図っている。

2 体力チャレンジタイム

全校児童で運動遊びの時間を確保できるように、授業前の朝時間(8時30分～8時45分)に体力チャレンジタイムを設けている。低・中・高学年に分けて異学年と行うことで、真似をしたり、教えたりするなど、体を動かすことの意欲を高めることができると考えている。

「タイヤ転がし」「遊具遊び」「ロケット投げ」等、多種多様な運動遊びを行って、種目のマンネリ化を防ぐた

め、月ごとに種目を替え、学期の終わりには総括・検討をして次学期につなげている。

3 遊びの環境の整備

児童自ら運動に親しみ、意欲的に運動遊びができるように、運動場の環境整備や体育館の開放を行っている。

- ・始業前に運動場の整備
- ・運動場に遊び場のライン等の設置
- ・中庭を芝生化し、更にジャンピングボードを設置
- ・雨天時の昼休み遊びを促進するための体育館開放

●工夫したこと

- ①運動場に遊び場を作る上で、毎回ラインを引く手間を省くため、バスケットとドッジボールのコートは丈夫なロープでラインを設置した。また、ミニサッカーゴールやジャンピングボードは、市販の資材で作成した。
- ②年2回新体力テストを実施し、体育的行事(運動会・相撲大会・持久走大会等)で発表の場を設けている。
- ③いろいろな遊びを児童に紹介する中で、昔の遊びが現代の児童には合わないものもあることがわかり、運動遊びを選ぶことに試行錯誤を繰り返した。

Check ▶▶▶▶▶ 取組成果の評価

- ①複数指導体制にすることで、特に苦手意識をもっている児童が意欲的に運動に取り組むようになり、これをきっかけに運動嫌いな児童が減ってきた。
- ②休み時間に外遊びをする児童が増え、地域のスポーツ少年団等に参加する児童が増加した。

Action ▶▶▶▶▶ 今後の課題と取組

体力は継続的に運動を行うことで向上するものである。生涯にわたる運動の習慣化を図るために、運動の大切さをどのように児童に伝えるかが今後の課題である。

体力の向上の取組がもたらす波及効果

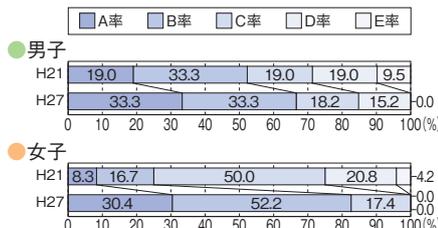
学校全体が活気にあふれるようになり、元気のよい挨拶ができるようになっていく。また、授業中の学ぶ姿勢も改善され、集中して授業を受ける姿が見え始めている。

本校の結果

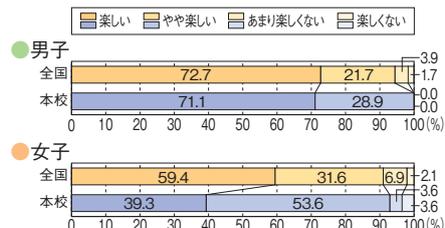
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	60.3	62.4
A	33.3	30.4
B	33.3	52.2
D	15.2	0.0
E	0.0	0.0
AB-DE	51.4	82.6
1週間の総運動時間(分)	735.4	389.4
60分未満の割合(%)	5.3	10.7

●総合評価の割合



●体育の授業は楽しい



体力チャレンジタイム



タイヤ転がし

短・長なわとび



リレー

ジャンケン陣取り



遊具遊び

持久走

ジャンケンピラミッド

ロケット投げ

いろいろな運動遊びをみんなで楽しく取り組んでいます。

遊びの環境の整備



ロープの
ドッジボールコート



手作り
ジャンピングボード



ジャンケン陣地取り遊び

いろいろな遊びができるように、手作りの遊び場を作り、遊びの環境を整えています。

体育的行事で発表



体の全てを使って
表現する運動会のダンス



身に付けた力を試す
相撲大会



持久力・走力を試す
持久走大会

第2章
分析結果と
取組事例

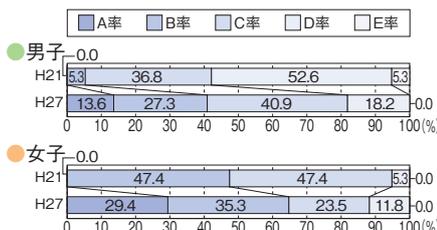
テーマ
3
体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

本校の結果

●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	44.8	50.8
A	13.6	29.4
B	27.3	35.3
D	18.2	11.8
E	0.0	0.0
AB-DE	22.7	52.9
1週間の総運動時間(分)	1115.9	947.6
60分未満の割合(%)	0.0	0.0

●総合評価の割合



●運動やスポーツは大切なもの



○体力向上プログラム(例1:短距離走・ハードル走)



ラダートレーニング



ミニハードル



ハードルジャンプ



ハードルまたぎ

○特設陸上駅伝部



通年での活動

○体力向上プログラム(例2:バレーボール)



ワンバウンド以内にキャッチ
(レシーフへつなげる動き)



同時に2個のボール操作
(コーディネーショントレーニング)

○オリエンテーション時の資料(授業計画)

楽しい短距離走授業計画

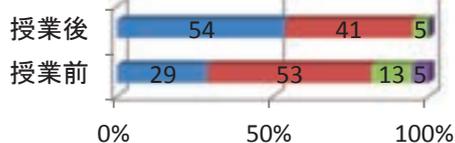
時間	1	2	3	4	5
15分	挨拶・安全確認	短距離走の楽しさ	短距離走の重要性	短距離走の練習方法	短距離走の記録
30分	短距離走の楽しさ	短距離走の重要性	短距離走の練習方法	短距離走の記録	短距離走の記録
15分	短距離走の楽しさ	短距離走の重要性	短距離走の練習方法	短距離走の記録	短距離走の記録

楽しいハードル走授業計画

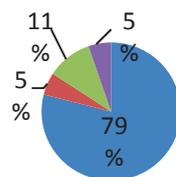
時間	1	2	3
15分	挨拶・安全確認	ハードル走の楽しさ	ハードル走の重要性
30分	ハードル走の楽しさ	ハードル走の重要性	ハードル走の練習方法
15分	ハードル走の楽しさ	ハードル走の重要性	ハードル走の記録

○アンケートから(1年生、短距離走)

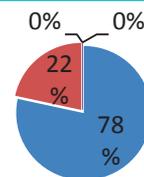
体力向上プログラムは楽しみ(前)・楽しかったですか(後)



1回目に比べタイムは良くなりましたか。



記録の向上と体力向上プログラムは関係があると思いますか。



■ はい ■ どちらかと言えばはい ■ どちらかと言えばいいえ ■ いいえ

第2章
分析結果と
取組事例

テーマ
3

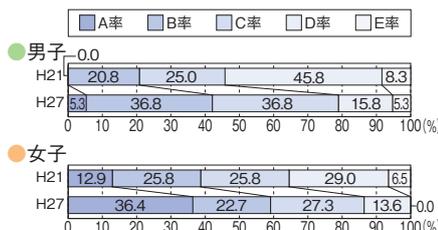
体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

本校の結果

●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	45.1	50.5
A	5.3	36.4
B	36.8	22.7
D	15.8	13.6
E	5.3	0.0
AB-DE	21.0	45.5
1週間の総運動時間(分)	570.0	315.0
60分未満の割合(%)	10.0	34.7

●総合評価の割合



●体育の授業は楽しい



「三つ峠歩け歩け運動」と強歩大会の様子

歩いている途中と歩き終わった後



朝の会の様子と大会途中



歩き終わった後は、町の方が豚汁を用意してくれ、地域が一体となって実施しています。

保護者やスクールガード、安全協会の方々の協力のもと、自分の目標に向かって頑張ります。

体育的行事（体育の部）・部活動の様子



ムカデ競走



学級リレー



県総体で優勝した女子ソフトテニス部

授業の様子（タブレット端末の使用）



タブレットを使用している様子



集団行動



器械運動 跳び箱



長距離

第2章
分析結果と取組事例

テーマ
3

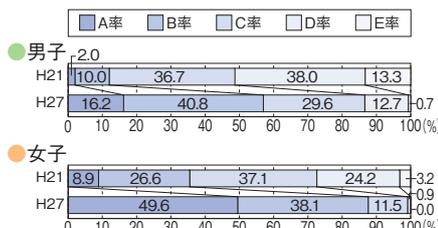
体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴

本校の結果

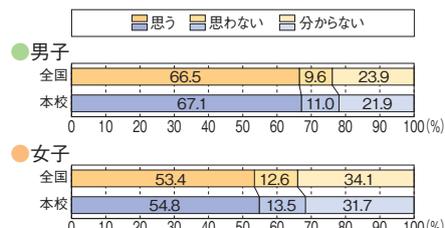
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	47.4	56.6
A	16.2	49.6
B	40.8	38.1
D	12.7	0.9
E	0.7	0.0
AB-DE	43.6	86.8
1週間の総運動時間(分)	1138.0	845.2
60分未満の割合(%)	3.1	13.5

●総合評価の割合



●中学卒業後も自主的に運動やスポーツをしたい



体力向上の方法の見直し

- 「体力UP週間の実施」「レディネスづくりの充実」で「自己を知り、意識を高め」体力向上を図る。



授業の改善 わかって、できる体育の授業

- 「規律を重んじ、学ぶ意識改革」
- 「学習内容を明確にした単元計画の充実」

●学習規律の確立
声と動きで活気ある授業

学びのある授業を

- ◇集団行動の徹底
- ◇勢いのある挨拶
- ◇きちんと整列
- ◇ラインや道具整える

●学習内容を明確に示す
単元としての学習過程を充実

生徒の頑張りを家庭と共有・地域へ発信



毎週学校HPに更新
土日の部活動の様子

廊下に掲示、生徒の励みに
部活動各種大会の様子

- 充実した部活動は体力向上の一端を担う。その頑張りを地域へ発信し生徒の励みに。

第2章
分析結果と
取組事例

テーマ
3

体力・運動能力の高い児童生徒・学校の特徴