

すすんで楽しく健康チャレンジ

～がんじゅう(元氣)アップ大作戦の展開を通して～

沖縄県糸満市立西崎小学校

全校児童数	711名(男子352名 女子359名)
全クラス数	28クラス(内特別支援学級3クラス)
教職員数	49名(内体育専科1名)
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)	1名

Plan…取組時の課題と目的

1 取組時の課題

本校は、臨海の埋め立て地にあり、広い敷地及び運動場、多様な運動公園施設に恵まれた環境にある。しかし、平成27年度の新体力テストでは、2年生男子以外の全学年で全国平均を下回る結果となった。また、17%の児童が「運動をしない」と回答するなど、体力の向上と運動習慣の改善が課題であった。

2 取組の目的

- ① 学級担任と体育専科教員の連携による体育科学習の充実を図る。
- ② 運動環境(場や時間、機会等)の整備や意欲喚起等による「楽しい体力づくり」を展開する。
- ③ 家庭と連携した運動実践の推進を図る。

Do…取組の内容

1 体育科学習の充実に向けて

(1) 段階的な指導の工夫

学級担任と体育専科が協働し、運動が苦手な子や消極的な子など配慮を要する児に童対して、細かな支援を実施。スモールステップでの課題をクリアするごとに、できる喜びを体感できるようにした。



(2) 運動の特性に触れられる教材の工夫

ア、危険性の除去

木製のハードルのバーをウレタン材のパネルに置き換えることで、接触による転倒防止。バーすれすれに「攻めるハードリング」を行うことができるようになってきた。



イ、投げる動作を促す的の製作

下から投げ上げる「玉入れ」を改め、横穴式的的を作成。オーバースローで力強く投げ入れる運動へと発展させた。



2 楽しみながら挑戦する運動環境の整備に向けて

ア、西小チャレンジサーキット場の設置

運動場及び体育館に、遊び感覚で体力づくりができる場を設置。「しのび足の術」や「ぶら下がりの術」など、体育学習の前などに挑戦して、楽しく動きづくりをしている。

イ、楽しく挑戦できるケンパー場の設置

簡単なステップから高度な動きまで挑戦できる「ケンパーチャレンジ」を展開。検定表を活用しながら、リズムよく跳ぶ快さや達成感を味わいながら、調整力を高めている。

腕の動きを交えたステップでは、できそうでできない悔しさから、何度も繰り返し挑戦する姿が見られた。



3 家庭と連携した運動習慣の醸成に向けて

- ① 体育科通信を発行し、体力の現状や新体力テストの目標値を紹介。児童及び保護者が運動に積極的に取り組めるよう意識付けを行っている。
- ② 週3回30分以上の運動に挑戦する「家族で挑戦! がんじゅうアップチャレンジ 330運動」を推進し、長期休業期間を活用した家族での運動実践を促した。

●工夫したこと

- ① 体育学習前に「西小チャレンジサーキット」(運動場10種、体育館7種)を実施し、年間を通して体力づくりの取組を行っている。
- ② 学級担任と体育専科とのティームティーチングにより、安全な活動を保証しながら、細かく児童の状況を把握。個に応じた支援の充実を図っている。
- ③ 体力テストの際、去年の自分の記録と全国平均が確認でき、得点換算がすぐにできるオリジナル記録用紙を活用。各自が目標をもって取り組めるようにした。

Check…取組成果の評価

- ① 体力合計得点では、平成27年度の5年生男子が55.6点、女子52.9点に対し、本年度は男子62.3点、女子62.2点で大幅に改善。全学年で昨年度の全国平均を超えることができた。

(H30体力テストA判定33%、B-32%、C-24%、D-9%、E-2%)

- ② 体育の時間以外の運動60分未満の児童が減少し、家族ぐるみで運動に挑戦するなど、運動習慣の確立が図られつつある。保護者から「久しぶりの運動、楽しかったです。定期的に家族みんなで運動したい気持ちになりました」等の声が寄せられた。

Action…今後の課題

運動やスポーツをすることが「嫌い」と回答した児童が3%おり、体力の向上だけでなく、運動の楽しさに触れながら「する・みる・支える・知る」の多様な運動への関わり方を見付けられるようにする。そのために、さらなる体育学習の充実に取り組む。

◎体力の向上の取組がもたらす波及効果

新体力テストでは、他者との比較ではなく、自己の記録に挑戦するなど、目的意識をしっかりとって取り組み、達成する喜びを体感できたようである。そのことで、運動・スポーツ以外の面でも意欲的に挑戦し、積極性が増してきている。



また、共に汗を流して運動に取り組む活動を通して、仲間を応援したり、気遣ったりする態度が培われている。