

# 身近なものを活用した 体力向上の取組 ～遊び感覚・冒険心を高める工夫～

学校名 **山口県  
田布施町立田布施西小学校**  
全校児童数172名  
(男子86名 女子86名)

実践内容

実施目的

- ①家庭の協力、地域の活用、行政の支援など連携を強化し、活動の幅を広げ、継続的で組織的な取組を行う。
- ②運動時間、遊び場（空間）、遊び仲間の「3つの間」を構築することで、運動が好きな子どもを育成する。
- ③学校やその周辺の自然など、身近なものを活用した運動を取り入れ、運動に対する遊び意識や冒険心を高める教育活動の工夫をする。

実施内容

## 1 家庭・地域などとの連携の強化

- ①保護者、地域～遊具の設置・点検・補修、遊び場の整備、除草作業、協同活動など
- ②行政、校種間～放課後教室、青少年健全育成事業、小・中連携事業、出前講座など

## 2 遊び環境の創造～遊び場（空間）について

### (1) 学校林の活用

- ①樹木や斜面を利用した遊び場を整備する。～ターザンロープ、トンネル、ロープ登り他
- ②子どもたちが遊び場を作る。～竹ブランコ、草すべり、秘密基地、探険道づくり他

### (2) ふれあい田の活用

- ①田植え体験前の湿田を利用する。どろんこ祭り～カルタ取り、リレー、ドッジ、しっぽとり、俵うばい、ジャンプ他
- ②稲刈り体験後の乾田を利用する。～なる足（稲干し時に使う三脚）を使った鬼ごっこやバンブーくぐり、リレー、わら投げ、わら山ダイビング他

### (3) 運動場の活用

- ①遊具を利用する。～ブランコ、うんてい、ジャングルジム、登り棒他
- ②樹木を活用する。～木登り

## 3 教育活動の工夫～「時間」「仲間」について

### (1) 各種事業の導入～学級や縦割り班での活動、及び家庭や地域の人と一緒に活動

- ①豊かな体験推進事業～米作りや餅つきなどの生産・勤労体験による体力づくり
- ②山口県総合芸術文化祭～ハゼの実ロウ絞り等、文化体験をもとに「徳（心）」の育成

### (2) 自然を活用した教育活動～教科、特別活動、朝活動、業間、昼休みでの活動

- ①特別活動～スポーツ集会、ウォークラリー、ジャンボカルタ取り、竹馬遊び、川遊び、カヌー体験、オリエンテーリング、持久走大会、登山遠足、なわ跳び大会、水泳記録会
- ②その他の活動～朝ランニング、全校遊び、アスレチック、陣取り、こおり鬼他

実施上で工夫したこと

地域等との連携を組み込んだ体力向上プログラムをもとに、教科や特活などと横断的な活動を展開し、「知」「徳」「体」のバランスがとれるカリキュラムを作成し、実践した。

主な成果

- ①家庭・地域との連携が強化された。
  - ・おやじの会発足、地域来校者（ゲストティーチャー他）の増加、PTA活動の充実
- ②体育の意識が変容した。※平成20年度、6年34名、実施前（4月）→実施後（12月）の数値
  - ・運動について 好き（59%→91%） 嫌い（41%→9%）
  - ・「体力向上」へのイメージについて、「きたえる」から「楽しい」と感じる子が激増した。
- ③たくましい心や体が醸成された。※平成19年度と平成20年度各上半期の比較（次頁グラフ参照）
  - ・体の不調を訴える子（保健室来室者）や大きなけが（保険対象）が激減～柔軟性の養成



自作竹ブランコで遊ぶ

楽しんでほぐむ「生きる力と運動能力」



どろんこリレー

興味・関心の高まり、そして気力・精神力!



稲わらヘジャンプ

土のにおい、わらのかおり、ふるさとで遊ぶ



ターザンロープ

おやじの会による製作!力UP!スリル満点!



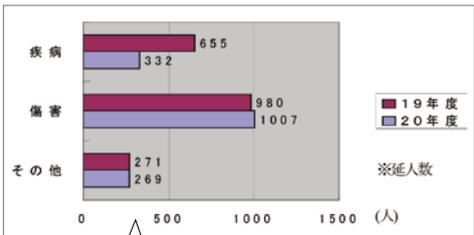
ぼくたちの学校林

「今日も一緒に登ろう」を合い言葉に!



毎日の朝ランニング

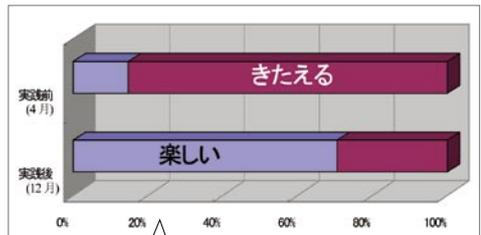
オリジナル曲にのせて、健康の保持・増進



「原因別 保健室来室者数の推移」  
全校の子ども対象

保健室来室者の推移

頭痛・腹痛の訴えが半減。大きなけがも減少。



「体力向上でイメージすることは?」  
平成20年度、6年34名のアンケートより

体力向上のイメージ

遊び感覚の運動で、体を動かす楽しさを実感!