

学校と地域が 連携した体力づくり ～体育専科を中心とした取組～

山口県下関市立山^{やま た}の田小学校

全校児童数	641名(男子317名 女子324名)		
全クラス数	23	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	6	参加延べ人数	123人
地域の外部指導者の活用(年間延べ人数)			12人

取組時の課題と目的

Plan

1 取組時の課題

本校の児童は、走力や敏捷性は優れているが、筋力や投力に課題がある。また、運動の実施状況を見ても、体力の二極化が見られた。

連携についての学校の取組は、すぐ近くにある中学校との運動の交流もなく、地域の人材を活用した活動も消極的であった。

2 取組の目的

- ①体育専科教員(小中研修交流をねらいとする県の人事制度により、本校では体育専科教員として、5・6年生8学級の指導にあっている。)が、体育授業の方針や方法を示したり、指導者講習会を開くことで、教職員の意識を変え、目的をもった体育授業や体力づくりを行い、体力の向上を図る。
- ②中学校と連携した授業づくりや運動交流を図り、9年間で子供を育てる。
- ③スポーツ少年団や放課後ひろば(放課後こども教室)等に積極的に参加させ、地域の人材や保護者と連携して、運動する機会と時間を増やす。

取組の内容

Do

1 学校内での取組

(1) 新体力テストへの新しい試み

児童へ事前指導を行い、目標を立てさせる。5月に実施し、結果を記入し、目標や全国平均と比較させ、自分の体力の現状を知らせる。児童は反省と新たな目標を考え、文章化する。それを教員が点検し、コメントを添えて、意識して運動を実践するように指導する。3学期に2回目の新体力テストを実施し、達成状況を確認する。(PDCAサイクルの活用)

(2) 体育授業での準備運動の工夫

全学年が運動場にある遊具や体育器具を使って、サーキットトレーニングを授業はじめに行い、本校児童が課題としている筋力や投力、及び持久力を培う。

2 中学校と連携した取組

(1) 小学校体育大会に向けた合同練習

11月に中学校の陸上部顧問と部員を小学校に招き、短距離走やハードル走、走り幅とび等6種目に分かれ、20数名の選手と一緒に練習したり、専門的な指導を受け、技術・技能の向上と連携を図る。

(2) 互見授業

学期に1度、双方の体育教員が体育の授業を見合うことで、9年間で子供を育てる見通しを立てる。

3 地域や家庭と連携した取組

(1) スポーツ少年団での活動を推奨

校内に紹介ポスターを貼ったり、入団案内を配布したりして、多くの児童が活動できるように支援している。

(2) 「放課後ひろば」での活動を推奨

毎週水曜日に、地域のボランティアの方が来られ、「あそんで貯めよう、心とからだのしなやかさ。たくさん仲間と活動し、かかわり合う力を育もう!」のテーマで活動している。

(3) 地域の人材の活用

持久走大会に合わせ、下関市の地域スポーツ人材の活用実践支援事業を利用し、市立大学の長距離選手を招き、持久走の走り方や呼吸の方法等を習っている。

(4) 家庭との連携

新体力テストの結果と考察をデジタル教材を使い、学校保健委員会で保護者に見てもらい、家庭での運動の推進と運動量の確保をお願いしている。

●工夫したこと

- ①児童が自分の体力の現状を知り、目標を定めて運動をすることで、体力の向上の必要性を意識させた。
- ②サーキットトレーニングでは、低中高学年のレベルに合わせたコースや方法を分かりやすく示した。
- ③中学校や地域、家庭と連絡を密に取り、連携して実践できることや啓発活動について話をした。

取組の成果

Check

- ①体育専科教員が専門的知識・技能をもとに、他の教職員に体育授業の方針や方法を示したり、体育の指導者講習会を実施したりすることで、教職員の意識が変わり、意欲的に体育授業に取り組む児童が増えた。
- ②学校や地域の人材を活用し、一緒に運動したり、教わったりすることで、正しいフォームや練習方法を知ることができた。
- ③スポーツ少年団や放課後ひろばを積極的に啓発することで、1週間の総運動時間が60分以上の児童の割合が男女ともに全国平均を超えた。

今後の課題

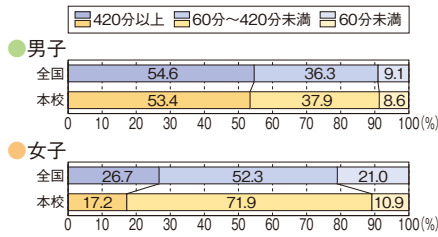
Action

- ①運動不足や運動嫌いの児童に対して、担任が授業の工夫を行い、運動や遊びを通して、運動の楽しさを味わわせ、継続的に運動させることが必要である。
- ②長期的なPDCAサイクルを活用し、中学校との授業での連携、実践が必要と考えられる。

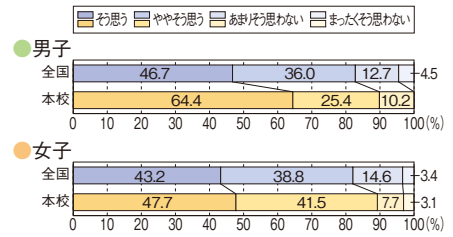
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	54.1	57.5
(5段階)総平均	A	12.3
	B	33.3
	D	14.0
	E	14.0
	AB-DE	17.6
1週間の総運動時間(分)	532.2	246.2
60分未満の割合(%)	8.6	10.9

●1週間の総運動時間の分布



●【質問21】先生にいていないに教えてもらえる



①新体カテストへの新しい試み

新体カテスト
50m走



目標をもち、一生懸命に！
全校で実施する。

こ
し
新体カテスト
上体起



計画→実行→評価→改善
(PDCAの活用)

②中学校と連携

中
学
校
陸
上
部
の
紹
介



中学生との陸上練習会



スタートダッシュ

③地域・家庭との連携

放
課
後
ひ
ろ
ば
の
活
動



長なわ跳び、ボール運動
ボランティアの方とのふれ合い。

地
域
の
外
部
指
導
者
と
の
連
携



指導を受けるソフトボールクラブ
運動習慣、運動量を増やす。

保
護
者
と
の
連
携



学校保健委員会で本校児童の体力について、全校児童・保護者へ発表。



学校医も参加