

# 主体的に実践できる 子どもの育成

～チーム石井！体力向上プロジェクト！～  
福島県二本松市立石井小学校

全校児童数	130名(男子72名 女子58名)
全クラス数	7クラス(内特別支援学級1クラス)
教職員数	13名(内体育専科0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

本校の周辺には、遊ぶ場所が少なく、スポーツ少年団の数や種類が少ない。また、東日本大震災以降は、放射線の影響もあり、学校に帰ってから外で遊ぶという習慣がない。外部での運動をする子供としない子供の二極化が本校の大きな課題である。

### 2 取組の目的

- ① 子供がいろいろな運動に興味関心をもてるように、運動ができる環境を整えることで自己の体力の向上に意欲をもてるようにする。
- ② 授業や遊びを通して、運動が苦手、嫌いと思っている子供たちに運動の楽しさや仲間と運動することでの達成感を味わえるようにする。
- ③ 養護教諭と連携して、各種の病気への呼びかけと保健の授業の充実を図ることで、子供の健康への意識を高めるようにする。
- ④ 運動をする中で子供たち同士が学び合い、論理的に思考・表現することで各運動の特性を理解できるようにする。

## Do…取組の内容

### 1 体育の授業の充実

本校は、体育を専門とする教師が少ないが、この2年間での新体力テストの結果からも各学年の体力の向上が見られる。その理由の1つが体育科の授業の充実であると考えられる。全担任が毎時間の準備体操として、福島県が独自に考案した「運動身体づくりプログラム」を実施し、本校では必ず「全力走」を取り入れることでいろいろな種類の運動を毎授業で行っている。また、本校は子供たちの主体的な学び合いを重視しており、教師がコーディネートしながらも、子供たちが自分たちで課題を見付け出すことで、各運動で学び合いやすい環境をICTの活用などをしながら意欲的に行っている。そうしていくことで、子供たちが自分や友達の課題を解決していくために、対話的にかつ深く運動について考えることができています。

課題を見付け、学び合いの中から子供たちが次の手立てを見付けている。



### 2 業間活動の工夫

毎週水曜日と金曜日に運動タイムを実施している。音楽を流して子供たちの意欲を高めて子供たちが会話をしながら気軽にランニングをすることで運動嫌いの子供も仲間と一緒に達成感を味わうことができる。

また、委員会活動では、運動委員会を中心にドッジボール交流会などを企画し、取り組んでいる。各学年でチームを組み、ドッジボールを通して、異学年間の交流や投げる力や瞬発力などを鍛えることができています。

## 3 「自分手帳」の有効的活用

福島県で作成した「自分手帳」を4～6年生が活用している。新体力テストの結果を毎年記入することで高校生まで積み重ねることができる手帳である。その手帳に自分の身体の成長はもちろん、新体力テストの結果や日々の体育の授業での記録、食育のことについて記入している。それらのデータを分析したものを、友達同士で振り返ることで次への課題が生まれ、授業で取り組んだり、新たな目標を立てたりすることができた。今回の新体力テストの結果も成果として現れていた。



## ●工夫したこと

- 体育科の授業で振り返りの時間をつくることで、本時の運動の特性を理解しながら、自分たちの運動に対する技能の見方・考え方を整理できるようにした。
- 業間運動で、いろいろな種目を遊びながら行うことで異学年との交流を通して、自然に運動技能が高まるようにし、より多くの仲間と喜びを感じることができるようにした。

## Check…取組成果の評価

- 新体力テストの結果や陸上大会などの行事からも確実に技能の習得が得られた。
- 異学年と運動に楽しむことでフェアプレイの精神も自然に身に付けることができた。
- 駅伝大会では、参加チーム最多となる5チームを4～6年生の希望者で出場し、仲間の大切さや仲間と運動することの喜びを味わうことができた。

## Action…今後の課題

- 委員会活動などで運動集会の開催を増やし、運動の習慣化を子供たちから呼びかけるようにしたい。
- 自分手帳を保護者と連携して活用できるように工夫をしていくことで高校卒業まで有効的に活用できるようにしたい。

## ◎体力の向上の取組がもたらす波及効果

- 体力の向上は、記録の向上につながり、子供が自信をつける。体力がつくことで学習にも集中ができ、よりよい学び、友達との学び合いに力が入る。「チーム石井」として子供たちの成長に力を入れていきたい。