

「わかる」「できる」を味わい、さらに自分を伸ばそうとする児童の育成を目指して

大分県九重町立野上小学校

全校児童数	98名（男子52名 女子46名）		
全クラス数	6	教職員数	16名
体育専科教員訪問学校数			5校
訪問校	(毎週)飯田小、 (隔週)東飯田小・南山田小・野矢小・淮園小		
体育専科教員名		酒井 静女	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ◆体力調査では握力・長座体前屈・50m走が課題。
D・E判定の児童は10%。運動は好きで体育も楽しいと感じている児童がほとんどだが、毎日の運動時間の少ない児童が20%いる。
運動経験の少ない児童の体力向上が課題。

2 取組の計画

- ① 外遊びの奨励
- ② 色々な運動に挑戦させる
- ③ 毎日の練習・記録を残す
- ④ 健康・運動の豆知識を伝える
- ⑤ 体力テストの課題の克服
- ⑥ 訪問校の体育の充実

Do：実践内容

(1) 外遊びの奨励

- ① 「外で遊んだよ黒板」の管理を体育専科教員から委員会へ移行した。
- ② 月1回縦割り班で遊ぶ日を提案した。

(2) 「めざせ運動の達人」

- ① 体育で取り組む内容（のぼりぼう・さかあがり・壁倒立・二重とび・開脚跳び・2.5m泳ぐ）と休み時間に取り組める内容（竹馬・一輪車・けん玉のもしかめ・あんたがたどこさのジャンプ）を提案し、体育の時間に紹介した。
- ② 達成した人の名前を掲示板に記載していった。

(3) 毎日の練習・記録を残す。

- ① 1学期は50mを1回走ったら1マス塗るカードを掲示した。
- ② 2学期は100mを1周走ったら1マス塗るカードを掲示した。
- ③ 3学期は縄跳びの各技の学年目標を達成した人の名前を掲示した。

(4) 体力テストの課題の克服

- ① 体育の準備運動の終わりに柔軟運動を入れた。
- ② 運動場の体育のはじめにリレーを1回行った。

(5) 健康・運動の豆知識を伝える。

- ① 毎週水曜日の「野上小Go レンジャータイム」で養護教諭・栄養教諭・体育専科教員から季節に合わせたテーマでそれぞれの立場から話をした。

(6) 訪問校の体育の充実

- ① 第3学年「浮く泳ぐ運動」で提案授業を行った。
- ② スポーツ鬼ごっこのサークルを整備した。

●工夫したこと（&苦労した点）

- (1) ① 委員会活動に移行したことで、児童自身が状況を把握することができるようになった。
- (2) ① 通行量の少ない廊下に「あんたがたどこさジャンプ」用のテープを貼った。
② 学年ごとに分けて名前を書けるようにした。
- (3) ② ③併せて昇級表を作成した。
- (4) ① 「前屈・皮膚刺激・前屈」を運動の中に組み入れた。
各学校でスポーツ鬼ごっこの準備と指導を行った。
- (5) ① 三者の内容が重ならないように打ち合わせをした。

Check：取組の成果

- (1) ① 委員会活動にしたことで、児童自身が状況を把握することができるようになった。表彰・呼びかけも委員会が行うことで外遊びの人数が増加した。
② 班遊びをきっかけにして、外遊びの少ない高学年が自主的に外へ出るようになった。
- (2) ② 達成した人の名前をタイムリーに書くことで、取り組む意欲が増加した。
- (3) ① ②走る速さには関係ないので、誘い合って練習する姿が見られた。低学年・運動の苦手な児童ほど頑張っていた。
② ③昇級表があることで、どの技もまんべんなく練習する姿が見られた。
- (4) ① 毎時間行うことで床に手がつく児童が増えた。
② 楽しみながら全力で走る時間を導入したことで、走るのが苦手な児童の走り方が改善された。
- (6) ① 浮く運動から泳ぐ運動への移行を、児童が楽しみながら行うことができた。
② 九重町が進めるスポーツ鬼ごっこをすべての小学校で取り組むことができた。運動の苦手な児童も積極的に取り組み、楽しく運動ができた。

Action：今後の課題

- ① 体力テストのD・E判定の児童はおおむね肥満傾向にある。肥満もあわせて克服できる無理のない方法を考え、町全体で取り組めるようにしなくてはならない。
- ② 体育専科が提案している取り組みに、担任から児童への声かけがあると児童の意欲が向上する。体育専科教員がいないときでも、誰もが継続して活動できるシステムを作り上げることが必要である。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

体育で運動の楽しさを味わえているので、D・E判定の児童も笑顔で取り組み、アンケートで「体育は楽しい」と答えている。日常的に協力することも学んでいる。

九重町で取り組むスポーツ鬼ごっこ

皮膚を刺激して前屈がのびる「ももうらナデール」



めざせ「運動の達人」

あんどこジャンプ



雪の日の外遊びは雪合戦

たてわり班遊びのお知らせ



今月の縦割り班遊び

月	火	水	木	金
15	16	17 4 中ドッチ 外ドッチ	18	19 5 17 ドッチ ドッチ ドッチ ドッチ
22 3 おにごっこ ドッチビー	23	24 1 ドッチボール こおりおい	25	26
29 8 雪合戦 だるま	30 2 ① ランおい ② けんけり	31		



なわとび昇級表

プレルボールの手作りネット

