

## 仲間と協力し合い、意欲的・主体的に取り組む体育学習のあり方

### 大分県佐伯市立佐伯小学校

全校児童数	303名(男子154名 女子149名)		
全クラス数	14	教職員数	27名
体育専科教員訪問学校数			9校
訪問校	佐伯小、渡町台小、下堅田小、青山小、明治小、上野小、切畑小、米水津小、蒲江翔南小		
体育専科教員名		児玉 敬則	

#### Plan：取組時の課題と計画

##### 1 取組時の課題

###### ◆児童の生活について

○本校は佐伯市内の中心部に位置し、交通量がかなり多い。そのため、帰宅後は外遊びをする場所も公園に限られるが、遊んでいる子は少ない。また、社会体育(野球、サッカー等)に所属している児童は、全校児童303名中201名(複数在籍有)いる。

###### ◆学校での様子

○児童は休み時間に外に出てボール遊びをする児童もいる代わりに室内で読書をする子もいる。

###### ◆体力テストの結果から

○本校は全国・県・市の平均値を上回っている種目もあるが、多くの種目で平均値以下であった。また、器械運動やボール運動に必要な基礎感覚や動きが身につけていない児童がいることも分かってきた。また、佐伯市の課題は走力・持久力の向上と、授業改善による運動の苦手な児童への効果的な指導である。そこで、児童に基礎感覚や動きを身につけさせ、授業改善による効果的な指導を行うことが重要と考え実践していくことにした。

##### 2 取組の計画

- ① 補助運動の充実
- ② 体育授業の充実
- ③ 一校一実践の取組

#### Do：実践内容

##### 1 補助運動の充実

基礎感覚や基本的な動きを身につけさせるために補助運動は準備運動後に行い、時間を約5～6分程度毎時間行ってきた。

###### (1) 体育館内での補助運動

- 体幹トレーニング
- 回転・腕支持・逆さ・倒立等の感覚の習得(マットや壁を使って)
- ボール操作の習得(つく、投げ上げキャッチ、的当て・キャッチ等)
- 柔軟運動(開脚前・横倒し、反り返り等)
- 5分間走

###### (2) 運動場での補助運動

- 体幹トレーニング
- 回転・腕支持・逆さ倒立等の感覚の習得(鉄棒で)

○登り棒を利用した遊び

○走運動(リレー・鬼遊び)

##### 2 体育授業の充実

○授業の流れとして

・「めあての確認」「準備体操」「補助運動」「主運動」「整理体操」「振り返り」を進めていく。

○「振り返り」の中で

・「協力」や「感謝」を発表する。

##### 3 一校一実践の取り組み

- (1) 長縄とび(1学期;縦割り班で、3学期;学級で)、
- (2) チャレンジタイム(5分間走)

##### ●工夫したこと(&苦労した点)

- ①「補助運動の充実」をめざして(効果的な補助運動)
  - ・年間授業時数105時間(1年生;102時間)の中で、短時間でどんな補助運動を行っていくのか
  - ・体育館と運動場での体育授業でどんな補助運動を行っていくのか
- ②「体育授業の充実」をめざして
  - ・体育授業でめざしてほしい姿(「協力」→「教え合い」「励まし合い」「助け合い」→「感謝」)に取り組む。
  - ・「振り返り」では「協力」した姿が見られたかについて数人の児童に意見を聞き、次時の意欲化とした。

#### Check：取組の成果

##### ①補助運動の充実への取り組み

昨年の10月から毎時間体育の授業時に継続的に行ってきた。徐々にではあるが上達している。

○児童の意識としては、回転・腕支持・逆さ・倒立等が上手になったと感じている児童が多くいることがわかった。また、走力がついてきたと感じている児童もいることがわかった。

##### ②体育授業の充実への取り組み

「振り返り」で他児童のよさを認める意見や自分の前時との比較した意見を言える児童が出てきた。

#### Action：今後の課題

##### ①補助運動の系統化・意欲化

・上達を見える化、全校集会での発表等

②授業の「振り返り」の中で、さらに多くの児童の発表。

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

補助運動の上達や走力がついたことによる体育学習への自信と意欲の向上

【基礎的な感覚】



ゆりかご (回転)



馬跳び (腕支持・跳び越し)



逆立ち壁歩き (逆さ・腕支持・倒立)



登り棒 (高さ、全身の筋力づくり)



ブタの丸焼き (高さ・逆さ)



こうもり (高さ・逆さ)



ふとん干し (高さ・逆さ・バランス)



前回り下り (回転・腕支持)

【ボール操作】



投げる



つく



投げ上げて捕る

【体幹トレーニング】



ツイスト



足上げバランス立ち



片手腕支持