

平成29年度 北海道小学校長会地区活性化支援事業 【実践事例レポート】

- 1 報告地区 : 胆振地区
2 事例報告学校名 : 苫小牧市立日新小学校
3 報告者 : 校長 安藤 正純
4 キーワード : 体力向上 体力づくり 体育専科活用事業
-

1 はじめに

本道の児童生徒の新体力テストに関する体力の状況は、各種目の得点を合計した体力合計点で小中・男女いずれも全国平均を下回っているものの、昨年度に引き続き、小中・男女いずれも上昇し、多くの種目で全国との差が縮まってきています。そこで、更なる改善を図るためには、子どもたちの体力や運動習慣の課題及び改善方策を全道で共有しながら、学校・家庭・地域・行政が一体となって取り組んでいくことが必要となります。

苫小牧市では、苫小牧市体力向上プラクティスプランを策定し、①全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果の分析及び考察②運動プログラムの普及促進③体育・保健体育科の授業改善④特定の体力・運動能力における課題研究⑤運動習慣の形成及び家庭への情報発信⑥数値目標の設定（小学校5年生8種目。中学校2年生9種目）の6項目において、全市でその取組を推進しています。さらに本校では、平成27年度から、体育専科教員活用事業の実践校の指定を受け、指導方法の改善に取り組み、体力向上プランを作成し、児童の体力の向上に努めてきました。

2 体育専科教員活用事業を活用した取組

(1) 体力向上プランの作成～目標の設定

本校では、平成27年度から、体育専科教員活用事業の実践校として、体力向上プランを作成し体力向上に取り組む、以下のような総括目標と数値目標を設定しました。

『総括目標』については、①体力テストの結果を中心に児童の実態を把握・分析し、改善が必要な種目に関する運動能力の向上を図る。②家庭と連携を図り、睡眠時間の確保や食生活の改善等、児童の基本的な生活習慣の確立を目指す。③保護者や地域と連携し、運動する機会や場の充実を図るという3項目を、『数値目標』としては、①新体力テストにおいて、次年度全種目の記録を全国平均以上にする。②新体力テストの質問項目において、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツが好きと回答する児童を90パーセント以上にする。③新体力テストの質問項目において、朝食を毎日食べる児童を90パーセント以上にするこの3項目を設定し、指導の改善にあたってきました。

(2) 体力の向上に向けた指導の充実

具体的な改善内容についてですが、全校的な体育科指導の改善につながる系統立てた指導を実施するため、体育科年間指導計画と6年間の体育指導の系統表を作成し、それを基に繋がりのある指導を進めています。これを生かして行くことで、低学年で、多種多様な動きを経験させて、中学年で運動の基礎を身に付け、高学年で身に付けた運動の基礎をもとに工夫・発展した運動ができるようになっていくと考えています。また、各運動の種目ごとに、各学年での指導内容と評価基準を整理し、段階を踏まえた指導に重点をおいています。その他、体育の時間の導入に柔軟体操と素早く身体を動かす運動を継続して取り入れること、体育の時間に各学年で投力につながる運動を年間指導計画に設定して、6年間で継続して行うこと、グラウンドにドッジボールコートを複数面常設するなどして、休み時間に気軽に遊べる環境を整え、日常から投力の向上を図る等の取組を行っています。また、生活習慣の確立との関わりにおいては、体力向上には、食事と睡眠が大きく関連していくことを指導し、生活習慣の確立に向けての啓発を行っています。これは、保健だより等を通して保護者への啓発を行う形で進めています。さらに地域と連携した取組では、小中学校が連携した体力向上を推進するため、新体力テストの実施に関する協力や結果の引き継ぎを行い、体育的行事の運営を保護者や地域の方々に協力していただくとともに、児童が地域の行事（夏休み期間のラジオ体操、水泳記録会、市民マラソン・・・）に積極的に参加するように促しています。

(3) 休み時間の体力づくりについて

本校では、年間を通しての日常の体力向上への取組として、1学期に縄跳びチャレンジデーと称して、短縄チャレンジ（連続跳び：3分間で連続何回跳べるか記録。）を毎週金曜日の中休みと昼休みに実施しています。2学期には、短縄チャレンジ（技に挑戦：初級～達人）として、毎週金曜日の中休みと昼休みに実施しています。3学期には大縄チャレンジ



（クラスで記録に挑戦）を毎週火曜日と金曜日の休み時間に実施し、2月末に大縄跳び記録会を開催しています。本校では、これらの取組はすっかり定着して、写真にあるように、全児童が自己の目標や学級の目当てに向かって意欲的に取り組んでいます。

3 ○成果と●課題

このようにして、取り組んできた結果、今年度、下記のような測定結果が得られ、一定の成果が見られました。続けて成果と課題をまとめます。

	種目		握力 (kg)	上体おこし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)
	学年	男女別				
平成29年度	5年生	男子	18.1	21.6	36.2	46.4
日新小	5年生	女子	16.5	18.6	41.1	44.3
平成28年度	5年生	男子	16.47	19.67	32.87	41.97
全国平均	5年生	女子	16.13	18.6	37.21	40.06
	種目		シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ソフトボール投げ (m)
	学年	男女別				
平成29年度	5年生	男子	53.5	9.6	156.7	23.1
日新小	5年生	女子	54.5	10	153	14.1
平成28年度	5年生	男子	51.89	9.38	151.39	22.42
全国平均	5年生	女子	41.29	9.61	145.31	13.88

○平成29年度の成績は、男子は種目中7種目で、女子は8種目中6種目で全国平均よりも上回ることができました。

○ 体育の授業において、学習課題を明確にし、用具の工夫や配置の工夫を行うことで基本技術を習得させるとともに運動量を確保することができました。

○ 学校評価アンケートから、「体力向上に向けての取組」に対しては、81.5%の保護者が満足しているとの回答が得られました。

○ 体育の授業において、体育専科教員と学級担任によるチーム・ティーチングを行うことにより、用具の工夫や配置の工夫、指導方法の共有を行うことができ、教員の授業改善の意識や指導力を高めることができました。

● 体力テストの結果から「柔軟性」と「投力」に大きな課題が見られたため、更に、指導の場の工夫する必要があります。

● 学級担任と体育専科教員の連携を図り、チーム・ティーチングにおける効果的な指導について更に検討する必要があります。

●小中9年間を見通して、児童生徒の体力向上を図ることができるよう、6年間の系統立てた単元計画や年間計画を基に小学校で取り組んだ内容を中学校に引き継ぐ必要があると考えます。