

[14] 西臼杵郡小学校体育連盟

I 年間事業

期 日	事業名	主な内容	会場
5月 8日	第1回郡小学校体育主任会	役員選出・事業計画	高千穂小学校
8月19日	第2回郡小学校体育主任会	研究の提案・陸上教室検討	高千穂中央公民館
10月15日	第3回郡小学校体育主任会	陸上教室前日準備	五ヶ瀬町Gパーク
10月16日	第36回西臼杵郡陸上教室	陸上教室運営	五ヶ瀬町Gパーク
2月26日	第4回郡小学校体育主任会	主題研究のまとめ・次年度に向けて	高千穂中央公民館

II 事業部のあゆみ

1 陸上教室

- (1) 大会名 第36回西臼杵郡陸上教室
- (2) 実施日時 平成27年10月18日
- (3) 会 場 五ヶ瀬町Gパーク陸上競技場
- (4) 参加児童 郡内小学校第5・6学年生
- (5) 競技種目 一般参加 5・6年生 男女別 100m走  
 選抜競技 100m走 ソフトボール投げ 50mハードル走  
 800m走(女子) 1000m走(男子)  
 走り幅跳び 400mリレー 走り高跳び(6年生のみ)
- (6) 表 彰 一般参加 各組3位までに賞状を授与する。  
 選抜競技 学年別、男女別、種目ごとに上位6位まで賞状を授与する。  
 ただし、リレーはABC上位3チームまでのチームに賞状を授与する。
- (7) 模範演技 五ヶ瀬中等教育学校陸上部による短距離走、ハードル走、フィールド種目
- (8) 成果と課題
- 郡内13校の5・6年生が一同に会し、本格的な陸上競技場で競技できたことは、児童にとってよい経験となった。
  - 児童数の減少に対応するため、リレーのメンバー編成を男女混合、学年混合など柔軟に行い、表彰することで、小規模校でもリレーに参加することができた。
  - 昨年度に引き続き、昼食までの時間に、五ヶ瀬中等教育学校陸上部の生徒による模範演技を行った。リレーのバトンパスやハードリングについての試技や速く走るための動きのコツについての話は、児童だけでなく教師にとっても大変参考になった。
  - 児童数の減少や複式学級などの事情により、大会役員の確保が難しくなっている。
  - へき地校が多いこともあるが、体育主任の昨年度からの入れ替わりが多かった。引き継ぎをしっかりと行うことが重要である。

### Ⅲ 研究部のあゆみ

#### 1 研究主題

児童が体力向上を目指して活動する体育学習  
～山間部小規模校実態に即したよい体育授業の在り方について～

#### 2 主題設定の理由

##### (1) 郡内学校規模より

郡内はへき地校7校、平地校6校多くの学校が単学級や複式学級である。学校数が少ない分、研究への共通理解が図りやすい。また、県内各地から赴任している教員が多く、教員同士の情報交換がしやすい。一方、3年で転任する教員が多かったり、校務分掌の入れ替わりが多かったりするため、研究の継続が課題である。

##### (2) 子ども達の実態より

近年の学校の統廃合により、スクールバスによる学校への送迎が増え、一日の歩数が少ない児童がいる。また、体育の授業においても集団での競技が難しくなっている学校もあり、その中でいかに運動量を確保するかが課題である。一方、学校外に目を向けるとスポーツ少年団への加入により体力が高まっている児童がいるが、児童数の減少により、集団競技がだんだん難しくなっている現状もある。

#### 3 研究の目標

西臼杵郡内の実態を踏まえ、山間部小規模校における効果的な体力を高める指導の在り方について究明し、各小学校に普及させる。

#### 4 研究仮説

精選して体力を高める指導の共通実践を行えば、徹底を図ることができ、効率的な体力の向上につながるであろう。また、各学校の取組を紹介することにより、指導の質を高め、郡内の小学生全体の体力向上に資することができるであろう。

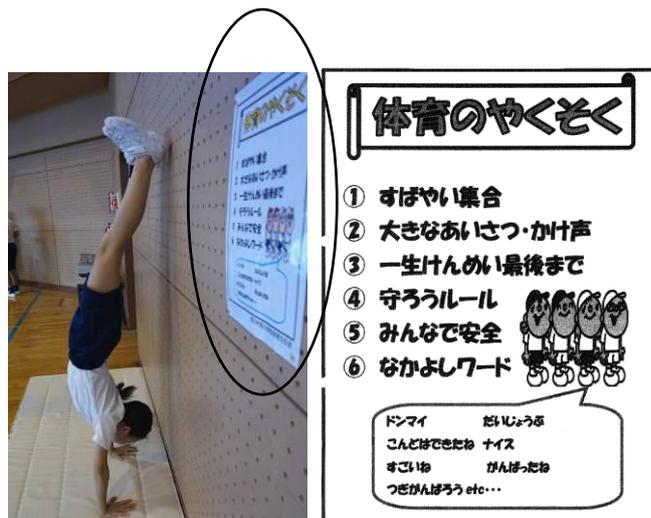
#### 5 研究経過

月	研究に関する内容
5月	本年研究についての検討、研究の方向性について検討 →各学校で実践へ
8月	研究のまとめの形式等について話し合い
12月	各学校で研究の実践記録作成・提出
1月	県小体連へ研究のまとめ（西臼杵郡分）提出 次年度の方向性について話し合い

## 6 研究の実際

### (1) 「体育のやくそく」の活用

体育館の入口へ掲示し、児童がいつでも目にするようにしている。体育館で授業がある際には必ず目にできるようにし、児童が意識して授業に取り組めるようにした。授業中はまずめあてや内容を確認する際に「体育のやくそく」を全員で確認している。その後、授業の最後に「体育のやくそく」の視点に沿って振り返りを行っている。また、学校によっては各自の体育ファイルに「体育のやくそく」を貼り、「体育のやくそく」の項目を振り返ることができるようにした。



【体育館に掲示してある「体育のやくそく」】

特に、「⑥なかよしワード」に関しては、共通理解をした上で体育授業に臨むことにしている。また、「なかよしワード」を活用している児童について、積極的に称賛するようにした。

### (2) 各小学校におけるそれぞれの取組

#### ① 朝の時間や業間における取組

各学校月に1～数回程度、体力を高める機会を設定している。内容は、「握力を高める新聞紙を使ったゲーム」「柔軟性を高めるペアストレッチ」「持久力、敏捷性を高めるフラッグ取り鬼」「巧緻性を高めるボールやフラフープを活用した運動」など体力テストで落ち込んでいる項目に絞って取り組んでいる。短い時間ではあるが、児童は集中して運動を行ったり、様々な運動をチーム対抗やゲーム的な要素を取り入れて行ったりした。



【朝や行間の時間を利用した各種運動】

#### ② 授業における取組

「体づくり運動」を体育の学習内容での実践に加え、授業の始めなどにも取り入れることで体を動かす楽しさや友だちとの交流するよさが味わえるようにした。また、「体づくり運動」に取り組む際は体力テストで落ち込みの見られた内容を重点的に指導を行った。

【フラッグ鬼ごっこ】





【巧みな動きを高める鬼ごっこ】



【多様な動きを高めるステップ運動】

③ 家庭との連携

すこやか貯金通帳をつくり、児童の生活習慣に関する児童の実態の変容をとらえるとともに、結果を児童への指導や家庭との連携に生かす。

学年	項目	達成率
中	① 10分までで寝た	50%
	② 10時半までに寝た	25%
	③ 10時半過ぎに寝た	25%
高	① 10分までで寝た	50%
	② 10時半までに寝た	25%
	③ 11時過ぎに寝た	25%
テレビ	① 食事中和勉強中には消した	62%
	② 食事中和勉強中以外に消した	35%

【すこやか貯金通帳】

④ 昼休み

昼休みは屋外で遊ぶことを推進している。小学生と先生も一緒になって、サッカーや一輪車、キャッチボール等をして遊ぶ姿が見られる。また、今年度の体力テストで課題であった「握力」の向上を図るため、体育委員会の児童を中心に、「遊具で体力アップ作戦」を計画したり、握力コーナーを設置したりして握力の向上が目に見える形にしている。



【昼休み遊具で遊ぶ児童】

⑤ 保健指導

保健だよりを発行し、基本的な生活習慣についての内容を適時掲載し、保護者の意識の高揚を図り、具体的な取組へのアドバイス等を行っていく。また、養護教諭、栄養教諭と連携して保健の授業を行うことでも基本的な生活習慣についての意識を高めていくようにした。



【養護教諭と連携した保健指導】

6 研究の成果と課題

- 「体育のやくそく」について職員及び児童に周知したことにより、集団行動や授業での態度など共通理解を図ることができ、共通実践することができた。
- 各学校の実践を知ることができ、他の学校でも参考になるものも多くあった。
- 各学校の実践は授業実践や研修を重ねて、よい実践は他の学校に広げていかなければいけない。また、本当に体力の向上につながったか検証をする必要がある。