

[1 4] 西臼杵郡小体連（学校数 1 3 校・児童数 9 3 3 人）

I 年間事業

期 日	事業名	主な内容	会場
5 月 7 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
1 0 月 1 3 日	第 2 回郡小学校体育主任会	研究について	高千穂中央公民館

II 研究部のあゆみ

1 研究主題

主体的に運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる体育科学習の在り方

～山間部小規模校の実態に即した活動の創造と展開～

2 主題設定の理由

（1）西臼杵郡における学校規模の実態

へき地校 7 校、平地校 6 校→高千穂小学校以外は単式学級や複式学級である。

長所： 運動量の確保がしやすく、個別指導が行いやすい。

学校独自の体力向上に向けた取り組みを行いやすい。

共通理解・共通指導がしやすく、研究内容が浸透しやすい。

県内他地域の小体連の取組について情報交換ができる。

小中学校が連携し、児童・生徒の体力を経年変化を追って把握することができる。

短所： 校務分掌の入れ替わりが多く、研究の継続が困難である。

少人数のため集団競技が行いにくく、児童の体力差も大きい。

運動場、プール施設など、整った環境で行うことが困難である。

（2）子どもたちの実態

・徒歩通学を推奨している学校が多く、足腰が丈夫な児童が多い。

・スポーツ少年団の種類は豊富だが、体力の二極化が見られる。

・「体育のやくそく」が浸透し、規律のとれた集団行動がとれる。

3 研究の目標

- 小規模校の実態に即した体育科学習や校内活動、授業展開や具体的指導の在り方について究明し、西臼杵郡内の小学に波及させる。また、体育科における資質・能力を育成するための「主体的な学び」、「対話的な学び」、「深い学び」を相互に関連させ、体育科に求められる学びのより一層の充実が図られるようにする。

4 研究仮説

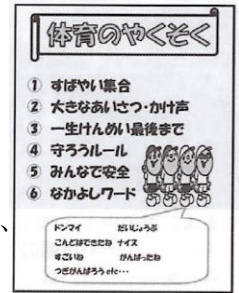
- 体育科学習において主体的な学びが図られるよう、教材・場・課題のもたせ方を工夫し、対話的な学びを活動に位置付けることで、体育科に求められる学びの充実につながるであろう。
- 児童が楽しみながら運動に親しむ活動を設定すれば、目標をもったり競争したりしながら運動を行い、体力の向上につながるであろう。

5 研究の実際

(1) 主体的な課題設定を行う工夫

① 「体育のやくそく」を活用した体育科学習の取組

西臼杵郡小体連では、7年ほど前から郡内各校に「体育のやくそく」を浸透させ、主体的な体育科学習の実施に努めている。体育主任が各校において伝達し、どの学級でも「体育のやくそく」を軸とした授業の展開に努めている。課題設定や話合いの場面、友だちへの声のかけ方など、継続した指導が行われている。体育館に掲示することによって、児童も教師も意識することができた。また、⑥の「なかよしワード」を意識させることで、友だちの動きをしっかりと観察したり、技の出来栄えについて伝え合ったりする姿が見られた。授業後も学習の振り返りに活用することで自己評価を行い、定着に繋がっている。



② 児童同士による課題設定

児童は、前時に指導された技のポイントをもとに、小グループで技を見合い、気付いたことをワークシートに記入する。書いたワークシートをもとに小グループで話し合いながら、それぞれ本時の課題を設定する。自分では気付かなかった部分を友だちからアドバイスされることによって、より具体的な課題設定を行うことができる。アドバイスすることによって、自らの振り返りにも繋がるので、効果的な課題設定の仕方といえる。

(2) 各学校におけるそれぞれの取組

① 朝のトレーニング

全校で3分間の朝のトレーニングに取り組んでいる。体幹トレーニングで、児童が正しい姿勢を保持するための筋力の向上を図ることがねらいである。「気軽に運動に取り組めたりする環境づくりを行ったり」「継続して行ったり」したことで、体幹を鍛えたり柔軟性を高めたりすることに繋がっている。

西臼杵郡では、立腰運動に取り組んでいるが、体幹を鍛えることで、立腰の姿勢も身についてきた。



【朝のトレーニング ①座っておじぎ】



【朝のトレーニング ②座って膝伸ばし】

② 固定遊具を使ったサーキットトレーニング

体育の時間の初めに、雲梯や鉄棒を使い握力を中心としたサーキットトレーニングを行っている。



③ 体力テストの結果を生かした取組

体力テストで課題の見られた種目を中心に、体育学習の初めに実践した。内容は、反復横跳びや上体起こし、学年の実態に合わせた時間走や握力を高める手立てとしてのグーパー体操などである。

④ 体力を高める場の設定

児童が力試ししたくなる場や体を動かしたくなる場「たくちゃんホール」を整備し、体力テストに関わる力をいつでも高めることができるようにしている。



(3) 山間部小規模ならではの体力向上に関わる取組

① 町内の小中学校が連携した体力向上の取組

日之影町では、全小中学校で同じ内容の運動を、朝の時間に20分間設定している。1月～2月にかけては「元気タイム」と称して、全校児童でなわとび運動を行う。町内4小中学校が、1つの中学校へ入学するため、一貫した体力向上に役立っている。

② 小規模校による全校一斉の運動遊び

小規模校の特性を生かし、委員会活動とリンクさせた「全校で遊ぶ日」の設定を行っている。異学年で交流する場となり、遊びの内容も様々な運動に触れられるよう工夫している。縦割り清掃班や地区別に分けて競い合う場面を設定するなど、グループを様々に変え、楽しみながら体力向上を図られるよう工夫している。



③ ウォークラリー形式の全校運動

楽しみながら体力向上を図るためにおこなった。課題となっている力を高めるための運動をウォークラリー形式で取り入れた。縦割りグループを編成したことで、声を掛け合いながら楽しんで活動できていた。



④ 9カ年の経過を分析できる体力カードの活用

高千穂小・押方小・岩戸小・高千穂中学校が連携して、9カ年を通して新体力テストの結果を記入できる「体力カード」を作成している。児童は、自分の体力について9カ年を通した経過をたどることで、目標の設定や自己管理にも役立てている。小学校卒業から中学校入学の引き継ぎ資料として、8年目が経過している。今後さらに有効な活用を模索している。

⑤ 学校単位による地域行事への参加

山間部小規模校ならではの特性を生かし、地域行事への積極的な参加を行っている。全校で参加する場合もあり、地域と連携した体力向上に取り組んでいる。各町が主催する駅伝大会と校内の持久走大会をリンクさせ、記録向上に努めている。



⑥ 中学校との連携

中学校との連携を積極的に行っている。中学校の体育担当の教諭に来校していただき、走力指導を行った。

ラダーを使った練習を通して速く走るコツを知り、体力向上に取り組むことができた。

また、担任以外の教員にも山間を促し、今後の授業づくりに生かしてもらえるようにした。



6 研究のまとめ

西臼杵郡小体連では、年々小規模化していく山間部の特性を鑑み、各町内の小中学校による連携を進めている。小規模校であることとのデメリットに目を向けるのではなく、小規模だからこそそのメリットを、各校の連携によりさらに大きなプラスへ変えていくよう、今後も西臼杵郡小体連の研究を深めていきたい。