

様々な運動経験を通して、運動への関心・意欲を向上させ、柔軟性の向上を図る。

学校名 宇部市立小野小学校（山口県）全学年
全校児童数 26名（男子12名 女子14名）
（本実践に係る問合せ先）
電話番号 0836（64）2008
学校メールアドレス one@ube-ygc.ed.jp

- 1 実践（研究）のねらい
 - （1）児童の運動に関する興味関心の向上を図る。
 - （2）本校児童の課題である「柔軟性」の向上をめざす。

○課題を解決するために実践した具体的な取組について

- 1 具体的な取組内容・方法、取組を進める上での工夫点等
 - （1）日常の取組
 - ① 2校時と3校時の間を「チャレンジタイム」に設定し、年間を通じて運動に親しむ。
 - ② 柔軟性の向上のためにマット、測定器を各学年廊下に設置。
 - ③ 体育学習時に、準備運動として「運動メニュー」を行なう。
 - （2）外部指導者による指導
 - ① 元オリンピック選手成迫健児氏の招聘（講話、実技指導）
 - ・講話…講師の運動体験、オリンピックでの経験と心構え等を話していただいた。
 - ・実技…準備運動～実技を、丁寧に指導していただいた。保護者、地域の参観があった。
 - （3）運動への興味関心の向上
 - ① 「フラッグ・フットボール」や日頃経験することの少ない「ボッチャ」、元オリンピック選手によるハードル走を実施した。
 - ② 地域の特徴（小野湖に隣接している）を生かし、保護者・地域の協力の下「カヌー学習」（全校児童が行なう）、マラソン大会を行なった。
 - （4）運動に関する情報の提示
 - ① オリンピック、パラリンピックの映像視聴、種目の写真の掲示。
 - ② オリンピック、パラリンピック関連の書籍の整備とコーナーの設置。
 - （5）家庭、地域との連携
 - ① 校区老人クラブとの活動内で、5・6年生が「ボッチャ」の指導役として活躍。
 - ② 1・2年生が他校との交流学習で「ボッチャ」を披露。
 - ③ 元オリンピック選手成迫健児氏による実技指導会への参加依頼。（学校だより、校区無線放送の活用）
 - ④ カヌー学習では、地域指導者を招聘。また、保護者へ安全の見守りボランティアの協力要請。

○成果の意義

- 1 「柔軟性」の向上をめざして
外部講師の話やハードル走の実技を通して、児童は、有名なスポーツ選手でもスポーツ前の準備運動、実際の動き、運動後の整理運動において、柔軟性が大切であることを認識したようである。
- 2 運動への興味関心
従来から行なっている「カヌー」に加え、チャレンジタイムでの柔軟運動、ボッチャ体験、ハードル走などを行なうことで、運動への関心意欲に高まりが見えつつある。休み時間や放課後に、体育学習にはない野球をしたり、バトミントンをしたりと、運動種目に広がりが見えた。

○今後の課題

- 1 課題である柔軟性については横ばい状態であるが、県平均（小5）は上回っている。このまま継続したい。他の項目で下位のものであるので、チャレンジタイムを軸とし取組の場を広げ、児童の自覚を促しつつ、更に計画的、継続的に取り組む必要がある。

(様式3) 2 ページ目

○ 研究内容

チャレンジタイムでの取組
2校時と3校時の間の休憩時間に「チャレンジタイム」を設定し、自作の器具を使って柔軟運動に取り組んだ。

授業（活動）風景の写真など①



元オリンピック選手成迫氏を招いて～講話・実技指導～
成迫氏の小学生時代から現在に至るまでの運動体験についてのお話とハードル走の実技指導をしていただいた。

授業（活動）風景の写真など②



老人クラブとのボッチャ体験
校区老人クラブ運動会に参加し、5・6年生児童が指導者となり、お年寄りとボッチャを体験した。



地域の自然環境を取り入れた「カヌー学習」
隣接する小野湖を活用し、地域の方にも指導者になっていただき、カヌー学習を行なった。



取組み結果

- ・様々な運動への関心・意欲の向上では、地域の人との交流を図りながら、また、外部指導者の協力を得ながら実施してきた結果、運動への興味関心は高まってきている。休み時には、野球やバドミントンをする児童が見られてきた。
- ・柔軟性については、男子で横ばい、女子で1.3cm減となった。

長座体前屈	学年	人数	男子	学年	人数	女子
第1回調査 (小4新体力テスト)	小4	2人	41.5cm	小4	4人	42.8cm
第2回調査 (小4 11～12月)	小4	2人	41.5cm	小4	4人	41.5cm

児童の運動種目への興味関心の向上と体力（筋力）向上

- これまで通り、家庭や地域を巻き込んで、様々な運動種目に取り組みせ、運動習慣を身につけさせることに取り組む。
- 児童は、柔軟性についてはよい結果であるので、今後は、筋力を要するものについても向上を図る。

- 生活時程に位置づけて実施しているチャレンジタイムは今後も継続し、内容として筋力アップがはかれるものを入れる。
- 準備運動としてのリズムジャンプトレーニング、持久力、敏捷性の向上をめざした5分間走やなわとび持久跳びを行なう。
- 家庭には、児童の体力の状況説明を行なってきている。また、各家庭に「体力アップチャレンジカード」を配布し、長期休業中も取組を継続してもらうよう依頼する。今後も継続したい。
- カヌー学習で地域人材を活用しているが、その他の種目についても、外部の指導者をできる限り活用し、児童の意識の向上を図る。