

## たくさんの運動に興味をもち、体力向上を図る取組

学校名 山口市立大内南小学校（山口県）  
全校児童数 692名（男子366名 女子326名）  
（本実践に係る問合せ先）  
電話番号 083（927）7373  
学校メールアドレス minami-e@yamaguchi-ygc.ed.jp

### 1 実践（研究）のねらい

- （1）楽しい運動遊びを経験することで、運動が好きという児童が増え、体を動かすことに楽しさを感じることができる。
- （2）トップアスリートを招き、指導してもらうことにより、高い技術を学び、子どもの運動意欲の向上を図る。

### 2 実践（研究）の概要

#### （1）課題について

今年度の体力テストの結果を山口県平均と比較すると、筋力・跳躍力は比較的優れているが、敏捷性・持久力は劣る傾向がある。また、外遊びをする児童は比較的多いが、遊びの内容に偏りがある。同じ遊びばかりしていることが、運動能力がバランスよく身につかないことの原因になっているように感じる。

#### （2）期待される成果（仮説）について

たくさんの運動に親しませるための効果的な取組を実践することで、児童の基礎体力の向上と運動習慣の改善を図り、運動遊びが好きな児童を育てる。

## ○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）運動遊びの充実

- ・山口県レクリエーション協会と連携を図った運動遊びの実施

4年生101名を対象に運動遊びを行った。ラダーゲッターやポイズンリムーバーなど、誰でも楽しく簡単に遊ぶことができる取組であった。また、昼休みには体育館を三分割し、色々な種類の遊びの中から、自分で選び実施することで、児童一人ひとりの運動量の確保に努めた。

#### （2）トップアスリートによる運動教室開催

- ・陸上教室の実施

10月に行われる山口市陸上記録会に向けて、市陸上競技協会指導員である杉本涉さんを招き、6年生を対象に陸上教室を行った。ハードル走の正しいフォームを身に付けることや、短距離を速く走るための足の運び方などについて指導を受けた。また、その他にも、走り幅跳びの跳躍をみせてもらったり、ソフトボール投げの投球をみせてもらったりと、トップアスリートの生の動きを多く見せてもらった。

## ○児童児童の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

運動の苦手な児童も、楽しく安全に運動遊びが経験できるよう、それぞれの取組に参加する人数を少なく設定し、常に大人がサポートできる環境づくりを行った。また、一人ひとりに十分な運動量を確保することで、常に運動を行いながら、多くの種目を楽しむ姿が見られた。

## ○成果の意義と今後の課題

- （1）多くの児童から「楽しかった」「また遊びたい」という声が聞かれた。児童が今までに経験したことがない遊びが多く、貴重な体験になった。今後は、学校全体で児童の運動に対する関心・意欲を維持し続けられるような授業づくりや環境整備を行い、体力向上を図っていく必要がある。
- （2）児童はトップアスリートの生の動きを感じることができたことで、トップアスリートへの憧れ、自分もできるようになりたいという気持ちを強くもつことができた。今後は児童ができるようになりたいという思いを叶えられるよう、教員の指導力向上に努める必要がある。

## ○ 研究内容

### 6年陸上教室

杉本選手の実演の様子。トップアスリートの動きを間近で見ることができて、子どもたちも大興奮！



### 山口県レクリエーション協会との活動

ケンケンパ、ラダーゲッター、ポイズンリムーバーに取り組む様子。どの児童も初めて取り組む遊びに興味津々。

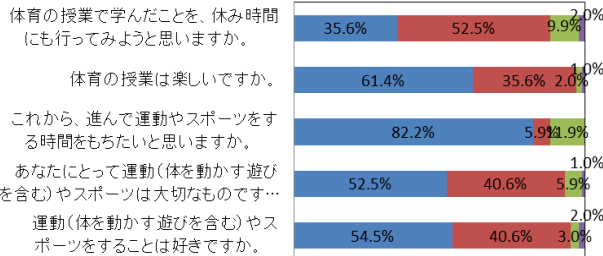


### アンケートの結果

「遊び・運動大好きやまぐちっ子育成事業」を実施する前後の運動遊びに関する児童アンケート

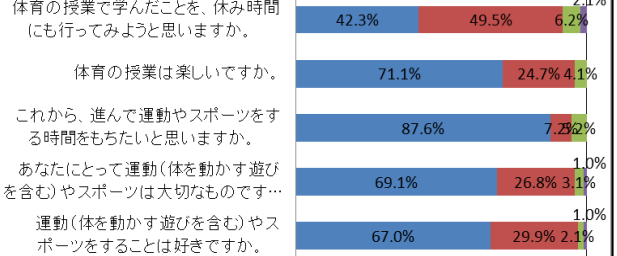
#### 4年事前アンケート

■とてもそう思う ■思う ■あまり思わない ■思わない



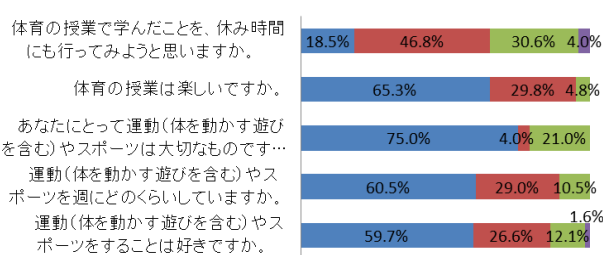
#### 4年事後アンケート

■とてもそう思う ■思う ■あまり思わない ■思わない



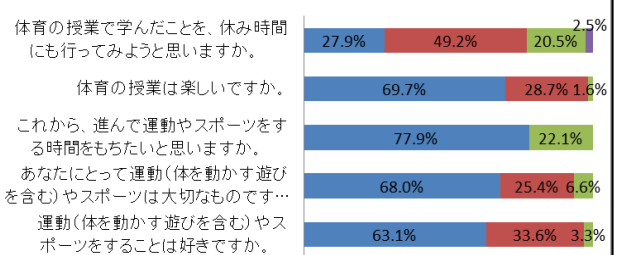
#### 6年事前アンケート

■とてもそう思う ■思う ■あまり思わない ■思わない



#### 6年事後アンケート

■とてもそう思う ■思う ■あまり思わない ■思わない



### 今後の取組について

「遊び・運動大好きやまぐちっ子育成事業」を終えて

今回の取組を通して、児童の運動能力の向上のみならず、運動に対する関心・意欲が大きく高まった。それは、子どもたちが「楽しい」「また遊びたい」と思える、場作りや魅力的な指導があったからである。今後も児童がたくさんの運動に取り組みたいと思えるような、指導を行っていくことで、運動好きな児童が増え、運動能力の向上につながると考える。そのためにも、教員の指導力向上や環境整備に力を入れていきたい。