

さいたまけんわらびしりつちゅうおうひがししょうがっこう  
学校名 埼玉県蕨市立中央東小学校

あさくら のぶゆき  
校長名 朝倉 伸行

所在地 〒335-0004 埼玉県蕨市中央7-18-7

TEL 048-443-3102

FAX 048-443-3104

URL <http://www.warabi.ne.jp/~chutosho/>

## 1 研究主題

「豊かな心と健やかな体を持ち、  
自ら進んで運動する中東っ子の育成」  
一わかる・できる・たのしいを味わわせる  
体育的活動を通して—

## 2 研究の期間

平成28年度～平成30年度 3年間

## 3 研究の目的

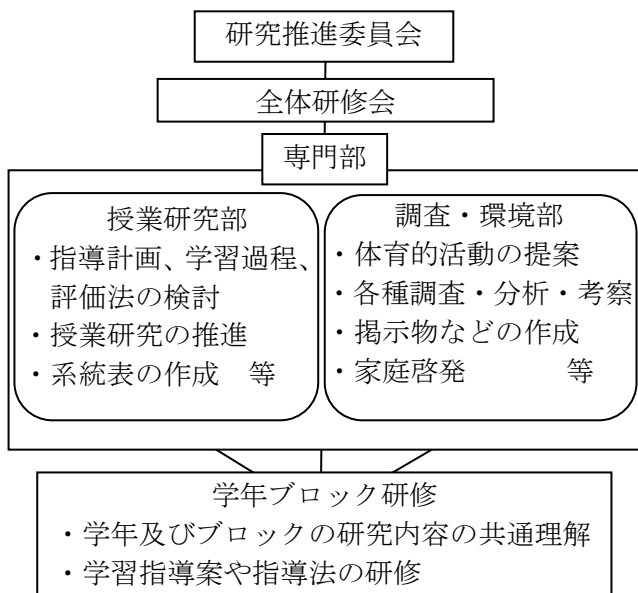
これまで、児童の放課後の過ごし方は屋内でのゲームが中心となり、仲間と関わり合いながら、外で体を動かす機会が少なくなっていた。その結果、体を動かして遊ぶ中から生まれる、多様な動きの習得が思うようにされず、運動能力の格差も広がってきていた。

本校児童の新体力テストの結果は良好な水準といえるが、休み時間や放課後に外で遊ぶ児童の割合は少しずつ低くなってきていた。また、粘り強さやたくましさに欠ける児童が目立つようになってきていた。

以上のことをふまえ、心身ともに健やかでたくましく、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てることをめざし、「自ら進んで運動する中東っ子」を育成するため、体育授業及び体育的活動の充実を図る研究を行うことにした。

## 4 研究の方法・実践内容

### (1) 研究組織



### (2) 研究仮説

**仮説1** 平成28年度～30年度

動きの基礎・基本の向上を図ることで、わかる・できる・たのしい気持ちが高まり、自ら進んで運動する児童が育つのではないか。

**仮説2** 平成28年度

中東小体育授業の構築をすることで、児童の学習内容の理解及び技能の向上につながり、わかるできる気持ちが高まり、自ら進んで運動する児童が育つのではないか。

**仮説2** 平成29年度～30年度

児童どうしが豊かに関わり合うことで、わかる・できる・たのしい気持ちが高まり、自ら進んで運動する児童が育つのではないか。

### (3) 体育授業の充実

#### ア 研究授業の実施

授業力向上のためにブロックで授業作りを行い、授業を公開した。「楽しい」を味わうために、児童の実態に合わせた「**運動の簡易化**」、児童の願いを形にする「**必要感を感じられる学習展開**」を目指した。



H28 3学級、H29 6学級、H30 15学級 授業公開

#### イ 「中東小スタイル」の確立

**授業の流れ、授業作りのポイント**、集団行動の行い方を示した冊子を作成し、授業の改善につなげた。

#### ウ 「中東っ子体操」の実施

平成28年度は『ラジオ体操』を1年間行ったが、反省から補強運動を盛り込んだ自校体操を作成し、継続的に行った。

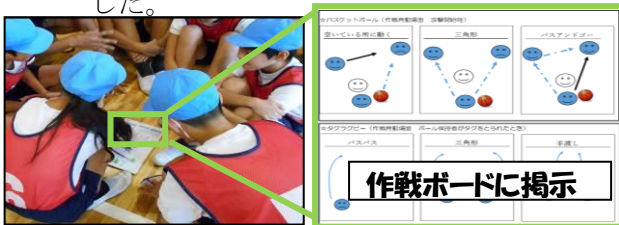
#### エ 系統表の作成

平成28年度は器械運動系、平成29年度はボール運動系のゴール型、平成30年度は新学習指導要領に基づいたボール運動系全般の「技能」「思考・判断」の**系統表**とそれを身に付けるための**活動例**を作成し系統的な指導に役立てた。

オ 校内実技研修の実施  
教師の知識や技能の向上を図るために平成28年度から春と夏に実施した。



カ 「作戦発場面」の設定  
**作戦=授業で学習した動き**ととらえ、作戦が始まる場面を決め、作戦例も作成した。



キ 必要感の感じられる学習展開の工夫  
オリエンテーションで本単元のメインゲームを行い、「何が上手になりたいか」を児童に考えさせ、授業の展開に生かした。

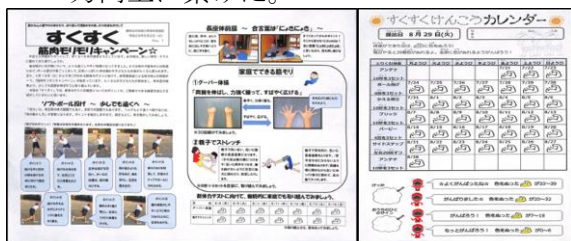
(4) 体育的活動の充実

- ア なかよしタイムの実施 (H29~H30)  
兄弟学級で交流をしている、なかよしタイムで、「外遊びの日」を設定した。
- イ パワーアップタイム (H28~H30)  
・朝運動の設定 (H30)  
業間業前の時間に運動する場を計画的に設けた。毎年、活動内容の見直しを行った。



(5) 家庭啓発

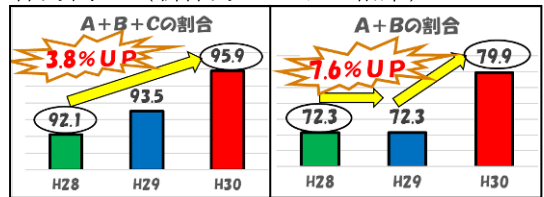
- ア 体育通信「すくすく」の発行  
**運動のポイント**や**保健指導**、家庭でできる運動の情報などを掲載した体育通信を毎月発行した。また、夏休みには「けんこうカレンダー」を作成し、家庭での体力向上に繋げた。



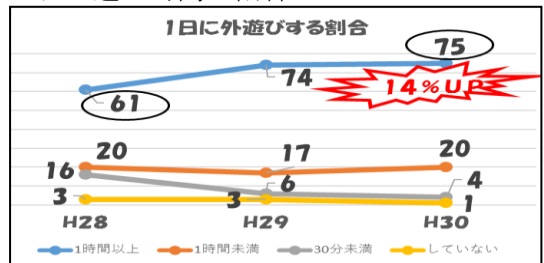
新体力テストや持久走大会のトップ10 を児童や保護者の目に入る昇降口に設置した。

5 研究の成果

(1) 体力向上 (新体力テストの結果)



(2) 1日に遊ぶ時間の割合



ア 1時間以上外遊びする児童の割合が **61%→75%**と3年間で**14%**向上した。

イ 30分以上遊ぶ児童の割合は **81%→95%**と3年間で**14%**向上した。

(3) 体育的活動

ア 朝運動やパワーアップタイムの取組により、休み時間に長縄8の字跳びに取り組むクラスや児童の姿が見られ、自ら進んで運動する児童が増えた。

(4) 授業改善

ア ブロック研修を主体に授業づくりを視点に学び合うことで、教師の**授業力の向上**が見られた。

イ 系統を整理することで、1時間1ねらいの授業、技能のポイントの明確化ができ、児童の**技能の向上**につながった。

6 研究の意義、発展性

運動をする場所や時間の減少、運動をする子とそうでない子の二極化は、全国的な課題となっている。本校においても研究当初は同様の傾向にあり、課題となっていた。この3年間の研究を通して、体育授業や体育的活動の充実、家庭との連携を図り、児童の体力の向上に繋げることができた。児童に『たのしい』を味わわせるための授業改善や、運動や遊ぶ時間の確保を通して、体を動かすことへの意欲を高めることができた。家庭と連携し、協力を得ることができたことも運動の日常化へ大きな要因となった。

今後も実態に応じて工夫改善を行いながら、児童にとって『楽しい』活動を継続し、定着させていきたい。また、ボール運動系以外の領域にも本研究を生かし、広げていきたい。