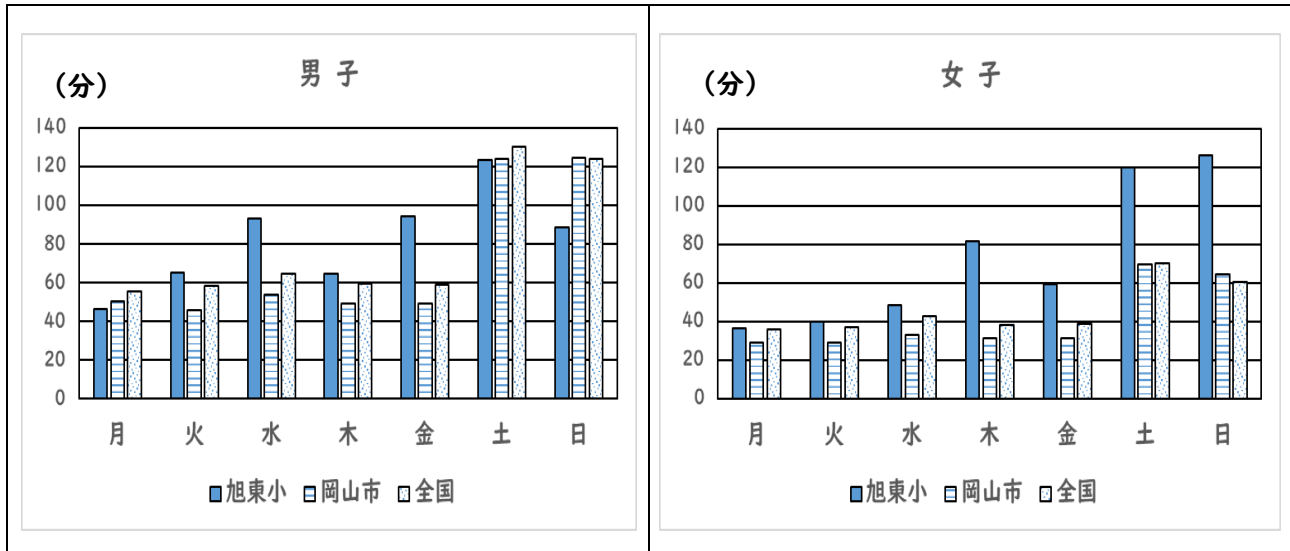


クラスでも、学校でも、おうちでも、運動を楽しもう！

学校名	岡山市立旭東小学校		校長名	犬飼 建介	
児童生徒数	128人	学級数	9	教職員数	27人

< 体育の授業以外の運動やスポーツの時間（曜日別） >

（令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査から）



1 児童生徒の実態

体を動かすことに積極的な児童が多く、休み時間には、進んで外へ遊びに行く様子が見られる。全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果からも、1週間に運動する児童の割合も全国や岡山市の平均と同じか高い割合になっている。また教育に関する総合調査の90%の児童が「私は、体を動かして遊ぶのが楽しい」と肯定的な回答をしている。

しかし、日頃の運動習慣の差から、運動をする子と運動をしない子の二極化が見られる。新体力テストの結果から全身持久力の低下が課題であることが分かった。

そこで、運動に苦手意識をもつ児童でも継続して取り組めたり、体を動かすことの楽しさや気持ちよさを感じられたりと、日常的に運動することが習慣化されるようにしていきたい。

2 取組の概要

(1) 学級での取組「できるかな？」の配信

週末にクロムブックの持ち帰りを利用して、2学期から「できるかな？」という Google スライドを週末課題として配信した。ここでは、岡山市小学校体育連盟研修部が作成した「運動だんご」に示されている運動や体育の授業につながる感覚づくりの運動などを手軽な運動として取り上げた。



▲「できるかな？」のスライドの例

週末課題に取り組んだ後は、Google フォームでアンケートを取るようにすることで、集計した結果を見て次回の配信内容を考えたり、運動の行い方の工夫を学級で紹介したりできるようにした。

2学期は配信する「できるかな？」シリーズを増やし、3学期からは、今までの「できるかな？」シリーズから自分で取り組む運動を選択できるように工夫した。

(2) 業間ランニング

例年、冬期期間は運動場の半面でサッカーができるよう、サッカーゴールを設置していたが、休み時間のサッカーゴールの使用頻度が少ないことや使用できる学年が曜日によって限定されていることから、そのスペースや時間の使い方が課題にあげられていた。

そこで、今年度から運動場の半面に1周約70mのトラックを作り、業間休みには全校児童を対象としてランニングに取り組みめるようにした。走った周回数に応じて、マス塗れる「旭東ランニングカード」を配付して、自分の運動への取組が視覚的にも捉えられるようにした。



▲旭東ランニングカード

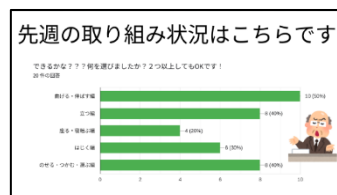
3 成果

(1) 学級での取組「できるかな？」の配信

はじめは与えられた運動をするだけだった児童が、行い方を工夫したり、家族の人と一緒に取り組んだりしている様子がよく見られるようになった。

また、Google フォームでアンケートを取ることで、児童の反応や学級の取組状況を簡単に集計することができ、その都度フィードバックすることができた。

3学期からは、学級の係活動として「健康係」が子どもたちの意見から作られ、健康係の児童が「できるかな？」をする前に取り組んでほしいストレッチや運動などを紹介したり、配信したりして日常的に運動に取り組もうとする前向きな姿が見られるようになった。



▲アンケート結果を知らせるスライド



▲健康係の児童が作成したスライド

週末課題「できるかな？」 児童の感想

- 毎週いろいろな「できるかな？」をやってみて、私は、体が柔らかくなったり、少し体力がついたりした気がしました。なぜそう思ったかということ、バレーの柔軟のときに、手足が床につくようになったり、休み時間外でたくさん遊んでも、そこまで疲れなくなったからです。
- 金曜日・土曜日・日曜日に、かんたんで楽しんでできる【できるかな？】があると、体がほかほかになるし、家族と楽しみながら体を動かせるからとてもよかったです。

(2) 業間ランニング

業間休みになると、多くの児童がランニングに参加する姿が見られ、普段外遊びをしない児童も外遊びをするきっかけとなっていた。また、1周が約70mのトラックを走るようにすることで、低学年の児童でも取り組みやすく、「今日は〇周走れたよ！」「毎日10周ずつ走る！」など一人ひとりにあった楽しみ方でランニングを楽しむ姿が見られた。



▲友達とランニングに取り組む様子

業間ランニング 児童の感想

- 今週は寒かったけどランニングをしたら、体があったかくなってきてよかったし、いつもより体力が増えていると思う。
- 少ししんどくなったけど、思っていたよりしんどさはあまりなかったし、全校で走ると気持ちよくて楽しかったです。

4 課題・今後の取組に向けて

子どもたちが日常的に取り組むことができる活動や運動の取り組み方をさらに工夫していく必要があると感じた。今回は4年生を中心に取組を行ったが、どの学年でも楽しめる運動の内容や時期などを学校全体で計画・実施していけるとよい。