

**平成30・31年度 群馬県教育委員会
ぐんまの子ども体力向上推進事業
公開授業研究会**

館林市立美園小学校

美園小の研究主題について

互いを認め合い、
楽しんで運動に取り組む児童の育成

美園小の研究主題について

『互いを認め合う』とは？



運動の得意・不得意があること
能力に差があること



これらのことを理解し、『励まし合う』こと

美園小の研究主題について

『楽しむ』とは？



『できる』ことが楽しさにつながる



スモールステップや補助での経験の重要性

美園小の研究主題について

互いを認め合い、
楽しんで運動に取り組む児童の育成
～スモールステップを取り入れた
体育の授業を通して～

美園小の研究主題について

○2年間の指定における研究の計画

- ・1年目・・・体育専科教員による授業を行い、
児童の技能向上を図る
- ・2年目・・・体育専科教員がT2として関わり、
教員の指導力向上を図る

1年目の取組

☆5本の柱☆

- ①体育授業の充実
- ②仲間とのかかわり合い
- ③基礎体力の向上
- ④地域人材の活用
- ⑤器械運動の技を系統ごとに

整理・見える化

①体育授業の充実

○専科教員による専門的な体育授業

- ・技能ポイントを明確にした指導
- ・全員に運動を経験させるための補助
(マット運動・跳び箱運動・鉄棒運動)

②仲間とのかかわり合い

○見るポイントの明確化

- ・児童同士で見合い、アドバイスできるよう、ポイント図を作成



③基礎体力の向上

○美園ドリルの実施

- ・年間を通して体育の授業の最初に本校の新体力テストで劣っている跳力や走力、投力改善につながる動きを取り入れた運動を実施



④地域人材の活用

○地域のスポーツ指導者による授業

- ・身近な道具を使っでの体づくりの運動(遊び)
(1～3年)
- ・タグラグビー(4～6年)



⑤器械運動の技を 系統ごとに整理・見える化

- 体育館にスモールステップ図を掲示
 - ・マット運動、跳び箱運動の技の連続写真とポイント、スモールステップ例の掲示



実践①

○学習カードの工夫

・児童の能力にあった目標記録の設定

走り幅跳び学習カード

年 組 () 名前 ()

目標記録の出し方

A 立ち幅跳びの記録 (cm)

B 50m走の記録 (秒)

目標記録

$A + 50 =$ ()

$(13 - B) \times 15 =$ ()

点数表

点数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
目標記録との差	-30	-79	-49	-9	-11	-31	-51	-71	-91	-111
以下	-50	-10	-10	-30	-50	-70	-90	-110		以上

走り高跳び学習カード NO.1

年 組 () 名前 ()

走り高跳びの学習方法

走り高跳びの目標記録

走り高跳びの記録には、身長や運動力(50m走タイム)などいろいろな要素が関係しています。目標記録(1)を算出して、あなたの身長と50m走タイムから、走り高跳びの目標記録を出してみましょう。

あなたの身長、50m走

身長から

50m走から

また、実際に跳んだ高さの目標記録(1)を算出して、あなたの身長と50m走タイムから、走り高跳びの目標記録を出してみましょう。

走り高跳びのノミグラム

【高跳び目標記録】

(身長) (50m走)

140 130 120 110 100 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0 (cm)

13.5 13.0 12.5 12.0 11.5 11.0 10.5 10.0 9.5 9.0 8.5 8.0 7.5 7.0 6.5 6.0 5.5 5.0 4.5 4.0 3.5 3.0 2.5 2.0 1.5 1.0 0.5 0 (秒)

また、実際に跳んだ高さの目標記録(1)を算出して、あなたの身長と50m走タイムから、走り高跳びの目標記録を出してみましょう。

高さは、何センチですか。

身長	目標記録との差
1	20cm以上
2	15cm以上
3	10cm以上
4	5cm以上
5	0cm以上
6	5cm以下
7	10cm以下
8	15cm以下
9	20cm以下
10	25cm以下
11	30cm以下
12	35cm以下
13	40cm以下
14	45cm以下
15	50cm以下

走り高跳び = 0.5 × (身長) + 1.0 × (50m走タイム) + 1.5 (cm)

ハードル学習カード

年 組 () 名前 ()

ハードルの跳び方(ハードリング)

①踏み切りは速くから。
②腕とひざでリードして体を投げ出すつもりで。
③よりあげ足の足元が落ちないように。
④腕が上がらず、またぎ跳す。
⑤ハードルの近くに落地。
⑥第1歩はももを高く上げ大きく踏み出す。

☆50m走の記録

※ハードリングの練習をしてロスタイムを減らそう！
ロスタイムの出し方
※ 50mハードルを走り、→、50mの走り、→、ロスタイム、→

ロスタイム	減速
0-10	10
11-20	20
21-30	30
31-40	40
41-50	50
51-60	60
61-70	70
71-80	80
81-90	90
91-100	100

実践②

○投の運動を取り入れた授業

- ・本日公開した授業
- ・初等教育資料2018年10月号と
子どもの体力向上ガイドブック
平成30年度版に掲載



実践③

○体育授業プログラムの導入

- ・群馬大学の鬼澤准教授による
「鬼遊び」の授業(2年生)



実践④

○保健・食育との連携

- ・健康な生活をするための保健教育
- ・健康を維持するための
栄養教諭による食育指導



体力向上の成果

○成果

・新体力テストの結果から

総合評価 (%)	年	A		B		C		D		E		体力合計点も前 点上がった。		
	29	9.1		23.5		35.6		21.4		10.4				
	30	12.2		27.5		32.6		20		7.8				
体力合 計点 平均 (点)	年	1男	1女	2男	2女	3男	3女	4男	4女	5男	5女	6男	6女	平均
	29	27.7	26.1	34.5	36.7	41.8	43.2	47.0	49.0	53.5	54.6	61.4	63.4	44.9
	30	27.3	26.9	36.7	34.7	43.2	45.4	48.7	51.1	54.8	57.6	62.4	63.6	46

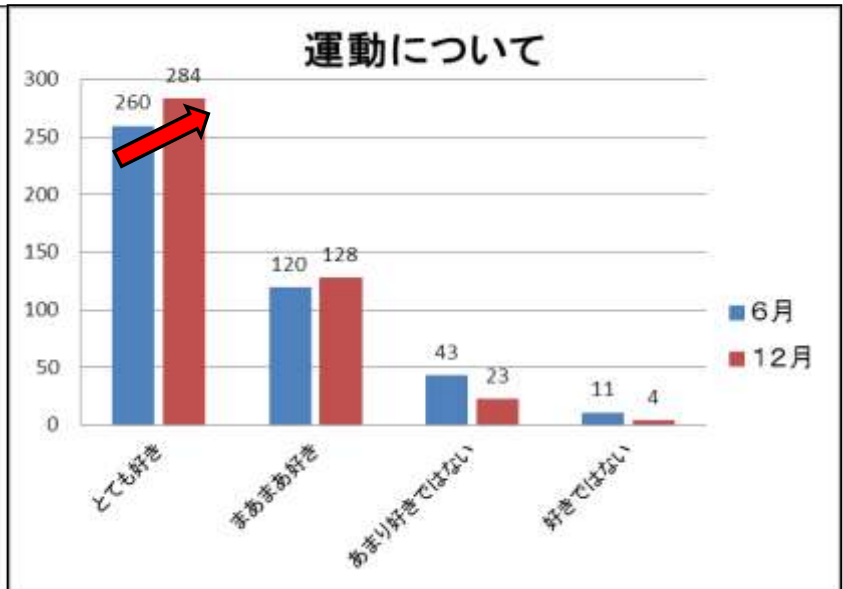
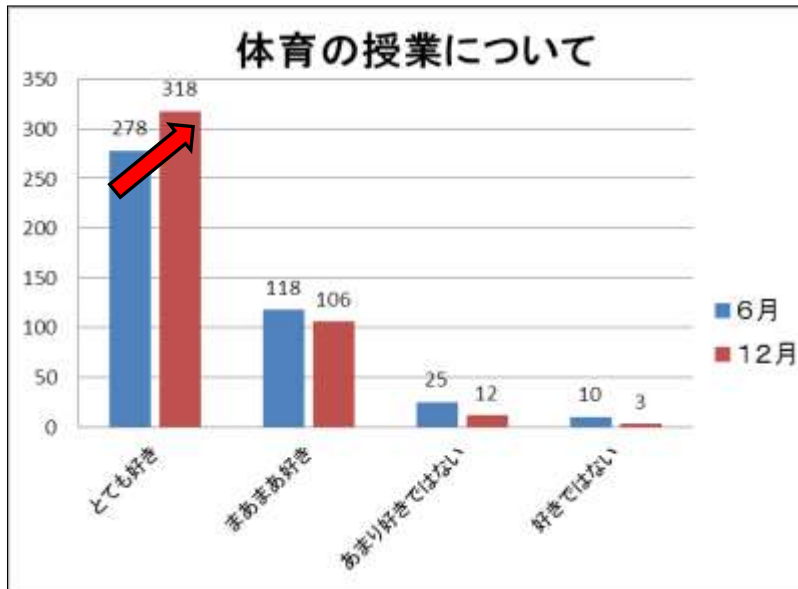
- ・A評価が前年度より3.1%上がり、E評価が2.6%下がった。
- ・体力合計点も前年度より1.1点上がった。

意識向上の成果

○成果

・児童アンケート(H30. 6月と12月)の比較から

・体育授業が「とても好き」と答えた児童が全校で40人増え、運動が「とても好き」と答えた児童が全校で24人増えた。



取組の課題

○課題

- ・教員の指導に係る実践力の向上に向けた工夫
- ・全教職員による組織的な取組の充実