

## 小山市立下生井小学校

児童数	学級数	内容区分（あてはまるものすべてに○を記入）
34	6	( ) 児童生徒の体力向上に向けてWEBサイト「とちぎっ子体力雷ジグひるば」を使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組 (○) 体力づくりに関する家庭との連携 (○) 教職員の資質向上のための取組

### 1 ねらい

- (1) 昨年度の新体力テストの結果を分析し、一人一人が自分の体力を見つめ直すことで、バランスの良い体力を身に付けようとする意欲の向上を図る。
- (2) 日頃から体力向上や外遊びのための場を設定し、子どもたちが運動に親しむ習慣を身に付けるようにする。
- (3) 本校の児童の体力について分析し、一人一人の体力向上に向けて全校体制で取り組む。

### 2 実施内容

#### (1) 各種運動月間の設定

##### ○4月 サーキット月間

50m走、鉄棒、タイヤ引き、ボール投げ、登り棒を行い、子どもたちの体力向上を図る。種目間の移動はジョギングをし、持久力の向上も図る。朝の時間に自由にできるように場の設定をしておく。がんばりカードを配付し、新体力テストの結果を生かして自分がどの種目を重点的に実施しているかを可視化できるようにした。 【資料①】

##### ○7月 下生井小・網戸小 水泳交流会

プール授業の成果発表の場である。子どもたちの交流と発表を目標に水泳の授業に取り組んでいる。令和5年度は、講師を招き、専門的な練習を重ねることもでき、児童の水泳に対する意欲を高めることができた。また、網戸小学校の児童と発表会をすることで、他校との学び合いも行う事ができた。 【資料②】

##### ○11月 マラソン月間

持久走大会に向けて、業間や昼休みに自分で目標を定め校庭をランニングする。今年度は、クラス毎に目標シートを掲示し、意欲付けを行う。昼休みには「鬼ごっこ」などの走力を鍛える遊びを生かし教職員と共に楽しく持久力向上に取り組んでいる。 【資料③】

##### ○12月 なわとび月間

ジャンプ台を設置し、朝や休み時間は自由に使えるようにする。がんばりカードを配付し、多様な技、回数、時間に挑戦できるようにしている。 【資料④】

#### (2) 授業体育での ICT 機器の活用

タブレット端末を児童が積極的に活用し、自分のフォーム分析に活用する。見るポイントを与えることで、マット運動や跳び箱運動、陸上競技の技能の向上を図ることができた。 【資料⑤】

#### (3) 動画やHPの活用

体育部を中心に、運動会用のダンス動画を各学年に見せるなどして気軽に体力作りに取り組めるようにした。HPでは、学校便りなどに体育的な活動の取組を掲載し、児童の感想を併せて載せるなど、

保護者・地域への啓発を進めた。

### 3 主な成果

- ・自分の今までの記録を確認し、目標を設定することで、自分の苦手分野を補おうと、より真剣に練習に取り組むようになった。
- ・タブレット端末で自分の動きを客観的に見られるようになり、改善のポイントを意識しながら運動するようになった。また、一人一人が自分の変化を記録以外でも実感できるようになった。

#### 4 資料

##### 資料①



サーキット月間でのボール投げ、50m走の様子。50m走では、タイムを読み上げ少しでも速く走ろうという工夫をしている。ETをお招きして、体カテストの弱点部分の強化を図っている。

##### 資料②



水泳学習の様子。  
スイミングスクールの講師を招き、専門的な学習を行った。泳力ごとに分けて指導することも出来た。

##### 資料③



マラソン月間の様子。休み時間に練習を重ねている。持久走大会は、地元の方が整備してくださった杏の里をコースに大会記録や各自のめあてに向かって走る。鬼ごっこなどの走力を養う運動遊びから、楽しく体力作りを行っている。

##### 資料④

##### 資料⑤



新体カテストの結果を分析し、自分に合わせた目標をたて、練習に励んでいる。また、タブレットを用いて、自分のフォームを確認したり、体育の振りかえり活動に取り入れたりしている。

なわとび月間の様子。ジャンプ台を自由に使えるように設置し、寒い時期の朝でも元気よくなわとびに励んでいる。1台あたり6人と多くの児童がジャンプ台を使える。1月末には全校で長縄大会を開き、回数を競い合っている。

