

## 1 事例の概要

近年、児童生徒の体力の低下が問題視されて、来年度から県下すべての学校で体力テストが実施されることになった。だが、実施した体力テストの結果をどのように活用するかが課題である。そこで、授業の中でどのように生かしていけるか、児童の実態に応じた指導をいかにしていけばよいのかを実践を通して考えてみた。

事前アンケートを行ったところ、体を動かすことをあまり好まない、体力に関心がない、体力についての知識が曖昧である等のことが分かった。これらの実態を踏まえ、体力に対する意識を高めていくために、以下のような視点を設定して授業に取り組んだ。

(1) 意欲の向上と継続ができる授業 (2) 体力の向上を意識した授業 (3) 個に応じた指導

### A-1 事例の概要

## 2 実践内容

### (1) 単元の目標

自分の体や体力に関心を持ち、体力を高めるための運動に進んで取り組むことができる。

### (2) 指導上の工夫点<視点> ～ 意欲を高め、継続できるようにするために！ ～

#### ① 体力に関する理解を深める

自分の体を知る一つの手がかりとして体力テストに臨み、体力の理解を通して体力テストで測定する体力と「体力を高める運動」の授業で高める体力の関連を明らかにした。

#### ② 体力向上の意識付けと継続

##### ア 個人データの継続

4年生時の保健「育ちゆく体とわたし」で自分の身長や体重の変化を整理し、継続的に記録していくため、個人データ（FD）を持っている。これに体力テストのデータも加え、記録の伸びに対する期待感や目的意識をもたせ、これからの体力づくりへの意欲づけとした。

##### イ 仲間とのかかわりの中で

体力は個人差があり、自分自身にどんな力を高めたいか個人によってちがいがあがる。そこで授業の中で教え合い、互いに体力を高め合える場や仲間と協力し合える場を多く取り入れてみた。そうすることで、体を動かすことを好まない児童も、友だちと一緒に活動することで楽しさを味わってもらいたいと考えたからである。

##### ウ 算数科との関連を図る

今回の取り組みでは他教科と関連させることで意識の広がりや継続、時間の有効利用などにも生かすことができると考えた。そこで、算数の学習で作成した用具の活用を試みた。

##### エ 運動の日常化を図る

学校体育の限られた時間だけで、体力を向上させることは難しい。日常的に運動に取り組むことが大切になる。そこで、家庭での体力づくりも勧めた。決して強制的なものにはならないように注意し、課外でしている運動クラブの活動も含め、「一日の中で運動になったと感じたものをチェックしてみる」「運動していないと感じたら無理をしすぎない程度のもをやってみる」ということで、一週間取り組んでみた。

### B-1 単元の目標

### B-2 指導上の工夫点

### 3 指導の実際

時間	学習内容 ・ 学習活動	◎支援 と ◇評価
18	3. 動きを高める運動を行う。 <巧みな動き> ○ジャンプステップ ○開閉とび ○バンブーダンス (学習カードから選んで) ○ボール投げ上げキャッチ ○タッチコーン ○輪くぐり ○棒移動とり ○なわとび 等	◎運動の仕方、方法について助言する。  ◎教え合いや励まし合いなど仲間と協力し合って取り組むよう声かけをする。  ◎動きの条件を変化し、動きを高めるよう助言する。 ◇観点①③<行動観察>
12	<力強い動き> ○手押し車 ○人起こし ○人運び (学習カードから選んで) ○押す・引く○ねじる ○跳ぶ 等	

<b>C-1 単元計画・評価計画</b>	<b>C-2 個人データによる意欲付け</b>	<b>C-3 用具の活用</b>
<b>C-4 算数科との関連</b>	<b>C-5 仲間とのかかわり</b>	<b>C-6 体づくり運動の継続</b>
<b>C-7 個に応じた指導</b>	<b>C-8 指導案</b>	

### 4 成果と課題

#### (1) 成果について

- ① 体づくりの運動の単元を終えて実施したアンケートでは、体力ということについての知識に広がりが見られ、体力を具体的な動きとしてとらえられるようになった。
- ② すべての児童が体力をつけたいとの思いをもつことができた。体を動かすことをあまり好まない児童も意識が高まり、体力をつける必要性を感じ取れるようになった。
- ③ 体力テストデータと合わせて、自分の体の成長記録をFDに収めて活用したことで、4年生の保健の学習（健康3原則・運動の大切さ）を実践的に深めることができた。

#### (2) 課題について

- ① 体の柔らかさを体力の一つとしてとらえられる児童も増えたが、巧みさとともに、まだまだ意識させていく必要があった。
- ② 日常的な体力づくりの取り組みで個人差が出てしまった。その原因は「自分が変わった」と自覚ができたかどうかにある。実際、運動を継続することができ、「今後も続けたい」との思いをもった児童はいずれも、「力がついた」ということを意識している。今回は体力の高まりをみる具体的な記録はとらなかった。そのため、自己評価（変容の自覚）が不十分なものになった感がある。今後は記録を残して比較できるようにしたり、適切な取り組み方や環境を整えたりしていく必要がある。
- ③ 学習指導要領では、「体の柔らかさ」と「巧みな動き」を高める運動は2学年にわたって、「力強い動き」「動きを持続する能力」を高める運動はいずれかの学年で指導することになっている。主体的・継続的に体力向上を図っていくには「体の柔らかさ」と「巧みな動き」を大切にしながらも、第5学年で4つの内容を基礎的に扱っておく必要があると考える。

### 5 その他

\*参考文献 小学校体育「楽しい学習カード3」5・6年 東洋館出版社