

令和5年度岐阜県体力向上プロジェクト実践報告書

恵那市立大井小学校 / 有我 美輝

1 実践事例 4年生 26名 男子 11名 女子 15名

(1) クラス観

- ・どのような運動領域でも、意欲的に運動に取り組む児童が多い。
- ・仲間と協力して（教え合い・励まし合い）運動する児童が多い。
- ・5月に行った体カテストでは、体力の二極化が見られる。

(2) 取り扱った運動遊び例

- ・大根抜き
- ・人間お好み焼き
- ・言うこと一緒、やること一緒
- ・城とり合戦
- ・ことろことろ
- ・腕立てじゃんけん
- ・ねことねずみ
- ・追って、追われて
- ・修行おに など

(3) 学習の流れ【実践例】（領域：器械運動 種目：マット運動）

【導入1】

ACP活動（5～7分）

【導入2】

本時の課題を明確にする全体会

【展開】

自己の課題に応じた練習方法を選択しての練習

【まとめ】

中間発表会（動画撮影）⇒振り返り

【実践の様子】

場面：導入1

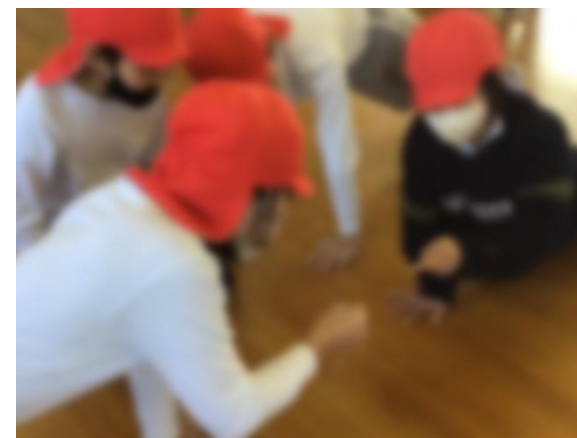
マット運動の学習につながる支持感覚を楽しみながら養うために、「修行おに（タッチされたらカエルの足うち）」⇒「腕立てじゃんけん⇒（アレンジ）」を行った。

負荷がかかる運動でも遊びの要素があるために楽しみながら運動遊びに取り組む姿が見られた。

【実践の様子写真等①】



【実践の様子写真等②】



【実践の様子写真等③】



令和5年度岐阜県体力向上プロジェクト実践報告書

恵那市立大井小学校／有我 美輝

2 児童生徒の感想等

- ・ランニングをして準備体操するよりも、鬼ごっこをしたり、城とり合戦をしたりした方が楽しかった。
- ・大根抜きがとても楽しくて、教室でできるから休み時間にもよく友達とやるようになった。
- ・ACP活動は、友達と遊びながらたくさん動くことができるから楽しい。
- ・セストボール（主運動）の時間が少なくなるから5分位の時間だとよい。
- ・マット運動（苦手な運動）で、最初が楽しく運動することができたから、マット運動でもがんばろうと思えた。
- ・（單元ごとに）いつも違う遊びができるから楽しい。
- ・城とり合戦が一番楽しかった。
- ・学級遊びでも取り入れてみて、簡単にできて楽しかった。（学級遊び係）
- ・いろいろな遊びを知ることができたからよかった。（学級遊び係）

3 成果と課題

【成果】

- ・楽しい運動遊びから授業をスタートすることで、運動が苦手な児童も主運動に意欲的に取り組もうとする姿が見られた。
- ・大根抜きをACP活動で扱うと、それ以降は学級遊びで行ったり、休み時間に自主的に行ったりする姿につながった。12月に握力を測定すると5月より記録が大幅に向上した。
- ・遊びのバリエーションが増え、休み時間に運動する児童が増えた。

【課題】

- ・1時間の中でACP活動の割合が増えることによって、各領域の面白さを味わわせることが難しくなる。
 - ・準備に時間がかかったり、ルールが複雑だったりする遊びは、実際にやってみると継続して実施しようとは思えなかった。
 - ・他クラスでの継続的な実施は難しかった。理由として、「何をしたらよいのか分からない」が多かった。
- ⇒今後、ACP活動を広めていくためには体育専科ではない教員へのアプローチと遊びの具体が分かる資料が必要になると考える。

4 その他

体育の授業は、教師から遊びを提示したが、学級遊び係の児童に、ACP活動の冊子やWEBページを紹介すると、それらを基に遊びを計画するようになった。実際、それまでの学級遊びは、晴れはドッジボールか鬼ごっこ、雨はハンカチ落としかフルーツバスケットだったが、紹介後は、○△□おにやスクエアドッジ、大根抜きなど学級遊びのバリエーションが増えた。

これが直接的な要因かは分からないが、1学期は学級の半数の児童が教室にいたが、現在は9割の児童が外に出てドッジボールなどで遊んでいる。