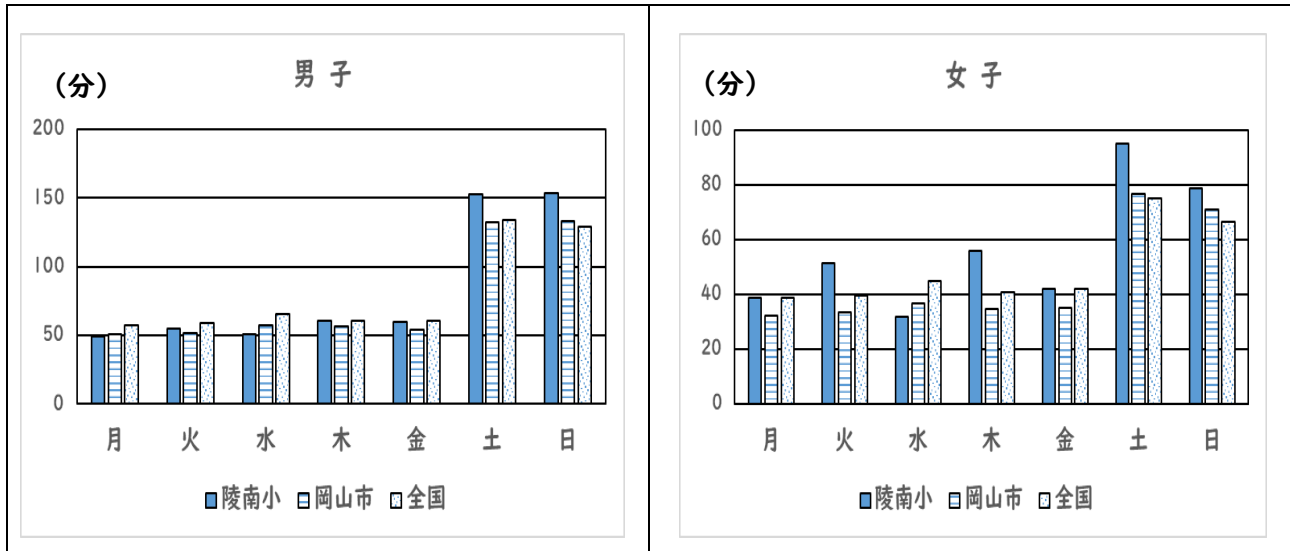


「陵南小スポーツチャレンジ！～お家でも学校でもみんなでスポチャレ！～」

学校名	岡山市立陵南小学校		校長名	山脇 幹子	
児童生徒数	839人	学級数	32	教職員数	68人

＜体育の授業以外の運動やスポーツの時間（曜日別）＞

（令和4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

①運動習慣に関すること
 ○スポーツクラブに在籍している子が多く、土日の運動時間が多い傾向。
 ○昨年度の運動習慣調査では、体育以外の1週間の総運動時間が60分未満の児童の割合が男子16.9%，女子20.0%といずれも全国や岡山市の平均よりも多く、運動する習慣がない児童が多い。

②体力に関すること
 ○昨年度の新体力テストの結果を分析すると、反復横跳びや20mシャトルランで男女ともに全国や岡山市の平均を下回る傾向があり、「すばやさ・タイミングの良さ・持久力」などに課題があることが分かった。それらをも高める運動に親しむ機会を増やすことが必要。

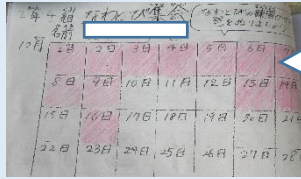
2 取組の概要

児童の実態を踏まえて陵南小学校では、令和4年度11月から2月までを「陵南小スポーツチャレンジ（スポチャレ）」期間と設定し、運動習慣の定着を図ることとした。新しい行事を増やして児童や教職員の負担が大きくなるように、これまで別々で行っていた冬のなわとびカードや業間5分間ランニングなどの取り組みを「運動習慣の定着」という視点で統合し、スポチャレと名付けた。運動は「なわとび・ダンス・5分間ランニング」の3つを基本とし、それぞれにがんばりカードを作製したものをまとめてファイリングし、「スポチャレカード」として全校児童に配付した。



なわとびチャレンジ

従来の回数や技に挑戦するなわとびカードと併せて、運動委員会の児童が「なわとびカレンダー」を作製し、学校や家庭でなわとびをした日に色を塗れるようにして習慣化を図った。児童が意欲的に取り組めるように、短縄集会をなわとびカレンダーの後半の日に設定したり、なわとびヒーローの「ジャンプマン」と休み時間になわとび対決をしたりした。



なわとび
カレンダー



ジャンプマン
との対決

ダンスチャレンジ

外で運動することに抵抗がある児童もいるため、室内でもできる「ダンス」を取り上げ、3年生が運動会で踊ったダンスを全校で朝の時間や雨の日の業間休みに踊った。ダンス動画にはYouTubeにもともとアップロードされている動画を使うことで、家庭でも同じ動画を見ながらダンスを楽しめるようにした。ダンスヒーローの「ダンスマン」も一緒にダンスを踊ることで楽しんで体を動かすことができるようにした。



大きな動きなので
1回踊っただけで
も、いい運動に。



ダンスマンや先生
方も一緒にダン
スを楽しむ。

ランニングチャレンジ

3学期には「ランニングマン」が登場し、ランニングチャレンジが始まった。例年学校で取り組んでいた行事の「5分間ランニング」にプラスしてそれ以外の休み時間にも自主的に運動場のトラックを走ることができるようにして習慣化を図った。ランニングカードには走った数だけポイントがたまり、1枚終了するごとに名前が掲示されるようにした。



走っていると突然
ランニングマンが
登場することも。



ランニングカード
(高学年版)

3 成果

スポチャレを行ったことで、外に出て運動する児童が明らかに増え、寒い時期でも元気に体を動かすことを楽しんでた。児童の中には「ジャンプマンになわとびで勝ててうれしかった。」「先生、今日はもう15周も走ったよ。」など意欲的に運動に取り組む子も多かった。運動習慣定着化事業は今年度で一旦終わりになるが、スポチャレについては、来年度も体育部や運動委員会を中心に継続して学校全体で取り組んでいくことが決まったことも成果だと考える。



変化



4 課題・今後の取組に向けて

教職員が手立てをうつつと児童は意欲的に運動に取り組むことができるが、教職員が忙しい時期には手立てをうつつことが難しく、停滞してしまうという課題があった。今後は体育部で年間を通じてどの時期にどのような手立てをうつつのか検討したり、運動委員会の児童が様々な発信役となって進めていったりするなど持続可能な形を見つけていきたい。