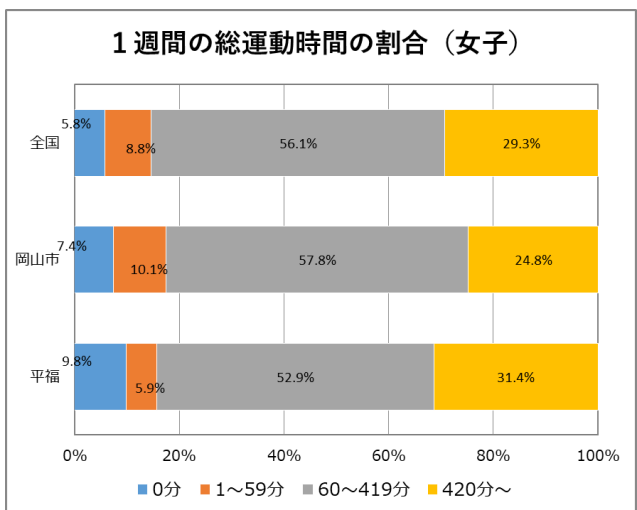
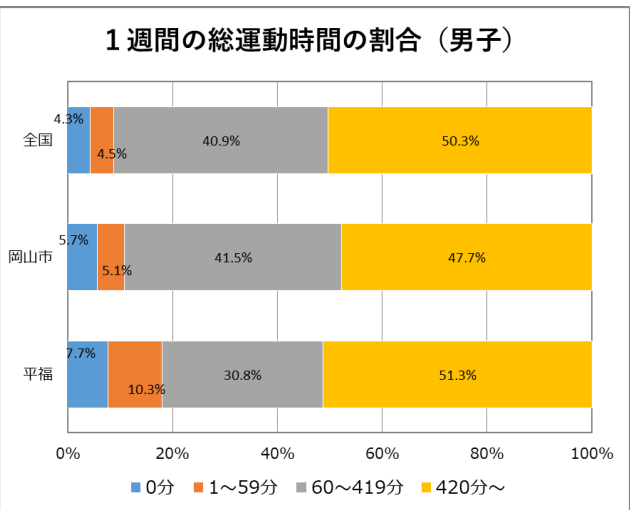
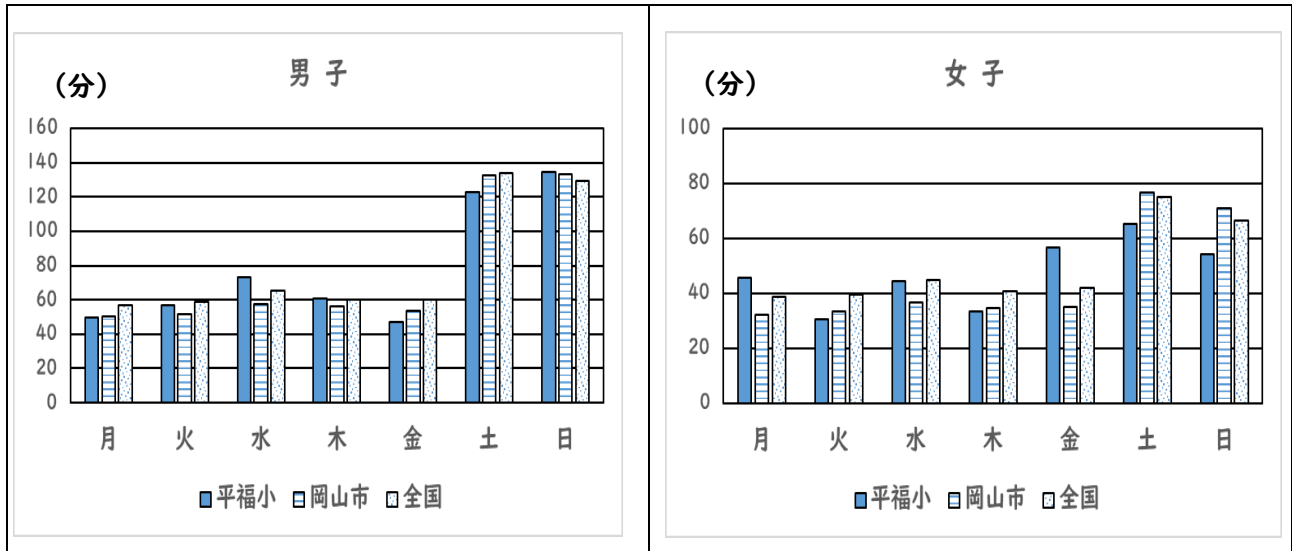


“運動だんご”で「いきいき・わくわく・楽しい平福小」～自主学习で運動しよう～

学校名	岡山市立平福小学校		校長名	八田 卓二	
児童生徒数	490人	学級数	23	教職員数	46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

- ・ 休み時間の様子だと、高学年になっていくほど、屋外で遊んでいる児童が少ないように感じる。
- ・ 今年度の運動習慣調査から、曜日ごとの運動時間は男女ともにどの曜日においても全国より少なかった。また、運動時間が0分の児童の割合が高く、逆に運動時間が420分以上の児童の割合も高いことから、運動経験の二極化が顕著だった。
- ・ 上記のグラフから、岡山市や全国の結果と差がないが、平日に60分以上運動をしている児童の割合が少なく、ほぼ横ばいであることが分かる。また、土日は男子で2時間以上、女子は1時間くらいの運動時間となっている。これは多くの児童が放課後児童クラブに所属しており、遊びの中で運動をすることで運動時間が確保されているのではないかと思う。またスポーツクラブなどで運動をしている児童も多く、土日の運動時間が多い傾向にあるからだと考えられる。

2 取組の概要

7月：新体力テスト後に「体育だより」を保護者に配布し、保護者に児童の実態や課題を知らせることで、家庭での「運動だんご」の取組みへつながるようにした。

10月：昇降口に「運動だんご」コーナーを設置し、毎週月曜日に「運動だんご」の用紙を置いて自主学习として取組みたい児童が持って帰ることができるようにした。また、1年生は全員に配布して取り組めるようにした。

12月：冬休みは「運動だんご」「なわとびカード」を各学年に配布して取り組めるようにした。

取り組んだ「運動だんご」は、しおりと交換ができるようにした。

2月：4連休に各学年で「運動だんご」に取り組んだ。

3 成果

まず、新体力テストの結果や課題を体育だよりで保護者に知らせ、その後「運動だんご」に取り組むという活動の流れは、運動への意識を高めるうえで効果的だったと思う。

今回は、「運動だんご」を自主学习に位置づけて取り組むことで、児童や保護者が「運動だんご」に家庭で負担なく取り組むことができるようにした。「運動だんご」は短い時間で取組めるので、家庭でも取組みやすかったと思う。また、週ごとに運動の内容を変化させたカードを配り、飽きずに興味をもって取り組めるようにしたことで、参加する児童が多くなっていった。そして、学校での自主学习への取組みとリンクさせ、「運動だんご」に取り組んで串が3本ささった児童には、しおりのプレゼントをしたことで、意欲的に取り組む児童を増やすことができた。

児童の感想から、「楽しかった」、「体を動かして気持ちよかった」、「またやりたい」など、取り組んでみてよかったという声が多く上がった。このことから、運動に関心をもったり、意欲的に取組んだりした様子がうかがえた。また、保護者からは「楽しそうにやっていた」、「一緒にやってみた」、「運動ができてよかった」など、児童が楽しみながら取り組んだり、保護者も一緒になって取り組んで楽しんだりして、家庭で様子が伝わってきた。

今回の取組みから、「運動だんご」によって運動に関心をもち、進んで運動をしようという児童が増えたように思う。

児童の感想

- 4日間運動をして、大変けど楽しかったです。
- 全てにくしがさせました。いつもより体を動かし楽しかったです。
- あまり体を動かせていなかったから、いい運動になりました。
- 運動だんごを通して運動をいっぱいしようと思った。
- 運動だんごを4日しただけなのに、体がぼかぼかしたから、運動は大事だと思った。
- 体を動かすと、心が気持ちよくなった。
- 休みの日にたくさん運動ができて楽しかったです。
- なかなか家で運動しなかったから楽しかった。
- 今回の運動は、走る、跳ぶ運動で私が一番得意な種目でがんばることができた。毎日取り組むことができ、ジョギングが疲れたけどがんばれた。
- 学校がないけど、運動だんごのおかげで体が動かせた。
- いろいろな「走る・跳ぶの運動」をして、4連休も運動にチャレンジすることができました。
- 休みの日に運動をするのが楽しかったです。またやりたいです。
- 家であまり動かないので、運動だんごをしてよかったと思います。スッキリしました。
- 難しい運動はクリアできるまで何度も挑戦した。
- これで運動だんごが終わるのが悲しいです。もう一度やりたいです。
- 毎日の運動が大切だと思った。

保護者の感想

- できなかつたところも挑戦し、努力し、がんばっていました。何事も挑戦している姿がかっこよかったです。
- 普段はゲームばかりしているので、家で体を動かすことができなくて良かったです。
- 勉強したり、遊んだりしている間に運動に取り組みました。姉妹で楽しく、笑いながらしている運動になったと思います。
- 弟と仲良く声をかけ合って、楽しく運動ができていました。
- 毎回とても楽しそうにやっています。やり始めたら止まらないこともありました。外でできることがあるといいね。
- 家の中でも楽しく運動をしています。体力づくりのためにも今日から一緒に続けてみようと思います。先生、きっかけをつくってくださりありがとうございます。
- 進んで外に出て遊んだりすることがないので、家で運動ができてとてもいいです。
- 普段からよく運動はしていますが、今回いろいろな運動にチャレンジできてよかったです。
- 兄弟で楽しくやっているのを見て、こっちまで楽しくなりました。
- 一緒に運動ができて楽しかったね。これからも続けていこう。
- 最初は難しい動きも慣れてくると上手にでき、楽しみながらがんばっていました。
- 時間をかけてよくできました。体を動かして楽しくできましたね。
- 一緒にチャレンジしました。一つ以外はクリアできたのですが、どうしてもその一つがクリアできず悔しかったです。内容がどれもよく考えられていて、親子共に楽しめました。

4 課題・今後の取組に向けて

5・6年生の参加率が平均で20%ほどと、他の学年に比べてかなり低くなっていた。高学年に近づくほど参加率も低くなっていたので、どの学年も積極的に取り組めるような手立てや取組みが必要だと感じた。今後は家庭での取組みだけでなく、学校での呼びかけや運動に関するイベントなどを計画することで、より運動するきっかけができ、児童の体力向上につなげていけるようにしたい。また、他校の実践では、委員会活動で「運動だんご」の内容を考えて、その運動のやり方やポイントを放送で宣伝することで、児童がより主体的に取り組めるようにしていた。このような実践も取り入れていきたいと思った。

「運動だんご」への取組みは児童に定着してきているので、今後も継続的に取り組んでいきたい。