

令和4年度庄原市体力づくり研修会

開催日：令和4年5月17日（火） 開催場所：庄原市総合体育館

参加者：体力づくり推進リーダー等

本市の児童生徒の実態を把握し、体育科・保健体育科の授業改善のポイント及び体力を高める学校体制づくりのポイントを確認することを通して、運動が好きな児童生徒の育成を図ることができることを目的とし、研修会を行いました。

【講話・協議】「庄原市の体力・運動に関する意識の実態及び今後の計画について」

庄原市教育委員会 教育指導課 指導主事 砂走 敏和

○庄原市の児童生徒の体力の実態について

- ・小中学校ともに、握力・50m走に全国平均と比較すると課題がある。
- ・全国的に見ても体力の低下傾向が見られ、本市においても同様の傾向が見られる。主な要因として、「運動時間の減少」「学習以外のスクリーンタイム(※)の増加」「肥満傾向の児童生徒の増加」が挙げられており、新型コロナウイルスの影響により拍車がかかっている。
- (※) 平日一日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機などによる映像の視聴時間のこと。

○各学校での体力づくりにおける取組について

- ・現在自校で実施している取組の内容が、「トレーニング」「運動好き」どちらに重点を置かれた内容であるかといった視点で振り返り、各学校の取組から、今後の自校の取組の参考とした。



（参考となったこと）

- ・楽しみながら体力アップを図ること
- ・教師が決めたことを児童生徒にさせるのではなく、自ら選ばせること
- ・中学校でも「遊び」の要素を取り入れた活動を仕組むこと など

【講話・演習・実技】

「『主体的・対話的で深い学び』を実現する体育科の授業づくりについて」

広島県教育委員会 豊かな心と身体育成課 学校体育係 指導主事 田中 卓志

○体づくり運動（遊び）での問いによる授業改善について

【例：小学校第1学年】

- ①体育科・保健体育科の本質的な問い「運動やスポーツの価値や特性は何だろう。」
 - ②領域の本質的な問い「体づくりの運動遊びの特性は何だろう。」
 - ③単元を貫く問い「体ほぐしの運動遊びや多様な動きをつくる運動遊びで誰もが楽しさや喜びを味わうためには、何が必要だろう。」
 - ④個別の問い「誰もが心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりするためには、どのような知識や運動を身に付けると良いだろう。」など
- このように、単元内に内包される指導内容を「単元構想シート」を用いて整理し、指導すべき内容を焦点化する。

変わらない問い

領域ごとの問い

単元を通して考える問い

単元で身に付ける知識・技能等

○ACP（アクティブ・チャイルド・プログラム）の紹介

- ・ACPとは、子供が発達段階に応じて身に付けておくことが望ましい動きを習得する運動プログラムである。

参考 URL : <https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/>



【内容】

- ①体じゃんけん
- ②鬼遊び
- ③言うこと一緒・やること一緒
- ④木とりす
- ⑤ドンじゃんけん
- ⑥新聞落とし
- ⑦ビニール袋ボール など

（事後アンケートより）

- ・ただ走るだけの「トレーニング」ではなく「遊び」を取り入れた楽しい活動をしていきたい。
- ・ビニール袋ボールは、力のある子供が投げても強く当たらないため、楽しく活動できる。
- ・トレーニングさせることが目的になっていた。トレーニングは手段であり、目的は何なのかを明確にする。
- ・やり方やルール、道具をうまく活用するだけで、楽しく程よいしんどさとなる取組がたくさんあった。