

令和7年度庄原市体力づくり研修会

開催日：令和7年9月17日（水） 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

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や体力を高めるための教材づくりを通して、運動が好きな児童生徒の育成につながる授業づくりの視点を育むことを目的とし、研修会を行いました。

【講話・交流】「庄原市の体力・運動に関する意識の実態について」

庄原市教育委員会 教育指導課 指導主事 末田 和也

- 庄原市の児童生徒の体力の実態について
 - ・小学校、中学校全学年において、経年推移で低下傾向となっている。
 - ・「体育の授業が好き」の割合が高い学年は体力結果も高い結果にある。
 - ・週3日以上普段運動している児童生徒は、課題のある種目においても高い結果が見られる。
- 「体育の授業が好き」「運動・スポーツが好き」につながるスポーツの魅力や特性が味わえる授業改善と、運動頻度を増やす学校全体での取組を考えてほしい。また、自校の課題を分析し、継続して取り組むことで鍛えていくことも大切である。



【講話・演習・実技】

「『主体的・対話的で深い学び』につながる体育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 平岡 健太郎

講話・演習

- 体育科・保健体育科の教科の目標において、「豊かなスポーツライフ」がキーワードであり、豊かなスポーツライフとはそもそものような姿か交流をした。
- 小学生、中学生と大人の運動時間を比較し、大人になると週1日以上運動する割合が約半分しかいない現状があること、大人になっても運動を続けたい児童生徒と体育科・保健体育科の授業が楽しい児童生徒には相関があること、楽しい授業とは子供同士の関わり合いがある授業、工夫により楽しみながら自然とできるようになる授業である必要があることについて具体的な事例をもとに紹介していただいた。



実技

- 授業の導入で活用できる運動や球技の動きにつながる運動について、参加者は実際に体を動かしながら体験した。各領域でどのような資質・能力を身に付けさせたいか明確にし、教材を考えていくことが大切である。
 - ・「体じゃんけん」：体をほぐす目的で、全身を使ってじゃんけんをする。
 - ・「ボールを使った柔軟、トレーニング」：ボールを使ってペアやグループで柔軟性を高める。ボールを避けるように腹筋、背筋等の姿勢をすることで、楽しく体力を高めることにつながる。
 - ・「9マス鬼ごっこ」：3×3の9マスの中で、鬼と同じマスに入らないようにする。
 - ・「ボール鬼ごっこ」：ボールを持っている人にタッチをする。ボールの数、鬼の人数を段階的に変えていくことで、鬼ごっこからゴール型の球技に近づけ、楽しみながら動きを身に付ける。



（参加者アンケートより）

- ・ウォームアップから段階的に主運動につなげていくことが新しい発見としてあり、体育の面白さを感じた。自身の授業で取り入れていきたい。
- ・ACPやレクリエーションの要素を入れながら、子供が「動くことは楽しい」「スポーツは楽しい」と感じられる場の設定が大切だと感じた。将来スポーツを続けたいと思える子供が増えるように取り組んでいきたい。