

東村山市立久米川小学校（１年目）

【校長】 小坂橋 悦子
【生徒数】 549名
【学級数】 18学級



次の取組へ

【課題・改善】

- 集会等の場面では、楽しく体づくりに取り組むことができていたが、中休みや昼休みに外遊びをしない児童も一定数見られる。今後、クラス遊びや体育館遊び場開放等を活用して、児童が体を動かす楽しさを実感し、外遊びや体を動かすことを好む児童が増えるよう組織的に指導を行っていく。
- 必ずしも体育を得意とする児童だけではないため、児童が運動に取り組む上で、体育の見方・考え方を働かせながら、以下に示す児童の姿が表れるよう、教師が肯定的な関わりを行っていく。
 - ・友達の動きを見て、よいところを認めたり、アドバイスを言ったりしている。
 - ・友達の課題解決の手助けをしている。
 - ・ゲームや競技会などの運営を進んで行っている。
 - ・頑張っている友達に声援を送っている。
- 短なわや長なわ、持久走など日常的に粘り強く取り組める運動や投てきなどの投げる運動を取り入れていく。

【実態・課題】

- ・運動を行う児童と運動を行わない児童が二極化し、外遊びを行う児童が固定化されている。ボール運動を得意とし、器械運動を苦手とする児童が多いと感じる。
 - ・食に偏りが見られる児童が多く、食に対する興味・関心や食品ロスへの意識が薄いとを感じる。
 - ・睡眠時間が少ない児童や、ゲームや動画を視聴する時間が多い児童に対する生活習慣の改善が必要である。
 - ・体力テストの結果から、「20メートルシャトルラン」が都の平均より1～10pt、「ソフトボール投げ」が国の平均より1～5pt低い傾向にある。
- 「取組改善の方向性」
⇒児童の運動・スポーツへの興味・関心を高め、運動習慣の定着を図っていく。
⇒運動・遊び・生活習慣・食育等から健康について自ら考え、経験できる機会を設ける。

目標 「運動やスポーツをすることは好きですか？」⇒「好き」「やや好き」90%以上
「睡眠時間は十分とれていると思いますか？」⇒「思う」「やや思う」80%以上 を目指す

【成果】

- お楽しみ体づくり集会
集会委員の児童が計画運営し、様々な動きを取り入れた活動を行うことで、全校児童が楽しく体づくりに参加することができた。
 - 朝の外遊び、中・昼休みの体育館遊び場開放を行ったことで、体を動かす機会が増え、児童も本取組を楽しみにしている様子である。
- 「体育の授業以外において運動をしていない」と回答した児童の割合が減少した。（東京都統一体力テスト結果より）
- | 令和4年度 | 令和5年度 |
|-------------|-----------|
| 第1学年 3.7% → | 第2学年 1.2% |
| 第2学年 4.5% → | 第3学年 3.5% |
| 第3学年 4.3% → | 第4学年 2.9% |
| 第4学年 3.6% → | 第5学年 2.6% |
| 第5学年 4.6% → | 第6学年 3.9% |
- OJTでは、水泳の指導については、初任者や若手教員中心に研修を行った。また、体育専科の教員がマット運動の実技指導を行ったことで、効果的な指導方法を学ぶことができた。
 - 日本体育大学 野井真吾教授・帝京大学 高田彬成教授による講演や研究授業の指導講評は、今後の研究を深める上で大変参考となるものだった。

【取組】

- お楽しみ体づくり集会
- OJT 教員の研修（水泳運動系領域・器械運動系領域）
- 授業研究（体育・保健・食育）
 - ・日本体育大学 野井真吾教授による講演及び指導
 - ・帝京大学 高田彬成教授による講演及び指導
- 遊び時間の確保
- 関係機関との連携した取組
 - ・第5学年及び第6学年において、オリンピックの田中佑典氏（体操）を招へいし、演技及び講演等を実施（笑顔と学びの体験活動プロジェクト）
 - ・第4学年において、一般社団法人日本フライングディスク協会理事の本田雅一氏を招へいし、「アルティメット」の出前授業の実施
 - ・東村山市体育協会との連携を図り、長距離走やダブルダッチの出前授業の実施

【取組（詳細）】

○お楽しみ体づくり集会

令和4年度から実施しており、楽しく運動に親しむことができるよう、令和5年度も集会時に集会委員が考えた「綱引き」「バケツリレー」「筒投げ」「的当て」「種まき」「ボールよけ」「ポーズまねっこ」の7つの運動遊びを全学年で取り組んだ。



ポーズまねっこ
集会委員の児童の動きを真似する下級生児童

○OJT研修会（放課後の時間に実施）

OJT研修会において、体育科授業の実技研修会を行った。



水泳運動系領域

効果的な水泳学習の進め方や音楽のリズムに合わせた水慣れなどの内容に係る研修をプールの中で実施した。

器械運動系領域

前転・後転等の指導の仕方や側方倒立回転の手足の着き方等、児童が技に取り組む上で、躓きが見られる局面に絞って、体育専科の教員が研修で学んできたことを全体に周知した。

○食育 給食室見学・栄養士による指導・お弁当作り

【第1学年】

- ・給食室を見学し、給食がどんな場所で調理されているのか知り、食に関する興味・関心を高めた。
- ・令和5年11月14日（火）に単元名「やさいとなかよし」で食育の研究授業を実施した。

【第3学年】

- ・栄養士による給食食材を使った3つの働き【「エネルギーになる」「体をつくる」「体の調子を整える」】についての学習を行い、事後に学習内容を生かしながら、家庭でお弁当作りに取り組んだ。

○日本体育大学 野井真吾教授による講演「子供の育ちと学び」

※令和6年1月16日（火）5校時 第5学年児童及び保護者、教職員を対象として実施した。

【講演内容】

- ・子供の体と心の状況について
- ・メラトニンの分泌を促す生活
- ・コロナ禍における子供の視力の変化
- ・コロナ禍の休校による子供の体と心に及ぼす影響
- ・「よい加減」の勧め等

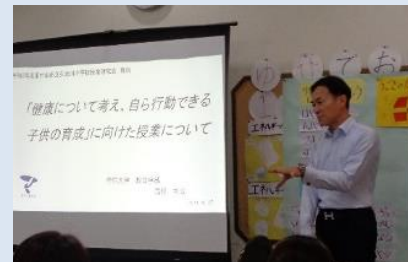
【成果】

- ・本講演会后、第5学年児童が日光を浴びることや睡眠について興味をもち、自身の生活を改善しようとする姿が見られるようになった。

○朝の外遊び、中・昼休みの体育館遊び場開放

- ・登校後、朝の会の前に校庭にて遊んだり過ごしたりする時間を設定した。（上学年・下学年ごと）
- ・中休み、昼休みの体育館使用を学級ごとに設定した。その際、オゴディスクやフラフープ、ロープ、ケンステップなど様々な道具を使用できるようにした。

○帝京大学 高田彬成教授による講演及び指導講評



帝京大学 高田彬成教授による講演及び指導講評

児童も教員も大事にしたい合言葉

～「体育楽しく遅しく」～

- ・体育や保健における見方・考え方
- ・授業づくりのポイント
- ・1単位時間におけるマネジメント



グループ討議（ラウンドスタディ型）

○第2学年 研究授業「表現リズム遊び」 第4学年「アルティメット」 第5学年「体ほぐしの運動」

- ・第2学年 児童が、全身を使った大きな動きで表現リズム遊びを楽しみながら活動することができた。
- ・第4学年 学習活動を行う際、児童同士が互いのよいところを見付け、認め合う「スピリットサークル」という取組を行ったことで、他者と協働しながら課題解決を行うことができた。
- ・第5学年 保健領域の「こころとからだの健康」の学習内容と関連を図ったことで、児童は自分との関わりの中で課題と向き合い、主体的に学習に取り組むことができた。
- ・研究授業を通して、児童の自己決定の場を設定することが大事であり、そのことが児童の主体的な活動につながることを教員は学んだ。
- ・研究協議会では、ラウンドスタディ形式でグループ協議を実施した。3回の研究授業と協議会を通して、よりよい授業に向けた話合いの深まりを追究することができた。



いろいろなものに楽しく変身！