

平成 28 年度 妙高市体育・保健体育部 活動報告

部長 妙高高原北小学校 猪又 英一

1 研究主題

仲間とかかわり合いながら、運動の楽しさや達成感を味わう体育授業の工夫（4年次）

2 研究の概要

妙高市内の児童生徒は、雪国の特性を生かし、冬季間には授業や部活動等でスキー活動に取り組み、体力を高めている。しかし、近年のスポーツテストの結果は、少しずつ下降傾向にある。特に、小学校高学年から中学校にかけて、大きな落ち込みが見られる。これは、県平均との比較でも同様である。

日頃の体育授業の中で、いかに運動の楽しさや達成感を味わわせ、自ら進んで運動に親しむ子の育成は急務であると考え。そこで、本年度も引き続き「仲間とかかわり合いながら、運動の楽しさや達成感を味わう体育授業の工夫」をテーマとして研修に取り組んできた。

3 研究の実際

< 体育実技研修会① >

- (1) 日 時 平成 28 年 8 月 19 日（金）
- (2) 会 場 妙高市立新井小学校
- (3) 講 師 妙高市スポーツ推進委員、ラジオ体操 2 級指導員
鷲澤 正男 様、安原 真一 様
- (4) 内 容 「ラジオ体操の意義と指導法について」
○ラジオ体操第 1
○ラジオ体操第 2
- (5) 参加者 妙高市学校教育研究会体育・保健体育部会員 18 名



< 体育実技研修会② >

- (1) 日 時 平成 28 年 11 月 8 日（火）
- (2) 会 場 妙高市立新井北小学校
- (3) 講 師 妙高市立新井北小学校 教諭 牛木 隆夫 様
- (4) 内 容 公開授業 新井北小学校 5 年生 38 名
「体づくり運動」～体力アッププログラムを作ろう～
○体力テストの結果をもとに、自分のめあてに合った運動を選び、
組み合わせることで、自分なりの体力を高めるための運動プログラムを作成した。
- (5) 参加者 妙高市学校教育研究会体育・保健体育部会員 24 名



4 終わりに

実技研修会①では、講師から用意していただいた資料を基に、参加者で実際にラジオ体操を行った。参加者にとっては、資料があるため、簡単にフィードバックすることができた。また、ラジオ体操は妙高市で力を入れている体力づくりの取組でもあるので、実際に児童生徒への指導場面を想定しながら体を動かし、指導のポイントを学ぶことができた。短時間のラジオ体操ではあるが、真剣にそして正確な動きを行うことで多くの汗をかき、十分な運動量が確保できることを実感した。

実技研修会②では、新井北小学校の牛木先生に公開授業をしていただいた。

「意欲的に実践すること」を柱とし、小学校の低学年から取り組める運動から、小学校高学年でも難易度の高い運動を児童が考える過程を参観し、進んで体を動かす児童の姿を見ることができた。

特に、目から鱗だったのは、児童自身が運動を考え、選択することであった。自分で選ぶことで、必然的に意欲が生まれ、積極的な活動ができることを実感した。

両研修では、妙高市内の小中学校の先生方のほかに、普段体育授業を担当する体育主任以外の先生方からも多く参加していただくことができた。今後の妙高市の児童生徒のために生かしていきたい。