

令和5年度岐阜県体力向上プロジェクト実践報告書

富加町立富加小学校 / 長谷 彰之

1 実践事例 5年生29名 男子17名 女子12名

(1) クラス観

○仲間と関わり合いながら運動を楽しもうとしたり、お互いに教え合ったり、支え合ったりしながら技能を高めようとする児童が多い。

・運動に対する関心が高く意欲的に活動に取り組む児童が多くいる一方、少数ではあるが活動に対して消極的な児童がいる。

●5月に実施した体カテストでは、男女ともに握力、上体起こしにおいて課題が見られた。

(2) 取り扱った運動遊び例

- | | | |
|---------|---------|----------------|
| ・ことごとろ | ・しっぽとり | ・言うこと一緒、やること一緒 |
| ・ねことねずみ | ・紙鉄砲 | ・手つなぎ鬼 |
| ・ラン&スロー | ・体じゃんけん | ・大根抜き |
| ・氷おに | ・立てるかな | ・陣取りダッシュ など |

(3) 学習の流れ【実践例】（領域：器械運動 種目：鉄棒運動）

【導入1】

ACPを活用したウォーミングアップ

【導入2】

レベルアップ運動、課題設定

【展開】

主運動（課題解決に向けて、場や方法を選択して活動する）

【まとめ】

技能習得状況の確認・本時の振り返り

【実践の様子】

場面：導入1

鉄棒運動においては、どうしても身体的な活動量が少なくなるため、走の要素を多く含んだACPを中心に実施した。

また、前半にACPを行うことで、主運動の時間は短くなったが、もともと45分間通して取り組むことがなかなか難しい種目でもあるために、間延びすることなく集中して鉄棒運動に取り組むことができた。

【実践の様子写真等①】



【実践の様子写真等②】



【実践の様子写真等③】



令和5年度岐阜県体力向上プロジェクト実践報告書

富加町立富加小学校／長谷 彰之

2 児童生徒の感想等

- ・最初はACPが何なのか分からなくてとまどったけれど、やってみると楽しくておもしろかったです。色々なゲームの種類があってあきずにもっとやりたいと思いました。どのACPでも男女関係なく関わってできました。それにACPIはたくさん体を動かすので体力づくりにもいいなと思いました。
- ・ACPをやった方が体操をやるより、普段あまり関わらない子とも協力をしたり、関わったりできるからACPをやる方がいいと思ったし、体操よりもACPの方が走ったり、動いたりして体があたまと思えました。
- ・私が一番好きな遊びは手つなぎ鬼です。手つなぎ鬼はみんなで関わってできるからとても楽しいからです。わたしは体育が苦手だけど、ACPをやるときはいつもうきうきします。6年生になってもACPをやりたいです。

3 成果と課題

【成果】

- 運動の楽しさを味わったり、運動に親しんだりする態度を育成するとともに、体力の向上を図ることができた。
- 特に鉄棒運動やベースボール型ゲーム等の、身体的な活動量が少ない特性をもつ領域では、ACPを実施することにより、子供達の活動欲求を十分に満たすことにつながった。
- 単元が進むにつれて教師主体ではなく、日直を中心とした児童主体でACPを進めることができ、より主体的に運動に関わろうとする態度を育成することにつながった。

【課題】

- ACPを実施する時間を確保するために、導入や展開の内容について精選する必要がある。
- 領域・単元によってはACPの実施が難しい場合もあるので柔軟に対応していきたい。
- 活動がマンネリ化しないように、多様なACPを行ったり、様々な工夫を取り入れたりしながら実施していく必要がある。

4 その他

【休み時間への広がり】

- ・本校では中休みに学級遊びを行っているが、その際に体育の授業で行ったACPを行う様子が見られた。

【全学年での実施】

- ・今年度は全学年でACPを実施した。その結果5月に実施した体力テストにおいて全国平均を上回った項目は96項目中41項目であったが、12月に実施したところ96項目中63項目まで上回った。

【運動への関心・体力の向上以外への効果】

- ・ACPの実施を通して、仲間との関わりが深まったと感じた児童も多く見られた。