

小規模校のよさや強みを生かした

「運動大好き“黒木っ子”」の育成

～「体力アップ！チャレンジかごしま」への

計画的・継続的な取組等を通して～

薩摩川内市立黒木小学校

教諭 満塩 太吉

1 はじめに

本校は、薩摩川内市の東部、旧祁答院町の北端に位置し、明治9年創立の今年で145周年を迎える歴史のある学校である。令和3年10月末現在の児童数は20人で、薩摩川内市で最も児童数の少ない極小規模校である。

学校教育目標は、「誠実で、心優しく、最後までやり遂げる黒木の子供の育成」であり、校区の気風として受け継がれている「黒木魂」の三つの精神に基づいている。

2 子供の体力・運動能力の状況

令和3年度の全国体力・運動能力調査では、8種目全てで全国平均（令和元年度）を上回った子供が20人中7人であり、7種目または6種目で上回った子供を合わせると12人である。

一方、全国平均を上回った種目が3種目以下の子供（運動の苦手な子供）は6人である。

「体力アップ！チャレンジかごしま」には、年間を通して計画的・継続的に取り組んでおり子供たちは、練習や計測を反復する中で運動のコツをつかんだり、持続する力を伸ばしたりしている。昨年度は、申告した8部門（「レッツ短縄跳び」「のぼしてコロコロ」×4学級）中5部門で年間ランキング入りし、学校賞を受賞した。

3 体力向上・運動習慣育成における基本的な考え方

(1) 「運動大好き“黒木っ子”」とは

本校では、「運動大好き“黒木っ子”」について、以下の3つの姿として捉えている。

ア 自己の適性に応じた多様なスポーツへの関わり（する、みる、支える、知る）ができる子供

イ 自己の体力・運動能力の状況に関心を持ち、言葉や数値等で表現できる子供

ウ 自己の体力・運動能力の課題を知り、解決・改善に向けて主体的に運動する子供

(2) めざす子供の姿の実現に向けた工夫の視点

ア 子供が日常的に運動しやすい環境づくり（機会、場所、道具、方法等を整備する。）

イ 数値を効果的に活用する体力づくり（記録を見える化し、伸びを実感させる。）

ウ 反復・継続する体力づくり（運動のコツをつかませ、持続する力等を伸ばす。）

エ 個に応じた体力づくり（一人一人の子供に応じたきめ細かな声かけや支援をする。）

4 取組の実際

(1) 「体力アップ！チャレンジかごしま」への計画的・継続的な取組

「体力アップ！チャレンジかごしま」は、上記四つの工夫の視点を横断的に含んでいるため、年間を通じて計画的・継続的に取り組み、成果を上げていくことが、めざす子供の姿を実現する上で効果的である。そこで、以下のような具体策を共有し実践している。

ア 実施方法の熟知

年度当初に実技を伴う共通理解の場を設け、実施上の注意や記録算定の方法を確認している。練習や記録計測の反復をとおして、更に習熟させている。

イ 継続して記録計測できる場・機会の設定
少人数の強みを生かし、朝活動や体育の授業、行事、昼休み等を効率的に活用し、繰り返し練習したり、記録計測したりする場・機会を設定している。



【仲よし体育の様子】

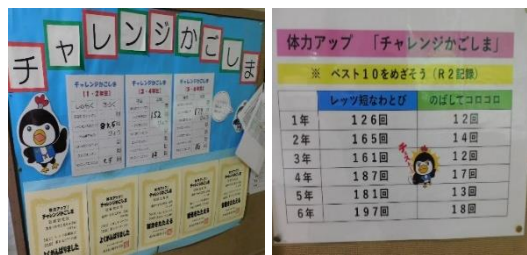


【縄跳び大会に向けた練習】

ウ 記録掲示による意欲付けと目標設定

記録計測後すぐに更新する。子供には、自己の記録を把握させた上で確認させる

とともに、県の上位の記録と比較させたり、伸びや新たな目標を意識させたりする。



【各学級の最新の記録】 【年間ランキング10位目安】

エ 種目や個に応じた具体的な指導の工夫
練習や計測を繰り返すことで、運動の要領や個に応じた指導のポイント等が見えてくる。それらを基にきめ細かな指導を更に工夫することができる。

(2) 家庭・地域と連携した体力づくり

ア 寺子屋「黒木塾」の学習会・体験活動

寺子屋「黒木塾」は、学校と地域の様々な団体等の連携・協働により、黒木の子供たちの学びの場、体験の場をつくることを目的として立ち上げた地域塾である。

第1回学習会では、県なぎなた連盟から指導者を招き、なぎなたの基本の動きを体験させるとともに、礼儀・作法や静と動の切り替えの大切さなどに触れさせた。

また、第3回、第4回学習会では、陸上競技のアスリートや指導者を招き、ウォーミングアップやスタート練習、記録測定等の体験をとおして、走る楽しさを味わわせたり、自己の体力・運動能力への関心を高めさせたりした。



【第1回学習会（なぎなた）】 【第3回学習会（陸上競技）】

イ 実効性のある一家庭一運動

夏季休業期間を4期に分け、各期に短縄1分間早回し（レッツ短縄跳び）と二重跳びに挑戦する「夏休み縄跳びチャレンジ」

を実施した。家族の誰かが必ず一緒に立ち会って回数を数え、各期の最高記録をカードに記入し、出校日と2学期始業式の日提出する。多くの子供が1学期終了時点と比較して記録を伸ばすことができた。

5 成果と課題

(1) 成果

ア 体力づくりにおけるめざす子供の姿や工夫の視点を整理・具体化することで、教員や保護者等が取組の方向性を共有でき、共通実践しやすくなった。

イ 体力づくりにおいて、数値を効果的に活用することで、自己の体力・運動能力の状況に関心をもったり、目標を意識しながら伸びを実感したりする子供が増えた。

ウ 反復・継続する体力づくりを推進することで、運動のコツをつかんだり、持続する力等を伸ばしたりする子供が増えた。

エ 新種目「のばしてコロコロ」に年間を通して取り組んだ結果、長座体前屈の記録が全員前年度を上回った。

(2) 課題

ア 「自己の体力・運動能力の課題を知り、解決・改善に向けて主体的に運動する子供」を育成するための支援の在り方について、更に具体化する必要がある。

イ 「体力アップ！チャレンジかごしま」において、練習や記録計測を無理なく効率的に実施できるように、引き続き場や機会、方法を工夫していく必要がある。

6 おわりに

過疎化による児童数減少を受け、学校教育にもそれに対応した工夫や特色づくりが求められている。キャッチフレーズである「黒木小だからこそできる一人一人を大切にする教育の推進～小規模校のよさや強みを生かした学校づくり～」を基本理念として、体力向上・運動習慣育成においても、戦略的かつ具体的な取組を進めていきたい。