

# 札幌市立あやめ野小学校の取組

(学校ホームページ：<http://www.ayameno-e.sapporo-c.ed.jp>)

## 1. 学校紹介

本校は全校児童約 230 名の児童が通い、学年を 1～2 学級で構成している比較的小さな規模の学校です。今年度から本校では、学力向上と体力向上を学校運営の両輪として捉え、全 8 学級という学校規模の特色を生かして、朝遊びの時間や体育館の優先使用、遊び場ラインの常設、歩数計による歩数調査など様々な取組によって、子どもの体力向上に努めているところです。

## 2. 取組のねらい

「体力低下」への対策として本校では独自の「体力づくり」の計画を作成し、子どもたちの体力向上を促進することを目指しています。この取組は、体力向上の観点から、様々な教育活動の中で一定の運動量を確保していこうとするもので、歩数計を用いて、一日毎の歩数を記録する習慣を付けさせようと試みました。

また、単に歩かせる機会を増やすのではなく、子どもたちにとって楽しく取り組むことのできる運動遊びを、無理なく継続させることによって、子どもたちの運動量を継続的に確保し、全校児童の体力向上を図りました。



## 3. 朝遊びの導入

今年度、朝の読書活動を、月・水・金の週 3 回にして、火・木の 2 回を朝遊びの日として設定しました。午前 8 時から 20 分間を好天時はグラウンドで、雨天時は体育館で遊べるようにしたところ、体調がすぐれない子を除き、ほぼ全員の児童が毎回元気に遊んでいます。

子どもたちは、雨天時には体育館でバスケットボールや卓球、バドミントンなど思い思いに遊び、またグラウンドでは、なわ跳びや、サッカー、鉄棒遊び、一輪車、鬼ごっこ等に歓声をあげています。

1 学期末に児童に遊びに関するアンケートを実施しました。その結果は、朝遊びが好きと答えた児童は 78.4%、普通 19.7%、嫌い 1.9% であり、人気のある遊びは順に、鬼ごっこ、鉄棒、サッカー、遊具、一輪車でした。

また、下校後の遊び場所についての設問に対して、家の外で遊ぶことが多い子どもが 54.7%、家の中が多い子は 45.3% という結



果であり、外で遊ぶ子と遊ばない子の二極化や、室内遊びの増加傾向が、本校においても見られました。

## 4. 手軽に使用できる運動用具、器具の配備

各学級に、長縄1組、ウレタンを表面加工した柔らかいボール1個、ドッジボール1個、ダブルダッチ用ロープ1組を配備しました。グラウンド物置には子どもたちが手軽に運んで設置できる軽量のミニサッカーゴールを2セット用意して、自由に持ち出して遊べるようにしました。



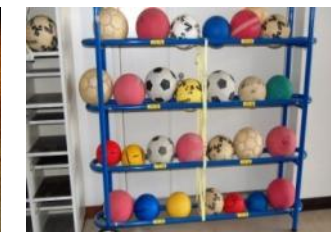
<一輪車置場>



<ミニゴール移動>



<ダブルダッチロープ>



<学級配備のボール>

また、今年度新たに一輪車が10台寄贈され、既存のものと合わせて30台になり、低、中学年の児童に人気が高く上手に乗れる子が徐々に増えてきています。

## 5. 遊び場ラインの常設

運動会が終了した時期から、子どもたちがグラウンドへ出て、すぐに遊ぶことができるよう、ナイロンロープを利用した2種類の遊び場を、グラウンドに設置しました。

- ・ドッジボールコート3面（低中高学年用各1面）
- ・50メートルの走路3コース

昨年度の実践から設置場所やコートの大きさ等の反省点を生かし、今年度は走路をグラウンド中央寄りに設置しました。途中30m地点にラインを入れ30m走も測定できるようにしています。ドッジボールコートは、本校児童のソフトボール投げの平均記録を参考にして、低中高学年それぞれのコートの大きさを決めました。



## 6. まとめ

歩数計を用いた調査では歩数が増加傾向の子どもと、変化の見られない子どもの二極化が見られました。一方、50m走のタイムでは、大きな改善が見られ、右のように、前年度よりも1秒近く平均記録が向上している学年があるなど、走力の向上が見られました。

今後は、運動遊びの量が少ない子どもたちの活動量の底上げを図るために、運動への意欲を喚起していくことが大きな課題です。

学校においては、集団で遊ぶ楽しさを経験させたり、遊びのレパートリーを縦割り活動の中で増やしたり、運動遊びを通じて学級としてのまとまりを深めたりする中で、運動が好きな子どもたちを育ていくことが求められています。

同時に、運動だけでなく食事や休養とのバランスとれた生活習慣を子どもたちに身に付けさせるために、家庭と学校が一体となって、子どもたちの体力向上について考えていく必要があります。

