

平成24年度外遊び・部活動推進プラン(最終報告)

五條市立牧野小学校
校長 鷹・訓 久

1 プラン名

「牧リンピックをひらこう！」

2 達成目標

- ・ 友達と協力をすることで、遊びがさらに楽しいと感じ、また、友達と楽しむために自分を律する心を養う。(アンケートを取り、運動意欲が高まったかどうか調べる)
- ・ 遊びを通して柔らかく強い筋力を身につけ、自分の体を自分で守れるようにする。(保健室のデータより、運動中のけがの数が減少したかどうか調べる)
- ・ 自分の運動能力の弱い点を自覚し、その克服のために自分なりに工夫した遊びを取り入れられるようにする(自分たちの遊びにどのような工夫が見られるか調べる。春と秋の体力テストを実施し、数値の上昇を調べる)

3 取組の概要

○家庭への啓発

学級懇談、学年通信や学校からの配布文書で家庭に生活習慣の改善を呼びかける。

○食育を通じた体力向上

毎月「0」の付く日(10、20、30)をすっからかんの日とし、残食ゼロを目指す。

○体力テストの実施

5月の体力テストの結果から、一人一人の課題が見付ける。自分の課題に対し、目的意識をもって取り組めるようにする。11月の体力再テストに向けて自主的な運動を目指す。

○体育の授業の工夫

授業開始の5分間を体力向上の時間として確保する。また、牧野小学校オリジナルの準備体操(わくわく体操)で音楽に合わせて楽しく体を動かす。

○牧リンピック(異学年交流)

1-4年、2-5年、3-6年のペア学年で牧リンピックを開催する。自分が参加する種目を練習し、体力の向上を図る。

○一校一運動の推進

各学年、児童の実態に合わせて縄跳びに取り組む。外遊びをすることや運動することへの意欲を向上させる。



牧リンピックでのいろいろな種目を通しての異学年交流

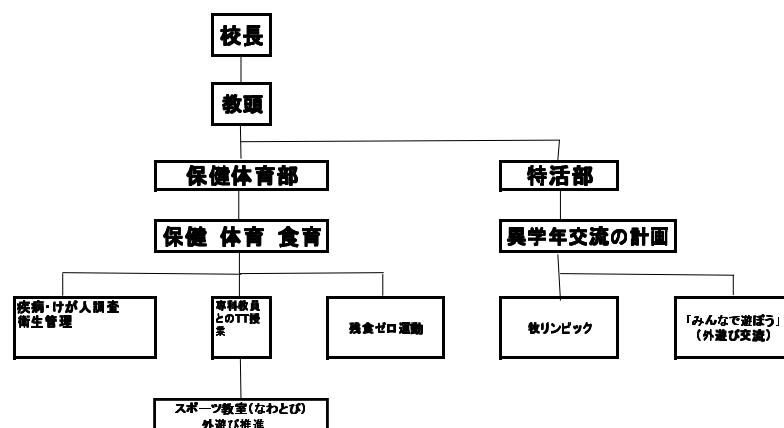


子どもたちが工夫し、考えた運動種目



一校一運動のなわとび
(業間休みにいろいろな器具を用いて工夫したとび方)

4 実施体制



5 成果

・スポーツテストを一学期と二学期に実施

……向上した項目

……課題のある項目

		握 力 (平均)	上 体 おこし	長 座 体前屈	反 復 横とび	20m ジョグ	50m走	立 ち 幅とび	ボ ー ル 投 げ
4年 男子	県平均	14.24	17.31	30.19	36.87	42.74	9.69	143.75	19.87
	学校平均 (5月)	14.69	15.79	29.27	37.28	39.70	9.41	149.32	18.39
	学校平均 (11月)	12.77	17.41	36.24	38.24	43.71	9.18	145.51	20.17
	Tスコア (5月)	51.3	47.5	48.7	50.5	48.4	52.9	52.8	48.0
	Tスコア (11月)	45.7	50.2	58.3	51.7	50.5	55.2	50.9	50.4
4年 女子	県平均	13.55	15.82	33.87	34.50	30.44	10.08	134.92	11.82
	学校平均 (5月)	12.78	16.27	32.14	36.46	35.65	9.54	148.38	11.35
	学校平均 (11月)	11.88	18.34	39.3	39.18	37.09	9.35	143.48	12.76
	Tスコア (5月)	47.6	50.8	47.7	52.8	53.8	55.7	57.1	48.9
	Tスコア (11月)	44.8	54.7	57.3	56.7	54.8	57.7	54.5	52.3
5年 男子	県平均	16.61	18.98	32.78	40.68	50.17	9.33	151.86	23.58
	学校平均 (5月)	17.38	19.28	32.46	41.23	53.94	9.02	158.87	21.32
	学校平均 (11月)	18.46	19.66	34.86	40.73	59.11	9.01	158.2	23.04
	Tスコア (5月)	52.0	50.5	49.6	50.7	51.8	53.1	53.3	47.3
	Tスコア (11月)	54.8	51.2	52.6	50.1	54.3	53.2	53.0	49.4
5年 女子	県平均	16.11	17.32	36.73	38.07	37.43	9.63	143.31	14.07
	学校平均 (5月)	16.51	19.19	37.42	38.69	41.25	9.33	144.42	12.42
	学校平均 (11月)	18.67	19.13	38.25	37.1	47.88	9.08	147.51	13.86
	Tスコア (5月)	51.0	53.4	50.8	50.9	52.5	53.5	50.5	46.6
	Tスコア (11月)	56.6	53.3	51.9	48.6	56.7	56.5	52.0	49.6
6年 男子	県平均	19.39	21.35	34.09	44.41	59.14	8.95	160.81	27.57
	学校平均 (5月)	19.04	22.91	35.11	49.93	53.41	8.69	170.43	28.62
	学校平均 (11月)	21.45	23.6	36.32	49.15	71.24	8.47	170.45	32.56
	Tスコア (5月)	49.3	52.6	51.3	57.2	47.4	52.6	54.4	51.1
	Tスコア (11月)	54.3	53.7	52.8	56.2	55.4	54.8	54.4	55.2
6年 女子	県平均	19.09	18.90	38.98	41.31	44.45	9.29	151.32	16.15
	学校平均 (5月)	19.17	17.82	38.47	42.36	36.14	9.30	149.87	13.87
	学校平均 (11月)	21.14	18.58	39.34	42.26	41.37	9.11	151.04	15.9
	Tスコア (5月)	50.2	48.0	49.4	51.5	45.1	49.9	49.3	46.0
	Tスコア (11月)	54.6	49.4	50.4	51.4	48.2	52.2	49.9	49.6

※課題の多かった6年女子の体力の改善

※全体的に平均を上回る項目の増加

※課題のあった項目が改善された。

6 検証

アンケート「進んで運動するようになったか。」5段階評価（学校評価における三者の評価）

教師	保護者	児童	
3.6	3.4	3.7	効果があったと考えられる取組
・運動の楽しさや達成感を持つ児童が出てきた。			・一校一運動……なわとび(業前や強調月間) ・外遊びの推進……体力テストの意識化・芝生活用・運動カードの工夫 ・体育の授業の工夫……児童の課題を念頭に置いた運 ・異学年交流の工夫……児童の牧リンピック企画・運営 ・運動カードの工夫……チャレンジカードで課題克服

・進んで外に出て遊ぶ子やめあてのある運動に取り組む子が増えた

・進んで遊ぶ子が増えてくるとともに、給食の残食がゼロの人数が増えてきた。
(「すっからかんの日」の取組から)

・外遊びや運動意欲の増加に対して、逆にけがや体調不良で保健室に来室する児童が減少した。
(H23 は4100人 H24 は3809人) 防衛体力は向上したかもしれない。
・けが人だけをみると、H23は2636人H24は3029人と増えている。
・運動場の芝生化けがの危険度が減少したことが運動意欲の増進につながった。それとともに給食の残食の減少につながったといえる。

