

小学校における「学習に向かうことができる体づくり」の組織的取り組みとその成果 —体力と学力の変化を中心に—

平賀 謙一*・丸橋 静香**・長 和博**

Kenichi HIRAGA, Shizuka MARUHASHI, Kazuhiro OSA
An organizational efforts to make the body ready for learning

ABSTRACT

近年、子供の体力低下は大きな教育課題の一つとなっており、体力と学力の相関も指摘されている。また、学力・体力づくりを学校全体で組織的に実施していく重要性も論じられている。本稿では、平成22年度から学習を支える基盤として「体づくり」の実践を9年間にわたり組織的に継続してきたA小学校の取り組みの実際を記述し、その成果としての児童の体力と学力の変化について明らかにした。まず、A小学校の「学習に向かうことができる体づくり」のための多様な試みを記述した。次に、A小学校の9年間にわたる児童の学力・体力の変化を明らかにした。学校全体で集中的に取り組んでいた時期は体力・学力ともに向上したが、学校事情で「体づくり」への取り組みがやや低調になった時期は学力・体力ともに低下した。こうしたことから、組織的・継続的に「体づくり」に取り組むことの重要性が明らかになった。

【キーワード：体づくり、組織的取り組み、小学校、体力、学力】

はじめに

近年、子供を取り巻く環境が大きく変わり、子供の体力低下が大きな教育課題の一つとなっている（文部科学省2017）。一方、体力と学力が正の相関をもつことも示唆されている（生駒2011；小澤2013；新本ほか2016；西端2017）。

体力と学力の関係が示唆されていることから、体づくりを学校全体で実施する学校もないわけではない。しかし、長期にわたって取り組み、またその記録が残されている学校は少ない。例えば、北浦らは、学力と体力が連動して伸びた学校について、その向上の要因に関して「長期的な効果検証」を行っている。しかし、その対象校のデータは3年間のものであり、どのような取り組みを行ったかということも具体的には示されていない（北浦ほか 2018）。

そこで、本稿では、「学習に向かうことができる体づくり」を組織的かつ約9年間という長期にわたり継続的に実施してきた小学校の取り組みの実際を記述し、その成果としての児童の体力と学力の変化について明らかにする。

本稿が対象とする小学校（以下、A小学校とする）は、S県内の都市部にあり、全校児童数は約350人の中規模校である（平成20年代）。A小学校の児童は、都市部という環境もあり身体活動量が少なく、遊び等を通して身につけていく体力形成が不十分になりやすい。特に、そのことが「学習に向かう」ことを阻む一要因になっている。特に平成22年度の校長はそのように感じ、A小

学校では平成22年度より学校全体で「学習に向かうことができる体づくり」を組織的に取り組むこととなった。この取り組みは、校長の交代も経つつ、また学校の事情による取り組みの強調点の多少変化もありつつも、現在（平成30年度）まで継続している。

なお、本稿で明らかにすることは、A小学校の資料や同僚職員からの聞き取りに基づくものである^{註1}。

1. 「体づくり」の体制と取り組み

（1）平成22年～25年度の体制と取り組み ～校内研究「体づくり」の開始～

A小学校では平成22年度から、校内研究として「学習に向かうことができる体づくりの実践」（以下、「体づくり」）に取り組むこととなった。「体づくり」中心の校内研究は、まず平成25年度まで継続された。

・基本的な考え方

はじめに、この「体づくり」がどのような考え方のもと実施されたか述べておく。A小学校を管轄する教育委員会が当時取り入れていたのは中尾の研究（中尾 2013）であった。中尾によれば、幼少期の生活の変化などを要因に、最近の子供たちは、不器用さや行動抑制できない状況が目立つ。そこで、中尾は特別支援教育の視点から、感覚運動機能を発達させることの重要性を論じている。加えて、中尾は、学習に向かう力を準備するためには、感覚が統合されて筋肉の緊張をコントロールする力が必要であり、そのような力によって情緒が安定し、注意を

* 島根県松江市立中央小学校

** 島根大学大学院教育学研究科教育実践開発専攻

2018年10月29日受付

2019年1月29日受理

向けて集中する力がつき、その結果読み書きをする土台、言い換えれば「学習に向かうことができる体」がつけられると論じている。

A小学校ではこの中尾の考え方を参考にしつつ、また同校の児童の実態を踏まえ、A小学校独自に「支える」動き・姿勢、「構える」動き・姿勢、「調整する」動き・姿勢を児童がうまくとれるようになることを、「体づくり」指導の中心的な要点とした。こうした指導によってA小学校では、「学習に向かうことができる体」、すなわち「話し手の方を見て、言っていることを聞き、理解して行動することが円滑にできる体」を児童に形成できると考えた。このような考え方の下、A小学校では、平成

22年度より研究主題を「確かに学び、共に生きていこうとする子供の育成～学習に向かうことができる体づくりの実践を通して～」とすることとなった。

・取り組み内容

毎年子供たちの実態把握がされ、そのアセスメントのもと、取り組みの改善や修正が繰り返された。その中で全校の取り組みとして定着していったものは、体育の授業で中心に行われる「Aっ子サーキット」、学校生活の中での「チャレンジタイム」「A小オリンピック」「日常の取り組み」であった。それぞれの取り組みの概要は表1の通りである。

表1 A小学校の「体づくり」の具体的取り組み

| | |
|----------|---|
| Aっ子サーキット | <ul style="list-style-type: none"> ・体育授業のはじめに5分程度行うサーキット運動 ・下に挙げる諸運動から、学年や場所（校庭、中庭、体育館）に応じて適宜6種目で構成する。 ・タオルピッチング（タオルを用いて投げる動作）、ブリッジ、かえるバランス（かえるの姿勢をとりバランスをとる）、かえるの足うち（かえるが逆立ちするような体勢）、グリコ（両手を上に広げ片足でバランスをとる）、大の字まわり（手を床につき、それを支点に脚を床につき360度回転する）など ・全国体力テストや各検査で見つかった課題への適宜対応を意識して構想・実践 |
| チャレンジタイム | <ul style="list-style-type: none"> ・月に一度、「体づくりの日」を設けて昼休みに実施 ・ジャングルジム、タイヤ跳び、登り棒、うんてい、一輪車、鉄棒の6種目 ・チャレンジカード（クリアした課題にチェックを入れ、最終的に「名人」への到達をめざすことが目標として記されたカード）を作成し、「がんばった児童」（名人）には校長より表彰 |
| A小オリンピック | <ul style="list-style-type: none"> ・年に5～8回、下記の種目を実施 ・全校を20の縦割り班に分け実施 ・風船バドミントン、ペットボトルサッカー、川渡り（川に見立てた80cmほどの幅を川に落ちないように、両足交互でバランスをとりながら走る）、ネットバスラリー、忍者の修行（平均台わたり）など外用と室内の用の各20種目、合計40種目 |
| 日常の取り組み | <ul style="list-style-type: none"> ・全校集会での体づくり（入場の仕方、整列、姿勢づくり） ・学校生活のなかで体づくり（階段の1段とばし、机を持ち上げる、雑巾を両手で絞るなど） ・「Aっ子エクササイズ」（スローモーション起立・着席、四股ふみ、つばめ、ビジョントレーニングなどの種目を掃除終了後の5分間、全校一斉に実施） ・チャレンジカードの休み時間の活用 ・体づくりのための校内環境整備（「体づくり掲示板」作成による児童の意欲喚起、昇降口のハイタッチ板の設置など） |
| 実態把握 | <ul style="list-style-type: none"> ・全国体力テストの結果分析 ・逆上がり、一輪車の技能達成度調査 ・グッドイナフ人物画検査 ・調整力テスト ・眼球検査 ・外部アドバイザーによる見取り |

・校内体制の実際

これらは、研究部を主体に全教職員で取り組まれた。研究開始からの2年間は、研究部が研究の推進役を担いながら、全教職員は「授業を通しての体づくり部」と「生活の中での体づくりと環境づくり部」の2つの部に分けられ、それぞれ実践を行った。平成24年度からは研究部の部員は、「授業部」と「生活・環境部」に分かれ、その他の教職員は各学年部に所属することで、全教職員で実践していった。なお、ここで言う授業部とは、体育科の授業を中心に「体づくり」を推進していく部であり、生活・環境部は「体づくり」に関する取り組みの環境等の整備を推進していく部である。

平成25年度は、前年度の体制を基本的に踏襲した上で、組織体制が微修正された(図1)。

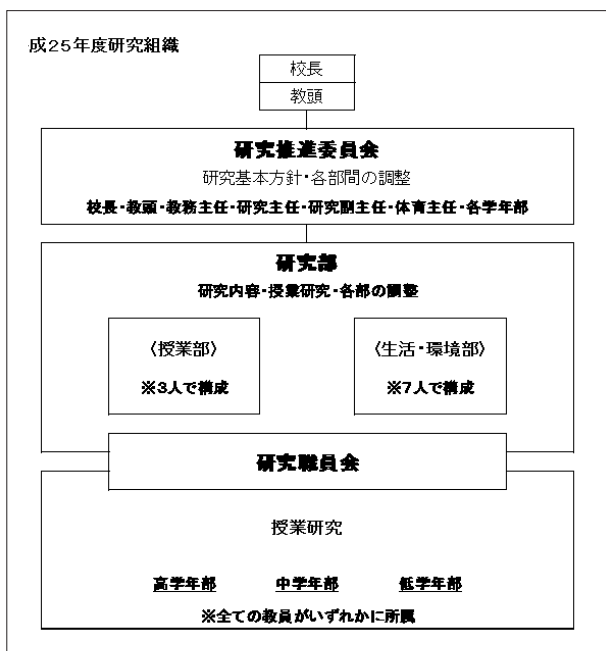


図1 平成25年度 研究組織図

・校内体制の考え方：「縦と横の組合せ」

こうした校内体制は、次のような考え方に支えられていた。

望ましい研究組織の編成は、学校規模や教職員数、学校の実態等により異なるが、どの学校においても「横の組織」と「縦の組織」が効果的に機能することが求められるだろう。ここで言う「横の組織」は学年部を基本とする組織であり、「縦の組織」は、学年に関係なく教員が割り振られた研究部を基本とする組織である。

学年部で編成される「横の組織」は、当該学年の教育活動を進める上で重要な役割を果たし、児童の発達段階に応じた研究が構築できる点で有効に働く。また、研究に関する会議や打合せ等、話し合いを持つ場合にも情報を共有しやすく、時間を揃え、集まりやすいという利点もある。

しかし、学校全体に関わる課題や学年・校種間の連携が必要な場合には、「縦の組織」の活用が求められる。つまり、「横の組織」だけでは滞りがちになるが、研究

部員も学年部に所属していることから、その研究部員が学年部での話し合いを研究面に関してはリードするということがなされた。

このようにA小学校では、「縦と横の組織の組合せ」で「体づくり」を学校全体で推進する体制が構築されていた。

加えて、その中心的な役割を担っていた者は校長であった。校長は、学校経営方針の一つに、明確に「体づくり」を位置づけ、教員に意識づけ、動機づけを図った。また、「学びの主人公」である子供に対しては、校長自ら全校集会で「体づくり」の意義・目的・方法についてプレゼンテーションを行い、児童の意欲を喚起した。さらに、保護者や地域に対しても、学校便りや地域の集会等で、A小学校の「体づくり」について説明をし、理解を求めた。このような校長のリーダーシップも、「体づくり」の取り組みにとって不可欠な要素であった。

(2) 平成26年～27年度の体制と取り組み ～「体づくり」の副次化～

平成25年12月の「体づくり」の取り組みの成果発表会後、「成果もあったのだから、体づくりは一区切り」、「体づくりとは別の研究にしていきたい」という雰囲気が少しずつ始めていた。さらに、平成25年度の全国学力テスト(平成24年度は抽出調査)が、再び全国一斉に行われることになったことから、学力向上に向けた取り組みの更なる強化が叫ばれるようになってきた。このような流れをうけ、平成26年度からはA小学校では学力向上の基盤となる「体づくり」の取り組みと平行して、「授業づくり」にも校内研究として着手し、両方向からの学力向上をめざすこととなった。

平成26年度の研究体制は、前年度とは大きな変更はなかった。「体づくり」の取り組みは若干の変更はあるものの基本的には平成25年度までの取り組みが継続された。学力向上に係わる取り組みとして、国語と算数の基礎的・基本的な力の向上をめざす「漢字・計算会」が月1回実施され、毎週月曜日の6時間目には国語と算数の活用力を高めることを目的とした「パワーアップタイム」が新たに設定された。さらに、家庭学習の充実を図る「家庭学習の手引き」の作成と活用などにも新しく取り組むようになった。

また、学力向上を意識した「授業づくり」を構想する上で、研究上の中心教科は算数科とされた。

平成27年度は、これまで「体づくり」の取り組みを推進してきた研究主任に代わり、新しく着任してきた教員が研究主任になった。そのため、手探りの状態から研究が開始された。前年度に引き続き、算数科を中心に全ての学習活動にユニバーサルデザインの視点をもって取り組むことになった。全ての児童に分かる喜びと学ぶ楽しさを感じられるようにしていくという願いのもと、これまで培ってきた「体づくり」も継続して取り組むとともに、それらの力を基盤としながら、学力の向上を図っていくことが中心テーマとなった。

以上のように、平成26・27年度は、学力向上への取り組みが校内研究のメインとなり、「体づくり」はそれを支える位置づけとなった。当時の学力をめぐる状況・学校事情等から、それまでの「体づくり」の取り組みがやや低調になっていったと言える。学力の基盤としての体力という位置づけという点で体力の重要視には変化はないが、校内での取り組みという点では「体づくり」は副次化した時期であった。

(3) 平成28年～30年度の体制と取り組み

1) 体づくり部の新設と取り組みの再整備

平成26年度からは校内研究の中心として「体づくり」に取り組まなくなったことで「成果や課題」、「柱となる取り組み」が見えにくくなった。さらに、先述したように平成27年度からは学力向上に向けた取り組みが増え、「体づくり」に対する教員の負担感や意欲低下も伺えるようになった。しかしながら、児童の体力低下及びそれによる「学習へ向かう」ことが十分に定着していないこともあり、改めて「体づくり」の意義や背景が確認され、教員の意識の向上を図り、その取り組みを再構築し推進していくこととなった。そこで、平成27年度末「体づくり部」の新設が提案され、平成28年度から「体づくり部」がスタートすることとなった。平成25年度の時点で有効に機能した組織のかたちがあったものの、校長・職員の変化もあり、平成28年度は図2のような体制で実施されることとなった。

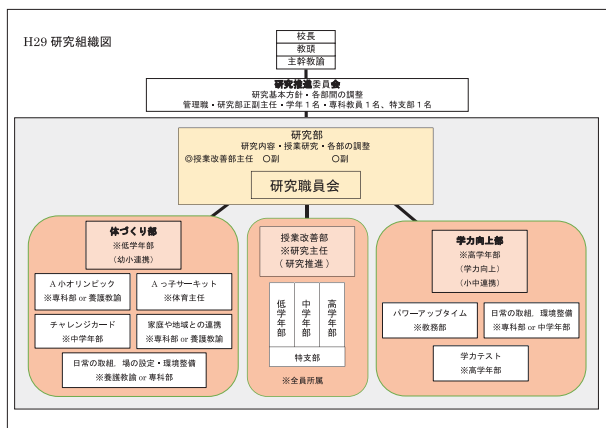


図2 平成28年度 研究に関する組織図

体づくり部は3人体制になり、現在（平成30年度）まで続いている。なお、この体づくり部には、平成28・29年度にはアドバイザーというかたちで関わった教員（Bとする）が存在する。B（A小学校在籍7年目40代男性）は、平成28・29年度教職大学院の大学院生であったことから、これまでの経験および大学院での学修を踏まえ、「体づくり」の内容やそれを推進する組織づくりに関してアドバイスを与える役割を担った。

平成28年度の「体づくり部」は、3名の教員と、1名のアドバイザーというかたちで運営された。4月当初に体づくり部会を行い、平成27年度までの反省を踏まえて

取り組みや活動の方針を協議し、基本的にこれまでの取り組みを踏襲しながら、改善を加えていくことを確認し、スタートした。

しかし、平成28年7月時点の教員の声として「A小オリンピックはとても良い活動だが準備が大変」、「校務分掌に体づくりの取り組みを位置づけた方がよいのではないか」という意見があった。この時点では、「体づくり」を中心的に担う体制はできていたものの、前年度までの取り組みと大きく変わったところもなく、全教職員がその背景や意義、成果を理解した上で、組織的に取り組むことができていなかったと言える。そのため、年度当初に体づくり部の体制を作っておくことだけでなく、全教職員と「体づくり」に関する共通理解を図っておくことが重要であるとの課題が認識された。

こうした平成28年度の反省を踏まえ、平成29年度の取り組みが開始された。平成29年度からの体づくり部は、Bを含めた3人体制で運営された。4月当初に、「体づくり部」において、Aつ子サーキット、チャレンジタイム、A小オリンピックの改善案の提案、体づくり全体構想図（図3）、体づくり年間指導計画の提案（表2）、体育科における授業づくりの方針（図4）が決定された。

体づくり全体構想図は、「体づくり」の基本的な方針であり、教育活動全体を通じて推進するために、背景や意義、具体的な取り組みを総合的・体系的に示したものである。全教職員が「体づくり」の意義やねらいを共通理解していくために作成された。

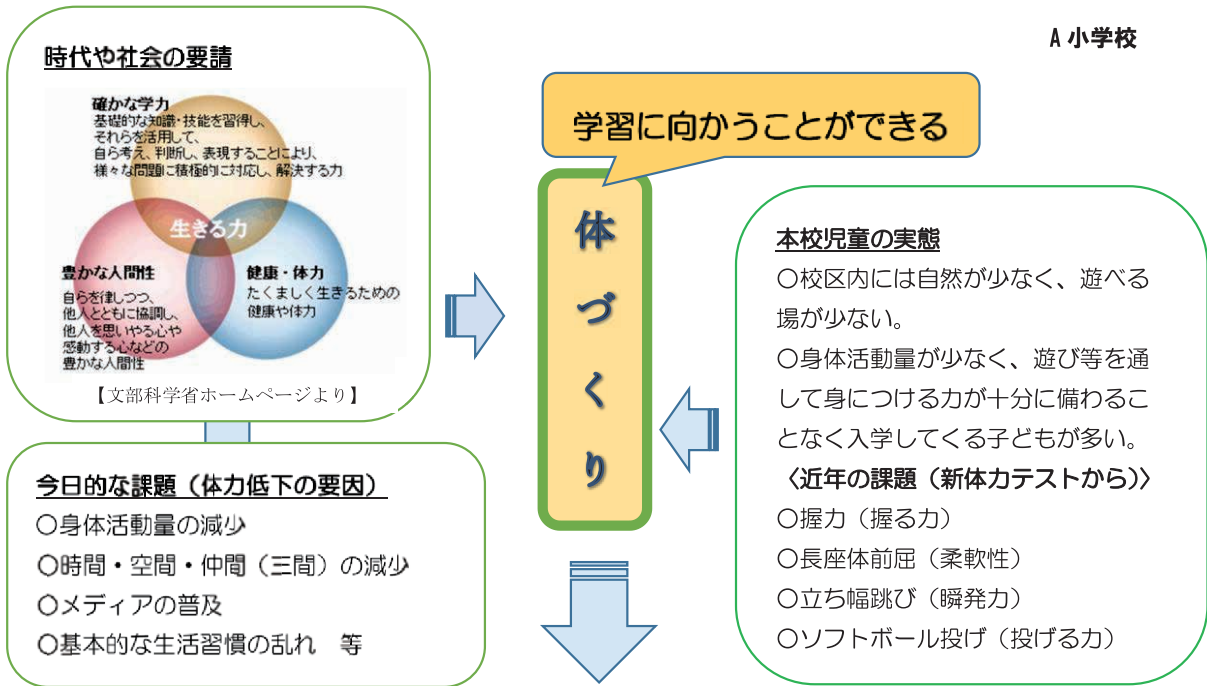
体づくり年間指導計画は、全体構想図に基づき、子供の発達段階を踏まえ、育てたい資質・能力を見据え、当該年度に行う指導内容・方法等（「何を」「いつ」「どこで」「どのように」学習するか）を関連性や系統性を考慮し位置付けたものである。年間指導計画を作成することにより、各行事、各「体づくり」の取り組み、体育科、児童会活動、地域や家庭との連携等が、「体づくり」にどのように関連付けられているかが明確になり、体系的・系統的な指導が可能になることが企図された。

また、この年間指導計画の作成にあたっては、他の部とも連携し全校体制で取り組むことも確認された。具体的には、「体づくり」を組織的に取り組むために教務部、研究部、生徒指導部そして学力向上推進部が連携し、各部の年間計画や全体計画の中に「体づくり」に関する項目や内容が位置付けられることになった（表3）。

学習に向かうことができる「体づくり」を組織的に取り組むためには、体づくり部の体制が整えられ、取り組みがなされるだけでは不十分である。そこで、体づくり部だけでなく、学校組織全体で「体づくり」に取り組む体制を整備していくことが重要となる。そのため、このような各部との連携が意識された。

平成29年度 体づくり 全体構想図

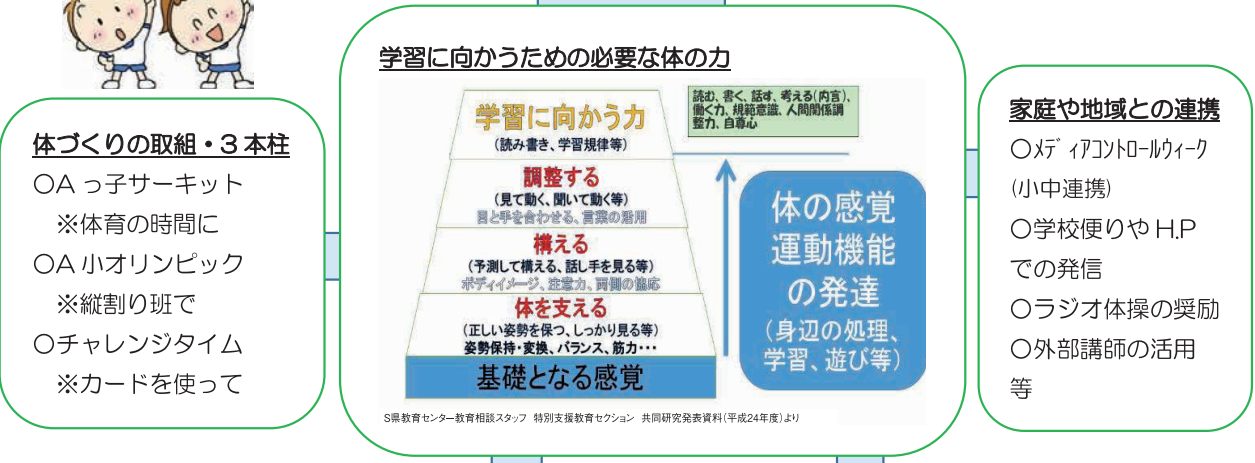
A 小学校



A小学校の教育目標

心ゆたかに たくましく生きる 子どもの育成

○考える子 …頭を育てる ○やさしい子…心を育てる ○がんばる子…体を育てる



日常の取組

- 朝の会でのつばめ、ビジョントレーニング
- 5時間目の始めスローモーション座り・起立
- 帰りの会のハイタッチ、紙でっぼう ○外・集団遊びの奨励
- グッドイナフ人物画検査眼球検査 等

場の設定・環境整備

- 一輪車・ブリッジ発表(運動会)
- ハイタッチ板(昇降口)
- ラダー・けんけんば(ピロティ)
- 川渡り(西テラス) 等

図3 平成29年度 体づくり 全体構想図

表2 平成29年度 体づくり年間指導計画

| 平成29年度 A小学校 体づくり 年間指導計画 | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------------------------|----------------------------|--|---------------------------|--|---------------------|-----------------------------|--|-----------------------------|------------------------------|----------------------|------------------------------|-------------------------------|---------------------|
| 重点目標 | | 「体づくり」の意義とAっ子サーキットのやり方を知る | | 体づくりの運動を促し、体力の向上をめざす | 自分のめあてにそった泳ぐ力を高める | ラジオ体操の正しい動きを身につける | 運動会で体づくりの成果を発表する | 新体力テストの結果を受け、体づくりにいかに | | 器械運動に取り組み、体力づくりをはかる | | ボール運動、陸上運動に取り組み、体力づくりをはかる | |
| 関連行事 | | 身体測定 放課後陸上練習 陸上記録会 | 陸上競技場練習 陸上大会 5年宿泊研修 | 新体力テスト プール掃除 プール開き | 新体力テスト結果返却 | プール納め | 身体測定 運動会 | 運動会発表会 | 学習発表会 (表現運動発表会) | スケート教室 (5年生) | 身体測定 放課後器械運動練習 | 器械運動校内発表会 器械運動発表会 | |
| 体づくり関連 | | 眼球検査 ※身体測定と併せて実施 実習マラソン(マラソカード) ※運動大会終了まで Aっ子サーキットの啓発(ビデオ) 「これがA小体育だ!」の共通理解 「日常の取組」の共通理解 「全校集会」での共通理解 | | グッドイナフ人形物面検査 | 夏季授業日 ※水泳指導 | 新体力テスト分析 校内体づくり研修会 | 運動会～ 入場行進 整列 片足バランス・ブリッジ発表 ラジオ体操 一輪車パフォーマンスほか | | 業間縄跳び (縄跳びカード) ※学習発表会後 | グッドイナフ人形物面検査 | 各取組の反省・振り返り | 新入生保護者説明会(プレゼン) 次年度に向けての引継 | 次年度に向けての引継 |
| 体づくり部 | | 起案 | ○ | | ○・表彰 | | ○ | | ○ | 表彰 | ○ | | 表彰 |
| チャレンジ週間 | | 起案 | | ○ | 表彰 | | | ○ | | 表彰 | | ○ | 表彰 |
| A小オリンピック | | 起案 | ○外 | ○外※一日授業 公開日に実施 | | | | | ○中 | | | ○中 | |
| 体づくり便り | | | ○運動会大会に向けて、走る力・投げの力 | ○A小オリンピックについて | ○夏休み前 | | ○運動会前 | ○運動会後 | ○新体力テストの分析結果 | ○冬休み前 | ○器械運動発表会に向けて | | ○春休み前 |
| 全 | | Aっ子サーキット | | | ラジオ体操 | | | Aっ子サーキット | | | 縄跳び・Aっ子サーキット | | |
| 低 | 体ほぐしの運動 おにぎり 折り返しリレー | 道具遊び 鉄棒遊び | 表現リズム遊び 水遊び | 水遊び | | | 運動会練習 | ボール投げ ゲーム | とびっこ遊び | マット遊び 跳び箱遊び | 用具を使った遊び | 動きをつくる遊び | ボールけりゲーム |
| 中 | 体ほぐしの運動 折り返しリレー | はばとび 高とび 鉄棒運動 | 小型ハードル走 深く泳ぐ運動 | 深く泳ぐ運動 保健 | | | 運動会練習 | シューティング ベースボール タグラグビー | ラインサッカー ハンドボール | マット運動 跳び箱運動 保健 | マット運動 跳び箱運動 | 表現運動 保健 | ハンドベースボール 陸上運動 |
| 高 | 短距離走 リレー | はばとび 高とび ハードル走 | 鉄棒運動 水泳 | 水泳 保健 | | | 運動会練習 | サッカー ベースボール型ゲーム | ハンドボール ソフトボール | マット運動 跳び箱運動 保健 | マット運動 跳び箱運動 | 表現運動 バスケットボール 保健 | サッカー 陸上運動 |
| 児童会 | | | 体育集会 | ミニA小オリンピック | | | 運動会準備・運営 | ミニA小オリンピック | 体育集会 | | | 体育集会 | |
| 特別支援 | | | | | | | | | | | | | |
| 家庭・地域との連携 | | PTA総会 ○中校区合同研修会 | 保幼小連絡会 一日授業公開日 | PTA球技大会 メディアコントロールウイーク 水泳指導地域ボランティア 学校保健委員会 | メディアコントロールウイーク | 地区運動会 D保育園運動会 E保育園運動会 | F幼稚園運動会 G保育園運動会 | メディアコントロールウイーク | 学校保健委員会 メディアコントロールウイーク | ○中校区合同研修会 | ※新入生保護者説明会 メディアコントロールウイーク | | |
| その他 | 各取組HPで適宜発信 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 | HP 掲示板 ※便りを掲載 |

これが！ A小の体育！！

①なぜ、体育を学校で行うのか？

- 丈夫な体をつくるため
- 友達と仲良くできるようなるため … ルールを守り楽しく運動
- 運動技能を高めるため … 達成感を味わう「○○ができた!!」
- ☆安全第一 … 命の危険に関わることもあるのでルールをしっかりと作る 「ダメなものダメ!」

②授業を行う上でのマネジメントが大事!

- ものの置き場所 (体育館:壁際 校庭:フェンス際)
- ペアやグループの作り方 … 領域や単元によって
- 並び方 … 4人1グループがおすすめ
- 太鼓や笛の約束 … 短く1回(息を付け)2回(座る・立つ)長く(集合)
- ハンドサイン



③着替えの仕方

- 体育の授業の前に着替える (1・2h⇒朝、3・4h⇒業間休み、5・6h⇒昼休み)
- 着替えは3分 … 体育の時間は着替えから
- 体操服はズボンに入れる
- 脱いだ服はたたんで、体操服袋に入れる
- 体育が終わったら自由服に着替える (4hの体育の後は、着替えてから給食)

④服装

- 体操服には必ず記名
- 体操服、体操ズボン、体操帽子、鉢巻き、運動にふさわしい靴
- 水泳時 … 水泳にふさわしい水着 (※リゾット水着、※ダゴダゴの水着)
- 冬季 … 体操服の上にトレーナーやジャージなどを着用してもよい、長ズボンは原則禁止
- ※ 忘れ物をしたら、原則見学

⑤話の聴き方

○だまって、姿勢よく!



- ・話している人を見る
- ・両膝をそろえて、かかとをそろえる
- ・足の裏は地床につける

⑥授業の始まり方

- 運動する場所に行ったら「すること」を決めておき、子どもたちが運動しておくように
- 例 校庭 … 2周目にタイヤ跳び、登り棒、鉄棒、雲梯
- 体育館 … 2周して体操、ストレッチ、縄跳び

⑦中央っ子サーキット … 運動の一覧は別紙

- 体育館バージョン…「柔軟性」「支える」「バランス」「逆さ・回転」「投げる」の5つの要素について、1つずつ内容を考える。発達段階をふまえ、学年毎に系統性を考えてある。
- 校庭バージョン…基本的に全学年で陸上運動を取り上げる。「スキップ」「サイドステップ」「両足ジャンプ」などを扱い、細かな内容ややり方は、発達段階に応じて調整する。
- 各児童の動きを確認するためには、一斉の活動が望ましい。
- 同じ動きでも、連続して行ったり、違う動きを付け加えたりしてバージョンアップを図るなど、実態に即して見直しも行っていく。
- 水泳の授業時と運動会の練習時には、サーキットの代わりにラジオ体操に取り組む。



⑧授業の終わり方

- 「振り返り」…成果と課題を口頭で伝え合うだけでなく、できる限り書かせる。(わたしたちの体育、カード)

⑨見学者の扱い

- お客さんにならないように活動を与える。
- 例えば 「わたしたちの体育」に活動内容や友達の良いところを書かせる。
- できることはさせる (用具の準備、片づけ、縄を回すなど)
- 最後に振り返りを言わせる (予告しておく)



⑩器具や用具の準備・片づけ

- 基本的には子どもたちで準備・片づけ
- 例 マットは4開を持って4人で
- 跳び箱は1段目から2人以上で運び、跳び箱の番号が見えるように重ねる

⑪一年間で身につけさせたい技能

| | |
|---------------------------|--|
| 跳び箱 … 学年の段数 | 逆上がり … 2年生までに |
| 壁倒立 … 2年生までに | 一輪車 … 3年生までに |
| 二重跳び … 4年生までに | クローラー … 4年生までに2.5メートル |
| 継続して行う運動 | ブリッジ、側転、水平バランス、ボールを投げる・捕る、バトンパス(左手で受け取る) |
| 走る (スキップ、けんけん、両足ジャンプ、跳び箱) | |

運動会は、「体づくり」の成果発表の場です!

【○…児童の実態に応じて授業者の裁量で指導 ●…全体で共通して指導】

図4 平成29年度 A小学校における体育科の授業づくり

表3 「体づくり」に関する各部の取り組み

| | |
|-------|--|
| 教育部 | 年間行事予定の中に「体づくり」に関する各取り組みを位置付けておくことで、見通しをもった取り組みになるようにした。 |
| 研究部 | 各教科、領域の全体計画と年間指導計画の作成一覧の中に「『体づくり』に関する指導」も入るようにした。 |
| 生徒指導部 | 学習中の姿勢保持や休み時間の過ごし方について「体づくり」の視点でも指導していくことを確認した。 |
| 学方向上部 | 学力向上の基盤が「体づくり」であることを確認し、作成中の全体計画の中に「体づくり」を位置付けるようにした。 |

2) 組織的取り組みの実際

① 体育科における「体づくり」

「体づくり」の取り組みの大きな柱は体育科の授業である。そこでまず、平成29年4月に「体育科の授業づくりの方針」(図4)が示され、全教員で共有された。次いで、「Aっ子サーキット」の確実な実施がなされた。具体的には、「Aっ子サーキット」のビデオ教材が、「体づくり部」で作成され、それを基に教員研修会が実施された。また、子供たちへも「体づくり」の意義や実施方法が積極的に伝えられた。

加えて、低学年の体育の授業を中心に、着任して1～2年の教員間で授業を見合ったり、「体づくり部」が授業モデルを示したりした。このように授業者の裁量に任せていた体育科の授業に、学校全体として一貫性を持たせることが試みられた。

② 学校生活全体における「体づくり」

体育科以外での取り組みとして、従来取り組んできた「A小オリンピック」(20種目の運動遊びを全校縦割り集団で実施)や「チャレンジタイム」(各自がカードを持ち、遊具を使った運動に取り組む時間)がある。これらは、運営主体が教員だったものから高学年が主体的に運営できるように改善され、継続されることとなった。

一方で、「学級での取り組み」としては、負担感なく毎日取り組めるよう「Aっ子エクササイズ」が作成され、毎日5時間目が始まる前の5分間が体づくりの時間にあてられることとなった。「Aっ子エクササイズ」とは、スローモーション起立・着席、四股ふみ、つばめ、ビジョントレーニングなどの種目からなる一連の運動である。

全校集会も「体づくり」の場であることが再確認された。そこでめざす子供の姿として、「人との距離を正しく保ち、並ぶ」「美しく並ぶことを心地よく感じる」「話し手に心と体を向けて話を聞く」「姿勢を正しく保つことができる」の4点が示された。入退場や整列の仕方など具体的な手立てを全教職員で講じながら、全校集会も「体づくり」の場であるという共通理解が図られ、取り組まれた。このような共通理解は、教員間では職員会議や校内研修を通して、児童には全校集会等の校長講話を通して形成された。

さらに「体づくり」に関する環境整備として、体づく

り掲示板(写真1)やハイタッチ板(写真2)の修繕や新設が行われた。



写真1 体づくり掲示板



写真2 昇降口のハイタッチ板

③ 校内運動会の位置付け

毎年9月に行っている運動会は、「体づくり」の大事な機会と捉えられ、「運動会は体づくりの成果発表の場」にしていくことの共通理解が、職員会議等とおして教員間で形成された。運動会での子供たちの姿全体がまさ

A小学校 体づくり通信 体づくり部

「体づくり」は Aっ子のベース

9月 日() 運動会号

心を一つにAっ子! ~ゴールをめざしてがんばろう~

週間天気予報では運動会当日の天候を心配していましたが、秋の日差しの中、運動会が無事に行われました。子どもたち一人ひとりが力を発揮し、当日は、見事な競技や演技を披露することができました。プログラムで予定していた時刻より早く終わったことで、ご迷惑をお掛けしたこともあったかもしれませんが、これも子ども達がきびきびと行動し、競技の入退場がスムーズにできた結果だと思えます。6年生を中心にがんばりがたくさん見られた一日でした。

常日頃からご協力頂いております PTA や地域の皆様、子どもたちにあたたかい声援を送って頂きました保護者の皆様、本当にありがとうございました。

競技よく頑張っています! ~入場行進曲

先頭の6年生はさすがです。よい手本です。~入場行進

Y字バランス&片足バランス ~異種 応援合戦

盛り上がった! 最後の種目! ~色どりリレー

みんなの力を一つに! ウッショイ!! ~綱引き

優勝になりました。~全校アリジシ〜種別/パフォーマンス

がんばった!!Aっ子!!

図5 体づくり通信 運動会后

に「体づくり」の成果であるが、特に入場行進、全校ブリッジ、全校片足バランス、ラジオ体操、一輪車パフォーマンスが「体づくり」の成果として強調された。これらのことは、運動会前後の「体づくり通信」(図5)により、運動会の見所や成果として保護者に伝えられた。

④ 「体づくり」の広報～保護者・地域への発信～

上で触れたように、保護者や地域への広報として、「体づくり通信」が発行され、A小学校ホームページにも掲載された。校長や養護教諭からも、「体づくり」に関する発信があった。さらに、「体づくり掲示板」が設置され、新入生保護者説明会や一日授業公開日、学校保健委員会、近隣の学校への出前授業等も、保護者や地域との連携や啓発の場として活用された。

2. 校内研究「体づくり」の成果

(1) 平成22～25年度の成果

まず、A小学校で校内研究として、組織的に取り組まれた平成22～25年度の成果について述べる。

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(以下、全国体力テスト)では県平均を上回る種目数の増加があった。図6は、各種目について、各学年・男女別で、県の平均を上回った種目数を全校で合計したものを表したものである(各学年、男女ともに全種目が平均を上回った場合、最大値は96になる)。

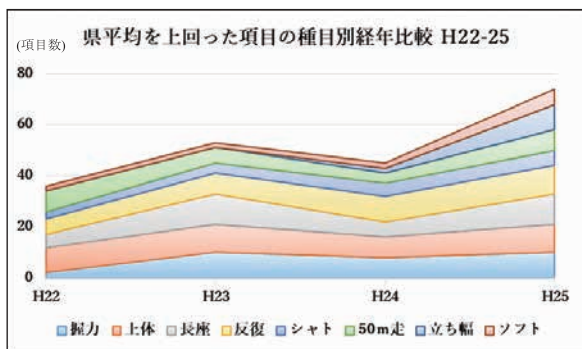


図6 全国体力テスト結果の推移

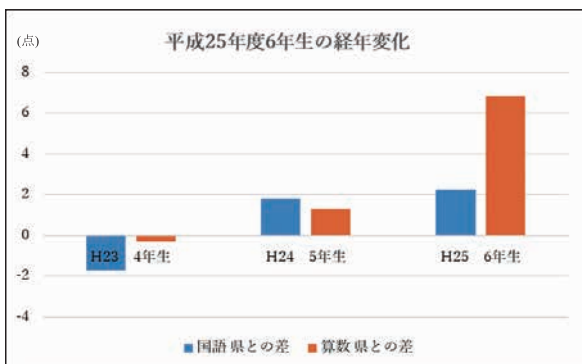


図7 平成25年度6年生の学力変化 (県平均との差の経年変化)

学力面も同様に、学校全体が落ち着き学習に向かうことができる子供が増えたと感じる教員が多く、S県「学力・学習状況調査」(図7)では年々結果が良くなっていった等の成果があった。

(2) 「体づくり」への組織的取り組みと児童の体力・学力

平成22年度から27年度の全国体力テストの結果から、A小学校の校内平均値がS県の平均値を上回った種目数の経年比較が示されているのが図8である。体力テストの全8種目に関し、男女それぞれに、県の平均値を上回った場合、1項目とカウントしている。つまり、各学年の最大値は16となる。その各学年の項目数を学校全体で総計しているのが、図8の各年度の右端の合計数である。

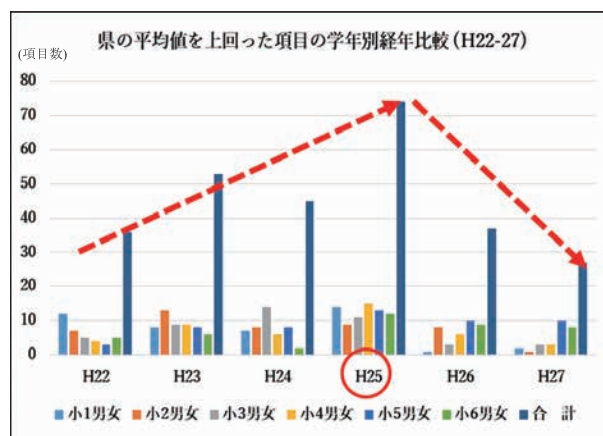


図8 全国体力テストの経年比較 (H22～H27)

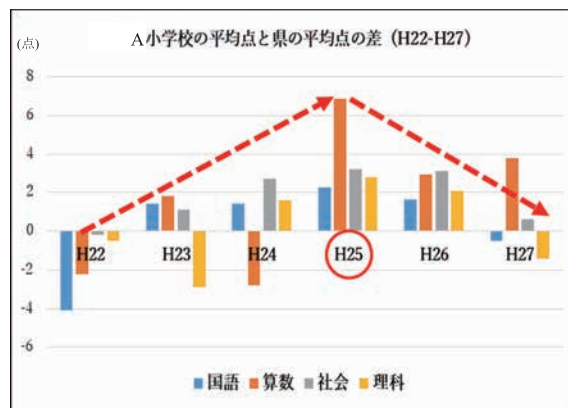


図9 全国学力テストの経年比較 (H22～H27)

各年度の県の平均値を上回った項目の合計を見てみると、「体づくり」を校内研究として取り組んでいた平成22年度から平成23年度にかけて増加し、平成24年度に一旦減少するが、校内研究としての「体づくり」の最終年度である平成25年度には合計数が伸びている。「体づくり」における体力向上が大きな成果として現れたと言える。しかし、学力向上を意識した「授業づくり」に取り組み始めた平成26年度には、校内研究「体づくり」を始めた当初の平成22年度とほぼ同程度の結果になり、平成27年度にはさらに低下している。

次に、平成22年度から27年度の全国学力テストの結果から、A小学校の校内平均点とS県の平均点の差を教科ごとに比較してみた（図9）。教科によりばらつきがあるものの、校内研究として「体づくり」に取り組んでいた平成22年度から平成25年度にかけて県の平均点との差が正に大きくなっていることが見て取れる。県の平均点との差が最も正に大きかった年度は、4教科とも平成25年度である。しかし、翌年の平成26年度には、4教科全てで前年度を下回り、平成27年度には、校内研究「体づくり」を始めた当初の平成22年度とほぼ同程度の結果になっている。

ここで図8と図9を比較して見てみると、全国体力テストと全国学力テストの結果は同じような傾向となっていることが分かる。もっとも、図8は第1学年から第6学年の学校全体の体力を示すものであり、図9は第6学年のみの学力を表したものであり、単純に比較することには問題がある。しかしながら、学校の学力を示す、あくまで一つの指標として、第6学年の学力を持ち出すことが許されるのではなかろうか。

そこで、改めて整理すると、A小学校のデータからは、校内研究としての「体づくり」に全教職員で組織的に取り組んでいた時期は、体力も学力も向上していたが、その後——「授業づくり」とともに「体づくり」に取り組んでいたとはいえ——「体づくり」が校内研究として副次化した時期は、学力・体力ともに低下したことが明らかになったのである。

3. 組織的・継続的取り組みの重要性

(1) 体力について

全国体力テストにおいて県の平均値を上回った種目数の合計を、校内研究として全教職員で組織的に取り組んでいた4年間（平成22年度～25年度）と、それ以降の4年間（平成26年度～29年度）で比べてみる（表4）。

これによると、平成22年度から25年度の期間は全学年で208項目あったのに対して、平成26年度から29年度の期間は109項目と99項目も減少している。総合的に考えると、校内研究として全教職員で組織的に取り組んでいた時期は、非常に体力が高かったと言える。

表4 県平均を上回った種目数の合計と増減

| | H22～25年度 | H26～29年度 | 増減 |
|-----|----------|----------|-----|
| 1年生 | 41 | 10 | ▼31 |
| 2年生 | 37 | 13 | ▼24 |
| 3年生 | 39 | 12 | ▼27 |
| 4年生 | 34 | 16 | ▼18 |
| 5年生 | 32 | 28 | ▼4 |
| 6年生 | 25 | 30 | ⑤ |
| 合計 | 208 | 109 | ▼99 |

(2) 学力について

S県学力テストにおいて、A小学校の校内平均点とS県

の平均点との差を教科ごと、及び入学年度ごとに比較した（図10）。各年度で児童の実態等が違うので、当然大きなばらつきがある。

しかし、平成20年度、21年度、23年度に入学した児童は、4年生から6年生にかけて、県の平均点との差が正に大きくなっていた。また、平成22年度に入学した児童は、4年生から5年生にかけて大きく下げているが、6年生になると回復が見られた。これらのことから、「体づくり」の取り組みは、学力と何らかの関連があると言えるのではなかろうか。

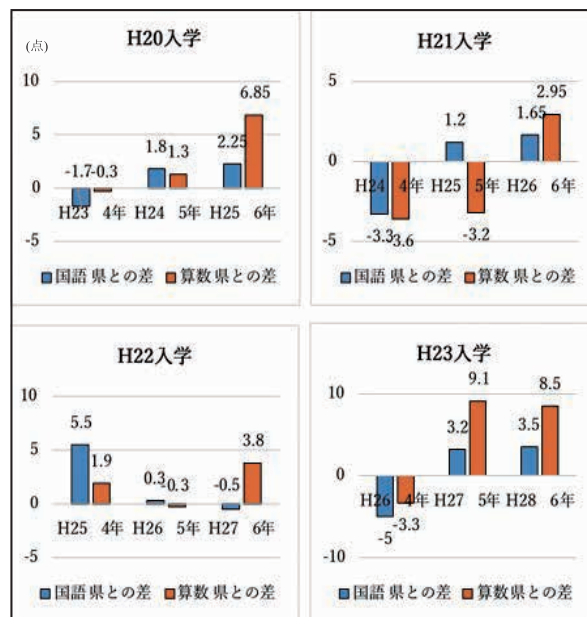


図10 S県学力テスト入学年度別比較

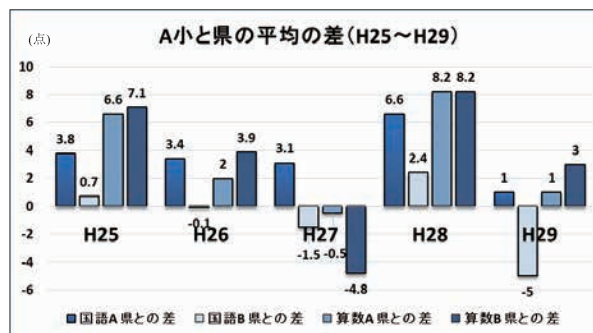


図11 全国学力テスト推移

一方、平成25年度から29年度までの6年生の全国学力テストで、A小学校の校内平均点とS県の平均点との差を教科ごとに比較した（図11）。

校内研究としての取り組みを終えた平成26年度以降は、県の平均点との差が縮まり、27年度には国語Aを除き負に大きくなっている。この時期は、「体づくり」の取り組みが低調になり学力向上へと学校全体がシフトしていった時期と重なる。その中で、平成28年度の大きな学力の伸びは、前年の27年度に新設された学力向上推進部の取り組みとしての大きな成果と捉えることができるが、翌年の29年度には再び大きく下がっている。このことは学力向上が、単に学力向上に向けた取り組みだけで可能に

なるのではないことを示しているのではなからうか。前述したように、「体づくり」が全校体制の組織的取り組みとして順調であった頃は、「体づくり」と学力向上が正の相関をなしていたことを考えると、学力向上は「体づくり」によっても大きく支えられていると言えるのではなからうか。

(3) 市連合体育会の結果

「体づくり」に取り組んだ成果の分かりやすい指標の1つに、市連合体育大会の入賞者数の記録がある。平成25年度から30年度までの入賞者数を経年比較したところ、平成25年度は7種目の入賞者数だったのに対し、平成30年度は17種目に増加し、28年度を除き、年々増加している(図12)。

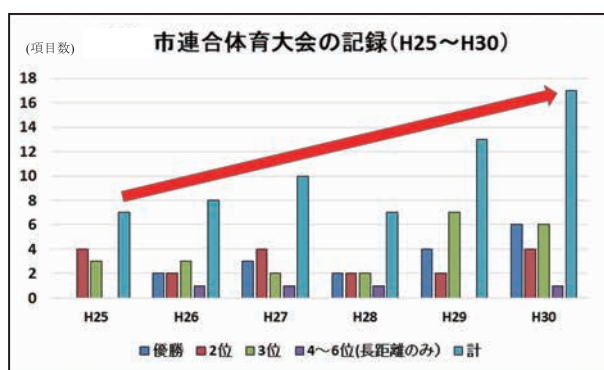


図12 市連合体育大会の記録

特に平成30年度は、優勝だけでも6種目あり、躍進ぶりが顕著であった。平成30年度の6年生は、平成25年度の入学であり、校内研究として取り組んでいた最終年度の子供たちであることから1年生時の充実していた「体づくり」の取り組みの成果の一つであるとも言えるだろう。

(4) 保健室来室者数の変化

また、体力がつけば保健室への来室者数も減るだろうという認識から、平成23年度から28年度までの来室者数の経年比較を行った(図13)。

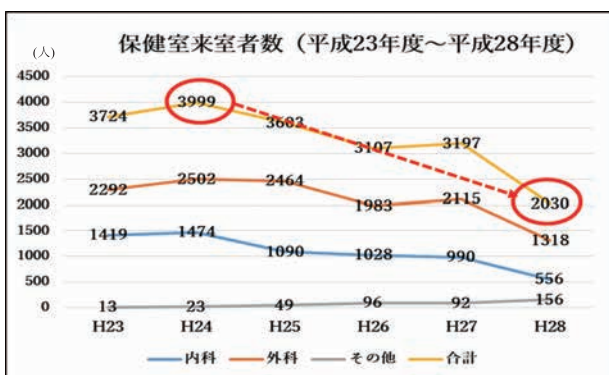


図13 保健室来室者数の変化

保健室に児童が行ったケースを、大きく「内科」、「外

科」、「その他」に分けたところ、内科と外科による来室者数がそれぞれ減少している。そして、最も多かった平成24年度の合計3999人から、平成28年度には2030人になり、およそ半減した。

このことから、「体づくり」の取り組みで体力が付きくことで、体調不良等が減り保健室の来室者数が減っていったということが推察される。

おわりに

本稿では、約9年間「体づくり」を行ったA小学校の取り組みの実際とその成果を明らかにした。

積極的な取り組みをしていた時期は体力も学力も向上していたが、体づくりへの組織的取り組みが学校事情でやや低調になると体力のみならず学力も低下した。体づくりの取り組みが、体力・学力形成双方に影響があるのではないかということを本稿は示している。

もっとも、本稿は、このA小学校の取り組みに関し、体力形成、学力形成のあいだの相関について、統計的に有意であることを明らかにできているわけではない。これらの関係については、また別途精査される必要がある。

ただし、これまで体力と学力との関係は議論されてきたが、継続的な取り組みによる成果についてのデータはほぼ皆無であったことを考えれば、本稿が示した資料・成果に関するデータは、今後の「体づくり」にとって、また学校経営を考えていく上で、有意義なものとして位置づけることができるのではないだろうか。

【註】

1 本稿のA小学校に関する体力・学力に関する図表は、下の【資料】を基に作成している。また、当時の校内状況に関する教職員の雰囲気等に関する記述は、当時A小学校に在籍していた職員からの聞き取りによるものである。

【資料：A小学校に関するもの】

(平成22年度~25年度の取り組みに関して参照した資料・データ)

- 『平成23年度研究収録』
- 『平成24年度研究収録』
- 『平成25年度研究収録』

※ 平成22年度は「体づくり」初年度であり、研究収録の冊子は作成されていない。ただ、平成22年度の児童の体力に関するデータは、平成23年度の『研究収録』に見ることができる。

(平成26年度~30年度の取り組みに関して参照した資料・データ)

- A小学校校内教職員共通閲覧用PCフォルダー

※ A小学校の許可の下、本稿執筆者が閲覧した。

【文献】

- 生駒忍 (2011) 「体力は経済力とは無関係に学力と相関する－小・中学生全国調査データの定量的検討－」『チャイルド・サイエンス』 7, 54-57頁
- 北浦米造・本山貢・本山司・保田智子 (2018) 「体力づくりと学力向上を目指した学校経営と長期的な効果検証」『和歌山大学教育学部紀要・教育科学』 第68巻, 153-158頁
- 小澤治夫 (2013) 「小児期の体力・意欲・学力の向上と体育の役割」『日本臨床スポーツ医学会誌』 Vol.21, No.3, 541-543頁
- 中尾繁樹 (2013) 『不器用な子供たちの感覚運動指導』 明治図書
- 新本惣一郎・三木由美子・山崎昌廣 (2016) 「小学生の体力と学力の関係性」『日本生理人類学会誌』 第21巻 第2号, 75-82頁
- 西端泉 (2017) 「こどもの学力に及ぼす身体活動の影響」『川崎市立看護短期大学紀要』 第22巻, 1-7頁。
- 平賀謙一 (2018) 『学習に向かうことができる「体づくり」の組織的取り組み』(平成29年度S大学教職大学院・地域の教育課題に関する研究成果報告書) 未公開。
- 文部科学省 (2017) 「スポーツ基本計画第2期」