

日野市

【幼児・児童・生徒数】【学校数】

約 13300 名
幼稚園 4 園、小学校 17 校、
中学校 8 校

【日野市の特色】

- ・多摩川・浅川に続く平野と丘陵の自然環境に恵まれた地域である。
- ・大学や企業のクラブチームがある。
- ・幼保小連携教育や地域に根差した教育活動を推進している。



【取組の目的】

○現状

- ・「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の総合評価」D・E 層の児童・生徒数の割合が、東京都平均よりも高い。
- ・中学生の 1 週間の総運動時間において、30 分及び 1 時間未満の生徒の割合が、東京都平均よりも高い。

○目的

- ① D・E 層の児童・生徒の体力向上
- ② 児童・生徒の総運動時間の増加と運動が「好き」「やや好き」な児童・生徒数の増加
- ③ 発達段階に応じた体を動かす楽しさを味わわせるための取組の推進

【取組の内容】

○本物に触れる出前授業の実践

- ・日野レッドドルフィンズによるラグビー教室
- ・オリンピック、パラリンピアンによる授業

○生徒の多様なニーズに応える部活動の工夫

- ・運動部活動の実践

○運動内容の精選

- ・体育祭の種目の見直し
- ・運動が苦手な生徒も楽しめる教具の活用

○幼保小連携教育の推進

- ・体を動かす楽しさ心地よさプロジェクト

【今後の取組】

- ・ラグビーをどの教員も指導できるよう、日野レッドドルフィンズと連携し、指導マニュアルを作成する。
- ・児童・生徒が目標をもって運動に取り組めるよう、大学・企業と連携し、補助運動の指導マニュアルを作成する。
- ・本物に触れる出前授業や幼保小連携教育などこれまでの取組を継続し、市内全体で共有する。

【取組の成果】

- ① 児童・生徒が目標を決めて運動に取り組むことにより、技能の高まりを感じ、達成感を味わうことができた。
- ② 本物に触れることにより、児童等が運動やスポーツに関心を高めるとともに、体を動かす楽しさを感じる事ができた。
- ③ 誰もが楽しめる運動内容や教具を工夫することで、運動が「苦手」「嫌い」な生徒が、他の生徒と一緒に運動の楽しさを味わうことができた。

【取組の内容】

○本物に触れる出前授業の実践

・日野レッドドルフィンズによるタグラグビー教室

幼稚園（年長園児）・小学校（3・4年生）においてラグビーチーム「日野レッドドルフィンズ」の選手によるタグラグビー教室を行った。内容は、ボールを使った遊び、チームワークゲームなどの基本練習とコートを使った遊び、簡単なタグラグビーである。

タグラグビー教室を契機として意欲的に運動に親しめるよう、小学校17校にタグラグビーのセットを購入し、取組の定着を図った。



ラインアウトの体験

児童の感想

「ラグビーワールドカップで見ていたことを実際にできてとても楽しかった。」
 「ラインアウトを実際に見たり、やったりするのがとても楽しかった。」
 「タグラグビー教室のあと、授業でタグラグビーを行った。教えてもらったことをもとに、チームで協力しながらタグラグビーができて、とても楽しかった。」

○生徒の多様なニーズに応える部活動の工夫

・運動部活動の実践

基本方針は、生徒一人一人の自主性を大切にする。練習日は、月・火・木・金の4日間。生徒一人一人が、目標を設定し、目標達成に向けた活動を考え、実践する。活動においては、基礎練習は全員で取り組み、その後、生徒一人一人が考えた練習内容に取り組む。



練習の様子

成果

- ・運動が得意な生徒、苦手な生徒と一緒に活動し、互いに高め合うことができている。
- ・目標を達成する生徒が多くおり、走ることの楽しさ、目標に向かって考え努力することの大切さを感じることができている。

○運動内容の精選

- ・体育祭の種目の見直し
- ・運動が苦手な生徒も楽しめる教具の活用

体育祭では、学年種目として長縄跳びやボール運び、玉入れなど、運動が嫌いな生徒も楽しめる種目を行った。

運動が苦手な生徒も楽しめるよう、ソフトボールの学習ではティーボールを使用した。

成果

- ・生徒は、休み時間や放課後に自主的に練習に取り組むようになった。
- ・他学年との交流も盛んになり、学校全体でお互いを尊重し合う姿が多く見られた。

福生市

【児童・生徒数】
3391名

【学校数】
小学校7校、中学校3校

【福生市の特色】

- ・目指すまちの姿「人を育み 夢を育み 未来につながるまち ふっさ」
- ・「福生市立学校の体力向上策（平成29年3月）」に基づいた体力向上を推進



【取組の目的】

○現状

・「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」の結果については、多くの種目で東京都の平均値を上回っているが、「敏捷性」や「全身持久力」については東京都の平均値を下回っている児童・生徒が多く、その向上が課題となっている。

○目的

- ① 体を動かすことの楽しさを知り、運動に興味をもつ。
- ② 速く走ることができるポイントを知り、運動に意欲的に取り組む。
- ③ スポーツの様々な関わり方を知る。

【取組の内容】

○授業（体育科）での実践

- ・「走り方教室」の実施（小学校）
民間企業にコーチの派遣を依頼し、走り方のポイントの指導を受けた。
- ・「スポーツ教室」の実施（小学校）
慶應義塾体育会蹴球部（たいいくかいしゅうきゅうぶ）等を講師としてGPSを使用して50m走の正確な記録を測定した。

○授業（保健体育科）以外での実践

- ・ラグビーコーチやパラリンピアンコーチを講師とした講演会の実施（中学校）
「スポーツ」を行うだけでなく、「スポーツ」への様々な関わり方を学んだ。

【今後の取組】

- ・東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、より運動に親しむ児童の育成を図るために、今後も「スポーツ教室」を小学校で実施する予定。
- ・児童・生徒が運動により親しみをもって取り組めるように、地元のクラブチームと協力して、アルティメットを基にした運動を授業に取り入れ、市内に推進する。
- ・「福生市体力テスト記録表」の効果的な活用方法について体力向上推進委員会で検討する。

【取組の成果】

- ① 正確な記録をとったり、運動量を可視化したりしたことにより、児童の運動への意欲を高めるきっかけとなった。
- ② 走り方のポイントを多くの児童が理解し、走力を高めることや走ることに意欲的に取り組むことができた。
- ③ 運動することの魅力だけでなく、運動への関わり方には様々な方法があることや、様々な職業があることを知った。

【取組の内容】

○授業（体育科）での実践

・「走り方教室」の実施（小学校）

市内全小学校、全学年を対象に、走り方教室を行った。株式会社 WIN AGENT にコーチ派遣を依頼した。第 17 回アジアジュニア陸上競技選手権大会 陸上 400mハードル日本代表 永野 佑一氏から、速く走るためのポイントを教えていただいた。



児童の感想

「気持ちよく走ることができた。速く走るためのポイントが分かった。」

・「スポーツ教室」の実施（小学校）

慶應義塾体育會蹴球部（たいいくかいしゅうきゅうぶ）が使っている GPS を装着して、より正確な 50m 走の記録を測ったり、鬼遊びで自分がどれだけ走っているか、記録を測定したりした。



児童の感想

「50m走の正確な記録が分かって嬉しかった。」
「鬼遊びで自分がどれだけ走っているのか分かったので、次はもっと動けるようになりたい。」

○授業（保健体育科）以外での実践

・ラグビーコーチやパラリンピアンコーチを講師とした講演会の実施（中学校）



講師：ラグビー元日本代表 S&C コーチ
太田 千尋氏
講演テーマ：「ラグビーW杯の勝利の
One team になった人たち」



講師：パラリンピック陸上代表コーチ
高野 大樹氏
講演テーマ：「パラリンピック、障がい者
スポーツってなんだ？」

東大和市

【児童・生徒数】

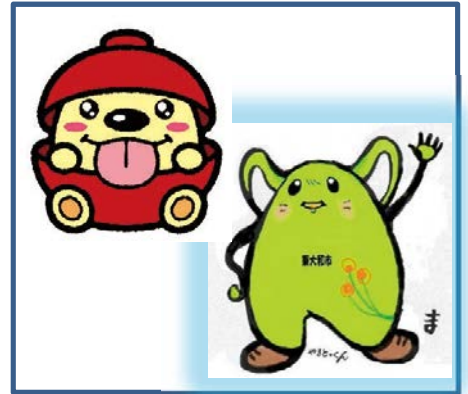
6481名

【学校数】

小学校 10校 中学校 5校

【東大和市の特色】

- ・本市は、住宅地が多く、北に狭山丘陵があり、自然豊かな環境である。
- ・市内に5校ある中学校ごとに学校区を設け、小中一貫教育に取り組んでいる。



【取組の目的】

○現状

- ・運動意欲の低い児童・生徒が多く、運動意欲を高めるような活動を行う必要がある。

○目的

- ① 体育科及び保健体育科の授業の充実
- ② 全小・中学校における体力向上及び運動意欲の向上に向けた取組の実施

【取組の内容】

- 授業（体育科・保健体育科）での取組
 - ・市内の小・中学校でタグラグビーの授業を公開した。
- 授業（体育科・保健体育科）以外での実践
 - ・講習会の実施
 - 市内の小・中学校で教員対象の講習会を実施した。
 - 講師を招き、児童・生徒が運動意欲を高められるようなタグラグビーの授業の検討を行った。
 - タグラグビーにおいて、安全面の指導をはじめ、ゲームにつながる運動やゲームのルール、動き方等を学んだ。

【今後の取組】

- ・引き続き、児童・生徒の運動意欲を高められるよう授業改善を行っていく。
- ・教員が進んで体育・保健体育科の授業改善に取り組むことができるよう、授業の公開や教員対象の講習会を行っていく。
- ・研修会等で学んだ内容を各校で確実に共有できるよう、周知徹底を図っていく。

【取組の成果】

- ① タグラグビーの授業を公開し、授業検討を行うことで、児童・生徒の運動意欲を高められるような授業の工夫ができるようになった。
- ② タグラグビーの授業における安全面の留意点や、ゲームにつながる運動、はじめのルール、動き方等の指導の仕方を理解することができた。
取組で学んだことを各校で周知し、市全体で共有することができた。

【取組の内容】

○授業（体育科・保健体育科）での取組

・市内の小・中学校でタグラグビーの授業を公開

市内の小・中学校において、タグラグビーの授業を公開した。他の種目に比べて、1時間あたりの運動量が多く、規則やルールが分かりやすいため、児童・生徒は、今ある力で思い切り動き、運動の楽しさを味わうことができた。



○授業（体育科・保健体育科）以外での実践

・市内の小・中学校で教員対象の講習会を実施

市内の小・中学校で、日本ラグビーフットボール協会の佐々木 文昭先生を講師にお招きし、タグラグビーの授業についての安全面やゲームにつながる運動、動き方等の指導の仕方について学ぶことができた。



羽村市

【児童・生徒数】
4208名

【学校数】
小学校7校 中学校3校

【羽村市の特色】

- ・地域の企業（日野自動車株式会社 羽村工場〈ジャパンラグビートップリーグ所属 日野レッドドルフィンズ〉）と連携した取組を実施してきた。
- ・東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の結果では、多くの調査項目で東京都平均を上回る傾向にある。
- ・年間を通して地域が主催する体を動かす機会や行事が多い。



【取組の目的】

○現 状

運動をする児童・生徒としない児童・生徒の二極化傾向が見られる。

○目 的

各学校における児童・生徒の体を動かす機会の充実

- ① 年間を通して意図的に設定する。
- ② 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査等調査項目の、運動を「もっとしたいと思う」児童・生徒の割合を前年度より向上させる。

【取組の内容】

※昨年度のラグビーワールドカップを契機とした取組による気運の高まりを活用

○体を動かす機会の設定

- ・体を動かす遊びの推奨（小学校）
- ・昼休みの校庭・体育館利用の推進（中学校）

○体力向上月間の設定

- ・保健体育科の授業と連携した活動の実践（中学校）
- ・持久走やなわとび旬間の実践（小学校）

○食育の推進

- ・栄養教諭による食育授業の実施（小・中学校）

【今後の取組】

- ・各学校で、児童・生徒自身が楽しみながらできる取組を自分たちで考え、自然に運動に親しもうとする環境づくりを継続して行う。
- ・食に対する考え方や、基本的な生活習慣の確立を目指すことなど、体力向上につながる児童・生徒の意識をさらに高めていく。
- ・次年度以降も、引き続き、日常的に体を動かす機会や場を意図的・計画的に設定した教育課程を編成する。

【取組の成果】

- ① 全校で意図的に「体を動かす機会」を設定し、学校の特色ある取組として運動意欲及び運動習慣の継続・向上を図った。
- ② 全校で、運動を「もっとしたいと思う」児童・生徒の割合を前年度より向上させることを目指したが、目標には至らなかった。しかし、コロナ禍における様々な制約がある状況でも、一部の学年では向上が見られた。（前年度比最大 1.8 ポイント上昇）

【取組の内容】

○体を動かす機会の設定

・体を動かす遊びの推奨（小学校）

中休みや昼休みに、校庭や体育館・屋上等で体を動かすことを推奨した。

縄跳びやサッカー、鉄棒、鬼ごっこ等、様々な体を動かす遊びに取り組みたくなるよう言葉をかけたり教員と一緒に遊んだりすることにより、体力の向上を図った。

新型コロナウイルス感染症の影響により、一度に校庭へ出る人数を制限する必要があったため、令和2年度は校庭以外の場所も解放した。

密を避けるため、遊び方に制限がかかる中でも、児童は様々なアイデアを出し、自分たちが考えた体を動かす遊びを実践し、体力向上に努めていた。



○体力向上月間の設定

・保健体育科の授業と連携した活動の実践（中学校）

10月を体力向上月間として設定し、本期間中は、保健体育科の授業で、準備運動後の補強運動として、毎時間3分間の縄跳びを実施した。

跳んだ回数は縄跳びカードに記録し、敏しょう性・跳躍力・持久力など、生徒が課題としている項目と関連させて振り返ることができるようにし、体力に対する意識を高めた。



○食育の推進

・栄養教諭による食育授業の実施（小・中学校）

栄養バランスがとれた食習慣が、体力向上につながるということについて学習する栄養教諭による授業を実施した。

小学校では、食育の授業を実践し、児童・生徒が食生活と適度な運動について学び、バランスの良い食事の重要性を理解し、実践することにつなげることができるようにした。

中学校では、「食育の日」を設定し、全学年の生徒が自作の弁当を作り、レポート（栄養バランスのよいメニュー等）にまとめることで、食・健康に対する考えを深められるようにした。



瑞穂町

【児童・生徒数】
2305名

【学校数】
小学校5校 中学校2校

【瑞穂町の特徴】

- ・自然が多く残り、農業、工業、商業のバランスがとれたまちづくりが進んでいる。
- ・瑞穂町の様々なことを学ぶ、ふるさと教育「みずほ学」が全校で推進されている。



【取組の目的】

○現状

- ・東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の結果から、D・E層の割合が東京都平均よりも多い。

○目的

- ① 児童・生徒の運動に親しむ機会の創設（ラグビーと関連させた取組）
- ② 児童・生徒の体力向上
- ③ 児童・生徒だけではなく、保護者と一緒に運動を楽しむ機会の創出

【取組の内容】

○タグラグビーの実施

- ・ラグビーの本来のルールに近づけた取組
- ・校内で異学年交流

○町内タグラグビー大会の実施

- ・小学校全校で交流
- ・保護者も参観しての実施

○本物のアスリートとの交流

- ・町内タグラグビー大会の際に交流
- ・ラグビー・トップリーグの観戦

【今後の取組】

- ・今後も、各小学校において、タグラグビーの授業に取り組み、小学校段階からの体力向上を図る。
- ・ラグビー・トップリーグを観戦することで、「みる」「知る」の活動につなげていく。
- ・部活動との関連を図り、中学校段階の体力向上についても、今後研究していく。

【取組の成果】

- ① オリンピック・パラリンピック競技大会種目「7人制ラグビー」と関連させたタグラグビーを全小学校の授業で取り組み、町内タグラグビー大会を実施した。
- ② 意識調査を行い、「運動やスポーツをすることが好き」という質問に対して、肯定的な回答が小・中共に高まった。
- ③ 保護者が観戦する中で、町内タグラグビー大会を開催したことにより、「応援する」「応援される」機会となり、運動への気運が高まった。

【取組の内容】

○タグラグビーの実施

・ラグビーの本来のルールに近づけた取組

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会種目「7人制ラグビー」と関連させ、今年度も全小学校の体育科の授業において、タグラグビーの授業を行った。

昨年度は、簡易的なルールで進めていたが、今年度はラグビーの競技特性を理解し、本来のルールに近づけた（学校によっては、本来のルールで）取組が見られた。

特に、パスをした後にオフサイドポジション（ボールより前）に行かないルールの導入により、運動量が圧倒的に増えたため、体力向上につながった。



○町内タグラグビー大会の実施

・小学校全校で交流

ラグビーのトップアスリートを招いて、町内タグラグビー大会を実施した。

保護者が観戦する中で、小学校全校で交流するだけでなく、トップアスリートと交流することで、ラグビーを楽しむことができた。このような機会を通して、運動する気運を高めていった。

今後は、トップアスリートと関連するラグビー・トップリーグを観戦することで、「みる」「知る」の活動につなげていく。



コラム2 体育科・保健体育科における ICT（一人1台端末）の活用② - 授業改善 -



これまでも複数に1台はPCやタブレットなどのICT端末がありましたが、一人1台になることにより、これまでと何か変わるのでしょうか。



複数に1台の時、制約を感じたことはありましたか。



複数に1台では、個に応じたきめ細やかな対応には時間的・内容的な面で制約も見られました。

一人1台になると、

- ・繰り返し視聴することによる、**個に応じた学びが可能**になる
- ・自己の動きを即座に確認したり、自己の変容に気付いたりすることにより、**意欲が高まる**
- ・個々の記録等の学習内容とその効果の積み重ねの確認ができることによる、**意欲的・積極的な態度を涵養できる**
- ・授業以外の場での活用による、**学びの広がり**が期待できるなど、下の図*1のようなことが期待できます。



なるほど。

また、体育の授業で、学習カードを使用することがあります。学習カードは、これまで、多くは児童・生徒が手書きで記録を付けていましたが、**一人1台のICT端末を効果的に活用することで、手書きではなく、データを活用することも考えられます。**

例えば、運動の記録や学習の感想などを、児童・生徒が各自のICT端末にデータで入力し、教師がその入力されたデータを収集・分析するなどです。

記録がデータ化されることで、これまで、学習カード1枚ずつ確認していた時間が大幅に短縮され、教師は、つまずきに応じた指導・支援の準備に時間をかけることができます。

つまり、**一人1台のICT端末活用は、教師の授業改善にも役立つ**のです。



児童・生徒の学びの広がりや教師の授業改善にも一人1台のICT端末の活用は役立つのですね。一人1台のICT端末活用の具体的な方法について知りたくになりました。

コラム3 P.52 に続く

*1 体育・保健体育科の指導におけるICTの活用について（文部科学省）から