

「大牟田体力検定」チャレンジの取組を中心に

取組概要

「体力検定チャレンジ」として、4・5・6年生が長縄跳びや短縄跳びの検定に挑みました。異学年集団や個人の目標達成への活動を通して、教え励まし合いながら努力を重ね、異学年や同学年の友達と互いの努力の過程を認め合える取組となりました。



1 児童のよさと課題から

- 4年生2学級(40人)、5年生2学級(51人)、6年生2学級(70人)
- 職員数28名
- 本校の児童は友達との友好的な関係を築けないなどの課題があり、自尊感情が県の平均よりも低い傾向にありました。しかし、児童は体を動かすことが好きで、学校でも元気に活動します。そこで、児童のよさを生かした取組として、縄跳びの個人及び集団の目標達成に挑む内容を考えました。

2 目標を立て

- ☆ 友達の努力や成果を認めて、伝えることができるようにする。
- ☆ 集団と個人の目標を達成していくために、同学年や異学年の仲間と協力して、課題を見付け、解決を図りながら粘り強く取り組む態度を育てる。

3 鍛えて、ほめてみると

【目標設定】

(1) 市で独自に作成した縄跳び検定カードをもとに目標を設定

12月から2月初旬にかけて、児童は「おおむたっ子チャレンジカード」にある集団(長縄跳び)と個人(短縄跳び)の目指すマスター(目標)を明確にしました。

短縄跳びについては、学級でペアをつくり、互いに、自分が目指す目標を宣言し合い、時間を見付けて練習を始めました。

長縄跳びについては、メンバーで実際に試しの活動を行い、自分達の実態に合った目標を設定しました。

短縄跳び検定カード		長縄跳び検定カード	
とび方	回数	とび方	回数
1回まわし2回とび(個人)	10	1回まわし2回とび(個人)	10
短とび	10	2回まわし1回とび(個人)	10
片足とび(個人)	10	2回まわし2回とび(個人)	10
グーバーとび(個人)	10	3回まわし1回とび(個人)	10
あやとび(個人)	10	3回まわし2回とび(個人)	10
後ろとび	10	4回まわし1回とび(個人)	10
片足とび(後ろ)	10	4回まわし2回とび(個人)	10
グーバーとび(後ろ)	10	5回まわし1回とび(個人)	10
あやとび(後ろ)	10	5回まわし2回とび(個人)	10
交差とび(前)	10	6回まわし1回とび(個人)	10
交差とび(後ろ)	10	6回まわし2回とび(個人)	10
二重とび(前)	10	7回まわし1回とび(個人)	10
二重とび(後ろ)	10	7回まわし2回とび(個人)	10
二重あや(前)	3	8回まわし1回とび(個人)	10
二重あや(後ろ)	3	8回まわし2回とび(個人)	10
二重交差(むきさび(前))	3	9回まわし1回とび(個人)	10
二重交差(むきさび(後ろ))	3	9回まわし2回とび(個人)	10
三重とび(前)	1	10回まわし1回とび(個人)	10

「おおむたっ子チャレンジカード(裏面)」

【挑む】

(2) 強調週間と縄跳び集会で「挑む」場を設定

2週間の「強調週間」を設定し、業間休み(20分間)と縄跳び集会を開催して、全校一斉に目標達成に向けて挑む場を設定しました。

児童は宣言した目標を達成し、仲間から拍手されたりペアや異学年の友達から感謝されたりして、笑顔があふれていました。



目標達成に挑む児童達



目標を達成してほめられる児童

【ほめる】

(3) 縄跳び集会和各学級で「認め合う」場を設定

縄跳び集会では、児童は検定カードをもとに、異学年集団で自分達で目標を次々に達成していったことや、仲間が上達したことなどを振り返っていました。

集会委員によるまとめをプログラムに位置づけ、全校児童が仲間とともに目標達成できた喜びを伝え合い、互いに認め合えるようにしました。

その後、各学級で、これまでの努力の過程を書いて振り返りました。



異学年集団での振り返り

二重とかかできなかった、友達に手を  
をもっと早くまわしてしとかコツを教えてください  
もらって、毎日毎日練習してたらある日  
できるようになって、友達と一緒に喜  
んで嬉しかった。

学級での児童の振り返り



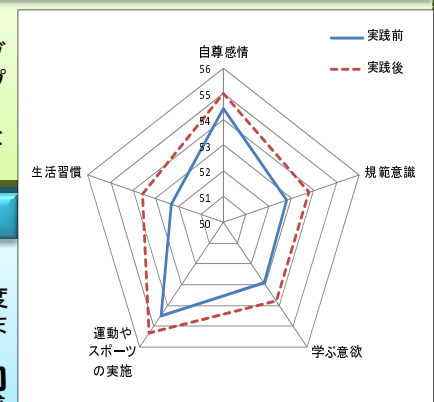
集会委員によるまとめ

4 こんな成果があった!

- SRT調査結果(男女別12グループ)では、1学期と比べて、特に自尊感情については10グループ、基本的な生活習慣については11グループに向上が見られました。
- 児童は、技の向上や日々の努力をほめられたことで、次の目標への達成意欲を高めました。

5 ココがポイント!

- ① 目標が明確な資料を提示することが大切!  
自分の力に応じた目標を設定でき、その達成度を可視化させることで、意欲の持続につながりました。
- ② 同学年、異学年集団の中で認め合うことが大切  
同学年でのペアや異学年集団でほめられたり感謝されたりすることで、自尊感情が高まります。



SRT尺度ツール結果