

活動概要

兵庫県西宮市、兵庫県丹波市、大阪府高槻市、大阪府島本町の対象小学生の基礎体力の向上を目標として、以下の活動をしている。

- ① 児童の基礎体力の向上を目指して独自に考案したトレーニングプログラム（教材）の提供、指導
- ② トレーニングプログラムに意欲的に取り組むためのモチベーション向上指導
- ③ 新体力テストの測定結果を活用するためのコンピュータソフトの開発、提供

活動内容

活動・研究・委託テーマ	新体力テストを活用した体力向上に向けての実践研究 —神経系へのアプローチを中心として—
対象となる地域・企業等	兵庫県西宮市、兵庫県丹波市、（大阪府高槻市、大阪府島本町）
活動学生（ゼミ・学年等）	ゼミの3・4年生
連携時期	12月から翌年度の10月
学外への広報方法	研究成果の社会還元促進に関する発表会 武庫川女子大学 地域活性化に関する懇談会 など
連携の内容・連携のプロセス	<p><連携のプロセス></p> <ul style="list-style-type: none"> ・小学校には保健体育の教員免許を持つ教員が少ないことから、保健体育の教員免許を取得して教員になることを目指して日々学んでいる本学の学生が、小学校に出向いて教員や児童に対して体力向上のために指導することは意義があると考えた。 ・そこで、西宮市教育委員会に相談し、紹介していただいた小学校に出向いて指導することになった。 ・丹波市とは大学が連携協定を結んでおり、小中学生の体力向上に関わってほしい旨の依頼が長井ゼミに来たため、西宮市と同様の取り組みをすることとなった。 <p><連携の内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・神経系が著しく発達する小学生に、基礎体力向上に向けての指導を行う（長期休業中を含む）。 ・新体力テスト統計処理プログラムを提供する。
地域面・教育面での成果	<ul style="list-style-type: none"> ・これまでの取り組みでは学生のみが指導し、指導回数に限りがあったため、大きな体力向上にはつながらなかったため、昨年度からトレーニング内容を精選するとともに、教員に指導してもらおう方式にしたので今後の結果に期待が持たれる。 ・丹波市では開発しているPCソフトを積極的に活用してもらっている。

コーディネートの課題や運営面での努力

<課題> ○同じゼミ生が指導に携われる期間には限りがある。授業や部活動があるため、小学校に頻繁に行けない。教員採用試験と重なる。○年度が替わると担任が替わるので担任団への説明を2度に渡って行う必要がある。担任団が替わるが、体力向上に向けてのスタンスを合わせていただくことも必要。ゼミ生が頻繁に行けないため、担任から指導していただく必要がある。○PCソフトを小学校内で使うにあたってセキュリティの関係で使えない場合がある。

<努力> ○児童の基礎体力向上という目標の共通理解のもと、小学校の先生、教育委員会、大学とが解決策を模索しながら一歩ずつ進めている。

活動内容PR(活動の様子・関係者からの評価等)

- ① 狭い空間でもできることを念頭に、大カードと小カードを使ったトレーニングを独自に開発した。この大カードと小カードは複数枚あり、組み合わせることで、様々なトレーニングをすることができる。組み合わせによって、難易度や強度を変化させることができることから、小学校低学年から高学年まで、それぞれの体力に応じたトレーニングをすることが可能である。

組み合わせ自由な大カード（現在7種）と小カード（現在15種）



- ② 継続的にトレーニングすることと、体育の授業を圧迫しないということを考慮し、教室内という狭い空間（教室や家庭）でもできるトレーニングを考案して、朝礼や終礼で実施していただいている。このことから天候を気にすることなく定期的実施できている。また、長期休業中も継続して取り組めるよう宿題を出している。

ゲーム感覚で出来ることから、児童は積極的に取り組んでいる。また、先生方の負担を減らすことに配慮し、前に立つリーダーは児童でもできるようにしたことから、児童は積極的にリーダーに立候補して取り組んでいる。

- ③ カードを使ったトレーニングプログラムは他学年でも活用いただいております。今後は神経系のトレーニングに加えて体幹や柔軟性を高めるトレーニングも開発していく予定である。新体力テストの統計処理ソフトは学年や年度を超えた統計などが可能なため、丹波市ではすべての小中学校が活用できる環境を整えていただいている。先生方からも好評である。このソフトもより進化させていく予定である。

