



特集 2

米沢市小学校体づくりプロジェクト アクティブチャイルドプログラム (ACP) の取り組み



米沢市小学校体づくりプロジェクトの概要と導入までの経緯

米沢市小学校体育振興会

1. はじめに

令和6年度より米沢市体づくりプロジェクトが始まりました。本プロジェクトの中核的な取り組みとして、日本スポーツ協会が開発し推奨するアクティブチャイルドプログラム (ACP) を採用し、市内全小学校において、教科体育の「準備運動」として取り組んでいます。本稿では、米沢市小学校体づくりプロジェクトの概要と開始までの経緯を紹介します。

2. 米沢市小学校体づくりプロジェクトまでの道のり

(1) 水泳記録会・陸上記録会の廃止

コロナウイルス感染症により、令和2、3年度と2年間にわたり水泳、陸上の各記録会が実施できない状況でした。その間にも児童の水泳、陸上に関わる知識・技能は、例年に比べ大きく後退していました。また、今後も感染防止対策が不要になるのか見通すことができない状況で、児童の体力向上をいかに保障するか議論が始まりました。

(2) 子ども達の体力の低下

令和5年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査によると、山形県の体力合計点は、小5・中2の男女いずれも全国平均を上回っています。しかし、体力合計点が高い時期に比べると、体力が戻っているとは言えない状況にあります(資料1)。また、小学生と中学生ともに、運動時間(体育の授業時間を除く)は減少しており、運動に対する意識は低くなっています。

(3) ACPへの着目

水泳、陸上の各記録会ができない状況に加え、子ども達の体力の低下が懸念される中で、全国で活動の広がりを見せているACPに注目が集まりました。そこで令和5年7月に講師に佐藤善人氏(東京学芸大学教授/学長補佐)を招き、小学校体育振興会会員を対象にACPの研修会を行いました。この研修会でACPの良さを実感し、校長会で米沢市小学校体づくりプロジェクトが策定されることになりました。また、本プロジェクトの展開については、米沢市小学校体育振興会が中心に進めることになりました。



▲ 研修企画部による ACP研修会の様子

3. 米沢市小学校体づくりプロジェクトの推進

小体振興理事会では、三つの部で米沢市小学校体づくりプロジェクトを運営しています。研修企画部 (ACP研修会の企画・運営)、調査研究部 (体力テストのデータ集約・分析)、教育情報部 (Classroomによる情報交流の場づくり) です。令和6年8月には、研修企画部によるACP研修会が行われました。この研修会では、佐藤善人氏からACPの理論と実技を指導していただきました。研修会では米沢市の小学校教諭45名が参加し、ACPについて学びました。今回研修会に参加した先生方を中心に、ACPの取り組みがさらに広がることを期待しています。また、体育科の授業にも変化が表れてきました。準備体操にACPを取り入れたことで、授業の導入場面から運動量が確保され、笑顔溢れる体育が増えてきたように思います。



▲ 準備体操でACPを行う様子

4. 今後の展望

今後は調査研究部による体力テストの分析を行っていきます。ACPが児童の体力向上にどのようにつながっているのか、“楽しい”体育の手立てを考えていきます。また、水遊びや水泳など運動領域によっては、ACPの開発が進んでいないものもあります。今後は教育情報部を中心に、米沢市の学校間の連携を深め、ACPの理解を深めていきたいと考えています。

(事務局 米沢市立窪田小学校)

引用(資料1について)

山形県教育委員会作成「令和5年度 体力・運動能力調査報告書」P3



アクティブ・チャイルド・プログラム (ACP) の実践について

1. 本校における取り組み

(1) OJT研修

本校では、校長がACPの指導者資格をもっており、令和5年度から本校職員が実際にACPの体験をするOJT研修を行ったり、周知する機会を設けたりしてきました。また令和6年度から、ACPの冊子を用意し、体育科の授業で活用できるようにしました。

冊子の内容は、

- ①集団作り ②投の運動 ③走る・跳ぶ運動 ④運動感覚を養う運動
- ⑤俊敏性を養う運動 ⑥器械運動につながる運動 ⑦表現につながる運動
- ⑧水泳時おすすめの運動

の8つに系統立ててまとめました。米沢市の各担任の先生に配られたACPの冊子のアクティビティを項目ごとに分類し直し、内容を追加したもので、運動領域ごとに実践を考えやすくなりました。

(2) 継続的な授業での実践

令和5年度から、体育科の授業開始時にしていた準備体操をやめた代わりとして、ほぼ毎回ACPを行っています。その時間の主活動につながるようなプログラムを行っています。ACPを行うことが目的ではありません。ACPのねらいは「子どもが体を動かすのが楽しいと思うこと」や「運動量の確保」なので、子どもが楽しめる鬼遊びなども頻繁に取り入れています。そして最大の魅力はアレンジ性です。人数や動き方、ルールや場の条件などをアレンジすることで何度でもACPを楽しんで行うことができます。継続していくと、授業の始まる前や一日の始めに「今日は何をするんですか?」と楽しみにしている児童の様子も見られました。今後も継続して実践していきたいと思っています。

米沢市立
万世小学校

令和6年度 万世小学校 ACP 実践例

- ① アイスブレイクや集団作りにおすすめの運動...2,3ページ
- ② 投の運動...4,5ページ
- ③ 走る・跳ぶ運動...6,7ページ
- ④ 運動感覚を養う運動...8,9ページ
- ⑤ 俊敏性を養う運動...10,11ページ
- ⑥ 器械運動につながる運動...12,13ページ
- ⑦ 表現につながる運動...14ページ
- ⑧ 水泳のときにおすすめの運動...15ページ



▲ ACPの実践例をまとめた冊子



▲ ACPの実践(中間休みに「ACP教室」)

2. 市内小学校における取り組み

他校でも様々な実践があります。まず小学校体育振興会のクラスルームを作成し、活動の共有が行われています。また朝の時間に毎週ACPを行う学校や、体育委員会の児童がACPを広めたり紹介したりする学校、教育課程の年間計画に最初からACPが組み込まれた学校などがあります。日常的に情報を共有できるように、今後も活用を推進していきます。



▲ 小学校体育振興会のClassroom