

学校番号

42

浄水小学校

全校児童数 764名

(男子382名 女子382名)

運動に親しむ浄水っ子の育成を目指して
運動意欲を高めるために

体力テストの現状と課題

学校全体の体力テストの現状と課題として、50m走のタイムや、柔軟性が市平均より低いことがあげられる。上記の現状を踏まえて、全校での取組として、体育委員会主催の「浄水ギネス」を導入することにした。縄とびや、ハードル走のような敏捷性、瞬発性を高める運動を取り入れた企画を行う予定だ。子どもたちの参加意欲を高めるために、様々な種目のブースを用意し、ランキング形式で競わせるように場を設定する。

浄水小学校は、運動の好き嫌いが二極化している現状がある。そこで、様々な運動の楽しさにふれることで、自ら運動に親しむ児童の育成をも目指したいと考えている。

実施内容

(1) 教科体育での実践

ボール運動(ネット型)の授業では、バレーボールを簡易化した「スローバレー」や、バスケットボールを簡易化した「ザースボール」を実践した。難しい技能を必要としない種目にアレンジすることで、児童の活動意欲が高まった。また、準備運動を行う際、体力アップメニューや、ボール運動に必要な定位能力や反応能力を高めるためのコーディネーショントレーニングを行うことで、活動意欲を高めた。

(2) 教科外体育での実践

体育委員会の児童が体力アップメニューを撮影し、学習用タブレットのTeamsで動画を共有化した。学校全体で体力アップメニューに取り組むことができるような環境を整えた。

(3) 体育的行事での実践

A：スポーツフェスタで行うEXダンス体操の振り付けを、ダンスリーダー(6年生児童)が考えた。学年が上がるごとに難易度の上がったダンスができるようにした。また、ダンスリーダーが休み時間に運動場で、インストラクターとしてEXダンス体操に取り組むことで、運動が苦手な子でも自由参加で気軽に運動できる場づくりをした。

B：1～6年生までの縦割り班に分かれて、長放課や授業時間に練習時間を設け、わくわく長縄大会を実施した。発達段階を考慮し、特別支援学級、1年生はぐり抜けるだけでもよいというルールにして、交流を深めながら楽しめる場を設定した。

実践した活動の様子



【スローバレーのゲームの様子】



【体力アップメニューを動画で紹介】



【休み時間にEXダンス体操に取り組む様子】

成果と来年度に向けて

EXダンス体操の取組により、運動場に出る児童が増え、運動意欲が高まった。教科体育では、設定を工夫することで運動が苦手な子も得意な子も主体的に運動に取り組む姿が見られた。来年度は、体育部を中心に体育教材を紹介し、全員が活躍できるような体育を目指していく。