

楽しみながら運動に親しむことを目指して

「協応性」「巧緻性」を高めるために

(2) 教科外体育での実践

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して、3年生以外は市平均よりも劣っている。特に、立ち幅跳び、50m走、ソフトボール投げの記録が低く、強い力をタイミングよく出す力が劣っていることが分かる。その原因として、夏場の猛暑やタブレットの利用で、学校や家庭で運動をする機会が減少したことが考えられる。その影響で、自分の体を思いどおりに動かすことが苦手な児童が増えたと普段の体育の授業の姿から感じる。

上記の現状から、様々な場面で協応性や巧緻性を高める運動をすることの必要性を強く感じた。

実施内容

(1) 教科体育での実践



【児童が楽しめる授業の工夫】

教科体育では、これまで行ってきた準備体操を必要最低限にし、授業の最初はその単元と関連させたコーディネーショントレーニングを取り入れるようにした。

また、児童が協応性や巧緻性を前向きに高めるために、8秒間でどれだけ走れたかを仲間と競い合う「8秒間走」、スペシャルオリンピックス日本や中京大学と連携して行った初体験のボール運動「フロアボール」など、運動が苦手な子でも楽しく行えることを大切にして授業を行った。



【投げ方教室の様子】



【運動会で根川っ子体操を踊る様子】

①投げ方教室や走り方教室の開催

体を巧みに使った走り方や投げ方を学ぶために、外部から講師を招いて出前授業を開催した。楽しく走ったり、投げたりする姿が見られた。

②根川っ子体操

協応性や巧緻性を高めるために、体育委員会が考えた自校のオリジナル体操を体育の授業や朝の学習の時間、運動会の開会式に行った。レクチャー動画を作成し、いつでも楽しく取り組むことができるように環境を整えた。

成果と来年度に向けて

児童が協応性や巧緻性を高める運動を楽しく行う姿を様々な場面で見ることができた。協応性や巧緻性が高まれば、「できた」「楽しかった」をたくさん経験することができ、さらに運動へ親しむ態度を高めることができる。来年度以降も児童が楽しみながら運動ができるような手だてを追究し、体力の向上を目指していきたい。