

# 運動大好き追分っ子

「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から、運動習慣がない学年での体力の低さが課題として挙げられる。

本校では、休み時間に外で運動をしている学年を中心に、平均値を大きく上回っていた。しかし、外に出たがらない学年を中心に、平均を下回る学年もあった。

そこで今年は運動を苦手とする子にも運動意欲を高めることを目標とした。そのために、全校での取組としてコーディネーショントレーニングや全校遊びを導入することにした。

## 実施内容

### (1) 教科体育での実践



体育では、授業の初めにコーディネーショントレーニングや体づくり運動を取り入れた。クラスの実情に合わせて、子どもたちが意欲的に取り組めるものを考えて実施した。この時間は、運動が苦手な児童も積極的に参加できるように、特に高い技術を必要としないものを中心に行った。ペア縄跳びや、動きを混ぜる運動などを繰り返し行ったことで、子どもたちの体育に対する意識が少し変わったように感じる。中には、「先生、今日はコーディネーショントレーニングやらないの」などと、楽しみにしてくれる児童もいる。今後も継続して行っていきたい。

### (2) 教科外体育での実践



教科外では、毎年マラソン大会に向けての7分間走を行っている。その中で、子どもの意欲や達成感を引き出すために、マラソンがんばりカードを使用している。一周ごとに色が塗れて、色が増えていくと山の頂上に近づいていく。特に低学年の児童は喜んで使用している。また、教師と一緒に応援しながら走ることで、児童の意欲を引き出している。

また休み時間には、全校児童が触れ合えるように担任が外に出てみんなでできる遊びを提案している。そして一緒に遊ぶことで、外に出てくる児童の数が増えてきている。

1月からは、高学年企画の全校遊びを週に1回程度行う予定でいる。

以上によって、最終的には教師の呼びかけ無しで、全校が楽しく進んで運動ができる状態を目指していきたい。

## 成果と来年度に向けて

運動意欲がもともと高かった低学年はもちろんのこと、中高学年も徐々に楽しそうに運動をする児童が増えてきている。今年度行った活動は、このまま続けていきたい。

来年度は、授業以外の時間にも「運動がしたい」と思うくらいに運動を好きにさせたい。今後行う全校遊びを、来年度は年度当初から行えるとよいと思う。