

体力テストの現状と課題

本校では、小規模校の良さを生かし、異年齢集団の友達と関わり合いながら、自己の目標を具体的にあって楽しさを味わいながら運動能力を高めることを目指している。

本校の体力テストの結果は、学年別では1年男子、2年男女、3年男子、4年女子で実施した全ての種目において市平均を上回っている。5年女子、6年女子もほとんどの種目で高い結果を残している。一方で、学年差、男女差、個人差が大きい傾向が見られるため、仲間と楽しく運動できる場を意図的に設け、協応力を高めていくことを通して、体を動かすことの楽しさに気付き、進んで運動に取り組むことのできる児童を育てていきたいと考えた。

実施内容

(1) 教科体育での実践

本校は、体育の授業を2学年合同で行っている。跳び箱やマット、ボール運動などでは、タブレットの動画機能を活用し、自分や仲間の動きを確認することで、手足や体全体の使い方をアドバイスし合ったり、チームプレーを修正したりして、協応性を高め、運動に意欲的に取り組むことができた。



【タグラグビー ボールを回す中学年児童】

(2) 教科外体育での実践

12月初旬に、マラソン記録会を実施している。およそ3週間、朝の活動の時間に全校児童が低・中・高学年ごとに決められた距離を走るマラソン練習を行い、一人一人のタイムを測定し、記録会では自己ベスト更新を目標に走っている。記録会後は児童一人一人「ベストタイム賞」を授与し、全員の努力を称えている。



【マラソン記録会（高学年部門）】

1月から2月初旬にかけて、なわとび検定を行っている。検定は15級から超名人まで24段階あり、上の級をねらって朝の活動や長い休み時間に、縦割り班や学年で教え合いながら、意欲的に練習に取り組んでいる。検定の最終日には超名人になった児童が、全校児童の前で難易度の高い技を発表する場を設けることで、多くの児童がさらなる上級へ挑戦する意欲を高めている。

成果と来年度に向けて

児童同士が関わり合い、高め合いながら、個々の目標に向かって進んで運動に取り組めた。運動が苦手な子も、仲間と一緒に活動することで、粘り強く運動に取り組み成長していくことができている。今後も、技能面では運動能力差があっても、みんなで一緒に運動することで楽しさを味わわせ、より成長できる支援の方法を模索していきたい。