

### 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、跳躍力や投力の低さが挙げられる。これは、本年度に限ったことではなく、ここ数年の課題である。

コロナ禍において、そもそも運動する機会が減ってしまったため、学校全体で運動をする機会を増やし、体力を向上させるような取組をしていく必要がある。

### 実施内容

#### (1) 教科体育での実践



【走り方教室 市川華菜先生から学ぶ】

##### ①水泳学習

3年ぶりの水泳学習を安全に行うために、保護者に対して泳力アンケートに答えてもらったり、学年単位で2時間の配当時間を設定したりすることで、着替えまで余裕をもって活動することができた。また、指導教師以外に+1の見守り教員を配置し、三人体制にすることで、より安全に学習できるようにした。

##### ②外部講師の招聘

名古屋グランパスや中京大学から講師を招き、簡単なサッカーの技術向上をめざしたり、より速く走るためのこつを教えてもらったりした。運動会の時期と合わせて招聘することで、子どもたちの意欲を向上させた。

#### (2) 教科外体育での実践



【大縄記録会 記録をのばせ！

ロープジャンピング】

体力向上をめざすために、体育委員会が大縄記録会を企画し、全校で行った。各クラスにPRしに行くことによって、子どもたちから全校に対して発信することでき、それぞれのチームの意欲向上が見られた。

体育の授業や休み時間で、練習をするように呼び掛けることで、各チームが記録更新をめざし、練習に取り組んだ。

記録会当日も、司会や記録などの運営を体育委員会で行った。

### 成果と来年度に向けて

#### 成果

運動する機会が大きく減っていたコロナ禍であったが、少しずつ機会を増やすことができ、体力向上につながったと考える。

#### 来年度に向けて

コロナ禍以前にできていた異学年でのペア活動を行ったり、集会を開いたりすることで、身体を動かす機会をより増やしていきたい。