

# 運動を楽しむ土橋っ子の育成

## 総合的な運動能力を高めるために

### 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、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、ここ数年の課題でもある。

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



【水泳学習 アイレクススポーツクラブで学ぶ】

##### ①水泳学習

市教委の水泳授業の民間委託モデル校としてアイレクススポーツクラブ豊田で、水泳学習を行った。事前に子どもの泳力調査を行いグループ分けすることで、各コーチがレベルに合わせた指導を行った。特に、初級では、スマールステップを繰り返すことにより、顔をつけられなかつた子が10m泳げるようになった。水泳の楽しさに目覚め、そのままスイミングに通う児童もいた。

##### ②外部講師の招聘

名古屋グランパスから講師を招き、簡単なサッカーの技術の向上をめざしたり、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、子どもたちが走る時の足の運びがスムーズになった。

#### (2) 教科外体育での実践



【大縄記録会 「ジャンピングロープ】

体力向上を目指すために、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。

楽しみながら跳躍力を向上することができた。

### 成果と来年度に向けて

#### 成果

コロナ禍で運動する機会が大きく減っていたが、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。

専門機関との連携で確実に技能を向上することができた。

#### 来年度に向けて

コロナ禍以前に実施し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。また、投力を向上させる運動を積極的に行いたい。