

「体力向上プラン2007」推進計画書と成果および課題

駒ヶ根市立東伊那小学校
学 校 長 小川 清美
記載責任者 青柳 智之

1. 昨年度の取り組みの概要と評価

(1) 取り組みの概要

- ・各学年、体育授業でのストレッチの実施。
- ・体育集会で、柔軟性を高める運動の紹介やゲームの実施。
- ・クラス対抗大なわ5分間跳び「大なわギネス」の実施。

(2) 成果および課題

本校は2年に一度新体力テストを行っており、本年度は実施年である(昨年度は実施していない)。前々回実施したときには「長座体前屈」が全学年とも全国平均を下回っていたため、柔軟性を高めるための取り組みを行い、前回テストでは改善傾向にあった。しかし、前回のテストでは「50m走」や「シャトルラン」での体力低下が目立っている。これらは、本校では前々回には無かった現象で、全体として体力が落ちてきたと思われる。この一因としては、全校読書・ドリル学習の時間を増やし、全校体育の時間を減らした(週1回 隔週)影響があるかもしれない。限られた日課の中で時間を確保する難しさを実感している。しかしながら、たとえ週1回時間が取れたとしても、それだけの運動では体力向上は望めず、『運動の継続性』が大きな課題であると考える。

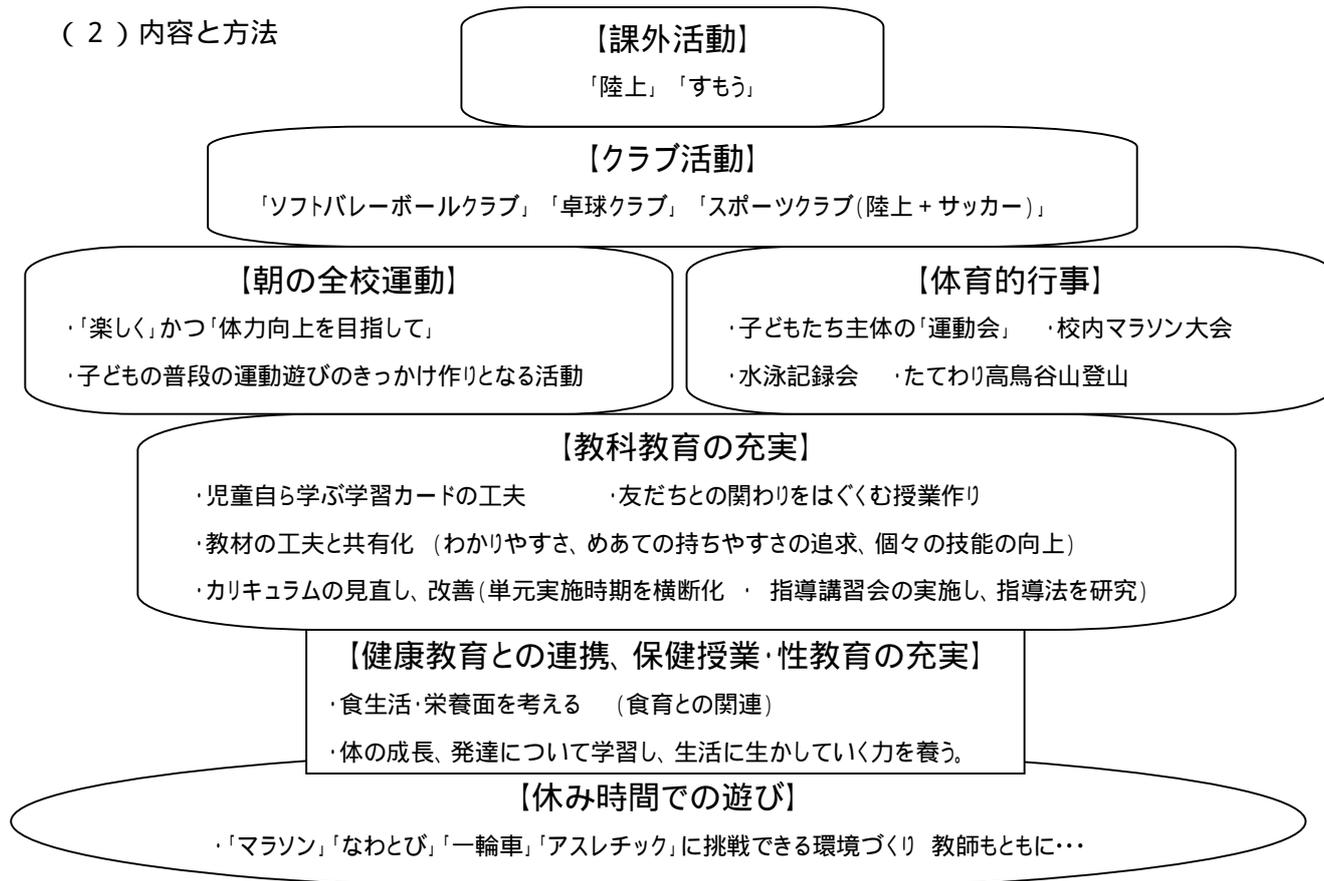
2. 今年度の取り組み

(1) 具体目標

テーマ「児童自らが目的を持って体を動かす習慣作りとその継続化」

具体的に…全校の半分以上の児童が毎朝マラソンコースを走る習慣をつける。

(2) 内容と方法



3. 評価計画

- ・各学級でマラソン参加者を把握する。
- ・記録用紙による自己申告。
- ・休み時間の子ども達の遊びの様子を観察する。

4. 今年度の取り組みの成果と課題

(1) 具体目標「全校の半分以上の児童が毎朝マラソンコースを走る習慣をつける」について

校舎の外周1周がちょうど500mになるようにマラソンコースを設置し、距離表示などを設けマラソンコースの存在を意識させるようにした。また、起伏に富んだコース設定にし、「心臓やぶりの坂」と名付けるなど、興味関心を持たせるようにもした。子ども達は友達を誘い合ってコースに出ることが多くなり、特に11月のマラソン大会の前には各担任の先生の声がけの成果もあって、ほとんどの全校児童がコースに出て何周もしている姿が見られた。しかし、マラソン大会が終わると声も少なくなり、冬場になって継続している児童は少なくなっている。学級によって取りくみ方に差が出てきているが、「児童自らが目的を持って体を動かす習慣作りとその継続化」というテーマからいくと、教師の呼びかけに左右されるのではなく子ども達自ら運動に取り組む姿を目指しており、来年度への課題となった。

(2) 教科教育の充実について

本校は体育科が専門の教諭が数年間不在だったため、教科書がない体育科は学習指導要領の内容が十分指導しきれていなかった部分もあった。また、指導法が十分理解されていない部分もあった。そのため年間指導計画を一部変更し、例えば跳び箱学習の時期を全学年統一して、指導法を話し合ったり高学年の発表会を計画したりして、指導法の研修も行った。来年度に向けて年間指導計画を見直し、さらに指導法研修を実施したり交換授業を行ったりすることにより、教科教育の充実を図りたい。

(3) 全校運動での取り組みについて

隔週で行われている全校運動では運動会前の練習のほか、「子ども達が運動の楽しさを味わいながら体力の向上を図る」というテーマで、様々な運動に取りくんだ。特に、グラウンド内に複数の運動ポイントを設け周回していく「サーキット運動」では、時間いっぱい夢中になって運動に取りくむ児童の姿が見られた。しかしこの時間も限られており体育科としては週1回を希望しているが、各方面から「ドリルの時間」「読書の時間」を確保するようにと話があるため、なかなか難しい。限られた時間の中でどう取りくんでいくのか、さらに検討をしていく。

(4) 自ら運動(遊び)に取り組み始めた姿

今年度新たに竹馬を購入し児童玄関前に置いたところ、朝から竹馬で遊んでいる児童の姿を見るようになった。子ども達は高い竹馬に挑戦したり、後ろに進んでみたりと、新しい遊びを考えながら取りくんでいる。また、冬場の運動にと、なわとびの技や回数を競い合う取り組みを始めた。自己新記録をエントリーし、毎日更新されるランキング表は玄関前に掲示されるもので、全部で18種目ある。子ども達はお互いに切磋琢磨しながら記録を伸ばしており、冬場は朝から帰りまで校内はなわとび一色である。

このように、教師による押し付けではなく、子ども達が自然に自ら運動をしていくような環境づくりが大切ということが示唆された。今年度以上に子ども達が様々な運動の経験ができるよう、仕組んでいきたい。