

「～させる」活動から、 「～する」活動の体力向上

長岡三島・下川西小学校

1 はじめに

運動する子どもとそうでない子どもの二極化、子どもの体力低下傾向などの実態がみられる。そこで、自ら進んで、運動や健康づくりに取り組む子どもを育てるために、リズムとメリハリのある体力向上を推進する教育が求められる。校長として、職員の意識改革を促し、子どもたち一人一人の実践力の育成に全職員で努めている。

2 体力向上を図る「チャレンジタイム」等

週に一回、学年部ごとに朝活動の時間に「さつきっ子運動」に取り組んでいる。この時間は、短時間でできる体づくり運動をしたり、サーキットコースを活用したりして運動している。さらに、職員に働きかけ改善を促し、その内容にコーディネーショントレーニングを加え、さつきっ子運動の充実を図っている。また、保護者に呼びかけ、家庭で取り組める運動を提案し、「親子でさつきっ子チャレンジ」を推進している。多様な動きをつくる運動(遊び)を中心に、カードを活用し親子での取組を記録している。

限られた学校生活の中で、リズムある時間を確保し、保護者の協力を得ることは大切である。そのためには、学校だよりなどで、具体的な子どもの実態に基づいたこの取組のねらい、子どもたちの努力や変化の様子などを丁寧に説明していくことが大事と考える。

3 体育授業などの指導力を高める取組

2学期を中心に、市の事業を活用して年12回程度、外部講師の専門家と一緒に、子どもたちの指導に取り組んでいる。この活動を開始するにあたって、①運動量を確保すること、②運動の特性に応じた楽しさを子どもに実感させること、③教師自身が学び力量を高めることを促した。その結果、体力低下が及ぼす影響を深く認識し、体力を向上させるための指導力を高めることができた。

また、全校スキー教室では、ボランティアとして地域住民や保護者に協力を求めて実施している。長年に渡ってボランティアとして参加してくださる方には、熟達した技能を身に付けた指導者もいる。地域の人材を活かし、その力を借りることは、教師の指導力向上につながっている。

4 おわりに

体力づくりは、子どもや教師がやらされていると感じると効果は望めない。体力づくりの意義と必要性を十分理解させ、自らめあてをもって、継続して取り組めるように、学校経営者としてコーディネータし支援していくことが、校長の使命である。