

自立を促す体力向上の取組

阿賀野・京ヶ瀬小学校

学校教育の最終的な目標は、自立である。そのためには、「知・徳・体」の3つの領域においてバランスのとれた教育活動を行う必要がある。本校では、自立を促す〇〇活動と称して様々な活動に取り組んでいる。

「体」の領域では次の3項目で重点化を図っている

- (1) 「シャトルラン」等の強化
- (2) 1日1回運動の奨励
- (3) 朝6時半までの起床と朝食への働きかけ

(1)について

今年度も「シャトルラン」に重点をかけている。これは、持久力を高めるとともに、つらいことに負けない忍耐力も養わせたいからである。そのために業間走を復活させ、職員も走っている。ここ2年間のマラソン大会では、歩く児童の姿を全くみることのできない素晴らしいレースを行っている。その他にも、県平均を下回る項目も取り上げるプログラムを開発して体育の年間指導計画に位置付けている。

(2)について

高学年になると、休み時間に運動する児童としない児童の二極化が表れてくる。次の学習への気分転換や毎日の運動量確保も兼ねて、身体を動かすことを奨励している。仲間づくりもねらって、毎週水曜日は、集団遊びの時間を設定して楽しく運動等を行っている。

(3)について

2年前までは、睡眠の大切さを教える学習に取り組んでいた。しかし、睡眠の大切さには気が付いたものの、早寝早起きの生活習慣の改善には結び付かなかった。そこで、早起きをする大切さを家庭に働きかけている。将来的には、早起きしてなんらかの取組を行い、おいしい朝食を食べることを目指している。

体力づくりの年間計画を立てることは、新教育課程編成作業そのものであった。学校行事等との関連を図った体育や保健の年間指導計画の見直し、運動量を確保した体育の授業改善、マラソン大会、五頭登山や市の陸上記録会等の各種行事への取組の見直しなどを行ったからである。また、体力づくりと他教科や道徳等と関連させる教育課程を編成すると、「知・徳」の領域にも大きく連動することが分かった。今年度はいよいよ新計画の実践の年である。