

体力の向上

新潟・内野小学校

1 運動好きに育てる

「運動大好き」「体を動かすこと大好き」の児童を育みたいと熱望しております。運動を楽しむ健康観を育むことは生涯にわたって大切なことと考えています。

体力テストは指標の一つとして重要です。体力実態を明らかにすることができるからです。数値以上に大切なことは、発達に応じた運動や遊び体験、集団の約束や社会のルールを学ぶ運動や遊び体験です。社会の変化から一層重要さを増しており、初等教育の基礎でもあります。取組の帰結として体力の向上も確実についてくるものと考えています。

2 プロジェクトチームを生かした取組

プロジェクトチームで体力の向上と食を窓口にした健康習慣の育成に継続して取り組んでいます。内野小の実態として、ソフトボール投げと50m走が低いこと、運動に対する意欲の二極化があげられます。また、生活習慣に関わって食育の重要性、きまりよい生活習慣の一層の定着をねらっています。体力向上の取組は①体育授業で投力を高める運動を取り入れる②職員研修により講習内容の伝達や授業に役立つ資料の提供③外遊びの環境整備や委員会イベントの共催による遊びの奨励をしています。健康習慣の形成に向けては①給食後の歯磨きの徹底②栄養教諭や養護教諭とのTT授業による食育・生活習慣病予防に関わる保健指導の継続(3年目)③年間6項目について学級活動での保健指導の実施という三つの観点から取り組んでいます。

チームの「意欲の二極化対応」「外遊びの環境整備」等々意欲的に解決しようとする姿勢を応援しています。

3 新たな取組として

家庭配付の校長室通信で次の内容で保護者に伝えました。「マラソン練習で考えたこと」と題して、「①走ることを楽しもう。②子どもの発達にあった運動負荷を見極めよう。③自然の環境を生かそう」の3点です。その実践編として委員会活動を生かした取組を始めました。当校は広い校地を持っています。しかし、近隣の宅地化等で傾斜地の利用がなされなくなり、雑草の荒地と化しています。そこで、まずは子どもが利用したことのない校地をクロスカントリーのごとく、ランランランニングと称して走り回ってみることにしました。まだ緒に就いたばかりの取組です。アスリート育成などからは遠く離れた取組ですが、「運動好き」ひいては「生涯体育を志向する取組」として発展充実させたいと考えています。