

【教育活動の名称】 塩っ子パワーアッププラン

【学校名】

長浜市立塩津小学校

1 本校の概要

本校は、全校児童 80 名の小規模校であり、学校の正面にふるさと公園という裏山があり、遊ぶ環境が整っている。冬季にはゲレンデとなり雪遊びに興じている。また、その他にも休み時間には異学年の児童達でドッジボールなどして元気に遊ぶ姿がみられている。しかし、体を動かすことより、校舎内で過ごす児童も多く、体力は年々落ちている。そこで、朝のすこやかタイムで週 2 回、坂道ダッシュやロープジャンプを行い、体を動かす機会を増やしてきた。

2 取り組んだ内容

(1) 体育科の授業での活用

マット運動でつまずきが多い動きは後転である。前転に比べ、背中を丸め、頭をしっかりおへそを見る形ができていないと途中で止まってしまう。従来までは、回転する感覚を身につけるため、マットの下に何枚かマットをひいて傾斜をつけていたが、時間と労力がかかっていた。今回購入したスロープマットを使用することで、準備が短縮し、運動する時間が十分とれることを期待した。

(2) 体力向上に関心を持つ

例年、新体力テストを 5 月末日に実施している。児童はその測定の時には自分の記録に関心を持っている。しかし、日が経つにつれその関心は薄れ、漫然と運動している。体力を向上させるためには、自分の体力がどのくらいあるのかを知ることが大切だと考え、握力計や長座体前屈機などを身近に使えるように配置した。もちろん、来年度以降の新体力テストでも使用し、スムーズに進行できるようにする。

(3) 運動できる環境を整備

休み時間、児童が自由にドッジボールやサッカーボール、野球ボールやグローブ、バット、バドミントン、テニスラケット、一輪車など様々な遊びができるようにしている。運動に親しみを持つことで、運動習慣が身につくと考えている。

3 活動の成果

(1) 体育科の授業

マット運動で一番躓く動きは、後転である。これまで、中学年の児童をはじめ、高学年でもうまく回れない児童は多い。そこで、支援の手立てとして今までマットの下にマットを敷き傾斜をつけて行っていたが、時間と労力がかかっていた。今回、このスロープマットを購入させていただき、手軽に準備ができ、傾斜もちょうどよく児童にも好評だった。何人もの児童が回る感覚を身につけ、平らなマットできるようになった。さらに適度な傾斜が低学年のマット遊びにも効果をもたらし、丸太転がりなどの運動も楽しんでできた。



(2) 体力向上に関心を持つ

学級に隔週で握力計を使えるようにしたので、児童は日常的に測っている。新体力テストより伸びたと実感する児童や、まだまだ足りないと感じている児童など様々だったが、自分の体力について知ることができた。こうした取り組みを体力向上につなげたいと考えている。



(3) 運動できる環境を整備

休み時間に様々な運動道具を自由に使えるように整備した。体育館では、異学年同士でドッジボールを楽しむ児童や、外ではバドミントンやテニス、野球や一輪車などを楽しむ児童が増えている。以前に比べ、休み時間を教室で過ごす児童も減ってきた。このように多くの児童が体を動かす遊びに親しむことで、児童の体力向上につながることが願っている。

