

すべての子どもが夢中になる運動

～できる・かかわる・楽しく～

妙高・妙高高原北小学校

1 はじめに

新学習指導要領の改訂の方針は、小学校、中学校及び高等学校を通じて、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフの実現を図ることである。学校段階の接続及び発達の段階に応じて、指導内容の体系化が図られた。今回の基本方針が出された背景として、「運動する子としない子の二極化」「子どもの体力低下」等が挙げられる。生活の利便性や生活様式の変化により、日常生活で体を動かす機会が減少しかことなどが「運動する子としない子の二極化」「体力低下」の一因となっていることは確かである。

これらの課題を踏まえ、当校では運動の楽しさを味わうことを大切にしながら、すべての子どもが運動に親しみ、更に夢中になって指導内容を身に付けることにより、楽しさの質を一層高めていくことを目指した。キーワードは「楽しく」である。

2 体力向上を図る「はつらつタイム」等の取組

週に1回、業間時間を使い、学年部ごとに「はつらつタイム（業間活動）」に取り組んでいる。この時間は、短時間でできる大縄跳びに取り組んでいる。活動は、1学期、2学期の2期に分け、2学期は、異学年（縦割り班）活動となり、高学年児童が低学年児童に跳び方等を教え、できる・楽しい等、「喜び」を共有している。

もう一つの活動は、「ゆうゆうタイム」である。この活動は、異学年で「遊び」を中心として体力づくりと交流を目的として思い切り遊ばせる。

3 体育授業における体力アップの取組

体力テストの結果では、当校の子どもたちは、握力と投力、柔軟性などの力が劣る傾向にある。体育授業の中に準備運動を兼ねて、柔軟運動メニューを取り入れた。

市体育指導委員の協力を得て、子どもたちが創り上げた創作柔軟運動である。課題解決のための運動を取り上げながら、体づくりに努めている。また、地域の特色である学校スキーも取り入れ、冬の体力づくりに取り組んでいる。

子どもたちが楽しく、そしてバランスのよい体づくりができるよう心がけている。

4 おわりに

体力づくりは、「小さなできた」を積み重ね、段階的に学ぶことである。子どもたちが楽しく体を動かし、できる喜びを味わえるよう指導の充実に努めていきたい。