

(児童生徒数9名)

【取組の概要】

- 体育授業や体育的行事と関連付けた内容で体力づくりメニューを構築している。
- 中休みと放課後を活用している。

【工夫点】

- 「ボール運動」、「鬼遊び」、「コーディネーショントレーニング」、「ラダートレーニング」を行い、全身持久力・スピード・瞬発力・コーディネーション能力の向上を目指している。
- 児童の実態に合わせて内容を調整している。



【ラダーを使って楽しく運動する様子】