

枝幸町立歌登小学校「体育・保健体育の授業以外の時間における子どもの体力向上及び運動習慣の確立に関する取組」
 (児童生徒数 36 名)

【取組の概要】

- 新体力テストの結果から、課題の見られた種目について、体力づくりの取組を行なっている。
- 年間を1節から5節に分けて実施し、1節及び2節は昨年の課題に沿った内容、3節及び4節は7月の新体力テストの結果から課題の見られた種目、5節は12月の新体力テストの結果を踏まえた内容の取組を行っている。
- 1節から2節は新体力テストに向けて、3節は校内持久走記録会に向けて、4節は12月の新体力テストに向けた体力向上をねらいとして実施している。

【工夫点】

- 歌小タイムにおいて、「シャトルラン」、「体幹トレーニング」、「持久走」、「柔軟」に取り組んでいる。「体幹」、「柔軟」では、指導部教員の見本を掲示している。「シャトルラン」、「持久走」では、記録表を児童に配付して記録化し、校内持久走記録会に向けて夏季休業中に家庭で取り組むことができるようにした。校内持久走記録会では、記録カード、頑張り賞、完走賞、記録更新賞を作成、配付した。



【体力づくりの様子】

時期	取組内容
1節 (4月18日から～運動会まで)	体育3分間：走 歌小タイム：シャトルラン
2節 (運動会後6月12日から～夏休み前まで)	体育3分間：上体起こし 歌小タイム：持久走記録 (雨の日シャトルラン)
3節 (2学期～校内持久走記録会まで)	体育3分間：走 歌小タイム：持久走記録 (雨の日シャトルラン)
3節 (校内持久走記録会～学芸会まで)	体育3分間：柔軟体操 歌小タイム：20mダッシュ
4節 (学芸会后～冬休み前まで)	体育3分間：柔軟体操 歌小タイム：シャトルラン
5節 (3学期)	体育3分間：柔軟・走 歌小タイム：なし 休み時間：シャトルラン音楽流す。

【体力づくり年間の取組】