

【取組の概要】

- 中休みの時間を活用し、「サーキットトレーニング」、「なわ跳び」、「一輪車」、「5分走」を行っている。

【工夫点】

- 週や曜日ごとに内容を変え、活動内容が偏らないよう考慮している。また、内容ごとの検定を、年に数回行い、表彰する機会を設けることで、意欲の向上を図っている。
- 新体力テストの結果を利用して、活動内容の検討を行っている。



【サーキットの様子】