

枝幸町立風烈布小学校

【児童数 8名】



【目標】

〈運動習慣〉

- ・ マラソン、一輪車、なわとびのいずれかの運動に週4日以上取り組む。

〈体力・運動能力〉

- ・ 新体カテストのすべての項目で自己記録を更新する。

【目標達成のための取組】

1 運動習慣



【工夫点】

- ・ 夏は「町内マラソン大会」に向けて、昨年の順位よりも上位入賞を目指してマラソンに取り組んだ。
- ・ 冬季は定期的に「検定日」を設けて体育館で一輪車、なわとびに取り組んだ。
- ・ 一人ひとりが目標を明確にすることによって、意欲的に取り組むことができた。

2 体力・運動能力



【工夫点】

- ・ 新体カテストの実施方法をしっかりと指導した上で、十分に準備運動を行ってから実施した。
- ・ 昨年の自分の記録を提示し、それを超える記録をめざして取り組めるようにした。

【結果】

〈運動習慣〉

- ・ 9月に実施した「町内マラソン大会」において、多くの児童が、昨年よりも順位を上げた。
- ・ 中休み前の15分間を「風小タイム」として継続的に取り組むことで、毎日体を動かす習慣が付いた。

〈体力・運動能力〉

- ・ 7月に行った新体カテストでは、89%の項目で昨年の記録を更新した。特に、長座体前屈とシャトルランでは、すべての児童が昨年より記録を伸ばした。