

## 上三川町立本郷小学校

児童数	学級数	内容区分（あてはまるものすべてに○を記入）
127	7	(○) 児童生徒の体力向上に向けてWEBサイト「とちぎっ子体力雷ジグひろば」を使った取組 (○) 新体力テストの調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組 ( ) 体力づくりに関する家庭との連携 ( ) 教職員の資質向上のための取組

### 1 ねらい

- (1) 各種運動の行い方および身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けさせる。
- (2) 運動に親しむことで体力向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

### 2 実施内容

#### (1) 補助運動の充実

新体力テストの結果から、50m走の項目において県平均のポイントより低い傾向が見られる。これらの結果をもとに各学年の体力の傾向を捉え、教科体育での補助運動を充実させる。

ア 補助運動の例について、『とちぎっ子体力雷ジグ広場』を参考にする。

イ 準備運動に鬼遊び等を取り入れ、走力を継続的に高めていく。

#### (2) 学校行事を体力増強の場としてとらえ、心身共に健康な児童の育成を図る。

通年を通して、様々な体育的行事に取り組むことで、運動に親しみ体力向上を目指す児童の意欲を持続させることに重点を置いて指導している。

##### ア 新体力テスト（5月）

- ・一人一人の体力テストの結果を配付し個々の課題に応じた体力づくりを考えさせたり、授業の中でサーキットトレーニングを準備運動として実施させたりするなど、個々の課題に対応できるようにした。また、臨時で体力テストの計測を行い、成長を実感させた。
- ・児童の体力や能力の実態をとらえ、自己の基礎的運動能力や体力の向上をめざす指針とした。

##### イ 校内相撲大会（6月）

- ・伝統文化である相撲に触れながら、切磋琢磨することにより気力と体力を養う。縦割り班対抗で全員が取組に参加する。活動場所は消防のホースを使った土俵に加え、本格的な土俵（大相撲の呼び出しさんが作ってくれた。）を使用した。また、安全面の配慮として、押し相撲以外の投げ技等を禁止にしたり、学習ボランティアが土俵の周りにつき、転倒等のけがを未然に防いだりした。これらのことにより、児童が本気で活動に取り組むことができた。また、その姿を異学年間でも共有し、全児童が夢中になって取り組む姿が見られた。

##### ウ 秋季大運動会（10月）

- ・練習の過程を通じ、協力して競い合い、頑張りぬく気力を育てる。
- ・集団行動を通して、規律正しい行動や体力の向上と心身の発達を促す。

##### エ 校内持久走大会（12月）

- ・あきらめずに最後まで頑張り通す体力と精神力を養う。

##### オ 校内縄跳び記録会（1月）

- ・縄跳びという運動に親しみ、最後まで自分の記録に挑戦する気力と体力を養う。
- ・8の字跳びは、上三川町立坂上小学校と通信大会として合同で行っている。

### 3 主な成果（箇条書きで簡潔にまとめる。）

- (1) 『とちぎっ子体力雷ジグ広場』のURLやQRコードを教員間で共通理解を図ることで、学校

全体として、授業のねらいに則した補助運動や指導を行うができた。特にボール投げやサーキットトレーニング等のポイントについて、動画を参考に実施することで、より効果的に技能を身に付けさせることに繋がった。

(2) 年間を通して、様々な体育的行事に意欲的に取り組むことで、運動に親しみ体力向上を目指す児童の姿が多く見られた。

#### 4 資料（画像または資料等を添付する。レイアウトは自由とする。）



5月 新体カテスト



6月 校内相撲大会



10月 秋季大運動会



12月 校内持久走大会



1月 長縄跳び大会（坂上小学校合同）