

地域全体で取り組む子どもの 体力向上

～楽しみ・鍛え・学び合う子どもの育成～

学校名 | **山形県**
山形市立第五小学校
全校児童数300名
(男子163名 女子137名)

小学校

実践内容

実施目的

- ①保護者代表及び地区の外部委員による「体力づくり推進協議会」を設置し、本校の健康・体力づくりについての課題と成果を共有化する。
- ②「生活改善」の取組や新体力テストを保護者と連携・協働して実施し、啓発を図る。
- ③地域の専門講師を招聘した運動教室等を実施し、児童の運動への関心を高める。
- ④手作りの教材教具を製作し、児童が楽しみながら体力向上を図れる環境をつくる。

実施内容

1 「体力づくり推進協議会」の組織運営（平成 17・18 年度）

(1)「体力づくり推進協議会」の組織（現在は、健康安全を考える三者連絡協議会に発展）
PTA、母親委員、体育振興会、食生活改善委員、幼稚園長等が参加。

(2) 主な協議内容 <年3回（6月・11月・3月）実施>

- ①本校児童の新体力テストの結果を全国・県平均と比較し課題について分析。
- ②器械運動の技能実態把握と技能・体力・運動感覚を高める体育の授業実践を紹介。
- ③生活改善アンケートの内容と本校児童の生活における課題の共有化。

2 保護者との連携・協働で行う生活改善への取組

生活改善アンケートの結果をもとに自分の生活を見つめ、改善していこうとする取組を保護者との連携・協働で行う。

- ①学校便り、保健便りによる健康体力づくりの啓発・生活改善の授業参観と講演会
- ②「早寝・早起き」「しっかり朝食と排便」「テレビ・ゲーム時間の制限（2時間以内）」の生活改善に向け、学校と保護者が一体となって取り組む。

3 地域の専門講師を招聘した運動教室

- ①全校児童によるエアロビクス運動（県健康づくり推進機構事業推進部長）
- ②学年発達段階に応じた陸上教室（大学の陸上部員との連携）
- ③6年生まで全員が25mを泳ぐことを目指した初級水泳教室（上級の水泳経験者）
- ④集団を生かすニュースポーツ（キンボール）の体験（地区指導員）

4 体力向上プログラムのための教材教具の作製

新体力テストの結果、「投力」が課題であったため、体育主任が運動奨励部で教具案を練り、技能技師に依頼して下記の教材教具を作製する。

- ①リングカントリー…輪投げをしながらのゴルフ版遊び。ホースでリングを作製。
- ②トレジャーボックス…低学年が得点しやすいように、ベニヤ板で箱型ゴールを作製。
- ③投力強化教具…自分に跳ね返るような的を斜めにし、繰り返し投げられる投てきの。
- ④二重跳び練習板…ベニヤ板に角材の脚を取り付け、スプリング機能をもたせた練習板。厚さも程よいスプリングになるように試行錯誤して作製。

実施上で工夫したこと

体力向上や生活改善のよりよい成果を得るために、地域の方々とのかかわりを①「連携」（お願い、理解していただくこと）、②「協力」（手伝ってもらうこと）、③「協働」（ともに取り組むこと）、と明確にして取り組んだ。

主な成果



- ① 地域・保護者が学校行事等に積極的にかかわり、体力づくりの課題や成果を共有することで、本校の運動に対して取り組む姿勢に共感を得ることができた。
- ② 全校エアロビクスが8年間、陸上教室が5年間と地域の外部講師によるかかわりが継続していくことで、本校教諭自身の児童への指導技術を学ぶよい機会にもなった。
- ③ 保護者と協働で取り組んだ「生活改善」は、朝ご飯を全児童が摂るようになった。



「体カづくり推進協議会」

健康・体カづくりの課題と成果について協議



全校一斉体カテスト

自ら希望する保護者がかかわっての支援



発達に応じた陸上教室

大学生ボランティアによる陸上教室



オリジナル教具の作製

技能技師の手作りによる教材教具の作製

ぶちこだま

第7号 平成19年 2月23日
発行・山形市立第五小学校
編集・広報文化部
担当・栗澤

平成18年度第2回学校保健委員会が平成19年2月18日(木)15:00 会議室で開催されました。

平成18年度疾病異常の状況 県と本校を比較して(健康診断時点の結果から)

- ・耳鼻科の疾病が多い。鼻の疾患のほとんどはアレルギー性鼻炎である。
- ・視力異常は、男子が概平均よりやや多い。
- ・う歯は男女とも処置完了者が少なく、男子は、未処置者も多い。しかし、男女共にう歯なが多くなっている。その他の歯疾患異常は重症虫歯、歯列、咬合、顎関節の異常等である。

平成18年度学年別欠席率では、県平均3.5日に対して本校は、1.2日という結果でした。

(学校目標の運動大好き・友達大好き・勉強大好きが成果をあげている結果の表れではないでしょうか)

山五小の生活改善 <テレビ・ゲーム2時間以内を考える>

1年間(4回)の調査の結果(目標達成率)

- 第1回 5月31日 52.7%
- 第2回 11月15日 34.7%
- 第3回 1月11日 54.7%
- 第4回 1月17日 62.2%



取り組み2年目の年度当初は、昨年度より良好で目標達成率が50%を超えたが、11月調査では、秋の夜長や生活改善の意識が薄れたためか元に戻った。

1月の始業式では、初日は年度当初までもどり、最終日にはこれまで最高の達成率を達成した。

(2回目の調査の結果が感かかった5年生の太田先生に聞きました。その時期にとても面白いテレビ番組があり友達との話についていけるようにとの思いもあったからでは、・・・。その後、良くなったのは学校で保護の授業があり自分のくらしを振り返る時期になったからだと思う、というお話でした。)

(今回は、学校保健委員のほか5年生の生徒達も参加してくれ、活発な意見や質問に答えてくれました。)

<子ども達と考えるテレビとゲームの時間>

- Q:ゲームは、持っていますか。
A:5人も持っています。
- Q:自分の部屋にテレビがありますか。
A:3人(土曜日は自分の部屋で見ている)
- Q:親との会話とテレビでは、どちらが長い?
A:5人もテレビでした。
- Q:テレビとゲームどっちが無くなると思う?
A:テレビ(5人・世界の動きが分からなくなるから)
- Q:決められた時間内でゲームをやめられないのはなぜか。
A:友達と同じものを持っていると、競うように次のステージへと進みたいと思ってしまう。
- Q:もしここで途中でやめられない。
A:もしこの後からゲームが無くなったらどうする。
A:ゲームの手入れ、マンガ本を読む、外で遊ぶ、義と遊ぶ。

*****その他、色々な学年会長長の質問に答えてくれました。*

学年会長から1週間のうち1日でもテレビを見ないで過ごしてみよう!

生活改善の意識啓発

保護者との協働による生活改善の取組