

家庭と共に取り組む 子どもの体力向上

和歌山県有田川町立
さしき
五西月小学校
全校児童数15名
(男子7名 女子8名)

実践内容

実施目的

- ①日常的に運動に取り組み、他とかかわり合うことにより、よりよい人間関係を築く。
- ②遊びや家庭においても運動に取り組む機会を設定し、運動の日常化を図る。
- ③一輪車やユニホック等、児童のニーズに対応した指導を行い、生涯スポーツに向けた実践を行う。

実施内容

1 家庭との連携

(1) 徒歩による登下校の奨励

登校に1時間近くかかる児童や山道を上ってくる児童がいますが、徒歩による登下校を保護者にも呼びかけることで、全員が雨の日でも徒歩で登下校しています。

(2) 基本的な生活習慣の定着に向けた取組

- ①給食だよりや保健だより等を活用して健康・体力づくりの啓発を行っています。
- ②養護教諭や栄養士を中心に朝礼時を活用して食習慣について考える食の指導を行っています。

(3) さしきっ子クラブの取組

保護者が指導者となり、器械運動やゲーム、遊びを通して体を動かす楽しさを味わわせる機会を定期的に設けています。

(4) 子育て5ヶ条の策定

かなや学園構想(保・小・中の連携)のもとで、子ども達のよりよい成長を支えるために、家庭で大切にしたい子育てのポイントを示しています。

2 運動機会の充実

(1) 体育朝会の設定

4月～9月は一輪車、10月～3月は長なわ跳び、持久走を中心に取り組んでいます。

(2) 体育授業時の取組

- ①授業のはじめに力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動や体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動を取り入れることを全職員が共通理解しています。
- ②全学年で系統立てた学習カード(なわ跳びカード、鉄棒カード等)を作成し、前学年の指導が次学年にも生かされるようにしています。

(3) 休憩時間の取組

①外遊びの奨励

業間の休憩時(20分間)、昼休憩時(45分間)は全員が外遊びをしています。雨の日は体育館を開放し、体育館で運動ができるようにしています。

②「みんな遊びの時間」(毎週火・金曜日の昼休憩)を創設し、全校児童で外遊びをしています。

(4) 夏休みの取組

プールでの遊泳時のはじめ20分間は、各学年のプログラムに基づいて練習に取り組んでいます。

実施上で工夫したこと

- ①保護者会や学校便り等を活用して、徒歩による登下校の効用や体力向上の啓発を図りました。
- ②月1回開催する保護者学級で児童の現状を伝えたり、保護者の希望を聞いたりしました。
- ③学校便りを活用して、記録会等の参観を保護者に呼びかけました。また、ホームページで水泳記録会やチャレンジランキングの状況等をできるだけリアルタイムに保護者に伝えました。
- ④新体力テストの結果を個人カルテにして保護者にも知らせました。学校と家庭が課題を共有して体力向上に取り組めるようにしました。
- ⑤一輪車は秋季運動会で披露し、なわ跳びは「きのくにチャレンジランキング」に登録する等、目標をもたせて取り組ませました。

主な成果

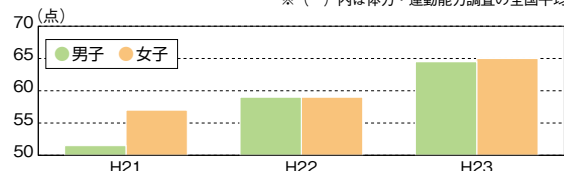
- ①「学校での取り組みを見に来てほしい」という子どもの声により、来校してくれる保護者が増えました。
- ②1年生が1学期中に一輪車に乗れるようになり、9月の運動会には全校児童による一輪車の団体演技ができるようになる等、児童のバランス感覚が向上しました。
- ③6年生の全員が500mを完泳し、3・4年生は一部の児童が300mを完泳しました。
- ④きのくにチャレンジランキングにおいて、一輪車リレー、長なわ・短なわとも上位入賞を果たしました。

●体力合計点の3年間の変化

(点)

現6年生	H21 (4年生時)	H22 (5年生時)	H23 (現6年生)
男子	51.5 (50.0)	59.0 (55.8)	64.5 (-)
女子	57.0 (49.8)	59.0 (56.4)	65.0 (-)

※()内は体力・運動能力調査の全国平均



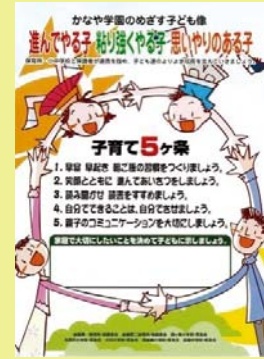
家庭と共に取り組む子どもの体力向上



登校時に山道を上る様子



親子で楽しむ「さしきっ子クラブ」



家庭で大切にしたい子育てのポイント5ヶ条

家庭との連携

養護教諭による朝礼時の指導



保健だよりの活用



昼休憩の「みんな遊びの時間」



体育授業 準備運動等の工夫



体育朝会の様子

運動機会の充実



夏休みの自由水泳



記録会等の保護者参観

