

## 「運動の好きなそして未来に夢をもてる、たくましい児童の育成をめざして」

須賀川市立小塩江小学校

### 1 事業のねらい

変化の激しい社会を担う子どもたちに求められている力は、「たくましく生きる力」である。子どもたちの心身の調和的発達を図るためには、運動を通じて体力を養うとともに、望ましい食習慣など健康的な生活習慣を形成することが必要である。幼いころから体を動かし、生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することは、「生きる力」の育成に大きく関係するものと考えられる。

本校においては、体力向上タイム（持久走、基礎運動）の実施や教科体育等の充実を図るなど体力向上に取り組んできたが、体力合計点で全国平均55に対して、本校の児童はと低い状況であった。特に、男子の運動能力の低下が顕著に見られた。

また、震災の影響によりプールが使用できないこともあり学校全体の泳力はかなり低い。

これらのことを踏まえ、本校では、幼いころから体を動かしたり、運動・スポーツとの「良い出会い」、「楽しい出会い」ができる機会を持ったりできる場を設定することで、運動の好きなたくましい児童の育成をめざしたいと考えた。

### 2 活動の内容

本事業を展開するにあたって

- (1) 基本的な生活習慣の改善
- (2) 基礎的な体力や運動能力の伸長

の2つの視点から運動の好きな児童の育成をめざしていく。

#### (1) 基本的な生活習慣の改善

- 基本的なしつけとともに、睡眠時間の確保、食生活の改善、家族の触れ合いの時間の確保といった生活習慣の確立は、健康的な生活習慣を形成するために大切である。本校では、PTAの今年度のテーマを「見つめよう未来を育てよう夢を」とし、連携を図りながら取り組んできた。早寝・早起き・朝ごはんの励行

ア 養護教諭による栄養指導

イ 食の安全教室による衛生観念の改善指導

ウ 学校便り、給食便り等による健康体力づくりの啓発



保健所による食の安全教室

以上の取り組みによって、朝ごはん摂取率が80%と高くなった、また、「早寝・早起き・朝ごはん」「排便の習慣」「テレビ・ゲーム時間制限」の生活改善に向けて、学校と保護者が一体となって取り組んできた。

## (2) 基礎的な体力や運動能力の伸長

### ○ 走力と投力，筋力の育成

#### ア 教科体育の充実

- ・1単位時間の中での運動身体づくりプログラムの実施
- ・走力・筋力を重視した体育科の1単位指導時間の充実

#### イ 小塩江タイムによる体力づくり

- ・ 持久走の練習
- ・ 遊具を使った運動
- ・ ブレインジム

#### ウ 体育科における外部人材の活用



J F Aサッカー教室



水泳教室2回実施



スケート教室実施

以上のような取り組みによって、運動・スポーツとの「良い出会い」、「楽しい出会い」ができる機会を持つ場が設定され、運動への関心が高まり、運動能力の向上が図られた。体力・運動能力調査の結果でも、平成25年度男子のA Bの割合が57%から、平成26年度は55%で、D Eの割合が24%から25%と横ばい状況ではあるものの、楽しさや達成感を味わうことが多かった。その結果、児童の運動へ能力の育成が図られ、児童の運動への親しむ習慣や意欲が高まったことがいえる。

## 3 成果と課題

### (1) 成果

- ① P T A活動として保護者と協働で取り組んだ「生活改善」によって、「朝ごはん」の習慣化が図られ、摂取率がさらに高まり望ましい食習慣が図られるようになった。
- ② 「睡眠時間の確保」、「早寝早起き」、「排便の習慣」等の取り組みにより、

心身の成長発達についての正しい知識を習得し、児童の健康や体力の保持増進が図られ、実践的な判断力や行動を選択する力を養うことができた。

- ③ 専門の指導者による適切な指導により、運動・スポーツとの「良い出会い」、「楽しい出会い」ができ、運動嫌いや体育嫌いが少なくなってきた。
- ④ 小塩江タイム、教科体育の充実により、体力・運動能力調査が、昨年度のテストと比べて、男子においては改善の余地はあるものの、女子に関してはAB段階が増え、DEの段階の児童が減少するなどの改善が見られた。計画的な計画により、効果が上がっていると考えられる。

## (2) 課題

- ① 外部講師を招聘するには、講師謝礼等にかかる経費や人材発掘のネットワークが必要である。
- ② 水泳に関しては、プールが3年間使用できず、今年度からようやく4年ぶりにプール学習を再開することとなった段階のため、泳力は十分に身に付いていない。今後も泳力向上を目指し、3年間の経験不足を埋めるためにも専門的なコーチ等から指導を受けるなどして泳力向上を目指したい。
- ③ 男子の体力が改善はされてきていないことが大きな課題である。休み時間に外に出る男子児童を増やすためにも、また、外での運動量を増やすためにも、サッカー教室を開催して運動の楽しみを見だし運動の好きな児童を育成したいと考える。
- ④ 冬の運動であるスケート教室を開催し、基本的な滑り方等を体験して普段できない氷の上での運動に慣れ親しむようにしていきたいと考える。