

# 心身ともに健康で

## 豊かな生活を目指して

久根別小学校

久根別小学校では、毎年体力向上に向けてさまざまな活動を行っています。特に、マラソン月間・なわとび月間をはじめ、さまざまな工夫を凝らした体育の授業など、児童が楽しく運動できる環境づくりに取り組んでいます。

今年度の体力テストは、全国平均を大きく上回る結果となり、楽しく運動できる環境づくりが、児童一人一人の体力向上につながっています。自ら進んで運動する姿は身の回りだけではなく、学校全体の良い雰囲気作りにもつながっています。

### マラソン月間

マラソン月間では、1周400mのコースを期間内にどれだけ走ることができたかを記録することで、友達や前回の自分の記録を超えようと、切磋琢磨する姿が見られました。

記録に応じた賞状を目指して、それぞれの目標に向かって取り組むことができました。

授業の時間だけではなく、休み時間も

グラウンドへ走りに行く児童が日に日に増え、積極的に運動に取り組む姿が多く見られるようになりました。



～マラソン月間（1年生）～

### なわとび月間

なわとび月間では、なわとび大会に向けてさまざまな跳び方で何回跳べたかを記録する個人種目と、クラスを2グループに分けて行う大縄跳びの団体種目に取り組んでいます。

マラソン月間と違い、自分との闘いだけでなく、クラス対抗の活動もあるた

め、周りを気遣ったり、鼓舞したりする姿にそれぞれの成長を感じました。



～なわとび大会（3年生）～

### 工夫した体育授業

本校では、苦手意識を持った児童でも段階を踏んで上達できるように、そして児童が楽しく体を動かすことができるように、さまざまな工夫を凝らした体育の授業を実施しています。

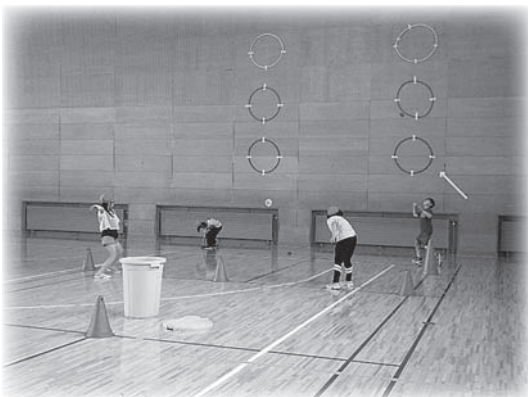
低学年のマット遊びや跳び箱遊びは、配置や場の設定を工夫した「忍者の修行」として実施しています。「投げる力」をつけるためには、体育館の壁に貼り付けたフラフープを的にして取り組んでいます。

また、マラソン月間の体育の授業では、コースにハイタッチ区間を設けて、走る

ことが苦手な児童も笑顔で走れるような場を設定しています。指導の中で、自然と笑顔があふれる場面が多くあることも、全校の体力向上につながっています。



～場を工夫した忍者（跳び箱）遊び（2年生）～



～体づくり運動「投げる」（5年生）～

（久根別小学校 教諭 生田 遼河）