

1年生

5月の学校教育重点目標『体をきたえ元気な子』

【走って、投げて、跳んで、伸ばして】



体育の授業では、校庭の遊具などを活用して、楽しみながら運動に取り組んでいます。体力の向上を目指して、道具を使って跳んだり投げたりしながら、体をたくさん動かしています。また、外部の専門家に来てもらいどのようにしたら、速く走ることができるのか教えてもらうことができました。今後も専門家と協力しながら子ども達の体力向上に努めていきたいと思っています。



2年生

5月の学校教育重点目標『体をきたえ元気な子』

【もっと速く走れるかな？体力向上体験授業】

27日（火）にリーフラスの体力向上体験授業がありました。速く走るためにはどんなことが必要なのかを、ラダーとミニハードルを使って指導していただきました。細かく足を動かす動きや太腿を高く上げて走ることなど、速く走ることはコツがあることを分かりやすく伝えていただきました。

子ども達からは「何だか難しそう・・・。」「簡単だね。

「できるかな。」など様々な声が聞かれましたが、いざ活動に入ると夢中になって取り組んでいました。ラダーの動きも最初は四苦八苦していましたが、慣れるとすばやくできるようになってきました。今後の走りが楽しみです。



3年生

5月の学校教育重点目標 『体をきたえ元気な子』

【暑い夏を乗り切るために、楽しく体力アップ】

5月下旬には、連日気温が高くなり、本格的な夏の到来も間近になってきました。夏の暑さに負けず、体力をつけるために、体育の学習の中でも持久力や敏捷性など様々な力をバランスよく高められるよう、工夫して日々の授業に取り組んでいます。

体力調査に向け、休み時間に体育委員会の6年生と一緒に反復横跳びや上体起こし、ボール投げの練習をしました。6年生にコツを教わりながら、楽しく体を動かすことができました。



6月の学校教育重点目標は、『自分で考え行動する子』です。

4年生

5月の学校教育重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【仲間と協力し、目標達成の喜びを分かち合おう】

4年生では、運動を通して、仲間と協力し、目標達成の喜びを分かち合えるような体育の授業に取り組みました。「リレー」の学習では、チームに分かれて練習に励みました。バトンパスの仕方や走り方についてアドバイスをし合ったり、チームの絆を深めるための工夫を考えて実践したりと、その姿は真剣そのものでした。タイム計測の際は、「ナイス」「ドンマイ」のかけ声や、熱のこもった声援がたくさん校庭を飛び交い、新記録が出るとみんなで喜びを分かち合いました。

その他にも、体力調査に向けて運動技能の向上が図れるような基礎的な運動を、ポイントを確認しながら行っています。これまで自分の記録を超えるべく、日々努力を積み重ねていけるよう指導してまいります。

写真は、リーフラス株式会社による体力向上授業の様子です。



6月の重点教育目標は、『自分で考え行動する子』です。

5年生

5月の学校教育重点目標『体をきたえ元気な子』

【過去の自分を超えよう！！】

体力テストに向けて、昨年度の記録を目標に練習をしてきました。体育の授業の中では、様々な種目を友達とペアになり、教え合いながら練習したり、記録を認め励ましたりして楽しみながらも目標を見据えて練習に取り組むことができました。

また、体育委員会では、休み時間に体育館で「体力アップ旬間」を行いました。体育委員会でない子もボランティアとして参加し、下級生にやり方や記録を伸ばすコツを教えることができました。やるべきこと、やらねばならないことに前向きに取り組むことができることはもちろん、友達と新たな楽しみを見付けながら取り組む姿に高学年としての頼もしさを感じました。



6年生

5月の学校教育重点目標『体をきたえ元気な子』

【自分で考え、動いて体力アップ】

5月は、気候的にさわやかな日が多く、運動をするのに適した貴重な季節です。月末に体力テストを控えていたこともあり、5年生のときの自己記録を振り返り、さらに向上したい力を見つけ出し、授業以外でも計画を自分で立てて取り組んできました。

東京アルファ（chromebook）を活用して練習内容を調べたり、自宅でできる取組（柔軟運動など）にすすんでチャレンジしたりして、自分の体と向き合い、体力アップにつなげることができました。

7月の日光移動教室に向け、体力向上への意識を保てるように支援していきます。



5月の学校教育重点目標『体をきたえ元気な子』

あおぞら学級では、体育の授業で、ラジオ体操と持久走に取り組んでいます。指導者の手本を見ながら、腕や足を大きく動かすことを意識させています。持久走では、曲の終わりまで走りきることを目標として、自分のペースを大切に走るように指導しています。

また、体力調査に向けて、5月の体育の時間は児童の体力を正確に測定するための練習に励みました。教室体育では、上体起こし・長座体前屈・握力のやり方やルールを確認し、校庭では立ち幅跳びやソフトボール投げ等の練習を行いました。子どもたちは実際に正しい投げ方を見たり、身体の中のどの部位を使うと上手にできるかを細かく確認したりしながら、前向きに取り組んでいました。これからも子どもたちの体力向上に向けて指導していきます。

