

本校の体力・運動能力、運動習慣等向上の取組についての評価

(1) 効果があった取組

- 2学期に実施した、体育委員会主催によるスポーツ大会の取り組み
- 昼休みの一輪車の貸し出しに加え、大縄の貸し出し
- 10月に行った体力向上タイムの実施（大縄とび）
- 学習サポーターによる短縄とびの指導
- 12月の持久走大会に合わせての持久走練習の取り組み
- 体力テストに向けての教師による体力アップのための研修会

(2) 改善を図る点

- 2学期のみだったスポーツ大会の取り組みを、2学期と3学期に一回ずつ取り組む。（1学期に計画・検討、2・3学期に実践）
- 大縄・一輪車のみではなく、他の道具の貸し出しも行う。新たに、ソフトフォームボールも購入したので、積極的に使用していく。
- それぞれの体力アップのための運動の取り組み（主に準備運動で）
 - ・握力アップ→肋木やたいこばし、鉄棒の運動
 - ・持久力アップ→時間走（3分間や5分間などの時間を計って走る。）
 - ・瞬発力アップ→20秒時間を計って反復横跳び行う。主に体育館。
 - ・投力アップ→二人組やグループに分かれてのドッジボールでのキャッチボール

今後の体力・運動能力、運動習慣等向上に対する取組

- 全員参加型のスポーツ大会の取り組みを年に二回実施する。（体力テストの結果を受けて、課題となる力を伸ばすための種目を選択）
- 福岡県子どもの体力向上広場「スポコン広場」チャレンジランキングゾーンへの登録を増やす。
 - ※スポーツ大会の種目を関連させ、記録を登録していくようにする。
 - ※教師の方を中心に紹介をし、中・高学年の児童だけではなく、教師にも興味を持ってもらえるようにする）
- 体力テストについては、専門教師による研修を行う。
- 体力向上タイムを定期的に行い、取り組む種目も増やしていく。
- 体育の学習時間ごとにラジオ体操を行い、体の柔軟性と運動を始めるストレッチの習慣化を図る。