

矢向小学校「体力向上1校1実践運動」実施計画
みんな大好き 運動大好き 矢向の森のロングタイム
 ～体力向上をめざした、ロングタイムの充実～

1. わらい

- ・運動への親しみをもつ。
- ・運動の日常化につながる運動経験の充実を図る。
- ・運動を通して、体力向上を図る。
- ・正しい生活習慣を送ることができるように、理解を深める。

2. 取り組みの方法

- ・給食終了後の休み時間である「ロングタイム」(12:50～13:30)を活用して、委員会が中心となって体力や知識を高めるための集会などを企画、実行し、全校児童の体力向上、生活習慣向上をはかる。
- ・体育朝会を通し、正しい集団行動の仕方、正しいラジオ体操ができるようになる。
- ・子どもの実態を生かし、授業や委員会での指導を教師が行っていく。

3. 実践の具体例

- ・運動委員会を中心とし、集会を通して、児童が運動に取り組む機会を作っていく。
- ・今年度の新体力テストの結果をもとに、運動委員会で全校で伸ばしていきたい体力について話し合い、ロングタイムを使って取り組める活動を考える。考えた活動を代表委員会に提案し、各委員会と連絡を取り合って、全校で体力を高めていこうという雰囲気を作っていく。
- ・保健委員会が中心となり、よりよい生活習慣についての知識を深める。

4. 実践計画案

月	集会など	わらいなど
5	紙鉄砲集会	紙鉄砲で音が鳴るということは、正しい投球動作につながる。正しい投球動作を身につけることで、投げる運動の技術向上につなげる。
6	ダンス集会	長年、矢向で行われている集会なので、児童も親しみがある。 ダンスを楽しむことで、運動への親しみをもてるようにする。 他学年のダンスを見ることにより、異学年交流のわらいも含むことができる。
	歯みがき先生、学校保健委員会	正しい生活習慣を送ることができるように、理解を深める。 自分の生活に生かす。
8 9	運動会ラジオ体操練習会	運動会で行われるラジオ体操の練習会。ラジオ体操は正しい動きで行うことで体力向上につながる。
10 11	矢向カップ 低:ドッチボール(柔らかいボール) 高:バスケットボール	球技を通し、運動に親しむ機会をとる。他学年との交流により、あたたかな人間関係を育むという異学年交流の視点もある。
12 1	マラソンカード	マラソンカードを通し、体力向上につなげる。寒い時期でもあるため、運動の機会をつくる。
2	短なわカード	短なわカードを通し、体力向上につなげる。寒い時期でもあるため、運動の機会をつくる。
	学校保健委員会	正しい生活習慣を送ることができるように、理解を深める。 自分の生活に生かす。
その他	体育朝会	正しい集団行動の仕方、正しいラジオ体操ができるようになる。

5. その他

- ・委員会で考えた活動については、代表委員会に提案するが、朝の打合せなどを通して、活動のわらいや方法などを職員に周知する。