

自然環境を活かし、日常活動で体カアップ!

安芸太田町立筒賀小学校  
 児童数 36人  
 TEL 0826-32-2513

実践内容

実施目的

本校は、運動が好きな児童が多い反面、運動や遊びの種類が偏ったり、固定化したりしており、多様な運動の経験は少ない。  
 そこで、以下の点に重点をおき、取り組んだ。  
 ○学校内外の環境を活かし、児童の体力向上につながる機会や環境を整備した。  
 ○日常の遊びや学習に多様な運動を取り入れた。

実施内容

1. バランス感覚と柔軟性を身に付ける

広大な緑の「芝生グラウンド」で、児童は体育科の授業で運動したり生活科の授業で虫とり・風揚げなどをしたりして思いっきり走り回っている。また、休憩時間は表校庭にある変化に富んだ「岩石園」で、おにごっこやかくれんぼ・木登りなど、体全体を動かして遊び、バランス感覚や柔軟性を養っている。

2. 持久力を高める

4月の遠足では、「長く歩くことを通して体力を向上させる」ことをねらいとして、低学年の児童は8.4kmの山道を、中、高学年の児童は「天上山(972m)」の登山を含む9.8kmの遠足に挑戦した。

水泳の学習やマラソン大会では、昨年の自分の記録を参考に目標を設定して日々の練習を行った。目標達成を目指すことで、多くの児童が自己記録を更新できた。

3. 集中力・体幹を鍛える

日本伝統の遊び「けん玉」の技の向上を目指し、練習に励んだ。けん玉の上達には、体幹のしっかりとした働きが必要である。また、友達と競い合ったり、教え合ったり、繰り返し練習することで集中力を養うことができている。

実施上で工夫したこと

○安全を考慮した環境づくり

岩や石、木立ちの中を駆け回るおにごっこやかくれんぼは、大きなケガを負う危険もある。そこで、シルバー人材センターに依頼し、岩石園の整備をした。花木の剪定や丁寧な下草刈りで、足元がよく見え動きやすくなった。

毎月1回、児童環境委員会が企画する岩石園の清掃活動では、春は草取り、秋は落ち葉掃きと、時期や季節を考慮して実施した。これらの活動は児童にとって、自分達の遊びの場を快適にするための自主活動となっている。

○地域の支援を得る

登山遠足は、地域の方や森林ガイドの方の協力がなければ実施することが難しい。遠足当日までの下見、登山ルートの確認、事前の登山道整備に加え、遠足当日の児童の安全確保など、地域の「天上山結クラブ」や森林ガイドの方の御支援を頂いた。児童はふるさとの山を体感するとともに、急峻な谷にある砂防堰堤を見て、防災の大切さを感じていた。また、校歌の歌詞にある「天上山」の頂上に登り、達成感を感じていた。

○外部講師の指導を活かす

日本けん玉協会西中国支部長の今田先生の御指導を受け、練習に取り組んだ。体幹のしっかりとした働き、指の使い方、肘の位置、ひざの使い方など、上達するポイントを学び、繰り返し粘り強く練習することで確実に技術が向上することを体験できた。

また、けん玉の練習が日常活動となるよう、毎月「けん玉朝会」を行い段位チェックを実施した。

さらに、保小合同学習発表会でけん玉の技を披露し、地域の方の称賛を得て、児童はやる気を高めている。

主な成果

1. 児童アンケートの結果、「休み時間には、できるだけ外(雨が降っている時は体育館)でみんなと遊ぶようにしています。」という項目で、肯定的回答の割合が、7月には83%が、2月には92%と増えている。また、「上級生や下級生と一緒に生活することが好きです。」についての肯定的回答の割合は95%となっている。日常の中で、児童は学年や性差を越えて誘い合い、日々の戸外遊びを積極的に楽しむことができるようになった。

2. 仲間と励まし合いながら登った登山遠足や、個々の記録更新に向けて支え合った経験などにより、児童が互いに励まし合いながら切磋琢磨する風土が醸成された。  
 3. けん玉の取組は、みんなで練習し、競い合い、教え合うことを通して、失敗してもあきらめず、粘り強く練習すれば確実に上達することを学んだ。これにより、何事にも真剣に取り組む姿勢、集中力や根気が身に付いてきた。



登山遠足 (4月)

校歌に謳われる「天上山」登頂!



保小合同運動会 (5月)

芝生のグラウンドでよいいどん!



岩石園での遊び (通年)

虫取り ごっこ遊び 木登り!



プール学習 (6月~7月)

水泳記録会に向けて! 泳力を伸ばすぞ!



けん玉道 (通年)

技名(飛行機)! 構え! はじめ!



マラソン大会 (10月)

保護者や地域の方の声援を受けて疾走!

広島県全体の総合評価AB割合 (%) との比較

