

1年生

5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【走って、投げて、跳んで、伸ばして】

体育の授業時には、校庭の遊具などを活用し楽しみながら運動に取り組んでいます。6月の体力調査に向けて、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、栄養士さんによる食育支援指導がありました。給食の作られ方や準備の仕方を教えていただき、給食が健康な体のもととなっていることがわかりました。



2年生

5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【去年の自分を超えて体力をのばそう】

1年生のときの体力調査の記録をもとに、学年全体として苦手種目であったソフトボール投げ、立ち幅跳び、20mシャトルランに注目し、体育の時間を中心に継続的な運動遊びに取り組みました。

ソフトボール投げや立ち幅跳びを意識した取組では、リズムや合言葉に合わせて「投げる」「跳ぶ」動きをしてみました。初めはぎこちなかった動きも、繰り返しのリズムに合わせて徐々にスムーズになっていき、体の動かし方を少しずつ身に付けていました。持久力を高めるため、体育の時間の準備運動と合わせて鬼遊びをしたときには、楽しみながら走り続ける子どもたちの姿がありました。どの子も苦手意識をもつことなく楽しく取り組める運動遊びは、自然と継続できる体力向上の機会となっていました。

立ち幅跳び移動
腕を振って「1, 2, 3ぴょーん！」



鬼が増え続ける「ふえおに」

3年生

5月の重点教育目標『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。

体育科の学習以外でも、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、ボール投げなどを体験しました。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月の体力調査では、自分なりの目標をもって意欲的に取り組めるよう指導していきます。



5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【体を動かすことに楽しさを感じて】

4年生では、「体を動かすことの楽しさ」を実感できるような体育授業を目指して、指導してきました。その中でも、校庭体育で取り組んだ「リレー」では、子どもたちが自分たちで声をかけ合って練習し、意欲的に体を動かす姿を数多く見ることができました。バトンパスのコツや走り方の工夫を話し合ったり、「ナイス」と声をかけ合ったりしながら練習に取り組むことができました。最初は「走るのが苦手だからどうしよう」と不安な気持ちを漏らす子たちもいましたが、学習が始まると技能の向上に向かって自主的に取り組む姿も見られました。新記録にチームのみんな喜び合ったり、上手いかなかったときはみんな励まし合ったりしていました。一つの目標に向けてチームで団結する楽しさを味わってくれていたら嬉しく思います。

その他にも、体力調査に向けた基礎体力の向上を目指して、体育の時間の最初を使って体を動かす基礎的なポイントを確認したり、休み時間に練習をしたりしています。家でもできる簡単な運動もあるので、実践して欲しいと思います。今までの自分の記録を超えられるように、ベストをつくして頑張れるよう指導していきます。



5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【何事にも100%の力で】

来月の体力調査に向けて、自己の力を100%発揮できるよう、体育の授業や休み時間を使って各種目の試技を行いました。めあてを決め、昨年度の記録を越えられるよう、外遊びやストレッチ等、できることに挑戦することを確認しました。健康な体づくりのため、ご家庭でも声かけのご協力をお願いします。

ハケ岳自然教室に向けての取組では、キャンプファイヤーで踊るダンス練習に全力で取り組みました。本番では思いっきり体を動かし、素敵な思い出ができました。また、天候の関係でハイキングのコースが変更になりましたが、宿舎から清泉寮までの片道1時間以上の道のりを歩き抜くことができました。



5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【 体力調査に向けて 】

昨年度の体力調査で課題となった「投げる力」の向上に向けて、今年度は体育委員会を中心に体育館に的が設置されました。体育の授業の始めに、的に向かってボールを投げる練習やサーキットトレーニングを取り入れ、体力の向上を目指して頑張っています。

5月23日（木）には、株式会社リーフラスから、外部講師の方に来ていただき、体力向上授業を行っていただきました。体力調査で行うソフトボール投げのポイントや、上達のための練習方法について、実演を交えながら、丁寧に説明していただきました。子どもたちも、実際にたくさんのボールを投げながら意欲的に参加していました。

また、休み時間に、外に出て走ったり、ボールを使って遊んだりする姿が多く見られるようになってきています。6月4日に、みんなの実力が発揮できるよう引き続き指導していきます！



5月の重点教育目標『体をきたえ元気な子』

【 体力向上への取組 】

あおぞら学級では、日々の体力づくりとして、体育の時間に5分程度の持久走を実施しています。毎回、一人一人が自分のペースを見付けて、走り続けられるように頑張っています。

また、6月4日（火）には体カテストを行います。そこで、5月は体育の時間は体カテストの練習に励みました。体育館では20mシャトルランや反復横跳び等を、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。いろんな運動に前向きに取り組む子どもたちの姿が印象的でした。

今後も、体力・運動技能の向上を目指すと共に、よりよい結果を出そうという向上心や、難しいことにも粘り強く取り組む気持ちを高めるための指導を続けて参ります。

