

殿山第二小だより

令和 4年 5月30日 第 8 号

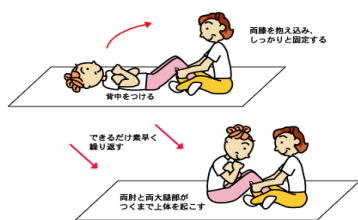
枚方市立殿山第二小学校

TEL:050-7102-9044

発行責任者 校長 山本 容子

今年も、①子どもたちの体力の現状を把握すること。
②子どもたち自身が体力づくりへの意欲を喚起すること。
を目的に、スポーツテスト（50m走・立ち幅跳び
・反復横跳び・上体起こし・握力・ソフトボール投げ
・長座体前屈・20mシャトルラン）8種目の測定を実施
しています。

昨年度の結果からは、大阪府の平均数値とほぼ同水準でしたが、上体起こしの記録は低めでした。このことは、腹筋の力や背筋の力に弱い面があるということが伺えます。スポーツテストを行うことで、子どもたち一人ひとりが自身の体力・運動能力を知り、その向上を目指していくように働きかけをしていきたいと思えます。



立幅とび (Standing Long Jump)



昨年度から午前中の休み時間を 5 分間延長し、25 分間の休み時間にすることも、子どもたちが思う存分運動場で体を動かし、友だちと遊びを通して交流する機会を増やすことをねらいとしています。また、体育科の授業では、楽しみながら腹筋や背筋を鍛えられる体づくり運動に取り組んでいこうと考えています。

スポーツ庁による運動習慣等アンケート結果からは、子どもたちの約 4 割は、以前と比べ運動やスポーツをする時間が減少したと回答しており、コロナ禍が子どもたちの体力の低下の一因になっていると推察されるということです。

また、これまでの調査結果からは、「体力がある」ということや「運動時間をとっている」という数値が高い人は、「達成感を味わうこと」「挑戦すること」「自己を肯定すること」についても意識が高いということです。

目標を決めて取り組むことで得られる達成感や、何事にも挑戦しようとする気持ちはとても重要であり、体力の向上の成果が子どもたちの自信となり、自己肯定感を高めることにつながっていくということです。『達成感』『挑戦』『自己肯定感』は、自らの体力向上に果たす『力』になるだけではなく、教科学習にも意欲的に取り組める大きな『力』となるはずです。そして、小学校時代の 6 年間は、骨格・内臓・筋肉の成長が著しい時期でもあるので、『体力づくり』は身体の内面と外面の成長には大きな影響を及ぼすということです。

子ども時代に、様々な運動に親しみ、体を動かすことの楽しみ・心地よさを知ることによって、『運動』を生涯にわたって続けていこうとする意欲を持つことが大切なことと思います。“体力” → “意欲” → “気力” の充実とつながり、子どもたちには、主体的に学ぶ楽しさをぜひ実感してほしいと思えます。

なにかをひとつ

やなせたかし

なにかをひとつ

しるたびに

なにかひとつの

よろこびがある

なにかひとつを

まなぶたび

なにかがひとつ

わかってくる

もつとしりたい

まなびたい

無限の道を

すすみたい

『勇気の歌』

フレール館

