

## 本校の課題に応じた体力づくりについて

体育主任

本校では、日ごろより「たくましい体の育成」を目指して、体を動かす機会を設け、目標に向かって継続して運動に取り組んでいます。現在は、新体力テストに向けて、子供たちが目当てを立て、業間や体育の時間に練習を行っています。新体力テストは、「子供の体力の状況を把握するとともに、日常生活における運動習慣及び基本的な生活習慣等の状況を把握し、その改善を通して、体力・運動能力を向上させること」を目的としています。

毎年の結果から、本校の運動課題である柔軟性を高めるために、子供たちは、火・木の業間休みに縦割り活動で長座体前屈を行っています。委員会の子供が中心となって、準備体操をした後、1mものさしを使って高学年が測定します。子供たちは、目当てをもって運動に取り組んだり、異学年と運動したりする楽しさを味わっています。また、毎回カードに記録していくことで、少しずつ記録が伸びていることを実感している様子も見られます。

これからも、たくましい上平っ子を目指して、学校全体で体力づくりに取り組んでいきます。

### さつまいも苗植え

上学年の子供たちは下学年の子供たちに苗を植える向きや深さを教えたり、土をかける作業を一緒にしたりして協力する姿がたくさん見られました。これからは、水やりを全校で当番制にして行います。大きく育ちますように。



### プール清掃

今年度は体育科の学習に加え、夏季休業中にもプール開放を行います。清潔な環境で気持ちよく使用できるように3～6年生の子供たちが時間いっぱい清掃をしました。担当場所の他、何か仕事がないかを見つけて積極的に清掃している子供の姿もありました。



### チーム高学年（5・6年）宿泊学習

呉羽青少年自然の家で一泊二日の宿泊学習を行いました。

1日目は野外炊飯での焼きそば作り、池や竹林等の自然の中での活動、月光ハイクを行いました。どの活動もチームワークを大切に活動できました。



2日目は、館内で竹を使った遊び「バンブーチャレンジ」と、「クライミングウォール」「スラックライン」の活動を行いました。班ごとに声をかけ合って協力したり遊び方を工夫したりできました。チームワークとともにねらいの一つであったフォローワークも見事に身に付けたように感じました。

今回の宿泊学習で、班の仲間と協力し合ったり友達の良いところを見付けたりして、チームワークを深めることができました。また、上平小学校の代表として立派に行動できました。

今回の学びをこれからの学校生活や行事に生かすことができるように支援していきます。

