

(1) 体力づくりの取組について

1. さくらオリンピック

運動会の代替行事として、「さくらオリンピック」を位置付け、運動に親しむことができるようにした。種目を制限し、1・2・3年生は「玉入れ」、4・5・6年生は「棒引き」を実施した。玉入れは、3年生が1・2年生に教えながら、3つの学年が楽しみながら活動を進めることができた。棒引きは、1つの棒につき、引っ張ることができる人数を2人とし、それに対して4・5・6年生が作戦を考えながら、協力して活動を進めることができた。また、児童会種目として「水運び」を実施し、異年齢集団による活動も行った。遊び要素を含んだ活動にすることで、どの学年の子であっても楽しく参加することができ、他学年の子を応援する姿も見られた。



2. 陸上記録会

桜尾小陸上記録会（男子）			
テスト項目	学年	小5	小6
50m走（秒）	本校平均	9.26	9.00
走り幅とび（cm）	本校平均	277.20	282.60
ソフトボール投げ（m）	本校平均	31.10	29.80

桜尾小陸上記録会（女子）			
テスト項目	学年	小5	小6
50m走（秒）	本校平均	8.68	9.10
走り幅とび（cm）	本校平均	274.33	256.86
ソフトボール投げ（m）	本校平均	22.67	21.43

5月に予定していた体力テストは実施できなかったが、5、6年生に限り、「50m走」「走り幅跳び」「ソフトボール投げ」の3種目を11月に測定し、山口市陸上記録会に参加した。「ソフトボール投げ」に関しては6年女子1名、5年男子1名、女子1名の計3名が入賞し、「50m走」「走り幅跳び」に関しても、5年女子1名が入賞した。

3. なかよし班遊び

11月から月に1回程度、「なかよし班遊び」を設けた。6年生が企画し、1年生から6年生までが一緒になって楽しく遊ぶことができた。高学年が低学年に遊び方を教え、優しく接する場面も見られ、全校児童が積極的に活動に参加することができた。



4. 休み時間

今年度は、休校明けの6月から暑さが和らぐ9月下旬頃まで、休み時間の活動が制限され、十分な運動量を確保できなかった。10月からは、中休みになると全校児童が外に出て元気に遊ぶことができている。各学級で、曜日を決めて学級遊びを位置付けたり、学年の枠を超えてドッジボールや鬼遊びをしたりするなど、元気に運動する姿があった。その他にも、竹馬や一輪車に取り組む子が増え、バランス感覚を養うこともできた。また、雨天時でも運動ができるように、体育館を開放している。密を避けるために2学年毎に割り振りをしながら、児童が安全に運動できるように配慮した。



5. 体育の授業の工夫

活動が制限されている中であっても、児童の運動量を確保したり技能を高めたりできるように、授業内容を工夫して体育を行った。縄跳びやマット運動、跳び箱など、個々で行う活動が多かったが、チームスポーツでも、密を避けるためにルールを変更しながら行うことができた。また、11月の中旬に、体育の授業の一環で、運動遊び促進事業として岐阜大学から講師をお招きして、運動遊びに取り組んだ。コロナ禍で運動不足の子どもたちのために、楽しく遊びながらできる運動について教えていただいた。児童にとって身近なじゃんけんやしりとり、鬼遊びを負荷のかかる形で工夫しており、息を切らしながら参加している姿が印象的だった。



今年度は、コロナ禍であっても、児童が運動に親しむことができるように活動を工夫しながら体力づくりを進めてきた。その時々状況に応じて、体育的行事や休み時間、体育の授業の在り方を考えながら、児童の運動能力向上のために様々な取り組みを行っていききたい。