

学校は、今…

SCHOOL REPORT 17

体力づくり
の取り組み

各学校では、子どもたちの体力向上のために、教育活動の中で体力づくりに取り組んでいます。今回は、小学校での取り組みとして、縄跳び運動とかけ足運動をご紹介します。

●学校教育課 ☎ 23局3679

元気に縄跳び運動！（高松小学校）

高松小学校では、1月下旬から約1か月間、毎日縄跳び運動を行っています。本年度は平成22年2月19日に、縄跳び大会を予定しています。短縄跳びでは、技術を向上させること、長縄跳びでは、フレンズ班（縦割り集団）での低学年と高学年の交流をねらいとしており、大会に向けて子どもたちはみんなで練習します。練習の時間は2時間目の放課で、フレンズ班の練習は昼放課などにも高学年を中心に行います。短縄跳びの練習は、全学年共通の「前回し」を2分間練習し、1分間休憩の後は学年種目の練習をします。1年生は「前回し跳び」、2年生は「後ろ回し跳び」、3年生は「かけ足跳び」、4年生は「あや跳び」、5年生は「交差跳び」、6年生は「二重跳び」です。

「子どもは風の子」。寒い日でも、外で元気に運動する子どもたちの姿、仲良く長縄を跳ぶ姿は、ほほ笑ましいものです。



▲短縄跳びの記録に挑戦！



▲フレンズ班で長縄跳び



▲新記録を目指してスタート！



▲ゴールを目指して激走！

寒さに負けないぞ！かけ足運動（泉小学校）

泉小学校では、学芸会が終わると、全校児童によるかけ足運動が始まります。2時間目の放課を使って、自分のペースに合わせて、5分間走ります。期間は11日間ですが、走っているどの子の顔も真剣です。

この11日間のかけ足運動の成果を披露するのが、校内持久走大会です。低学年は「600m」、中学年は「800m」、高学年は「1000m」を走ります。40年近く前から、学校南側の農道をコースとして使っており、保護者の応援の中、力一杯走る子どもたちの姿が見られます。泉小学校の過去の記録では、昭和41年（1年男子）、平成3年（1年女子）、平成8年（5年女子）のものが、いまだ破られずに残っています。平成16年には、6年男子で3分3秒という記録も残されています。昨年は、3名が新記録を出しました。今年も自己新記録、そして大会新記録を目指す子どもたちの挑戦が楽しみです。