

めざせ 大好きな自分！②

体力向上編

玉櫛小学校は、学校目標の1つの柱に「体力向上」を掲げています。ここ数年、毎年内容を少しずつ変えて取り組みを進めています。例えば、昨年は体前屈（柔軟）とソフトボール投げ（投力）に焦点を当てて取り組みました。今年は、昨年のソフトボール投げに加えて、新たに立ち幅跳び（跳力）に焦点を当てて取り組みを進めていく予定です。各クラスにおいて、年度当初の記録を計測しています。

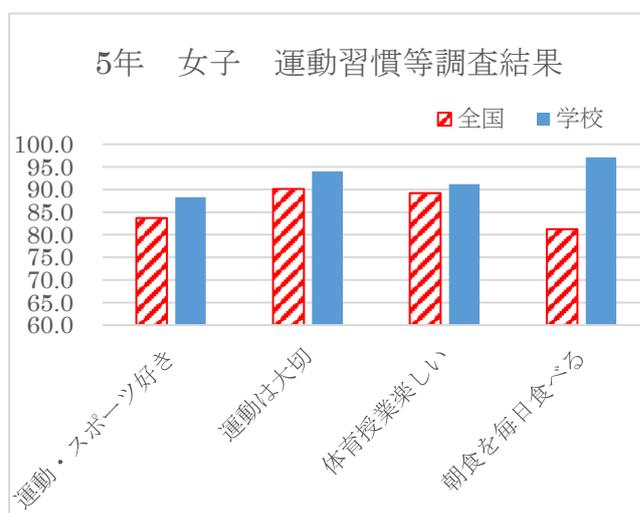
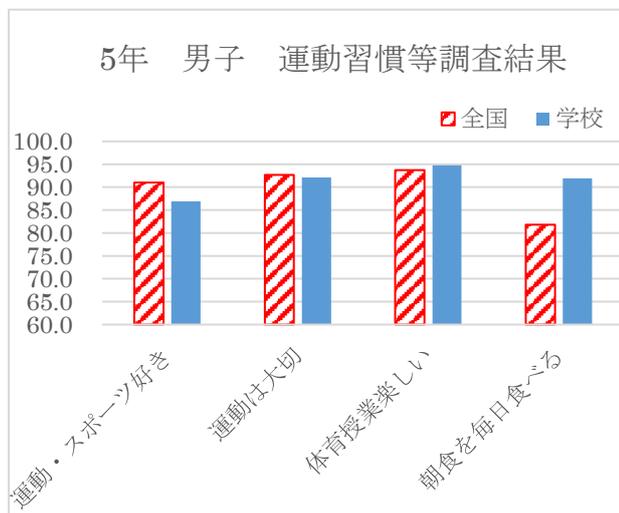
※体幹トレーニング

※投力・跳躍力の向上

→茨木っ子運動を体育の時間に取り入れています。4月にはポイントを押さえての指導のための教職員研修を行いました。また、投力について楽しい授業を工夫するための研修も合わせて行っています。

→おもて面に書いているように、記録を伸ばすためには、子どもたちの意欲を高める工夫が必要です。体育委員の児童の協力も得ながら、記録会を年間で数回行う予定にしています。

→春にスポーツテストを全学年で行い、玉櫛の子どもたちの体力づくりの指標とするようにしています。（コロナウイルス感染拡大防止の観点から実施していない種目もあります）



令和3年度の5年生に運動習慣についてのアンケートを実施したところ上記のようになっています。これは、茨木市のプランで言うところの**元気力**とも結びついています。男子でスポーツが好き、という子が全国平均より少ないものの、「授業が楽しい」と答えた子が全国平均を上回っていることは、日頃の工夫が子どもたちの意欲を引き出しているのかな、とうれしく思います。また、「朝食を毎日食べる」という項目もポイントが高く、お家でのご協力があると感じます。今後も、「楽しく」体力づくりを目指せるように取組みを進めて参ります。ご家でのご協力・ご支援を引き続きお願いいたします。