

かがやけ みんな元気な みなみっ子
～児童会活動を活かした体力づくり～
生駒市立生駒南小学校

(持久力・柔軟性・の運動能力でほとんどの学年が全国平均を下回る)

持久力(20mシャトルラン)
4年生男子29.97回(42.79)

反復横とび
5年男子36.69回(40.99)

柔軟性(長座体前屈)
4年生女子29.84cm(35.68)

立ち幅とび
5年男子148.50cm(156.04)

遊びが固定化さ
れていて単調

・基本となる1つ1つの動き
の習得が十分ではない。
・運動に親しむ児童とそうで
ない児童の2極化がある。

休み時間に教室で過
ぎすなど、十分に運動
に親しむことができ
ていない児童がいる。

体力向上モデルプラン集の活用

低・中・高学年部で同時期に同じ領域の
運動を計画することにより、体力向上モデル
プラン集等を参考にした教材の工夫を
推進する。

また、児童が自分の体の動かし方を知る
取り組みも積極的に行う。

体育ノート作成

体育の授業の注意点や確認事項、前年度
の体力テストの結果、年間計画などをすぐ
に見られるように、ファイリングして各学年
に配布した。また、未実施の領域がないよ
うに、年度末には体育年間計画の実施確認
を行い次年度へ引き継ぐ。必要な用具の確
認や購入も行う。

南小ギネス大会・のびのび活動

体育委員会が企画運営するスポーツ大
会。年3回行う。フェイントダッシュ(敏捷
性)・8の字大なわとび(跳ぶ)・シュート
ゲーム(投げる)等である。学級や学年の友
達と力を合わせて最高記録を目指す。の
びのび委員会が企画運営する遊びも実施
する。たてわり班の1～6年生が協力して
運動を楽しむ。

外遊びみんなでチャレンジ

「外遊び、みんなでチャレンジ！」に毎週挑
戦できる機会を設け、随時登録していく。ま
た、放送で結果を発表するなど、活動の様
子などを伝え、意欲を高められるようにす
る。

様々な活動の様子は、家
庭に伝えるなどし、結果は
校内に掲示する。

全国平均以上(走力・
持久力・柔軟性・敏捷性
の運動能力を含む6種
目以上)

1月中頃から2月中頃ま
での3週間を大なわ・短
なわ月間として集中して
指導する。

かがやけ みんな元気な みなみっ子

- 1 運動大好き みなみっ子
- 2 夢(目標)を持てる みなみっ子
- 3 とともに体力を高めあえる みなみっ子