

表彰受賞おめでとう

茨城県体力づくり関係表彰



体力づくり優秀賞 大規模校

体育の授業では複数の教員で個に応じた授業を展開し、児童の運動量を確保している。業間休みや昼休みは外遊びができる日をローテーションで設定し、グラウンドも学年ごとに場所を割り振り、コロナ禍でも感染対策を取りながら外遊びを推奨してきた。持久走大会の前には「ランニングタイム」を設け、児童自ら記録の向上を目指す環境を整えた。



体力づくり優秀賞 中規模校

「目指せ体力UP5%」がテーマ。体力テストの結果を基に、各学年の課題を分析し、学年の課題5%アップを目標に授業改善に取り組んだ。5%アップに向けた慣れの運動の導入と「できた!」、「楽しい!」と思える授業づくりを心掛けている。ロング昼休みや縦割り班活動など、児童が主体的に体を動かす場を設定する。異学年で遊ぶことも多い。



体力づくり奨励賞 小規模B

水戸市立 上中妻小学校

異学年交流が盛んで、児童は仲良く体を動かしている。コロナ禍による体力低下を防ぐため、家庭でできる運動にポイントを設定し、ポイントを貯める「体力貯金」を実施した。また、体育の準備運動として行っている「サーキットトレーニング」の内容を見直し、児童が苦手としていた投力アップ運動をメニューに取り入れ、成果をあげた。



体力づくり奨励賞 小規模A

広大な校庭や学校林を有し、その恵まれた環境を生かした体力づくりに取り組んでいる。月曜日のロング昼休みには全校児童で遊び、火曜日と木曜日の業間休みにはリレーやボールスローを行っている。また、起伏に富んだ裏山を歩いたり、ロープを伝って坂を上り下りするなど、体力はもちろん、巧緻性や柔軟性を高めることにも意を注ぐ。



体力づくり奨励賞 小規模A

「身体「いきいき」体力の強化・健康の保持増進」に取り組んでいる。毎週火曜日の業間休みには、楽しみながら弱点強化につながる動きを取り入れた「縦割り班遊び」を実施。また、週1回「ロング昼休み」を設け、教職員も一緒に遊びながら、子どもたちの運動量確保に努めている。体力の強化と健康の保持増進を両輪とした取り組みが元気につながった。



体力づくり優秀賞 中規模校

業間休みには芝生の広い校庭で、元気に外遊びを楽しんでいる。異学年で遊ぶ児童も多く、多様な遊びが体力の向上につながっている。体育委員会を中心に遊びの企画運営を行ったり、体力テストの各種目のポイントを下学年に教えたりしている。持久走大会前には週2回の「ランニングタイム」を設けるなど、学校全体で体力向上に取り組んでいる。



体力づくり奨励賞 大規模校

日々の体育授業の充実を図るとともに、休み時間の外遊びを奨励している。体育の授業では有効な運動学習時間を多く確保できるよう、シンプルで効果的な授業に留意した。その結果、運動好きな児童が増え、休み時間にも積極的に体を動かす児童が増えた。こうしたことから、体力テストの結果が向上。今後も運動の機会を増やしていく方針だ。



体力づくり優秀賞 大規模校

週1回の業間運動では、年間を通してサーキットトレーニングやランニング、バトンスロー、縄跳びを体育的行事と関連づけながら行っている。子どもたちは自分の目標に向かって意欲的に取り組むことで、体力アップを図ろうと頑張っている。体力アップの取り組みは、低学年と高学年が合同で実施したことで、全体の体力向上につながったという。