



15号 令和4年8月29日

<学校教育目標>

自ら伸びる ともに伸びる

校長だより(職員編)

呉市立市阿賀小学校
安宗 誠

この2学期、やり切りたいにと④

朝の会「体力アッププログラム」を見直す

<新体力テストの結果から見えた課題>

- 特に50m走(走力), 20mシャトルラン(持久力), 反復横跳び(敏捷性)

<課題の要因>

- 外遊びはかなりできているが, コロナ禍や熱中症対策等も影響し2極化が進行しているのでは?
- 正しい動きを徹底させる必要があるのでは?

<「体力アッププログラム」の見直しの視点>

- 1 50m走のフォームを意識させる運動を加える。→ ももあげ+腕振り等
- 2 敏捷性+持久力アップにつながる運動を加える。→ バービー等
- 3 形だけはやっているように見えても効果の上がる姿勢になっているかどうかを点検する。正しいフォームの徹底を図る。
 - ① 「ハンカチ振り」とき, 両足を前後に開いているか?
 - ② 「スクワット」でのかかむ深さやかかんだときの状態の姿勢は適切か?
 - ③ 机での「腕立て伏せ」での体幹の傾き具合は適切か? 等
- 4 目標を示して取り組ませていくか?(時間, 回数 等)

朝ごはんを食べていない児童をゼロにする

<児童アンケートや全国学力テスト質問紙から見えた課題>

- 全体的な割合が高いことで「よし」とはしない。数パーセント食べていない児童がいることに大いに課題意識をもつべき。

<取組の重点>

- 1 朝ごはんを食べていない児童に対し, 個別に取り組む。
- 2 保護者への個別のお願い, 本人に対し日々の声かけ・助言・評価を地道に継続する。

視力低下防止を意識化・行動化できる児童にする(90%以上)

<なぜ視力低下防止に力を入れるのか?>

- 1人1台タブレットの導入により, 視力低下の加速化が懸念される。

<取組の重点>

- 1 正しい姿勢チェック → 背筋を伸ばす。本は30cm, タブレットは50cm離す。
- 2 タブレット継続して使用する場合 → 30分に1度は目を離す声かけの徹底。
- 3 遠方凝視の習慣化 → 1日のどこかで1度は。

※ 学校全体で, 継続的にどんなことに取り組んでいくのか保健体育部で提案してください。