

体力向上のための取り組み

大野市有終東小学校 教諭 藤田 吉昭

子どもたちが楽しく体を動かしている姿を見たり、教員同士で教材研究や教具作りをしたりしながら、体育教師として学校教育に関わってきました。「体力づくり」に関しては、体育の授業はもちろん、業間体育や様々な大会等に向けての活動で、体を動かす楽しさや、できたときの喜びを味わう過程で体力向上ができるような取り組みをしてきました。

まず、体育の授業における体力向上についてですが、私は小・中学校両校種を経験しており、授業での取り組みとして特に大切にしてきたことが2つあります。その1つは、子どもたちの力量に合わせて場の設定を変えることです。運動が苦手でも『できた』という喜び、体を動かすことの『楽しさ』を味わわせてあげたいからです。もう1つは、一緒に体を動かすことを意識していることです。苦手な單元もありますが、一緒に活動することで、子どもたちにアドバイスできることもあります。技能の向上には子ども同士の対話的な活動はもちろん大切ですが、教師の模範披露は、教科書の写真や動画よりもわかりやすいものです。

また、日常的な体力向上についてですが、日常的に運動に親しめるように、現任校では、鉄棒やジャンピングボード（縄跳び練習用器具）、東っ子ジム（体力テストの練習場所）を設置するなど、休み時間に体を動かすことができる環境を整備しています。進んで体を動かす児童、難しい技にもどんどんチャレンジする児童が増えました。

体育教師は、子どもたちが成長し輝く姿を一番間近に見ることができる職業だと思っています。『楽しいよ』『できたよ』という言葉を聞くと、私もまたやる気が出ます。これから体育教師を目指す皆さん、子どもたちの輝きあふれる学校で待っていますよ。