

積極的な朝の時間の活用 「エンジョイタイム」

学校名 **長野県**
塩尻市立洗馬^{せば}小学校
全校児童数327名
(男子174名 女子153名)

実践内容

実施目的

- ①水曜日以外の毎朝15分間、「エンジョイタイム」を設け、夢中になって遊びながら継続的に運動に取り組み、体力の向上とよりよい身体の使い方を身に付ける。
- ②学級、学年、兄弟学級（1・6年、2・5年、3・4年）、地区別等様々な集団で運動することを通して、より広く深く友達とかかわるうれしさを実感し、楽しく運動・遊びをする。
- ③子ども自らが、遊びや運動の種類やルールを考えながら工夫して取り組み、遊びの量や質を高めることによって、生涯に渡って運動に親しむ態度を育成することができる。

実施内容

1 朝の時間を使ったエンジョイタイムの計画

(1) 曜日によるエンジョイタイムの計画

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
8:15	開始音楽放送				
8:20 8:35	エンジョイタイム (月毎の計画による)		全校の時間	エンジョイタイム (全校エンジョイ)	エンジョイタイム (学級エンジョイ)

(2) 月毎のエンジョイタイムの計画

4～5月	学級・学年別エンジョイタイム	8～9月	運動会練習
6月	兄弟学級別エンジョイタイム	10～11月	マラソン
7月	地区別エンジョイタイム	12～3月	室内運動遊びのエンジョイタイム

2 運動の基本的な内容

(1) 遊具を使つての運動遊び

鉄棒、ジャングルジム、登り棒、平均台等の固定遊具を使った運動遊び。

(2) 運動の用具を使った運動遊び

単なわ跳び、大なわ跳び等のなわを使った遊びやボールやその他の用具を使った運動遊び。

(3) その他、いろいろな体操やリズム運動

(4) グランドいっぱいを使った様々な鬼ごっこ

手つなぎ鬼、缶けり、網かけた、色鬼、氷鬼、かくれ鬼、陣地鬼等々の鬼ごっこ。

3 エンジョイタイム前に個々でチャレンジする、「朝マラソン」

- ①「世界一周歩け走ろう運動カード」に日数を記録しながら、百日単位ごとの達成の喜びを味わえる賞状（バッジ）を励みに、マラソンに取り組んでいる。
- ②朝登校した子どもから、自主的に約1kmのマラソンに毎日挑戦している。秋には、学校外の道も使い、マラソン大会も実施している。

実施上で工夫したこと

- ①運動に親しませながら、運動に挑戦していく楽しさや、できないことができるようになる喜びを味わわせるようなエンジョイタイムの運動の内容を吟味した。
- ②各学年の発達段階に応じた運動量の確保と、運動の日常化を心がけ、体力づくりを一層押し進めるためのエンジョイタイムの役割を検討した。

主な成果

- ①新体力テストの結果、5段階評価の内、総合評価Eの児童はいなかった。これらは、毎日エンジョイタイムを実施している結果であるととらえている。
- ②平成21年度9月末現在で、全校児童の欠席者が0名の日が6日あった。元気がよく、欠席日数が少ないことや不登校児童が全くいないことは、エンジョイタイムの効果である。
- ③エンジョイタイムにより、朝からみんなで遊びながら活動することは、楽しい学校にもつながった。学力の面にもよい効果をもたらしていると思われる。



全校エンジョイ 鬼ごっこ

校庭を使い、全校で赤白に分かれ鬼ごっこ



学級エンジョイ

時には、苦手な鉄棒でのエンジョイ



冬の縦割りエンジョイ

ペットボトルへ紙玉を入れるゲーム



筋力を高める運動

寒い冬でも体育館で、手押し車運動



雨の日の大なわ跳び

体育館で、雨の日はみんなで大なわ跳び



校庭でのドッジボール

校庭で、大好きなボール運動



外の遊具を使ったエンジョイ

校庭の遊具を使った平均台遊び



校庭でのジャングルジム遊び

ジャングルジムでみんなで昇降遊び