

外部指導者の活用

トップアスリートから学ぶスポーツのすばらしさや楽しさ

群馬県

榛東村立北小学校

全校児童数438名
(男子226名 女子212名)

電話番号 0279 (54) 3216

実践内容

実施目的

- ①「キッズアスリート・プロジェクト」を利用して陸上競技の日本代表選手を招いて、児童にスポーツのすばらしさや楽しさを伝え、運動に対する意欲や関心を高める。
- ②仲間とかかわり合う活動を通して、運動の楽しさや喜びを実感させ、体力向上のきっかけをつくる。

実施内容

1 外部指導者の活用「キッズアスリート・プロジェクト」

財団法人日本陸上競技連盟の主催で第38回「キッズアスリート・プロジェクト」を本校で実施（公式サイト <http://www.rikuren.or.jp/kids/>参照）

日本を代表するトップアスリートのデモンストレーション（トップ選手による競技披露）からスポーツのすばらしさや楽しさを学ぶとともに、「走る・跳ぶ・投げる」といったスポーツの基本を一流選手から児童に伝えてもらい（レッスン）、スポーツや陸上への興味・関心を喚起し、児童に体力向上のきっかけを提供する。

〈プログラム〉

1. デモンストレーション（①50m走 ②ハードル ③跳躍 ④投てき）
2. レッスン（①走る ②ハードル ③跳ぶ ④投げる）
3. リレーチャレンジ（4・5・6年生各代表児童と選手がチームを組んで対決）

2 仲間とかかわり合う活動

(1) 朝活動のがんばりタイム

仲間と一緒に体を動かすことで、運動の楽しさを感じる。

(2) 学校行事と合わせた取組

①運動会

表現運動として「北小ソーラン」を3・4・5・6年生の合同で心を合わせて演技を行い、集団演技の迫力やまとまりの美しさを伝える。

②持久走大会

持久走大会の前に、朝の活動や20分休みに校庭を走り、持久力の向上を図る。また、持久走カードを配布して周回数を記録し、仲間とともに目標をもって取り組ませる。

③長なわ跳び大会

クラス対抗で行い意欲を高めるとともに、なわ跳びを習慣的に行うことで心肺機能を高め、寒さに負けない体をつくる。

3 放課後の運動部の活動

練習に一生懸命に取り組み、大会（陸上・水泳）で自己ベストの記録が出せるようにする。

実施上で工夫したこと

- ①キッズアスリート・プロジェクトでは、保護者にも参観を呼びかけ、親も児童と一緒に感動を共有した。
- ②学校行事と体力づくりを結び付けて実践した。
- ③持久走大会では、がんばりカードを作成し意欲を高めた。

主な成果



- ①トップアスリートの来校により、運動のすばらしさや楽しさを実感することができた。帰宅し親に何度もその様子を伝える児童もいて、本物のデモンストレーションは児童に感動を与えてくれた。選手への応援の気持ちもめばえた。
- ②放課後の運動部（陸上・水泳）に参加する児童が増えてきた。特に水泳では、選手育成だけでなく泳げない子ゼロを目指し、泳力の向上を図ることができた。
- ③休み時間に異学年が一緒になってよく遊んでいる姿が見られるようになった。



キッズアスリート・プロジェクト①

ハードルのデモンストレーションです



基本レッスン①

リズムが大切です

小学校



キッズアスリート・プロジェクト②

走り幅とびの基本レッスンです



基本レッスン②

さあ！ やってみよう



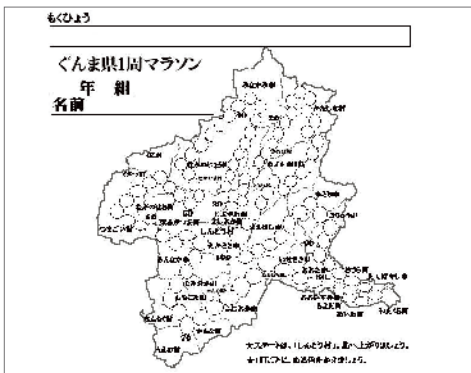
放課後の水泳部

4～6年生の約90名が頑張っています



運動会 北小ソーラン

心を合わせた演技です



持久走カード

自分のペースで毎日走りましょう



持久走大会

最後まで頑張れ！