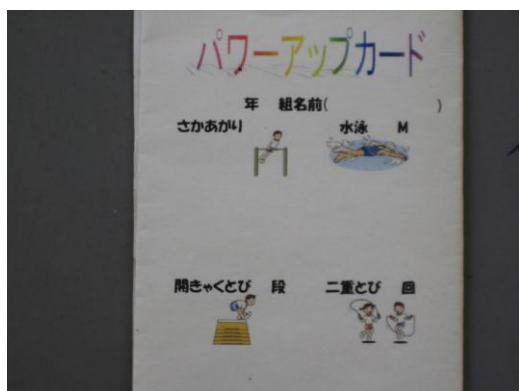
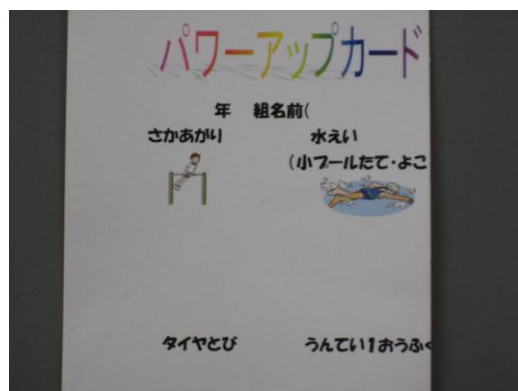


【内 容】 パワーアップカードによる体力づくり

1 「パワーアップカード」



3年生～6年生用



1・2年生用

2 内容

- 年間通して3年生から6年生は「さかあがり」「水泳」「とびばこ」「2重跳び」の4種目に、1・2年生は「さかあがり」「水泳」「タイヤとび」「うんていおうふく」の4種目にチャレンジする。
- 各種目に合格すると下記のシールをわたす。



- とびばこについてはチャレンジ週間を設け、昼休みに体育館で練習を行った。
- この他に、持久走11月中旬～12月中旬 なわとび1月～2月に行っている。

3 成果と課題

- 昼休みや放課後に鉄棒や雲梯で自主的に練習する姿がみえるようになってきた。また、とびばこでは「開脚跳び」で3・4年生はたて4段、5・6年生はたて5段を90%以上の児童が跳べるようになった。
- 課題として、早くからすべてできている児童への手立てを考える必要がある。