

みやぎっ子!元気アップ通信

2016年6月
第17号
宮城県教育委員会

「みやぎっ子!元気アップ通信は、子どもの体力・運動能力向上に関する情報や、『みやぎっ子!元気アップエクササイズ』の活用例などを内容として発行しています。体育の指導充実や家庭への情報提供の資料として活用ください。

各校でのスポーツテストの実施も、一段落ついた頃でしょうか?

はたして、今年度の我らがみやぎっ子の体力・運動能力はいかに…!?

スポーツテストは、子どもたちの体力の現状を把握するもので、決して「試験」ではありません。そのため、子どもたちの「最大限の力」を正しく測定することが大切です。

各学校においては、子どもたちの「最大限の力」を正確に測定できたかどうか、ぜひとも記録等の確認を改めてお願いします。

たとえば、欠席や体調不良、けがなどでスポーツテストを受けることのできない種目があった場合には、別の測定日を設定するなどして、その学年の総合評価を残せるような手立てをお願いします。12年間を通した体力運動能力記録カードを有効活用して、スポーツテストを、成長を実感できる機会としていきたいものです。ぜひ、子どもたちの全力の記録をお願いします。

体力向上のポイントは運動機会の創出です。

プラスひと手間で、学校独自の特色ある実践を!

○時間の確保

- ・学校行事の活用(体力向上プログラム)
- ・休み時間のまとめ取り
- ・始業前、放課後の活用
- ・清掃時間の交替制 など

○空間の整備

- ・休み時間や放課後の機能的な解放
- ・安全な活動場所
- ・ラインの常設(コース、コート等) など

○仲間の組織

- ・縦割り班活動、学年・学級活動など遊び集団の多様化
- ・委員会活動の活性化による自主的な活動 など

プラス

ひと手間

- ・教師も一緒に活動
- ・掲示物の工夫
- ・保護者や地域への協力要請
- ・自由に使える用具
- ・運動日誌の記入
など

～「未来を担うみやぎっ子」体力向上キャンペーン～ webなわ跳び広場

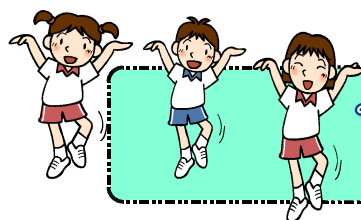
開催期間：平成28年5月23日（月）～平成28年7月8日（金）

体力・運動能力向上に向けた取組の一つのツールとして、参加してください！

～「未来を担うみやぎっ子」体力向上キャンペーン～ webなわ跳び広場



<http://miyagi-powerup.jp/strength/>



やってみよう
みやぎっ子！元気アップエクササイズ

このエクササイズの目指すもの

このエクササイズは直接体力を向上させるものではありません。学校の体育的な活動の中で行うことで子供達に体を動かすきっかけをつくり、動きを体験させることにより、体の動きを高めていくことをねらいとしています。

- 運動好きな子どもたちを育てたい
- いろいろな動きを体験させたい
- 短時間で手軽にシンプルな動きで
- 元気いっぱい！全身を動かす

宮城県教育委員会HP <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/supoken/exercise.html>

スポーツ健康課→学校体育→**元気アップエクササイズ**

ダウンロードして活用をお願いします。

『みやぎっ子！元気アップ通信』へのお問い合わせ

宮城県教育庁スポーツ健康課 学校安全体育班

TEL 022-211-3667 FAX 022-211-3796 MAIL: supokenga@pref.miyagi.jp

～スポーツを通して 活力と絆のある みやぎを創ろう～

