

2 教科以外の体育的活動による指導

(1) 教科以外の体育的活動における体力向上の取組

児童にとって、体力・運動能力の向上は、単にある種のスポーツ実践のためばかりでなく、広く生活全般にとって重要なことであり、現在のみならず将来にわたっても意味と価値があるという共通認識が必要になります。

平成14年度からの完全学校週5日制の実施に伴い、小学校の教科体育の年間総授業時数が105時間から90時間に削減されます。児童の発達段階に応じた体力の向上を図るためには、教科体育の取組ばかりでなく、教科以外の体育的活動及び家庭や地域社会における身体的活動の充実が求められます。

積極的に体力の向上を目指そうという気持ちになるためには、まず運動が好きにならなければなりません。

生涯にわたって運動に親しむための素地をはぐくむ小学生の時期には、いろいろな運動遊びを通して仲間との関わり合いを体験することが大切です。

どんな運動遊びがあるか、一緒に考えてみましょう。



仲間との関わり合いを体験するには、学校の運動部活動や地域のスポーツクラブもあるよ。

積極的に参加して、心身を鍛えるといいね。

