

# 氷見小土曜教室【西条市】

～地域ぐるみで子どもの体力を高めよう～

## ◆活動の目的・理念

- 水泳・持久走の専門的な指導を通して、スポーツを楽しみながら、体力の向上を図る。
- 楽しく泳いだり、走ったりすることで、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を図る。

活動場所	氷見小学校プール 氷見小学校運動場	対象学校区名	氷見小学校	子どもの平均 参加人数	21 人/日
開催日数 曜日・時間	土曜日	0 日	9 : 00 ~ 11 : 00	活動のべ 日数	8 日
	日・休業日等	8 日		土曜教育支援員 のべ人数	8 人
土曜教育サポ ーターのべ人数	0 人		ボランティア のべ人数	20 人	教員
参加者募集	小学校を通じてチラシを配布	連携・協力 機関・団体	氷見小学校、氷見公民館		

## 取組の概要

### <主な取組内容>

#### ●夏休み水泳教室

- ・3年生以上の児童で25mを泳ぐことができない児童のうち参加を希望する者を対象に、基礎的な泳法の指導を行う。
- ・泳力の向上を目指すとともに、仲間とともに運動することの楽しさや面白さを味わうことで、水泳に対する苦手意識をなくし、意欲的に練習に取り組みさせる。
- ・泳法の基本を専門的に指導することで、正しく効率的なフォームを身に付ける。

#### ●楽しく続けて走ろうRUNラン教室

- ・3年以上の希望児童を対象に、持久走の指導を行い、体力の向上を目指す。
- ・ゲームなど楽しく運動に取り組む体験を重視し、意欲的に練習に取り組みさせる。
- ・正しいランニングフォームを専門的に指導することで、効率的に走る感覚を身に付け、長距離をできるだけ楽しく走ることができるようにする。

### 児童の感想

- ・水泳教室→先生や友達に励ましてもらったのがうれしかったです。最後に25m泳ぎ切ることができたのでよかったです。
- ・RUNラン教室→ゲームが多くあって、楽しみながら走れました。よい姿勢で走ると速く走れることが分かりました。



(夏休み水泳教室(基本の泳法))



(RUNラン教室 長距離トライアル)

### <特色ある取組>

#### ●専門家による効果的な指導と職員研修の充実

水泳・持久走の指導ともトライアスロンの現役選手である地域の土曜教育支援員に、専門的で最新の指導をしていただいたことにより、短い期間ではあったが、児童のスキルが格段に向上した。ボランティアとして参加した教員も、指導の方法や技術について体感することができ、教員としての資質・能力の向上に役立った。

学校・地域・専門機関が連携し取り組んだ成果である。



(水泳教室 講師との交流)

## 事業を実施して

### 【成果】

- 水泳・持久走とも楽しく練習することに重点を置いて練習できたので、子どもたちが運動をより好きになった。
- サポーターとして参加した教員にとっても、最新で専門的な指導に触れることで、教員としての資質・能力の向上に役立った。

### 【課題】

- 参加する児童が思ったより少なかった。できるだけ多くの児童に参加してもらい、運動することの楽しさを体感してもらうことで、運動に対する意欲を高深めたい。