


(別紙2-①)

令和3年度 学校体育実技指導協力者派遣事業（子供の体力向上） 実施報告書

学校名	富士宮市立内房小学校
実施日	令和 3 年 10 月 8 日 (金)
実施集団	3 年 1 組 (9人) 、 4 年 1 組 (12人) 5 年 1 組 (7人) 、 6 年 1 組 (13人) 【 合計 : 41人 】
活動内容	・正しい走り方には3つのポイントがあることを教えていただいた。 ・「腕ふり」「ピッチ」「ストライド」を意識した動きについて、ラダー・ミニハードルを使って練習した。
<p>< 先生の感想 ></p> <ul style="list-style-type: none">・正しいフォームのポイントを分かりやすく教えていただいたことで、最後にはどの子もフォームがよくなり、速くなっていました。とても勉強になりました。・実際にやってみると難しい動きでも、何度かやるうちに覚えていたので、継続して練習することが大切だと感じました。・子供たちの気持ちを高めながら的確な指導をしてくださり、短い時間でも大きく成長したことが分かりました。指導者の視点からも勉強になることがたくさんありました。・動きに変化を入れながら、ショートステップによるメリハリのある指導をしていただき、子供たちの意欲・集中力が最後まで持続し、楽しく学ぶことができました。	
<p>< 子供の感想 ></p> <ul style="list-style-type: none">・速く走るコツを教えてもらえてよかったです。これから練習したいです。(3年生)・よい走り方ができるようになって、嬉しかったです。(4年生)・「腕ふり」「ピッチ」「ストライド」などを、運動会でも生かしたいです。(5年生)・走るコツがよく分かりました。今日学んだことを意識して走るようにします。(6年生)	
	

(別紙2-①)

令和3年度 学校体育実技指導協力者派遣事業（子供の体力向上） 実施報告書

学校名	富士宮市立内房小学校
実施日	令和 3 年 11 月 24 日 (水)
実施集団	1 年 1 組 (4人) 、 2 年 1 組 (10人) 3 年 1 組 (9人) 、 4 年 1 組 (12人) 5 年 1 組 (7人) 、 6 年 1 組 (13人) 【 合計 : 55人 】
活動内容	・長距離走のフォームを教えていただいた。 ・背筋・体重移動・腕ふりなどを意識した動きを身に付けるために、ラダーを使ったりジョギングしたりして練習した。
<p>< 先生の感想 ></p> <ul style="list-style-type: none">・長距離走にふさわしいフォームがあることを、ポイントを押さえて指導していただき、今後の参考になりました。・長距離走では、メンタルをコントロールすることが大切ということが、子供にとって分かりやすく、気持ちを高めることにつながりました。・同じペースで走ることが大事ということを一時間通して教えていただきました。普段ペース走をやらないので、とても新鮮そうに走っている子供の姿が印象的でした。・50m走のタイムで目安のスピードを知ることができて、ただ走るだけでなく、考えながら走ることができるようになったと思います。	
<p>< 子供の感想 ></p> <ul style="list-style-type: none">・いろいろなれんしゅうができてたのしかったです。(1年生)・色のレンジャーとして先生が教えてくれたので、楽しく学べました。(2年生)・自分がどれくらいのペースで走ればよいのか、ちゃんと分かってよかったです。姿勢よく走ることが大事だと分かりました。(3・4年生)・短距離と長距離では、腕ふりは同じだけどペースや呼吸法は違うことがよく分かったので、これからの練習に生かしていきたいです。(5年生)・50m走で目安のスピードを知ることができたので、持久走でも同じスピードを意識して走りたいです。走り方も、姿勢が悪くなってしまうことがあるので気をつけたいです。(6年生)	
