

小山田小

2025年10月31日

町田市立小山田小学校
校長 悴田 隆良
令和7年度学校だより 第7号
<http://www.machida-ky.jp/e-oyamada/>

芝生の校庭で体を動かして体力アップ

校長 悴田 隆良

10月の前半も残暑が続き、「今日も暑いですね。」と会話をしていましたが、中旬以降は過ごしやすい気候になりました。日によっては、朝夕は肌寒いような体感でした。私は暑がりです。汗かきなので、そのような日にも半袖のワイシャツで通勤していましたが、通勤電車で周りを見渡すと長袖のシャツや上着を着ている人がほとんど。体質による“季節感のズレ”を感じてしまいましたが、あらためて日本の春夏秋冬の時期が少し前とは違ってきていると思いました。

ようやく屋外の活動や校庭での外遊びで暑さによる体調不良の心配が少なくなりました。本校には芝生の校庭がありますので、子供たちには気持ちよく太陽の光を浴びながら思いきり体を動かしてほしいと思います。私の長い教員生活の中でもいろいろな校庭の学校がありましたが、天然芝の校庭は初めてです。スポーツ競技場のような美しい芝のグラウンドとは言えませんが、教職員やPTAの方々が気持ちを込めて整備しています。芝という植物はイネ科の多年草で、これからの季節は休眠して枯れたようになります。最近では天然芝と人工芝を混合したハイブリッド芝と呼ばれるものもあるそうです。芝は運動をしやすくするためのクッションとして植えられることが多く、また緑化の効果もあるとされています。

全学年で実施した今年度の運動能力テストの結果を見てみました。本校と全国の平均値を比較すると、本校の子供たちの実態にいくつかの傾向が見えてきました。

- ・握力（筋力）においては、全国と同レベルまたは男子で上回っている学年がある。
- ・長座体前屈（柔軟性）も、ほぼ全国平均値と同じか、女子で高い値の学年がある。
- ・上体起こし（筋持久力）は、多くの学年で全国平均値を下回っている。
- ・20mシャトルラン（全身持久力）は、2年女子で高い値だが、低い学年も多い。
- ・50m走も、全国平均値と同じくらいか、値が下回っている学年が多い。

上記の特徴で良いものはさらに力を伸ばし、向上させたい力については今後の課題として取り組んでいかねばなりません。そのために、体育の授業の充実や運動の日常化を図るための工夫・改善をしていくことが必要と考えます。芝生の校庭を活用することは、その視点の一つになるでしょう。

本校には「小山田フェスタ」と称する体力向上を目的とした取組があります。9月に第1回がすでに実施されました。次回は1月に行う予定です。また、年間を通して縦割り班で校庭と体育館で遊ぶ機会を設けています。いろいろな場面で子供たちの体を動かす能力を高め、運動に親しむ気持ちを育てていきたいと思っています。