

バランスボールを使った運動

扶桑町立山名小学校

フィットネス総合研究所所長の土屋真人先生をお迎えし、「体をほぐす運動」「体力を高める運動」「バランス感覚を養う運動」など3年生から6年生の児童を対象に担任とのTTで授業を行っていただきました。先生は、落ち着いて分かりやすく説明され、児童もののびのびと活動することができました。担任としても、楽しく、新しい教材に出会え、その指導方法を体験を通して学ぶことができました。バランスボールは、児童にとって、「体づくり」や「平衡感覚」を養うためにとてもよい教材なので、来年度はカリキュラムの中に入れ、本校の特色ある活動の一つとして全校で行っていきたいと思います。