

# 楽しく敏捷性を高める「おにあそび」と体育の準備運動

庄南小学校



## 【取組】

- ・委員会活動による「おにあそび」  
全校けいどろ、全校先生鬼ごっこ  
※庄南っ子タイム
- ・短時間で楽しく取り組む「敏捷性を高める準備運動」  
※体育の時間

## 【成果】

- 「おにあそび」
  - ・全校で行うことで普段は運動に消極的な子供も楽しみながら鬼遊びができた。
- 「敏捷性を高める準備運動」
  - ・体育の準備運動で短時間で取り入れることで、子供たちも継続的に敏捷性を高めることができた。
  - ・両足横跳び、両足前後跳び、もも上げ、足の入れ替え等、いろいろなパターンの動きをしたので、飽きずに敏捷性を高められた。

## 【課題】

- ・年間を通してもっと多様な鬼遊びを計画的に取り組むことでもっと敏捷性を高めることにつながると考えられる。