

高松市立塩江小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

ふるさと塩江を愛し、将来への夢や希望を描き、
自らの学力・人間性・体力を高めようとする子どもの育成
めざす塩っ子 ～元気に活動し、自分を高めようとするたくましい子～

【本校の課題】（28年度のデータから）

- 男女とも、多くの学年で20mシャトルランの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男女とも、5年生を除いて、握力の値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 9割の児童がスクールバス登下校のため、歩く習慣の確保が難しくなっている。

【現状】

業間や休み時間等には元気に運動場で遊ぶ姿が多く見られるようになってきている。運動場に、サッカーコート、ハンドボールコートを作ったこと、的当てゲームやバドミントン、フラフープ等で自由に遊べるようにしたこと、学年を超えて遊ぶ姿が見られる。各学年単学級で児童数も20人前後と少なく、同学年の他のクラスと競い合うことができないので、個人や縦割り班での競い合いが中心である。

【取組み】

すこやか体力づくり計画

月に1回、木曜日を「すこやか体力づくりデー」と設定し、昼休みの時間を35分に延長する。6年生の班長を中心に、遊びの内容を決めてグループで遊ぶことができるようにする。



チャレンジカードの実施

楽しみながら縄跳び・マラソンに取り組みこむことで調整力・持久力の向上につなげるためにも、チャレンジカードを設定し、各学年の上位の児童を表彰したり、積極的に各種運動に取り組んだ児童には、がんばり賞で努力を認めたりする。

遊びの日

月に1回、木曜日を全校生が外で遊ぶ「遊びの日」と設定し、昼休みの時間を35分に延長する。保健体育委員会が「ドッジボール・サッカー・相撲大会」などの遊びを企画し、提案することで、みんなが体を動かして遊べるようにする。



全校種目の実施

これまでの水泳・綱引きなどの縦割りのクラスマッチに加えて、全校で種目や内容を設定した、長なわ・ドッジボール・マラソンの大会を実施する。



持久力・握力の向上に向けて

- ・低・中学年において、うんていや登り棒など、遊具を使った運動遊びを学習の中に継続的に取り入れる。
- ・体育の学習において、全クラスで鉄棒運動の授業時数を確保する。
- ・朝の活動で、マラソン・なわとびタイムを積極的に取り入れていく。

【目標】

- 運動が好きと答える児童の割合を、H30年度までに90%にする。(H28: 83.9%)
- 1週間の総運動時間が0時間の児童の割合を減らす。(H28: 12.5%)
- 運動場や体育館で元気に遊ぶことで、たくましい児童を育成する。