

高松市立花園小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら考え、正しく判断し、主体的に実践する、心身ともにたくましい子どもの育成
めざす子ども像～健康で明るい子 仲よく助け合う子 めあてをもってがんばる子～

【本校の課題】

- 男女全ての学年で、長座体前屈以外の値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 女子では、1週間の縦運動時間が「0～60分未満」の割合が全国の約2倍となっており、女子の運動離れが進んでいる。
- 体育の授業が楽しいと答えた子どもの割合が2年連続して、全国平均を下回っている。

【現状】

休み時間等には元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるが、天候が良くても常に教室等で過ごしている児童もいる。そのため一昨年より、昼休みに体育館を開放し遊びを通して体を動かす楽しさを味わえる環境を整えている。

子どもたちは、大変素直で楽しく運動に取り組んでおり、体育の授業においては、学年や個人の発達段階に応じて基礎・基本が身に付くように指導している。

【取組】

全員参加の放課後陸上運動

9月～10月に陸上の運動を5・6年生全員参加で行っている。
運動に親しむ機会の少ない児童にも、この期間運動に取り組むことで、楽しさや記録の伸びを感じてもらい、進んで運動を行おうとする態度を伸ばしていきたい。

毎日エクササイズの実施

昨年度より、日常生活における姿勢保持を目的としたエクササイズを行っている。曜日ごとに動きを変えて取り組むことで、児童も意欲的に行える。片足を直角に上げ、且つ両腕を真上に伸ばすメニューもあり、筋力の向上にも繋がる。

遊びを通して運動に親しむ態度の育成

昼休みに学年を決めて体育館を開放している。
楽しみながら自然と全身持久力を付け、友だちと協力して集団遊びができるように、様々な用具を用意して環境を整えている。また、健康向上委員会が中心となり、積極的な外遊びを呼びかける。

縄跳びクラスマッチに向けての取り組み

大縄跳びを通して、なかまとともに励まし合ったり高め合ったりする心を育てる。また、学級で伸びを実感できるように、校舎内の掲示板に記録を掲示する。
ICTを活用し、八の字跳びの手本を児童に示し、どのように跳べば記録が伸びたりスムーズに跳べたりするか考えられるようにする。

「こつ伝授」や「学校体育実技指導資料」を活用し、教師の指導力向上を図る。

【目標】

- 新体力テストの全ての項目で県平均を上回る。
- 「体育の授業が楽しい」と感じる子どもの割合を全国平均に少しでも近づける。
- 毎週火曜日の昼休みを45分間に拡大したり、体育館を開放したりしたことで、できるだけ多くの児童が運動場等で元気に遊び、心身ともにたくましい児童を育成していく。