

高松市立男木小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

心豊かで、たくましく生きる子どもの育成

【本校の課題】

- 少人数のため同学年の中で自分の力がどのくらいかを判断する比較対象が少なく、今の力からさらに上を目指そうという意欲が出にくい。
- 少人数のため、体育の時間や休み時間などで実施できる種目や遊びが限られる。

【現状】

昼休みには給食の片づけや歯磨きの時間等があり、十分に外遊びの時間が確保できていない児童もいるが、時間があるときは、元気よく運動場で遊んでいる姿が見られる。
体育の授業においては、少人数のため、体育の時間にゲームができず、基礎練習のみに終わってしまうことが多い。

【取組み】

運動場で遊ぶ機会を設ける

児童生徒会や係活動などで週に1回は全校生で外で遊ぶ機会を設けるようにしている。小学校1年生から中学校3年生まで幅広い学年の児童生徒と一緒に遊ぶことで楽しく運動する習慣が身につくようにしている。

縄跳び大会の実施

毎年、縄跳び大会を実施し、自分の得意な跳び方を披露したり、全員で長縄跳びに挑戦したりしている。最初に目標を設定することで、目標に向けて体育や昼休みなどに縄跳びの練習を計画的に行っている。

道具を使った運動遊びの紹介

一人で行うだけでなく、友達と楽しみながら取り組むことができる竹馬や一輪車などの道具を用意し、子どもたちが積極的に道具で遊ぶことができるようにしている。

マラソン大会の実施

毎年マラソン大会を実施している。また、それに向けて体育や昼の時間に各自が目標タイムを設定しながら、計画的に練習を行っている。

【目標】

- 体育の授業が好きと答える児童の割合を、100%にする。
- 次年度までに、スポーツテストにおいて全国平均を上回るようにする。
- 運動をする習慣を身につけ、基礎体力を向上させることで、陸上競技などの基本的な運動にも意欲的に参加できるようにする。