

人間性豊かで 心身ともに健康な実践力のある たくましい子どもの育成
めざす児童像 — たくましく考え たくましく判断し たくましく行動（表現）する子ども —

【本校の課題】

- スポーツや運動遊びの経験が少ない児童が多く、運動に親しむ習慣に二極化が見られる。
- 新体力テストの全国平均を下回っている項目が過半数を超えており、上回っている項目も、平均に近い数値になっている。
- 各学年、握力と20mシャトルランの記録が、全国平均と比較して特に低い数値になっている。

【現状】

休み時間に元気よく屋外で遊ぶ児童はいる一方、屋内で過ごす児童もいる。具体的な取り組みや声掛けが十分とは言えないこともあり、体育授業のない日は、1日に1度も体を動かす機会がない児童もいる。

体育の授業においては、単元の教材につながる準備運動に取り組むことで、様々な力を付けながら体力づくりに取り組んでいる。また、芝生化により運動場での縄跳びを取りやめていたため、縄跳びをする機会が少なくなっていたが、運動場のトラックの周りに縄跳びスペースを確保したことで、取り組む児童が増えてきている。

〈昼休みの体育館開放〉

外遊びの習慣があまりない児童に対して、運動することへのきっかけづくりをする。そのために、昼休みに2クラスずつ体育館を使用できるようにし、クラスで遊べるようにする。

みんなで遊びを考えたり、教員と一緒に参加したりすることで、なかまづくりとしての効果も期待される。

体育委員が各クラスに用具の貸し出しを行い、児童が主体となる取り組みにしていく。



〈握力チャレンジ〉

全校生の握力の向上を図るために、ろう下に握力計を常設しておき、休み時間に計測することができるようにする。

低学年の児童でも、グリップの調整など、計測の仕方を覚えることができるように測定方法を提示したり意欲化を図るために各学年の平均記録を提示し、自分の記録と比較しながら取り組むことができるようにしたりする。



全国の平均

まいどはかって、手の力を強くしよう。

学年	男児	女児	学年	男児	女児
1年生	20kg	15kg	5年生	35kg	25kg
2年生	25kg	20kg	6年生	40kg	30kg
3年生	30kg	25kg	7年生	45kg	35kg
4年生	35kg	30kg	8年生	50kg	40kg
5年生	40kg	35kg	9年生	55kg	45kg
6年生	45kg	40kg	10年生	60kg	50kg
7年生	50kg	45kg	11年生	65kg	55kg
8年生	55kg	50kg	12年生	70kg	60kg
9年生	60kg	55kg	13年生	75kg	65kg
10年生	65kg	60kg	14年生	80kg	70kg
11年生	70kg	65kg	15年生	85kg	75kg
12年生	75kg	70kg	16年生	90kg	80kg
13年生	80kg	75kg	17年生	95kg	85kg
14年生	85kg	80kg	18年生	100kg	90kg
15年生	90kg	85kg	19年生	105kg	95kg
16年生	95kg	90kg	20年生	110kg	100kg
17年生	100kg	95kg	21年生	115kg	105kg
18年生	105kg	100kg	22年生	120kg	110kg
19年生	110kg	105kg	23年生	125kg	115kg
20年生	115kg	110kg	24年生	130kg	120kg
21年生	120kg	115kg	25年生	135kg	125kg
22年生	125kg	120kg	26年生	140kg	130kg
23年生	130kg	125kg	27年生	145kg	135kg
24年生	135kg	130kg	28年生	150kg	140kg
25年生	140kg	135kg	29年生	155kg	145kg
26年生	145kg	140kg	30年生	160kg	150kg
27年生	150kg	145kg	31年生	165kg	155kg
28年生	155kg	150kg	32年生	170kg	160kg
29年生	160kg	155kg	33年生	175kg	165kg
30年生	165kg	160kg	34年生	180kg	170kg
31年生	170kg	165kg	35年生	185kg	175kg
32年生	175kg	170kg	36年生	190kg	180kg
33年生	180kg	175kg	37年生	195kg	185kg
34年生	185kg	180kg	38年生	200kg	190kg
35年生	190kg	185kg	39年生	205kg	195kg
36年生	195kg	190kg	40年生	210kg	200kg
37年生	200kg	195kg	41年生	215kg	205kg
38年生	205kg	200kg	42年生	220kg	210kg
39年生	210kg	205kg	43年生	225kg	215kg
40年生	215kg	210kg	44年生	230kg	220kg
41年生	220kg	215kg	45年生	235kg	225kg
42年生	225kg	220kg	46年生	240kg	230kg
43年生	230kg	225kg	47年生	245kg	235kg
44年生	235kg	230kg	48年生	250kg	240kg
45年生	240kg	235kg	49年生	255kg	245kg
46年生	245kg	240kg	50年生	260kg	250kg
47年生	250kg	245kg	51年生	265kg	255kg
48年生	255kg	250kg	52年生	270kg	260kg
49年生	260kg	255kg	53年生	275kg	265kg
50年生	265kg	260kg	54年生	280kg	270kg
51年生	270kg	265kg	55年生	285kg	275kg
52年生	275kg	270kg	56年生	290kg	280kg
53年生	280kg	275kg	57年生	295kg	285kg
54年生	285kg	280kg	58年生	300kg	290kg
55年生	290kg	285kg	59年生	305kg	295kg
60年生	300kg	295kg	60年生	310kg	300kg

〈縄跳びへの取り組み〉

児童の縄跳び運動に対する関心を高め、一校一運動として、縄跳びに親しむことができるように、環境を整える。

全校共通の縄跳びシートの配布や、運動場の縄跳びスペースの確保、ジャンピングボードの常時設置により、児童が意欲的に活動できるようにする。

冬場の取り組みだけだったものを1年を通して全校生で取り組む。



〈放課後陸上 持久走クラブ〉

筋、全身持久力や心肺機能の向上に加え、自分の心と向き合いながら運動することで、身体的、心身的な成長を促すために、体力づくりの一環として、11、12月の間、4～6年生を対象に、持久走の陸上クラブを開設する。

走るという基本的な運動の楽しさの特性に触れることができるようにすることで、生涯のスポーツライフへのつながりを模索していけるようにする。



【目標】

- 全ての取り組みで児童の情意そのものに焦点をあてることで、運動好きを増やすことから新体力テストの記録向上へとつなげる。2021年までに、半分以上の項目で全国平均以上を目指す。
- 運動やスポーツに親しむ経験ができる場を設けて、運動が楽しいと答える児童を90%以上にする。
- なかまとともに運動する機会を増やすことで、スポーツライフに向けた対人性と社会性を養う。