

高松市立鶴尾小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

人権尊重の精神を基盤として、自ら考え実行できる
人間性豊かなたくましい子どもを育てる

— 子どもに寄り添い 子どもを大事にする 「子どもファーストの教育校」 —

【本校の課題】

- 男子は、握力・20mシャトルラン・ソフトボール投げ、女子では立ち幅とび・20mシャトルラン・ソフトボール投げの値が特に低く、県・全国平均を大きく下回っている。
- 男子は、ほとんどの学年がさまざまな種目において県・全国平均の値を下回っている。

【現状】

休み時間に元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるようになってきた。しかし、遊ぶメンバーや学年が限られていて、遊ぶ内容も決まった遊びしかしない、という現状がある。また、ドッジボールなどの投力を高める運動や運動量の多い遊びは避ける傾向が見られる。体育の授業においては、反復して行うことが苦手で、持久走などは、その時の気持ちによって結果が左右されることが多い。また、長期の臨時休業により、基礎体力の低下が想像される。

【取組み】

全校おにごっこ

敏捷性を高めるために、全校生が運動場でおにごっこをする。縦割り班のペアといっしょに活動することで、楽しみながら体力を高めたり、きずなを深めたりすることができる。

マラソンリレー（駅伝）の実施

持久力向上のために、一人で走ることが苦手な児童を考慮し、グループのなかまと協力して走ることによって最後までやりぬく力を身に付けさせる。



遊具を使った運動遊びの紹介

校内にある竹馬や一輪車を使った遊びや遊具を使った運動を紹介することで、さまざまな体の動かし方に興味を持ち、体感することができる機会を設ける。



縄とび大会の実施

縄とび運動を通して、全身持久力や瞬発力、リズム感を身に付けることができる。そうすることで、他の運動にも必要な力を身に付けさせる。



【目標】

- 20mシャトルラン・ソフトボール投げの平均値について、県・全国平均との差を縮める。
- 昼休みにさまざまな学年の児童が運動場に出てくるような遊びを工夫するなどして、さまざまな運動に意欲的に取り組むようにする。
- 業間縄跳び・業間マラソンを通して、最後までやりぬく心を育て、持久力を高める。