

高松立太田南小学校 体力向上プラン

人間性豊かで 心身ともに健康で実践力のある たくましい子ども

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、運動に親しむ習慣が二極化傾向にある。
- 児童数に対して運動できるスペースが少ないことや、遊具を使った遊びを行う児童に偏りがあるなどの実態から、児童が運動に関わる環境を整える必要がある。
- 各学年、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である。

【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、学年や人数が固定化されている。昼休みには、全体遊びをしているクラスとそうでないクラスがあるため、運動経験に差が生じている。また、多くの子どもたちが、ボールを使った遊びや鬼遊びが中心で、遊具などで遊ぶ姿は比較的少ない。

昨年度より一校一運動として取り組んできた縄跳びの効果もあり、年間を通して縄跳びで遊んでいる児童の数は増えてきている。一方で、低学年に比べて高学年の取り組み方が比較的消極的であるという課題もある。

【取組み】

〈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できる。



〈体力づくり週間〉

全校生の運動時間を増加させるために、1週間の総運動時間を調べる週間を設ける。業間や昼休み、放課後の運動時間を記録することで、運動に進んで取り組むことができるようにする。調べた時間は、クラスごとに集計して平均時間が長かったクラスに賞状を渡すなどして、意欲化を図る。



〈縄跳び・長縄イベント〉

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。発達段階や運動能力に応じた縄跳びシートの配布や、ジャンピングボードの常時設置を含めたスペースの確保、体育委員会の長縄イベントにより、児童が意欲的に活動できるようにする。



〈放課後陸上クラブ〉

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、4～6年生を対象に、陸上クラブを開設する。運動の得意不得意に関わらず、持久走及び走・跳・投の運動に集中的に取り組む、運動の楽しさや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きけるようにする。



【目標】

- 運動やスポーツに親しむ経験ができる場を設けて、今年度新たに自己の運動に関するアンケートを実施し、令和4年度までに運動が楽しいと答える児童を90%以上にする。
- 全ての取り組みで児童の情意そのものに焦点を当てることで、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。令和4年度までに、半分以上の項目で全国平均以上を目指す。
- 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。