

# 高松市立川島小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

# 主体的に行動する児童の育成

## 【目標】

- 教科体育の中で、学習規律の1つとして集団行動の共通理解を図り、学習の効率化を図る。
- 単元の目当てを明確にし、身に付ける技能の定着とともに体育が好きな児童が90%を超える。
- 子どもが伸びを感じられる場を数多く設定し、自らが目標を持って取り組もうとする意識を高めていく。

## 【年間計画】

	4	5	6	7	8・9	10	11	12	1	2	3
教科体育重点領域	低器 中高走器	ゲ ゲ陸	全水泳 保保		低走 中高走陸	ゲ 走器	低走 中高ゲホ	器 器ホ	器 器保	体 体体	ゲ ゲ
体力づくり		リレー練習			陸上クラブ		持久走・なわとび				
クラスマッチ		学級対抗リレー		水泳					なわとび		

## 【取り組み】

### 充実した休み時間の確保

おにごっこを主とした外遊びを実施していたが、投力に課題を発見。昨年度より昼休みを利用し、異学でドッジボールやおにごっこなどの運動ができるようにしている。今年度の新体力テストで投力アップを実感した児童が多かった。遊びに親しむことで、運動の良さと日常化を図るようにする。



### 教具の工夫

ボールを怖がる児童のために、低・中学年の学級付きボールにウレタンボールを配布した。痛くないので、女子児童も進んでボール遊びができ、多くの児童が、投げる、逃げる、受けるという運動をするようになった。

また、運動環境を整えるために、教員にアンケートを取り、子どもたちから主体的に「遊びたい・運動したい」と思えるような環境を整える。



### ドッジボール大会

11月～2月の間にドッジボール大会を実施する。児童自身でチームを作り、休み時間等を使って練習をして、低学年、中学年、高学年の男女別6つのグループ内でリーグ戦を行い、優勝組を決める。

ドッジボール大会には3つのねらいがある。1つ目は、運動に進んで取り組むことで、基礎体力の向上を目指す。2つ目は、ドッジボールの練習を行うことで、ボール技能の向上を図る。3つ目は、低学年から高学年のすべての男女が参加できるようにすることで、児童の活躍の場の設定を図る。児童に人気の球技であることや、教員や友だちの応援が励みとなり、児童は積極的に参加しており、負けた児童も次回の開催を楽しみにしている。

