

高松市立鶴尾中学校 2020 体力向上プラン

【学校教育目標】

人権尊重の精神に徹し、社会から信頼される人間性豊かな生徒の育成

【本校の課題】

- 様々な遊び体験やスポーツ経験が少ないため、動きの調整力や持久力などが低い。
- 新体力テストの総合評価において、男女とも県・全国平均を下回っている。特に、50m走、反復横跳び、20mシャトルランなどの全身持久力や敏しょう性が低い。
- 日常生活の食事・学習・睡眠・休養などを含めた生活リズムを整える必要がある。

【現状】

- ・ 保健体育の授業に意欲的に参加する生徒と、そうでない生徒の二極化や生徒数が少ないために取り組みがマンネリ化している。また、規律ある集団行動や、同じことを繰り返してチャレンジすることを苦手とする生徒が多い。生徒の興味関心を高める練習方法の工夫や場の設定を考慮して活動させる。
- ・ 日常生活での規律正しい生活習慣が身につけていない。自ら積極的に運動に取り組んでいく習慣化に課題があり、家庭とともに連携を図りながら運動習慣確立の手立てを行っていく必要がある。

保健体育の授業での取組

- ・ 新体力テストの結果から、毎回の授業で不足している体力要素についての補強や柔軟を取り入れた準備運動の時間を十分にとって体力の向上を図る。
- ・ 季節に合わせて、様々な種目に取り組む。そのことを継続していくことで、運動することの喜びや楽しみを身につけ、将来を見据えての運動習慣の確立をめざす。
- ・ 体育理論において、運動やスポーツの意義や効果などについて理解できるようにする。



運動部活動や家庭との連携

- ・ 学期末の懇談会や授業参観とは別の取組として、各部活動の部活動参観・懇談を実施する。普段の部活動の様子や取組を参観してもらったり、顧問と懇談したりすることなどで保護者の協力を得る。
- ・ 親子ふれあいイベントでの球技大会や地域の体育的行事などの開催を家庭にお知らせするなど保護者啓発をし、親子や個人でも体育的行事に参加できるように呼びかける。



【目標】

- 自ら積極的に運動に親しんで取り組む姿勢やルールを守ること、集団行動などの規範意識を身につけていくことを保健体育の授業だけでなく、地域や保護者とも連携をとりながら学校全体として取り組む。
- 授業で工夫した補強運動を取り入れ、心身のレベルアップを図りたい。個人の記録挑戦や勝利するための工夫する楽しさを味わわせたい。
- スポーツへの多様な関わり方（行うこと・見ること・支えること）があることを理解する。