

令和2年度 高松市立庵治中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】 < 自啓・誠実・協同 >

～高い志を抱き、努力を惜しまず、責任と協力を重んじ、
創造的な知性と豊かな感性を備えた生徒を育成する～

【本校の課題】<令和元年度 体力・運動能力調査一覧（全国・県平均との比較）より>

- 全学年1～3年男女で、握力の数値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男子は、全学年において長座体前屈、反復横跳び、ハンドボール投げの数値が、県・全国平均を下回っている。柔軟性、瞬発力、投力の強化を課題とする。
- 女子は、上体起こし、反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳び、ハンドボール投げの数値が、県・全国平均を上回っている。継続して運動習慣を維持・向上していく取り組みを実施する。

【現状】

- ・保健体育の授業が楽しいと答えた生徒の割合が、全学年ともに全国平均を上回り、運動部活動にも顧問の指導のもと熱心に取り組んでいる。しかし、女子の運動部所属率の低下は大きな課題である。〔男子運動部所属率95%・女子運動部所属率65%〕
- ・運動部に所属していない生徒への運動参加や長期休業中の生活において、生徒が運動の必要性を認識し、積極的に自ら運動に取り組んでいく姿勢の習慣化には課題があり、学校全体として家庭とも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。また、1年生においては、小学校との体力強化についての連携も必要不可欠である。

「保健体育の授業での取組」

- ・毎授業の中に、高松市の体力状況で課題となっている体力（筋力・全身持久力・柔軟性）の強化を目的とした補強運動を取り入れる。
- ・臨時休校中の課題として、体力づくりメニューをレポートにまとめ、授業の中で実際に取り組むことにより、運動を組み合わせ、自ら計画を立てて運動に取り組むことができるようにする。
- ・感染症予防について調べ、レポートにまとめることにより、健康管理の意識を高める。

「運動部活動や家庭・小学校との連携」

- ・臨時休校中の課題として作成した体力づくりを、毎日の部活動における補強運動や休養日の課題として取り組ませる。また、懇談会でも保護者に周知し、理解と協力を依頼する。小学生の庵治中体験では部活動の体験を行い、中学校の部活動に向けて夢や目標を持てるよう小中連携を図る。



【目標】

- 体力・運動能力の向上に係る取組を小学校や家庭とも連携し、学校全体として取り組む。
- 3年間を見通せる、体力テスト学習カードやバランス表を有効に活用する。また、記録だけでなく、課題解決に向けての運動メニューを開発するとともに、継続的な実施を目指す。
- 運動が好き・やや好きと答えた生徒は、男女ともに80%と低下が見られるが、保健体育の授業が楽しい・やや楽しいと答えた生徒は、男女ともに90%であることから、このチャンスを逃すことなく、体力要因の向上を目指す。