

高松市立鶴尾中学校 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。

【めざすべき生徒像】

- 自他を尊重し、他に貢献できる生徒
- 自律し、主体的に行動できる生徒
- 夢をもち、学び続ける生徒

【本校の課題】

- 身体を使った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。
- 男女とも、1週間の総運動時間が全国平均を下回っている。

【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がみられる。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が難しいなどの忍耐力の欠如もみられる。今後は生徒の興味関心をひく練習方法の工夫や場の設定を考慮していく必要がある。
- 休み時間などで、自ら積極的に運動に親しむ生徒がいる一方で、運動習慣の確立ができていない生徒もいる。

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。また、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、忍耐力を身につけ、将来を見据えての運動習慣の確立をめざす。ただ、単に行うだけではなく毎回の取組を記録して、評価し、次の実践に生かす。



運動部活動や家庭との連携

学期末の懇談会や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。



【体力向上に向けた目標】

○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、集団行動等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。