

高松市立高松第一小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢に向かってたくましく挑戦する意欲をもった人づくり

～たくましい身体をもち、健康な生活をおくるために

運動に進んで取り組む児童生徒の育成～

【現状】

○ほとんどの種目において、男女とも全ての学年の体力・運動能力の得点が低く、県・全国平均を下回っている。

○5年生男女とも、1週間の総運動時間は、全国平均を下回っており、総合得点も県・全国平均を下回っている。

○5年生男女とも、「体育の授業が楽しい」と答えた子どもの割合が全国平均を下回る。さらに、「できるようになったきっかけ」が、「先生に教えてもらって」と答えた割合も全国平均を下回っている。

【本校の課題】

まず、学校生活において休み時間等に元気よく運動場で遊ぶ児童よりも、校内で過ごす児童が多く見られる。その原因として教室から運動場までの距離が遠いことや、運動そのものの楽しさ（できるようになるうれしさ）を実感できていないことが考えられる。さらに、全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から、特定の競技スポーツを習っている子どもと習っていない子どもとでは、日頃の運動経験や量に大きな差があることが分かる。

次に、体育の授業等に関する質問調査結果から、体育の授業に対して肯定的な回答をしている児童が多いことが分かった。しかし、体力・運動能力面は全国平均よりも低いという現状がある。

以上のことから、本校の体力向上のための方針を以下の3点とする。

- 1 体育の授業の中で運動する楽しさやできる喜びを味わえるようにする
(体育授業の充実)
- 2 準備運動としてなわとび等を使った運動を継続的に実施する(一校一運動の設定)
- 3 体育委員会による体力づくりの呼びかけをする
(遊びコーナーの実施)

【取組み】

「元気アップタイム」の設定

週に2日、運動場で友達と楽しみながら取り組むことができるよう「元気アップタイム(業間休み)」を設定して、総運動時間を延ばす。毎日子どもたちがしっかり遊ぶことができるようにする。

なわとびを活用した取組み

一校一運動として、年間を通じてなわとび運動に取り組む。元気アップタイムや授業の準備運動に行うことにより、筋力、持久力、調整力を身に付けられるようにする。また、児童が自分の伸びを実感できるように評価を工夫する。

「楽しい体育」の授業づくり

子どもが「できた喜び」を味わえるような声かけや場を設定する。また、1単位時間の中に実際に体を動かす時間を十分確保するために、各種の運動遊び等を取り入れる。

【目標】

○なわとび運動(低学年1分、中学年2分、高学年3分間とび)の達成率を各学年90%以上にする。

○体力・運動能力の得点を市平均に上げる。